

エアコン

カラダにも地球にも、優しい使い方を。



室温は夏は28℃、冬は20℃に。
つける時間は短かめに。

省エネ レッスン



快適空調のコツ

冷房時の工夫

- ・ドア・窓の開閉は少なく。
- ・レースのカーテンやすだれなどで日差しをカット。
- ・外出時は、昼間でもカーテンを閉めると効果的。
- ・扇風機を併用。風がカラダにあたると涼しく感じます。

暖房時の工夫

- ・ドア・窓の開閉は少なく。
- ・厚手のカーテンを使用。床まで届く長いカーテンの方が効果的。
- ・扇風機を併用。暖まった空気を循環させましょう。

※適宜、換気をしましょう

室外機のまわりに物を置かない。

室外機は風通しの良い場所に設置しましょう。周囲はきちんと整理整頓を。



省エネ行動と省エネ効果

夏の冷房時の室温は28℃を目安に。

年間で電気 **30.24 kWh** の省エネ 約 **670円** の節約

原油換算 **7.62L** CO₂削減量 **10.6kg**

外気温度31℃の時、エアコン(2.2kW)の冷房設定温度を27℃から28℃にした場合(使用時間:9時間/日)

冬の暖房時の室温は20℃を目安に。

年間で電気 **53.08 kWh** の省エネ 約 **1,170円** の節約

原油換算 **13.38L** CO₂削減量 **18.6kg**

外気温度6℃の時、エアコン(2.2kW)の暖房設定温度を21℃から20℃にした場合(使用時間:9時間/日)

冷房は必要ときだけつける。

年間で電気 **18.78 kWh** の省エネ 約 **410円** の節約

原油換算 **4.73L** CO₂削減量 **6.6kg**

冷房を1日1時間短縮した場合(設定温度:28℃)

暖房は必要ときだけつける。

年間で電気 **40.73 kWh** の省エネ 約 **900円** の節約

原油換算 **10.26L** CO₂削減量 **14.3kg**

暖房を1日1時間短縮した場合(設定温度:20℃)

フィルターを月に1回か2回清掃。

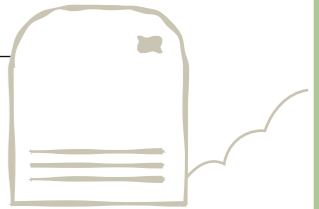
年間で電気 **31.95 kWh** の省エネ 約 **700円** の節約

原油換算 **8.05L** CO₂削減量 **11.2kg**

フィルターが目詰まりしているエアコン(2.2kW)とフィルターを清掃した場合の比較

ガス・石油ファンヒーター

早めのOFFで、家計も心もホット。



室温は20℃、必要な時だけ運転。

省エネ レッスン

早めのOFFが決めて。

お出かけや寝る直前までつけているのはもったいない。室温は急には下がりにません。お出かけや寝る15分くらい前に切るのがコツ。

フィルター掃除で効率アップ。

ファンヒーターの性能をフルに活用するには、フィルターのお手入れは欠かせません。掃除機でホコリを吸いとり、ぬるま湯で洗ってからしっかり乾かしましょう。



暖房時は、工夫して!!

寒いからといって、設定温度を上げる前に着るものを工夫しよう!!

省エネ行動と省エネ効果

室温は20℃を目安に。

●ガスファンヒーターの場合

年間でガス **8.15 m³** の省エネ 約 **1,130円** の節約

原油換算 **9.46L** CO₂削減量 **18.6kg**

外気温度6℃の時、暖房の設定温度を21℃から20℃にした場合(使用時間:9時間/日)

●石油ファンヒーターの場合

年間で灯油 **10.22 L** の省エネ 約 **820円** の節約

原油換算 **9.68L** CO₂削減量 **25.4kg**

外気温度6℃の時、暖房の設定温度を21℃から20℃にした場合(使用時間:9時間/日)

必要ときだけつける。

●ガスファンヒーターの場合

年間でガス **12.68 m³** の省エネ 約 **1,750円** の節約

年間で電気 **3.72 kWh** の省エネ 約 **80円** の節約

約 **1,830円** の節約

原油換算 **15.64L** CO₂削減量 **30.2kg**

1日1時間運転を短縮した場合(設定温度:20℃)

●石油ファンヒーターの場合

年間で灯油 **15.91 L** の省エネ 約 **1,270円** の節約

年間で電気 **3.89 kWh** の省エネ 約 **90円** の節約

約 **1,360円** の節約

原油換算 **16.04L** CO₂削減量 **40.9kg**

1日1時間運転を短縮した場合(設定温度:20℃)

体感温度アップ!

カーディガン
+2.2℃



ひざかけ
+2.5℃



ソックス
+0.6℃

