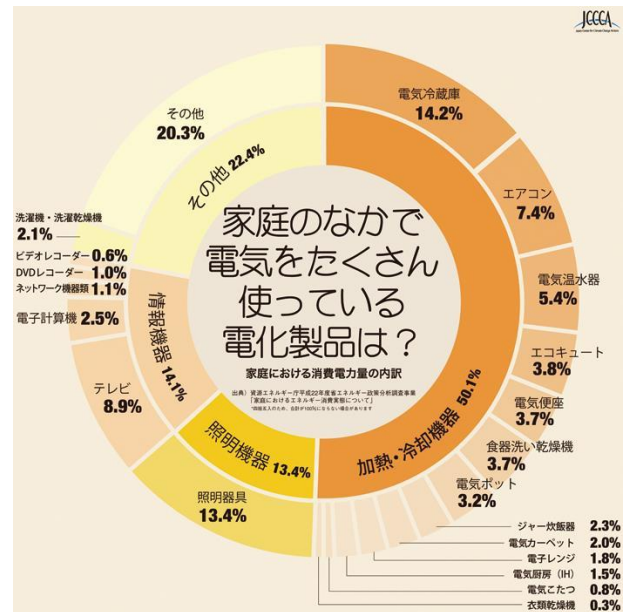
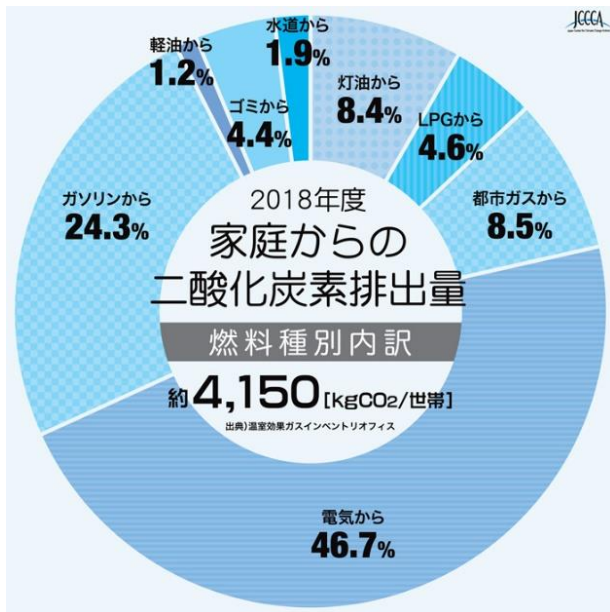


5-4 家庭でできる取組と効果

市民の皆さんの取組でこれだけの二酸化炭素を減らせます!!



出典: 全国地球温暖化防止活動推進センター

家庭から排出される二酸化炭素は、エネルギー種別では電気からが全体の46.7%と最も多く、車のガソリンから（24.3%）がそれに続いています。

本計画の削減目標達成のためには、市民の皆さん一人ひとりが毎日の生活の中で省エネ活動をコツコツと継続することが重要です。

次にご紹介する省エネ活動をチェック☑して、まずはできることからチャレンジし、地球にやさしい暮らしを目指しましょう。

取組	年間削減金額	CO ₂ 削減量
----	--------	---------------------

照明器具		
☐ 省エネ型に交換する		
白熱電球→電球形蛍光ランプに交換	2,270円	47.9kg
白熱電球→電球形LEDランプに交換	2,410円	50.8kg
☐ 小まめに消灯し、点灯時間を1日1時間短くする		
白熱電球	530円	11.2kg
蛍光ランプ	130円	2.8kg
電球形LED	90円	1.9kg

エアコン		
□ 室温の目安を冷房時28℃、暖房時20℃に設定する		
冷房時 ※27℃⇒28℃の場合	820円	17.2kg
暖房時 ※21℃⇒20℃の場合	1,430円	30.3kg
□ 使用時間を1日1時間減らす		
冷房時	510円	10.7kg
暖房時	1,100円	23.2kg
□ フィルターをこまめに清掃（月1～2回）する		
	860円	18.2kg

石油ファンヒーター		
□ 室温の目安を20℃に設定する ※21℃⇒20℃の場合		
	1,020円	25.4kg
□ 使用時間を1日1時間減らす		
	1,700円	41.8kg

電気カーペット		
□ 設定温度を低め（「強」⇒「中」）に設定する		
	5,020円	106.0kg
□ 必要なだけの大きさを選ぶ ※3畳用と2畳用の比較		
	2,430円	51.2kg

電気こたつ		
□ 設定温度を低め（「強」⇒「中」）に設定する		
	1,320円	27.9kg

テレビ		
□ 見ていない時には消す ※液晶テレビの場合		
	450円	9.6kg
□ 明るすぎないように画面を設定する ※同上の場合		
	730円	15.4kg

パソコン		
□ 使わない時には、電源を切って、使用時間を1日1時間短くする		
デスクトップ型の場合	850円	18.0kg
ノート型の場合	150円	3.1kg

電気冷蔵庫		
□ 中にものを詰め込みすぎないように（半分程度）にする		
	1,180円	25.0kg
□ 無駄な開閉をなくす		
	280円	5.9kg
□ 開けている時間を短くする ※20秒⇒10秒		
	160円	3.5kg
□ 設定温度を適切（「強」⇒「中」）にする		
	1,670円	35.2kg
□ 壁から適切な間隔を取って設置する		
	1,220円	25.7kg

取組	年間削減金額	CO2 削減量
ジャー炊飯器		
<input type="checkbox"/> 適量のご飯を炊いて長時間保温せず、使わない時はプラグを抜く	1,240円	26.1kg
電気ポット		
<input type="checkbox"/> 長時間の保温をせず、使わない時はプラグを抜いて、必要な時に再沸騰で使用する	2,900円	61.3kg
食器洗い乾燥機		
<input type="checkbox"/> 手洗いから食器洗い乾燥機に替える	8,140円	
温水洗浄便座		
<input type="checkbox"/> 使わない時は便座のフタを閉める	940円	19.9kg
<input type="checkbox"/> 便座・洗浄水の設定温度を低め（「中」⇒「弱」）に設定する		
便座暖房	710円	15.0kg
洗浄水	370円	7.9kg
洗濯機		
<input type="checkbox"/> 洗濯物を少量でなくまとめ洗いする	160円	
※水道代は年間削減金額3,820円、電気代と合わせると	3,980円	
掃除機		
<input type="checkbox"/> 部屋を片付けてから掃除機をかけ、使用時間を短縮する	150円	3.1kg
自動車		
<input type="checkbox"/> ふんわりアクセル「eスタート」（最初5秒で時速20km目安）で発進する	13,040円	194.0kg
<input type="checkbox"/> 加減速の少ない運転を心がける	4,570円	68.0kg
<input type="checkbox"/> 早めのアクセルオフを心がける	2,820円	42.0kg
<input type="checkbox"/> アイドリングストップを心がける	2,700円	40.2kg

出典(P41～P43):資源エネルギー庁「家庭の省エネ徹底ガイド春夏秋冬 2017」