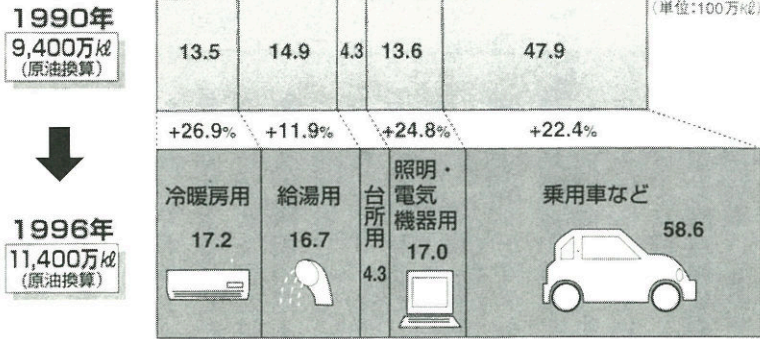


# SAVE ENERGY

## 日常生活で使われるエネルギーは こんなに増えています

家庭のエネルギー消費の増加

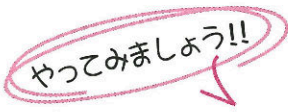
エネルギー消費機器の保有台数



機器	1990年	1995年
エアコン	114.0	160.3
温風ヒーター	86.5	116.2
VTR	81.6	102.1
電子レンジ	71.0	90.7
乗用車	108.0	118.6

(100世帯当たり 単位:台)

出所:「エネルギー経済統計要覧」



## 《省エネ ライフスタイルチェック25》

### あなたの省エネ総得点

\_\_\_\_\_ 点

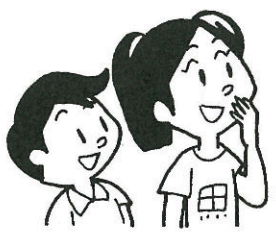
#### ◆ 省エネレベル判定

100~80点  
ズバリ省エネ派

78~50点  
まあまあ省エネ派

48~20点  
まだまだ省エネ派

18~0点  
もっと省エネの心がけを!



チェック項目	はい	と	き	いいえ
<b>冷暖房機器</b>				
1. エアコン (冷房時) の温度設定は28℃を目安としている。	4	2	0	
2. 暖房時は室温が20℃を超えないように気をつけている。	4	2	0	
3. 冷房・暖房の機器を不必要につけっぱなしにしないように気をつけている。	4	2	0	
4. エアコンのフィルターを月に1回か2回掃除し、風量が低下しないように気をつけている。	4	2	0	
5. こたつは、敷布団と上掛けを使用し、暖気の保温に気をつけている。	4	2	0	
<b>給湯機器</b>				
6. シャワーは、お湯を流しっぱなしにしないように気をつけている。	4	2	0	
7. お風呂は、家族で間隔をおかず入るようにしている。	4	2	0	
8. 食器洗いのお湯の温度は、できるだけ低くするよう気をつけている。	4	2	0	
9. 洗濯物は、まとめて洗濯している。	4	2	0	
<b>衛生機器</b>				
10. 洗濯は、すすぎの前に脱水し、節水、省電力に努めている。	4	2	0	
11. 掃除機をかける前に部屋を片付けて、掃除機を使う時間を短くするようにしている。	4	2	0	
12. 掃除機の集塵フィルターの取り替え時期に注意し、風量が低下しないようにしている。	4	2	0	
<b>調理機器</b>				
13. 冷蔵庫の庫内は整理し、ものを詰め込みすぎないように注意している。	4	2	0	
14. 冷蔵庫の扉の開け閉めを少なくし、開けている時間を短くするよう気をつけている。	4	2	0	
15. 冷蔵庫にものを入れるとき、熱いものはさまし、湿ったものはラップに包むようにしている。	4	2	0	
<b>AV機器</b>				
16. テレビをつけっぱなしにしたまま、他の用事をしないようにしている。	4	2	0	
17. テレビの主電源を切る、ステレオやパソコンはコンセントからプラグをこまめに抜くなど、待機時消費電力の無駄な消費をしないよう気をつけている。	4	2	0	
<b>照明</b>				
18. 蛍光灯は消費電力が小さいので、白熱電球を白熱電球タイプの蛍光灯に買い替えたいと考えている。	4	2	0	
19. 人のいない部屋で電灯がついていることがないよう、こまめに消灯を心がけている。	4	2	0	
<b>自家用車</b>				
20. アイドリングはできる限りしないように気をつけている。	4	2	0	
21. ムダな荷物を積んだままにしないように気をつけている。	4	2	0	
22. 経済速度を心がけ、急発進、急加速をしないように気をつけている。	4	2	0	
23. タイヤの空気圧を適正に保つよう心がけている。	4	2	0	
24. 通勤時などできるだけ車に乗らず、電車・バスなど公共交通機関を利用するようにしている。	4	2	0	
<b>一般</b>				
25. エアコン、冷蔵庫、洗濯機、照明器具などのエネルギー消費機器を買うときは、省エネ設計のものを選んでいく。	4	2	0	