



夏季の節電メニュー (ご家庭の皆様)

北海道電力管内

平成24年5月
経産省

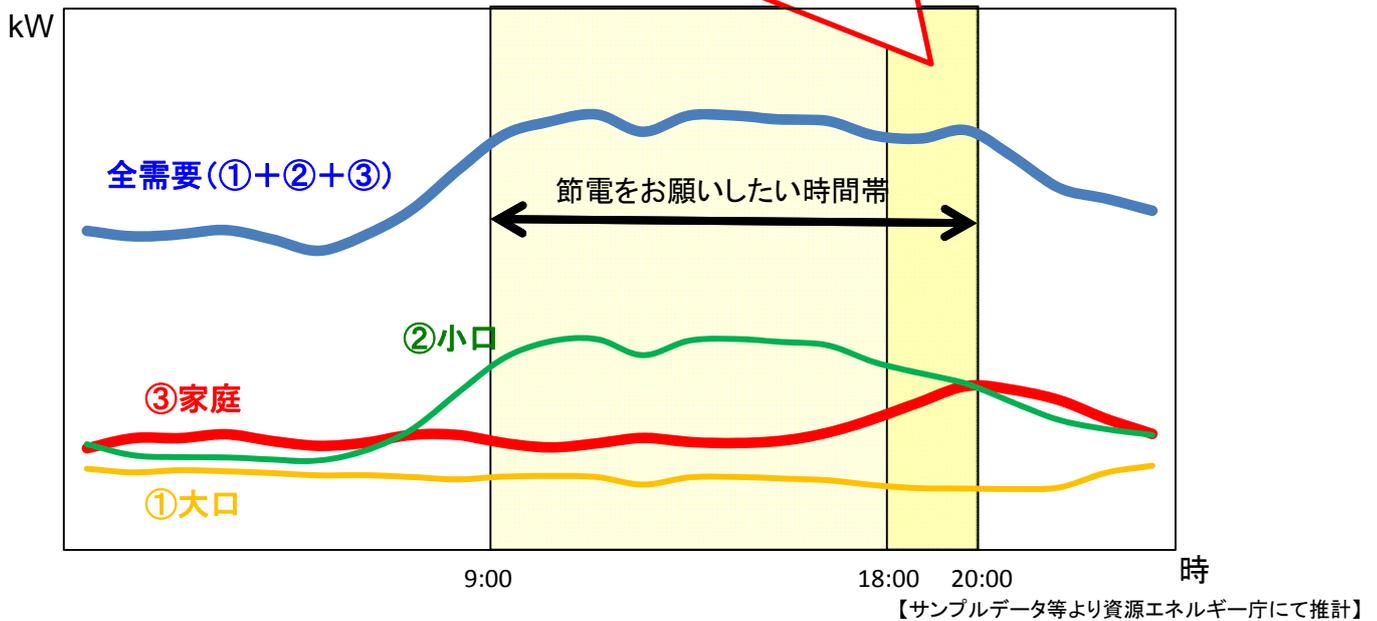
家庭の節電<今夏の節電のお願い>

夏の昼間の電力使用の特徴

夏の北海道における平日の電気使用は、日中から夕方の長い時間帯にピークが継続することが特徴となっています。

夏の北海道における平日の電気の使われ方(イメージ)

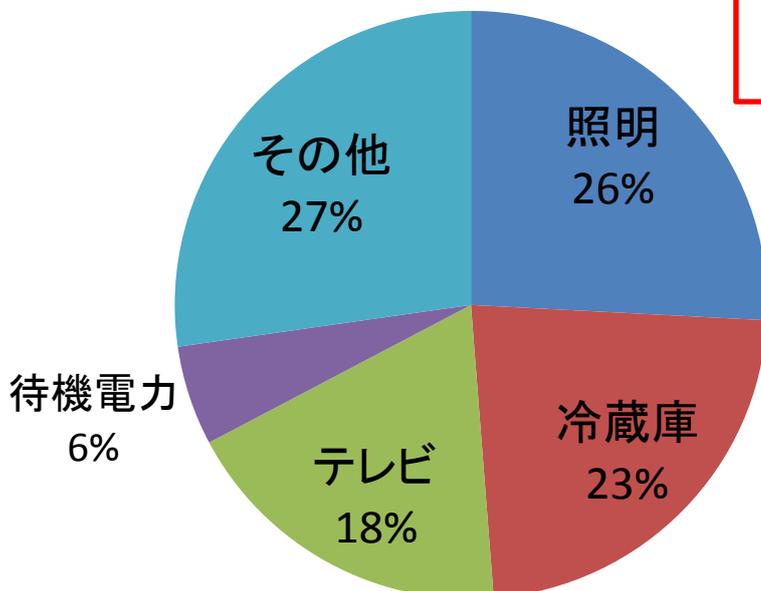
家庭では、特に、夕方以降(18時から20時)の時間帯、ご協力をお願いします。



家庭では、夏にどんな電気製品を使っている？

北海道の家庭における夏の20時頃の消費電力
(在宅世帯)

照明の節電が重要です



北海道では、エアコンの使用が少なく、特に家庭の電力使用が増加する夕方の時間帯は、照明の節電が重要です。

【資源エネルギー庁推計】

家庭の節電メニュー

「節電メニュー」の中から、それぞれのご家庭で無理なく実施できるものをチェックして頂き、以下を目安に合計が7%以上となるようにご協力をお願い致します。

節電メニュー

節電効果
(削減率)

チェック

照明



- ① ・照明の一部を消す。
・使用していない部屋の照明を消す。

7%

※照明の3割程度を消灯した場合

テレビ



- ② ・画面の輝度を下げる。
・必要な時以外は消す。

2%

※標準→省エネモードに設定

冷蔵庫



- ③ ・冷蔵庫の設定を「強」から「中」に変える。
・扉を開ける時間をできるだけ減らす。
・食品を詰め込みすぎないようにする。

2%

※食品の傷みにご注意ください。

温水洗浄便座



- ④ ・温水のオフ機能、温水のタイマー節電機能を利用する。
⑤ ・上記の機能がない場合、使わない時はコンセントからプラグを抜く。

1%

いずれかの対策により

ジャー炊飯器



- ⑥ ・早朝にタイマー機能で1日分まとめて炊いて、冷蔵庫や冷凍庫に保存する。

3%

待機電力



- ⑦ ・リモコンではなく、本体の主電源を切る。
・長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜く。

3%



エアコンを使用されるご家庭におかれましては、以下の取り組みが効果的です。

- ・設定温度を2℃上げて28℃とした場合 10%
- ・エアコンの代わりに扇風機を使用する 50%

※在宅家庭のピーク時の消費電力(約700W)に対する削減率の目安
※資源エネルギー庁推計

節電メニュー

チェック

冷蔵庫	壁との間に適切な間隔を空けて設置する。	<input type="checkbox"/>
電気ポット	お湯はコンロで沸かし、ポットの電源は切る。	<input type="checkbox"/>
洗濯機	容量の80%程度を目安にまとめ洗いをする。	<input type="checkbox"/>
パソコン	日中、短時間であればノートパソコンの電源を抜いて使う。	<input type="checkbox"/>
	省電力設定を活用する。	<input type="checkbox"/>
掃除機	紙パック式はこまめにパックを交換する。	<input type="checkbox"/>
	昼間のピーク時はモップやほうきを使う。	<input type="checkbox"/>
ライフスタイル	節電のための家事スケジュールを立てる。	<input type="checkbox"/>
	特に、夕方(18時~20時)を避けて電気製品を使用する。	
	旅行や外出による節電。	<input type="checkbox"/>
契約の見直しや見える化	契約電力の見直し(節電料金メニュー、適切なアンペア設定等)	<input type="checkbox"/>
	北海道電力にご相談ください。 (ブレーカーの交換工事等が必要になる場合があります。 電力会社のウェブサイトに登録頂き消費電力を「見える化」	<input type="checkbox"/>



家庭には、他にも消費電力が大きい電気製品があります。
平日の夕方(18:00-20:00)を避けて使用頂く、あるいは使用する時間帯が重ならないように工夫していただくなど、ご協力をお願い致します。

アイロン

電気ポット

電子レンジ

ホットプレート

ドライヤー

トースター

IHクッキング
ヒーター

食器洗い機

浴室乾燥機

掃除機
洗濯乾燥機

熱中症にご注意下さい

屋内でも熱中症にかかる場合があります。適切な室温管理や水分補給に留意頂く等、十分にご注意ください。特に、ご高齢の方や体調に不安のある方はお気をつけください。

家庭の節電メニュー〈取組の例〉

北海道電力管内（節電7％）での取組例

〈照明〉照明の一部を消す。使用していない部屋の照明を消す。…▲7%

= 合計▲7%

又は、

〈テレビ〉画面の輝度を下げる。必要な時以外は消す。…▲2%

〈冷蔵庫〉冷蔵庫の設定を「強」から「中」に変える。…▲2%

〈待機電力〉リモコンではなく、本体の主電源を切る。…▲3%

= 合計▲7%

節電・省エネの実施は、電気代の節約にもつながります。

例：夏の冷房時、室温28℃設定	年間約670円の節約（6畳用エアコン1台あたり）
エアコンの使用を1日1時間短縮	年間約410円の節約（6畳用エアコン1台あたり）
冷蔵庫への詰め込みすぎをやめる	年間約960円の節約（冷蔵庫1台あたり）
テレビ画面の輝度を下げる	年間約600円の節約（32V型液晶テレビ1台あたり）
照明の点灯時間を1日1時間短縮	年間約430円の節約（54W白熱電球1灯あたり）

※上記の数値は、いずれも年間を通じて取り組んだ場合の目安です。

※詳細は、「家庭の省エネ大事典 2012年版」(<http://www.eccj.or.jp/dict/index.html>)をご覧ください。

省エネ家電への買い替えや、LED照明への交換も節電・省エネ有効です。省エネ家電への買い替えに際しては、統一省エネラベルを参考にしてください。

（お使いの電気製品をより大型のものに替えると、消費電力が増えることもありますのでご注意ください。）



家庭の節電＜「でんき予報」と緊急時のお願い＞

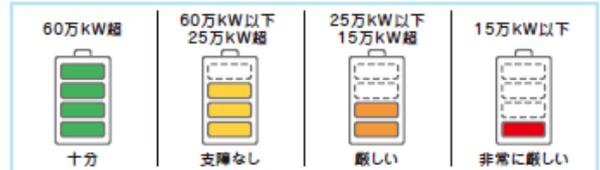
「でんき予報」のご案内

でんき予報を参考にして頂き、黄・赤となった場合には、一層の節電にご協力をお願い致します。

■ほくてんホームページ「でんき予報」



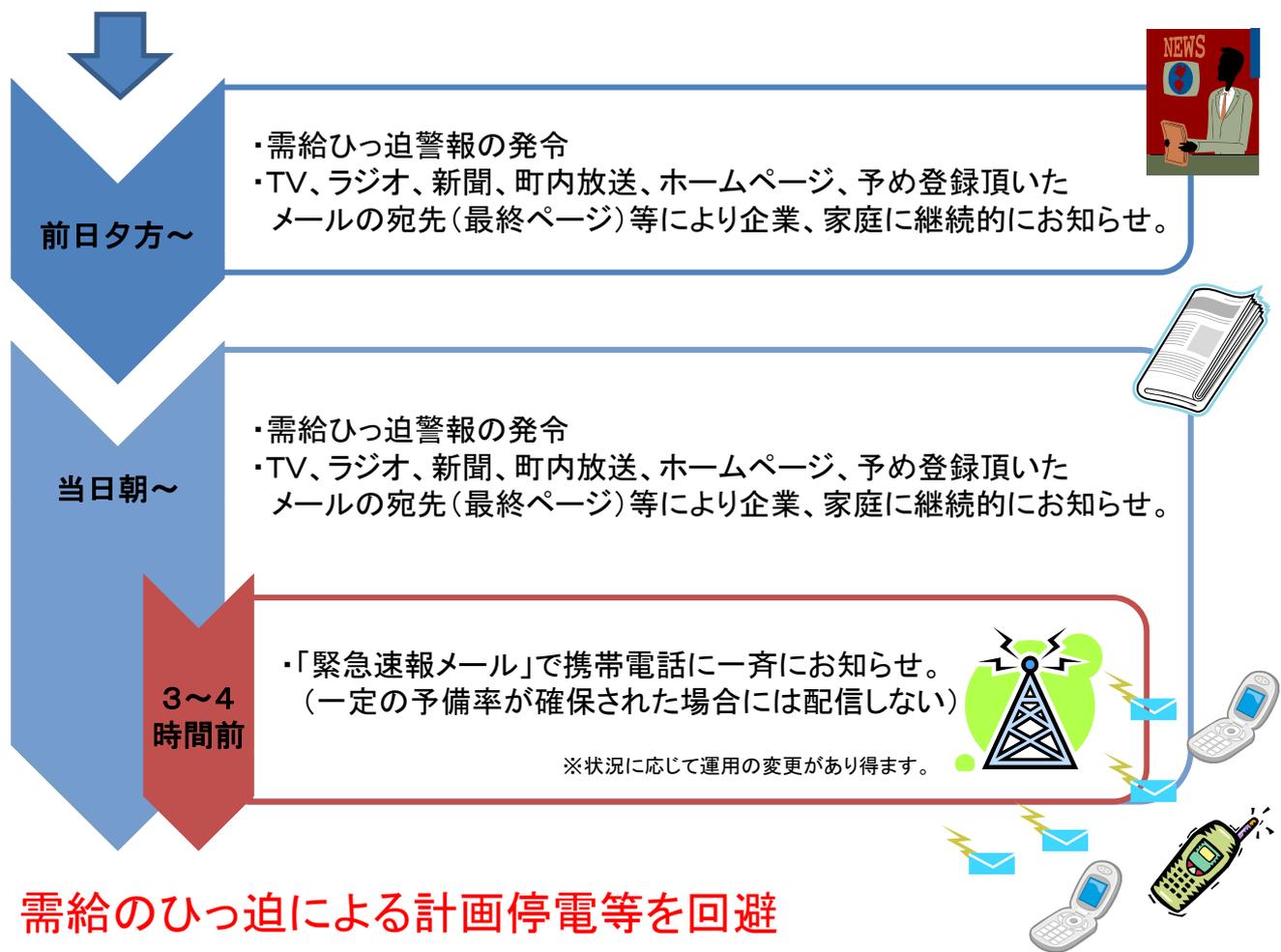
■でんき予報(供給余力)の凡例



緊急時の一層の節電のお願い



気温の急激な上昇や、発電所のトラブル停止などにより、需給ひっ迫が想定される場合には、計画停電回避のため、政府より、予め「電力需給ひっ迫警報」を発令し、緊急の節電をお願いさせて頂く場合があります。



家庭の節電＜節電・電力需給に関する情報等＞

節電・電力需給に関する情報等

■節電・電力需給に関する情報をwebでご紹介しています

政府の節電ポータルサイト「節電.go.jp」

<http://www.setsuden.go.jp>

経済産業省ホームページ

<http://www.meti.go.jp/setsuden/index.html>

■「需給ひっ迫お知らせサービス」への登録をお願いいたします。

万一、電力需給のひっ迫が予想される場合に、
携帯電話・スマートフォンにお知らせします。登録をお願いいたします。

[携帯電話]右のQRコードまたは<http://mail.setsuden.go.jp>にアクセス

[スマートフォン]App StoreまたはGoogle Playにアクセスし、“節電アクション”で検索

※QRコードは、株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

※App Storeは、米国およびその他の国々で登録されたApple Inc.の商標または登録商標です。

※Google、Google Playは、Google Inc.の商標または登録商標です。



■節電・省エネに関する出張説明会等のご案内

地方自治体や公的な組織、民間の業界団体などが参加費無料で開催する節電・省エネに関する説明会に、節電・省エネの専門家を無料で派遣する「無料講師派遣」を実施しています。

また、工場やオフィスビル等における無料の節電・省エネ診断を行う「無料節電診断」「無料省エネ診断」も実施しています。

対象事業者・申込方法等については、節電・省エネ診断等に関するポータルサイト <http://www.eccj.or.jp/shindan/index.html> をご確認ください。

この他にも、全国の小学校に節電・省エネの専門家である「省エネ家電コンシェルジュ」を派遣する「省エネ出前授業」を実施しています。申込方法等については、省エネ家電普及促進フォーラムのホームページ <http://www.shouenekaden.com> をご確認ください。

■節電・電力需給に関するお問い合わせはこちら

経済産業省 03-3501-1511(代表)

北海道経済産業局 011-709-2311(内2702、2703)資源エネルギー環境課