



重点アクション

- ✔ 不要な照明の消灯の徹底
- ✔ 冷房28℃の徹底
- ✔ エレベーターの運転台数制限・階段使用の徹底

【すぐできるアクション】

節電対策メニュー		削減効果	効果を高める取組など
照明	事務室内の窓際の照明を消灯 カット!	*建物全体に対して 2~4%	<ul style="list-style-type: none"> ・ 時間外は必要箇所のみ点灯 ・ ノー残業デーの徹底 ・ 水曜は午後6時に一斉一旦消灯 ・ 照明カバーの撤去、照明器具の清掃（照度アップ）
	廊下、エレベーターホール等の消灯 カット!		
	不要時の消灯（トイレ、コピー室） カット!		
	過剰な照明を間引く カット!	+α	事務室の照度目安 300~500lx 以上
OA 機器	ディスプレイの明るさを下げる カット!	23%	<ul style="list-style-type: none"> ・ パソコン 1 台あたり約 3 割節電 ・ ディスプレイの埃を拭き取る ・ 退庁時のプラグ抜き徹底
	長時間席を離れるときは電源を切るか省電力モードに設定する カット!	*建物全体に対して 3%	
	新しいノートパソコンの場合はプラグを抜き、バッテリー駆動に切替える シフト!	+α	ピーク時間帯に 1 時間程度、パソコンを使わない仕事をする
空調	エアコンの設定温度は 28℃を徹底 カット!	*建物全体に対して 4% (2℃上げた場合)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 冷房時間は出来る限り短縮 ・ 空調の気流を妨げるようなロッカー等の配置を見直す ・ フィルターの清掃
	排気ファン（換気扇）の一定時間の停止 カット!	+α	
	室内 CO ₂ 濃度を調整し、外気取入量を削減 カット!	+α	環境衛生管理基準内(1000ppm 以下)で調整する
	緑のカーテン、ブラインド、すだれ等の活用 カット!	*建物全体に対して 3%	退庁時にブラインドを閉め、翌朝の日射負荷を軽減
動力、 コンセント	エレベーターの運転台数の制限 カット!	+α	職員の原則階段使用の徹底
	温水洗浄便座等の節電機能を使用する カット!	33~38%	電気ポット等のプラグ抜き、不要な冷蔵庫の使用を控える
	自動販売機内の蛍光灯の消灯 カット!	0.6%	冷却停止時間の延長
その他	ランチシフト（昼食休憩を午後 1 時~2 時へ） シフト!		
	お盆周辺での夏期休暇及び年休の積極的な取得 シフト!		

*建物全体に対する節電効果

【ステップアップアクション】

節電対策メニュー		削減効果	効果を高める取組
照明	高効率蛍光灯やLED照明に交換 チェンジ!	約 40%	個別紐スイッチの導入検討
その他	デマンド監視装置の導入検討 チェンジ!	+α	省エネルギー診断を活用

※資源エネルギー庁「小口需要家の節電行動計画の標準フォーマット」、日本マイクロソフト社「Windows パソコンを節電して使う術」、名古屋市「省エネ対策虎の巻」、内閣官房（節電啓発等担当）・経済産業省「各種家電製品の省エネ対策による効果試算」を基に作成。削減効果は、設備毎の消費電力に対する節電効果の目安。