

目標：最大電力▲7% (平成22年度比)

さわやか信州

省エネ大作戦

2014夏

6月13日～9月30日
特に13時～16時の節電に、
ご協力をお願いします!



「ピークカットチャレンジ」に参加しましょう

7月30日(水)は、ピークカットチャレンジデー!! (一斉行動の日)

長野県省エネルギー・自然エネルギー推進本部 (事務局 環境部環境エネルギー課)

TEL.026-235-7209 (直通) FAX.026-235-7491 E-mail kankyoene@pref.nagano.lg.jp



涼しさを分けあおう! 信州クールシェア

夏の暑い日、家のエアコンを消して、涼しい場所にでかけて、みんなで涼しさを分け合い(クールシェア)ませんか?
県民のみなさんが、涼しく快適に過ごしていただける施設や場所、行事などを登録・ご紹介しています。

信州クールシェアスポット!

自然の中の涼しい場所や観光スポット、地元のお店や涼しいメニューを提供するカフェなどに外出して、賢く節電の夏を過ごしましょう。

- 山や高原で、自然のクールシェア
- 図書館や美術館で、知的にクールシェア
- レストランで、信州の夏野菜を食べよう

信州クールシェアイベント!

公共機関などが主催するみんなで楽しく集まれるようなイベントなどに、参加してみよう!

- 打ち水イベント
- 環境フェア、省エネセミナー
- 公共施設の施設見学イベント など

このステッカーが目印!



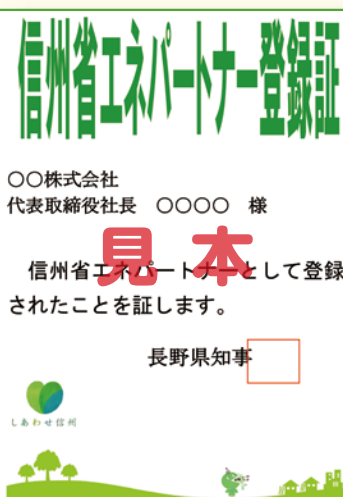
お問い合わせ 長野県環境部環境エネルギー課環境管理係 TEL.026-235-7209 (直通)
<http://www.pref.nagano.lg.jp/ontai/kurashi/ondanka/setsuden/coolshare/index.html>

節電・省エネを積極的に展開中!

「信州省エネパートナー」登録事業者

参加事業者
募集中!

依田窪建設協同組合、有限会社ヤナギサワ電機、北陸コカ・コーラボトリング株式会社長野地区本部、一般財団法人中部電気保安協会長野支店、一般社団法人長野県環境保全協会、株式会社サイベックコーポレーション、長野県ガス協会、株式会社三六組、株式会社創恒、セラテックジャパン株式会社、木窓工房 (順不同、敬称略) (H26.5 現在)



お問い合わせ 長野県環境部環境エネルギー課環境管理係 TEL.026-235-7209 (直通)
<http://www.pref.nagano.lg.jp/ontai/kurashi/ondanka/shoene/partner/boshu.html>





2014年・夏
家庭版

賢く節電♪ Challenge マイナス **7%**!
節電・省エネアクションメニュー

重点アクション



電力消費のピーク時間帯(13時~16時)は、信州クールシェアスポット・イベントへお出かけ♪
家庭のエアコンを止めて、森林や公園、お店などに出かけて、楽しく節電。

信州クールシェアスポット 検索



無料の省エネアドバイスや省エネ診断を受けてみよう！(家庭の省エネサポート制度)
長野県が登録した事業者の省エネアドバイザーが、省エネアドバイスなどを行います。

長野県 家庭の省エネ 検索



照明器具や冷蔵庫などを省エネ型に買い替えて、電気代をダイエット♪
省エネラベルを参考に省エネ性能を比較してみよう。白熱電球は、電球型LEDランプに買い替えよう！



省エネラベル

節電対策メニュー		効果をもとめる取り組みなど	削減効果等
照明	白熱電球は、LED電球や電球型蛍光灯に買い替えましょう。 (LED電球への買い替え費用は1年ほどで元が取れます。)	○白熱灯からLED電球や電球型蛍光灯に買い替えると消費電力は1/4~1/6に削減できます。 ○LED照明は、電球型以外にもラインナップが充実。	5%カット LEDは、白熱灯の6~40倍の長寿命
エアコン	部屋の室温が28℃になるように設定 (2℃上げた場合) 削減効果 10%カット	○“すだれ”や“緑のカーテン”などで窓からの日差しを和らげましょう。 ○無理のない範囲でエアコンを止め、扇風機の使用を。 ○2部屋で使用している場合は、1部屋(1台)に減らす。(家庭内クールシェア)	10%カット 50%カット 30%カット
冷蔵庫	冷蔵庫の庫内温度を「中」に設定 削減効果 2%カット	○季節に合わせて設定温度を調節しましょう。 ○ものを詰め込み過ぎないようにしましょう。 ○壁との間に適切な間隔をあけて設置しましょう。	▲1,360円 ▲960円 ▲990円
テレビ	省エネモードに設定するとともに画面の輝度を下げましょう。 削減効果 2%カット	○テレビの画面は明るすぎないように設定しましょう。 輝度を「最大」から「中」へ 液晶32インチ // プラズマ42インチ (明るさ調節前に画面のお掃除を。)	▲600円 ▲3,340円
待機電力	本体の主電源から切りましょう。 長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜きましょう。	○毎回プラグを抜くのが面倒ならば、「スイッチ付タップ」の利用がオススメです。	2%カット

☆ 使わないときは電源をOFFに！ 1日に1時間、使用時間を減らすと年間で・・・

- エアコン(冷房28℃設定) ▲410円
- テレビ(液晶32インチ) ▲370円 (プラズマ42インチ) ▲1,240円
- 照明(白熱電球54W) ▲430円 (蛍光灯12W) ▲100円
- パソコン(デスクトップ型) ▲690円 (ノート型) ▲120円



合計で
3,360円削減

ライフスタイル

- アイロン、ドライヤー、掃除機、電子レンジ、食器洗い機など消費電力の大きい製品の同時使用は避けましょう。
- 節電のための家事スケジュールをたて、ピーク時間帯(13時~16時)を避けて電気製品を使用しましょう。
- 過大な契約アンペアになっている場合は、適切なアンペアに見直そう。(家電ワット数100ワット⇒1アンペアに換算)

※ 経済産業省「夏季の節電メニュー」、一般財団法人省エネルギーセンター「家庭の省エネ大事典2012年版」を基に長野県が作成。

※ 削減金額は年間の値です。各々の家庭の利用状況や設備内容によって効果は異なる場合があります。

※ 適切な室温管理、こまめな水分補給等により、熱中症にご注意ください。