

一人ひとりの取り組みが大きな力に…

節電・省エネにご協力を！

東日本大震災の影響により、電力供給能力が大幅に低下しています。また、夏場は電力の使用が多くなり、電力の需給バランスが厳しくなることが予想され、各家庭でも15%の節電が必要とされています。

私たち一人ひとりが少しずつ節電の努力をすることで、被災地の復興と安定した電力供給につながりますので、ご家庭等で不要な照明や電気機器の使用を避け、節電への取り組みにご理解とご協力をお願いします。

家庭で今すぐできる節電方法

(家庭全般)

◎電気製品（テレビ、電気ポット、炊飯器など）を使用しないときは、プラグをコンセントから抜き、待機消費電力を少なくしましょう。

(リビング)

◎テレビやパソコンなどは、見るとき、使うときだけ電源を入れ、切るときは主電源から切りましょう。

(台所)

◎冷蔵庫の設定温度を「強」から「中」に変え、扉は開閉を少なくし、食品の詰め込みすぎに注意しましょう。

(洗濯)

◎洗濯機は、お風呂の残り湯を使用し、まとめ洗いで洗濯回数を減らしましょう。

(トイレ)

◎できるだけ温水洗浄便座の使用を避けましょう。使用するときは、温水洗浄便座の設定温度を低めにしましょう。

◎人のいない部屋や廊下の照明は消しましょう。

◎エアコンの設定温度は28度を保ちましょう。

※除湿運転や頻繁なオン・オフは電力の増加になるので注意しましょう。

◎無理のない範囲でエアコンを消して、扇風機を使用しましょう。

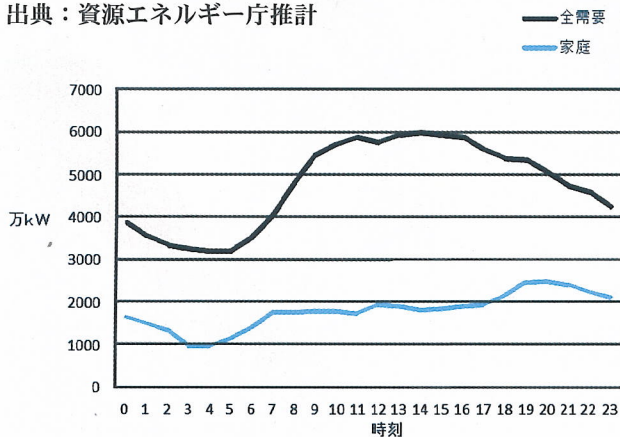
◎早朝にご飯を1日分まとめて炊いて、冷蔵庫に保存しましょう。

夏場は冷房需要が増え、1日の中では、午後2時から3時ごろが全体の電力需要が最も多くなります。

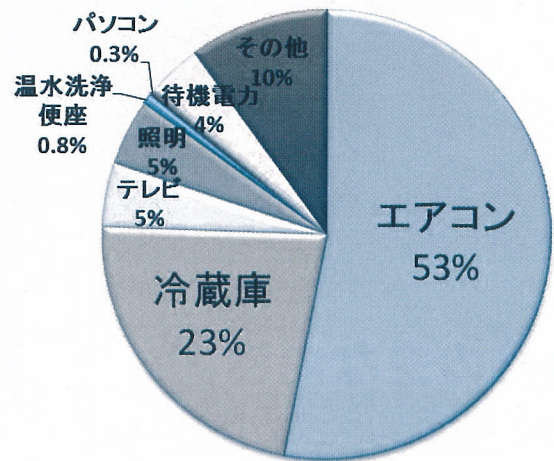
なお、平日の午前9時から午後8時の間は電力需要が高い時間が続きますので、節電にご協力ください。

夏期の1日の電力需要（最大需要発生日）

出典：資源エネルギー庁推計



夏の日中（午後2時ごろ）の消費電力 <<全世界平均>>



出典：資源エネルギー庁調べ
数値は最大需要発生日を想定