

## 家庭における「賢い節電」のヒントをご紹介します

地球温暖化を抑えるためには、一人ひとりの取り組みが大切です。省エネは、小さな心がけでみんなが取り組めば、大きな省エネ効果を得ることができます。

ここでは、市や東京都などがお伝えしている、ちょっとした工夫や心がけでできる節電のヒントの一部をご紹介します。

1. 冬は、冷蔵庫の庫内温度設定を「弱」にしましょう
2. テレビの省エネモード・画面の輝度を下げる設定にしましょう
3. 白熱電球は、LED電球や電球形蛍光灯へ交換しましょう
4. 冬は、「暖房時の室温が20℃」を目安に、それを下回らないよう、エアコンなどの暖房器具や扇風機を上手に使って節電しましょう
5. 寒い日には、エアコンなど暖房の過度な使用抑制は行わないようにしましょう
6. 冬期の電力ピークは「夕方」です。消費電力の大きい家電製品は、平日午後5～6時前後での同時使用を控えましょう。電力需給ひっ迫が案内された時には、特に、使用を控えましょう。