

ご家庭の皆様へ

## 節電に協力しましょう

熊本地震の発生から半年、東日本大震災から5年半が経過しました。我が国のエネルギー供給については、未だ不透明な状況です。引き続き住宅等ご家庭における節電に努めましょう。

### 1. 暖房の見直し

暖房は真に必要なか、見直しましょう。重ね着、ひざ掛け使用等で我慢できないか検討し、必要最小限の時間、最低限の設定温度での暖房に留めましょう。可能なら、当面、電気暖房でなくガス・石油で代替しましょう。部屋全体を暖房するには、消費電力が大きいので、電気ヒータ、電気ストーブ、パネルの使用はやめましょう。



「厚着をして暖房OFF！  
電気ヒータ／ストーブ／  
パネルは使わない！」



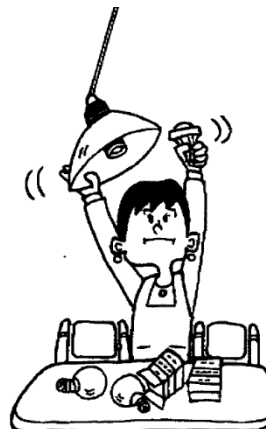
### 2. 照明の見直し

① こまめな消灯を行いましょ。日中は、ブラインドやカーテンを開け、屋外の光で過ごすようにしましょ。



「カーテン開けて  
照明OFF！」

② 白熱電球は、電気を多く使います。電気使用量の少ない蛍光灯やLEDに切り替えましょ。



「白熱電球は  
電球形蛍光灯か  
LEDに交換！」

### 3. 冷蔵庫の見直し

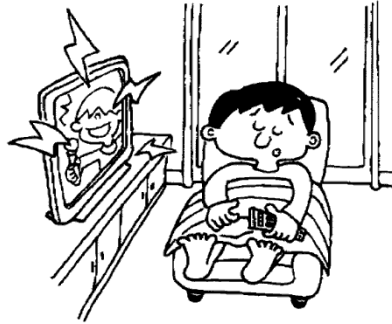
冷蔵庫の設定温度は「弱」にしましょう。  
複数の冷蔵庫をもつご家庭では、真にその台数が必要かどうか、見直しましょう。  
省エネ型への取替えも有効。



「設定温度は弱に！  
2台目はなくてもOK！」

### 4. テレビの見直し

「だらだら見」はやめましょう。画面が明るすぎないか、注意しましょう。  
複数のテレビをお持ちのご家庭は、当面1台を使いましょう。



「見ないときは  
OFF！」

### 5. プラグの見直し

電気器具のプラグは、コンセントに差しておくだけで電気を消費するものもあります。使用していない時間帯は、プラグを抜きましょう。



「使わないとき  
プラグ抜く！」

### 6. パソコンの見直し

使用しないときはスイッチを切るか、省エネ(スリープ)モードに切り替えましょう。画面は明るすぎないように調整しましょう。



「使わないときは  
スイッチOFF！」

### 7. 温水便座の見直し

トイレの温水便座は、必要な時だけプラグをコンセントに入れるように見直しましょう。



「夜間はOFF！」