

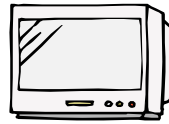


## 照明器具

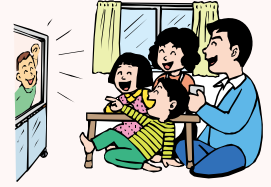


- 照明器具をこまめに掃除。
- 必要のない照明はこまめに消す。
- リモコンを使って消すのではなく、壁スイッチの電源を切って消す習慣を。
- 省エネ型の照明器具に買い換える（照明器具を買い換える場合は「インバーター式器具」がおすすめ）。
- 白熱電球を利用している場合は、なるべく消費電力の少ない「電球型蛍光灯」や「LED電球」に買い換える。

## テレビ



- 見ないときは消す（消すときは主電源をOFFに）。
- 旅行など長期不在の時はプラグを抜く。
- 必要以上に画面を明るくしたり、音を大きくしないようにしましょう。
- 「省エネモード」に切り替える。



## すいはんき 炊飯器



- 長時間の保温は電気のムダです。お使いの製品にもよりますが、1度炊いたご飯を7～9時間以上炊飯器で保温しているようなら、2回に分けて炊いた方が省エネです。
- ご飯は炊飯器で保温するよりレンジで温めましょう。



## せんたくき 洗濯機 洗濯乾燥機

- 洗濯はお風呂の残り湯を利用し、まとめ洗いで洗濯回数を減らす工夫を。
- 衣類乾燥機や洗濯機の乾燥機能の使用をできるだけ控えましょう。



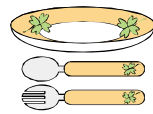
## お風呂 洗面所



- お風呂の自動保温をできるだけ止める。
- 送水にも電気が使われているため、蛇口をこまめに閉めたり、シャワーの時間を少しでも短くする努力を。



## 食器洗浄機



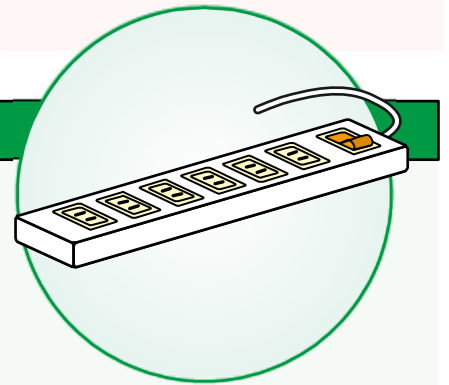
- 食器の汚れをふき取った上で「節約モード」で使う。
- 乾燥機能はできるだけ控えましょう。



### たいきでんりよく

## 待機電力の削減を心がけよう!

使っていない電化製品のプラグがコンセントにささっているだけで電気が流れてしまいます。 ですので、使わないときはコンセントから抜く、または「スイッチ付きタップ（省エネタップ）」を利用して待機電力をこまめにカットしましょう。



## 早寝早起きで節電!



早寝早起きは、夜の消費電力を抑えることになり節電につながります。

## 一家団らんで仲良く節電!

食事や団らんの時などは家族みんなで一つの部屋に集まり、使っていない部屋のエアコン・照明などは必ず消すようにすることも大きな節電につながります。

