

エコな家電の選び方と使い方

しょう すぐ かしこ
省エネ性能の優れた家電を選び、賢く使うことで、消費電力を大幅に節約することができます。

「統一省エネラベル」で星の多い製品を選ぼう



ラベルの年度

ノンフロン電気冷蔵庫は
ノンフロンマークを表示

省エネ性能を
5段階の星で表示

省エネラベル

年間の目安電気料金

買替えによる省エネ効果

冷蔵庫

10年前と比べて
(2006年と2016年)

約-47%

照明器具

電球をLEDに

約-85%

テレビ

6年前と比べて
(2010年と2016年)

約-29%

エアコン

10年前と比べて
(2006年と2016年)

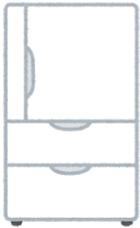
約-7%

家電の種類

選び方

使い方

冷蔵庫



・家族の人数やライフスタイルに合わせて大きさや機能を選ぶ

- ・開いている時間を短くする
- ・物を詰め込みすぎない
- ・熱いものは冷ましてから保存する
- ・壁から適切な間隔で設置する
- ・傷んだパッキングは取り替える

照明器具



・LEDランプに交換する

明るさはほぼ同じ
消費電力が違う
ボール電球 = 蛍光ランプ = LEDランプ
54ワット (60形) > 12~15ワット (15形) > 9ワット (810lm)

- ・器具の掃除で明るさアップ
- ・必要のない灯りは、こまめに消す
- ・壁スイッチの電源を切る習慣をつけて、待機消費電力を削減する

テレビ



・部屋の広さにあった画面を選ぶ

- ・見ないときは消す 消すときは主電源を切る
- ・明るさを調節する前に、画面を掃除する(1週間に1度、乾いた布で掃除)
- ・画面は明るくしすぎない
- ・音量を不必要に大きくしない

エアコン



・部屋の広さにあったものを選ぶ

- ・カーテンで窓からの熱の出入りを防ぐ
- ・フィルターの掃除は2週間に1度行う
- ・室外機のまわりに物を置かない
- ・室内温度は適温に設定する(夏28℃、冬20℃)
- ・風向きを上手に調整する(風向き板は、暖房は下向き、冷房は水平)
- ・扇風機と併用する
- ・長期間使わないときはプラグを抜く