



家庭における冬の省エネ

日本の春夏秋冬の季節ごとの平均気温についてみると、2023年3月から2024年2月にかけて1年間の、春から夏は過去最高、冬は過去2番目の暖かさを記録しています。寒い冬においても気温上昇が確実に進んでいます。今回は家庭の、冬の省エネ対策を紹介します。(CASA レター123号より引用)

●CO₂排出量 冬が全体の35%を占める

図1は家庭におけるCO₂排出量を月別に比較したものです。グラフを見て、意外にも冬の排出量が多いことがわかります。1月が最大で、季節ごとでも、冬(12~2月)が年間総排出量の約35%を占めていて、最も高くなっています。

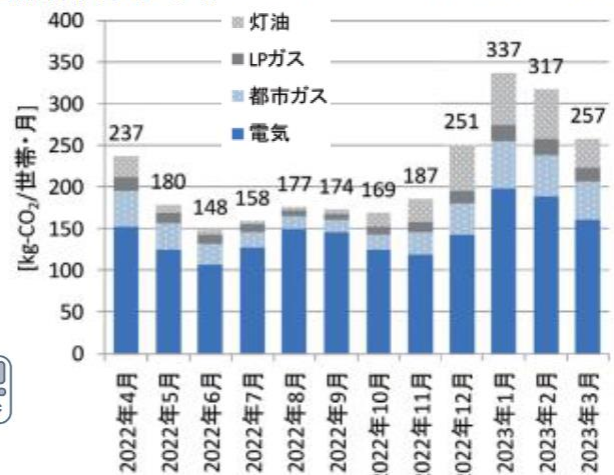
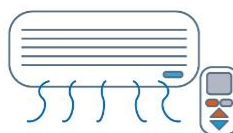


図1：CO₂排出量の季節変化(環境省)

●暖房による対策 エアコンが一番省エネ



- ・図から、全体暖房の暖房器具として、最も省エネなのはエアコンです。(電気ストーブはエアコンの3倍以上のCO₂排出量)
- ・電気ストーブは着替えなどの短時間の使用に留めると大きな省エネに!
- ・電気カーペットやこたつといった部分暖房器具を使うことで、さらに大きな削減効果が期待できます。
- ・暖房の設定温度は20℃を目安に、寒いと感じた場合は、羽織る衣服を1枚増やすと良い。

●給湯による対策 湯量を減らし冷めない対策



- ・シャワーのお湯は、なんとテレビ約300台分のエネルギーに等しい。
- ・入浴は間隔を空けずに入る。(追い炊きを減らせる)
- ・冬場はシャワーを使わないときは、シャワーヘッドを浴槽に向けてお湯をためると浴室の温度が温かくなる。
- ・台所や洗面所では、湯温を下げることも有効。お湯の流しっぱなしはやめる。

●暖かい家を保つ まずは窓の対策



冬に暖めた室内の温度が下がるのは、内から外に熱が逃げていくからです。その熱の出入りについては図3より、58%もの熱が、窓などの開口部から逃げていることがわかります。具体的には、窓などを複層ガラス、あるいは内窓を設置することで断熱が確保できます。

手軽な対策もしてみよう!



- ・窓のサッシなどに隙間テープ、断熱材シートや緩衝材(プチプチ)を貼る。(床に届く厚手のカーテンに替える)
- ・床にカーペットやラグを敷き、さらにその下にアルミシートを敷く。
- ・湿ったタオルを掛けたり、加湿器を利用する(体感温度が上がり、乾燥も防ぎます)
- ・暖房器具の位置を窓の下、窓を背にした状態にして置く。
- ・暖房の風向きを下にする。サーキュレータの利用も有効。
- ・首・手首・足首をカイロや防寒具(マフラーやネックウォーマー)で温める。

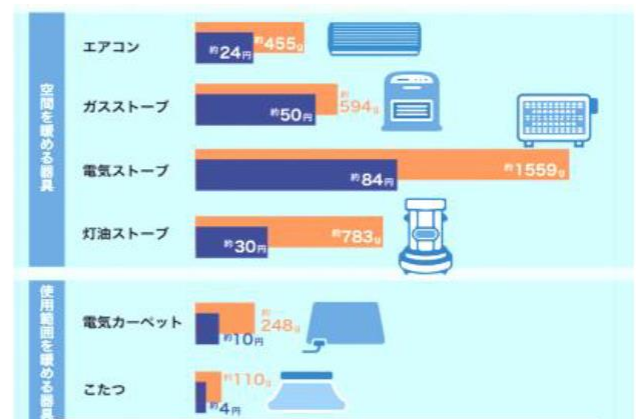
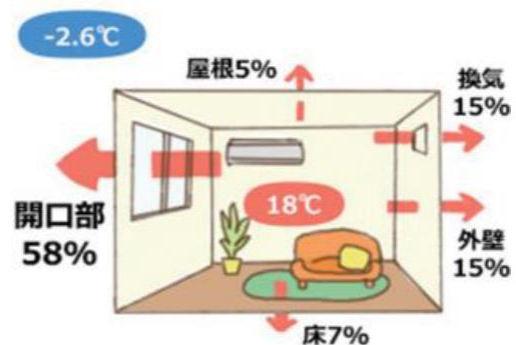


図2：どの暖房器具が省エネなの?
全国地球温暖化防止活動推進センターウェブサイト
(<https://www.jccca.org/>)より

冬の暖房時の熱が
開口部から流失する割合58%



冬の室内からの熱の出入り(資源エネルギー庁)

組合員サービスセンター

電話 0120-299-070 FAX 0120-299-230
携帯からは 072-856-7671(有料)
火曜～金曜：9時～18時 月曜・土曜：9時～17時

*受け付けさせていただいた個人情報に関しては、このとり組み以外には使用しません。