

参考 4 家庭でできる省エネルギー行動

表 80 家庭でできる省エネルギー行動とその効果

	省エネルギー行動	効果
テレビ（定格消費電力 140W の IC-25 型カラーテレビ）	1 日に 1 時間視聴時間を短縮	年間 1 台当たり約 51kWh （1,260 円）
ルームエアコン（定格消費電力 700W ルームエアコン）	夏季冷房の使用日数を 70 日として、1 日に 1 時間使用を短縮	年間 1 世帯（1 台所有）当たり約 49kWh （約 1,210 円）
冷凍冷蔵庫（消費電力量 36kWh/月の冷凍冷蔵庫（400L クラス、3 ドア））	冷凍冷蔵庫の内容物を適正な量に保ち、冷気の循環に注意する	年間 1 世帯当たり約 8kWh （約 200 円）
洗濯機（定格消費電力 110W 洗濯機）	すすぎ前に脱水する	年間 1 世帯当たり 29kWh （約 720 円）
掃除機（定格消費電力 600W の電気掃除機）	集塵袋やフィルターの手入れをしてから掃除する	年間 1 世帯当たり約 18kWh （約 450 円）
照明（定格消費電力 60W の白熱電球）	定格消費電力 20W の蛍光灯に替える	年間 1 世帯当たり 31kWh （約 770 円）
ガス瞬間湯沸器（ガス消費量 8,000kcal/h のガス瞬間湯沸器）	湯沸器の口火のつけっぱなしをやめる	年間 1 世帯あたり約 11m ³ （約 1,400 円）
マイカー （対象車種 2,000cc 乗用車（AT）、燃費 11.7km/ℓ（10・15 モード））	急発進をやめる	10 回で 170cc.
	急加速をやめる	10 回で 110cc.
	余分な荷物は積まない	10kg で 50km 走ると 15cc.
	空ぶかしをやめる	10 回で約 60cc.
	アイドリングをやめる	5 分間で 65cc.
	タイヤの空気圧を点検する	50km 走ると 150cc.
	無計画ドライブをやめる	10 分間で 350cc.
	経済速度で走る	

（資料）「省エネルギー便覧」（（財）省エネルギーセンター）