

★節電やエコに乗じた詐欺まがいの悪質商法にご注意ください

- ・契約は慎重に行いましょう
- ・複数の業者から見積もりをとりましょう
- ・おかしいと感じたらすぐに関係機関に相談しましょう

★事業所や市役所も取り組んでいます

事業所も積極的に節電に取り組み、照明を減らしたり空調を抑えたりしています。また、休日の曜日を変えるなどして、電力使用量が集中しないよう工夫している事業所もあります。市役所でもグリーンカーテンを設置したり照明を減らしたりしています。



電力使用量が多い時間帯を避けて、早朝や夜に時間をシフトするのも効果的。

- 洗濯機はタイマーを利用し、早朝や夜に使用  
→約400Wのシフト
- 食器洗い乾燥機はタイマーを使用し、早朝や夜に使用  
→約900Wのシフト

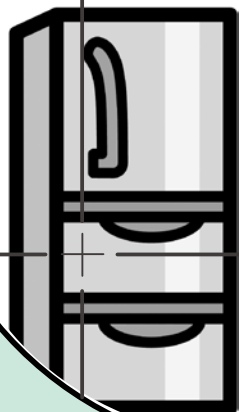
※日中を避けて電気製品を上手に使う(炊飯器、電気ポット、オーブントースター、ドライヤー、浴室乾燥機、電子レンジなど)

**使用時間**  
を  
考  
え  
る

ターゲット4

- 設定を「強」から「中」に変え、扉を開ける時間をできるだけ減らし、食品を詰め込まない  
→約25Wの節電(▲2%)

- ◎庫内にビニールカーテンを取り付ける。
- ◎冷蔵庫は壁面から放熱するので、壁から離して設置。
- ◎飲料など常温で保存できるものは必要な分だけ冷やす。
- ◎熱いものは冷ましてから入れる。
- ①温度管理が必要な生鮮食品の取り扱いに注意しましょう。



ターゲット3  
**冷蔵庫**

★万が一に備えて

災害時に備えて、日ごろから準備をしていますか？東日本大震災の教訓を生かしましょう。

- ・懐中電灯…常に分かりやすい所に置く
- ・携帯型ラジオ…情報入手の必需品
- ・乾電池、電池式携帯電話充電器…停電が長時間にわたった場合に役立つ
- ・飲料水、生活用水…断水に備えてペットボトルや水をためる容器の準備を
- ・使い捨てカイロ…寒い時期には必需品

★まだまだあります！節電対策

- ◎省エネ機器への買い替え  
→機器の消費電力削減
- ◎旅行や外出→家庭の消費電力削減  
！電気製品を今より大型のものに替えると、消費電力が増えることもありますので注意しましょう

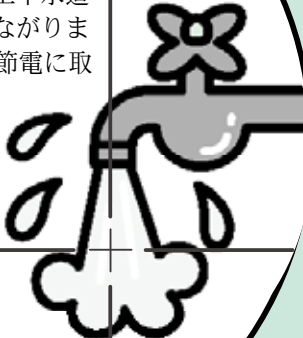
(家庭での節電に関する問い合わせ)  
生活環境課[内線]3425

(水道に関する問い合わせ)  
北上市浄水場 ☎66-3231

節水が節電につながります！

家庭に水道水を送るポンプにも電気が使われています。市民の皆さんが節水すると、水を送るポンプや上下水道施設の消費電力が減り、節電につながります。市内の浄水場も15%を目標に節電に取り組んでいます。

- ◎洗濯物・食器のまとめ洗いやシャワー時間を短縮させる。



ターゲット5  
**節水**

参考資料：『家庭の節電対策メニュー』経済産業省資源エネルギー庁、『東北電力ニュース119号』東北電力(株)

# 家庭で節電大作戦

…… 7月～9月・平日の9時～20時 ……

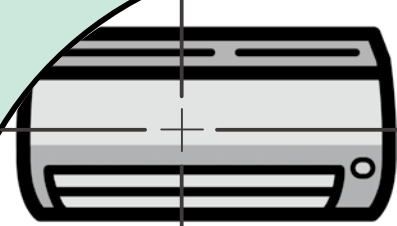
東日本大震災の影響で、電力の供給が落ち込んでいます。これから電気をたくさん使う夏を迎えますが、ピーク時には電力が不足し、広範囲にわたり停電を引き起こしてしまうかもしれません。そこで、家庭では7月～9月の平日9時～20時の間、電力使用量を15%減らすよう求められています。小さな節電でも、皆さん一人ひとりの行動を合わせれば大きな力になります。電力消費を抑えるよう心掛け、みんなで節電の夏を乗り切りましょう。

### なぜ必要？夏場の節電

大震災で被災した発電所が停止しているため、夏の電力需要に対して十分な供給を確保できない状況です。東北電力では、休止中の発電所を再開するなど供給確保に努めています。しかし、電気はためることができません。使用されている量に合わせて発電し、需要と供給のバランスを保っているのです。

気温が平年並みの夏は、ピーク時に使われる電力量が1,300万～1,380万kW、猛暑の場合は、1,480万kWにも上ります。東北電力が確保できると見込んでいる今年の夏の供給力は1,230万kW(5月13日現在)。これを超えて電気を使うとバランスが崩れ、停電してしまう可能性があります。

一日の中で電力使用量が多くなる時間帯は9時～20時。この間、供給量を超える電力を使わないよう、家庭でも事業所でも工夫しなければなりません。



**ターゲット1 エアコン**

- 室温は28℃を目安に設定温度を2℃上げる →約130Wの節電(▲10%)\*
- エアコンを止めて扇風機を使用 →約600Wの節電(▲50%)
- ◎フィルターは2週間に1回掃除を。
- ◎「すだれ」や「よしず」などは窓からの日差しを和らげ、エアコンの稼働を抑える。
- ◎除湿運転や頻繁なオン・オフは消費電力を増加させるので注意。
- ①乳幼児、高齢者や療養中の人の健康、また室内での熱中症に注意しましょう。

※( )内は取り組みを行った場合の削減率です。節電対策のそれぞれの削減率の合計が15%を超えるよう節電しましょう。取り組みによる節電効果の詳しい情報は下記へ。

**★More Information**

節電.go.jp(政府の節電ポータルサイト)  
<http://setsuden.go.jp/>

節電ダイヤル ☎0570-064-443(9:00～17:00)

東北電力コールセンター ☎0120-175-466  
 (月～金、祝日を除く9:00～17:00)  
<http://www.tohoku-epco.co.jp>

節電効果の記載値は、在宅世帯の日中の平均的消費電力(14時:約1,200W)に対する削減率と削減消費電力の目安です(資源エネルギー庁推計)。また、削減率はすべて小数点以下を切り捨てています。



**ターゲット2 照明・待機電力**

- 日中は消灯、夜間の照明もできるだけ減らす →約60Wの節電(▲5%)
- 温水洗浄便座の暖房などを止める →約5Wの節電(▲1%)
- ◎リモコンではなく本体の主電源を切る。長時間使わないときはコンセントからプラグを抜く。