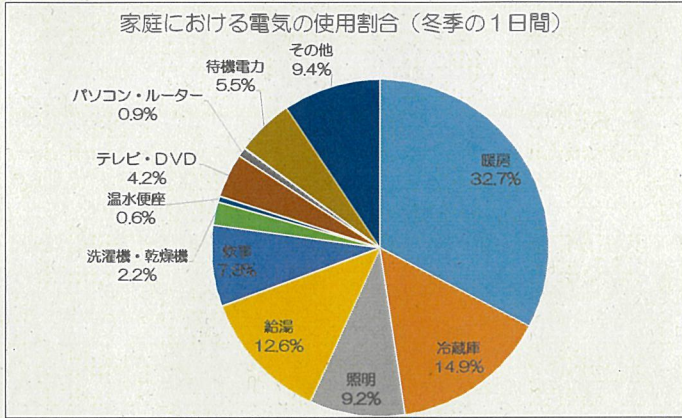


# 家庭でできる地球温暖化防止の取り組み

脱炭素社会の実現には、一人ひとりの取り組みが重要です。

市民のみなさんのご協力をお願いいたします。

## 1. 家庭のどこで電気を多く使っているの？



出典：経済産業省資源エネルギー庁HPより

## 2. 省エネを行うには？

家庭での省エネアクション		
	取組内容	節電効果
暖房	重ね着などをして、室温を下げる。	2. 7%
	室温20℃を目安に設定。	
	目詰まりしたフィルターを清掃する。	0. 8%

暖房	窓には厚手のカーテンを掛ける。	0. 8%
	扇風機やサーキュレータで部屋の上部の暖気を循環させる。	—
照明	リビングや寝室などの部屋の明るさを下げる。	1. 5%
	不要な照明はすべて消す。	4. 5%
冷蔵庫	冷蔵庫の冷やしすぎを避け（強→中）、扉を開ける時間を減らし、食品を詰め込みすぎないようにする。	1. 5%
	壁との間に適切な間隔を空けて設置する。	—
テレビ	省エネモードに設定し、画面の輝度を下げる。見ていない時は消す。	1. 0%
温水洗浄便座	タイマーの節電機能を利用する。機能がなければ便座保温・温水の設定温度を下げ、便座のふたを閉じる。	0. 2%
洗濯機	洗濯は容量の8割以上を目安にまとめて洗いをする。	0. 3%
乾燥機	衣類乾燥機や浴室乾燥機は、部屋干しと併用して使用時間を短くする。	0. 5%
こたつ	使用時間を半分にする。	1. 0%
	上掛けなどを活用し、暖気を逃がさないようにする。	—
電気カーペット	暖房面積を半分にする。電気カーペットの下に断熱マットを敷く。	0. 9%

出典：経済産業省冬季の省エネ・節電メニューパンフレット

### 省エネ家電への買い替えを検討しよう

- ・省エネ家電への買い替えなどは、節電・省エネに有効です。
- ・省エネ家電への買い替えの際は、統一省エネラベルを参考に。



※統一省エネラベルは、製品の省エネ性能や経済性を示したラベルで、エアコン、テレビ、冷蔵庫、冷凍庫、電気便座、温水機器に表示されています。

県などの支援策を活用して、省エネに努めよう

### ・うちエコ診断の活用（（公財）ひょうご環境創造協会）

専門知識を有する診断員が、各家庭の電気・ガスの使用状況などの光熱費、エネルギー使用量などの情報を基に家庭内のどの分野からCO<sub>2</sub>が多く排出されているか診断を行い、各家庭のライフスタイルに合わせたオーダーメイドの省エネ・CO<sub>2</sub>削減対策を提案します。詳しくは、QRコードからアクセス



## 3. 脱炭素社会に向けて、さらに取り組みを行うには？

### 太陽光パネル付き・省エネ住宅に住もう

#### (1) 太陽光パネルを設置しよう

- ・太陽光で発電することによって、CO<sub>2</sub>の排出を抑えることができる

#### (2) ZEH（ゼッチ）を検討しよう

- ・住宅の高断熱化、高効率設備による省エネルギーで消費エネルギーを減らし、太陽光パネルにより再生可能エネルギーを導入し、エネルギーを創ることで、年間の住宅のエネルギー消費量が正味でゼロとなる住宅

#### (3) 省エネリフォーム窓や壁などの断熱リフォーム

- ・断熱・機密性の向上で、冷暖房費を抑えられる
- ・熱中症やヒートショックの予防対策にも

#### (4) 蓄電池（EV・車載の蓄電池）・蓄エネ給湯機の導入

- ・日中の余った電気を家庭用蓄電池で貯めて、夜間の必要な時に電気を使う
- ・光熱費の節約だけでなく、停電時の活用にも

### CO<sub>2</sub>の少ない交通手段を選ぼう

#### (5) スマートムーブ

- ・徒歩、自転車・公共交通機関で移動
- ・エコドライブ（ふんわりアクセル/急停車をしない）の実施

#### (6) ゼロカーボン・ドライブ

- ・再生可能エネルギー電力とEV（電気自動車）、PHEV（プラグインハイブリッド車）、FCV（燃料電池自動車）を活用した、走行時CO<sub>2</sub>排出量がゼロのドライブ

### 食ロスをなくそう

#### (7) 食事を食べ残さない

- ・日本の食品ロス量は、一日あたりおにぎり約1個分。自分の食べられる量の注文をし、もし残す場合は持ち帰りましょう

#### (8) 食材の買い物や保存等での食品ロス削減の工夫

- ・食べきれぬ量を買う、保存を工夫して、食べ物を捨てない、食品ロスを減らそう！

#### (9) 旬の食材、地元の食材でつくった菜食を取り入れた健康な食生活

- ・地元の食材を消費することで、新鮮なものを食べられる
- ・配達時などのCO<sub>2</sub>も削減

そのほかの詳しい取り組みは



資源エネルギー庁HP  
省エネポータルサイト



環境省HP ゼロカーボンアクション30