# 冬季におけるコロナ禍での 省エネルギーの取組について

リーフレット版 (オフィス向け・家庭向け)

> ポスター版 (オフィス向け)

この冬季 コロナ禍でも ひと工夫

# オフィスでも省エネに 取り組みましょう

コロナ禍でのオフィスや車の中でできる、省エネへの具体的な取り組みをご紹介します。

🔭 テレワークなどで人が少ないオフィスでできる省エネ対策 🍑





OA機器



コピー機など、長時間使用しない場合を想定し、 スタンバイモードに設定されているかを確認し ましょう。

パソコンの「ディスプレイの電源を切る」や「PC をスリープ状態にする」の時間を短くしたり、画 面の輝度を下げるなど、設定を確認しましょう。





昼間の日差しを取り入れたり、人がいない スペースの暖房を消したり、エアコンのフィ ルターをこまめに清掃するなど、暖房につい て工夫してみましょう。

また、ひざ掛けを使って過ごすなどのウォー ムビズを実践しましょう。

※感染症対策のために換気は行いましょう。

照明



不要な照明はこまめに消灯した り、人感センサーを活用した消 灯や、思い切ってLEDに変える ことも考えてみましょう。



冬季は良くお湯が使われます。 給湯器の温度を下げて、洗い物 をしたり、給湯器を買い替える 場合には、省エネタイプのもの も検討してみましょう。

温水 洗浄便區



使用状況を確認し、温水洗浄 便座の温度設定を見直した り、タイマー機能がある場合 は活用しましょう。

### 移動の際の自動車で できる 省エネ対策



自動車を利用する場合には、エコドライブ 10のすすめを実践してみましょう。(ふん わりアクセル、減速時は早めにアクセルを 離す、ムダなアイドリングはしない等)

「省エネ診断」などを活用し、 省エネや節電等に関する取組 を検討してみましょう。

省エネルギーセンター 無料

#### 関連情報はこちら

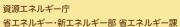


省エネポータルサイト 「無理のない省エネ節約」 (資源エネルギー庁)

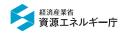


省エネルギーガイドブック 工場編・ビル編 (一般財団法人 省エネルギーセンター)

#### お問い合わせ



ኒ 03-3501-9726





# この冬季 **コロナ**禍でも ひと工夫 \*\*\*

# ご家庭でも省エネに ・ 取り組みましょう



寒い冬は、エネルギーの使用が増える季節です。

この冬は特に、感染症予防の影響で、ご自宅で過ごす時間が多くなると思われます。少しの工夫でできる省エネへの具体的な取り組みをご紹介します。ぜひご家族みんなで取り組んでください!

#### 冷蔵庫



自宅での食事が増えると、冷蔵庫の中の ものも増え、冷やすための電気も増加します。

- ☆ 冷蔵庫の温度設定を確認しましょう。(強から中や弱にする)
- ☆ 冷蔵室は、庫内が均一に冷えるように、常温保存できるものは冷蔵庫から出したりしながら、隙間を空けて食品を入れましょう。

※食品の傷みにも注意

# 暖房



#### 暖房をつける時間も長くなります。

- ☆暖まった空気を循環させたり、厚手のカーテンや床まで届く長いカーテンを使用して、暖房効果を高めましょう。 また、フィルターの清掃も有効です。
- ☆ひざ掛けを使って過ごすなどのウォームビズを実践しましょう。

#### 照明



在宅時間が増え、冬は日照時間も短いので、照明を多く使います。

☆ 不要な照明はこまめに消灯したり、思い切って LEDに変えることも考えてみましょう。

#### パソコン



テレワークによりパソコンの 使用時間が長くなります。

貸「ディスプレイの電源を切る」や「PCをスリーブ状態にする」の時間を短くしたり、画面の輝度を下げるなど、設定を確認しましょう。

## テレビ



テレビをつける時間も 長くなりがちです。

☆ 視聴しない時はこまめに消したり、画面の設定 を確認して、部屋の明るさに合わせた適切な明 るさで視聴しましょう。

#### お風呂



寒い冬には、ゆっくりとお風呂に つかることも多くなり、 追い炊きの機会も増えます。

當隔をあけずに入浴したり、間隔をあける場合で もフタをして浴槽にためたお湯の熱を逃がさな いようにしましょう。

#### 温水 洗浄便座



トイレに行く機会も増え、 冬は暖房便座を使用する家庭も 多くなります。

協熱防止のために、フタの閉め忘れが無いように心がけましょう。お出かけ前や就寝前はタイマーなどの節電モードを上手に使いましょう。

「うちエコ診断」などを活用し、 年間のエネルギー使用量や光 熱費などの情報をもとに、お住 まいの気候やご家庭のライフ スタイルに合わせた省エネ対策 を検討してみましょう。

**Q** 家庭エコ診断制度

#### 関連情報はこちら



**省エネポータルサイト** 「無理のない省エネ節約」 (資源エネルギー庁)

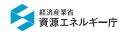


**省エネルギーガイドブック 工場編・ビル編**(一般財団法人 省エネルギーセンター)

お問い合わせ

資源エネルギー庁 省エネルギー・新エネルギー部 省エネルギー課

t. 03-3501-9726





この冬季 **コロナ禍**でも ひと工夫 🍑

# オフィスでも省エネに 取り組みましょう



### テレワークなどで人が少ないオフィスでできる省エネ対策

OA機器 (PC,コピー機)



#### 設定を確認しましょう

- □ コピー機など、長時間使用しない場合を想定し、
   スタンバイモードに設定されているかを確認し
   ましょう!
- \*\* パソコンのスリープ機能や、画面の輝度を下げるなど設定を確認しましょう!

暖房



#### 効率を考えてみましょう

- ひざ掛けを使うなど「ウォームビズ」も効果的です!

照明



#### こまめに消しましょう

- ★ 不要な照明はこまめに消灯したり、人感センサーを活用しましょう。
- 📸 思い切ってLEDに変えることも検討を。

給湯器



#### 温度を調整しましょう

- 冬季はお湯の使用が増加しますが、温度を下げるのも効果的です。
- 買い替えの際には省エネタイプを検討してみましょう。

温水 洗浄便座



#### 使用状況を確認しましょう

- ☆ トイレの使用状況を確認し、温水洗浄便座の温度設定を見直しましょう。
- ☆ タイマー機能がある場合には活用しましょう。

さらに

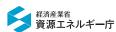
## 移動の際の自動車でも 省エネ対策を!



自動車を利用する場合には、エコドライブ10のすすめを実践してみましょう。(ふんわりアクセル、減速時は早めにアクセルを離す、ムダなアイドリングはしない等)

「省エネ診断」などを活用し、 省エネや節電等に関する取 組を検討してみましょう。

省エネルギーセンター 無料









省エネポータルサイト 「無理のない省エネ節約」 (資源エネルギー庁)



省エネルギーガイドブック 工場編・ビル編

(一般財団法人 省エネルギーセンター)

#### お問い合わせ

資源エネルギー庁

省エネルギー・新エネルギー部省エネルギー課

**ኒ 03-3501-9726** 

