

手軽に省エネ！

省エネ DIY で



未来のために、いま選ぼう。

家を エコ&快適 に

省エネルギー住宅は
お財布にも健康にも地球にも優しい

家の中も夏は暑い・冬は寒いのは、仕方ない…

なかなか家のリフォームまでは手が出ない…

そんなときは、省エネグッズを使って、

自分で手軽に住宅の省エネをしてみませんか？

夏は太陽の熱を家に入れない。

冬は寒い空気を中に入れない。暖房の空気を外に逃がさない。

ちょっとした工夫で、住宅をさらに快適にしませんか。



室内の暖かい空気を守って快適な部屋に



窓に断熱シートを貼って 室内の暖かい空気を守る

窓用の断熱シート・断熱フィルムなどで窓ガラスの断熱をすると、冬の冷たい空気が室内に伝わることを防ぎ、また、暖房で暖まった室内の熱が外へ逃げるのを防ぐと、暖房が効きやすい快適な部屋になります。

※窓ガラスの種類によって、使用できる製品が異なります。製品の説明書を確認して、適切な製品を選んでください。

※製品によって断熱性能が異なります。購入の際は、断熱性能を確認してください。

ひと工夫

- エアコンやファンヒーターのフィルターにホコリなどがたまっていると、暖房効率が下がります。こまめにお手入れしましょう。
- エアコンの室外機の吹出口がふさがれると、暖房効率が下がります。吹出口の近くにはものを置かないようにしましょう。
- 暖かい空気は下から上へと移動します。エアコンの暖房の風向きは下向きにすると、部屋が効率よく暖まります。

断熱・保温カーテンで 空気も見た目も暖かい部屋に

カーテンで窓からの熱の出入りを防ぐことも大切です。

断熱性能の高いカーテンを選べば、暖房の効率がさらにアップします。保温効果のある厚い生地のカーテンのほか、レースタイプなど、種類も色々あります。機能や好みに合わせてカーテンを選んで、快適な部屋にしましょう。



断熱マットで 床の冷たさを防ぐ

電気カーペットの下に断熱マットを敷いたり、電気コタツを敷布団等と併用したりすることで、熱が床へ逃げることを防ぎ、効率よく温まります。

また、床にコルクマットなどを敷くと、床からの冷たい空気を防ぐことができます。

ひと工夫

- 電気カーペットの温度設定を低めに設定しましょう。
「強」から「中」にした場合、年間で電気代約5,020円の節約になります。

※3畳用で、1日5時間使用した場合

お風呂でかしこく節水

節水シャワーヘッドで簡単にお湯を節約



1分間のシャワーのお湯は約12㍑。15分シャワーを使うと、180㍑にもなります。使わないときはこまめにお湯を止めましょう。

シャワーヘッドを節水型に交換すると、簡単で効果的です。40%^(*)節水できるシャワーヘッドに交換した場合、1回で72㍑、1年間では約26,280㍑もお湯の節約になります。(180㍑×40%×365日=26,280㍑) ※節水率は製品によって異なります。

ひと工夫

- お風呂は家族で間隔をあけずに入りましょう。2時間放置して4.5°C低下したお湯200㍑を追い焚きした場合、年間でガス代が約6,880円かかります。
- 家族や使用状況によって、お風呂とシャワーのどちらのほうが水とガスの無駄が無いか比べて、省エネな使い方を選びましょう。

照明をLEDに交換

夜が長くなる冬は、照明を使う時間も増えます。LED照明には色や照らす範囲など種類もいろいろあります。用途と好みに合わせて選んでください。白熱電球を電球形LEDランプに交換すると、年間で電気代約2,430円節約になります。

※54Wの白熱電球から9Wの電球形LEDランプに交換した場合

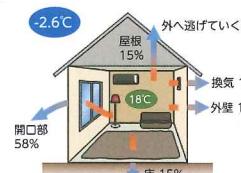


熱はどこから外に出る？　どこから部屋に入ってくる？

冬の暖房時、外に逃げる熱の半分以上が窓から出て行きます。また、夏の冷房時には、外から入る熱の約70%が窓から入ってきます。

家の断熱性能を高めることで、部屋の中の冷暖房の効率がよくなります。

■冬の暖房時(熱)が
開口部から流失する割合 58%



■夏の冷房時(熱)に
開口部から熱が入る割合 73%



出典：一般社団法人 日本建材・住宅設備産業協会

さらに本格的に断熱するならリフォーム

本格的な断熱をする場合は、屋根や壁、床の断熱や、複層窓や樹脂製のサッシ等での開口部（窓・窓枠）の断熱が効果的です。

住宅を建てる・リフォームする・借りるときは、断熱性能にも注目してください。

11月～12月 省エネグッズを集めた省エネDIYコーナーを設置します！

協力企業一覧（五十音順）



神奈川県ホームページ <http://www.pref.kanagawa.jp/cnt/f536517/p1170886.html>

神奈川県 住宅の省エネルギー化

2017年11月から12月にかけて、左の協力企業の一部店舗で、省エネグッズをまとめた省エネDIYコーナーを設置しています。

ぜひこの機会に省エネグッズを使って家の断熱・省エネをお試しください！

実施店舗・コーナー設置期間など詳細は、神奈川県のホームページをご覧ください。



身边に取り組める省エネ行動の例



家庭で電気やガスなどを使うと、二酸化炭素(CO₂)が出ます。私たちの出すCO₂の増加が地球温暖化の原因となっています。異常気象の発生や、病気の媒体となる生物の生息域の拡大など、私たちの生活にも影響が出てきています。日常生活の中で環境にやさしい行動を選びましょう。一人ひとりの小さな積み重ねがCO₂などの削減につながります。

電気冷蔵庫

- 熱いものは冷ましてからしまう
- 室温が低いときは、庫内の設定温度も控えめに設定する
- ものを詰め込みすぎないようにする

ジャー炊飯器

- なるべく保温時間を短くする
保温が4時間^(*)を超えると、電子レンジで温め直すほうがオトク
※製品によって異なります。

調理器具

- 圧力鍋などの省エネ調理器具を使う
- 鍋蓋の活用、余熱調理など、エコクッキングをやってみる

照明

- 照明のカバー等をこまめに掃除する
- 白熱電球をLED照明に交換する
- 部屋に合った明るさにする

テレビ

- 見ないときは、こまめに電源を切る
- 画面を明るさや音量は、上げすぎず適切にする

ライフスタイル

- 早寝早起きをする
- 「3つの首(首、手首、足首)」を暖める



環境農政局環境部環境計画課

〒231-8588 横浜市中区日本大通1 電話 045-210-4053 (直通)



この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。



P-B10164



ノンVOCインキ(石油系溶剤0%)など印刷資材と製造工程が環境に配慮されたグリーンプリント認定工場にて、印刷事業において発生するCO₂全てをカーボンオフセット(相殺)した「CO₂ゼロ印刷」で印刷しています。