

今年も節電の夏に――

少しずつ日差しがきつくなり、気温の上昇とともに夏の訪れを感じる時期になりました。

同時に、テレビや新聞などで「節電」に関する情報も耳にすることが多くなりました。

国においても「節電アクション」のキャッチフレーズのもと、今夏も節電が呼びかけられています。

四国電力においては、特に

7割以上の節電

需要の厳しい7月2日から9月7日まで（8月13日～15日を除く）の間、平日昼間の時間帯（9時～20時）について、猛暑であった一昨年と比較して7割以上の節電を目標として、節電の呼びかけを行っています。

では、具体的に家庭ではいつ、どんな風に節電すればいいのでしょうか。

日中（13時～16時）ピーク

夏の電力使用量の特徴として、特に日中（13時～16時）頃に最大となる傾向が見られます。通常、9時から20時までの節電が呼びかけられていますが、その中でも13時から16時までの節電対策が特に重要になります。

家庭でできる節電対策

家庭で比較的簡単にできる節電対策を紹介します。

▼エアコンの設定温度を28度に

エアコンは夏の日中における電力使用量の約58割を占めると言われています。（在宅世帯の場合）

夏の冷房時の温度設定を1度高くすることで、約13割も消費電力の削減に繋がります。

扇風機で部屋の空気を回す、最初の15分ほどだけ除湿機能を使う、フィルターをこまめに掃除するなど、他の対策と合わせて行うことで、少しでも快適に過ごすことができますと同時に、節電効果アップにもなります。（ただし、除湿機能は冷房よりも電力を多く消費するため、使用する場合は15分ほどに抑えましょう）

また、同時に「必要な時だけつける」を心掛け、外出する場合は、家を出る直前ではなく、少しだけ早めにエアコンを切るようにしましょう。

▼必要のない照明はこまめに消しましょう

長時間部屋を空けるとき、人のいない部屋や廊下はこまめに消灯しましょう。

また日中、日差しがあり部屋が明るいときは、なるべく



照明をつけないこと、照明の間引きや照度の調整をするなど、必要最小限の灯りを心掛けましょう。

照明のカバーなどをこまめに掃除することで明るさアップにも繋がります。

▼テレビを見ないときは消しましょう

テレビはリモコンで消しただけでは、エネルギーを消費しています。長時間テレビを見ないときには、主電源から消すように心がけましょう。

また、テレビの音量を必要以上に大きくしないことや画面をこまめに掃除して画面の明るさを少しだけ暗めに設定するだけでも節電に繋がります。

▼普段使用しない電化製品などのコンセントは抜いておく

待機電力は家庭の消費電力量の約6割を占めるとも言われており、いかにこの待機電力を減らしていくかも、節電する上での重要な対策となります。

携帯の充電器やアイロンなど使用していない電化製品はコンセントからプラグを抜くように心掛けましょう。

※待機電力とは――

電源が切れている（使用していない）状態においても、コンセントに接続されたままの場合に消費される電力のこと。

