

家庭版「ピークカットアクション 21」

■ 「ピークカットアクション21 ～冬期版～」(12～3月)

No	分野	対策
1	エアコン	・ 暖房の温度設定を控えめにする(20℃が目安)。
2		・ 使用時に扉やカーテン・ブラインドを閉める。
3		・ フィルターをこまめに掃除する。
4		・ こたつなど効率良い部分暖房や、石油／ガストーブ、湯たんぽなど電力をつかわない器具の活用を心がける。
5		・ 重ね着や膝かけなど、衣類の工夫を心がける。
6	照明	・ 電球の間引き、照度の調整をする。
7		・ 器具のこまめな掃除で明るさをアップする。
8	冷蔵庫	・ 温度設定を控えめにする(弱に設定する)。
9		・ 開いている時間を短くし、余分な開閉はしない。
10		・ 物を詰め込みすぎないようにする。
11	テレビ	・ 画面のこまめな掃除で明るさをアップする。
12		・ ビデオ・DVDやゲーム機器のつけっぱなしに注意する。
13	その他	・ 温水洗浄便座の温水・便座の温度設定を控えめにし、つかわないときには保温便座のふたを閉める。
14		・ 炊飯は早朝にまとめ炊きをし、保温機能は使用しない。
15		・ 電気式衣類乾燥機は極力使用しない。
16	電化製品共通	・ スイッチをこまめに切る。
17		・ 省エネ効果の高い製品への買い換えや、省エネモードやタイマー機能の活用をする。
18		・ 季節によって必要ない機器や、使用頻度の低い機器はコンセントを抜くまたは主電源を切る。
19		・ スイッチ付きテーブルタップの活用で、待機電力の削減を心がける。
20	生活行動の工夫	・ 家庭において、特にピークカットが求められる時間帯(18:00以降)(※)の電力使用を極力抑える。
21		・ 家族が同じ部屋で過ごし、消費電力を抑える。

※ 時間帯については、政府の電力需給対策によって見直す可能性がある。