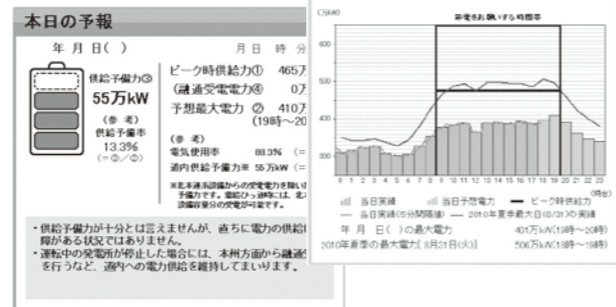


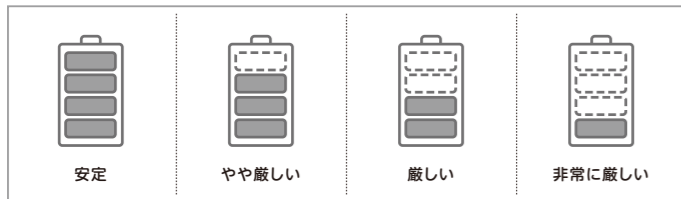
## 「でんき予報」のご案内

ほくでんホームページの「でんき予報」では、ピーク時供給力や予想最大電力等の需給状況をお知らせいたします。節電にご協力いただく際の参考として、ご活用ください。(翌日の予報は毎日18時頃に公表しております。)

### ■ほくでんホームページ「でんき予報」(イメージ)



### ■でんき予報(供給予備力)の凡例



## ほくでんからの「需給ひっ迫のお知らせメール」について

発電設備の計画外停止が重なるなど、万が一電力の需給状況が非常に厳しい見通し(供給予備率が3%を下回る)となった場合、緊急の節電をお願いするため、あらかじめご登録いただいたメールアドレスに、ほくでんから「需給ひっ迫のお知らせメール」を配信いたします。ぜひ、ご登録をお願いいたします。

#### 前日の18時頃

翌日の供給予備率が3%を下回ると見込まれる場合にお知らせ。

#### 当日の8時頃

当日の供給予備率が3%を下回ると見込まれる場合にお知らせ。

※上記以外においても、需給状況に関するお知らせを配信することがあります。なお、早朝・深夜の時間帯については、配信しないことがあります。

平成25年度冬季以降にご登録済みのお客さまは自動登録されますので、あらためてのご登録は不要です。

携帯電話から



パソコン・スマートフォンから

[http://www.hepco.co.jp/shortage\\_info/](http://www.hepco.co.jp/shortage_info/)

ほくでん 需給ひっ迫のお知らせ

右の二次元バーコードまたは  
[http://www.hepco.co.jp/m/shortage\\_info/](http://www.hepco.co.jp/m/shortage_info/)  
からアクセス願います。

## 節電に関するお問い合わせ

### ■お電話によるお問い合わせ

旭川支店 お客さまセンター (0166)23-1121  
稚内営業所 お客さまセンター(0162)23-4001  
浜頓別営業所 お客さまセンター (01634)2-2008  
名寄営業所 お客さまセンター (01654)3-2131  
留萌営業所 お客さまセンター (0164)42-1390  
深川営業所 お客さまセンター (0164)22-4111  
富良野営業所 お客さまセンター (0167)23-4131

北見支店 お客さまセンター (0157)26-1111  
紋別営業所 お客さまセンター (0158)24-3121  
遠軽営業所 お客さまセンター (0158)42-2185  
網走営業所 お客さまセンター (0152)43-4106

札幌支店 お客さまセンター (011)251-1111  
札幌北支社 お客さまセンター (011)772-7101  
札幌西支社 お客さまセンター (011)662-2171

札幌東支社 お客さまセンター(011)892-8111  
札幌南支社 お客さまセンター(011)572-1111  
千歳支社 お客さまセンター (0123)23-5101  
岩見沢支店 お客さまセンター(0126)22-0601  
滝川営業所 お客さまセンター(0125)24-7166  
栗山営業所 お客さまセンター(0123)72-1071

小樽支店 お客さまセンター (0134)23-1111  
余市営業所 お客さまセンター(0135)23-2161  
岩内営業所 お客さまセンター(0135)62-1512  
倶知安営業所 お客さまセンター(0136)22-0150

釧路支店 お客さまセンター (0154)23-1111  
中標津営業所 お客さまセンター(0153)72-2010  
弟子屈営業所 お客さまセンター(015)482-2019

根室営業所 お客さまセンター(0153)24-3181

帯広支店 お客さまセンター (0155)24-5161

室蘭支店 お客さまセンター (0143)47-1111

苫小牧支店 お客さまセンター(0144)32-5321  
富川営業所 お客さまセンター(01456)2-0019  
静内営業所 お客さまセンター(0146)42-0009  
浦河営業所 お客さまセンター(0146)22-2108

函館支店 お客さまセンター (0138)22-4111  
八雲営業所 お客さまセンター(0137)62-2531  
江差営業所 お客さまセンター(0139)52-0085  
福島営業所 お客さまセンター(0139)47-2021

受付時間 平日/9:00~17:00(土・日・祝日を除く)  
番号をよくお確かめのうえ、お掛け間違いのないようお願いいたします。

※電話が繋がりにくい場合がありますので、あらかじめご了承ください。  
※営業所への電話によるお問い合わせは、自動転送により、管轄する支店で承る場合がございます。

■ほくでんホームページ [www.hepco.co.jp](http://www.hepco.co.jp) ほくでん 節電



## ご家庭における節電のお願い

平素より弊社事業にご理解を賜り、厚く御礼申し上げます。

この冬におきましては、さまざまな電力需給対策に最大限取り組むことにより、電力を安定供給するうえで最低限必要な供給予備率は確保できる見通しです。

しかしながら、北海道においては、他電力からの電力融通に制約があること、発電所一機のトラブル停止が予備率に与える影響が大きいこと、厳寒であるため、万が一の電力需給のひっ迫が、国民の生命、安全を脅かす可能性があることなどの北海道の特殊性を踏まえ、多重的な対策を講じてまいります。

お客さまにはご不便とご迷惑をおかけいたしますが、引き続き無理のない範囲で、これまで取り組んでいただいている節電にご協力を賜りますようお願い申し上げます。

### ご家庭で節電をお願いしたい期間・時間帯

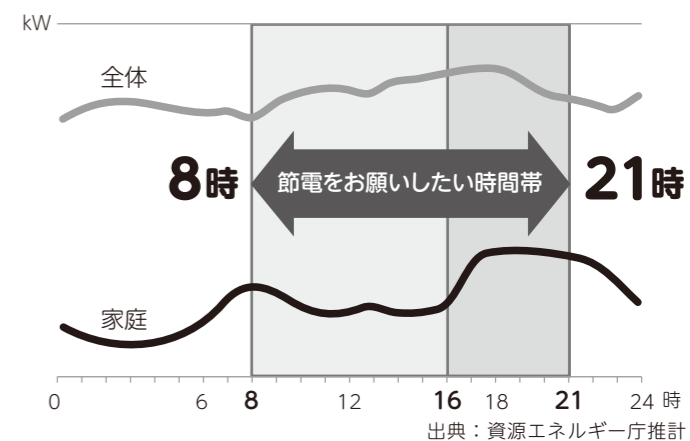
12月1日(月)~3月31日(火)

※12月29日から31日までおよび1月2日を除く。

平日8時~21時

- 特にご家庭においては、電気のご使用が増える夕方以降(16時~21時)の時間帯の節電にご協力をお願いします。
- なお、この冬の需要として見込んでいる定着節電量の水準(2010年度最大電力比:▲4.7%)を目安に節電をお願いします。
- 冬季の北海道は夜間も電力需要が高い水準にあるため、上記以外の時間帯についても、可能な範囲での節電をお願いします。

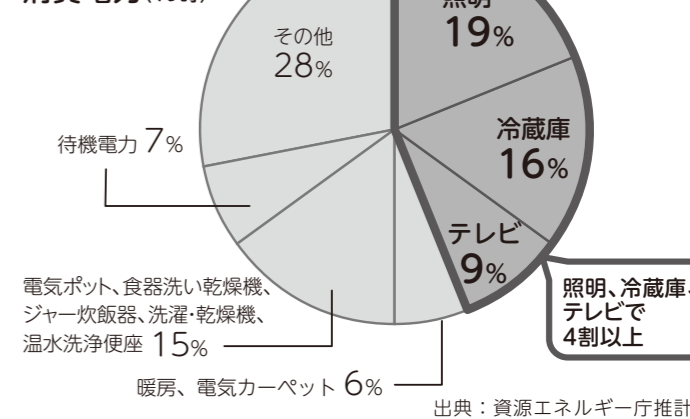
冬の北海道における平日のご家庭での電気の使われ方(イメージ)



### 節電にご協力いただきたい電気製品

照明、冷蔵庫、テレビ等を中心に、普段お使いの電気製品について節電のご協力をお願いします。また、外出の際には待機電力等の削減もお願いします。ご家庭では冬の19時に平均で約1,000Wの電力を消費しており、**照明、冷蔵庫、テレビで4割以上**を占めています。外出中の場合でも、冷蔵庫、温水洗浄便座、待機電力等により、平均で約250Wの電力を消費しています。

冬のご家庭での消費電力(19時)





# ご家庭での具体的な節電方法

## 一般的な電気製品の節電ポイント

普段お使いの機器の使い方を工夫していただき、節電にご協力をお願いします。

### 照明

- 不要な照明をできるだけ消しましょう。

白熱電球(54W)1灯の点灯時間を1日1時間短くする。  
●年間で電気約**20kWh**の省エネ

### テレビ

- 画面の輝度を下げましょう。
- 必要なとき以外は消しましょう。

1日1時間テレビ(液晶32インチ)を見る時間を短くする。  
●年間で電気約**17kWh**の省エネ

### パソコン

- 省電力設定を活用しましょう。

ノート型を1日1時間利用時間を短くする。  
●年間で電気約**5kWh**の省エネ

### 掃除機

- 紙パック式はこまめにパックを交換しましょう。
- 掃除機のかわりにモップやほうぎをしましょう。

利用時間を1日1分短くする。  
※部屋を片付けてから掃除機をかける。  
●年間で電気約**5kWh**の省エネ

### 冷蔵庫

- 冷蔵庫の設定温度を控えめにしましょう。
- ※食品の傷みにご注意ください。
- 扉を開ける時間をできるだけ減らし、食品を詰め込み過ぎないようにしましょう。
- 壁との間に適切な間隔を空けて設置しましょう。

設定温度を「強」から「中」にする。(周囲温度22℃)  
●年間で電気約**62kWh**の省エネ

### 電気ポット

- お湯はコンロで沸かし、ポットの電源は切りましょう。

長時間使わないときはプラグを抜く。  
※ポットに満タンの水2.2ℓを入れ沸騰させ、1.2ℓを使用後、6時間保温状態にした場合と、プラグを抜いて保温しないで再沸騰させて使用した場合の比較  
●年間で電気約**107kWh**の省エネ

### 温水洗浄便座

- 便座暖房・洗浄水の設定温度を下げ、不使用時はフタを閉めましょう。

使わないときはフタを閉める。  
●年間で電気約**35kWh**の省エネ

### 洗濯機

- 洗濯機の容量の8割を目安に、まとめ洗いをしましょう。

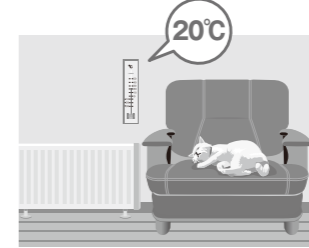
洗濯はまとめてする。  
※定格容量(洗濯・脱水容量:6kg)の4割を入れて洗う場合と、8割を入れて洗う場合との比較  
●年間で電気約**6kWh**の省エネ

## 暖房等の節電ポイント

冬の北海道には無くてはならない暖房ですが、適正な温度設定等による節電へのご協力をお願いします。

### 暖房機器全般

- 無理のない範囲で室内の温度設定を20℃にしましょう。なお、寒さを感じた場合は少し厚着をしましょう。
- 外出時、就寝時、人がいない部屋の暖房は無理のない範囲で控えるようにしましょう。



### 体感温度アップ!

ひざ掛け +2.5℃  
カーディガン +2.2℃  
くつ下 +0.6℃

### 電気カーペット

- 人のいる部分だけをあたためるようにしましょう。
- 設定温度を低めにしましょう。
- 床に熱が逃げないように、断熱マットを敷くと効果的です。



設定温度を低めにする。  
※3畳用で設定温度を「強」から「中」にした場合(1日5時間使用)  
●年間で電気約**186kWh**の省エネ

### 電気こたつ

- こたつ布団に、上掛けと敷布団をあわせて使しましょう。
- 設定温度を低めにしましょう。

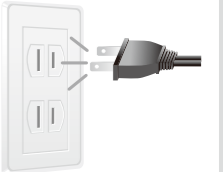


設定温度を低めにする。  
※設定温度を「強」から「中」にした場合(1日5時間使用)  
●年間で電気約**49kWh**の省エネ

## その他

### 待機電力

- リモコンではなく、本体の主電源を切りましょう。
- 長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜きましょう。



### 省エネ型機器への買い替えも効果的

電気機器を買い替える際には、省エネラベルの星の数を参考にして、省エネ型機器への買い替えも効果的です。



〈統一省エネラベル〉

### 節電時にご注意いただきたいこと

- 暖房の控え過ぎにご注意いただき、体調管理には十分気をつけてください。
- 暖房機器をご使用の際は、「ご使用上の注意」等をご確認いただき、安全にお使いください。
- ポータブル石油ストーブ等をご使用される場合には、特に以下のことを注意しましょう。
  - ・定期的窓を開ける等して必ず換気をしてください。新鮮な空気が不足すると、一酸化炭素が発生します。
  - ・洗濯物や布団等はストーブの近くに置かないようにしましょう。
- 融雪用電力(ルーフヒーティング、ロードヒーティングなど)の節電にご協力いただく場合は、落雪事故、水道および路面凍結による事故にご注意ください。
- 外気温が低いときや建物の断熱性能が低い場合、室温の低下による結露の発生にご注意ください。
- それぞれのご事情に応じ、生活に支障のない範囲でご協力をお願いします。

出典:一般財団法人 省エネルギーセンター「家庭の省エネ大事典」

# ご家庭での節電効果のご確認

## Web料金お知らせサービス

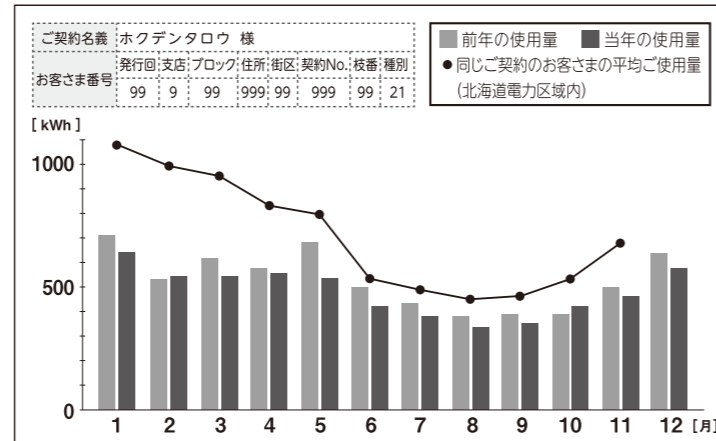
毎月の電気ご使用量や料金などをインターネット上でご確認いただくサービスです。パソコンやスマートフォンからは、グラフで過去24か月のご使用量を見ることができ、**節電効果をひと目で把握**できます。ご登録は無料ですので、ぜひこの機会にお申し込みください。

- 同じ契約のご家庭の**平均ご使用量との比較**ができます。
- 前月や前年同月等、**過去のご使用量との比較**ができます。
- ご希望のお客さまには、毎月のご使用量や料金を**メールでお知らせ**します。

※サービスご利用時間:午前7時から翌午前2時まで。  
※本サービスご利用開始後は、「電気ご使用量のお知らせ」など、これまでの紙によるお知らせに代わり、Webおよびメールでのお知らせとなります。

節電効果をグラフで確認できます。ぜひ、お申し込みください!

### ■過去24か月の使用実績画面イメージ



ご利用登録は簡単です  
登録無料

お手元に「電気ご使用量のお知らせ」や「電気料金請求書」などをご用意ください。

パソコン・スマートフォンから

ほくでん Web料金

検索

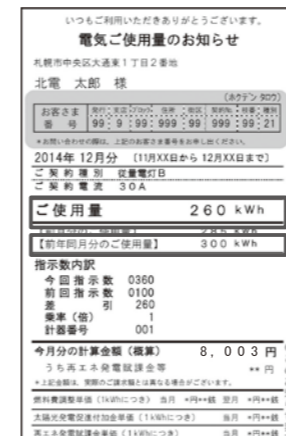
携帯電話から



## 電気ご使用量のお知らせ

毎月配布している「電気ご使用量のお知らせ」には、前年同月のご使用量が記載されていますので、節電効果の参考としてご確認いただけます。

### ■従量電灯や低圧電力をご契約のお客さま



## 節電チェックシート

節電に取り組んでいただく際の目安となるよう、節電効果を記載しております。ご家庭における使用状況にあわせてご活用ください。

| 節電方法    | 節電効果(削減率)   | チェック                        |
|---------|---|-----------------------------|
| ①照明     | 不要な照明をできるだけ消しましょう。  | 6% <input type="checkbox"/> |
| ②テレビ    | 省エネルギーモードに設定するとともに、画面の輝度を下げ、必要なとき以外は消しましょう。<br>※標準→省エネモードに設定し、使用時間を2/3に減らした場合   | 3% <input type="checkbox"/> |
| ③冷蔵庫    | 冷蔵庫の設定温度を控えめにしましょう。<br>扉を開ける時間をできるだけ減らし、食品を詰め込み過ぎないようにしましょう。<br>※食品の傷みにご注意ください。 | 2% <input type="checkbox"/> |
| ④待機電力   | リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切りましょう。<br>長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜きましょう。                      | 2% <input type="checkbox"/> |
| ⑤温水洗浄便座 | 便座暖房・洗浄水の設定温度を下げ、不使用時はフタを閉めましょう。  | 1% <input type="checkbox"/> |

※節電効果の記載値は、一般家庭の平均消費電力(19時:約1,000W)に対する削減率の目安です。(資源エネルギー庁推計)

※インターネットをご利用のないお客さまの電気ご使用量実績等は、お求めに応じてお知らせいたしますので、最寄りの弊社事業所までお問い合わせください。