

灯油などを節約する暮らしの工夫をご紹介します

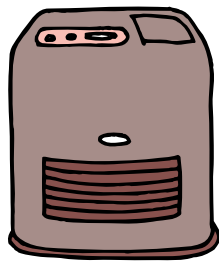
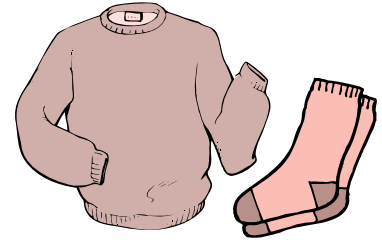
灯油など石油製品の価格が高騰し、生活への影響が懸念されています。ちょっとした工夫で灯油代を節約できる方法をご紹介します。

暖房

●暖房中の室温をチェックしましょう！

必要以上に室温を高く設定していませんか？家の中の温度を見直し、1枚多く重ね着をしたり、足元を暖かくして過ごす心掛けを試みてはいかがでしょうか。

カーディガンを着ると+2.2度
靴下をはくと………+0.6度
ひざ掛けを使うと……+2.5度 } ⇒ 体感温度がアップします。



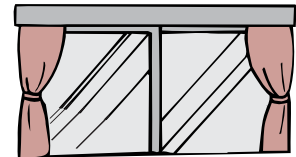
家庭の暖房設定温度を1度下げませんか？暖房機器のつけっ放し、普段あまり使用していない部屋や寝室の暖房を控えましょう。

家の中の暖房設定温度を1度下げると、1世帯当たり年間約100%の灯油節約になります。

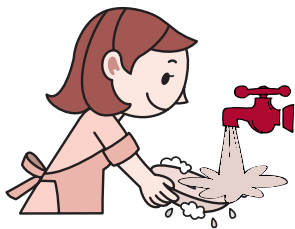
1日1時間暖房機器の使用を控えると、1世帯当たり年間約16%の灯油節約になります。

●お部屋も冬に備えて『衣がえ』してみませんか？

窓からの冷気を防ぐため、季節にあった厚手や長めのカーテンを取り付けましょう。また、窓に断熱シートなどを張ることで、部屋の暖房効率を高めることができます。



給湯器(ボイラー)



●給湯温度を低くしましょう！

給湯温度を高め設定していませんか？食器洗いなどを使用するお湯の温度を低くしましょう。

お湯の温度を2度低く設定すると、1世帯当たり年間約10%の灯油節約になります。

つけ置き洗いやゴム手袋を活用することで低い温度に設定することができます。台所での皿洗いや歯磨きのときに、お湯を出しっ放しにしないように気を付けましょう。

お風呂

●お風呂を効率的に使いましょう

シャワーを流しっ放しにしていませんか？できるだけシャワーの時間を減らしましょう。また、お湯が冷めないうちに連続して入浴するようにしましょう。

シャワーの流しっ放しを1分間やめると、1世帯当たり年間約14%の灯油節約になります。

お湯が冷めないうちに連続して入浴すると、1世帯当たり年間約43%の灯油節約になります。

