



「実践！おうちで省エネ」ご紹介

キッチンで省エネ

料理の腕も省エネも 少しの工夫で効果アップ

なのニャ〜!



冷蔵庫

- 詰め込みすぎない。
年間で電気 43.84kWhの省エネ 約 1,440円の節約
★一杯に詰め込んだ場合と、半分にした場合との比較。
- ひやみに開閉しない。
年間で電気 10.40kWhの省エネ 約 340円の節約
★旧JIS開閉試験*の開閉を行った場合と、その2倍の回数を行った場合との比較。
※旧JIS開閉試験：冷蔵庫は12分間に25回、冷凍庫は40分間に8回で、開放時間はいずれも10秒
- 季節にあわせて温度調整。
年間で電気 61.72kWhの省エネ 約 2,030円の節約
★周囲温度22℃で、設定温度を「強」から「中」にした場合。
※エネルギー消費量は省エネルギーセンターの実測値を使用。

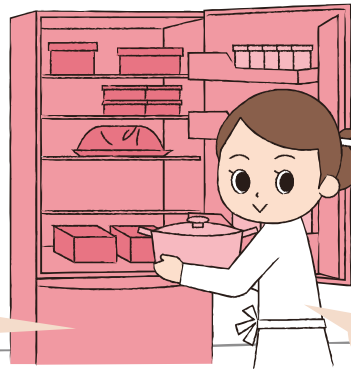
整理整頓で電気もスッキリ!

壁から離すだけでも省エネに!

上部左右に5~10cmの間隔をあげましょう。

引出し冷凍庫の場合は、隙間なく食品を入れましょう。

食品同士が保冷し合うので、省エネ効果がアップします。



開ける時間は短めに。

詰め込みすぎ厳禁!

冷まして入れるのがポイントです!

温かいものを入れると庫内の温度が上がり、余分に電気を消費します。

◎中ものは定期的にチェック!

ずっと前に食べ残した食品が、奥に眠っていませんか? 「とりあえず保存」は、結局食べずに捨てられることが多いようです。また、常温で保存できるものを冷蔵庫に入れていませんか? 缶詰、ビン詰や調味料は、未開封なら冷蔵庫に入れないで! 一度、冷蔵庫の中を確認してみましょう。

冬場は冷蔵庫に入れなくても 7~15℃の涼しい場所で保存できます。
日もちする野菜 (野菜室の温度は3~7℃)



参考資料: (株)流通システム研究センター「新版 農産物の輸送と貯蔵の実用マニュアル」

省エネアラカルト

冷蔵庫の「使い方」

- 設定温度の「弱」は、冬の間、冷蔵庫の周辺温度が低い場合に有効です。その場合、扉を開ける回数・時間をできるだけ減らし、食品を詰め込みすぎないようにしましょう。なお、「食品の傷み」にご注意ください。
- 冷蔵庫に省エネモードが付いている場合、製品毎に有効な「設定」をご確認ください。

「選び方」

家族構成に合わせて容量を選ぶのはもちろんですが、300ℓクラスよりも400ℓクラス省エネタイプの冷蔵庫の方が、消費電力を抑えられる場合があります。

弊協会が監修協力させていただいている北海道経済産業局発行の省エネ冊子「実践！おうちで省エネ(2020年度版)」をお送りいたします。

ご希望の方は、弊協会ホームページのお問い合わせフォームに送り先(お名前、メールアドレス、ご自宅(お勤め先)住所、電話番号)と、お問い合わせ事項に「おうちで省エネ送付希望」と入力していただき、送信してください。



(出典: 北海道経済産業局「実践！おうちで省エネ(2020年度版)」)

<https://www.hochan.jp/inquiry/>

でんき保安

キーワードクイズ

問題

低濃度PCB廃棄物の処理期間は、種類や保管地域に関わらず20〇〇年3月31日までとなっています。〇に入る数字2文字をお答えください。

ヒント

本誌掲載記事02~04ページ(特集)にヒントとなるキーワードがあります。

正解発表 正解は2022年盛夏号で発表します。

抽選で10名の方にQUOカード(1000円分)とホーちゃんグッズを進呈いたします。当選発表は景品の発送をもって代えさせていただきます。

初冬号のクイズの答えは、(自)(主)(保)(安)でした。たくさんのご応募ありがとうございました。



クイズに答えて応募しよう!

応募方法

弊協会ホームページ掲載の「「でんき保安」発行のお知らせ」にある「クイズ応募フォーム」から以下の必須項目を入力し、ご応募ください。

- ① お名前、景品の送り先ご住所
- ② クイズの答え
- ③ 「でんき保安」をご覧になったの感想

※なお、お送りいただいた個人情報は、賞品発送のみに使用します。
※ご応募につきましては、お一人様1件でお願いいたします。

応募先

URL <https://www.hochan.jp/quiz/>
二次元バーコードはコチラ



応募締切 2022年6月20日受付分

制作・印刷 / 山藤三陽印刷株式会社
札幌市西区宮の沢1条4丁目
TEL (011) 661-1716

発行 / 一般財団法人北海道電気保安協会
〒063-0826 札幌市西区発寒6条12丁目6番11号
TEL (代)(011)555-5001 FAX (011)555-5002



協会ホームページURL
<https://www.hochan.jp>



公式Twitterアカウント
@HOCHAN_HDH

