

## テレビ

かしく選ぶ



グリーンの省エネ性マークを選ぶ  
節電機能(\*)があるものを選ぶ  
\*リモコン待機時の消費電力を大幅に低減したもの、電源オフ設定ができるもの、室内の明るさに連動して画面の明るさを自動調整するものなど、メーカー各社によってさまざまな機能があります。

かしく使う

夜間や留守のときは主電源まで切る  
見えないテレビはこまめに切る  
節電機能を積極的に使う  
必要以上に画面を明るくしたり、音を大きくしたりしない  
画面のほこりはこまめに拭く

## ビデオ

かしく選ぶ



待機時の消費電力の小さいものを選ぶ  
表示部オフ機能やオートオフ機能など省エネ効果のあるものを選ぶ

かしく使う

就寝時や留守のときは主電源まで切る  
長時間使わないときはプラグを抜く  
表示部オフ機能を使う

## 洗濯機

かしく選ぶ



洗濯・脱水容量が合ったものを選ぶ  
消費電力・水量・洗剤の少ないものを選ぶ  
待機時消費電力ゼロやインバータ制御など省エネ機能のあるものを選ぶ

かしく使う

洗濯物はまとめて洗う  
洗剤は汚れに応じて控えめに使う

## 照明器具

かしく選ぶ



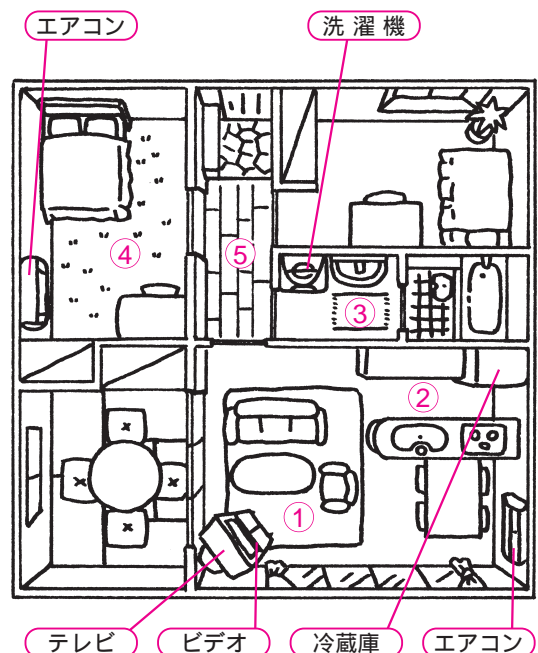
グリーンの省エネ性マークを選ぶ  
カタログなどに表示されている適用量数、畳用」などを目安に選ぶ  
メンテナンスしやすいものを選ぶ  
インバータ式器具を選ぶ  
リモコンやスイッチで無駄な明るさがコントロールできるものを選ぶ

かしく使う

無駄な明かりはこまめに消す  
白熱球の代わりに省エネ型の電球型蛍光灯にする  
ランプや傘はこまめに掃除する

かしく選ぶ + かしく使う 年間省エネ効果

機 器	かしく選ぶ		かしく使う		
	削減電力量	節約金額	削減電力量	節約金額	
リビング	エアコン	1,052kWh	24,200円	138kWh	3,170円
	テレビ	24kWh	550円	38kWh	880円
	ビデオ	14kWh	330円	3kWh	80円
	照明	28kWh	640円	6kWh	130円
キッチン	冷蔵庫	500kWh	11,500円	128kWh	2,950円
風呂・洗面所	洗濯機	26kWh	600円	4kWh	80円
主寝室	エアコン	631kWh	14,520円	83kWh	1,900円
	照明	28kWh	640円	6kWh	130円
廊下	照明 白熱灯 電球 型蛍光灯	78kWh	1,790円	6kWh	130円
合計	2,381kWh	54,770円	412kWh	9,450円	



資料：資源エネルギー庁