



月刊 O U M I



冬の省エネ特集

冬本番、暖房や給湯の使用が増えてきました。少しでも省エネに経済的に使用するためのコツをまとめてみました。ご参考に！

エアコン

カラダにも地球にも、優しい使い方を。

省エネ レッスン

快適空調のコツ

- ・ドア・窓の開閉は少なく。
- ・厚手のカーテンを使用。床まで届く長いカーテンの方が効果的。
- ・扇風機を併用。暖まった空気を循環させましょう。

※適宜、換気をしましょう

室外機のまわりに物を置かない。

室外機は風通しの良い場所に設置しましょう。周囲はきちんと整理整頓を。

冬の暖房時の室温は20℃を目安に。

年間で電気 53.08 kWh の省エネ 約 1,170円の節約

原油換算 13.38L CO₂削減量 18.6kg

外気温度6℃の時、エアコン(2.2kW)の暖房設定温度を21℃から20℃にした場合(使用時間：9時間/日)

フィルターを月に1回か2回清掃。

年間で電気 31.95 kWh の省エネ 約 700円の節約

原油換算 8.05L CO₂削減量 11.2kg

フィルターが目詰まりしているエアコン(2.2kW)とフィルターを清掃した場合の比較

暖房は必要ときだけつける。

年間で電気 40.73 kWh の省エネ 約 900円の節約

原油換算 10.26L CO₂削減量 14.3kg

暖房を1日1時間短縮した場合(設定温度：20℃)

石油ファンヒーター

早めのOFFで、家計も心もホッと。

省エネ レッスン

早めのOFFが決めて。

お出かけや寝る直前までつけているのはもったいない。室温は急には下がりません。お出かけや寝る15分くらい前に切るのがコツ。

フィルター掃除で効率アップ。

ファンヒーターの性能をフルに活用するには、フィルターのお手入れは欠かせません。掃除機でホコリを吸いとり、ぬるま湯で洗ってからしっかり乾かしましょう。

室温は20℃を目安に。

年間で灯油 10.22 L の省エネ 約 820円の節約

原油換算 9.68L CO₂削減量 25.4kg

外気温度6℃の時、暖房の設定温度を21℃から20℃にした場合(使用時間：9時間/日)

必要ときだけつける。

年間で灯油 15.91 L の省エネ 約 1,270円の節約

年間で電気 3.89 kWh の省エネ 約 90円の節約

約 1,360円の節約

原油換算 16.04L CO₂削減量 40.9kg

1日1時間運転を短縮した場合(設定温度：20℃)

暖房時は、工夫して!!

寒いからといって、設定温度を上げる前に着るものを工夫しよう!!

体感温度アップ!

カーディガン +2.2℃
ひざかけ +2.5℃
ソックス +0.6℃

温水洗浄便座

お尻にほどよいあたたかさを。

省エネ レッスン

温水洗浄便座は、「貯湯式」「瞬間式」があります。特徴を知って商品選びを。

- 貯湯式/タンクの中の水をヒーターで温める方式で、一度にたっぷりのお湯で洗浄することができますが、お湯を保温するための電力が必要となります。
- 瞬間式/タンクがなく、使用の度に水を瞬間湯沸器で温めます。温水を保温する電力は不要のため、「貯湯式」より消費電力は小さくなりますが、お湯の量が限られることと、瞬間的に大きな電力を必要とします。

寒い季節だけ使いましょう。

一年を通してつけっぱなしにいませんか? 必要な時だけ使うようにしましょう。

省エネ行動と省エネ効果

使わないときはフタを閉める。

年間で電気 34.90 kWh の省エネ 約 770円の節約

原油換算 8.79L CO₂削減量 12.2kg

フタを閉めた場合と、開けっぱなしの場合との比較(貯湯式)

便座暖房の温度は低めに。

年間で電気 26.40 kWh の省エネ 約 580円の節約

原油換算 6.65L CO₂削減量 9.2kg

便座の設定温度を一段階下げた(中→弱)場合(貯湯式) 冷房期間は便座暖房をOFFにしています。

洗浄水の温度は低めに。

年間で電気 13.80 kWh の省エネ 約 300円の節約

原油換算 3.48L CO₂削減量 4.8kg

洗浄水の温度設定を年間一段階下げた(中→弱)場合(貯湯式)

※暖房期間：周囲温度 11℃ 中間期：周囲温度 18℃
冷房期間：周囲温度 25℃

風呂給湯器

カラダもフコロもあたたかく。

省エネ レッスン

水を沸かすよりも、お湯を張った方が省エネ。浴槽に水をためて沸かすよりも、お湯をためる方が省エネです。

必ずフタをしまししょう。

フタをしないと、バスタブに張ったお湯から、どんどん熱が逃げます。

使用後は、種火、電源を切りましょう。

省エネ行動と省エネ効果

入浴は間隔をあけずに。

年間でガス 38.20 m³ の省エネ 約 5,270円の節約

原油換算 44.31L CO₂削減量 87.0kg

2時間放置により4.5℃低下した湯(200L)を追い焚きする場合(1回/日)

シャワーは不必要に流したままにしない。

年間でガス 12.78 m³ の省エネ 約 1,760円の節約

年間で水道 4.38 m³ の省エネ 約 1,000円の節約

約 2,760円の節約

原油換算 14.82L CO₂削減量 29.1kg

45℃のお湯を流す時間を1分間短縮した場合

入浴とシャワー、どちらがおトク?

浴槽1杯(200L)のお湯は、シャワーを16分(12L/分)使う量とほぼ同じです。3人までならシャワー入浴がおトク。4人以上なら湯船入浴(湯船+シャワー)の方がおトクです。

16分 = 1杯分

12月のイベント情報

12月1(土)2(日)
アイフルホーム天童店
東根市三日町 宅地相談会

12月5(土)6(日)
アイフルホーム山形南店
上市市北町 完成内覧会

◆旬レシピ◆ 発酵いらず! 簡単ピザ

材料 (丸いのだと直径18cm位)

強力粉・薄力粉 50gずつ
ベーキングパウダー 3gから5g位
水(牛乳でも良い) 70cc
とろけるチーズ 適量
トマトペースト 約・大さじ1 (ピューレ・ケチャップ+ホットチリでも可)
塩・こしょう 多めに
乾バジル・乾オレガノ 好みで
好きなトッピング 適量

- 作り方**
- ①小麦粉とベーキングパウダーを混ぜて、水を加え、手で練る。(まとまりがない時は、少し水を足して練る。)
 - ②クッキングペーパーの上で生地を伸ばす。(アルミホイルの時は間に粉を振るなどしてくっつかない様にして下さい)
 - ③トマトペーストを塗り、塩・胡椒・乾燥バジル・乾燥オレガノをたっぷり多めに振る。(基本はこれにチーズをのせて終わり)
 - ④好きな具材を乗せ、オリーブオイルを少し垂らし、オーブンへ。(トースターでも可・途中焦げない様にアルミをかぶせる)
 - ⑤焼き上がったら、少量のオリーブオイルをかけて召しあがれ♪



株式会社 近江建設

営業時間 AM10:00~PM6:00
定休日 火・水曜日 祝祭日
HP <http://www.lh-oumi.co.jp/> [近江建設](#) [検索](#)

↑イベント情報施工例など…随時更新中!!

顧客満足室

山形市馬見ヶ崎一丁目12番19号
(フィアスホーム山形店内)

TEL 023-681-0327

お問合せやご相談、点検・修理のご依頼など
お気軽にお問い合わせください。

フィアスホーム

山形店
山形市馬見ヶ崎1丁目12番19号
TEL.023-612-0003

天童店
天童市南町1丁目4番33号
TEL.023-651-0354

庄内店
三川町大字猪子字大堰端300
TEL.0235-64-8103

facebook [はじめました!](#)
いいね! お楽しみます♪

QRコードを読み込んで下さいね! ↑

アイフルホーム

山形中央店
山形市馬見ヶ崎2丁目7番40号
TEL.023-681-0346

天童店
天童市南町1丁目4番31号
TEL.023-651-0301

山形南店
山形市飯田西4丁目2番8号
TEL.023-615-0317

鶴岡店
鶴岡市美咲町6番22号
TEL.0235-29-4103

リフォーム館

山形本店
山形市馬見ヶ崎2丁目7番40号
TEL.023-681-4603

天童店
天童市南町1丁目1番11号
TEL.023-652-0314

庄内店
三川町大字猪子字大堰端300
TEL.0235-64-1403

シニアライフAtoZ天童
天童市芳賀整理事業地内100街区2画地
TEL.023-652-0339

✂ キリトリ線

クイズに答えて
素敵な商品ゲット!!

Q. エアコンは何度に設定すると省エネでしょうか?

A.

こちらの用紙を切り取り、お近くの店舗までお持ち下さい。素敵なプレゼントをご用意してお待ちしています★
H28.12月末迄 有効