

温暖化から地球を守ろう

その

私たちができる地球温暖化対策

今回の温暖化対策は、家庭の主婦がよく使うキッチンに目を向けて、地球と財布にやさしい省エネのヒントを紹介します。

冷蔵庫

家庭での消費電量の内訳は、エアコン、照明に次いで冷蔵庫が3番目に多いとされています。冷蔵庫の使い方を見直すことで、CO₂の排出削減につながります。

まず、適切な設定温度にしましょう。周囲温度15℃で、設定温度を「強」から「中」にした場合、CO₂排出量を年間23.3kg削減できます。

次に、冷蔵庫の中を整理しましょう。冷蔵庫の奥に忘れてしまった食べ残しなどありませんか。未開封の缶詰やびん詰類など、常温で保存できるものは冷蔵庫から出しましょう。たくさん詰め込んだ場合と半分にした場合を比較すると、半分にした場合は年間で16.6kgのCO₂排出量が削減できます。無駄な開閉を減らし、熱いものをそのまま冷蔵庫に入れないようにしましょう。

冷蔵庫の設定温度を「強」から「中」にした場合、
年間で23.3kgのCO₂排出削減！
1,360円の得になります。
(周囲温度：15℃)



電子レンジ

煮込み料理の野菜は、電子レンジにかけてから鍋へ。野菜の下ごしらえに電子レンジを活用すると節約になります。ブロッコリーやカボチャなどの果菜の下ごしらえで電子レンジを使うと、年間のガス使用量9.10 m³と電気使用量15.13kWhの差額約1,030円が節約、年間で15.8kgのCO₂排出量が削減できます

果菜（ブロッコリー・カボチャ）などの下ごしらえを電子レンジで行うと、
年間で15.8kgのCO₂排出削減！
1,030円の得になります。

100gの食材を、1ℓの水（27℃程度）に入れ沸騰させ煮る場合と電子レンジで下ごしらえをした場合



ガス給湯器

湯を流したままでの食器洗いはエネルギーの無駄です。洗う前に水に付け、ヘラや新聞紙などで汚れを拭き取れば、使う湯の量も少なくて済みます。例えば食器を洗うときに低温に設定すれば、年間でガス使用量は8.80m³の省エネ、CO₂排出量は20.8kg削減でき、年間約1,310円の節約になります。湯を沸かすときは水からではなく、給湯器の湯を利用すると省エネになります。

食器を洗うときはガス給湯器を低温に設定すると、
年間で20.8kgのCO₂排出削減！
1,310円の得になります。

65ℓの水道水（水温20℃）を使い、湯沸かし器の設定温度を40度から38℃にし、2回 / 手洗いした場合

ガスコンロ

ガスコンロを使うときは、鍋やかんなど調理器具の大きさに合わせて炎を調整しましょう。調理器具の底がぬれたままでは、水を蒸発させるのに余分なエネルギーを使うので、必ず水滴を拭き取ってから火に掛けるようにしましょう。鍋やかんは丸い底のものより平らな底の方が、熱効率がよく、省エネになります。コンロに点火するのは、鍋やかんをのせてからにしましょう。

ガスコンロで、炎がなべ底からはみださないように調整すると、
年間で5.6kgのCO₂排出削減！
350円の得になります。

水1ℓ（20℃程度）を沸騰させるとき、強火から中火にした場合（1日3回）



参考文献：「チーム・マイナス6%」ホームページ（<http://www.team-6.jp/>）
問い合わせ先 環境衛生課 ☎(48)1111（内317）