

冬の『電気の上手な使い方』

ポイント①：エアコンを上手に使って省エネ暖房を!!

部屋全体を暖めるには、エネルギー消費効率（COP※）の良いエアコンの暖房が最適です。電気ストーブや電気カーペットなどのヒーターによる暖房は電力消費量が多いため、部分的な暖房として短時間での利用がおすすめです。また、暖かさ（体感温度）を上げるためには、十分な湿度も大事、加湿器をうまく使いましょう。



エアコン

部屋全体を暖めるには、
エアコン暖房が省エネ!!

※COPとは、電力1kWを使って
どれだけの効果が得られるか
を示す指標。値が大きいほど
消費電力は少なくなります。



加湿

湿度が低いと暖房効果も
下がるので、加湿は
とても重要!!
なお、湿度は**40~60%**
以内※に保ちましょう。

※出典:ASHRAE（米国暖房
冷凍空調学会）

ポイント②：暖房の風向は下向きに!!

暖かい空気は上昇するため、効率よく部屋を暖めるにはエアコンの風向きを下に向けましょう。
また、扇風機やサーキュレーターで天井にたまりがちな暖気を循環させると効率的です。



寒い冬を温かく過ごすためのひと工夫!!

▽フィルターの掃除はこまめに

フィルターは、2週間に1回程度を目安に清掃するとホコリの目詰まりによる暖房能力の低下を防ぐことができます。

▽カーテンやブラインドを閉めて

日射がない時間に部屋を暖める場合は、カーテンやブラインドを閉めて窓から冷気が入ってくるのを防ぎましょう。

<<換気に関する豆知識>>

2003年7月以降に建築された住宅であれば、24時間換気システムが設置されています。
それ以前に建築された住宅を含め、窓を開けて換気する場合は、効率的な換気を心掛けるようにしましょう。

24時間換気システム

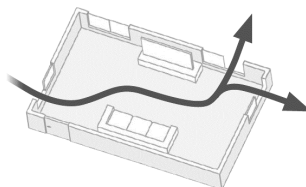


24時間換気
システム

24時間換気システムとは
機械的に室内の空気を
入れ替える仕組みのことです。

※24時間換気システムがある場合は、スイッチがオフになっていないことを確認しましょう。

効率的な換気方法



対角線上にある2か所の窓を
開けると空気の通り道ができ
効率的に換気ができます!!