

徹底調査！

あなたの家の電気食い虫を探せ！！

～家電の消費電力量を徹底調査する方法～



# 目 次

はじめに	3
日本の家庭の消費電力量内訳	7
あなたの家の消費電力量を測ろう	10
消費電力量の調べ方	14
消費電力量調査の方法～測定機器を決める	17
消費電力量調査の方法～クランプメータの使い方	20
入力シートを作っておきましょう	24
いよいよ、調査開始	25
最後に ～調査から何を求めるかが大切～	37

## はじめに

環境負荷を減らした生活をするためには、できる限り普段の生活のエネルギー消費を減らす必要があります。エネルギー消費とは、電気、ガス、灯油、ガソリン、水道などの消費のことです。

一般的には家庭のエネルギー消費の多くを占めるのは、電気とガソリンです。

電気はエアコンや冷蔵庫、照明などをはじめ、多くの家電を動かすのに使われています。

電気の消費の多くを占めるのは、これも『一般的には』エアコン、冷蔵庫、照明です。

では、実際にあなたの家の、いったい何を改善したら良いのでしょうか？

エアコンを使わない生活にする？

冷蔵庫を最新省エネ冷蔵庫に買い換える？

使わない部屋の照明をこまめに消す？

そのどれもが正解ではありますが、本当の正解ではありません。

## 消費電力量を測ろう！

---

すべて省エネ(節電)に貢献できるアクションですが、それが【最も効果のある方法とはいえない】からです。

たとえば、テレビが唯一の趣味で大型プラズマTVを一日に何時間も見る人が多い方にとっては、何より改善して効果が高いのは、もっと小さいTVに買い換えるか、もっと小さいTVを一つ増やすことかもしれません。TVの見方や待機電力の削減が効果的かもしれません。

PCを何台も使っていたり、食器洗浄機や電気ヒーターを頻繁に使っている家庭では、エアコンより改善すべきはそちらかもしれません。

このように、節電のポイントは、各家庭やあなたのライフスタイルに大きく依存しており、一般論では対処できないのです。

では、どのようにしてあなたのご家庭の節電をすればよいのでしょうか？

それは、【現状の調査】 【消費電力が多い機器の把握】 【対応を考える】  
【対策を実行する】という方法をとることです。

愚直な方法なのですが、これしかありません。

企業のオフィスや工場であれば、省エネコンサルティングや光熱費削減のような外部サービスがあって、お金を払えば専門業者が来て、いろいろ調査してくれます。

## 消費電力量を測ろう！

---

オフィスや工場のエネルギー消費は大きいので、少しくらい大きな費用を払っても、効果が大きいのです。

しかし、家庭ではなかなかそうはいきません。

**『年間最大で2万円光熱費が下がる可能性のあるサービスが、今なら10万円！！』**

こんなチラシが入っていたとして、あなたはお金を払いますか？

うまく年間2万円削減できたとしても、単純に回収に5年かかります。

それは、ちょっと難しいと感じられる方が多いのではないのでしょうか。

そこで、ひとつご提案があります。

**この【現状の調査】 【消費電力が多い機器の把握】 【対応を考える】 【対策を実行する】という作業を、ご自分で、あるいはご家族で挑戦されてはいかがでしょう？**

やり方はこれからお伝えします。

深く調べるには、いくつか必要な機器がありますし、多少時間がかかります。

しかし数千円程度の出費と、ご家族の協力があれば、楽しみながら効果が得られます。

---

## 消費電力量を測ろう！

---

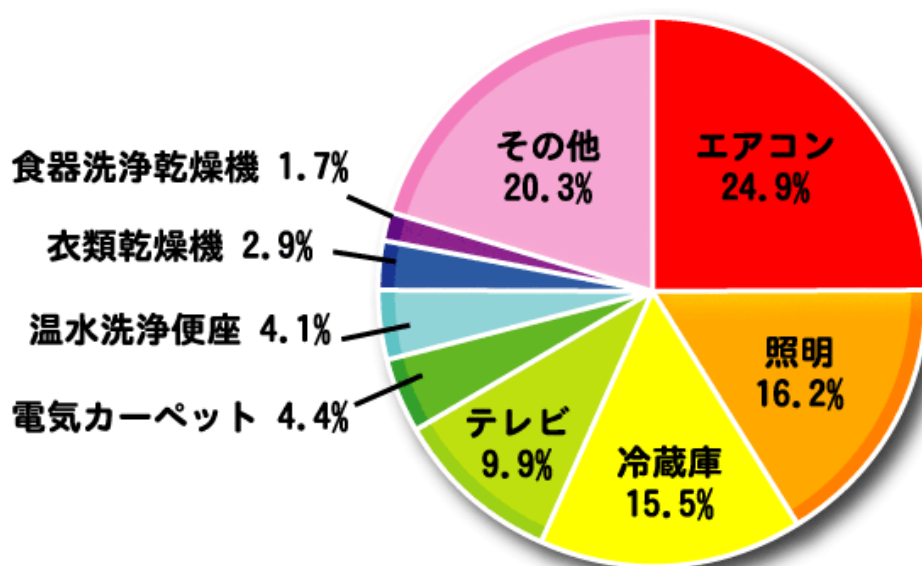
お子様の夏休みの自由課題などにも役立てていただけたと思います。

あなたがご自分の健康状態を調べるときに、体重や健康診断を定期的に受けるように、環境負荷の小さい、エコライフをおくるためには、ご家庭の電力消費を定期的に測り、あなたのエネルギー消費を知ることが重要なのです。

## 日本の家庭の消費電力量内訳

日本の平均的なご家庭での電力消費はどういった目的で使われたものかご存知でしょうか？

実は、このようになっています。



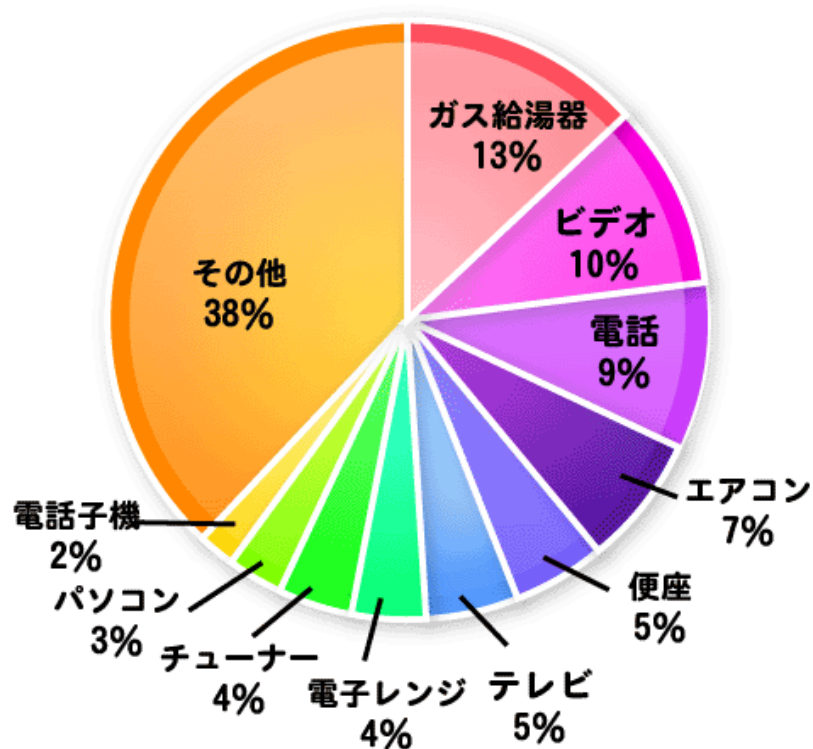
【図：日本の家庭の電力消費の内訳 年間消費電力量 4,200kWh】

エアコン、照明、冷蔵庫の3つで半分以上、テレビを加えると7割近くになります。

このエアコン、照明、冷蔵庫の3つはこの10年で「省エネ革命」が起っています。

これらを最新省エネ対応家電に買い換えるだけで20 - 30%の電力消費の削減が可能です。

また、電力消費のうち、待機電力(家電を使っていないのに消費している電力)が全体の7%を占めます。



【図：待機電力による電力消費の内訳 年間消費電力量 308kWh】

コンセントにつながっているだけで消費している家電があるのです。

ビデオや電話など、待機していることに意味がある家電は仕方のない部分もありますが、ガス給湯器やエアコン、テレビ、便座などの待機はほとんど何の役にも立っていない電力消費と考えてよいでしょう。

わざわざ、電力会社が無駄な電気代を払うのは馬鹿げていますね。

## 消費電力量を測ろう！

---

それから、統計データは過去のデータですので、最近のトレンドは反映されていません。

最近ではネットワーク機器の常時接続環境が整ったことで、ルーターやハブなどのネットワーク機器の待機電力が多くなっています。



待機電力はほうって置いては、あなたの家の電気を喰いつけていることになります。

さて、日本のご家庭では、以上のような状況が起こっています。

それでは、あなたが今すぐに何をすればよいかわかりますか？

これらのデータはあくまで日本の家庭の平均像でしかありません。

あなたの家の電力消費を減らすには、【あなたの家の電力消費の状況】を把握しないといけません。

## あなたの家の消費電力量を測ろう

先にお見せした、日本の家庭の消費電力量の内訳のように、あなたの家の消費電力量が明確になれば、対応策が見えてきます。

そのためには**家電製品ごとの消費電力量を調べる必要があります。**

少し面倒かもしれませんが、がんばって測ってみましょう。

「消費電力量 (Wh)」を測るには電化製品の消費電力 (W) と、製品の利用時間 (h) を知る必要があります。

重要なことですが、消費電力だけでも、利用時間だけでも駄目なのです。

ここで、「消費電力量」を知ることがなぜ重要か、事例でお話します。

節電に失敗される方の典型例です。

節電しようと考えたときに、消費電力の大きな家電だけを考えられるのです。

エアコン、冷蔵庫、テレビ……などなど。

## 消費電力量を測ろう！

---

しかし、大きな家電は金額が大きくなります。

節電をするためには買い替えしかない。でも買い替えには大金が必要。

こうやって買い替えという大きな壁にぶつかって、節電をあきらめられるのです。

しかし、きちんと消費電力量を調べていれば、少しの工夫や少しの投資でも大きな効果を生むことがあるということを知ります。

「消費電力」だけではなく、「利用時間」も重要なのです。

「利用時間」が重要な例として、例えば、門灯。

60W の電球を 2 個夕方から朝方まで点けられているご家庭では、年間では次の計算で、

$$60(W) \times 2(\text{個}) \times 12(\text{時間}) \times 365(\text{日}) = 525.6(\text{kWh})$$

消費電力量は、525.6(kWh) になります。

平均的なご家庭の1ヶ月の電力消費は 350(kWh)ですから、門灯を馬鹿にしてはいけないことがわかります。

目の前にある大型電化製品より、遠くの小さな電灯がよほど電気食い虫だということもある

---

## 消費電力量を測ろう！

---

のです。

ですから、もう一度いいますが、ご家庭の電化製品ごとに「消費電力量」を測ってみることが、効果的な節電をする上で、非常に重要なのです。

### コラム：消費電力量とは？

ご家庭のエネルギー消費を減らす上で最も重要なのは「消費電力量」です。

消費電力量の単位は kWh (キロワットアワー)。電力会社から送られてくる電気の使用量の明細には必ず「 kWh」と記されていますね。

この数値のことです。

電気使用量に書かれた消費電力量は、それぞれの電化製品の消費電力量の合計です。

ご家庭の消費電力 (Wh) = 各電化製品の消費電力量の合計 (Wh)

では消費電力量とは何でしょう？

消費電力量とは、電気製品がある時間に消費する電気エネルギーの量 (仕事量) です。

家電の仕様 (スペック) には必ず、消費電力が書かれています。

単位は W (ワット)。消費電力は単位時間での仕事量のことです。

消費電力量は消費電力に時間をかけて計算します。

## 消費電力量を測ろう！

---

消費電力量(Wh) = 消費電力(W) × 時間(h)

40Wの消費電力の照明が、2時間点灯したとしたら、その消費電力量は、

$$40(\text{W}) \times 2(\text{時間}) = 80\text{Wh}$$

となります。

## 消費電力量の調べ方

電化製品ごとの消費電力量を測る方法には、大きく2つの方法があります。

ひとつは、エコワットやワットチェッカーという測定機器を使って、消費電力量をそのまま測る方法。

もうひとつは、クランプメータやワットチェッカーを使って、消費電力を測り、利用時間をかけて(乗じて)消費電力量を算出する方法です。

測定機器ごとの特徴を整理すると、次のようになります。

		エコワット	ワットチェッカー	クランプメータ
メーカー		エネゲート	サンワサプライ	カスタム 三和電気計器 共立電気など
電流の測定	コンセント機器	×		
	非コンセント機器	×	×	
電圧の測定		×		×
消費電力の測定		×		×
消費電力量の測定				×
待機電力の電力量測定		×		×
CO2 排出量・電気代の表示				×
市販価格		3,000 円	7,000 円	6,000 円 ~
写真				

## 消費電力量を測ろう！

---

この中で正確な数値を図ることができるのは、ワットチェッカー(サンワサプライ製)です。

コンセントと家電の間にワットチェッカーをはさむことで、電圧値、電流値、電力に加え、力率、皮相電力、積算電力量(消費電力量)、積算時間、積算料金、CO2換算排出量まで表示できます。



ただし、エコワットの2倍以上の価格となること、コンセントタイプの家電のみの測定となることが難点です。

もっとも手軽なのはエコワット(エネゲート製)です。

エコワットもワットチェッカーと同様、コンセントと家電の間に挟んで、消費電力量を測定し、電気代やCO2排出量を表示します。

精度はそれほど高くはありませんが、サイズも小さく、簡単に家電の消費電力量を測定することができます。



難点は、待機電力を測定することができない(精度が低い)ことと、1台の家電の計測に最低数日をかけねばならず、調査時間がかかることです。

またエコワットもワットチェッカーと同様、コンセントタイプの家電しか測定できません。

最も使い勝手がいいのが、クランプメータです。

---

## 消費電力量を測ろう！

---

測れる数値は消費電流のみとなりますが、ケーブルのあるところなら、分電盤でも消費電流を測ることができます。

おおよその家電は100Vで動いていますので、電流値がわかれば消費電力がわかり、利用時間をかければ、消費電力量まで計算することができます。



後述する分電盤計測をすれば、あらゆる家電の消費電流を測定することができ、しかも調査時間は一番短くできます。

ただし消費電流しか測れないために、特に電流の変動が大きい冷蔵庫やエアコンなどの製品では正確な数値が測れないことが難点です。

それぞれに長所・短所があるために、どれかひとつを選ぶというより、複数を組み合わせて使うのがよいと思います。

**エコワットの購入はこちら**

<http://www.eco4u.jp/url/ecowatts/>

**ワットチェッカーの購入はこちら**

<http://www.eco4u.jp/url/watcheckers/>

**クランプメータの購入はこちら**

<http://www.eco4u.jp/url/clumps/>

消費電力量を測ろう！

## 消費電力量調査の方法～測定機器を決める

3つの測定機器(エコワット、ワットチェッカー、クランプメータ)のうち、どれかひとつを選ぶとしたら、筆者なら「クランプメータ」を選びます。

消費電力量を測るという意味では、ワットチェッカーが理想ですが、ワットチェッカーだけではすべての電化製品の消費電力量を測ることができません。

家庭の中でも数の多い照明(電球型照明、蛍光灯)や、温水器や換気扇、ドアホンなど住宅に組み込まれている家電はコンセントに差し込むタイプの家電ではないため、エコワットでもワットチェッカーでも測定ができません。

すべての家電の消費電力量を知りたいければ、クランプメータしかないのです。



ご予算的に余裕があれば、ワットチェッカーとクランプメータの2つを持たれると良いでしょう。

今回のレポートでは、「クランプメータ」を使った測定をご説明します。

#### コラム：消費電力量の測定と過去データとの比較なら省エネナビ

「省エネナビ」という消費電力量を測定できる製品があります。

省エネナビは家庭全体の消費電力量を測定できる製品で、家電ごとの消費電力量を測定するのには適していません。

したがってこのレポートでは省エネナビでの消費電力量の測定は対象外としています。

ただし、省エネナビは、「いつもリアルタイムの消費電力量を気軽に知ることができる」という点で他の測定機器より優れています。



省エネナビはご家庭のメインブレーカの電流値を測定し、その数値をリビングなどにおく省エネナビ本体に送信して、モニター表示させます。

モニターには、その日の消費電力量のほか、過去の消費電力量との比較もできますし、もちろん CO2 排出量や電気代なども表示が可能です。

いつもモニターに表示されている消費電力量を見ることにより、節電に気がつけた暮らしを送

ることができます。

省エネナビをつけるだけで、20%程度の節電が実現できるという統計データもあります。

最近では、太陽光パネルを購入するときに省エネナビ機能がついている操作パネルがついていたり、エコ住宅の補助金申請に省エネナビの設置が義務付けられたり、オール電化住宅にオプションで設置できたりなどと徐々に広がっています。

まだまだ高価な機器ですが、省エネナビは、いずれ住宅の標準となると期待されます。

「省エネナビ」のお求めはこちら

<http://www.eco4u.jp/url/shouenenavis/>

## 消費電力量調査の方法～クランプメータの使い方

「クランプメータ」とは、電流ケーブルをクランプ(はさむ)することにより、回路を切断することなく通電状態のまま電流を測定することができる測定器です。



クランプするには、電流ケーブルの片側(1本)だけをはさむ必要があります。

家電のコンセントは2本が合わさって被覆されていますので、そのまま電線をはさんでも電流値を図ることができません。

そこで、家電の電流を測るには、ラインセパレータという2本に分かれたケーブルを使うことになります。

## 消費電力量を測ろう！

---

「ラインセパレータ」といってもわざわざ購入するほどのものではありません。

ご家庭にあまっている延長電源ケーブルの中央を少し裂いてあげればいいのです。



【図： 自作したラインセパレータ(延長ケーブルを中央から裂くだけ)】

測定方法は簡単です。

### コンセントタイプ機器の場合

コンセントと家電の間にラインセパレータを挟みます。

ラインセパレータの一本にクランプメータを挟めば、電流値がわかります。



### 非コンセントタイプ機器の場合(分電盤測定)

コンセントがないタイプの場合には、住宅の分電盤(ブレーカ)で電流値を測ります。

分電盤の蓋を開けると、中はブレーカが一つないし複数あるはずですが、

ブレーカから出るケーブルの一つにクランプメータを挟むことで、そのケーブルを流れる電流値が測定できます。

消費電力量を測ろう！

---



それでは、いよいよ調査に入ります。

## 入力シートを作っておきましょう

では、これから家中の家電の消費電力を測定します。

作業の前に、調査した結果を記入する紙を準備しておきましょう。



電化製品名、状態(稼働時か待機時か)、電流値(A)といった情報を記入する必要があります。

こちらに消費電力調査ワークシートを準備しておきましたので、必要な方はダウンロードして印刷して御利用ください。

[http://www.ecoichi.com/rd/invest\\_worksheet/](http://www.ecoichi.com/rd/invest_worksheet/)

## いよいよ、調査開始

準備ができたら、いよいよ調査開始です。

調査の方法は次の流れになります。

- (1) 分電盤、ブレーカの位置や分電経路を把握する
- (2) すべての電化製品をリストアップ
- (3) メインブレーカーの電流値を測る
- (4) すべての家電の電源をオフにする
- (5) 個々の家電の電流値を測る
  - ・コンセント家電
  - ・非コンセント家電
- (6) 冷蔵庫やエアコンの消費電力量を測る( )
- (7) 消費電力量計算シートを埋める

消費電力量を測ろう！

---

## 分電盤、ブレーカの位置や分電経路を把握する

---

ご家庭の分電盤の位置を確認します。

分電盤をあけるとメインブレーカーと分岐ブレーカーを確認します。

分岐ブレーカは部屋単位や、用途単位などで分けられているはずです。



分岐ブレーカの一つのケーブルをクランプすることで測定します。

分岐ブレーカをクランプして表示される電流は、つながっている複数の電化製品の合計の電流値です。

## 消費電力量を測ろう！

---



メインブレーカーしかない場合には、メインブレーカで行います。

まず、分岐ブレーカがどの部屋や機器と接続されているかを確認します。

クランプメータを接続した状態で、部屋のコンセントに接続された照明をオン・オフするとそれに応じて電流値が上下しますので、分岐ブレーカごとにどの部屋や機器とつながっているかわかるはずです。

## 消費電力量を測ろう！

---

### すべての電化製品をリストアップ

---

消費電力調査ワークシートにすべての電化製品をリストアップします。

各部屋ごとに順を追って調べていくとよいでしょう。

電化製品の消費電力や特徴(製造年、200V仕様など)も書き込んでおきます。

また、待機時にも電力消費が起こっているかどうかを調べるなら、待機時用の電流測定を書けるように一行準備しておきます。



## メインブレーカーの電流値を測る

---

分電盤のメインブレーカーの2次側(分岐ブレーカ側)のケーブルをクランプして、ご家庭のすべての電流値を測定しておきます。

普通のご家庭の単相三線式の場合、メインブレーカからは赤、白、黒の3本電線が出ています。

この場合、赤線と黒線のそれぞれにクランプして、その数値の合計を測っておきます。

この数値が現在使っている電流値で、これに電圧の100Vをかけると消費電力がわかります。

次にすべての家電の電源をオフにしてみます。



## すべての家電の電源をオフにする

---

リストアップした家電の電源をオフにします。

なお、もちろん電源オフの間は電化製品が使用できなくなりますので、家電を使っている方に協力してもらうようにします。

## 消費電力量を測ろう！

---

冷蔵庫など電源オフが続くと危険なものもありますので、できるだけ短い時間でこの作業を終わらせるようにします。

すべての家電の電源をオフにしたら、もう一度メインブレーカーの電流値を見ます。

もし電流値がゼロでないようであれば、リストアップできていない家電がありますので、分岐ブレーカーを一つ一つ確かめて、どの部屋の電化製品なのかなど調査していきます。

よくあるのは住宅に組み込まれている、温水器や換気扇などです。

電源オフにできるものはすべてオフにした状態で、まだメインブレーカに電気が流れているのであれば、それが電源オフにできない機器の消費電流です。

このようにして、電源オフにできない機器の消費電流を測ります。

測定が終わったら、冷蔵庫やライフライン機器の電源はオンにしておきます。

## 個々の家電の電流値を測る

---

次に個々の家電の消費電流を測っていきます。

測定方法は、コンセント機器であれば、機器とコンセントの間にラインセパレータを挟んで、ラインセパレータのスリット部にクランプメータを挟みます。

## 消費電力量を測ろう！

---



テレビなど待機状態がある家電については、コンセントに差し込んだ状態(待機状態)と電源を ON にした状態のそれぞれの電流値を測るようにします。

制御機能のある家電(テレビやエアコン、冷蔵庫、パソコン、ルーターなど)では、電気を入れた直後は電流値が非常に大きくなった後に、定常状態まで電流値がおちますので、定常状態になった電流値を測っておきます。

天井照明などの非コンセント機器の場合には、分電盤の分岐ブレーカにクランプして、消費電流を測定します。

## 消費電力量を測ろう！

---



このときに他の電化製品が動いていると、正しい電流値が測定できませんので、なるべく同じ分岐ブレーカに接続されている他の電化製品の電源をオフにします。

これを繰り返していくことで、家中のすべての電化製品の電流値を測ることができます。

消費電力量を測ろう！

---

## 冷蔵庫やエアコンの消費電力量を測る( )

---

冷蔵庫やエアコン、サーモスタットのある暖房機器などは温度にあわせて消費電力が変わります。

したがってこういった家電の消費電力量をクランプメータで測ることは困難です。

もし余裕があるなら、クランプメータではなく、エコワットやワットチェッカーを手に入れて、正確な消費電力量を測ってみましょう。

なお、消費電力量を測るにはある程度の時間使う必要があります。

エコワットは最大99時間(約4日間)、ワットチェッカーは最大9999時間(約416日間)の測定が可能です。

昼間と夜間、平日と週末など生活のリズムが変わるために電力消費は増減しますので、そういった時間を含めて消費電力量を測定されると良いでしょう。



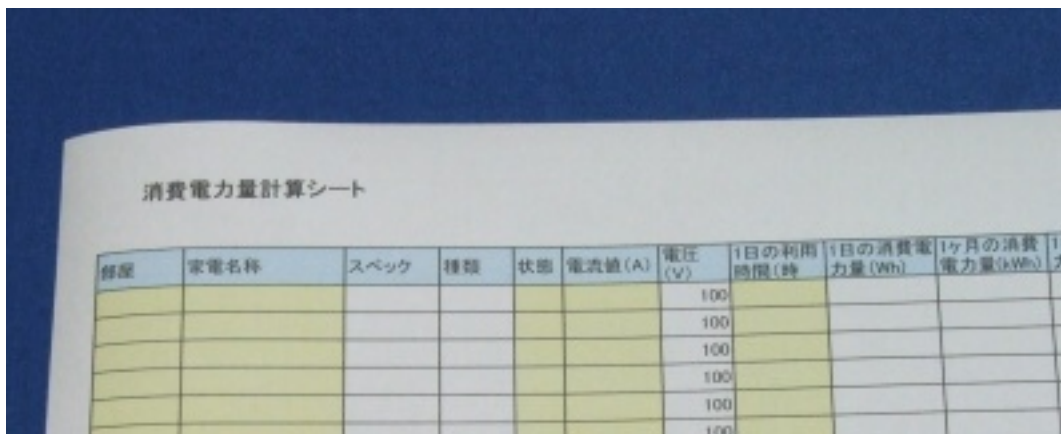
消費電力量を測ろう！

---

## 消費電力量計算シートを埋める

---

個々の家電の電流値が測定できたら、消費電力量を計算します。



The image shows a printed document titled '消費電力量計算シート' (Energy Consumption Calculation Sheet). It features a table with the following columns: 節電 (Energy Saving), 家電名称 (Appliance Name), スペック (Specs), 種類 (Type), 状態 (Status), 電流値(A) (Current Value (A)), 電圧 (V) (Voltage (V)), 1日の利用時間(時) (Daily Usage Time (h)), 1日の消費電力量(Wh) (Daily Energy Consumption (Wh)), 1ヶ月の消費電力量(kWh) (Monthly Energy Consumption (kWh)), and 1年 (Year). The table has several rows, with the first row containing the value '100' in the '電圧 (V)' column.

パソコンで EXCEL を使える方には、EXCEL 形式の計算ファイルを準備していますので、こちらを御利用ください。

### 消費電力量調査計算シート[MS Excel ファイル]

[http://www.ecoichi.com/rd/invest\\_calcsheet/](http://www.ecoichi.com/rd/invest_calcsheet/)

### EXCEL が PC にはいない方へ

お持ちのパソコンに EXCEL が導入されていない場合には、Google ドキュメントのスプレッドシート機能を使えば、提供する EXCEL ファイルを読み込んで、使うことができます。(無料です)

<http://documents.google.com/?hl=ja>

## 消費電力量を測ろう！

---



EXCEL ファイル内に記入例を入れていますので、参考にして記入されるとよいでしょう。

	A	B	C	D	E	F
1						
2	部屋	家電名	スペック	種類	状態	電流値(A)
3	リビング	照明窓側2つ	60W	照明	稼働時	1.86
4		照明内側3つ	60W	照明	稼働時	2.61
5		電話		その他	待機時	0.04
6		テレビ		テレビ	稼働時	1.32
7		テレビ		テレビ	待機時	0.02
8		HDDレコーダー		ビデオレ	稼働時	0.52
9		HDDレコーダー		ビデオレ	待機時	0.01
10		換気扇		その他	稼働時	0.3
11	DK	照明テーブル上		照明	稼働時	1.5
12		照明常夜灯		照明	稼働時	0.5
13		照明キッチン		照明	稼働時	1
14		冷蔵庫	245ℓ, 89年	冷蔵庫	稼働時	0.1
15		換気扇		その他	稼働時	0.2
16		電子レンジ		その他	稼働時	1.2

パソコンをお持ちでない方へ

紙で手計算したい方には、PDF ファイルを準備しています。

消費電力量計算シート[PDF ファイル]

[http://www.ecoichi.com/rd/invest\\_calcpdf/](http://www.ecoichi.com/rd/invest_calcpdf/)

計算シートの記入方法

---

## 消費電力量を測ろう！

---

次の手順で、計算を進めます。

なお、EXCEL ファイルを使っている場合には、(5) - (10)の作業は自動で計算されません。

- (1) ワークシートに書かれた家電ごとの場所と名前、種類、状態、電流値を記入します。
- (2) 種類は「照明 /冷暖房 /冷蔵庫 /テレビ /ビデオ・レコーダー /パソコン関連 /ステレオ関連 /その他」から選びます
- (3) 状態は「稼働時か待機時」かのどちらかを選びます
- (4) 1日のおおよその利用時間を記入します
- (5) 1日の消費電力量は、【電流値 × 電圧 × 利用時間】で計算します
- (6) 1ヶ月の消費電力量は、【1日の消費電力量 × 30 ÷ 1000】で計算します
- (7) 年間の消費電力量は、【1日の消費電力量 × 365 ÷ 1000】で計算します
- (8) 年間のCO<sub>2</sub>排出量は、【年間消費電力量 × 0.555】で計算します
- (9) 年間の電気代は、【年間消費電力量 × 22】で計算します
- (10) 最後に下のサマリーを計算して、入力します

すべての計算が完了したら、現状把握を行い、節電のための対策を考えることになります。

## 最後に ～ 調査から何をやるかが大切 ～

以上であなたの家の消費電力量調査が完了しました。

お疲れ様でした！

しかし、どうでしょう？ 疲れただけでしょうか？

おそらく疲れただけではないでしょう。

すでに作業をされている中で、何か気づいたことがあったのではないのでしょうか？

節電のためのアイデアが思い浮かんでいるのではないのでしょうか？

筆者自身何度かこの調査を行っていますが、毎回発見があります。

あるときは、家電の電源をオフにしたにもかかわらず、分岐ブレーカの電流がゼロにならないので、なぜかと探っていたら、壁の裏に眠っていたコンセントに、小さな機器がささっていることに気づきました。

また、夜間防犯につけている外灯が驚くほど大量の電力を消費し、電気代がかかっていることに気づけました。

## 消費電力量を測ろう！

---

リビングの照明が2つあり、どちらも同じ消費電力だと思っていたら、片方が40W、片方が60W だということもありました。

調査すれば、見えることがあり、対策も見えてくるのです。

## 対策の方法

---

まず、**どの家電の消費電力量が多かったでしょうか？**

消費電力の多い家電を新しい省エネ機器に交換したり、使い方を換えるだけで消費電力を大幅に削減できる可能性があります。

冷蔵庫やエアコンは、特に省エネが進んでいます。

冷蔵庫やエアコンの消費電力量が多く、製造が20世紀のものならば、買い替えをお勧めします。

また照明の消費電力量が多いのであれば、古いタイプの白熱灯や蛍光灯を使っていないか確認しましょう。特に白熱灯は最新の電球型蛍光灯に換えるだけで消費電力量が四分の一にまで下げることができます。

また外灯や廊下の照明などは夜間につけっつけしていることで、思わぬ消費電力量になっていることがあります。

夜間に消せるのであれば、消すという方法もあるでしょうし、最近では電球型蛍光灯に加え、

---

## 消費電力量を測ろう！

---

センサー付ライトも販売されています。センサー付に換えると使い勝手は変わらず、消費電力量を抑えることができるようになるでしょう。

さらに、待機電力はどの程度あったでしょうか？

おそらく1割くらいは待機電力だったのではないのでしょうか。

テレビ、ビデオ、オーディオ、パソコン関連などの待機電力が最近増えてきています。使わないときにはすぐに消せるように、節電タップを使うとか、自動的に電源の ON/OFF ができるタイマーコンセントを使えば、待機電力を削減することができるようになるでしょう。

家庭の平均の消費電力量は年間 4,200kWh 、10万円近い電気代を払っています。

消費電力量を調査して対策を考えれば、2-3割の電気代を減らすことは本当に簡単にできるのです。

家族みんなで消費電力量を測って、対策を練ってみましょう。

1年で元を取れば、2年目以降は自然の豊かなところへ旅行へ行く旅費くらいは節約できるようになるでしょう。

## 消費電力量を測ろう！

---

無駄な電力消費をなくすことで、低炭素な生活となり、地球環境への負荷を減らし、さらに電気代を減らし、そのことが豊かな暮らしへとシフトしていく。

そういう風にあなたの暮らしが変わっていくことを願っています。



### さらにお得なお知らせ

～消費電力量を調べる前に、エコチャレにご登録を！！～

エコチャレは、省エネで環境負荷の少ない暮らし"エコライフ"を志すあなたをサポートする、オンラインコミュニティです。 <http://www.ecoichi.com>

エコチャレでは、多くのチャレンジャーとともに、エコ課題に挑戦し、成功すればポイントを獲得できます。

ポイントランキングで他の人と競い合ったり、ポイントを交換して商品を手に入れたり、チャレンジャー同士で話し合ったり。楽しみながらいつの間にか、あなたもエコマスターになっていることでしょう。

このレポートの消費電力量調査も課題の一つ！挑戦する前にエコチャレに登録しておけば、ポイントももらえてお得ですよ！！

<http://www.ecoichi.com>

(検索エンジンで「エコチャレ」と検索してください)