「さわやか信州省エネ大作戦 2011 冬」

平成２３年１１月１８日
長野県省エネルギー・自然エネルギー推進本部

1　今夏の節電対策の総括

○浜岡原子力発電所の全面停止を受け、今夏、中部電力管内の電力需給のひっ迫が懸念されたことから、6 月 15 日から 9 月 30 日までの期間中、**平日の昼間 13～16 時の電力需要のピーク時間帯において、最大電力を県全域で前年比 5%（県機関は 10%）削減することを目標に掲げ**、日常生活や生産活動に影響の無い範囲で、節電・省エネルギーの取組を推進した。

○県民総ぐるみの取組の下、各界各層の節電への協力により、計画停電や電力需給のひっ迫による停電を回避することができた。

○期間中の県全域の節電の状況をみると、**最大電力（最大 3 日平均電力）は、昨年の実績値（292.6 万 kW）を 27.1 万 kW 下回る、265.5 万 kW となり、前年比で 9.3%の削減**となり目標を上回る抑制が図られた。なお、電力使用量についても、昨年と比較し削減が図られている。

【最大3日平均電力、一点最大電力の比較】

最大3日平均電力		差	
H23年8月	H22年8月		前年比
265.5万kW	292.6万kW	▲27.1万kW	▲9.3%

一点最大電力		差	
H23年8月10日	H22年8月5日		前年比
270.3万kW	293万kW	▲22.7万kW	▲7.7%

※H23年の最大三日は、8月8～10日

○県庁舎、合同庁舎においても、期間中の最大電力は、前年比で 10.5%（県庁）、10.9%（10 合同庁舎計）削減され、県機関における目標を達成した。

※今夏の節電状況の詳細は、別紙１を参照。

2　今冬の電力需給の状況

（１）長野県の電力使用実績等

○長野県の電力需要実績、電力の使用状況、一日の電気の使われ方などについては、別紙２を参照。

（２）中部電力管内の電力需給の状況

○長野県内の冬期の電力需要は、夏期とほぼ同程度であり、中部電力管内全体では、冬期の電力需要は夏期に比べて低いことから、今冬の電力需要は今夏ほど深刻にはならない見通し。

○平成 23 年 10 月 4 日の中部電力の発表によると、現段階における中部電力管内の電力需給状況は以下のとおり。

・電力の安定供給に向けた追加対策により、今冬の供給予備率は７%程度となる見通し。しかし、安定供給の目安である８～10%を下回る。

・また、冬期は、暖房や照明の使用が多くなるため、夏期に比べて１日のうちで電力需要の大きい時間帯が長くなる。

【中部電力　平成 23 年度　最大電力需給計画(平成 23 年 10 月4日中部電力発表)】（万ｋｗ）

区　　分	12 月	１月	２月
最大電力需要（Ａ）	2，214	2，319	2，319
供給力（Ｂ）	2，387	2，478	2，487
供給予備力（Ｂ―Ａ）	173	159	168
供給予備率（%）	7．8	6．9	7．2

※注１）数字は発電端（送電端電力に発電所所内電力を加えたもの）の最大電力需給計画。
※注２）主なリスク要因は、以下の２点
①気温低下による需要増加
（気温１℃低下すると 35 万ｋｗ程度の需要増＝供給予備率 1～2%程度の低下に相当）
②発電機の運転停止
（故障等による 100 万ｋｗ級発電機の停止＝供給予備率４％程度の低下に相当）

３　基本方針と基本的な取組

（１）基本方針

○節電・省エネ対策を進めるに当たっては、まず、中部電力管内の電力需給見通し等について県内各界各層が情報を共有することが重要。
○節電・省エネ機運の高まりを契機に、未来志向型のライフスタイル、ビジネススタイルの転換につながる前向きな節電・省エネ対策を講じる。
○一方で、節電・省エネ対策は、防犯等の安全確保をはじめ、県民生活や県内経済に支障を及ぼさない範囲で実施。また、経費の削減等を通じ県内経済の活性化や生活の質の向上に資するものになるよう配意。
○夏期と同様、冬期についても、ピーク期間・時間帯の使用最大電力(kw)の抑制を中心に対策を講じる。また、中部電力管内全体の需給状況や冬期の需要特性、本県の気候条件等に鑑み、電力需要の抑制に係る具体的な数値目標は設定しない。
○大作戦の展開に当たっては、市町村、経済団体、消費者団体、マスコミ等、県内の関係機関との連携・協働により県民総ぐるみの運動とする。

（２）取組期間

今冬の政府の節電方針及び中部電力管内の電力需給状況を勘案し、12 月 1 日（木）～3 月 31 日（土）の平日とする。(12 月 29 日から 1 月 4 日を除く。)

（３）基本的な取組

① 節電・省エネの取組の基本

○夏期と同様に、節電・省エネのための基本的な手法として、次の 3 つの手法を掲げて推進する。

（ｉ）カット（減らす）　　⇒　電力使用量を削減する
（ⅱ）シフト（ずらす）　　⇒　電気使用が多い時間帯を避ける
　　家電製品の同時使用を避ける
（ⅲ）チェンジ（切り替える）⇒　省エネ型製品に切り替える
　　他のエネルギー機器、自然エネルギー機器を設置

○冬期は、電力需要の大きい時間帯が夏期に比べて長くなることから、平日の９時から２１時までの時間帯において、使用最大電力需要の抑制を図ることとする。

② 節電・省エネのためのアクションメニューの普及

○各主体が取り組むべき節電・省エネのための具体的な実践活動を整理・取りまとめた政府の「節電アクション　冬期の節電メニュー」（平成 23 年 11 月経済産業省作成）について、様々な媒体を通じ、県内の家庭、事業者等への浸透普及を図る。
○家庭・事業者向け「節電アクション　冬期の節電メニュー」は別紙３、４のとおり。
○冬期の需要特性を踏まえ、特に、事業所にあっては、午前中の暖房等に係る需要、家庭にあっては、夕方以降の暖房・家事等に係る需要に留意するよう呼びかける。

（４）電力需給情報の提供

① 電力需給に関する情報提供

中部電力は、当日の電力需給の状況に関する情報を、同社のホームページに掲載。

② 電力需給逼迫の情報共有

中部電力は、電力需給が逼迫した場合、中部経済産業局の呼びかけにより構築した連携ネットワーク（同局、中部５県・名古屋市及び中部電力により構成）を通じて、その情報を迅速に長野県に提供し、長野県は、市町村、経済団体、報道機関、県ホームページ等を通じ、県民へ迅速な周知を図る。

4　具体的な節電・省エネルギー対策

（１）家庭における節電・省エネルギー対策

① 節電・省エネルギーのための具体的な取組

○各家庭では、「節電アクション　冬期の節電メニュー（ご家庭の皆様）」（別紙３－１）、寒冷地の特性を踏まえた「信州節電対策メニュー」（別紙３－２）を活用し、具体的な実践活動に取り組む。
○基本的な取組として、以下の点について生活に支障の無い範囲で行う。
・空調温度を 20℃に設定
・不要な照明の消灯
・冷蔵庫の温度設定の見直し
○また、冬期の需要特性を踏まえ、特に、夕方以降の暖房・家事等に係る需要に留意する。
○さらに、寒冷地である長野県においては、「節電メニュー」に掲げる取組の他にも、以下の事項に留意する。
・電気こたつ・電気毛布等の暖房器具の節電に留意する。こたつは、上掛けや下掛け布団（断熱マット）を活用し保温を図る。

・凍結防止帯の節電に留意する。
・適切な暖房範囲に留意し、カーテンボックスや窓用断熱シートの利用検討。
・湯たんぽ、ひざかけ、ストールなどで保温を図る
・足首や手首、襟元を暖めることで、体温の維持を図る。
・信州の冬野菜(根菜類･きのこ類・香味類)、地酒を用いた食事の摂取や、信州の伝統的な防寒具(はんてんやねこなど)の利用により、体温を保持するなど、信州らしい取組を併せて推進する。
・家族で一部屋に集まり団欒の時間を過ごすなど、効率的な暖房使用に努める。

○加えて、外出による暖かい商業施設での買い物や、家電製品の買い替えなど、節電・省エネの取組が消費の刺激にもつながるような取組を促進。

② プレミアムエコポイント事業の実施

家庭での節電の取組を支援するため、温暖化防止エコポイント事業実行委員会が実施する「信州エコポイント事業」の特別キャンペーンとして、冬季（12～2 月）に節電の取組を行った県民に「プレミアムエコポイント」を追加交付。

― プレミアムエコポイント事業の概要 ―

【趣　　旨】家庭での節電の取組を支援するため、信州エコポイント特別キャンペーンとして「プレミアムエコポイント」を期間限定で交付する。
【内　　容】電力需要が高まる**夏季（７～９月）と冬季（12 月～２月）**に家庭における節電の取組により、**各３ヶ月間の電気使用量の合計が、前年よりも減少した場合、**特典として「プレミアムエコポイント」を交付する。
【対象期間】当面の電力需給状況などを考慮し２年間程度とする。
【特　　典】ポイント数：**各５ポイント、合計 10 ポイントを交付**（1 ポイント 100 円相当）
特典の交換：県内 588 事業協賛店舗で交換可能（平成 22 年度末現在）
【実施主体】温暖化防止エコポイント事業実行委員会

③「エコとく講習会」「エコとく診断」の実施

○長野県は、家庭における節電・省エネを推進するため、引き続き省エネアドバイザーを地域や家庭に派遣し、無料の「エコとく講習会」「エコとく診断」を実施。

（２）企業における節電・省エネルギー対策

① 節電・省エネルギーのための具体的な取組

○各事業者は、「節電アクション 冬期の節電メニュー（事業者の皆様)」（別紙４）を活用し、各経済団体を通じ、業種業態ごとに自主的な節電・省エネ対策を推進する。

○特に、暖房、換気、照明については、適正基準を超えて過度に行われていないか、重点的にチェックし対策を講じる。（ただし、電気による暖房機器に代えて、ガス・石油による暖房機器を使用する際は、換気に留意することが重要。）

【過照明について】
○照明学会の調査によると、照明が明るすぎるビルが多い。
○照度を落とすことで、30～50%の照明電力の削減が可能。

○また、冬期の需要特性を踏まえ、特に、午前中の暖房需要に留意。

② 事業者の節電・省エネルギー対策の支援

○長野県は、節電・省エネルギー対策に取り組む事業者に対し、支援事業の活用を呼びかける。（具体的な募集に関する情報等について、県の節電・省エネポータルサイトに一覧表示する。）

（ｉ）省エネ指導事業〔環境部〕

省エネ技術に優れたアドバイザーを各企業に派遣し、既存設備の改良、設備装置の最適化やエネルギーコストの削減を支援。

（ⅱ）中小企業環境対応強化支援事業〔商工労働部〕

環境対応アドバイザー等による企業巡回相談や社内セミナー等を実施し、県内中小企業における環境対応を支援。

（ⅲ）中小企業融資制度資金（防災・環境調和向け）〔商工労働部〕

地球温暖化対策に資する新エネルギー、省エネルギー施設の整備を図ろうとする場合などに低利な資金をあっせんするとともに、信用保証料の一部を補助。

（ⅳ）製造業環境技術育成支援事業〔商工労働部〕

環境規制や省エネ・新エネルギー等に関する研修コースを設置し、県内製造業等における環境技術の育成を支援。

（ｖ）工業技術総合センター事業〔商工労働部〕

省エネ機器や燃料電池など今後発展が見込まれる環境関連産業を育成・支援するとともに、製造工程の省資源・省エネ型のものづくりとコスト削減の両立のための技術を支援。

（ⅵ）住宅・建築物高効率エネルギーシステム導入促進事業〔資源エネルギー庁〕

住宅・建築物の省エネ性能の高い高効率エネルギーシステムやビルエネルギーマネジメントシステム（BEMS）の導入を支援。

○長野県は、財団法人中部電気保安協会と連携し、デマンド監視システムによる電力管理の普及を図る。

○長野県は、節電・省エネの取組を先進的に行う事業者を支援する「信州省エネパートナー事業」を実施する。

― 信州省エネパートナー事業の概要 ―

【趣　　旨】 節電・省エネの先導的取組及び事業活動の中で県民への普及促進の取組を行う意欲的な事業者等を募集、登録し、県と事業者等が連携協力することにより、今冬の節電・省エネ対策を推進。

【内　　容】 事業者やＮＧＯ等が実践する節電等の活動を宣言、県は「信州省エネパートナー」登録証を交付、その取組をホームページ等で積極的に広報。

【募集期間】 平成 23 年 11 月 28 日（月）～12 月 22 日（木）〔予定〕

（３）自然エネルギーの活用による節電・省エネルギー対策

○長野県は、薪ストーブ、ペレットストーブ、太陽熱給湯設備等の導入に係る支援を行い、木質バイオマスなど自然エネルギーを活用した暖房・給湯設備の導入促進を図る。

（４）観光振興を通じた節電・省エネルギー対策

① 宿泊施設の省エネルギーへの取組の推進

○信州エコ“泊”覧会を通じた節電・省エネをはじめとした、環境にやさしい取組を推進。

【例】・温泉熱を利用した暖房
・暖かい温泉を入れた湯たんぽ使用
・薪ストーブの使用

② 冬期の観光資源を活かした取組の推進

○「長野県スキー発祥 100 周年」に合わせた、県内スキー場への誘客促進。

【例】・部屋の暖房を切ってスキーへ、その後は温泉と信州の地酒でぽかぽかに
・ハイブリット車利用者のリフト券割引
・県外からの来場者割引

③ イルミネーションにおける節電・省エネの推進

○イルミネーションでのＬＥＤ電球の使用や自家発電による点灯、バイオディーゼル燃料の使用等を通じた、節電・省エネルギーの取組を推進。

（５）県機関における節電・省エネルギー対策

① 県機関における節電・省エネルギー対策の目標

県機関においては、節電・省エネ対策の具体的な数値目標を掲げることとし、以下のようなピーク時間帯の最大電力需要の抑制を目標設定する。

◇平日の 9 時～21 時の
使用最大電力について　前年比　▲5%（▲約 181kw 分）

※注１）削減目標は、昨年の使用最大電力の値から 5%削減した値とする。
※注２）削減分の値は、県庁及び 10 合同庁舎の昨年冬期の最大デマンドから計算。

② 「長野県職員率先実行計画」に基づく取組

県の機関では、「環境保全のための『長野県職員率先実行計画』（第４次改定版）」に基づき、節電・省エネの取組を徹底。

③ 追加的な取組

○県機関においては、「県機関冬期の節電・省エネ行動計画」（別紙５）を基本に実践行動を行うこととする。

○特に、暖房、換気、照明については、適正基準を超えて過度に行われていないか、重点的にチェックし対策を講じる。（ただし、電気による暖房機器に代えて、ガス・石油による暖房機器を使用する際は、換気に留意することが重要。）

○また、冬期の需要特性を踏まえ、特に、午前中の暖房需要に留意するとともに、不要な照明の消灯の徹底、エレベーターの運転台数制限、階段使用の徹底、ウォームビズの推進等、より一層の取組を行う。

④ 電力需給逼迫時の緊急対応

県の各機関は、電力需給の逼迫に関する緊急連絡があった場合、以下のとおり、

緊急的な対応を行うものとする。
○執務室内照明を一時的に半分消灯
○パソコンの電源をシャットダウン（ただし、新しいノートパソコンは、プラグを引き抜きバッテリー駆動に切替えることで暫くの間使用可能）
○庁内空調を一時的に停止

⑤ 中長期的な取組

○環境マネジメントシステムの運用を通じ、各所属の節電・省エネ対策の優良事例を普及、紹介
○ＬＥＤ照明や太陽光発電設備の導入検討など県有施設の計画的な省エネ改修を推進
○ピークシフトコントロール機能を搭載したパソコンの導入促進

⑥ 取組の効果測定と評価

電力使用状況の測定が可能な県庁及び１０合同庁舎ごとに、目標の達成度を検証、その効果を分析。

（６）学校等における節電・省エネルギー教育の推進

長野県は、市町村や私立学校と連携して、学校の児童生徒を対象として、以下のとおり節電・省エネ教育を実施することにより、家庭における節電・省エネの取組の推進に寄与する。
○節電チラシやポスターを活用して節電・省エネ教育を実施。
○小中学校のクラスに設置された電灯等の「スイッチ切る係」の取組を推進。
○市町村教育委員会やＰＴＡなどを通じて節電・省エネの取組を周知。

（７）広報キャンペーンの実施

長野県は、市町村をはじめ関係団体と協力して、「さわやか信州省エネ大作戦 2011 冬」について、様々なメディアを通じて県民、企業等に対して広報を行う。
○新聞、広報誌、テレビ、ラジオなど、県の広報媒体を活用して広報。
○市町村、経済団体、消費者団体等を通じ、県民に対して直接的な情報を発信。
○県のホームページ上に構築した、節電・省エネ対策のための総合ポータルサイトを継続。http://www.pref.nagano.lg.jp/kankyo/ondanka/honbu/index.html
○広報ツールとして、「さわやか信州省エネ大作戦 2011 冬」のポスター（別紙６）、家庭向けの節電・省エネチラシ等を作成し、関係団体に配付するほか、ポスターのデザインデータをホームページに掲載し事業者へ提供。

≪別紙１≫

【今夏の県庁舎等の節電状況】

【県庁舎】

項　目	期間中最大	６　月	７　月	８　月	９　月
最大値(kW)	1,700	1,660	1,700	1,660	1,600
H22最大値比（%）〔1,900kw〕	▲ 10.5	▲ 12.6	▲ 10.5	▲ 12.6	▲ 15.8

【10合同庁舎合計】

項　目	期間中最大	６　月	７　月	８　月	９　月
最大値(kW)	2,181	1,751	2,145	2,181	1,913
H22最大値比（%）〔2,449kw〕	▲ 10.9	▲ 28.5	▲ 12.4	▲ 10.9	▲ 21.9

※県庁舎は、ピーク時間帯（13～16時）、合同庁舎は、1日における最大値の比較。

【ピークカットチャレンジの実施結果】

○県全域

削減率：単位（%）

比較対象		前年相当日との比較（第1回：6/22（火）第2回：7/06（火）第3回：7/30（金））		前年同週平均との比較		前年夏期最大との比較		実施日前日との比較	
実施日・時間帯		昼間（13時～16時）	夜間（20時～22時）	昼間（13時～16時）	夜間（20時～22時）	昼間（13時～16時）	夜間（20時～22時）	昼間（13時～16時）	夜間（20時～22時）
第1回	6月22日（水）	▲ 5.2	▲ 4.1	▲ 1.0	▲ 0.3	▲ 23.2	▲ 18.7	3.2	1.5
第2回	7月07日（木）	▲ 9.8	▲ 7.2	▲ 8.8	▲ 5.6	▲ 24.0	▲ 20.1	▲ 5.4	▲ 5.0
第3回	7月26日（火）	▲ 8.3	▲ 6.3	▲ 9.3	▲ 7.7	▲ 18.6	▲ 16.7	2.5	1.8
3回の平均		▲ 7.8	▲ 5.9	▲ 6.4	▲ 4.5	▲ 21.9	▲ 18.5	0.1	▲ 0.6

○県庁舎

削減率：単位（%）

比較対象		前年相当日との比較（第1回：6/22（火）第2回：7/06（火）第3回：7/30（金））		前年同週平均との比較		前年夏期最大との比較		実施日前日との比較	
実施日・時間帯		昼間（13時～16時）	夜間（20時～22時）	昼間（13時～16時）	夜間（20時～22時）	昼間（13時～16時）	夜間（20時～22時）	昼間（13時～16時）	夜間（20時～22時）
第1回	6月22日（水）	▲ 41.9	▲ 18.5	▲ 24.1	▲ 14.2	▲ 47.6	▲ 19.2	1.4	▲ 9.8
第2回	7月07日（木）	▲ 21.3	▲ 7.0	▲ 22.2	▲ 3.9	▲ 36.7	▲ 11.9	▲ 19.8	▲ 1.6
第3回	7月26日（火）	▲ 19.9	▲ 5.4	▲ 23.3	▲ 8.7	▲ 29.0	▲ 13.4	▲ 2.5	0.9
3回の平均		▲ 27.7	▲ 10.3	▲ 23.2	▲ 8.9	▲ 37.8	▲ 14.8	▲ 7.0	▲ 3.5

○県合同庁舎

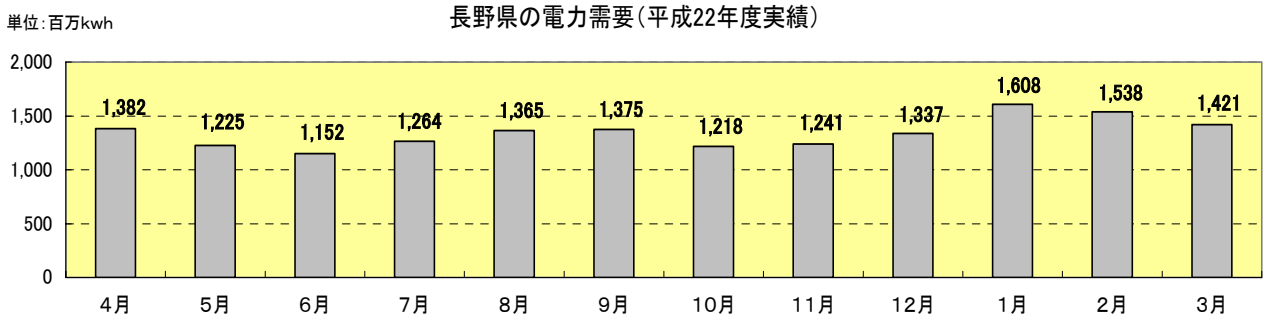
削減率：単位（%）

比較対象		前年相当日との比較（第1回：6/22（火）第2回：7/06（火）第3回：7/30（金））		前年同週平均との比較		前年夏期最大との比較		実施日前日との比較	
実施日・時間帯		昼間（13時～16時）	夜間（20時～22時）	昼間（13時～16時）	夜間（20時～22時）	昼間（13時～16時）	夜間（20時～22時）	昼間（13時～16時）	夜間（20時～22時）
第1回	6月22日（水）	▲ 21.1	▲ 20.8	▲ 25.1	▲ 15.4	▲ 67.9	▲ 22.8	▲ 9.4	▲ 9.1
第2回	7月07日（木）	▲ 39.2	▲ 18.2	▲ 38.3	▲ 14.4	▲ 60.2	▲ 18.7	▲ 27.9	▲ 2.7
第3回	7月26日（火）	▲ 41.8	▲ 13.2	▲ 34.8	▲ 12.4	▲ 45.4	▲ 13.0	▲ 2.3	0.7
3回の平均		▲ 34.0	▲ 17.4	▲ 32.7	▲ 14.1	▲ 57.8	▲ 18.2	▲ 13.2	▲ 3.7

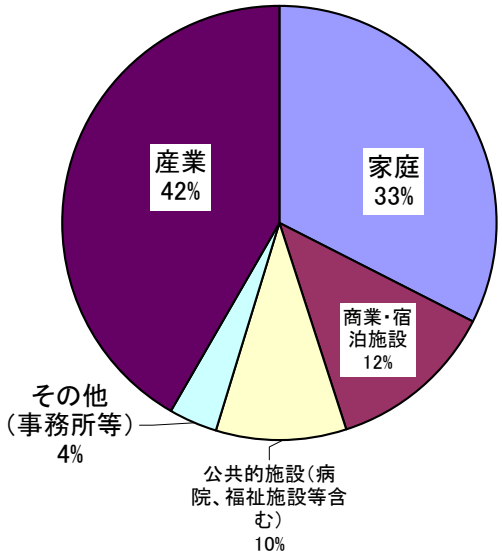
≪別紙２≫

【長野県の電力需要実績】

長野県の年間の電力需要を見ると、夏期 7～9 月と冬期 12～3 月の使用量が比較的多くなっている。



【長野県内の電力使用状況（平成 22 年度電力使用比率）】



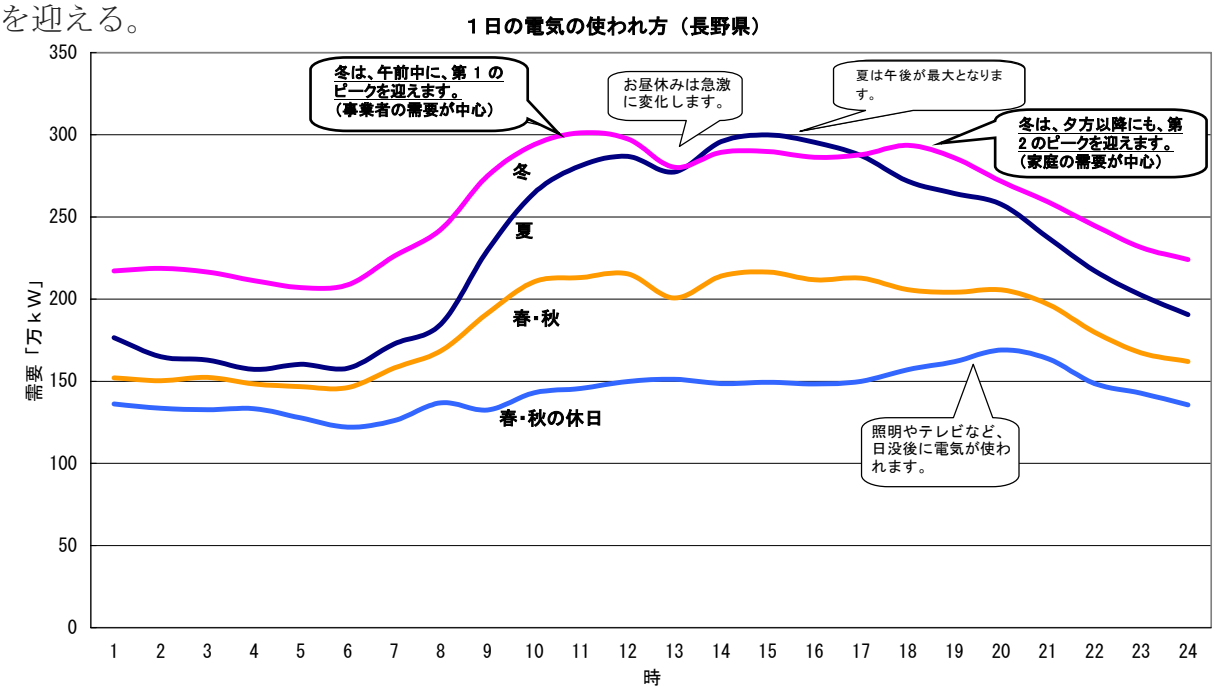
県内の部門別の電力使用状況を見ると、産業が約 4 割、家庭が約 3 割などとなっている。

※ 注１）中部電力（株）長野支店「平成 22 年度分長野県電力需要実績」に基づき長野県で推計・作成。

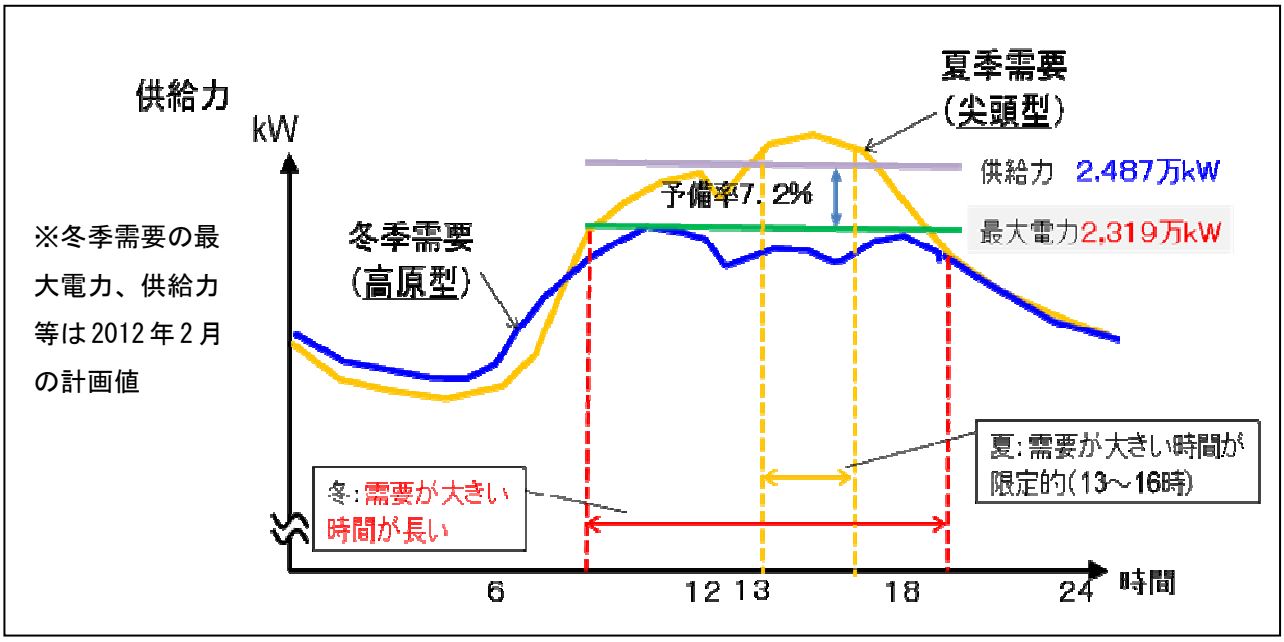
※ 注２）構成比については、単位末尾を端数処理しているため、合計と内訳が一致しない。

【長野県の一日の電気の使われ方】

一日の電力需要は、夏期は、平日の昼間 13～16 時頃、冬期は、10～12 時頃と 18 時頃にピークを迎える。



【中部電力管内の今冬と今夏の需給状況の対比】



○節電アクション　冬期の節電メニュー〔ご家庭の皆様〕

① 家庭の節電メニュー

＜通常、エアコンを使用される家庭の場合＞

「節電メニュー」の中から、それぞれのご家庭で無理なく実施できるものをチェックして頂き、以下を目安にご協力をお願い致します。

- ✓ 関西電力管内：合計が10%以上
- ✓ 九州電力管内：合計が5%以上
- ✓ その他の電力管内：数値目標はなし（無理なくご協力頂ける範囲）

	節電メニュー	節電効果（削減率）	チェック
エアコン	①・重ね着などをして、室温20℃を心がけましょう。	7% ※設定温度を2℃下げた場合	□
	②・窓には厚手のカーテンを掛けましょう	1%	□
照明	③・不要な照明をできるだけ消しましょう	4%	□
テレビ	④・画面の輝度を下げましょう。 ・必要な時以外は消しましょう。	2% ※標準→省エネモードに設定し、使用時間を2/3に減らした場合	□
冷蔵庫	⑤・冷蔵庫の設定を「弱」に変えましょう。 ・扉を開ける時間をできるだけ減らしましょう。 ・食品をつめこまないようにしましょう。	1%	□
ジャー炊飯器	⑥・早朝にタイマー機能で1日分をまとめて炊きましょう。 ・保温機能は使用せずに、よく冷ましてから冷蔵庫に保存しましょう。	1%	□
温水洗浄便座（瞬間式）	⑦・便座保温・温水の設定温度を下げましょう。 ・不使用時はふたを閉めましょう。	1%未満	□
待機電力	⑧・リモコンではなく、本体の主電源を切りましょう。 ・使わない機器はプラグを抜いておきましょう。	1%	□

外出時も⑤（冷蔵庫）、⑦（温水洗浄便座）、⑧（待機電力）のご協力をお願い致します。

② 家庭の節電メニュー

＜通常、ガス・石油ストーブ等を使用される家庭の場合＞

「節電メニュー」の中から、それぞれのご家庭で無理なく実施できるものをチェックして頂き、以下を目安にご協力をお願い致します。

- ✓ 関西電力管内：合計が10%以上
- ✓ 九州電力管内：合計が5%以上
- ✓ その他の電力管内：数値目標はなし（無理なくご協力頂ける範囲）

節電メニュー		節電効果（削減率）	チェック
照明	①・不要な照明をできるだけ消しましょう。	6%	□
テレビ	②・画面の輝度を下げましょう。 ・必要な時以外は消しましょう。	3% ※標準→省エネモードに設定し、使用時間を2/3に減らした場合	□
冷蔵庫	③・冷蔵庫の設定を「弱」に変えましょう。 ・扉を開ける時間をできるだけ減らしましょう。 ・食品をつめこまないようにしましょう。	2%	□
ジャー炊飯器	④・早朝にタイマー機能で1日分をまとめて炊きましょう。 ・保温機能は使用せずに、よく冷ましてから冷蔵庫に保存しましょう。	2%	□
温水洗浄便座（瞬間式）	⑤・便座保温・温水の設定温度を下げましょう。 ・不使用時はふたを閉めましょう。	1%	□
待機電力	⑥・リモコンではなく、本体の主電源を切りましょう。 ・使わない機器はプラグを抜いておきましょう。	2%	□

外出時も③（冷蔵庫）、⑤（温水洗浄便座）、⑥（待機電力）のご協力をお願い致します。

③ 家庭の節電メニュー

	その他の節電メニュー	チェック
ライフスタイル	夕方に電気製品の使用が重ならないよう家事の段取りを組みましょう。 家庭の電力需要が増える夕方以降に、一斉に負荷の高い電気製品を使用することがないよう、一日の家事の段取りをお願い致します。	□
	温湿度計をつけて、室温の管理(20℃)を行いましょう。	□
暖房機器	電気の暖房機器(ガス・石油以外)を使う場合には、エアコンと電気ストーブ・ヒーターを上手に使い分けましょう。 (例) ・家族4人そろった広い部屋でみんなが暖まる場合には、電気ストーブよりエアコンが効率的。 ・広い部屋で1人足元を暖める場合にはエアコンより電気ストーブが効率的。	□
	電気カーペットは人のいる部分だけを温めるようにしましょう。 設定温度を「中」または「弱」にするよう心がけましょう。	□
	エアコンのフィルターを定期的(2週間に1回程度)に掃除しましょう。	□
	扇風機やサーキュレーターで部屋の上部の暖気を循環させましょう。	□
	こたつは、上掛けなどを活用し、暖気を逃がさないようにしましょう。	□
電気ポット	お湯はコンロで沸かし、ポットの電源は切りましょう。	□
洗濯機	容量の80%程度を目安にまとめ洗いをしましょう。	□
パソコン	省電力設定を活用しましょう。	□
掃除機	夕方のピーク時はモップやホウキを使ってみましょう。	□

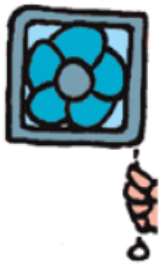
節電時に注意してほしいこと

ガス・石油ストーブ等を使用される場合には、特に以下のことを注意しましょう。

ガスや石油を使うときは、窓を開けるなどして

必ず換気

自動的に排気する機器は、ファンの作動音を確認。



物が燃えるには、新鮮な空気が必要です。
空気が不足すると、一酸化炭素が発生します。

洗濯物や布団などは、ストーブの

近くに置かない

洗濯ばさみ等で留めたつもりでも、
落下の危険性があります。
寝返りをうった時に接触して火災になった事例も。

詳細は、政府の節電サイト「節電.ｇｏ.ｊｐ」をご覧ください。
URL：http://setsuden.go.jp/

家庭版
冬期の節電・省エネメニュー

重点アクション

- 空調温度を20℃に設定
- 不要な照明の消灯
- 冷蔵庫の温度設定の見直し
- 特に夕方以降の節電を（暖房・家事に留意）

【すぐできるアクション】

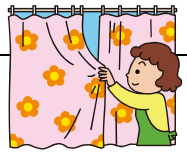
信州節電対策メニュー

寒冷地の本県においては、「節電アクション 冬期の節電メニュー〔ご家庭の皆様〕」の他に、以下の事項に取り組みましょう。

電気こたつ･電気毛布等の暖房器具は、その温度設定や使用時間を調節しましょう。
こたつは、上掛けや中掛け･敷布団(断熱マット)を活用し、効果的な保温を図りましょう。

水道管の凍結防止帯の節電に留意しましょう。
(保温材の劣化等により機能が低下している場合があります。使用電気量の点検や節電装置の活用を図りましょう)

暖房も適切な範囲に留め、窓用断熱シートやカーテンボックスなどを活用して、部屋への冷気の進入を防ぎましょう。



湯たんぽ、ひざかけ、ストールなどを活用して、暖かさを保ちましょう。
足首や手首、襟元を暖めることで、効果的に体を温めましょう！

家族で集まり団欒の時間を過ごすなど、効率的な暖房の使用に努めましょう。

信州の冬野菜(根菜類･きのこ類・香味類)や地酒を用いた食事、信州の伝統的な防寒具（はんてんやねこなど）の利用や温泉に出かけるなど、信州の冬を楽しみましょう。

【ステップアップアクション】

できることから始めましょう。

- ペレットストーブや薪ストーブの設置を進めましょう。（豊かな森林資源を活用しましょう）
- 家電製品やガス、石油機器などの購入の際は、省エネ性能に優れた機種を選択しましょう。

○節電アクション　冬期の節電メニュー〔事業所の皆様〕

≪別紙４≫

※業種別メニューから、オフィスビル、製造業を抜粋

① オフィスビル

		建物全体に対する節電効果	実行チェック
５つの基本アクションをお願いします			
照明	・執務エリアの照明を半分程度間引きする。	8%	
照明	・使用していないエリア（会議室、廊下等）は消灯を徹底する。	3%	
空調	・テナントは空調のスイッチを切り、オーナーはビル全体が適切な温度になるように調整を行う等、適切な温度管理を行う（次項参照）	4%（3℃下げた場合）	
空調	・使用していないエリアは空調を停止する。	1%未満	
OA機器	・長時間席を離れるときは、ＯＡ機器の電源を切るか、スタンバイモードにする。	2%	
さらに節電効果が大きい以下のアクションも検討してください			
空調	・室内のCO_2濃度の基準範囲内で、換気ファンの一定時間の停止、または間欠運転によって外気取入れ量を調整する（外気導入による負荷を減らすため）。	4%	
空調	・夕方以降はブラインド、カーテンを閉め、暖気を逃がさないようにする。	1%	
空調	・熱源機（ガス熱源は除く）の温水出口の温度を低めに設定し、熱源機ヒートポンプ等の動力を削減する。	1%	
空調	・空調機器の一斉の起動を避ける。（運転時間前倒し、フロア毎の時間調整等）	4%（1時間程度の効果）	
メンテナンスや日々の節電努力もお願いします			
照明	・昼休みなどは完全消灯を心掛ける。		
照明	・従来型蛍光灯を、高効率蛍光灯やＬＥＤ照明に交換する。（従来型蛍光灯からＨｆ蛍光灯又は直管形ＬＥＤ照明に交換した場合、約４０％消費電力削減。）		
空調	・フィルターを定期的に清掃する（２週間に一度程度が目安）。		
空調	・電気室、サーバー室などで冷房を使っている場合には、可能な限り冷房を使わずに外気を取り入れる。または、空調設定温度が低すぎないかを確認し、見直す。		
空調	・電気以外の方式（ガス方式等）の空調熱源を保有している場合はそれらを優先運転する。		
空調	・暖房と冷房の同時使用による室内混合損失を避ける（次項参照）		
コンセント動力	・ハロゲンヒーター等の暖房機器を個人で使用しない。		
コンセント動力	・温水洗浄便座は保温・温水の温度設定を下げ、不使用時はふたを閉める。		
コンセント動力	・エアタオル等のプラグをコンセントから抜く。		
コンセント動力	・自動販売機の管理者の協力の下、適切な温度設定等を行う。		
その他	・デマンド監視装置を導入し、警報発生時に予め決めておいた節電対策を実施する。		
その他	・コージェネレーション設備を所有している場合は、発電優先で運転する。		
従業員やテナントへの節電の啓発も大事です			
節電啓発	・ビル全体の節電目標と具体的アクションについて、関係全部門･テナントへ理解と協力を求める。（次項参照）		
節電啓発	・節電担当者を決め、責任者（ビルオーナー･部門長）と関係全部門･テナントが出席したフォローアップ会議や節電パトロールを実施する。		
節電啓発	・従業員やテナントに対して、家庭での節電の必要性・方法について情報提供を行う。		

※ご注意
- 記載している節電効果は、建物全体の消費電力に対する節電効果の想定割合の目安です。
- 空調については電気式空調を想定しています。
- 一定の条件の元での試算結果ですので、各々の建物の利用状況により削減値は異なります。
- 方策により効果が重複するものがあるため、単純に合計はできません。
- 節電を意識しすぎるあまり、保健衛生上、安全上及び管理上不適切なものとならないようご注意下さい。

② 製造業

※製造業は種別ごとに電力使用の形態が大きく異なるため、各設備ごとの節電率を記載しています。

生産設備の節電メニュー	機械・設備毎の節電効果	実行チェック
・不要又は待機状態にある電気設備の電源オフ及びモーター等の回転機の空転防止を徹底する。	-	
・電気炉、電気加熱装置の断熱を強化する。 （節電効果：保温施工の実施例）	7%	

ユーティリティ設備の節電メニュー		
・使用側の圧力を見直すことによりコンプレッサの供給圧力を低減する。 （節電効果：単機における0.1MPa低減時）	8%	
・コンプレッサの吸気温度を低減する[設置場所の室温と外気温を見合いする]。 （節電効果：単機における吸気温度10℃低減時）	2%	
・負荷に応じてコンプレッサ・ポンプ・ファンの台数制御を行う。 （節電効果：コンプレッサ5台システムでピーク負荷60～80%の場合）	9%	
・インバータ機能を持つポンプ・ファンの運転方法を見直す。 （節電効果：弁の開閉状態の確認・調整によりインバータ機能を活用し全圧が80%となった場合）	15%	
・冷凍機の冷水出口温度を高めに設定し、ターボ冷凍機・ヒートポンプ等の動力を削減する。（節電効果：利用側の状況を確認しながら7℃→9℃へ変更した場合）	8%	

（※）生産活動への実質的な影響が少ない一般設備を中心とした節電をお願いいたします。

一般設備（照明・空調）の節電メニュー（※）			
照明	・使用していないエリアは消灯を徹底する。	-	
照明	・白熱灯を電球形蛍光ランプやLED照明に交換する。 （節電効果：白熱灯60W → ①電球形蛍光ランプ、②LED照明、に交換した場合）	①76% ②85%	
空調	・工場内の温度を１９℃とする。 （節電効果：室内温度設定を３℃下げた場合）	27%	
空調	・外気取入量を調整することで換気用動力や熱負荷を低減する。 （節電効果：換気ファンの間欠運転または停止により30%導入量を低減した場合）	34%	

その他の節電メニュー		
その他	・デマンド監視装置を導入し、警報発生時には予め決めておいた節電対策を実施する。	
その他	・設備・機器のメンテナンスを適切かつ定期的に実施することでロスを低減する。	
節電啓発	・節電担当者を決め、責任者（社長・工場長）と関係全部門が出席したフォローアップ会議や節電パトロールを実施する。	
節電啓発	・従業員に対して、家庭での節電の必要性・方法について情報提供を行う。	

生産用動力の稼働シフトによる電力ピーク抑制		
稼働シフト	・生産用動力の起動を節電時間帯の前にシフトする。	
稼働シフト	・事務作業等の時間を調整し、電力ピークをシフトする。	
稼働シフト	・需給調整契約（料金インセンティブ）に基づく操業シフト。	

※ご注意
- 記載している節電効果は、機械・設備毎の消費電力に対する節電効果の想定割合の目安です
  そのため、設備内容や利用状況等によって効果は異なる場合があります。
- 空調については電気式空調を想定しています。
- 節電を意識しすぎるあまり、保健衛生上、安全上及び管理上不適切なものとならないようご注意下さい。

詳細は、政府の節電サイト「節電.ｇｏ.ｊｐ」をご覧ください。
URL：http://setsuden.go.jp/

≪別紙５≫

県機関
冬期の節電・省エネ行動計画

重点アクション

- 不要な照明の消灯の徹底
- 暖房 19℃の徹底、ｳｫｰﾑﾋﾞｽﾞの推進(特に午前中の暖房に留意)
- ｴﾚﾍﾞｰﾀｰの運転台数制限・階段使用の徹底

【すぐできるアクション】

節電対策メニュー		削減効果	効果を高める取組など
照明	事務室内の照明の一部消灯	*建物全体に対して 2～4%	・時間外は必要箇所のみ点灯 ・ノー残業デーの徹底 ・水曜は午後６時に一斉一旦消灯 ・照明カバーの撤去、照明器具の清掃（照度アップ）
	廊下、エレベーターホール等の消灯		
	不要時の消灯（トイレ、コピー室）		
	過剰な照明を間引く	＋α	事務室の照度目安 300～500lx 以上
ＯＡ機器	ディスプレイの明るさを下げる	23%	・パソコン１台あたり約３割節電 ・ディスプレイの埃を拭き取る ・退庁時のプラグ抜き徹底
	長時間席を離れるときは電源を切るか省電力モードに設定する	*建物全体に対して 2%	
	複合機、プリンタ等の未使用時主電源 OFF	＋α	
空調	エアコンの設定温度は１９℃を徹底	*建物全体に対して 4%（3℃下げた場合）	・暖房時間は出来る限り短縮 ・空調の気流を妨げるようなロッカー等の配置を見直す ・フィルターの清掃
	空調ファンの風量調節	＋α	
	ウォームビズの推進	―	湯たんぽ、膝かけ等で保温を図る
	ブラインド、カーテン等の活用。窓用断熱シート等の利用検討	*建物全体に対して 1%	夕方以降ブラインド等を閉め、暖気を逃がさない
	電気室等の温度管理に外気を取り入れる	＋α	
	空調機器の一斉の起動を避ける		
	室内 CO_2 濃度を調整し、外気取入量を削減	*建物全体に対して 4%	環境衛生管理基準内(1000ppm 以下)で調整する
動力、コンセント	エレベーターの運転台数の制限	＋α	職員の原則階段使用の徹底
	電気ポット、ｺｰﾋｰﾒｰｶｰ等のプラグ抜き		ﾊﾛｹﾞﾝﾋｰﾀｰの個人使用を控える
	冷蔵庫の設定温度「弱」、又は停止		冷蔵庫の集約、旧式のものの廃止
	温水洗浄便座の節電機能利用、暖房便座の温度設定を下げる	33～38%	未使用時はふたを閉める
	凍結防止帯、ロードヒーター等の温度設定の見直し、又は不要時の停止	＋α	
	自動販売機内の蛍光灯の消灯	0.6%	冷却停止時間の延長

*建物全体に対する節電効果

【ステップアップアクション】

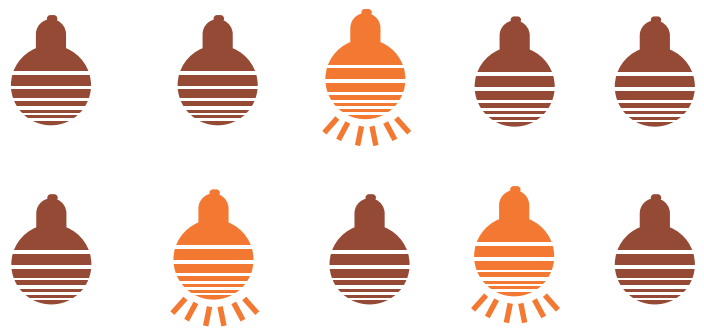
節電対策メニュー		削減効果	効果を高める取組
照明	高効率蛍光灯やＬＥＤ照明に交換	約 40%	個別紐スイッチの導入検討
その他	デマンド監視装置の導入検討	＋α	省エネルギー診断を活用

※経済産業省「冬季の節電メニュー」、日本ﾏｲｸﾛｿﾌﾄ社「Windows パソコンを節電して使う術」等を基に作成。削減効果は、設備毎の消費電力に対する節電効果の目安。

みんなの“気持ち”でエコライフ

さわやか信州 省エネ大作戦 2011冬

節電・省エネアクション



不要な照明の
消灯の徹底

ウォームビズで
空調の
設定温度の見直し

OA機器の不要時、
電源オフまたは
省電力モードの設定

長野県省エネルギー・自然エネルギー推進本部
（事務局　環境部温暖化対策課）

一般社団法人　長野県環境保全協会
（長野県地球温暖化防止活動推進センター）

みんなの“気持ち”でエコライフ

さわやか信州 省エネ大作戦 2011冬

節電中

ご理解、ご協力をお願いします。

長野県
nagano
つらなる つながる 信州

長野県