

第9回

家庭の電気ダイエットコンクール

電気のダイエットで家計もお得！2008



近年、世界各地で異常気象が起こっています。
温暖化から地球を守るために身近なところから
私たちができることをはじめてみませんか？

この初夏、家族で1カ月間の省エネに取り組んでみませんか？
昨年の同時期に比べてどれくらい電気の使用量を減らすことができ
たかが審査の基準です

参加は簡単！電気の『7月分のお知らせ』を提出するだけ！
成績が優秀だった方には豪華賞品を用意しています。

埼玉県生活協同組合連合会

〒330-0064 住所 さいたま市浦和区岸町7-11-5

TEL：048-844-8971 FAX：048-844 8973

「家庭の電気ダイエットコンクール」って？

「決められた 1 カ月間に電気の使用量を前年よりもダイエットしてみましょう」という取り組みで 2000 年にはじまりました。これまでの 8 年間でのべ約 6,000 世帯が参加されました。

この 8 年間で電気を約 20 万 kwh、金額にして約 400 万円、地球温暖化の原因と言われている二酸化炭素の排出を約 73 トンおさえました。これはスギの木 1 本あたり 1 年間に平均して約 14kg の CO₂ を吸収すると言われていますので約 5200 本分の吸収量になります。

このような活動が認められ、05 年 3 月「第 6 回さいたま環境大賞」を受賞しました。



どうして『電気使用量のお知らせ』の提出だけでいいの？

東京電力から毎月お手元に届く「電気使用量のお知らせ」には、当月の使用量と料金だけでなく、前年の同じ月の使用量と該当の日数などが記載されています。

そのためにお知らせのコピーを貼って送っていただくだけで、今年と前年の使用量と日数がこちらで確認できるのです。

順位はどうやってつけるの？

皆さんからの報告書を集計し、1 日あたりの電気使用量を計算します。前年度同時期の 1 日あたりの使用量との割合でダイエット率を出し、ダイエット率が高い方から順位をつけます。

また、お一人の 1 日あたりの電気使用量が少ない方を「鉄人」として、ダイエット率とは別に表彰します。なお長期のご不在など、状況によって審査を考慮させていただく場合がございますのでご了承ください。



どうやって電気の使用をおさえれば効果的？（節電のヒント）

待機電力をカット...待機電力は家庭の全電気消費量の約 1 割を占めています。携帯電話の充電が終わったらコンセントから抜きましょう。コンセントを抜きにくい場所には、節電用のタップが便利です。

エアコンを上手に...家庭の消費電力量のウエートではやはりエアコンが 1 位です。設定温度は控えめに。1 度の違いで 10% の省エネになるとか。コンクールの対象時期は急に寒かったり、暑かったりと難しい時期です。エアコンの使い方もポイントです。

冷蔵庫も消費電力量が多い家電です...庫内の整理をして、開閉時間が短くなるようにしましょう。常温保存できる野菜で一杯にいませんか？詰め込んだ場合と整理して入れた場合、年間で 1570 円の節約になります。ドアパッキンの痛みにも気を付けて。

照明器具では...人がいない部屋の電気は消す。これは参加した多くの皆さんが心掛けていました。白熱球から電球型蛍光灯に変えることも効果的です。

買い換えの時は...省エネ製品を選ぶようにしましょう。

他にも...詳しい省エネ情報は東京電力や、省エネルギーセンターからも出ています。埼玉県生協連のホームページでも過去に参加した皆さんのアイデアを紹介しています。情報を集めて参考にしてください。



自分の成績はわかるの？

参加登録をされた団体や生協から参加賞とともにお手元に届きます。

「エコライフ学習会」として、表彰式や、参加者同士の交流、ちょっと得する学習会を予定しています。こちらにも是非ご参加ください。

「電気ダイエットコンクール」参加の流れ

5月 参加登録

登録用紙にご記入の上、ご加入の生協か埼玉県生協連まで郵送かFAXでお送りください。



5月～6月 準備とダイエット開始

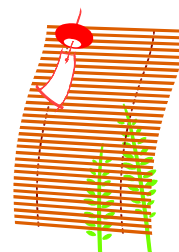
省エネ情報を集めて作戦を立てよう。

- ・ 家族の理解と協力がカギです。子どもとお父さんを味方につけましょう！
- ・ あなたの家の7月分はどの時期にあたるか、検針時期を調べておきましょう。
- ・ どの家電が取り組みやすいのか？この時期に作戦をたてておきましょう。

6～7月 さあ本番！

作戦を実行！

- ・ 作戦にしたがってやってみましょう。声かけ作戦も効果的です。電気ダイエットを楽しんで！
- ・ あれもこれもは無理のもと。要は去年より減ればいい。楽しむ“心のゆとり”が大切です。



結果報告書を提出

7月分の領収書がお手元に届いたら、報告書に領収書のコピーを貼って申し込み先に送ってください。

ダイエットがうまくいかなくても大丈夫！あなたの報告と体験談をお待ちしています。

集計

結果発表!!

「エコライフ学習会」(予定)で結果発表と優秀者の表彰・賞品プレゼントをおこないます。ここでは思わぬ秘策が聞けるかも…
個人結果と賞品は、後日、各生協からお届けします。



「家庭の電気ダイエットコンクール」参加申込書

この用紙を、下記の埼玉県生協連までお送りください。

郵送先：〒330-0064 さいたま市浦和区岸町7-11-5

FAX：048(844)8973

登録事項

ふりがな		ご家庭 の人数	人
お名前			
ご連絡先	〒 住 所		
	TEL ()		

初めての参加ですか？

はい いいえ (回目)

今回の「電気ダイエット」に向けてあなたの作戦や意気込みを一言

* 埼玉県生活協同組合連合会 Tel 048(844)8971 *

長期のご不在など、状況によって審査を考慮させていただく場合がございますのでご了承ください。昨年と比較できない場合は、鉄人賞のみの対象となります。
ご記入いただいた個人情報は電気ダイエットコンクールに関すること以外には使用いたしません。

「家庭の電気ダイエットコンクール」結果報告用紙

1 カ月間の電気ダイエットを終えて、東京電力から7 月分の「電気ご使用量のお知らせ」が届いたら、この用紙に記入のうえ「お知らせ」のコピーを貼って、生協までお送りください。

埼玉県生活協同組合連合会

〒330-0064

さいたま市浦和区岸町7-11-5

TEL：048-844-8971

FAX：048-844-8973

ふりがな お名前		ご家族 の人数	人
〒	-	<住所>	
電話番号		参加回数	はじめて・() 回目

7 月分の「電気ご使用量のお知らせ」(コピー) を貼付してください。

* * ここに貼り付けてください * *

用紙が2 枚以上になる場合は、裏面にお貼りください。

F A X でお送りいただく際は、あらかじめ一度コピーするなど、注意してお送りください。

工夫した点や苦労した点、感想などを教えてください。

ありがとうございました。8 月中旬までにお送りください

長期のご不在など、状況によって審査を考慮させていただく場合がございますのでご了承ください。昨年と比較できない場合は、鉄人賞のみの対象となります。

ご記入いただいた個人情報は電気ダイエットコンクールに関すること以外には使用いたしません。

「感想や取り組み内容」につきましては、組合員向け広報誌などに匿名にて紹介させていただく場合がありますのであらかじめご了承ください。