

医療生協さいたま 2011節電対策キャンペーン

アイデア募集とチャレンジのご案内

今年度は計画停電の実施など、あらゆる場面で節電対策が検討されています。そこで、季節を問わず、一般家庭でできる節電のアイデアを大募集！！

節電対策キャンペーン メインテーマ わたしにもできる！電気を消して笑顔の灯りをともそう

お寄せいただいた中で優れたアイデアはニュースやホームページに掲載します。ほんの少しの工夫で節電につながるような、笑顔が増える楽しいアイデアをお寄せください。

みんなでできる節電アイデア募集 取り組み期間：7～9月

募集締切：2011年9月30日（金）本部必着

応募方法：応募用紙に必要事項・アイデアを記入し本部 FAX または事業所組織担当者へ写真等もあれば添付してください。（写真は返却いたしません）

<お料理部門>	<ファッション部門>	<楽しく節電部門>	<節電川柳・俳句部門>
電気・ガスをなるべく使わない 栄養満点レシピなど	おしゃれでエアコンに頼りすぎない服装や小物の工夫など	無理しないのでできる節電の工夫など	（短歌も可） 思わずクスッと笑ってしまうような作品など

同時に、「夏の電気削減 15%チャレンジ」も行います。

期間中のうち1カ月間各家庭で節電に努め、報告書に書いて提出してください。目標は昨年同月より15%削減です。電気ダイエットコンクールとの同時応募も可能！

夏の電気削減15%チャレンジ 取り組み期間：7～8月

応募締切：2011年9月7日（水）本部必着

応募方法：報告用紙に必要事項を記入のうえ、8月分の「電気ご使用量のお知らせ」を添付（コピー可）し、本部 FAX または事業所組織担当者へ

※ 同時に電気ダイエットコンクールにもエントリー希望の方は報告用紙の記入欄に○をつけてください。

たくさんのご応募、お待ちしております！！

頑張りがすぎにご注意！

節電に努めるあまり、エアコンや扇風機使用を過度に控えると、熱中症などを引き起こす場合があります。

熱中症の予防には「水分補給」と「暑さを避けること」が大切！

特に高齢者はのどの渇きを感じにくく、渇きを感じていなくても、こまめな水分補給を心がけましょう。

エアコンは設定温度を2℃あげると10%の節電効果があります。

頑張りすぎず、ご家庭に合わせた工夫とアイデアで元気に楽しく節電しましょう！

意外と知らない!?

（資源エネルギー庁「家庭の節電対策メニュー」より抜粋）

節電の基礎知識

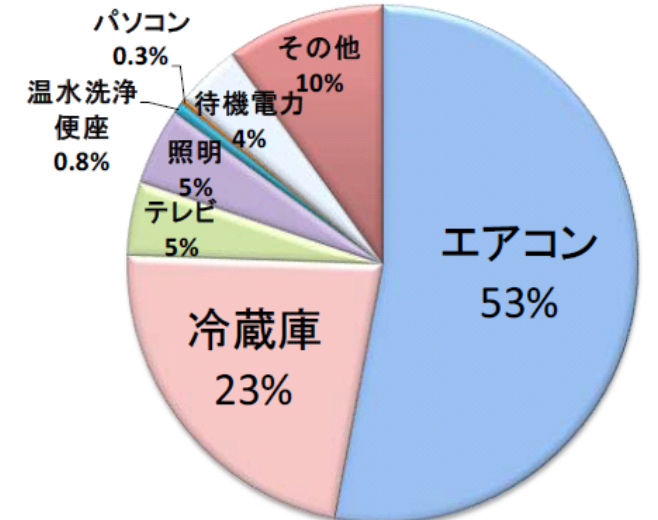
資源エネルギー庁

●どんな電気製品を使っている？

夏の日中（14時頃）には、在宅世帯は平均で約1,200Wの電力を消費しており、そのうちエアコンが約半分を占めています。

外出中の世帯でも、冷蔵庫、温水洗浄便座、待機電力などにより、平均で約340Wの電力を消費しています。

【夏の日中（14時頃）の消費電力（全世帯平均）】



●主な電気製品の消費電力について

出典：資源エネルギー庁推計
数値は最大需要発生日を想定

家庭には1,000Wを上回る電気製品がたくさんあります。消費電力の大きい電気製品は、平日の日中（9時～20時）を避けて使いましょう。

温水洗浄便座、電気ポット、食器洗い乾燥機、オーブントースター、掃除機、ドライヤー、洗濯乾燥機（乾燥）、浴室乾燥機、ジャー炊飯器、電子レンジ、アイロン、IHクッキングヒーター等

◇お問い合わせ◇ 住所 川口市木曾呂 1317
医療生協さいたま 電話 048-296-8291
本部組合員サポート課 FAX 048-294-1601
ホームページ <http://www.mcp-saitama.or.jp/>

