

せつでん
節電にチャレンジしよう！

家で使う電気を節約することを節電といいます。節電は、電気代の節約にもなりますが、地球温暖化の原因になる二酸化炭素（CO₂）を減らすことにもつながります。

あなたの小さな取組が、地球の未来を救うかも。分からないことがあれば、家の人に聞いてやってみよう。

作業① 節電を始める前のあなたの家の1週間の電力使用量を計ってみよう

測定方法

家で使用する電力量が記録される電力量計（右下イラストの機器）が家の外の壁等（アパート等の集合住宅は全部屋分まとめて）に設置されているので、その目盛りの数字（単位はkWh）を記録用紙に記入します。

例 土曜日午前10時の数値（A）～
次の週の土曜日午前10時の数値（B）
（B）－（A）の数値を記録します。

目盛りがデジタル数字のものもあるよ。



作業② 節電する電気製品とどのように節電するかを決めよう

例 毎日、テレビを午後9時になったら消す。



家族皆で
やってみよう

作業③ 節電期間をしっかりと守ろう

※ 節電期間は、節電を開始する前に電力使用量を計った曜日や時間はなるべく同じにしよう。



作業④ 電力使用量を計算し、節電前の1週間と比べてみよう

※ 節電前1週間の数値（C）と節電期間1週間の数値（D）を比べると、

減った（C>D） → 節電成功！
増えた（C<D） → なぜ増えてしまったのかな？

また、C－Dが0より大きい場合の数値が節電できた電力量（kWh）となります。できれば、記録してみよう。



注 節電期間中に、「冷暖房器具を使用し始めた」など、電気の使用に大きな変化がないようにしましょう。

節電チャレンジ記録用紙

節電開始前の1週間			
		期日	目盛りの数値
開 始	A	月 日 ()	kWh
終 了	B	月 日 ()	kWh
B-A= C			kWh
節電期間中の1週間			
		期日	目盛りの数値
開 始	A	月 日 ()	kWh
終 了	B	月 日 ()	kWh
B-A= D			kWh
結果判定 (該当欄に○)			
C>D … 節電成功			
C<D … 増えてしまった			

$C-D > 0$ … 節電できた電力量 kWh