

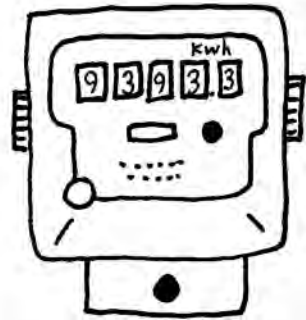
でんきの医者さん

子ども検針員大作戦

せつでん 節電、節電って言うけど、自分がいつもどれくらい電気を
つか 使っているか知っているかな？ しら 調べる方法はかんたんなんだ。
それは、でんき 「電気メーター」を見ること。じつは、毎月電気の検針員さん
が調べてくれているんだよ。さあ、きみも「子ども検針員」になって
おうちの電力使用量を自分で調べてみよう！

おうちのまわりのどこかにこんな機械（電気メーター）↓があるよ。

この機械の数字を、毎日同じ時間に
チェックしよう。例えばラジオ体操
に行くときとかね。すると、一日に
どれだけ電気を使ったかがわかるん
だよ！まずは自分の家で調べよう。
そして、友達とくらべてみよう。
その次は友達やお家の人と、近くの
お店や工場に調べに行くのもいいか
もね。お家で使う電気より多いかな、



これが電気のメーターだよ
おうちのどこにあるかな？

少ないかな？ お店や工場ではどんな節電をしているんだろうね？
調べていると気がつくことがたくさんあるよ。みんなに教えてあげたら、
おとなも子どもも電気のことをもっと考えるようになって、前より電気を
を上手に、大切に使えるようになったらいいよね。

そう、だから「でんきの医者さん」なんだ。

もちろん夏休みの自由研究としてやってみてもいいね。

さあ、まずは調べてみよう、おうちの電気から！

電気をへらす方法をいくつか知ってるかな？

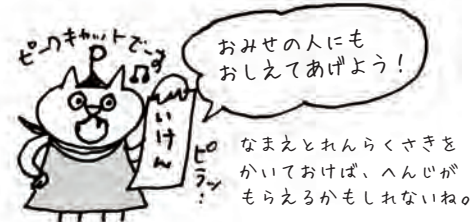


でんきをへらすポイントはたくさんあるよ！

- はやね・はやおき・おひるね。すずしいあさにたくさんあそべるね。
- あつい日はエアコンやテレビをけして、かぞくやともだちとすずしいところへお出かけしよう。
せつでんキャンペーンでいろんなところがタダやおとくになっているよ。
- おうちにかえったらまずまどをあけて、あつい空気をおいだそう。
エアコンをかしこくつかおう。せんぶうきをいっしょにつかえば、すこしおんどがたかなくてもへいき。
フィルターをそうじして、外のしつがいきもあつくならないようにくふうしよう。
- すだれやよじず、しょくぶつなどで光をさえぎって、まどからへやかあつくのをふせよう。
- むかしの人のすずしくするほうほうをしらべて、やってみよう。
うち水、ふうりん、水うちね、水あび、なつのたべもの・・・いろんなひとにもきいてみよう！
- こどものころからしっかり「あせ」をかくと、あつさにつよい体になるんだ。
あせでていくから、お水はちゃんとのもうね。「しお」をいっしょになめるといいんだよ。
- そうじきのかわりに「ほうき」「ぞうきん」、すいはんきやでんしレンジのかわりに「おなべ」など。
しょくせんきのかわりに、水が冷たくてもちいい、しょっきあらいをてつだおう。
電気をつかわないでくふうするととんとんあたまがよくなるよ。
- テレビは「しょうエネモード」。がめんをふいて、音も小さくしよう。見ていないときはけそうね！
- れいぞうこはつめこまないで、おんどは「中」にしよう。上やまわりにもものをおかないで。
つめたいのみものは、まほうびんに入れておくと、れいぞうこを開け閉めするのが少なくなるね。
- だれもつかっていないときにも、きかいがかってにでんきをつかうのが「たいぎ電力」。
とくにたくさん電気をつかうのは、きゅうとうき、DVD・ビデオデッキ、でんね、エアコン、べんざ。
つかわないときは、リモコンじゃなくて「ほんたい」のスイッチを切ろう。コンセントからぬこう。

つかいすぎのでんきはどこだ？！おうちの外でも見つけてみよう

- なつなのにあつすぎるトイレのべんざや、あたたかい風のでてくるエアータオル
- ずらりとならんだ「じどうはんばいき」
- だれものっていないエスカレーター
- さむすぎる でんしゃ、さむすぎる おみせ
- あかるすぎる おみせ
- なんかいもあく じどうドア などなど



おともだちやおうちの人といっしょに
たくさんさがしてみようね！



でんきの医者さん
子ども検針員大作戦

みんなでやろう！
夏のピークカット
大作戦

お家の方用 節電ポイント集 (保存版)

電気を減らすポイントをチェックしてみよう

- 早寝早起き昼寝のススメ。涼しい時間に家事を済ませよう。
- 暑い日は家族や友人とクールスポットへお出かけしよう。
- テレビは省エネモードに。画面をふいて、明るさと音量を下げている。見ていないのにつける習慣をオフ。「テレビお休みの日」やってみよう。
- 四季の過ごし方を先人に学ぼう。頭の良くなる非電化生活。
- 掃除はほうきと水拭きで。気軽にささっとできて、ほこりもスツクリ。
- 夏場に水で食器洗いは気持ちいい。
- 浄水器は電気を使わないものを。探せばいいものもあるよ。
- ピーク時間の電気炊飯器の使用はさげよう。保温もオフ。土鍋でごはんを炊くと、早いし冷めてもおいしいよ。
- 冷蔵庫は詰め込まず、温度を「中」に設定。上や周りにもものを置かないで。
- 古いエアコンや冷蔵庫は買い替えよう。この先払い続ける電気代の方が高いよ。
- 待機電力ワースト5は、給湯器、DVD・ビデオデッキ、電話、エアコン、便座。使わない時は主電源オフ、プラグも抜こう。家電を買い換える時は、消費電力・待機電力までチェックしよう。
- グリーンカーテンやすだれによらず、窓に貼るシートなどで、窓の外断熱と内断熱。夕方の打ち水も効果的。
- エアコンを効率よく使おう。帰宅したらまず換気。こまめなフィルター掃除、室外機の熱も上手に逃がそう。
- エアコンに頼りきらないで。こどものころからしっかり汗をかくと汗腺が発達するから、暑さに強い(熱中症になりにくい)体になる。水分塩分の補給を忘れずに！あせも予防はシャワーや濡れタオルで皮膚を清潔に。

ぜひお子様と一緒に、どれだけ減らせるか挑戦してみてください！
もっと詳しく調べたい場合は、個別に電化製品の消費電力を測定する機械(ワットチェッカー、ワットアワーメーターなど)を借りることができます。お住まいの地区の役所内・環境課や地球温暖化防止活動推進センターへお問い合わせください。

使いすぎの電気はどこだ？！お家の外でも見つけてみよう

- ずらりと並んだ自動販売機 (真夏の炎天下で冷やし続けるなんて！)
- 誰も乗っていないエスカレーター
- 寒すぎる電車、寒すぎるお店
- 明るすぎるお店
- 真夏に熱すぎる温便座や、おせっかいなトイレ
- 忙しく開閉する自動ドア etc.



ホームページにも節電アイデアがいっぱい！



みんなでやろう！夏のピークカット大作戦ホームページ <http://peakcut-summer.seesaa.net/>

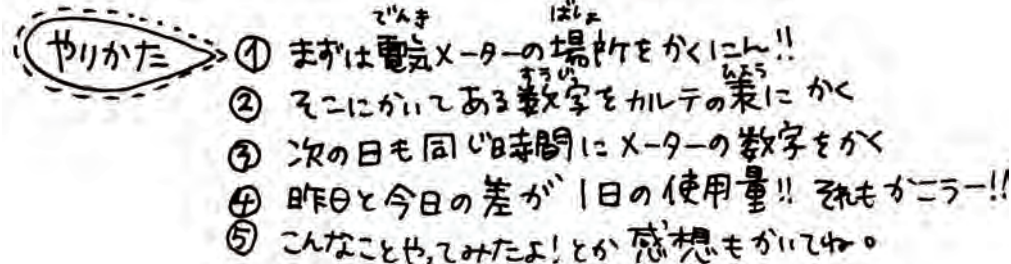
保護者のみなさまへ

この夏休み、子どもたちと一緒に「子ども検針員」として家庭の電力使用量を調べ、家族みんなで電気のことをもっと考えてみませんか？ご家庭や色々な場所で、電気の使いすぎを見つけて、電力メタボを治す「電気のお医者さん」です。

毎日自分たちの暮らしを支えている電気が、何にどれくらい使われているかを知ることから、エネルギーのこと、環境のこと、暮らしのこと、未来のことを、大人と子どもが話し合ったり、みんなで考えるきっかけになれば幸いです。

この取り組みの概要と結果などは、ホームページに掲載いたします。ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

※ お預かりした個人情報は責任を持って保管し、個人情報の安全管理のために必要かつ適切な措置を講じます。実名や個人を特定できるような情報の公開はいたしません。詳しくは下記URLの「個人情報について」をご参照ください。



【※ 注意 お子様と一緒にご確認ください】
デジタルメーターには2種類あります。5秒ごとに数字が変わるものは、時間帯毎の消費量を順番に表示しています。4回表示される数字の合計を表にご記入ください。数字が変わらないものはアナログメーターと同様、合計消費量が表示されています。

夏休みの自由研究はこれだ!

作文 子ども検針員になって気づいたこと、わがたこと、思ったことなどを作文にしてこのカードといっしょに提出ね。
グラフ 毎日の電気の使用量をグラフにしてみよう! 何に気づいたかな?

カルテと感想が完成したら、その裏表(2ページ)のコピーを下記までFAXまたは郵送にてご送付ください。(お送りいただいた作品は返却できません。)

FAX 050-3383-0219
送付先 〒520-3235 滋賀県湖南市平松北1-61

「みんなでやろう!夏のピークカット実行委員会」宛

※ 封筒に、「でんきのお医者さん」とご記入ください。

提出期限: 2012年9月16日(日)

【連絡先】 みんなでやろう!夏のピークカット実行委員会 事務局

■ 住所 520-3235 滋賀県湖南市平松北1丁目61番地

■ TEL 080-7071-8084 ■ FAX 050-3383-0219

■ MAIL minnadepeakcut@yahoo.co.jp ■ URL <http://peakcut-summer.seesaa.net/>