

# この冬も

# 節電



# を心がけましょう

冬は暖房等で電力需要が高まり、夏に引き続き、今冬も企業や家庭に節電が求められています。

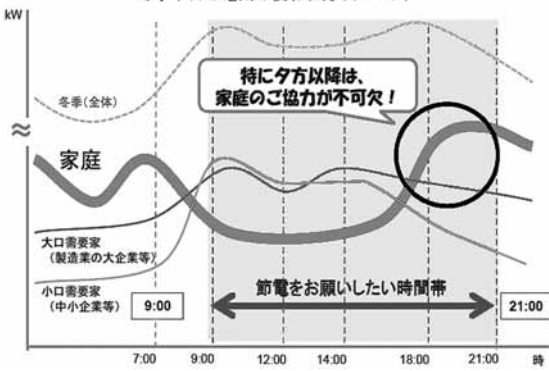
私たちが一人ひとりがライフスタイルを省エネルギー型へと転換していけば、持続可能な社会を築く大きな力にもなります。家庭では少しの工夫で節電できます。この冬も節電ライフに心がけましょう。

## 節電のポイント

冬の電気使用のピークは、朝から夜にかけて、長くなだらかなる傾向があります。その中でも、家庭での使用は夕方以降(18時～21時)にかけての時間帯がピークとなりますので、この時間帯での節電に協力をお願いします。

## 特に夕方(18時～21時)の節電にご協力をお願いします

冬季平日の電気の使われ方(イメージ)



経済産業省「冬期の節電メニュー」より

冬の夕方は、暖房機器や照明などの消費電力の比率が高くなっています。これらの機器を中心に、効果的な節電対策に取り組みましょう。

## 少しの工夫で節電ライフ

- ◎「プラス1・マイナス1」運動(もう一枚重ね着+暖房の設定温度1℃低くする)を実践し室温20℃を心がけましょう。
- ◎体から熱を逃がさないようにしましょう。(保温下着などを活用しましょう)
- ◎窓には厚手のカーテンを掛けるなど、部屋の空気を逃がさないようにしましょう。
- ◎不要な照明はこまめに消しましょう。
- ◎テレビは明るさを下げたり、リモコンで電源を切らずに、本体の主電源を切りましょう。
- ◎冷蔵庫の温度設定を衛生上無理のない範囲で「弱」にしましょう。

### 注意してください!

- ・ガスや石油ストーブ等を使用される際は、換気や火の始末に十分ご注意ください。
- ・風邪をひいたり、体調を崩したりしないよう、健康上無理の無い範囲での取り組みをお願いします。

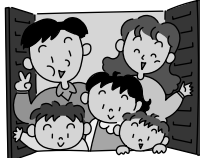
### ◆問い合わせ先

住民課 生活環境交通担当  
 ☎ 6578 有線 7784

## 子育て講演会

### ～笑って学ぶ子育てのコツ～

とき 1月29日(火)  
 午前10時～11時30分  
 (受付 午前9時45分～)



ところ 日野公民館 多目的ホール

対象 0歳～4歳くらいの子どもと保護者の方  
 講師 岩城 敏之さん「キッズいわき ぱふ」代表

思わず笑ってしまう楽しいお話を聞きながら、子育てのコツが学べる講演会です。

講師の岩城さんが、会場にたくさんのおもちゃを持って来られますので、子どもさんをおもちゃで遊ばせながら、話を聞いていただけます。

「他の子のおもちゃを取ってしまっって困るわ」「いやいや期で大変…」など「どうしたらいいの」という疑問や不安をこの機会に解消して、楽しく子育てをしましょう。



\*参加をご希望の方は1月7日(月)から25日(金)までに申し込みをお願いします。  
 \*参加は無料です。

◆申し込み・問い合わせ先  
 福祉課 福祉担当 ☎ 6573 有線 7772

皆が住みよいまちづくりへ  
**あなたのアイデア・メッセージ**  
 お待ちしています



|    |   |    |  |
|----|---|----|--|
| 住所 | 〒 |    |  |
| 氏名 |   | 電話 |  |