

2025

# スマートライフ おすすめBOOK

完全ガイド



この一冊で、かしこい  
エネルギーの使い方を  
**完全マスター!**

一般財団法人 家電製品協会

# 基礎から学ぼう! スマートライフ

1から順番に読んでいくと、スマートライフが基礎からわかります。知りたい項目だけ見るのもOKです。

1

## スマートライフとは何?

スマートライフと地球温暖化対策について

4 ページ

2

## 地球温暖化対策ってどうなってるの?

世界と日本の温暖化対策について

8 ページ

新しい国民運動(デコ活) ▶15 ページ

3

## スマートライフとはどんな暮らし?

スマートライフとエネルギー消費について

16 ページ

SDGsへの貢献 ▶20 ページ

4

## 省エネ

電気をかきこく、ムダなく使う

24 ページ

エアコン	▶26 ページ
冷蔵庫	▶30 ページ
照明	▶34 ページ
テレビ	▶38 ページ
温水洗浄便座	▶42 ページ

5

## 創エネ

自然の力を利用して電気をつくる

50 ページ

6

## 蓄エネ

電気をより有効かつ便利に活用

54 ページ

7

## HEMS&ZEH

エネルギーを管理してムダなく暮らす

58 ページ

エネルギーを上手に使って、地球にやさしい生活を実現!

準備はよいかな?

講義はじめるわよ~

# スマートライフとは何？

スマートライフは、普段の暮らしの中で自然のエネルギーや省エネ家電などを使って電気を**ムダなく効率よく**利用することで、エネルギー消費を減らす生活のことです。



暮らしの電気を**ムダなく効率よく**  
利用する生活とは…

家庭の電気をつくる

つくった電気を**ためる**

電気を**かしこく使う**



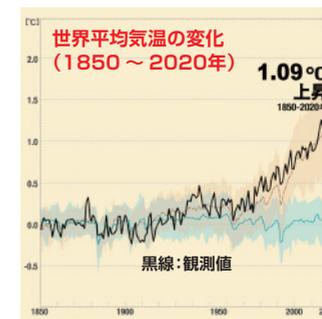
スマートライフのポイントは  
この**3**つ！



なぜ今、そんな生活が必要なの？

今、地球はピンチをむかえています。

近年、地球温暖化が世界各地に様々な影響を与え、大きな問題になっています。温暖化を食い止める方法は、二酸化炭素(CO<sub>2</sub>)の排出量を減らすこと。家庭のエネルギー消費を減らすことは、CO<sub>2</sub>の排出を減らすのに有効です。



出典：IPCC第6次評価報告書  
参考：JCCCA ウェブサイト  
<https://www.jccca.org/download/43034>



つまり

## スマートライフの目的

それは今、私たち一人ひとりが  
できる**地球温暖化対策**

あなたの生活が  
地球を救うのよ！



アンケートにご協力ください！



## 今、日本で起きている温暖化の影響

地球温暖化の影響は日本でもすでに現れており、気候の変化は生態系を変え、農作物に影響を及ぼし、さらに日本特有の自然や文化にも影響を与えています。

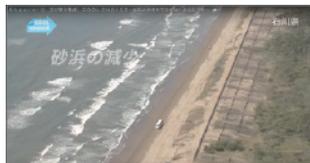
例えば



流水の減少 (オホーツク海)



ブナの原生林消滅の危機 (秋田県白神山)



砂浜の減少 (石川県)



サンゴの白化現象 (沖縄県)



ミカンの高温障害 (愛媛県)



リンゴの着色不良 (富山県)

参考: YouTubeチャンネル「デコ活/環境省」より

## 近年の台風や大雨 (集中豪雨) の増加

### 全国 (アメダス) の1時間降水量80mm以上の年間発生回数

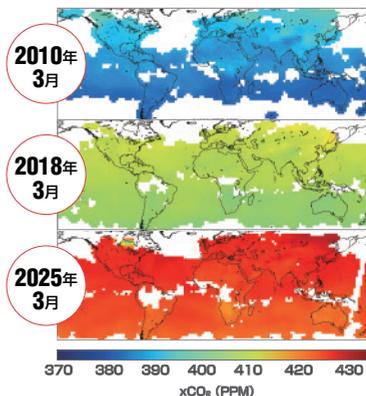
最近10年間 (2014 ~ 2023年) の平均年間発生回数 (約24回) は、統計期間の最初の10年間 (1976 ~ 1985年) の平均年間発生回数 (約14回) と比べて1.7倍に増加しています。

出典: 気象庁ホームページ「大雨や猛暑日など (極端現象) のこれまでの変化」

## 温暖化の主な原因は二酸化炭素 (CO<sub>2</sub>) の増加

### 増加し続けるCO<sub>2</sub>濃度

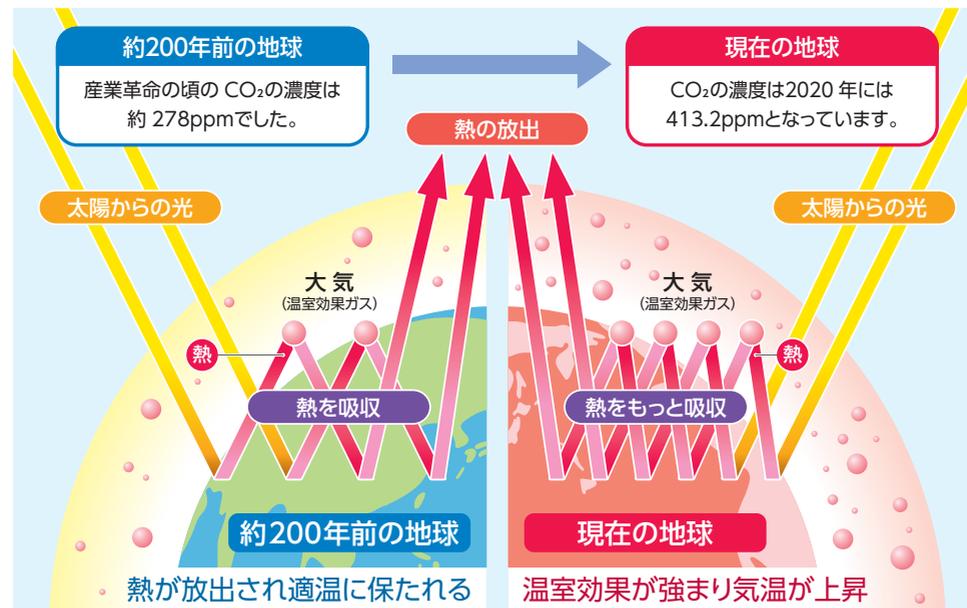
産業革命以来、人間は石油や石炭などの化石燃料を燃やしてエネルギーを取り出し、経済を成長させてきました。その結果、大気中のCO<sub>2</sub>濃度は、産業革命前に比べて49%も増加しました。温室効果ガス観測技術衛星「いぶき」(GOSAT) の観測でも、増加傾向が見られます。2018年10月には観測精度を向上させた「いぶき2号」を打ち上げ、観測を継続しています。



Copyright: JAXA/NIES/MOE

## CO<sub>2</sub>の増加による地球温暖化のしくみ

大気中のCO<sub>2</sub>などの温室効果ガスが増えると温室効果が強まり、地球の表面の気温が高くなります。



参考: JCCCA ウェブサイト  
<https://www.jccca.org/download/13102>

## このままだと2100年の日本は...

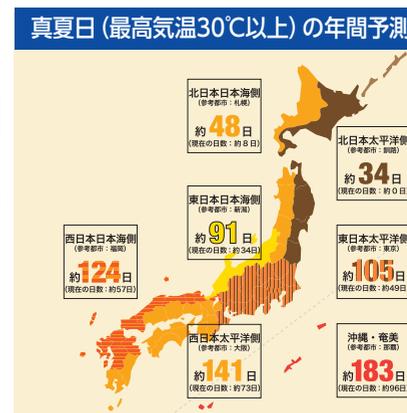
### IPCC\*の報告を踏まえた 環境省と気象庁の科学的予測

#### 現状を上回る温暖化対策をとらなかった場合

日本の年平均気温は、全国平均で20世紀末と比較して最大4.5℃上昇し、真夏日は、平均52.8日増加するとされています。さらに、日降水量200mm以上になるような大雨の年間発生回数は、全国平均で2倍以上となると予想されています。

\*Intergovernmental Panel on Climate Change (気候変動に関する政府間パネル)

参考: JCCCA ウェブサイト  
<https://www.jccca.org/download/13196>



# 2

## 地球温暖化対策ってどうなってるの？

暑いのはイヤなのだ～

### 地球温暖化対策講座

日本の今がどうなっているかを中心に  
ひも解いていくわね！

温暖化対策のゴールは？

→ 10 ページ

日本の現状は？

→ 12 ページ

具体的な取り組みは？

→ 14 ページ

何を目標している  
対策なのか  
解説するのだ！



アンケートに  
ご協力ください！



## 世界の取り組み、日本の取り組み

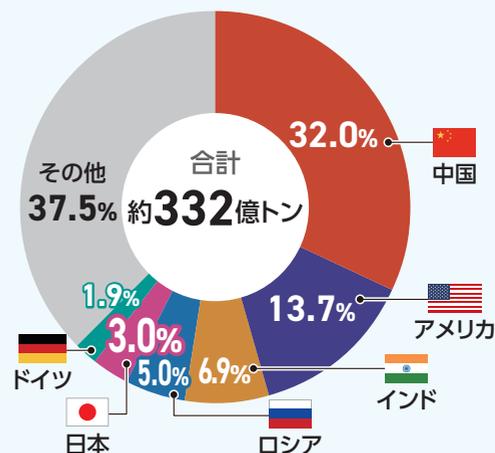
### 気候変動対策に関する国際的な動向

#### パリ協定の概要

2015年にフランス・パリで開催されたCOP21（国連気候変動枠組条約第21回締約国会議）でパリ協定が採択されました。同協定は翌年に発効し、わが国も締結しました。

同協定は、2020年以降の温室効果ガス排出削減などのための新たな国際枠組みであり、世界の190以上の国々が参加しています。世界共通の長期目標として、世界の平均気温上昇を産業革命前と比較して2℃より十分低く保つとともに、1.5℃に抑える努力を継続すること、そして、今世紀後半に温室効果ガスの排出を実質ゼロにすることを設定しています。

2021年世界のCO<sub>2</sub>排出量(国別排出割合)



2023年のCOP28では、世界全体の気候変動対策の進捗を評価する「グローバル・ストックテイク」が初めて行われました。また2030年までに再生可能エネルギーの発電容量を3倍にすることや石炭火力発電の段階的な削減に向けた努力を加速するなど全体として1.5℃の目標達成のための緊急的な行動の必要性について合意しました。

出典:EDMC / エネルギー・経済統計要覧2024年版  
(参考:JCCCA ウェブサイト)  
(<https://www.jccca.org/download/66920>)

### 日本での温暖化対策

#### CO<sub>2</sub>の発生を抑えて地球の温度上昇を止めよう!

「パリ協定」を踏まえた、2030年度日本の温室効果ガス排出削減目標 (2013年度比)

<2025年2月>更に2035年度、2040年度に、それぞれ60%、73%削減(2013年度比)することを目指すネット・ゼロ実現に向けた我が国の明確で直線的な経路を示す目標が提示されました。

- 温室効果ガス削減目標 ..... **46%**
- 家庭部門でのCO<sub>2</sub>削減目標 ..... **66%**



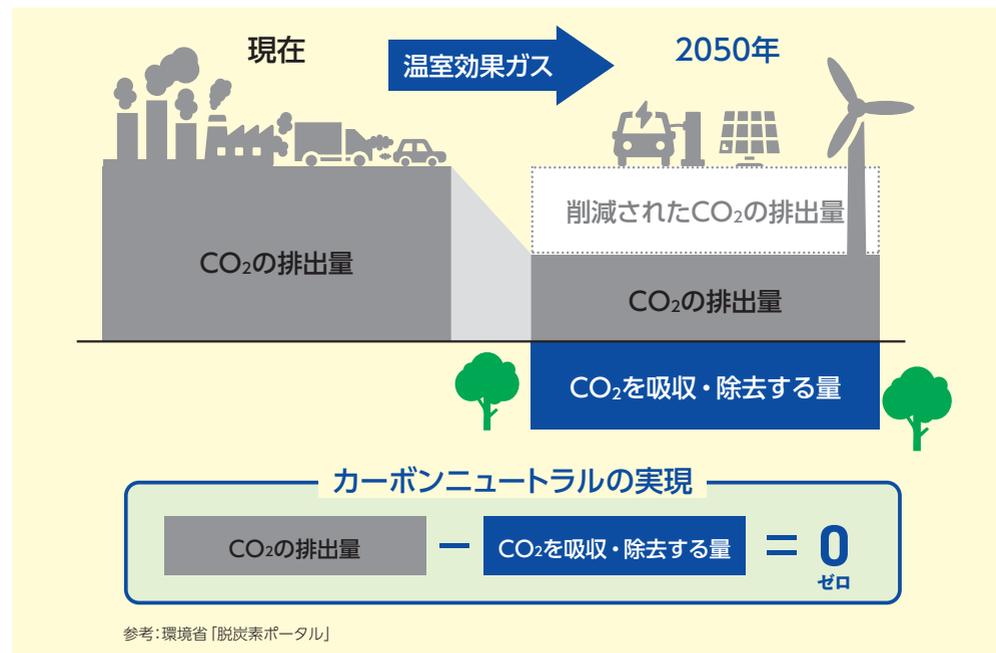
## 地球温暖化をストップするために 2050年脱炭素社会の実現を目指す!

政府は、「2050年までに温室効果ガスの排出を全体としてゼロにする、すなわち、2050年脱炭素社会の実現を目指す」ことを宣言しました。



### カーボンニュートラルとは

世界の平均気温上昇を産業革命前より1.5℃に抑えるため、大気中に排出される温室効果ガスを2050年には世界全体で実質ゼロにする必要があるとされています。実質ゼロとは、人為的に大気中に排出されるCO<sub>2</sub>の量と森林などが吸収するCO<sub>2</sub>の量との間で均衡がとれた状態を意味し、「カーボンニュートラル」と呼ばれます。

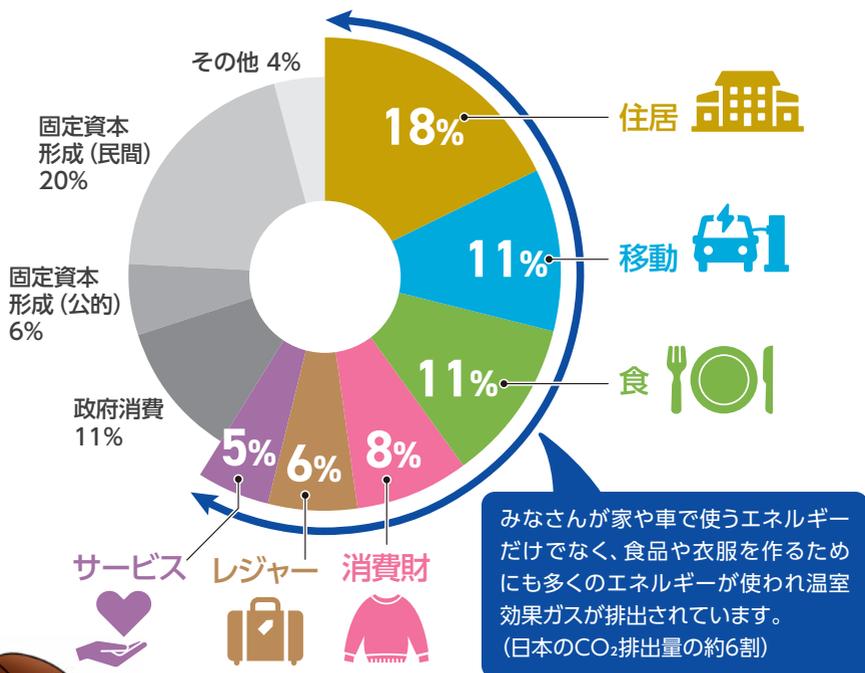


## カーボンフットプリントから見る日本の温室効果ガスの排出量

### カーボンフットプリントとは

商品やサービスの原材料の調達から生産、流通、使用、廃棄に至るまでのライフサイクル全体を通して排出される温室効果ガスの排出量をCO<sub>2</sub>に換算したものです。

### 消費ベースでの日本のライフサイクル温室効果ガス排出量



脱炭素社会の実現のために、一人ひとりのライフスタイルを見直していくことが必要ね。

出典：南斉規介 (2019) 産業連関表による環境負荷原単位データブック (3EID) (国立環境研究所)、Nansai et al. (2020) Resources, Conservation & Recycling 152 104525、総務省 (2015) 平成27年産業連関表に基づき国立環境研究所及び地球環境戦略研究機関 (IGES) にて推計

※各項目は、我が国で消費・固定資本形成される製品・サービス毎のライフサイクル(資源の採取、素材の加工、製品の製造、流通、小売、使用、廃棄)において生じる温室効果ガス排出量(カーボンフットプリント)を算定し、合算したものの(国内の生産ベースの直接排出量と一致しない)。

※<https://www.env.go.jp/policy/hakusyo/r05/html/hj23010302.html>

## 家庭でのCO<sub>2</sub>排出量

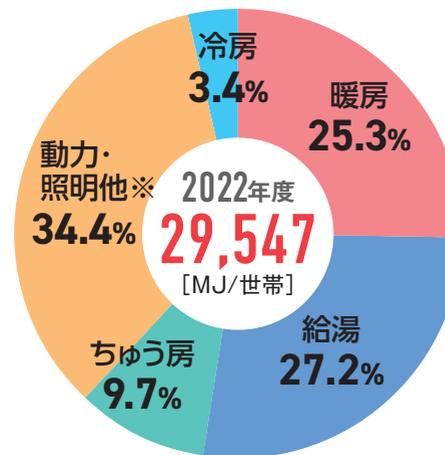


家庭部門では2030年度に排出量70百万t-CO<sub>2</sub>(2013年度比66%)を達成する必要があります。部門別で最大の削減率目標となっています。

出典：資源エネルギー庁 省エネ性能カタログ2024

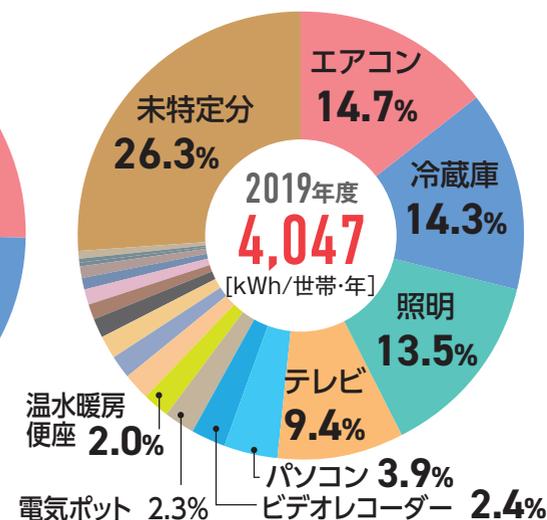
## 家庭でのエネルギー使用状況

### 世帯当たりの用途別エネルギー消費



※照明・冷蔵庫・洗濯機・テレビなどの家電製品  
出典：資源エネルギー庁「エネルギー白書2024」

### 世帯当たり年間電力消費量の製品別構成



出典：環境省委託事業 令和3年度家庭部門のCO<sub>2</sub>排出実態統計調査事業 委託業務(令和3年度調査分の実施等)報告書

# 具体的な取り組みは？

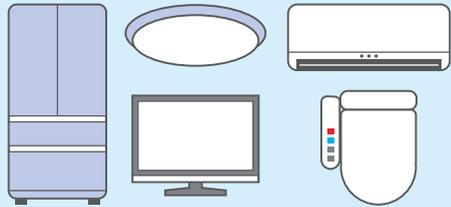
## 脱炭素社会への取り組み



### 脱炭素ライフスタイルの例

#### 家庭

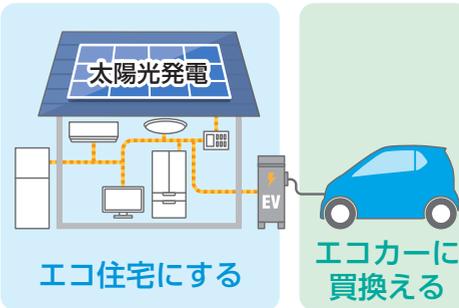
- 住宅の省エネ化（新築・既築の高断熱化）
- 省エネ家電・高効率給湯器の導入
- 徹底的なエネルギー管理の実施（HEMS）



省エネ家電に買換える

#### 交通

- 徒歩や自転車、公共交通機関などの利用
- 燃費の良いエコカー（ハイブリッド、プラグインハイブリッド、電気自動車、燃料電池車等）の利用



エコ住宅にする

エコカーに買換える

環境に良い製品・サービスを選ぶことで、家計も節約でき、自由に使える時間が生まれます！

### デコ活アクション

- 🔌 電気も省エネ 断熱住宅
- 🍷 こだわる楽しさ エコグッズ
- 🙏 感謝の心 食べ残しゼロ
- 💻 つながるオフィス テレワーク

まずはここから始める  
4つの取り組みはこれよ！



環境省デコ活アクション一覧 >>



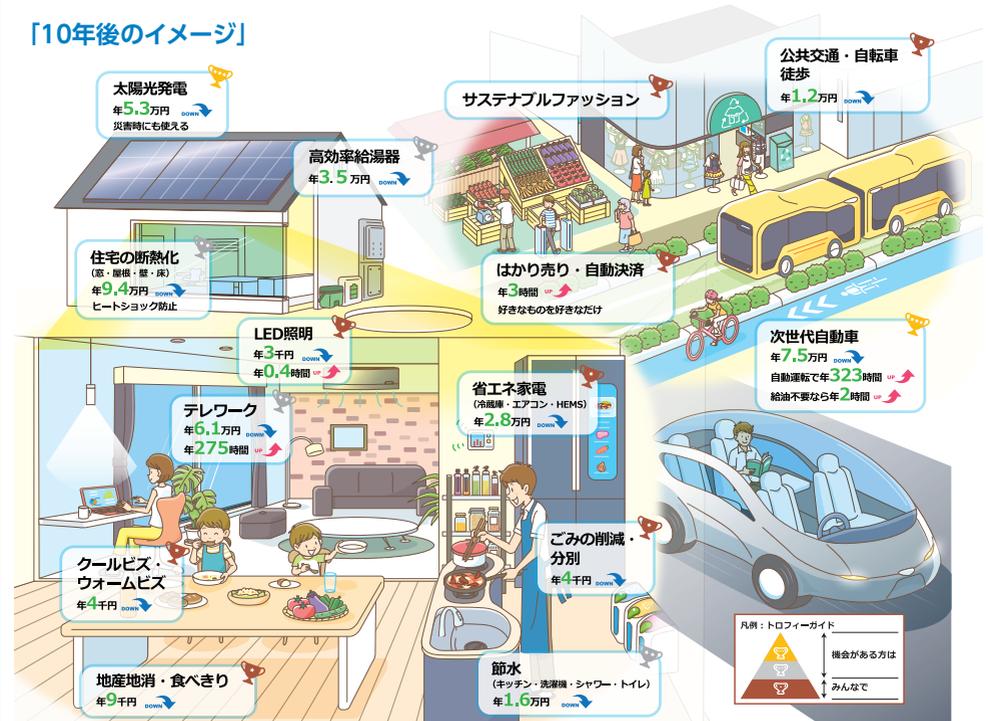
## 環境省の取り組み

脱炭素につながる新しい豊かな暮らしを創る 国民運動



2050年カーボンニュートラル及び2030年度削減目標の実現に向けて、国民・消費者の行動変容、ライフスタイル転換を強力に後押しするため、新しい国民運動「デコ活」を展開中です。脱炭素につながる将来の豊かな暮らしの全体像・絵姿をご紹介しますとともに、国・自治体・企業・団体等が連携し、国民・消費者の新しい暮らしを後押しします。

### 「10年後のイメージ」



毎月3万6千円浮きます(年43万円) 一日プラス1時間以上を好きなことに(年388時間)

環境省デコ活とは? >>



## スマートライフとはどんな暮らし？

スマートライフは・・・

電気をかしこく使う

省エネ

太陽光発電や燃料電池で電気をつくる

創エネ

蓄電池や電気自動車で電気をためる

蓄エネ

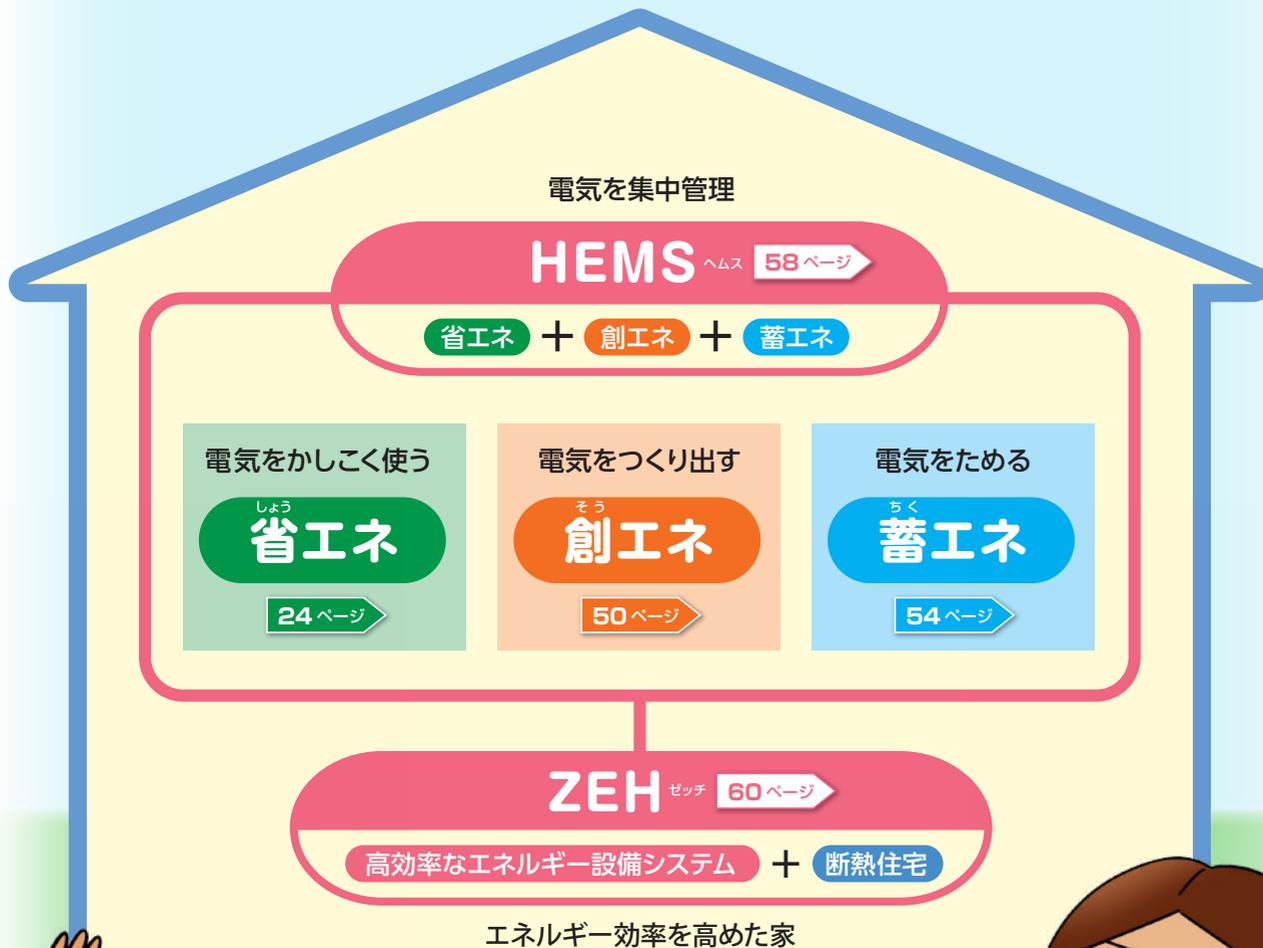
それらを組み合わせて効率を高める

HEMS ZEH

この5つを取り入れた生活のことです。

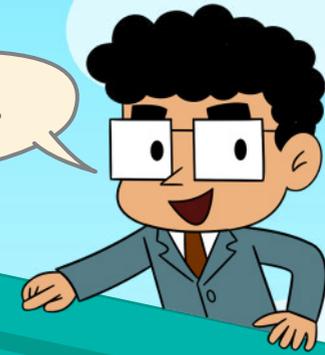
ここはボクの  
専門なんで！

急に  
出てきたの～！



# スマートライフ 5本の柱

これが家庭のエネルギーを効率的に使う方法です。



## しょう 省エネ

最新の省エネ家電ならエネルギーの消費量が格段に下がります。



たとえば  
最新型エアコンで

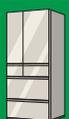
期間消費電力量



約14%  
省エネ

最新型冷蔵庫で

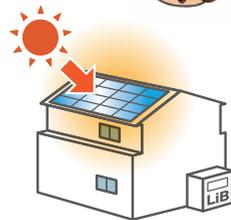
年間消費電力量



約21%~約30%  
省エネ

## そう 創エネ

クリーンエネルギーを利用して自宅が発電！メリットいろいろ。



太陽光発電のメリット

エネルギー源が無尽蔵

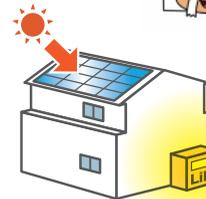
非常用電源にもなる

電気代節約

電気を売れる

## ちく 蓄エネ

電気をためることができれば家の電気をもっとムダなく使える！



蓄電機器のかしこい使い方

太陽光発電とのセットで夜間の電源に

電気代が安い時間帯を選んで蓄電

## へムス HEMS

家全体の電気を集中管理するからエネルギーが上手に使える！



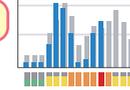
HEMSの管理機能

見える化



わかる化

電気使用状況



できる化



## ゼッチ ZEH

1年間のエネルギー収支をゼロ以下にする経済的な家のこと。



ZEH住宅に必要なこと

エネルギーを極力必要としない



夏は涼しく、冬は暖かい住宅

エネルギーを上手に使う



エネルギーをつくる



# スマートライフは SDGsの達成にも貢献します

省エネを実践するスマートライフは、SDGsの達成に近づくための暮らし方のひとつです。持続可能な社会、脱炭素社会を実現するために、省エネ性能に優れた製品づくりやリサイクルを通じてSDGsの達成に貢献します。



## SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

**13** 気候変動に具体的な対策を

- 省エネ家電 ▶ P24
- 太陽光発電システム ▶ P50
- 蓄電システム ▶ P54

**12** つくる責任 つかう責任

- 省エネ家電 ▶ P24
- リサイクル (回収・廃棄)
  - 家電リサイクル法対象品目 4 商品 (テレビ、冷蔵庫、洗濯機、エアコン)
  - 小型家電リサイクル法 等

**11** 住み続けられるまちづくりを

- ZEH ▶ P60
- IoT 家電
  - エアコン ▶ P29
  - 冷蔵庫 ▶ P33
  - 照明 ▶ P37
  - テレビ ▶ P41



## SDGsとは？

### Sustainable Development Goals = 持続可能な開発目標

貧困や格差、紛争、気候変動など地球上のさまざまな課題解決のために、2030年までに達成すべき世界共通の目標として、「誰一人として取り残さない」をキーワードに17の目標(ゴール)が国連総会で採択されました。

**3** すべての人に健康と福祉を

- 清潔な住環境を提供する家電
  - エアコン ▶ P26
  - 温水洗浄便座 ▶ P42

**6** 安全な水とトイレを世界中に

- 温水洗浄便座 ▶ P42

**7** エネルギーをみんなにそしてクリーンに

- 省エネ家電 ▶ P24
- 太陽光発電システム ▶ P50
- 蓄電システム ▶ P54

**9** 産業と技術革新の基盤をつくろう

- HEMS ▶ P58

次は、暮らしの中でどう役立つのか  
実際に見にいくぞ～！！

照明

太陽光発電

エアコン

テレビ

次のページから  
一つひとつ具体的に  
解説します！

冷蔵庫

温水洗浄  
便座

蓄電システム

# 4

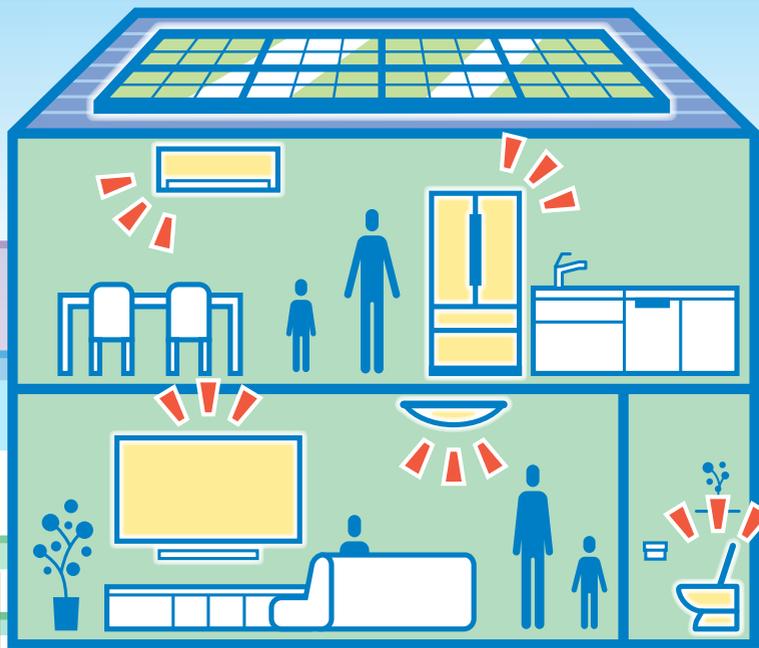
## 省エネ

電気をかしこく、ムダなく使う

古い家電製品は省エネ性能が低いものが多いので、高性能の最新型に買換えるだけで省エネになります。

「しんきゅうさん\*」を活用するなどして、一度買換えを検討してみませんか？

\*しんきゅうさんはP64を参照ください。



アンケートにご協力ください!

## 省エネ家電

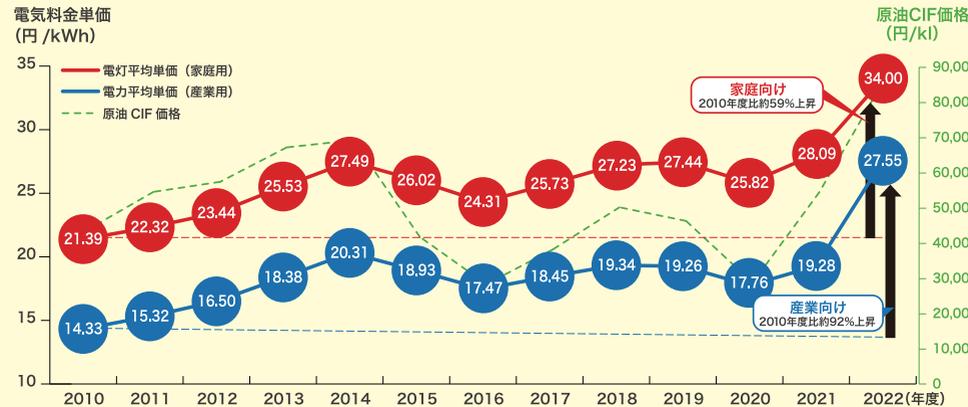
省エネ家電とは、電気の消費量を抑えることで、結果的にエネルギーの消費量も抑えられる家電製品のこと。

既存の家電も使い次第で省エネになりますが、新製品では更に省エネに!



### チェック! 昨今の電気料金の高騰

#### 電気料金平均単価の推移

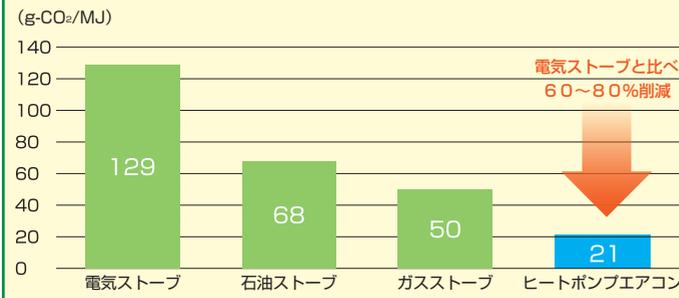


原油 CIF 価格: 輸入額に輸送料、保険料等を加えた貿易取引の価格

### チェック! 優れた技術

環境にやさしいヒートポンプ技術がエアコンや冷蔵庫などに使われています。

#### エアコン (暖房時) の省CO<sub>2</sub>効果



ヒートポンプとは空気の中にある熱エネルギーを集めて利用するもので、日本が世界をリードする最先端の技術なのだ!

- 【試算条件】
- 電力 0.463kg-CO<sub>2</sub>/kWh (2018年度実績値/電力事業低炭素社会協議会)
  - 灯油 0.185tC/GJ
  - 都市ガス 0.0136tC/GJ (地球温暖化対策の推進に関する法律における温室効果ガス排出量算定・報告・公表制度より)
  - ヒートポンプエアコン暖房エネルギー消費効率 6.0、電気・石油 1.0

出典: 一般財団法人 ヒートポンプ・蓄熱センター

ヒートポンプの仕組み >>>





省エネ家電

# エアコン

キッズ版 家電の歴史とヒミツ  
調べよう! 家電と省エネ

キッズ版 省エネ家電豆知識  
家電博士になろう!

省エネな使い方

## 消費電力量が多いエアコンは省エネ+買換えメリットがいっぱい



在宅ワークでもエアコンを使う機会が増えています。

最新型の省エネタイプだと電気代が節約できるだけでなく、

便利機能や快適機能が満載です。使い方やお手入れにも気をくばるとさらに節電効果が上がります。

### REPORT 10年前と比較すると...

[10年前の平均と最新型の省エネタイプ(多段階評価★3.0以上)の比較] ※

約14%  
省エネ!

年間電気代

約3,810円  
おトクです!

894kWh

2014年

DOWN 期間消費電力量(kWh/年)

771 kWh

2024年

- 冷暖房兼用・壁掛け形・冷房能力2.8kWクラス
- 期間消費電力量:2014年はJIS C 9612:2005、2024年はJIS C 9612:2013に基づいて測定された試算値です。(地域、気象条件、使用条件などにより、値は変わります)
- ※2014年はクラス全体の単純平均値、2024年はクラスの省エネタイプ(多段階評価★3.0以上)の単純平均値(小数点以下四捨五入)。
- 出典:経済産業省 資源エネルギー庁 省エネ性能カタログ(2014年冬版 / 2024年版)
- ※年間電気代は、期間消費電力量に電力料金目安単価\*31円/kWh(税込)を乗じて算出した目安です。
- \*電力料金目安単価:公益社団法人 全国家庭電気製品公正取引協議会(2022年7月22日改定)
- ※このデータは特定エアコンの消費電力量や電気代を保証するものではありません。

部屋の広さや間取りなど、条件に合う機種選びが大切なんです!



選び方

ライフスタイルや家族の人数に合わせ、大きさ、機能を選ぶことが省エネにつながります

- カタログには、能力に応じて部屋の広さの目安が表示されています。
- 家の構造や間取りなど、部屋の条件を考慮して選ぶことが大切なので、販売店によく相談しましょう。

カタログ記載例(暖房・冷房の目安)

おもに10畳用

木造南向き和室の場合

鉄筋アパート南向き洋室の場合

暖房	8畳	~	10畳
冷房	8畳	~	12畳

出典:一般社団法人 日本冷凍空調工業会 ウェブサイト ※機種により値は異なります。



使い方

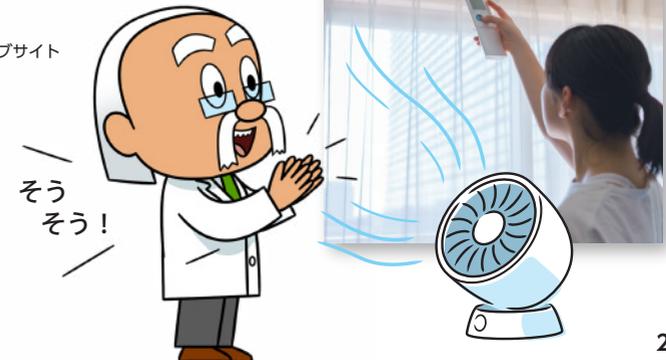
熱中症予防に、エアコンを有効活用しましょう

エアコンは、夏場の暑さをしのぐ有用な家電製品です。チョットした気遣いで、より上手にお使いいただくことができます。熱中症を防ぐためにも、室内温度は適温にすることをお勧めします。

室内温度は、冷房時28℃を目安に快適に感じる温度でご利用ください。

出典:一般社団法人 日本冷凍空調工業会 ウェブサイト

環境省熱中症予防情報サイト >>



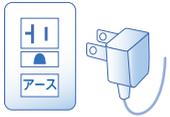
おぼえておこう!  
エアコン試運転の日  
しょうてん  
**4月10日**



「エアコンの早期の試運転について」 >>  
(経済産業省 ウェブサイトへ)



## 夏本番前にお手入れと運転確認をお願いします。



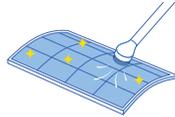
### ①電源プラグ

電気プラグやコンセントに変色や汚れはありませんか?



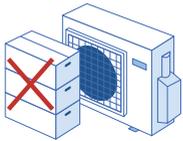
### ②リモコン

液晶は表示されていますか? リモコンで操作できますか?



### ③フィルター

ホコリが溜まっていませんか? 破れや破損はありませんか?



### ④室外機

室外機の上や前に物を置いていませんか? 物を置かないをお願いします。



### ⑤冷風の確認

冷房設定温度を16~18℃で10分程度運転し、冷えることを確認ください。

更に30分運転 ▶



### ⑥正常運転の確認

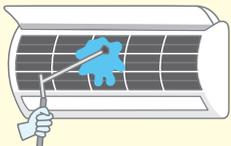
室内機から水漏れ、異音、異臭がないか、室外機から異音、異臭がないか確認ください。

異常に気付いたら使用を中止の上、お買い上げの販売店またはメーカーにご相談ください。

チェック!

### エアコンクリーニングのご注意

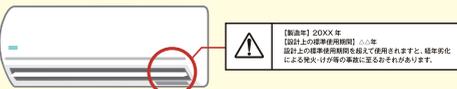
長年お使いのエアコンは、内部の洗浄によって省エネ性能が改善することがありますが、正しく行わないと、故障や、最悪の場合、発煙・発火につながるおそれがあります。エアコンの内部洗浄は、高い専門知識を有する業者に依頼してください。お買い上げの販売店、メーカーのサービス窓口にご相談されると安心です。



参考：一般社団法人 日本冷凍空調工業会 ウェブサイト

### 長期使用製品安全表示制度をご存じですか?

2009年度以降の対象商品には「設計上の標準使用期間」が表示されています。標準使用期間が過ぎたら、異常な音や振動、においなどの変化に注意しましょう。詳しくは販売店などへご相談をおすすめします。



長年ご使用のエアコンについてのお知らせ >>



ここがスゴい!

# 最新エアコンのいいところ



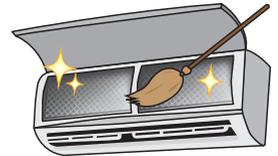
## ①キレイな空気をキープして清潔空間に

- 除湿・加湿・快眠・換気・気流制御など、工夫を凝らしたさまざまな機能を搭載
- 花粉・タバコの煙・浮遊菌などを除去する空気清浄機能や除菌機能付きもあります。



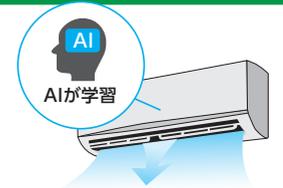
## ②手間をかけずにお手入れカンタン

- ホコリ・カビ・菌・においなどの付着を抑制・除去する多彩なクリーン機能を搭載
- 自動でフィルターのお掃除をしてくれるタイプもあります。



## ③かしこい設定機能でいつでも快適&節電

- 高性能センサーやAI(人工知能)で部屋の状況を学習し、体感温度など人の状態を見極めて快適にする製品があります。
- 人感センサーにより気流をコントロールして必要なエリアを冷暖房することで節電する製品もあります。



参考：一般社団法人 日本冷凍空調工業会 ウェブサイト

※搭載されている各機能はエアコンの機種によって異なります。

## IoT + エアコンでますます便利に!

### 外出先からラクラク操作

スマートフォンやタブレットがリモコン代わりに使える! お出かけ先や離れた部屋からでもエアコンのON/OFFや運転モードの変更ができます。アプリの画面は初めてでも操作しやすいデザインです。

※一例の紹介です。詳しくはメーカーのカatalogなどをご確認ください。





省エネ家電

# 冷蔵庫

**キッズ版** 家電の歴史と  
調べよう! 家電と省エネ **ヒミツ**

**キッズ版** 省エネ家電  
家電博士になろう! **豆知識**

**省エネ**な使い方

## 省エネ効果の高い最新型なら 大容量なのに省エネ効果バツグン!

最新型の冷蔵庫は**消費電力量が抑えられている**から、たっぷり入っても電気代はグンと安くなるし、暮らしに合わせて容量や機能を選べば**大きな省エネ効果**が期待できます。

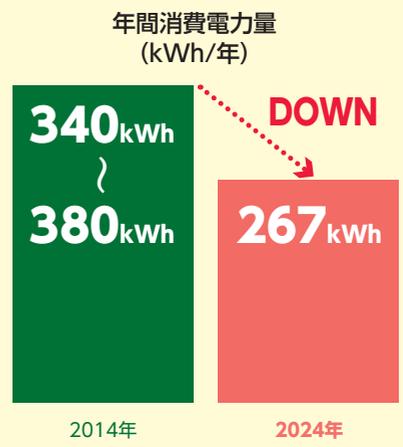


### REPORT 10年前と比較すると...

(定格内容積451L ~ 500Lの比較)

**約21%~約30%  
省エネ!**

**年間電気代**  
約**2,260円**~約**3,500円**  
**おトクです!**



●年間消費電力量は、一定の条件下で行われた試験結果をもとに算出した目安です (JIS C 9801-3:2015による)  
※年間電気代と年間消費電力量は「しんきゅうさん」のデータです。  
※このデータは特定冷蔵庫の年間消費電力量や年間電気代を示したのではなく、消費電力量や電気代を保証するものではありません。

**暮らしに合わせてサイズを選択**  
すれば省エネも効果的に

ウチにピッタリな  
冷蔵庫選びが  
大切なのね!

24時間365日動き続ける冷蔵庫は、消費電力量が多い家電製品のひとつです。生活スタイルに合わせて容量や特徴を選ぶことが省エネにつながります。

### 1 家族の人数や買い置き量などに応じて容量を選ぼう!

●容量が大きいからといって必ずしも年間消費電力量が増えるとは限りません。



[冷蔵庫目安容量計算式\*] ※2017年改定

$$\text{容量} = (\underbrace{70\text{L} \times \bigcirc}_{\text{家族人数}}) + (\underbrace{120\text{L} \sim 170\text{L}}_{\text{常備品容量}}) + \underbrace{100\text{L}}_{\text{予備スペース}}$$

設置スペースに余裕があれば、上記計算容量に30L~50L位多い容量帯の冷蔵庫を考えてもよいでしょう。

### 2 本体サイズに放熱スペースを加えたサイズで、設置スペースを確認しよう。

設置場所を **チェック!** 実際の搬入経路を **チェック!**

- 冷蔵庫側面の空きは十分ですか?
  - 冷蔵庫上面の空きは十分ですか?
  - 設置場所の近くにコンセントはありますか?
  - 搬入経路の幅や高さなど、実際に運び込めるか事前に確認しましょう!
- 

### 3 省エネ基準達成率を確認しよう。

冷却方式、定格内容積 (容量) などが同じならば、省エネ基準達成率が高いほど省エネ性にも優れ、年間消費電力量も少なくなります。



ここがスゴい!

## 最新冷蔵庫の

いいところ



## ① 大容量で収納力抜群 &amp; 省スペース

スペースやドアポケット、卵ケースなど、さまざまな収納の工夫が進み、見た目以上の収納力を実現! まとめ買いも安心の大容量。限られたキッチンスペースに対応の省スペース設計が多いのも最新冷蔵庫の特徴です。



## ② 鮮度長持ち &amp; 使いやすい

野菜室やチルド・パーシャルルームが充実。湿度保持・細かな温度制御など、多くの工夫で食品の鮮度をキープします。



## ③ 熱いままでも冷凍OK

急速冷凍機能により、冷ます手間いらず。熱々のご飯や作りたての料理をそのまま冷凍できます。

※急速冷凍機能がない機種もあります。



## ④ いろいろ選べるラインアップ &amp; デザイン

最新の冷蔵庫はデザイン性もアップ。ドアはガラス・鋼板・ステンレス調などの機種があり、色も豊富。設置スペースやキッチンの雰囲気に合わせて選べます。



引用: 一般社団法人 日本電機工業会 ウェブサイト「最新冷蔵庫は良いこと色々!」

「冷蔵庫のかしこい使い方」  
(農林水産省 ウェブサイトへ) >>



「最新冷蔵庫でみんなが  
ハッピーな理由」 >>

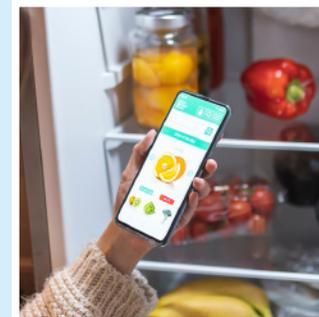


## IoT + 冷蔵庫 でますます 便利に!

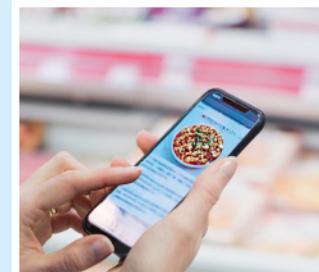
IoT技術を使った  
お役立ち情報  
なのだ。

① もうメニューに困らない!  
レシピ提案

食材の在庫に合わせたレシピ、季節ごとのメニューなど各種機能を活用した、多彩な献立を提案してくれます。

② お買い物がスピードアップ、  
買い忘れも予防

スマートフォンで庫内を撮影した画像が記録でき、買い忘れや重複買いが防げます。庫内カメラ付き機種、購入日や賞味期限などを登録すると通知してくれる機種もあります。

③ うっかり閉め忘れても  
知らせてくれる

アラーム音が聞こえない場所でもスマートフォンが閉め忘れをお知らせ。離れて暮らす家族に扉の開閉で使用状況を知らせる機種もあります。

④ お出かけ先から 運転状況を確認、  
手軽に変更

庫内の温度や各種設定、製氷タンクの水切れなどの運転状況をスマートフォンで確認。部屋ごとの冷却モードや節電設定の変更も手軽にできます。

⑤ 生活パターンに合わせて  
かしこく省エネ

扉の開閉状況などから、外出中や就寝中には自動的に省エネ運転に。気温情報を取得して、冬期に省エネ運転ができる機種もあります。

※一例の紹介です。詳しくはメーカーのカatalogなどをご確認ください。

省エネ家電  
**照明**

**キッズ版** 家電の歴史と  
調べよう! 家電と省エネ **ヒミツ**

**キッズ版** 省エネ家電  
家電博士 豆知識

**省エネ**な使い方

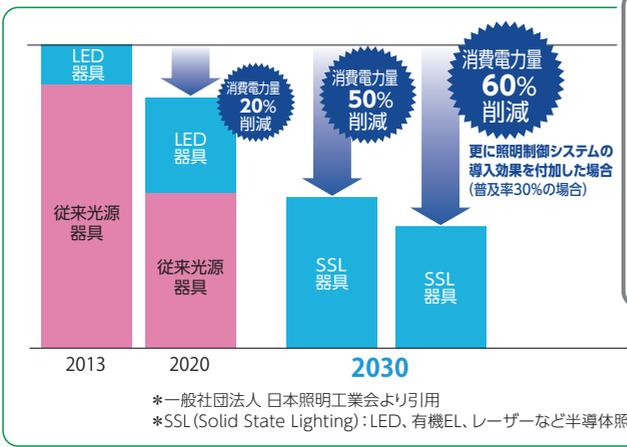
LED照明器具はランプ交換の頻度が  
少なく\*1 省エネで取り替えるメリットもいっぱい

空間を明るくするだけでなく  
「健康」、「安全」、「快適」、「便利」な  
機能が付いている照明\*2も  
あります。



\*1 住宅用LED照明器具の光束維持時間[初期の光の量が70%に減退するまでの時間]は、約4万時間程です。  
LED一体型の照明器具は光源部を交換する必要がありません。  
LEDランプ搭載器具はランプを交換することで色色や明るさを変更できます。  
\*2 一般社団法人 日本照明工業会 [Lighting5.0]

**チェック!** 照明機器の国内消費電力量削減に貢献



カーボンニュートラル実現に向けて、  
2030年度に**国内のすべての照明器具がLEDに置き換わった場合**、  
2013年度比で消費電力が50%削減され、更に人感センサや昼光利用等の照明抑制技術が相応に普及した場合、**60%削減**になるという試算なのだ。

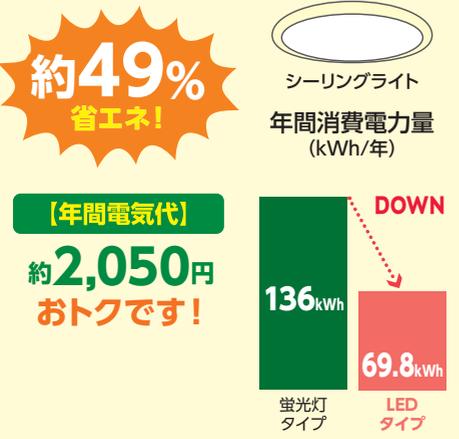


蛍光灯を使った照明器具をお使いの皆様へ

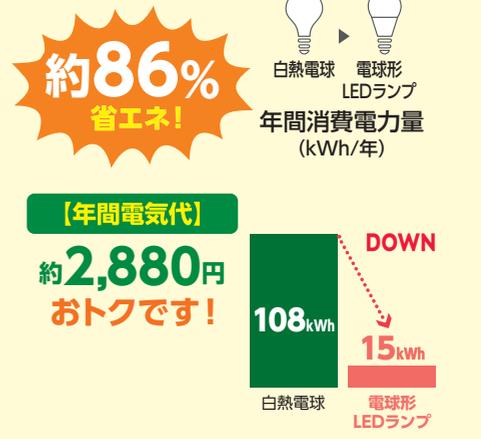
一般照明用蛍光灯の製造と輸出入を2028年1月1日より禁止する事が「水銀に関する水俣条約第5回締約国会議」で合意され、我国でもこれを反映した「法律施行令を改正する政令」が2024年末に閣議決定されました。LED照明器具へのお取り替えをご検討ください。

「LED照明器具への取替え」

REPORT  
蛍光灯シーリングライトからLEDシーリングライトへのお取り換え効果



白熱電球から電球形LEDランプへのお取り換え効果



●年間点灯時間:2,000時間(1日5~6時間点灯した場合)  
※年間電気代は、年間消費電力量に電力料金目安単価\* 31円/kWh(税込)を乗じて算出した目安です。  
\*電力料金目安単価:公益社団法人 全国家庭電気製品公正取引協議会(2022年7月22日改定)  
●消費電力:8畳用蛍光灯用シーリングライト68W、8畳用LEDシーリングライト34.9W、白熱電球54W、電球形LEDランプ7.5W  
※上記は、一般社団法人 日本照明工業会「住まいの照明BOOK」を参考にしています。

**チェック!** LED照明器具 への交換で安全な暮らしを!

10年経過した照明器具は赤信号! 点検と交換が必要です。

照明器具の適正交換時期は10年で、外観だけでは判断できないほど劣化が進んでいます。器具を交換することで安全性が向上、省エネにつながります。

LEDシーリングライト(丸形)の例

器具交換

長期間照明器具を使い続けると…  
安定器や部品が劣化し、まれに煙が出る場合があります。

劣化が進んだ安定器

蛍光灯をLEDランプに換える時、組み合わせを間違えると…

既存の蛍光灯照明器具をそのまま利用して直管や環形の蛍光灯をLEDランプに交換した場合、照明器具との組み合わせを間違えると発煙や火災の原因となる可能性があります。





## 簡単にできる LED照明への交換方法

### 1 蛍光灯シーリングライトの取り外し方



1 照明の電源を切ってから、蛍光灯シーリングライトのカバーを外します。  
 2 蛍光灯シーリングライトの本体とアダプタとの配線を外します。  
 3 本体を押さながら中央のレバーを操作するとアダプタから本体が外れます。  
 4 古いアダプタを引掛シーリングから外します。

### 2 LEDシーリングライトの取り付け方



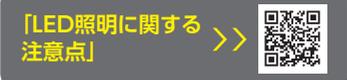
1 LEDシーリングライト付属の新しいアダプタを引掛シーリングに取り付けます。  
 2 LEDシーリングライトの本体をアダプタにカチッと音がするまで押し上げ、確実に取り付けます。  
 3 アダプタに本体の配線をつなげます。  
 4 本体にカバーを付ければ取り付け終了です。  
 ※取り外し・取り付けの方法は、メーカーや機種により異なります。

### 3 LEDシーリングライトなら快適で便利！



※調光・調色機能付の機種をお選びの場合に可能です。

時間とシーンと調光・調色を使い分けて省エネ！



## IoT + 照明でますます便利に！



### 1 音声で操作できる LED照明

#### 【スマートスピーカーで操作できるLED照明】

スマートスピーカーと連携して、音声による点灯・消灯はもちろん、調光・調色、場所ごとに暮らしのシーンに合わせた切り替えなどの操作ができます。

\*スマートスピーカー+Bluetooth設定、無線LAN環境、対応LED照明が必要です。

#### 【音声対応LEDシーリングライト】

荷物で両手がふさがっていても、手元にリモコンがなくても、ベッドの中からも、音声で点灯・消灯・調光・調色などの操作ができます。



### 2 スマートフォンで操作できる LED照明システム

スマートフォンがリモコン代わりになり、家の中でも、外出先からでも、ON/OFF、調光・調色、シーン選択などができる便利な機種もあります。

※一例の紹介です。詳しくはメーカーのカatalogなどをご確認ください。

一括操作や個別操作がスマホですべてとっても便利！



今いる部屋も、離れた部屋の照明もON/OFF操作OK。



いくつかのシーンを記憶し、その選択も操作OK。

## ここがすごい！ LED照明のところが 停電時に点灯し、人々の暮らしをより安全にします

### 【停電時に自動点灯する非常灯付きLEDシーリングライト】

地震や台風などによる突然の停電でも、停電時非常点灯対応型の兼用シーリングライトや専用型のダウンライトは、停電時に自動で30分以上点灯するので真っ暗になりません。夜間の停電時、避難準備のサポートや家族の安否確認に役立ちます。



家族でテレビを見ていたら

突然！地震？停電？

でも、真っ暗にならないから安心安全！



省エネ家電

# テレビ

**キッズ版** 家電の歴史と  
調べよう! 家電と省エネ **ヒミツ**

**キッズ版** 省エネ家電  
家電博士 豆知識 になろう!

**省エネ** な使い方

## 性能 (画面サイズ・画質・機能) と 省エネとのバランスを考えて、 わが家にピッタリのテレビを選ぼう

**薄型・軽量化**が進み 壁掛けができるようになりました。 また、**ベゼル(フレーム)**が**細い**から 同じスペースに**ひと回り大きいサイズ**が置けます。



REPORT 最近のテレビの消費電力量は 家電製品の中で**4**番目

<p><b>液晶テレビ</b> (4K:55インチ)</p> <p>年間消費電力量 (kWh/年)</p> <p><b>167 kWh</b></p> <p>2024年</p> <p><b>【年間電気代】</b></p> <p>約<b>5,180</b>円</p>	<p><b>有機ELテレビ</b> (4K:55インチ)</p> <p>年間消費電力量 (kWh/年)</p> <p><b>193 kWh</b></p> <p>2024年</p> <p><b>【年間電気代】</b></p> <p>約<b>5,980</b>円</p>
--	--

省エネや節電に役立つ機能を設定して上手に活用するといいのだ。

出典:経済産業省 資源エネルギー庁 省エネ性能カタログ2024年度版 (「液晶4K・55インチ」と「有機ELテレビ4K・55インチ」の数値は、それぞれ「4Kテレビ・50インチ以上」と「有機ELテレビ 4K」項目から算出した単純平均値:小数点以下四捨五入)  
 \*年間電気代は、年間消費電力量に電力料金目安単価\*31円/kWh(税込)を乗じて算出した目安です。  
 \*電力料金目安単価:公益社団法人 全国家庭電気製品公正取引協議会(2022年7月22日改定)  
 \*年間消費電力量は一般家庭での1日1台あたりの平均視聴時間5.1時間を基準に算出した数値を整数で表示しています。

**自分に合ったサイズや機能を** 確認して選びましょう

省エネ性能がポイントなのね。



- 1 年間消費電力量**  
省エネ法に基づいて、一般家庭での1日の平均視聴時間を基準に算出した、1年間に使用する電力量です。一般的には、画面サイズが大きくなるほど、また複数の機能を備えるほど年間消費電力量は大きくなります。
- 2 省エネ基準達成率**  
画面の大きさや機能(画素数、動画表示速度、録画機能等)が同じであれば、省エネ基準達成率が高いほど省エネ性に優れています。
- 3 待機時消費電力**  
最近のテレビは待機時(リモコンでオフにした状態)の消費電力も削減されています。
- 4 省電力機能**  
明るさセンサー、オフタイマー、無操作自動オフ、無信号自動オフなどの省電力機能を搭載した機種も多くあります。

### チェック! こんな機能を使えば **もっと省エネ!**

- 無信号自動オフ機能
- 無操作自動オフ機能

一定時間信号がなかったり、操作しなかったりすると、自動的に電源をOFFしてくれるのだ。

OFF

zzz

**明るさセンサー**

部屋の明るさに応じて画面の明るさを自動的に調整し、電力消費のムダを低減してくれます。

暗い環境では 明るい環境では

明るさレベル小 明るさレベル大

ここがすごい!

# 最新テレビの いいところ



## キメ細やかで迫力ある表現力

フルハイビジョンに比べて4Kは4倍の画素 (3840×2160画素)、8Kは16倍の画素 (7680×4320画素) を持つことで、**キメ細やかでよりリアルな映像**を楽しむことができます。スポーツ番組であれば従来はわかりにくかった選手の表情もわかります。風景では遠くまでクリアで奥行きのある映像となり**臨場感が伝わってきます**。



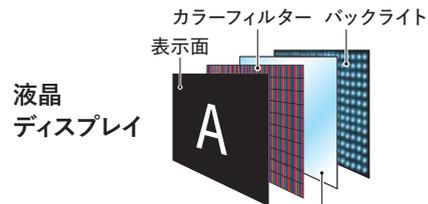
画素が約**4倍!**  
だから映像が緻密



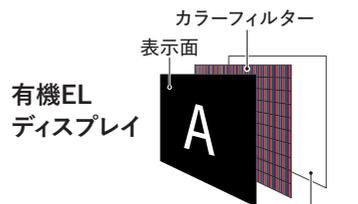
## 有機ELディスプレイとは?

有機ELディスプレイは、ディスプレイ自体が光を発する自発光方式の表示装置で、以下のような特徴があります。

- 1画素ごとに発光の制御を行うため、発光をオフにした画素では**深みのある黒を表現**できる
- 発光の応答速度が速く、動きの速い映像でも**滑らかな表示**ができる
- 液晶ディスプレイのようなバックライトが不要なので、**薄くて軽いディスプレイ**が実現できる
- 真横に近い角度からでも視聴可能なほど**視野角が広い**ため、家族みんなで見たときに有利



※構造図は説明のために簡略化したものです。



有機EL(白色)



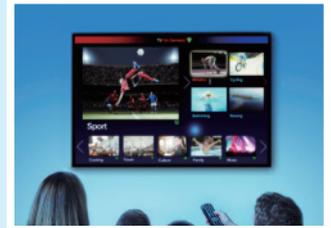
## + テレビでますます便利に!



無線技術を使ったお役立ち機能もあるのだ。

### 1 ネット動画がテレビで楽しめる!

インターネット配信されている映像コンテンツがテレビで視聴できたり、テレビ番組の見逃し配信が楽しめたりします。



### 2 リビングで録画した番組を寝室や書斎で見る

レコーダーに録画した番組がネットワーク再生機能で別の部屋のテレビでも視聴できます。



### 3 スマホがあればリモコンいらず!

テレビとスマートフォンを同じネットワークに接続すると、スマートフォンのアプリをリモコン代わりにしてテレビが操作できます。リモコンの電池切れなどの際にも便利です。

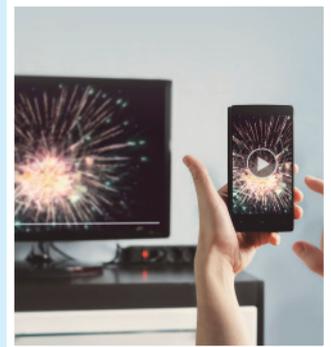


### 4 リモコンに話しかけて触れずに操作

マイク内蔵の付属リモコンに話しかけるだけで、テレビを音声で操作できます。

### 5 スマホの画像や動画も大きな画面で

スマートフォンで撮影した写真や動画をテレビに映写すれば、大画面で楽しむことができます。



※一例の紹介です。詳しくはメーカーのカタログなどをご確認ください。



省エネ家電

# 温水洗浄便座

キッズ版 省エネ家電 豆知識 家電博士になろう!

省エネな使い方

最新の温水洗浄便座は  
節電機能やオート機能が満載、  
快適さもパワーアップ



温水洗浄便座の世帯普及率は80%を突破\*

最新の機種は節水・節電効果が高く、  
省エネ性能に優れているんです。

電気代の節約とCO<sub>2</sub>削減にもつながるから  
性能を細かくチェックして選びましょう。

\*出典：内閣府 消費動向調査

## 10年前と比較すると...

貯湯式では

約8%  
省エネ!

年間消費電力量  
(kWh/年)



【年間電気代】

約430円  
おトクです!

ちなみに2024年の貯湯式と  
2024年の瞬間式では

年間消費電力量  
(kWh/年)



約43%  
省エネ!

【年間電気代】

約2,110円  
おトクです!

\*節電機能を使用した場合。出典：資源エネルギー庁「省エネ性能カタログ」の機種一覧における単純平均値（2014年冬版/2024年版）

\*年間電気代は、年間消費電力量に電気料金目安単価\* 31円/kWh（税込）を乗じて算出した目安です。

\*電気料金目安単価：公益社団法人 全国家庭電気製品公正取引協議会（2022年7月22日改定）

\*各家庭の使用実態や電力会社等によって異なり、その金額を保証するものではありません。



あらかじめいろいろと  
確認しておくのがおすすめなのね。



電気料金や購入予算、家族の人数などを  
よく考えて選びましょう

1 年間消費電力量が少ないほど、  
年間の目安電気料金が安くなります!

● 年間消費電力量とは、温水洗浄便座を家庭での  
平均的な方法で使用したときの1年間に消費  
する電力量です。



2 節電機能も  
製品を選定するためのポイントです!

### 節電制御

就寝時や外出時など一定時間通電を  
停止するものや、トイレをあまり使用  
していない時間帯を見つけて、  
自動で便座・温水の温度を  
下げるものがあります。



### 便ふた自動開閉

センサー検知により、自動で  
便ふたが開閉することで、  
閉め忘れによる便座の放熱  
を防止します。



### 瞬間式(温水)

使用時のみ水を温めるため、温水保温  
のための電力が不要です。

### 瞬間暖房便座

トイレを使用していないときの便座保温  
の電力を節約します。

### 便座に沿った便ふた形状

便座側面からの放熱を防止します。

REPORT

# 便器洗浄水の節水でCO<sub>2</sub>を削減!

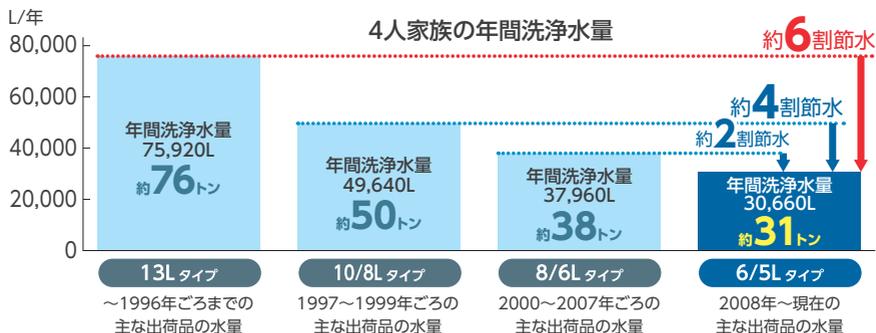
1996年ごろまでの大便器の主な出荷品の洗浄水量は13リットルでした。国内で使われているすべての便器を、洗浄水量6リットルの節水形便器にした場合、**節水量は年間約1,066万m<sup>3</sup>**、節水量から換算される**CO<sub>2</sub>削減量は、年間4,700トン**になります。



## 節水便器は家計にもやさしい

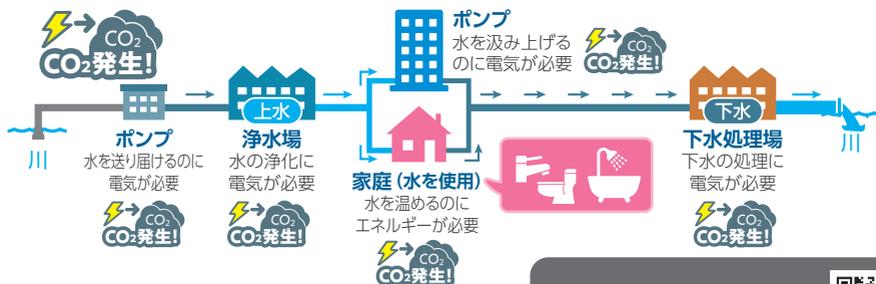
下のグラフより、1996年ごろまでと2008年以降を比較すると、節水効果は約60%。4人家族の場合、年間約45,260リットル節水でき、**水道代は年間で約12,000円の節約**になります。

※金額試算：東京都水道局265円/m<sup>3</sup>(下水道料金込)



## 節水でCO<sub>2</sub>削減

私たちは、浄水場で飲用に処理された水道水を使っています。使用した水は下水道を通り、処理場でキレイにして河川に戻します。この2つの処理には電力が必要なため、ご家庭で使用する水道水の量を減らすことで、**節水→節電→CO<sub>2</sub>削減**になります。



出典：一般社団法人 日本レストルーム工業会 ウェブサイト  
トイレナビ トイレでエコ「大便器の節水・CO<sub>2</sub>削減」より抜粋

[「大便器の節水・CO<sub>2</sub>削減」](#) >>



## チェック!

長期間(10年以上)ご使用の温水洗浄便座は **買換えの検討を!**

- 故障したまま使うと、火災や感電、室内漏水の原因となります。おかしいと思ったら、電源プラグを抜いて止水栓を閉めて使うのをやめてください。安心して使うために、定期的に点検しましょう。  
※販売店、工事店またはメーカーにご連絡ください。
- 10年以上使ったら買換えを検討しましょう。使い勝手・機能性・省エネ性能も向上しています。



## 温水洗浄便座 セルフ安全チェック!

長期使用による事故防止のためには、セルフ安全チェックを行い、異常に気付いたら、すぐに電源プラグを抜き止水栓を閉めてご使用を中止し、販売店・工事店、またはメーカーへご連絡ください。

ご使用中の製品についてチェックすることができる「トイレのセルフチェック」にて **便器・タンク 温水洗浄便座 温水洗浄便座一体型便器** から製品を選択し、あてはまる症状を確認することができます。

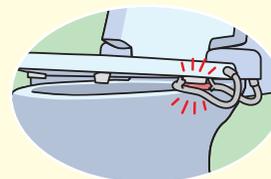


☑ トイレが焦げ臭いなどいつもと違うにおいがある。

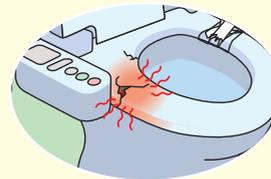


☑ 便座が異常に熱いときがある。

あてはまる症状を確認してみましょう!



☑ 便座コードの発熱やねじれ、キズ、挟み込みがある。



☑ 便座にひびや割れがある。



☑ 製品や便器を伝って水漏れしている。

## 今すぐ チェック!

一般社団法人 日本レストルーム工業会 ウェブサイトへ

詳しくはトイレナビ [「トイレのセルフチェック」](#) >>



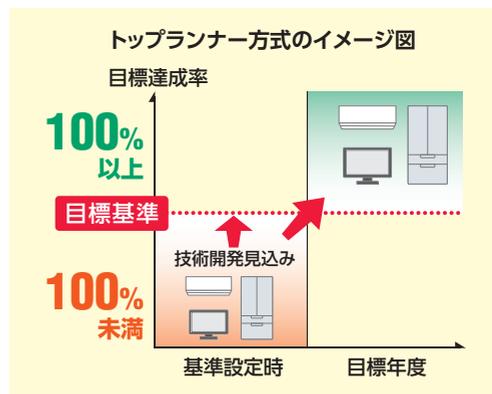
重大事故防止のための [お願い](#) >>



# 省エネ性能の表示

## トップランナー制度

トップランナー制度とは、対象となった機器で**エネルギー消費効率が最も優れているもの**をトップランナーとして、その性能に加え、技術開発の将来の見通しなどを考えて目標となる省エネ基準を定める制度です。この基準を**トップランナー基準**といいます。



トップランナー制度対象機器と表示内容 (家庭用機器のみ)

小売事業者表示制度対象機器	省エネラベリング制度	年間目安エネルギー料金等*	多段階評価制度
エアコン	●	●	●
テレビ	●	●	●
電気冷蔵庫	●	●	●
電気便座	●	●	●
照明器具	●	●	●
電気冷凍庫	●	●	●
ジャー炊飯器	●	●	
電子レンジ	●	●	
DVDレコーダー	●	●	
VTR		●	
ストーブ	●		
ガス調理機器	●	● (燃料使用量)	
ガス温水機器	●	●	●
石油温水機器	●	●	●
電気温水機器 (ヒートポンプ式給湯器)	●	●	●
電子計算機 (パソコン等)	●		
電球	●	●	

\* 年間目安エネルギー料金とは、年間の目安電気料金、目安ガス料金又は目安灯油料金のことを指します。

「省エネ型製品情報サイト」>>



省エネ目標をどれだけ達成しているか表示したものなのだ。

買換えの時の省エネ性能の比較に活用できます。



## 省エネルギーラベリング制度

省エネ法で定めた省エネ性能の向上を促すための目標基準(トップランナー基準)の**達成度合いをラベルに表示するもの**です。

## 省エネルギーラベルの表示

省エネルギーラベルは、カタログや製品本体、包装など、**見やすいところに表示**されています。

### 省エネ性マーク

トップランナー基準を達成した(省エネ基準達成率100%以上)製品には**グリーン**のマークを表示し、未達成(100%未満)の製品には**オレンジ色**のマークを表示します。

### 省エネ基準達成率

その製品がトップランナー基準の目標基準値を、どの程度達成しているかを%で示します。

### エネルギー消費効率

製品ごとに定められた測定方法によって得られた数値です。APF(通年エネルギー消費効率)のように効率で表すものや年間消費電力量のようにエネルギーの消費量で表すものがあります。



### 目標年度

トップランナー基準を達成すべき年度で、製品ごとに設定されています。



# 統一省エネラベル

小売事業者表示制度に基づき、製品個々の省エネ性能を表す省エネルギーラベル、市販されている製品の中で相対的に位置づけた多段階評価点、年間目安エネルギー料金などを小売事業者等によって製品本体またはその近傍に表示されるわかりやすいラベルです。

## 1 適用製品

- 照明器具
- 電気冷蔵庫
- 電気冷凍庫
- 電気便座
- エアコン
- テレビ
- 電気温水機器
- ガス温水機器
- 石油温水機器

## 2 統一省エネラベルの見方 例) 電気冷蔵庫

### 省エネ性能

★★★★☆ 2.7

省エネ基準達成率

**84%**

年間消費電力量

**330kWh/年**

目標年度2021年度

メーカー名 | 機種名

この製品を1年間使用した場合の目安電気料金

**8,910円**

目安電気料金は使用条件や電力料金等により異なります。使用期間中の環境負荷に配慮し、省エネ性能の高い製品を選びましょう。 RFR-R0211

#### 多段階評価点

市場における製品の省エネ性能の高い順に5.0~1.0までの41段階で表示(多段階評価点) ★(星マーク)は多段階評価点に応じて表しています。

★★★★★	5.0
★★★★☆	4.5~4.9
★★★★☆	4.0~4.4
★★★★☆	3.5~3.9
★★★★☆	3.0~3.4
★★★★☆	2.5~2.9
★★★★☆	2.0~2.4
★★★★☆	1.5~1.9
★★★★☆	1.0~1.4

#### 省エネルギーラベル

省エネ性マーク、省エネ基準達成率、エネルギー消費効率、目標年度を表示

#### 年間の目安電気料金

1年間使用した場合の経済性を、年間の目安電気料金で表示

※電力・ガス取引監視等委員会「電力取引報」を活用し、直近3年分(2017年~2019年)の平均値(小数点第1位を四捨五入)から、1kWhあたり27円(税込)として算出(エコキュートを除く)

## 3 ミニラベル※

ミニラベルは多段階評価点を表示します。

※Webサイトなどの限られたスペースで統一省エネラベルの表示が困難な場合でも、省エネ情報を分かりやすく表示できます。



## 4 温水機器ラベル

二次元バーコードをスキャンすると「温水機器換算アプリ」へアクセスできます。

※「エコキュート」は関西電力(株)の登録商標です。



### ● 温水機器換算アプリの使い方

★の点数及び年間目安エネルギー料金の換算表示

- 手順①** エネルギーの種類を選択します。
- 手順②** ラベルを見て★の点数(任意)、エネルギー消費効率(必須)と年間目安エネルギー料金(必須)を入力します。**手順①**でエネルギーの種類を選択すると、自動で既定の単価が表示されます(変更可能)。  

エネルギー単価については、最初に選択したエネルギーの種類に応じた既定の単価が表示されますが、変更することもできます。より実際に近い単価を入力すると、算出される年間目安エネルギー料金もより実際に近い金額になります。
- 手順③** 世帯人数と地域を選択します(地域は郵便番号でも選べます)。
- 手順④** 換算 ★の点数と年間目安エネルギー料金が表示されます。

## 5 寒冷地仕様のエアコンのラベル

### 省エネ性能

★★★★☆ 2.4

省エネ基準達成率

**100%**

APF

**6.2**

目標年度2021年度

メーカー名 | 機種名

この製品を1年間使用した場合の目安電気料金

**19,200円**

目安電気料金は使用条件や電力料金等により異なります。使用期間中の環境負荷に配慮し、省エネ性能の高い製品を選びましょう。 ARD-R0403

寒冷地での使用を想定し、積雪、低温に起因する故障を防止するように設計等された「寒冷地仕様エアコン」のラベルです。

ラベル内に「寒冷地仕様」と明記されます。

年間の目安電気料金は、東京の外気温度を前提に算出しています。

ラベルに表示されている年間の目安電気料金に、地域係数を(例:盛岡の場合2.4)を掛けると、その地域の年間の目安電気料金を算出することができます。

主な地域	地域係数*	主な地域	地域係数*
東京	1.0	名古屋	1.2
札幌	3.1	大阪	1.1
盛岡	2.4	米子	1.3
秋田	2.0	広島	1.1
仙台	1.6	高松	1.1
新潟	1.5	高知	1.0
前橋	1.3	福岡	1.0
松本	2.1	熊本	1.1
富山	1.4	鹿児島	0.9
静岡	0.9	那覇	0.6

※通年の地域補正係数を表示しています。

**小売り事業者表示制度** >>

## 5

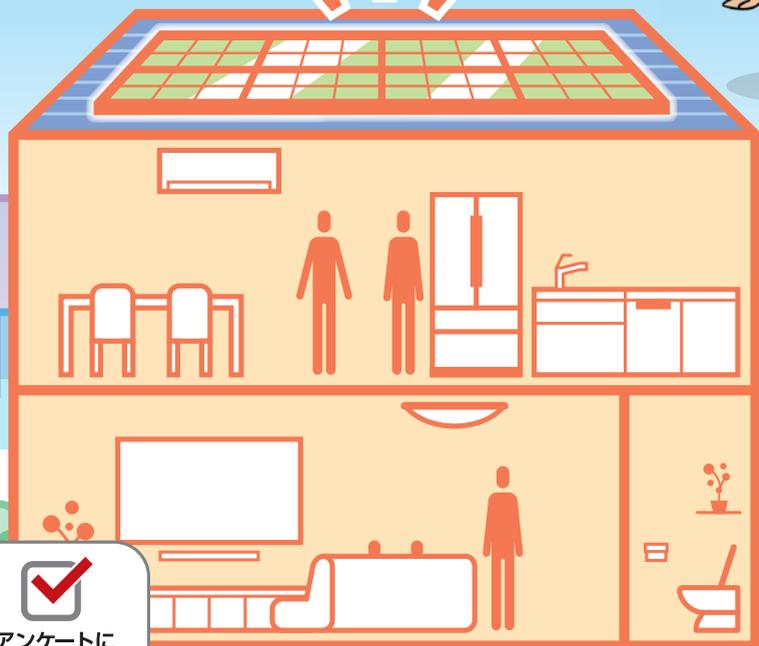
## 創エネ

自然の力を利用して電気をつくる

太陽光や風力、地熱などクリーンなエネルギーの利用は  
温暖化対策に不可欠なのね。**太陽光発電なら**

**一般家庭でも導入しやすいから**

「創エネ」をはじめてみるのもいいわね。



アンケートに  
ご協力ください!

## 太陽光発電システム

キッズ版 省エネ家電  
家電博士 豆知識  
になるう!

太陽光発電とは、太陽電池と呼ばれる装置を使って、**太陽の光エネルギーを直接電気に変換する発電方式**のこと。家庭内のさまざまな家電製品に電気を供給します。また、余った電気は売ることができます。

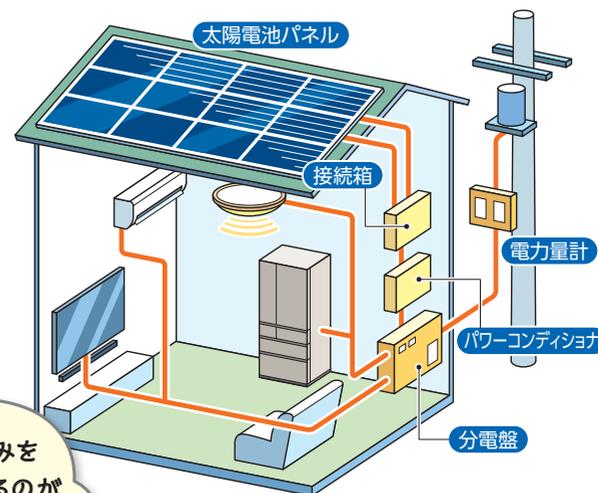
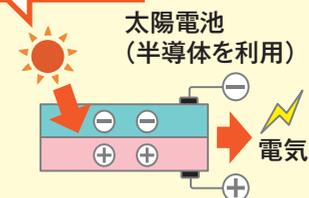


太陽の恵みを  
電気に変えるのが  
太陽光発電なのだ。

**チェック!** 太陽光発電のしくみ

性質の違う2つの半導体を重ね合わせ、そこに光をあてると、 $\oplus$ と $\ominus$ の電荷が発生して、それぞれの半導体に分かれ、電極をつなぐことで電気が流れます。

光をあてると  
発電する



## 電気は買うよりも作る方がおトク

これからは自家消費で電気代を節約!

太陽光発電の発電コストは約14.5円/kWh(2023年)です<sup>\*1</sup>。一般的な電力会社の電気代約31円/kWh<sup>\*2</sup>と比べておトクです。発電モニター<sup>\*3</sup>には、発電量や消費電力量が数字で表示されるので、それまで何気なく使っていた電気に対する意識が変わり、自然に省エネ行動がとれるようになります。

\*1 経済産業省発電コスト検証ワーキンググループ資料より引用

\*2 電力料金目安単価:公益社団法人 全国家庭電気製品公正取引協議会(2022年7月22日改定)

\*3 発電モニター:太陽光発電の状態を確認する機器

ここがすごい!

# 太陽光発電のいいところ



## 1 発電時にCO<sub>2</sub>などを排出しないグリーンエネルギー!

太陽光発電の最大のメリットは、エネルギー源が無尽蔵でグリーンなこと。発電時にCO<sub>2</sub>などの温室効果ガスが発生しません。

## 2 非常用電源にもなる!

災害などで停電になった場合、太陽光発電を非常用電源として利用することができ、これを自立運転機能といいます。太陽が出ている時間帯の日射量により異なりますが、テレビや炊飯器、電気ポット、携帯電話の充電器などの電源として利用することができます。

## 3 電気を作って家計をサポート

日中に太陽光発電が作った電気を使用することで、電気使用料金を削減することができます。家庭内で消費されずに余った電気は、電力会社等に買い取ってもらうことができます。

お住まいの地域によっては補助金制度が利用できる場合があります。  
各自治体にお問い合わせください。

## 2025年度以降の調達価格と調達期間等

調達価格や調達期間等は、電源ごとに、事業が効率的に行われた場合、通常必要となるコストを基礎に、価格目標や適正な利潤などを勘案して定められます。具体的には、中立的な調達価格等算定委員会の意見を尊重し、経済産業大臣が決定します。

電源	区分	1kWh 当たり調達価格等			調達期間等
		2024 年度	2025 年度 (注1)	2026 年度 (注2)	
太陽光	10kW 未満	16円/kWh	15円/kWh	24円/kWh (~4年)	10年間
				8.3円/kWh (5~10年)	

(注1) 2025年度のFIT調達価格・調達期間の申請期限日は2025年6月30日です。

(注2) 2026年度のFIT調達価格・調達期間については、2025年度下半期にも適応し、2025年7月1日から申請受付が開始されます。

制度の詳細は、資源エネルギー庁のウェブサイト参照ください。



太陽光発電システム・蓄電システムを設置する前の注意についてはコチラ!

もっと詳しく

詳しくはこちら  
一般社団法人 太陽光発電協会 >>  
「設置までの流れ」



## 買取期間が終了する住宅太陽光発電について

2009年に始まった「余剰電力買取制度」の適用を受けた住宅用の太陽光発電の10年間の買取期間が満了する発電設備が2019年11月から出始めています。固定価格買取制度の満了を迎えた方は、ご自宅で発電した電気を以下のようにご活用いただけます。

### 自家消費

電気自動車や蓄電池・エコキュートなどと組み合わせてご自宅で使う。



家庭用蓄電池を購入して、太陽光発電でまかなえる電力を増やす



プラグインハイブリッド自動車、電気自動車を購入し、発電した電気を自動車の動力等に使う

### 相対・自由契約

売電できる小売電気事業者などに対し相対・自由契約で余剰電力を売る。



売電できる事業者は資源エネルギー庁のウェブサイト「どうする?ソーラー」で調べることができます。



出典：経済産業省 資源エネルギー庁「どうする?ソーラー」

## 廃棄についてのご案内

太陽光発電システムの取り外しには専門技術が必要です。取り外した太陽光発電システムを処分する場合には原則として産業廃棄物として取り扱います。通常、業者は取り外しと処分を一括で請け負うと考えられます。

1. 販売・施工業者

2. 建設業者 (建物解体業者・建築業者・ゼネコン等)

3. 製造元 (システムメーカー)

取り外しや処分については、**こちらの業者**にご相談してね。



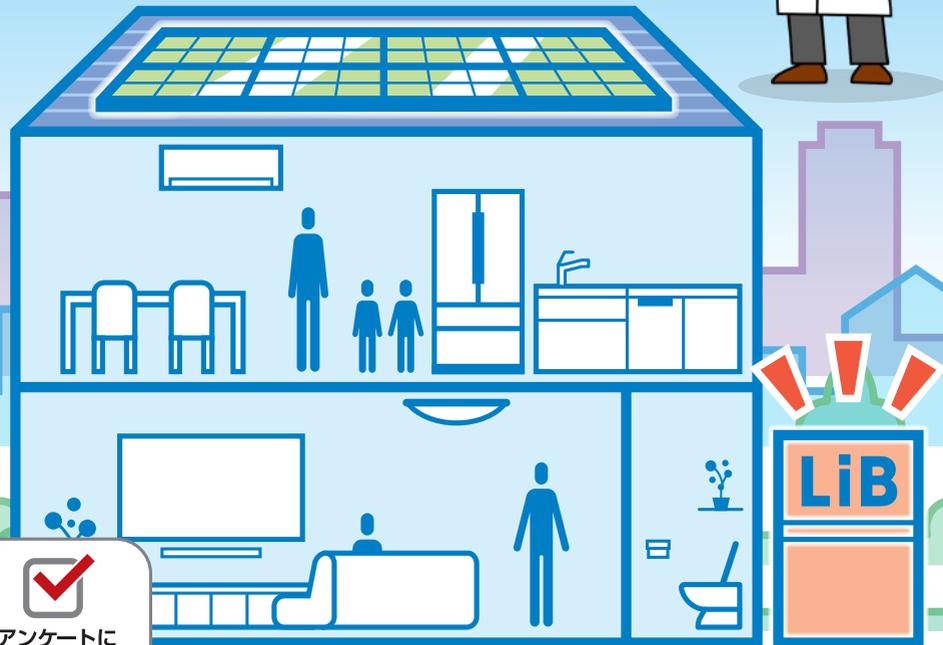
一般社団法人 太陽光発電協会  
「住宅用太陽光発電システムの廃棄を検討している方へ」はこちら



# 6 蓄エネ

電気をより有効かつ便利に活用

電気は「省エネ家電」で節約したり、「創エネ機器」で発電するだけでなく、**ためておいて使うこともできるのだ**。夜間や非常時に利用できるから、**災害への備え**として心強いのだ。



Lithium Ion Battery: リチウムイオン蓄電池

アンケートにご協力ください!

## リチウムイオン蓄電システム

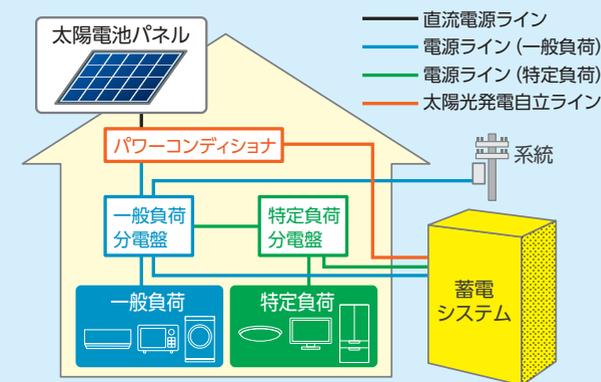
キッズ版 省エネ家電 豆知識  
家電博士になる!

蓄電システムは、**昼間太陽光で発電した電気をためて**おいて夜間の自家消費に利用したり、**電気料金の安い深夜電力を充電**して、それを昼間に使って**電気代を節約**したりできます。異常気象や災害のとき、あらかじめ電気をためておけば、いざ停電したときに使うことができます。

電気をためて使えるから、有効活用できるのだ。



### 蓄電システムの構成例 (系統連系するタイプ)

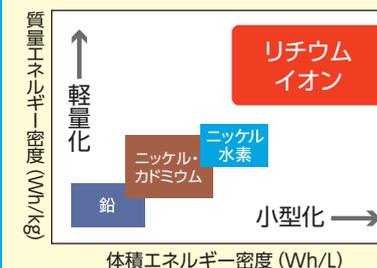


- 蓄電システムとは、パワーコンディショナ (変換器) と蓄電池を組み合わせたものです。
- [特定負荷分電盤]に接続した機器は、万一停電の場合でもご使用いただけます。

P69をご覧ください

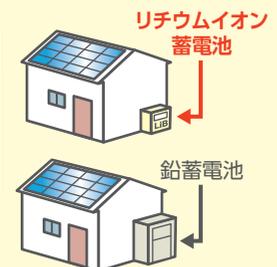
※上図は蓄電システムから特定負荷に電力を供給する場合の構成例です。蓄電システムから一般負荷にも電力を供給できる構成もあります。  
※現在はパワーコンディショナを太陽光発電システム用と共用している蓄電システムが主流です。

住宅用には、小型軽量が特徴のリチウムイオン蓄電池を用いた蓄電システムが適しています。



リチウムイオン蓄電池の特徴

- ① 大容量なのにコンパクト
- ② 軽くて、設置が簡単
- ③ 長寿命

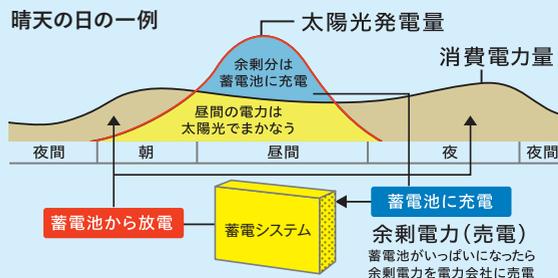


ここがスゴい!

蓄電システムの  
いいところ

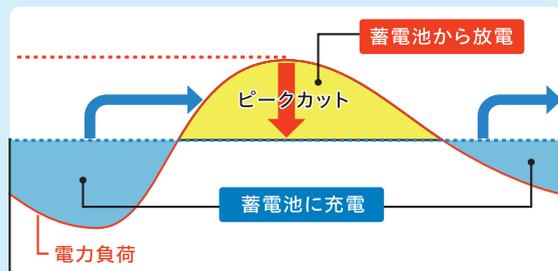
## ① 太陽光発電システムと連携できる!

昼間は太陽光でつくった電気を使いながら、余った電気を蓄電池に充電。夜間は蓄電池の電気を使い、足りない分だけ電力会社から購入します。**電気代の節約と電力の自給自足**が可能になります。



## ② 深夜の電力を日中に使える!

昼間や夜間の電力ピーク時に、前日の深夜電力で蓄えた蓄電池からの電気を使用することで、電力会社から購入する**日中の電力量を抑制**すること(ピークカット)が可能です。ピークカットすることで契約電力を抑制でき、また、**電気料金が安い深夜電力**を電力ピーク時に使用することによって**電気代の節約**にもつながります。

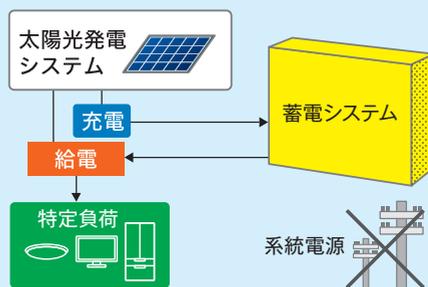


## ③ 停電時にも電気が使える!

突然の停電でも蓄電システムがあれば、**バックアップ電源**として使用できます。

- 太陽光発電システムの発電量が多い場合には、特定負荷へ給電するとともに蓄電池にも充電します。
- 太陽光発電システムの発電量が少ない場合には、不足分の電力を蓄電池から給電します。

停電時の給電イメージ(昼間の場合)



「性能表示ラベル」がはじまりました。



## 蓄電システム「性能表示ラベル」って何?

製品を選ぶ時の目安として、主な性能11項目をひとまとめにして分かりやすくラベル表示したものです。

(製品本体・カタログ・ウェブサイト等で確認できます)

蓄電システムのメーカー	系統連系方式蓄電システムの性能表示				蓄電システム固有の管理番号
〇〇〇〇株式会社	型番 JE-MA20211000				
1	初期実効容量	4.5kWh	初期停電時放電容量	4.5kWh	2
3	蓄電池容量	5.0kWh			
4	システム容量利用率 (系統連系時)	68.8% (-10°C) 90.0% (25°C)	システム容量利用率 (停電時)	68.8% (-10°C) 90.0% (25°C)	5
6	システム充放電効率	85.2%			
7	想定使用期間	10年	システム生涯蓄電容量	50,000kWh	8
9	運転音	30dB	防じん防水性能	IP55	10
11	蓄電池劣化時の安全性	蓄電池の劣化状態で試験適合			
JIS C 4414に基づく表示					

項目番号	項目名	内容	蓄電システムの比較ポイント
1	初期実効容量	新品で通常時に満充電から利用可能な電力量	値が大きいほど、電気製品を長く動かせる
2	初期停電時放電容量	新品で停電時に満充電から利用可能な電力量	値が大きいほど、電気製品を長く動かせる
3	蓄電池容量	蓄電システムに蓄えられる電力量	値が大きいほど、電力を貯められる量が多い
4	システム容量利用率 (系統連系時)	通常時に使える電力量の周囲温度毎の効率	値が大きいほど、蓄電システムを効率よく使える
5	システム容量利用率 (停電時)	停電時に使える電力量の周囲温度毎の効率	値が大きいほど、蓄電システムを効率よく使える
6	システム充放電効率	蓄電システムの充電時・放電時の電力効率	値が大きいほど、無駄なく充放電ができる
7	想定使用期間	蓄電システムを安全に使用できる期間	値が大きいほど、蓄電システムが長寿命
8	システム生涯蓄電容量	蓄電システムを寿命まで使い続けた場合に利用可能な総電力量	値が大きいほど、製品寿命までに充放電できる電力量が多い
9	運転音	運転時の発生音	値が小さいほど、運転音が静か
10	防じん防水性能	ちりやほこり、水の蓄電システムへの入りにくさ	値が大きいほど、蓄電システムの設置できる場所の制限が少なくなる
11	蓄電池劣化時の安全性	長期間使用した時点の安全性	適合していれば、蓄電システムを長期間、安心して使用できる

回収・リサイクル  
について

性能表示ラベルのススメ &gt;&gt;&gt;



# 7

# HEMS

(ヘムス)とは?

しっかり見張ってくれるから、エネルギーを上手に使うことができるのだ。



## Home Energy Management System

ホーム・エネルギー・マネジメント・システム

エアコンや照明などの電気を使う家電製品と太陽光発電システムなどの創エネ機器、電気をためておくリチウムイオン蓄電池などの蓄エネ機器をネットワーク化して家全体のエネルギーを管理するシステムのこと。暮らしの電気を「見える化」、「わかる化」、「できる化」してもっと上手にエネルギーを使うことができます。

**見える化**

エネルギーモニター

**わかる化**

電気使用状況

**できる化**

### ECHONET Lite (エコネットライト)

HEMSからエアコンや照明などの家電製品制御の相互連携を実現する技術です。

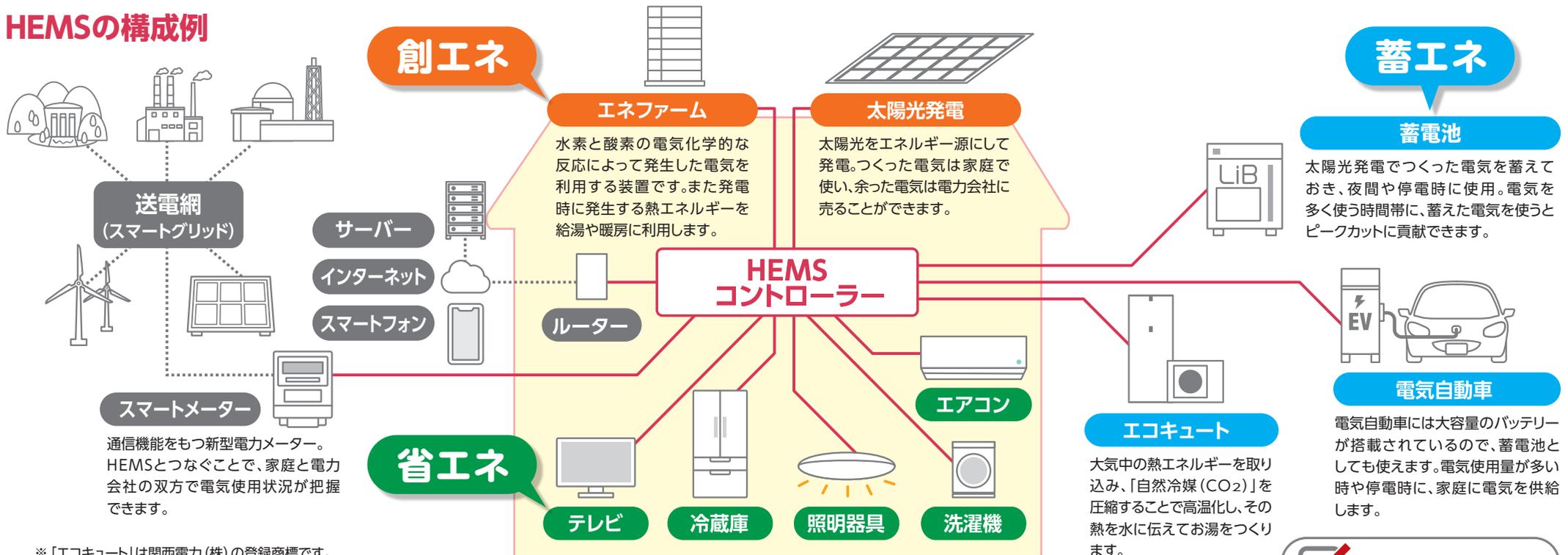
「エコネットコンソーシアム」 >>



### 家電製品について

家電製品の電力消費が「見える化」され、さらにインターネットに接続すると消費電力の状況をスマートフォンなどでチェックし、エアコンや照明などを遠隔操作することもでき、節電が進みます。

## HEMSの構成例



※「エコキュート」は関西電力(株)の登録商標です。  
 ※「エネファーム」は東京ガス(株)、大阪ガス(株)、ENEOS(株)の登録商標です。  
 出典: 神奈川工科大学HEMS認証支援センター <http://sh-center.org/>

アンケートにご協力ください!

# ZEH (ゼッチ) とは?

## Net Zero Energy House

ネット・ゼロ・エネルギー・ハウス

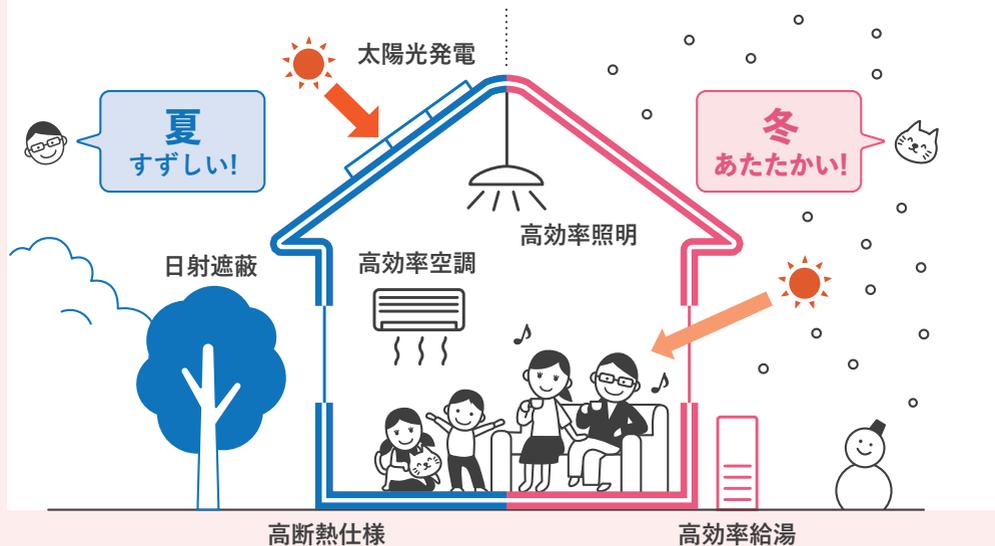
ZEHとは「エネルギー収支をゼロ以下にする家」という意味です。つまり、家庭で使用するエネルギーと、太陽光発電などでつくるエネルギーをバランスして、**1年間で消費するエネルギーの量を実質的にゼロ以下にする家**ということ。家全体の断熱性や設備の効率化を高めることで、夏は涼しく冬は暖かいという快適な室内環境を保ちながら省エネルギーを目指すのです。

家づくりのときの参考になるわね。



断熱性の高い家は、**健康にも良い**

## ZEHのしくみ



## ZEH住宅に必要な3つの要素



## ここがスゴい! ZEH住宅のいいところ

- 断熱性能を高めることで、暖房していないところでも、温度差が小さくてすみ、**家じゅうどこでも暖かく、温度差も少なく**、健康的で快適な居住環境が実現します。
- 温度差のある部屋の間を移動した時に起こりやすい**ヒートショックのリスクが低減**されます。
- 結露の発生を抑えて**アレルギーの発生を抑制**します。室内に結露が発生すると、カビが発生しやすい環境となります。そのカビを食べるダニやダニの糞などの影響によってアレルギーの発生要因となります。

快適で健康にも  
良さそうです。

経済的だし、これだと  
災害時にも力を発揮  
してくれそうです。



資源エネルギー庁  
「知っておきたいエネルギー  
の基礎用語～新しい省エネ  
の家「ZEH」はこちら



資源エネルギー庁  
「ZEHに関する情報公開」  
はこちら



「ZEH補助金に関して」  
はこちら  
\*予算が無くなり次第終了  
となります



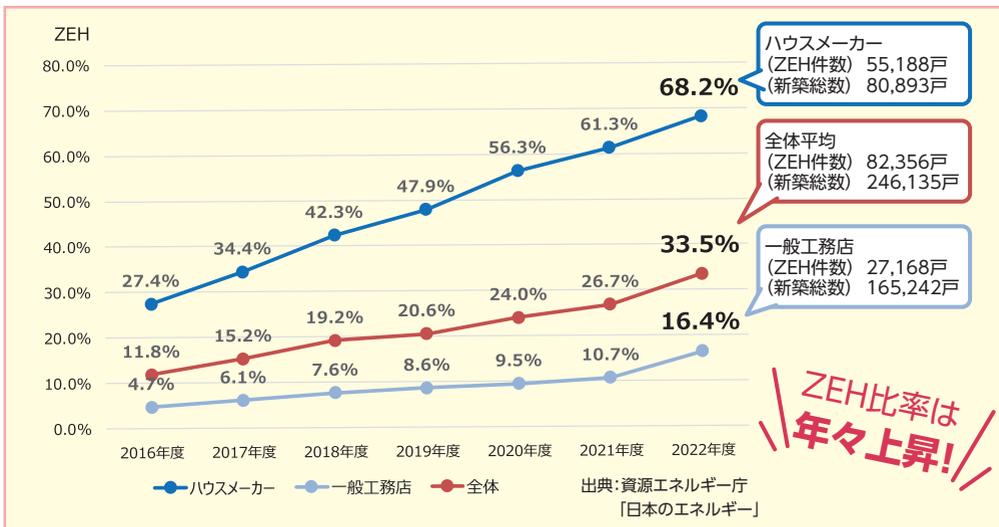
# ZEHで 快適ライフ

ゼロ・エネルギー化のポイントは、**年間に使うエネルギーを減らす**ことです。



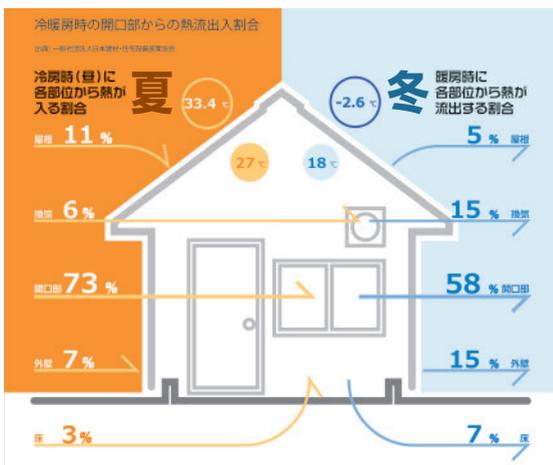
実際に「ZEH」に住んでいる方も喜んでるわ。

## 新築注文住宅のZEH比率の推移



ZEH比率は年々上昇!!

## 冷暖房時の開口部からの熱流入出の割合



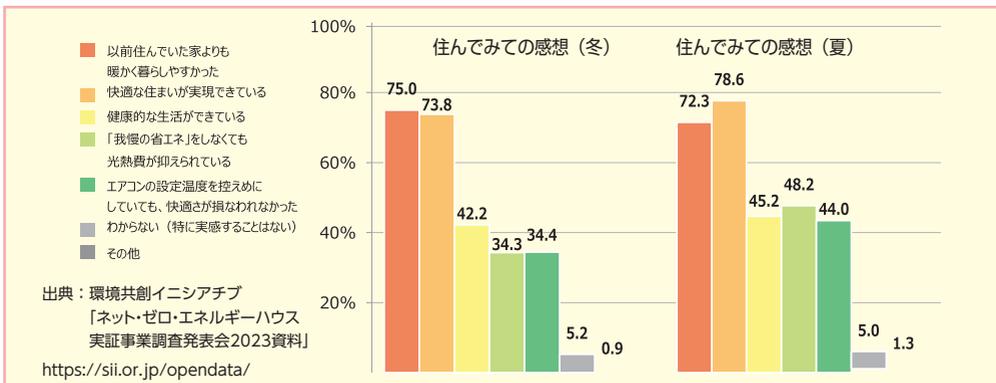
断熱性能が低いと、夏は暑く、冬は寒くなるのだ!

断熱性能を上げるには

- 窓：複層ガラスや内窓の追加
- 屋根・天井：断熱材の敷き詰め
- 外壁：外側や内側に断熱材を施工

参考：JCCCA ウェブサイト  
<https://www.jccca.org/download/13314>

## ZEHでの生活実感



- 快適** 高断熱の家は、**室温を一定に保ちやすい**ので、夏は涼しく、冬は暖かい、快適な生活が送れます。
- 安心** 台風や地震等、災害の発生に伴う停電時においても、太陽光発電や蓄電池を活用すれば電気を使うことができ、**非常時でも安心な生活**を送ることができます。
- 経済的** 高い断熱性能や高効率設備の利用により、月々の**光熱費を安く抑える**ことができます。さらに、太陽光発電等の創エネについて売電を行った場合は**収入を得ることも**できます。

ZEHがこれからの家でも当たり前になるかもしれないのだ。



## 住宅・建築物の省エネ性能表示 (2024年4月スタート)

販売・賃貸事業者が建築物の省エネ性能を広告等に表示することで、消費者等が建築物を購入・賃借する際に、省エネ性能の把握や比較ができるようになる制度です。

<ラベル表示項目の一例>

- ①エネルギー消費性能
- ②断熱性能
- ③目安光熱費
- ④ZEH水準など

国土交通省「建築物の省エネ性能表示制度」



省エネ製品 買換ナビゲーション  
しんきゅうさん

「しんきゅうさん」とは

エアコン、冷蔵庫、照明器具、温水洗浄便座を省エネ製品に買換えた場合に電気代や消費電力量、CO<sub>2</sub>排出量をどれだけ削減できるかを詳しく知ることができます。

かんたん比較の使い方

- STEP シミュレーション  
したい製品のアイコンをクリック
- STEP 今使っている製品の情報を  
入力
- STEP 購入予定の製品の情報を  
入力

比較結果【目安】

項目	今使っている製品	購入予定の製品
年間消費電力量 (kWh)	71~111	340~380
年間電気代 (円)	2,200~3,440	10,540~11,780
年間CO <sub>2</sub> 排出量 (kg)	30~48	145~163
年間CO <sub>2</sub> 吸収量 (kg)	3.4~5.4	16.5~18.5

比較結果を表示

PC版画面イメージ

詳しくは「しんきゅうさん」ウェブサイトまで!

「しんきゅうさん」 >>>



スマートフォン版 画面イメージ

eco CO<sub>2</sub> うちエコ診断

5分\*で簡単!  
診断無料!  
※診断時間には個人差があります

「うちエコ診断」とは

ご家庭ごとのエネルギー消費量とCO<sub>2</sub>排出量の大きさを診断して、ライフスタイルに合わせた省エネ・省CO<sub>2</sub>対策をご提案するサービスです。WEB上の簡単な質問に答えていくだけで、今の生活をよりお得で省エネにする、おすすめの対策がわかります。

あなたのおうちの光熱費削減につながる効果的な取り組みがわかります!

おすすめ対策(機器の使い方)

対策(詳細)	年間削減	取組みたい
1 太陽光発電を設置する	2,183kg 91,051円	取組みたい
2 家族だんらんで過ごす	272kg 11,432円	取組みたい
3 LEDシーリングにする	246kg 11,431円	取組みたい
4 省エネ型冷蔵庫にする	214kg 9,916円	取組みたい
5 近所は自転車や徒歩で行く	92kg 6,000円	取組みたい
6 省エネ型テレビにする	98kg 4,532円	取組みたい
7 不在部屋の照明を消す	91kg 4,199円	取組みたい
8 燃費のいい車にする	385kg 25,000円	取組みたい

平均比較結果

100世帯中 35位

CO<sub>2</sub>排出量 (kg/年)

平均	あなた	20位世帯
4,783kg	4,128kg	3,444kg

- ほかのご家族の平均と比較できる!
- あなたに合ったおトクな対策がわかる!
- がんばり度がランキングでわかる!

あなたの光熱費、年間6万円<sup>※</sup>損しているかも!?

※うちエコ診断の結果後アンケート結果より推定

まずはお試しください! /

「うちエコ診断」 >>>

## 地球温暖化と脱炭素社会

脱炭素社会	地球温暖化の主な原因である二酸化炭素などの温室効果ガスの排出を抑制し、排出された二酸化炭素を回収して、全体として排出量ゼロを実現する社会のこと。
地球温暖化	石炭や石油などの化石燃料の使用により大量に排出された二酸化炭素やメタンなどの温室効果ガスの濃度が高まり、熱が吸収されて気温が上昇している現象のこと。
化石燃料	大昔の動植物などの死骸が地中に堆積し、長い年月をかけて変成してできた有機物のうち、燃料として用いられる石炭、石油、天然ガスなど。
パリ協定	2015年にフランスのパリで開催された気候変動枠組条約第21回締約国会議(COP21)で採択された地球温暖化防止に関する国際条約。長期目標として世界的な平均気温の上昇を産業革命前に比べて2°Cより十分低く保つとともに、1.5°Cに抑える努力をすることを掲げている。
温室効果ガス	大気中において、太陽からの光で温められた地表から赤外線が放射される時、その一部を吸収して地表を温めるガスの総称。二酸化炭素、メタン、一酸化二窒素などが該当する。
カーボンニュートラル	二酸化炭素などの温室効果ガスの排出量と、森林などが吸収する量がバランスのとれた状態にあり、プラスマイナスが実質ゼロとなること。
再生可能エネルギー	温室効果ガスを排出しない太陽光・風力・地熱・水力・バイオマスなどのエネルギー源のこと。

## スマートライフ

スマートライフ	10年前と比べ消費電力量が格段に削減されたエアコンや冷蔵庫などの省エネ家電に、太陽光発電や燃料電池などの創エネ機器と、蓄電池や電気自動車などの蓄エネ機器とを組み合わせ、HEMSで暮らしのエネルギーを管理し、エネルギーをムダなく、効率よく利用するライフスタイルのこと。
SDGs	SDGs(エス・ディー・ジーズ)とは、Sustainable Development Goalsの略称。持続可能な開発目標という意味で、貧困や格差、紛争、気候変動など地球上のさまざまな課題解決のために、2030年までに達成すべき世界共通の目標として、「誰一人として取り残さない」をキーワードに国連総会で採択された17の目標(ゴール)のこと。

## 省エネ

省エネ法	正式には「エネルギーの使用の合理化及び非化石エネルギーへの転換等に関する法律」といい、石油危機を契機に1979年に制定。内外におけるエネルギーをめぐる経済的社会的環境に応じたエネルギーの有効利用の確保に資するため、工場、輸送、建築物および機械器具等についてのエネルギー使用の合理化及び非化石エネルギーへの転換等に関する所要の措置等を講じ、もって国民経済の健全な発展に寄与することを目的とする。
トップランナー制度	対象となった機器でエネルギー消費効率最も優れているものをトップランナーとして、その性能に加え、技術開発の将来の見通しなどを考えて目標となる省エネ基準を定める制度。
有機ELディスプレイ	EL(エレクトロ・ルミネッセンス: Electro Luminescence)とは「電子発光」という意味で、発光層に有機化合物を利用した自発光方式のディスプレイのこと。
年間消費電力量	省エネ法に基づいて、一般家庭での1日の平均使用時間を基準に算出した、1年間に消費する電力量のこと。単位は kWh/年 とする。
期間消費電力量	一定の条件で1年間使用した家電製品が消費する電力量の目安。数値が小さいほうが省エネ性に優れている。
長期使用製品安全表示制度	経年劣化による重大事故発生率は高くないものの、事故件数が多い製品(扇風機、エアコン、換気扇、洗濯機、ブラウン管テレビ)について、消費者等に長期使用時の注意喚起を促すために設けられた制度。対象製品には、設計上の標準使用期間と経年劣化についての注意喚起等が表示されている。
IoT	IoT(アイ・オー・ティー)とは、Internet of Thingsの略称。あらゆるモノをインターネットに接続・連携する技術のこと。
LED	LED(エル・イー・ディー)とは、Light Emitting Diodeの略称。文字どおり光を発する半導体で、これを光源としているのがLED照明。従来光源の白熱灯や蛍光灯に比べ、消費電力が少ない、点滅や調光の制御特性が優れている、寿命が長いなどの特長がある。
温水洗浄便座瞬間式	タンクがなく、使用のたびに水を瞬間湯沸器で温める方式。温水を保温する電力が不要のため、貯湯式より消費電力が小さいが、温水の量が限られる。また、瞬間的に大きな電力を必要とする。
温水洗浄便座貯湯式	タンクの中の水をヒーターで温める方式で、一度にたっぷりの温水で洗浄することができるが、温水を保温するための電力が必要となる。
デコ活	デコ活とは環境省が進める「脱炭素につながる新しい豊かな暮らしを創る国民運動」の愛称で、二酸化炭素(CO <sub>2</sub> )を減らす(DE)脱炭素(Decarbonization)と、環境に良いエコ(Eco)を含む「デコ」と活動・生活を組み合わせた新しい言葉。

統一省エネラベル	
統一省エネラベル	省エネ法により定められた省エネ基準を達成しているかなどの省エネ性能をわかりやすく表示するラベル。①多段階評価点②省エネルギーラベル③目安年間エネルギー料金などの情報が盛り込まれたもの。
省エネ基準達成率	省エネ法に基づいて定められた製品ごとに設定されている省エネ性能の目標基準値をどのくらい達成しているかをパーセント(%)で表したものの。
エネルギー消費効率	製品ごとに定められた測定方法によって得られた数値で、製品によって表示語が異なる。APF(通年エネルギー消費効率)のように効率で表すものや年間消費電力量のようにエネルギーの消費量で表すものがある。
APF(通年エネルギー消費効率: Annual Performance Factor)	エアコンの省エネ性能を表す値。年間を通してある一定条件をもとにエアコンを使用したとき、1年間に必要な冷暖房能力を消費する電力量(期間消費電力量)で割って算出する。
省エネルギーラベリング制度	トップランナー制度における、機器区分ごとに定められた省エネ基準をどの程度達成しているかを表示している。
省エネ性マーク	トップランナー制度における省エネ基準の達成状況を示すマーク。達成率が100%以上の場合には緑色、達成率が100%未満の場合にはオレンジ色で表示される。
多段階評価制度	市場における製品の省エネ性能の高い順に5.0~1.0までの41段階で表示(多段階評価点)。★(星マーク)は多段階評価点に応じて表示している。
ミニラベル	Webサイトなどの限られたスペースでも表示できるよう、多段階評価点のみを表示したラベル。

創エネ	
太陽光発電システム	シリコン半導体などに光が当たると電気が発生する現象を利用し、太陽の光エネルギーを太陽電池(半導体素子)により直接電気に変換する発電方法。
余剰電力買取制度	太陽光発電による電気が自宅等で使う電気を上回る量の発電をした際、その上回る分の電力を一定の価格で、10年間固定で電力会社に売ることができる制度。2012年から「再生可能エネルギーの固定価格買取制度」が導入されたことに伴い、固定価格買取制度へ移行した。
固定価格買取制度	再生可能エネルギー源(太陽光、風力、水力、地熱、バイオマス)を用いて発電された電気を、国が定める価格で一定期間、電気事業者が買い取ることを義務づけるもの。

蓄エネ	
リチウムイオン蓄電システム	繰り返し充電して、家庭内の電気機器に電気を供給するシステム。太陽光発電システムが発電した電気や電力会社から安く購入した深夜電力を蓄えておき、電力ピーク時や災害による停電時に使用できる。
一般負荷分電盤 特定負荷分電盤	蓄電システムを設置する家庭では、一般負荷電源ラインと、特定負荷電源ラインの二本のラインが設けられている。通常時は、一般負荷と特定負荷の両方の機器に系統から電力が供給される。停電時には、特定負荷に蓄電システムから電力が供給される。 なお、停電時に蓄電システムから特定負荷だけでなく一般負荷にも電力を供給できる構成もある。
ピークカット	1日の中で最も使用電力の多い時間帯の使用電力(ピーク電力)をカットし、電気代を抑えること。
蓄電システム性能表示ラベル	蓄電システムを導入する家庭が増えてきた中で、製品を選ぶときにユーザー視点で簡単に比較できるように、性能を分かりやすく表記したラベル。

HEMS	
HEMS	HEMS(ヘムス)とは、Home Energy Management Systemの略称。家電製品と太陽光発電システムなどの創エネ機器、発電した電気を蓄えるリチウムイオン蓄電池などの蓄エネ機器をネットワーク化し、管理するシステム。
エネファーム	「エネルギー」と「ファーム=農場」の造語で、水素と酸素から電気と熱をつくる家庭用燃料電池のこと。都市ガスやLPガスから取り出した水素と空気中の酸素を化学反応させて電気をつくり、発生する熱を給湯や暖房などに利用する。
エコキュート	少ない投入エネルギーで、空気中などから熱をかき集めて大きな熱エネルギーとして利用する「ヒートポンプ技術」を用いた高効率給湯機。大気中の熱を取り込み、自然冷媒である二酸化炭素を圧縮させて高温化し、お湯をつくる。
ECHONET Lite(エコーネットライト)	センサ類、白物家電、設備系機器などをIT化し、エネルギーマネジメントやリモートメンテナンスなどのサービスを実現するための通信仕様。通信仕様や各機器の制御コマンドを共通化することで、マルチベンダー環境でのシステム構築が実現できる。

ZEH	
ZEH	ZEH(ゼッチ)とは、Net Zero Energy Houseの略称。家庭で使用するエネルギーと太陽光発電などで作るエネルギーのバランスをとり、年間のエネルギー消費量を実質的にゼロ以下にする住宅のこと。
ヒートショック	急激な温度差によって血圧が上下に変動し、心筋梗塞や脳梗塞、不整脈などを引き起こすこと。暖かい部屋から冷えきった洗面所や浴室、トイレなどへ移動したときに起こりやすい。

<b>あ行</b>	
明るさセンサー	39
一般負荷分電盤	55, 69
いぶき	6
インターネット配信	41
うちエコ診断	65
エアコンクリーニング	28
エアコン試運転	28
エコキュート	49,53,59,69
エコ住宅	14
エネファーム	58, 69
エネルギー消費効率	46,47,48,68
温室効果ガス	6,7,10,11,12,52,66
温水機器換算アプリ	49
温水機器ラベル	49
温水洗浄便座	21,23,42,43,45,64
温水洗浄便座瞬間式	67
温水洗浄便座貯湯式	67
音声対応LEDシーリングライト	37
<b>か行</b>	
カーボンニュートラル	11,15,35,66
カーボンフットプリント	12
化石燃料	6, 66
家電の歴史とヒミツ	26,30,34,38
家電リサイクル法	20
期間消費電力量	18,26,30,67
気候変動対策	10
急速冷凍機能	32
グローバル・ストックテイク	10
高断熱化	14,19,61
小型家電リサイクル法	20
固定価格買取制度	53, 68
<b>さ行</b>	
再生可能エネルギー	10,66,68
産業革命	6,7,10,11,66
自家消費	51,53,55
自動点灯	37
省エネ家電	4,14,18,20,21,25,54,66
省エネ家電豆知識	26,30,34,38
省エネ基準達成率	31,39,47,48,68
省エネ性マーク	47,48,68
省エネ法	39,47,67,68
省エネルギーラベリング制度	47,68
省電力機能	39

照明器具点検	35
しんきゅうさん	24,64
水銀	35
スマートグリッド	58
スマートスピーカー	37
スマートメーター	58
スマートライフ	4,5,16,18,20,66
接続箱	51
節電設定	33
創エネ	16,17,18,50,54,58,63,66,68,69
相対・自由契約	53

<b>た行</b>	
待機時消費電力	39
太陽光発電	14,16,18,20,21,23,50,51,52,53,55,56,58,59,60,63,66,68,69
太陽光発電システム廃棄	53
太陽電池パネル	51,55
多段階評価制度	46,68
多段階評価点	48,68
脱炭素社会	11,14,20,66
地球温暖化	5,6,7,8,10,11,66
蓄エネ	16,17,18,54,58,59,66,69
蓄電システム	20,21,23,53,55,56,57,69
蓄電システム性能表示ラベル	57,69
蓄電池	16,53,55,56,57,58,59,63,66,69
長期使用製品安全表示制度	28,67
調光	36,37,67
調色	36,37
調達価格	52
調達期間	52
重複買い	33
チルド・パーシャルルーム	32
定格内容積	30,31
適正交換時期	35
デコ活	14,15,67
電気温水機器	46,48
電気自動車	14,16,53,59,66
電力量計	51
統一省エネラベル	48,68
特定負荷分電盤	55,69
トップランナー制度	46,67,68
<b>な行</b>	
熱中症予防	27
ネット動画	41

年間消費電力量	18,31,34,38,39,42,43,47,67,68
年間目安エネルギー料金	46,48,49

<b>は行</b>	
ハイブリッド	14,53
パリ協定	10,66
パワーコンディショナ	51,55
ピークカット	56,59,69
ヒートショック	61,69
ヒートポンプ	25,46,69
プラグインハイブリッド	14,53
分電盤	51

<b>ま行</b>	
ミニラベル	48,68
見逃し配信	41
無信号自動オフ機能	39
無操作自動オフ機能	39

<b>や行</b>	
有機ELディスプレイ	40,67
余剰電力買取制度	53,68

<b>ら行</b>	
リチウムイオン蓄電システム	55,69
冷却モード	33

<b>A</b>	
APF	47,68

<b>C</b>	
COP21	10,66
COP28	10

<b>E</b>	
ECHONET Lite	59,69

<b>H</b>	
HEMS	14,16,17,19,21,58,59,66,69

<b>I</b>	
IoT	29,33,37,41,67
IoT家電	20
IPCC	5,7

<b>L</b>	
LED	67
LEDシーリングライト	34,35,36,37
LED照明	36,37,67
LED照明器具	34,35

LEDランプ	34,35
--------	-------

<b>S</b>	
SDGs	20,21,66

<b>Z</b>	
ZEH	16,17,19,20,60,61,62,63,69

<b>4</b>	
4K	38,40

<b>8</b>	
8K	40

## INFORMATION

一般財団法人 家電製品協会

<https://www.aeha.or.jp/>



省エネ家電 de スマートライフ

<https://www.shouene-kaden2.net/>



キッズ版 学ぼう! スマートライフ

(省エネ家電 de スマートライフ)

<https://shouene-kaden.net/>



家電リサイクルについて

<https://www.aeha-kadenrecycle.com/>



スマートマスターなどの認定資格

<https://www.aeha.or.jp/nintei-center/>



[企画・制作]

一般財団法人 家電製品協会

おすすめBOOK 編集ワーキンググループ

おすすめBOOK 編集ワーキンググループ 主要メンバー

- 資源エネルギー庁 省エネルギー・新エネルギー部  
省エネルギー課
- 環境省 地球環境局  
脱炭素ライフスタイル推進室 (デコ活応援隊)
- 一般社団法人 太陽光発電協会
- 一般社団法人 日本照明工業会
- 一般社団法人 日本冷凍空調工業会
- 一般社団法人 電子情報技術産業協会
- 一般社団法人 日本電機工業会
- 一般社団法人 日本レストルーム工業会

2025年5月

(記載内容については、予告なしに変更する場合があります。)

©2025 一般財団法人 家電製品協会



アンケートにご協力ください!