

省エネ特集 「冷蔵庫の賢い使い方!」

家庭内で意外と電気を消費しているのが「冷蔵庫」です。夏の時期は家庭の電気消費量の内、15%以上を冷蔵庫が占めるとされています（エアコンに次いで2番目に多い）。冷蔵庫の使い方について2つのポイントにまとめましたので、ご家族皆さんで取り組みましょう！

1. 冷蔵庫の中が冷えにくくならないように気をつけよう！

冷蔵庫の中が冷えにくくなると、余計に電気を消費してしまいます。

ドアの開閉回数が多いと中のものが冷えにくくなります。ドアの開閉は回数を減らし、開けるときは手早くしましょう！また、庫内にもものが多すぎるのも、冷えにくくなってしまう原因です。日ごろから冷蔵庫の中は整理整頓して、ゆとりを持って使いましょう（半分くらいの使用が目安）。庫内が整理整頓されていると、開閉時間の短縮にもつながります！ ※冷凍庫はぎっしり詰めた方が冷凍効率がUPします。

2. 温度設定を見直してみよう！（涼しくなったら）

夏の時期を過ぎ、涼しくなってきたら、庫内の設定温度を見直してみましょう。設定温度が「強」のままだと必要以上に電気を消費してしまいますので、設定を「強」から「中」や「弱」にしましょう（設定方法は機種により異なります。写真は一例）。※暑い時期に設定温度を変えると庫内の食品が傷む原因になります。

※買い換えを検討されている方は、**省エネ性能**にも注目してみましょう。同じメーカーの同程度の容量の冷蔵庫でも、省エネ性能☆5と☆3では電力料金が年間2,000円以上違う場合もあります。



冷蔵庫内にある温度調節つまみ



冷蔵庫の外側にあるボタン操作パネル

【復習】 「エアコンのフィルターを掃除しよう!」

前号（No.37）では、エアコンの省エネについて紹介しましたが、会員の皆様におかれましては、実践していただいておりますでしょうか？

特に、エアコンのフィルターについては、使い始める前の一度だけではなく、**定期的に清掃**することが冷房性能低下の防止につながり、電気の消費量を抑えることができます。**月に1～2回程度**、ほこりが目詰まりしていないかチェックして、必要に応じて清掃しましょう！

グリーンカーテンコンテスト2020

今年もグリーンカーテンコンテストを開催いたします。

育てたグリーンカーテンの写真を送って、コンテストに参加しよう！応募者全員にサポーターズポイント**200P**をプレゼントいたします。さらに入選された方には素敵な賞品をプレゼント！

応募期間：2020年 7月31日（金）～9月11日（金）

応募方法など、詳細は応募用紙またはHPで！

つくば市 グリーンカーテン

検索



ホームページURL

<https://www.city.tsukuba.lg.jp/shisei/oshirase/1004881.html>

サポーターズポイント
200P



写真は過去のグリーンカーテンコンテスト入賞作品です

[新企画] 我が家の省エネ紹介します!

サポーターズポイント
100P~

前号に引き続き新しい企画が始まります!

今回はサポーターズ会員の皆さんが、普段から実践している家庭の省エネのアイデアを募集いたします。ご応募(紹介)いただいたアイデアは、サポーターズニュースやホームページ等で他の会員の皆さんや市民へ紹介させていただくことがあります。「紹介するほどじゃない」という謙虚なあなたの「小さな省エネ」でも大歓迎です。

※お一人で複数の「省エネ」アイデアをご紹介いただいても大丈夫です。

サポーターズポイント：最初の1つ…100P、2つ目以降…各50P

応募期間：随時

応募方法：Eメールにて、下の**必要事項**を本文に記載してお申し込みください。

⇒応募先Eメール：evm021@city.tsukuba.lg.jp (件名：我が家の省エネ)

- 必要事項 ①応募者氏名・ふりがな ②会員番号 ③住所 ④電話番号
⑤メールアドレス(メールでご連絡する場合があります)
⑥省エネアイデアについて(具体的な手法、実際の効果等について)

省エネ・環境活動及び宅配ボックスに関するアンケート!

日頃より、家庭・事業所における省エネや環境活動等にご協力いただきありがとうございます。このたび、サポーターズ会員の皆さんの普段の生活における省エネや環境活動及び宅配ボックス(ロッカー)の利用に関するアンケートを実施いたしますので、回答にご協力をお願いいたします。

下記のURLまたは右のQRコードからアンケートのホームページにアクセスしてください。

※最初の画面は「利用者登録せずに申し込む方はこちら」を選択してください。

回答期限：2020年8月31日(月)まで 回答所要時間(目安)：5分

ホームページURL

https://s-kantan.jp/city-tsukuba-ibaraki-u/offer/offerList_detail.action?tempSeq=15263



[郵送会員]の皆様へ 郵送サービスからメール配信への切り替えについて

紙資源の節約や配送時のCO₂削減等の観点から、**令和3年4月から**サポーターズニュースの郵送サービスを原則廃止いたします。現在、郵送にてサポーターズニュースをお受け取りの方(郵送会員)は、メール配信(最新号をアップロードしたホームページにて閲覧)への切り替えをお願いいたします。切り替えてくださった方にはサポーターズポイント**100pt**をプレゼント!

切り替え方法：登録希望のメールアドレスから事務局へメールにてその旨ご連絡ください。確認のため、氏名・住所・会員番号をメールの本文にご記載ください。

メールアドレスを所持していないなどの理由で、メール配信ではサポーターズニュースを読むことができない方は、お手数ですが**令和3年3月19日(金)までに事務局まで電話または環境政策課窓口にて直接**その旨をお申し出いただきますようお願いいたします。お申し出のあった方には令和3年4月以降も郵送でサポーターズニュースをお送りいたします。



つくば環境スタイルサポーターズ事務局(つくば市 生活環境部 環境政策課 推進係)

〒305-8555つくば研究学園一丁目1番地1

TEL: 029-883-1111 FAX: 029-868-7591 E-mail: evm021@city.tsukuba.lg.jp

発行日：令和2年(2020年)7月30日

個人会員数：9,565人、事業所会員数：316事業所(令和2年(2020年)7月30日現在)