

「省エネ・節電アクションプラン」の実施について

今夏も、節電の取組の着実な実施が求められている中、県民の皆様による節電対策を促進するため「省エネ・節電アクションプラン」の取組を進めます。

●「省エネ・節電アクションプラン」

自主的に環境保全活動に取り組むための仕組みである「いしかわ家庭版環境ISO」の夏季の取組強化期間として「省エネ・節電アクションプラン」を実施しており、取組シートを配布し、各家庭でのエコ活動を促します。

(1)取組期間 7月1日(月)～9月30日(月)

(2)特 典

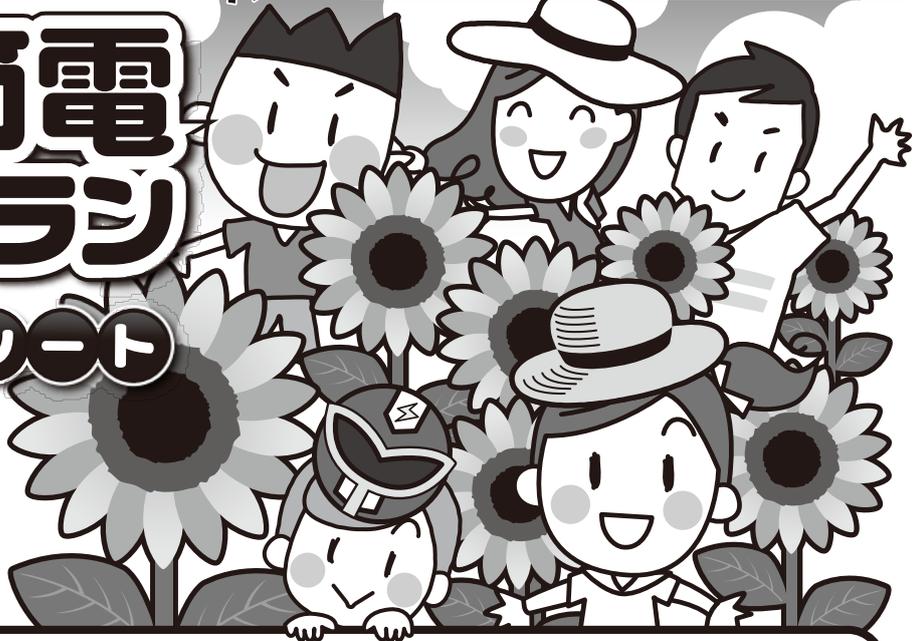
期間中に、省エネ・節電アクションプランの取組みを報告したご家庭の中から抽選で、協賛企業の商品券などをプレゼントします。

<申請期限> 9月30日(月)

(3)取組シート等の入手方法

学校、婦人団体等を通じて配布しているほか、「市役所・町役場の窓口」、「いしかわエコライフ応援サイト」からも入手することができます。

省エネ・節電 アクションプラン 2019 取組シート



省エネ・節電は、地球温暖化のもとになる二酸化炭素を増やさないための環境にやさしい活動です。石川県では、継続的にエコ活動に取り組まれるご家庭を「いしかわ家庭版環境ISOエコファミリー」として認定しています。一人ひとりができることから始めてみませんか。めざせエコファミリー！

STEP 1

裏面から取組項目を選択
選んだ項目にチャレンジ！

ポケにもできること
見つけよう！

対象期間 8月の1か月間

STEP 2

取組報告書で成果報告&エコファミリー申込

提出期間

9/30日まで

提出先

取組シートを受け取った
学校や企業、団体

！提出先がわからない場合はコチラ！
石川県生活環境部温暖化・里山対策室まで
※いしかわエコライブ応援サイトからも申込できます。



特典

省エネ・節電アクションプランに取り組まれた方の中から抽選で
協賛企業の商品券等をプレゼント!!

※商品券等・・・協賛企業の商品券またはエコチケットのいずれか(選択できません)

エコチケットとは・・・県内の食品スーパーやコンビニ、農産物等直売所、飲食店などの協賛店で使うことができるチケットです。

エコファミリー 申込書

8月の電気使用量を記入してください (検針日が8月中の電気使用量)

前年の使用量a	本年の使用量b	前年と本年の差a-b
kWh	kWh	kWh

学校・企業・団体名

世帯主のお名前、ご住所等を記入してください
(この欄に記入がない場合は商品券等の配付はできません)

〈取組宣言〉いしかわ家庭版環境ISOの認定家庭(エコファミリー)として、これからも省エネ・節電アクションプランに継続的に取り組みます。

フリガナ 世帯主のお名前	(姓) (名)	フリガナ 記入者のお名前	(姓) (名)	電話番号	世帯主 記入者
〒	—	※番地・建物名・部屋番号まで正確にご記入ください。			
ご住所	石川県	市・町			

(個人情報の取扱いについて)ご記入いただいた個人情報については、石川県個人情報保護条例に基づき取り扱うものとし、いしかわ家庭版環境ISOに関するご案内や、個人を特定しない範囲での集計データなどとして使用します。

この事業は企業からの協賛金で運営しています

イオンリテール(株)、(株)大阪屋ショップ、花王グループカスタマーマーケティング(株)、カジマート、金沢信用金庫、JAバンク石川、(株)セブンイレブン・ジャパン、第一電機工業(株)、(株)どんたく、のと共栄信用金庫、(株)ファミリーマート、マックスバリュ北陸(株)、ユニー(株) (50音順)

COOL
CHOICE

お問い合わせ先

石川県生活環境部温暖化・里山対策室

〒920-8580 石川県金沢市鞍月1丁目1番地

TEL:076-225-1462 FAX:076-225-1479 メール:ontai@pref.ishikawa.lg.jp

いしかわ省エネ・節電アクションプラン

検索

リサイクル適性[Ⓐ]

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。



取り組みたいエコ活動にチャレンジ!!

取組報告書

8月に取り組んだ番号の□に○をつけてください
 ●省エネ・節電に関すること: 8つ以上 ●省資源に関すること: 3つ以上 ●ゴミの削減に関すること: 3つ以上

まず取り組みたいおすすめ項目



省エネ・節電に関すること

1

人のいない部屋の照明やテレビを見ないときはこまめに消す

せつでんこうか 節電効果 5~10%削減 さくげん



2

エアコンを使うときは扇風機などで空気を循環させたり無理のない範囲で早めのスイッチオフを心がける

せつでんこうか 節電効果 50%削減 さくげん

3

家電の温度設定などは適切に設定する

- ★エアコン…室温を目安28℃(夏)
- ★冷蔵庫の温度…「中」(夏)
- ★テレビの輝度…明るすぎないように
- ★トイレの暖房便座…「切」または「低」

エアコンの控え過ぎによる熱中症などに気をつけて、無理のない範囲で取り組んでください。

せつでんこうか 節電効果 10~15%削減 さくげん

4

冷蔵庫にはものを詰め込みすぎず、扉を必要以上に開閉しない

せつでんこうか 節電効果 1~2%削減 さくげん



6

お風呂は冷めないうちに続けて入り、なるべく追い炊きをしない



5

部屋を片付けてから掃除機をかける

せつでんこうか 節電効果 1%削減 さくげん

7

いしかわの里山里海でとれた地元産の食材を選ぶ



8

家のエアコンなどを消して、家族で涼しい場所(図書館やショッピングセンターなど)に出かける(クールシェア)

こまめに水分補給をするなど熱中症などに気をつけておでかけ下さい。

せつでんこうか 節電効果 60%削減 さくげん



省資源に関すること

9

詰め替え商品やばら売りの商品などを選ぶ

10

手洗いやシャワーをするときは、水を流しっぱなしにしない



11

買い物をするときは、マイバックを持参する



ゴミの削減に関すること

12

ご飯やおかずを残さず食べる(食品ロス削減)



13

冷蔵庫などを事前にチェックして、必要な食材を必要な量だけ購入する(食品ロス削減)

14

ゴミの分別を徹底し、市や町のルールにしたがって資源ゴミを分けて出す



省エネ・節電に関すること

15

電気ポットや炊飯器の保温は控え、その都度、沸かしたり、電子レンジで温める

せつでんこうか 節電効果 4%削減 さくげん



16

グリーンカーテンなどで日差しを和らげる

せつでんこうか 節電効果 10%削減 さくげん



17

窓に断熱シートやカーテンをかけたり、二重サッシや内窓を設置して、断熱効果を上げる

せつでんこうか 節電効果 6%削減 さくげん

18

自動車を運転するときは、ふんわりアクセルを心がける

ECO



19

ガスコンロの炎は大きすぎないように調整する

20

自動車を使わず、公共交通機関や徒歩で外出する

21

エアコンや掃除機のフィルターは定期的に清掃する

せつでんこうか 節電効果 5%削減 さくげん



22

白熱電球をLED電球や電球形蛍光灯に付け替える

せつでんこうか 節電効果 4%削減 さくげん



23

電気使用量を定期的に確認する

24

電子レンジで野菜の下ごしらえをする

25

省エネ型の家電製品を使用している

26

太陽光発電など再生可能エネルギー発電を導入する

せつでんこうか 節電効果 100%削減 さくげん

27

早寝早起きの朝型生活をする



省資源に関すること

28

洗濯物はまとめ洗いを



29

お風呂の残り湯を洗濯などに利用する



ゴミの削減に関すること

30

生ゴミは、水切りをしてから捨てる

31

調理くずを減らすなどエコクッキングを心がける(食品ロス削減)

32

賞味期限と消費期限の意味を理解して買い物を(食品ロス削減)

33

リサイクルショップやフリーマーケットを利用する

34

コンポストでたい肥をつくる



35

外出するときはマイ水筒をもって出かける



※記載している節電効果は日中の平均消費電力(夏期14時:120W)に対する削減率の目安です。家族構成、在宅時間などにより効果が異なることがあります。

さらに取り組みたい項目