

ゆるらくコンサルティングエリア

A. 台所（こっそり型）

ポイント!!

冷蔵庫

I Hクッキングヒーター

炊飯器

食器洗浄機

ポット

ポイント!!

エアコン

照明

B. リビング（協力型）

ポイント!!

エアコン

テレビ

掃除機

パソコン

ポイント!!

除湿機

照明

ポイント!!

ホットカーペット

C. お風呂・洗面所・トイレ （オール電化おすすめ型）

ポイント!!

給湯器

洗濯乾燥機

ドライヤー

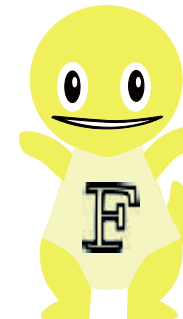
暖房便座

浴室乾燥

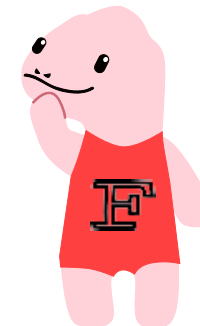
照明



Rapto
ラプト



Sautan
サウタン



Titchy
ティッチー

Juratic
©FUKUI/play set products

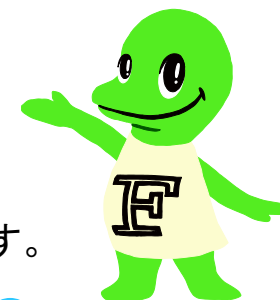
ゆるらくコンサルティングシート

A. 台所（こっそり型）

ゆるらく度

○冷蔵庫	① 弱に設定（約300円/月お得）	夏 ★
		冬 ★★★★★
	② 2台以上ある場合、1台やめる（約1,200円/月お得）...		★
	③ 横の掲示物をドア側に貼る（約100円/月お得）.....		★★
	④ ドアの開閉を減らす		★
○IHクッキングヒーター	⑤ 詰め込み過ぎない		★★
	⑥ 圧力鍋を使用		★
○炊飯器	⑦ 保温をやめ、温めを電子レンジで（約300円/月お得）		★★
	⑧ 鍋でご飯を炊く		★
○食器洗浄機	⑨ 乾燥を使わない（毎日乾燥30分 約270円/月お得）...		★★★★
	⑩ 食器洗浄機を使わない		★
○ポット	⑪ 保温をやめる		★★★★
○エアコン	⑫ 設定温度を1度上げる：夏期（約10%の節電）.....		★★★★
	⑬ 設定温度を1度下げる：冬期（約10%の節電）.....		★★★★

※上記金額は一般的な額です。機器の種類や大きさによって変わります。



Rapto
ラプト

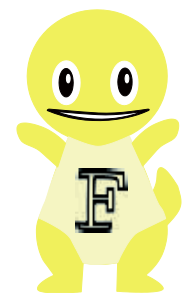
ゆるらくコンサルティングシート

B. リビング（協力型）夏Ver.

ゆるらく度

- | | | |
|-------|---------------------------------------------------|-----|
| ○エアコン | ① 設定温度を1度上げる（約10%の節電） | ☆☆☆ |
| | ② 夏場エアコンをつける前に、窓を開けて扇風機をつけてみ | ☆☆☆ |
| | ③ 2週間～1ヶ月に1回のフィルター掃除 | ☆ |
| ○除湿器 | ④ 毎日8時間使用→使わない（約2,400円/月お得） | ☆☆ |
| ○テレビ | ⑤ 明るさを省エネモードに | ☆☆ |
| | （約300円/月お得 ※1日4時間使用の場合） | |
| | ⑥ テレビを見る時間を1日1時間減らす（約180円/月お得）... | ☆ |
| | ⑦ だれも見えてない時はテレビを消す | ☆☆☆ |
| ○掃除機 | ⑧ 使用回数を減らす | ☆☆ |
| | ⑨ 掃除機をやめて、ほうきや拭き掃除にする | ☆ |
| ○パソコン | ⑩ 1時間以上使わない時は電源をOFF | ☆☆ |
| | ⑪ ノートPCの場合、使わない時間が1時間以内なら.....
パソコンを閉じるだけの方がお得 | ☆☆☆ |
| ○♪♪♪ | ⑫ 家族みんなでひとつの部屋で過ごす | ☆ |

※上記金額は一般的な額です。機器の種類や大きさによって変わります。



Sautan
サウタン

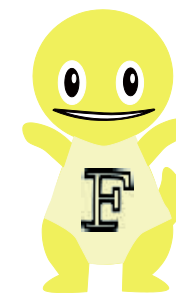
ゆるらくコンサルティングシート

B. リビング（協力型） 冬Ver.

ゆるらく度

- | | | |
|-----------|-------------------------------------------------------|-----|
| ○エアコン | ① 設定温度を1度下げる（約10%の節電）..... | ☆☆☆ |
| | ② 2週間～1ヶ月に1回のフィルター掃除..... | ☆ |
| ○除湿器 | ③ 毎日8時間使用→使わない（約2,400円/月お得）..... | ☆ |
| ○テレビ | ④ 明るさを省エネモードに.....
（約300円/月お得 ※1日4時間使用の場合） | ☆☆ |
| | ⑤ テレビを見る時間を1日1時間減らす（約180円/月お得）.. | ☆ |
| | ⑥ だれも見えてない時はテレビを消す..... | ☆☆☆ |
| ○掃除機 | ⑦ 使用回数を減らす..... | ☆☆ |
| | ⑧ 掃除機をやめて、ほうきや拭き掃除にする..... | ☆ |
| ○ホットカーペット | ⑨ 毎日8時間全面使用している場合、半面使用にする.....
（1番高温の場合、約1,800円/月お | ☆☆ |
| | ⑩ 設定温度を下げる..... | ☆☆ |
| | ⑪ こたつに代える..... | ☆ |
| ○♪♪♪♪ | ⑫ 家族みんなでひとつの部屋で過ごす..... | ☆ |

※上記金額は一般的な額です。機器の種類や大きさによって変わります。



Sautan
サウタン

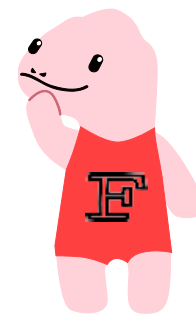
ゆるらくコンサルティングシート

C. お風呂・洗面所・トイレ（オール電化おすすめ型）

ゆるらく度

- | | | |
|---------|---------------------------------------------------------|------|
| ○電気温水器 | ① 沸き上がりの設定温度を変更：高→低の場合..... | 夏☆☆☆ |
| ○エコキュート | （電気温水器 1,000円～4,000円程/月お得）
（エコキュート 500円～1,300円程/月お得） | |
| | ② 湯量を少なめ設定にして..... | 夏☆☆☆ |
| | （電気温水器 500円～2,000円程/月お得）
（エコキュート 300円～600円程/月お得） | 冬 ☆ |
| | ③ 電気料が安い夜間のみ沸かす設定にする..... | ☆☆☆ |
| | ④ お風呂の炊き上がり温度を季節に合わせて変える.....
（お風呂40℃～45℃） | ☆☆ |
| ○洗濯乾燥機 | ⑤ 毎日洗濯、毎日3時間乾燥→乾燥をやめる.....
（約1,600円/月お得） | ☆ |
| | ⑥ 洗濯回数を減らす..... | ☆ |
| ○ドライヤー | ⑦ しっかりタオルドライをして、使用時間を短くする..... | ☆☆ |
| | ⑧ 季節や髪の乾き具合にあわせ、ホットとクール風量を調節 | ☆ |
| ○暖房便座 | ⑨ 設定温度を下げる..... | ☆☆☆ |
| | ⑩ 便座シートを使用し、暖房をOFF（夏場は特に）..... | ☆☆ |

※上記金額は一般的な額です。機器の種類や大きさによって変わります。



Titchy
ティッチー