

# Save

## 節約の術

エネルギーの  
使用を抑える

パソコンは  
後じゃ！  
待ってください～



1ヵ月あたり  
2,631kWh節電  
1,802gCO<sub>2</sub>削減  
▼  
67円節約

※デスクトップ型パソコンの使用を1日1時間短縮で計算

えこ之助チェック

パソコンを使わない時はスタンバイモードにするか電源を切ってください。

お風呂～？  
テレビが  
終わったら入る  
でござるよう～



1ヵ月あたり  
7,099g  
CO<sub>2</sub>削減  
▼  
554円節約

えこ之助チェック

冬のお風呂は冷めやすいので、間隔をあけずに次々と入ろう。追い炊きもしなくてすむでござる。

朝のお茶用に、  
保温にして  
おくとしよう



1ヵ月あたり  
8,954kWh節電  
6,134gCO<sub>2</sub>削減  
▼  
227円節約

えこ之助チェック

電気ポットの長時間保温はやめて、必要な時に再沸騰を。まほう瓶などを活用するのも良しでござるよ。



# こんなうっかりを していないかな？

えこ之助がチェックするでござる！

3S 北海道

検索

このほかの省エネ術は  
ホームページを  
ご覧くださいませ



# Select

## 選択の術

省エネ型の  
モノを選ぶ

どうじゃ、  
小さな  
白熱電球に  
替えてみたぞ



1ヵ月あたり  
7.5kWh節電  
5,138gCO<sub>2</sub>削減  
▼  
190円節約

※54wの白熱電球から9wの電球型LEDに交換で計算

えこ之助チェック

照明機器はLED電球に替えると節電になるうえ、電球も長持ちですむでござる。

冷たいふとんに入  
るより、  
いっそのまま…



1ヵ月あたり  
7,687g  
CO<sub>2</sub>削減  
▼  
275円節約

※石油ファンヒーターの運転を1日1時間短縮で計算

えこ之助チェック

日本には湯たんぼという優れた省エネグッズがあるでござるよ。

# Shift

## 転換の術

ライフスタイルや  
価値観を変える

エンジンをかけて  
暖めておいた  
でござるよ



1ヵ月あたり  
3,248g  
CO<sub>2</sub>削減  
▼  
202円節約

えこ之助チェック

長時間のマイドリングはやめてください。

寒くても、  
ガマン、ガマン  
でござる



1ヵ月あたり  
4,627g  
CO<sub>2</sub>削減  
▼  
165円節約

※石油ファンヒーターの設定を21℃から20℃にした場合で計算(外気温6℃、1日9時間使用)

えこ之助チェック

暖房時の室温が20℃でも快適なスタイル「ウォームヒズ」を。風邪をひいては大変でござるよ。

ウォームシェアは  
心もぼかぼか  
するのお



1ヵ月あたり  
7,687g  
CO<sub>2</sub>削減  
▼  
275円節約

※石油ファンヒーターの運転を1日1時間短縮で計算

えこ之助チェック

ウォームシェアとは暖かい空間や時間をシェアする取組みのこと。一つの部屋に集まれば、暖房や照明の節約になるでござる。