

住まいのかわら版

Vol.53
2025年8月号

<発行>
(株)NHファシリティーズ
千葉県市原市八幡海岸通1
TEL.0436-41-1078
FAX.0436-41-3099

生活家電を節電しながら大切に使いましょう
私たちの暮らしに欠かせない
生活家電の節電の知恵をご紹介します。

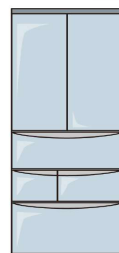
皆様に暮らしと住まいを快適にするためのちょっとした役立つ情報をお届けいたします。今回のテーマは「家電の節電」です。ふだんから節電を心がけることで、電力や家計のムダを省くことができます。

エアコンや冷蔵庫は ちょっとした工夫が大切！

●エアコン

節電のために、風量は弱が良いかと思いきや「自動」がおすす。弱にすると、設定温度になるまでに時間がかかって消費電力が上がりますが、「自動」なら最初は強風で設定温度に近づけ、設定温度になると弱に切り替わるので、消費電力を抑えられます。これは、冷房でも暖房でも同じだそうです。

フィルターのまめな掃除も大切。資源エネルギー庁の試算によると、エアコン(2・2kW)の場合、フィルターが目詰まりしているときと、フィルターを月に1、2回掃除したときでは年間31・95kWhの省エネ、約990円



冷房を使っている物足りない、と感じたときは、1度下げたより風量を上げたほうが節電になるそうです！

●冷蔵庫

冷蔵庫は、食品を詰めこみすぎると冷気が行き渡りにくいので、適度にスペースを空けましょう。冷凍室はその逆で、食品がたくさん入っている方が省エネになります。

ほかに、冷気の吹き出し口や吸込口を塞がないことも大切。冷蔵庫の上にモノを置くとか熱しにくくなり、消費電力が増えるので、置かないほうがいいでしょう。

暮らしを豊かにする 黒物家電も節電を

●テレビ

必要以上に明るくすると電力を余分に消費するので、適度な明るさに。映像モードの設定を「標準モード」や「リビングモード」にするのがおススメ。画面を明るく、くっきりと見せる「ダイナミックモード」は消費電力が大きいので、ライブ映像など特別なときのみのご使用を。音量も大きいほど電力を消費するので適度な音量にしましょう。

部屋の明るさに合わせて画面の明るさを自動調整する機能は、常に画面の明るさを最適化するの、節電につながりますが、ホコリがセンサーにかかる、周囲が暗いと誤認識し、画面を必要以上に明るくし、消費電力も上がるので、テレビのホコリはこ



資源エネルギー庁の試算によると、テレビ(50V型)の場合、いつもより視聴を1日1時間減らすと、年間で電気28.87kWhの省エネ、約895円の節約になるそうです

ために掃除しましょう。

省エネモードには、一定時間映像信号がないと自動的に電源をオフにする無信号電源オフ機能、一定時間操作しないと自動的に電源オフになる無操作電源オフ機能なども。取扱説明書を確認して設定するのも手ですね。

●ブルーレイ・DVDレコーダー

電源を入れるとすぐに使える「高速起動モード」や「クイックスタート」は待機時消費電力がかかります。少し



パソコンを一定時間操作しないと自動で画面に画像が現れるスクリーンセーバー。実は、消費電力は下がるそう。長時間使わないときは電源を切りましょう。

待つ気持ちのゆとりを持ちましょう。また、時刻等表示をオフにするのも省エネにつながります。

●パソコン

資源エネルギー庁の試算によると、利用を1日1時間減らした場合、デスクトップなら年間で31・57kWhの省エネ、約980円の節約、ノート型は5・48kWhの省エネ、約170円の節約になるそうです。

頭の体操

間違いさがしゲーム

上下のイラストで違うところが5箇所あります。さあ！チャレンジしてみてください！



答えは次のページをみてね！

今話題のHOTなニュースをご紹介します！

ぬい活ってご存知？

ぬい活とは「ぬいぐるみと過ごす活動」のこと。学生がカバンなどにつけて楽しむほか、ぬい活を特集したムック本が大人気になるなど、大人にもその魅力が広がっているそうです。好きなぬいぐるみと一緒におでかけしたり、写真を撮ったりして、ぬいぐるみとの時間を楽しむこともぬい活のスタイル。そんなぬいぐるみ自体も注目され、機能性を持たせたモノがいろいろ登場しています。たとえば、デスクワーク時に、お腹と机に挟んで猫背の改善をサポートしてくれたり、太ももに挟んでエクササイズをするモノ。眠りをサポートしてくれるぬいぐるみもあり、枕になり、仮眠ができるモノや、一緒に寝ることでぬいぐるみがふくらんで呼吸リズムを整えてくれ、快眠につなげてくれるモノも。何より、見た目がかわいくて癒されることが最大の魅力です。

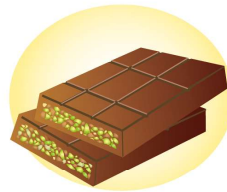


だんだん増えてきた〇〇界限

以前「お風呂に入るのが面倒！」ということを表した「お風呂キャンセル界限」が注目されました。そもそも界限の意味は、辺り近所、付近、近辺。その言葉が、テーマを共有する人たちのこととして表現され、広がっています。たとえば、「自然界限」は、海や山、川など自然を友人などと楽しんだり、ゆっくり過ごすこと。「当たり前界限」は、当たり前のことをあたかも珍しいことが起こったように発信することだそうです。たとえば、「買い物したらお金が減った！」「お菓子食べてたらいつの間になくなった！」「雨が降ったら傘をさす」など、ごくごく当たり前のことをあえてつぶやくというおかしさがあるようです。また、「日記界限」は、自分の手書きの日記を SNS に投稿し、共有することだそうです。日常の何気ないことも「界限」とつけると、ブームになるところがおもしろい。楽しさの種って、実は日常にたくさん落ちているのかもしれないね。

ドバイチョコレートって何？

最近、輸入食品を扱うお店などで目にする「ドバイチョコレート」。気になりますね。ドバイチョコレートとは、アラブ首長国連邦ドバイ発祥で、ミルクチョコレートにピスタチオクリームとカダイフ（小麦粉でできた細い麺）を中に入れてサンドした板チョコレートのこと。ドバイのフードインフルエンスが SNS に投稿したところ、そのユニークな食感と、ザクザクとした音で話題になり、世界中で注目されるようになったそう。ちなみに、中東圏では高級スイーツとして認知されているそうです。見た目がおしゃれなところも人気のひとつかもしれません。そんな人気ぶりから、日本の大手チョコレートメーカーもドバイチョコレートを展開。ますます人気が高まりそうですね。インターネットでも購入できるそうなのでチェックしてみてください♪



快適！便利！おすすめリフォーム商品情報

洗練されたデザインで、機能性も充実のおすすめリフォーム商品をご案内いたします。



表情豊かなデザイン性・とことん快適な機能

ノクトは、かしく選ぶ柔軟性を追求しました。インテリアと調和するデザイン性の高いアイテムから、たっぷりしまえる収納量、動作に合わせた使いやすさを重視したアイテムまで。長く愛せるキッチン選びを、ノクトではじめましょう。



◀システムキッチン・ノクト
詳しくはLIXILウェブサイトへ

かしく選ぶ、だから満足。

Noct ノクト

スリムデザインワークトップ



人造大理石トップを薄く仕上げ、インテリア性を追及。リビング側から見ても美しい、ノイズを抑えたデザイン。

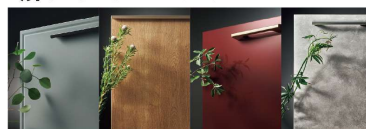
アシストポケット



大容量も、取り出しやすさも。しっかりかなえる収納力。

LIXIL

扉デザイン・カラー



扉カラー40色、取手11種類。240通りから選べる豊富なデザインバリエーション。コーディネートが自在に楽しめます。



▼キャンペーン
詳細はこちら



写真・記事：株式会社 LIXIL

間違えがし答え：①女の子のお面 ②抽選器の形 ③おじさんのベル ④お母さんの手 ⑤クマのぬいぐるみ

3Dモデリングソフトでイメージしやすい



ご相談・お問い合わせはこちらまで



株式会社NHファシリティーズ
建設部

〒290-0067 千葉県市原市八幡海岸1番地

TEL.0436-41-1078 FAX.0436-41-3099

<https://www.mesf-refom.com>

