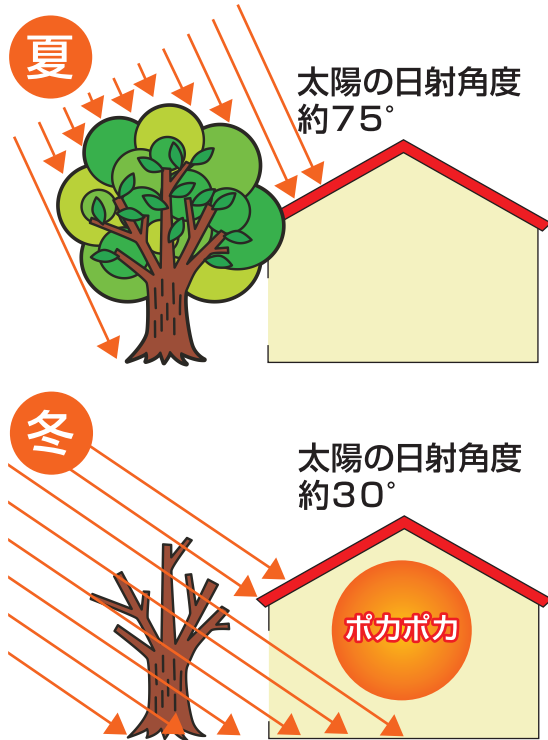




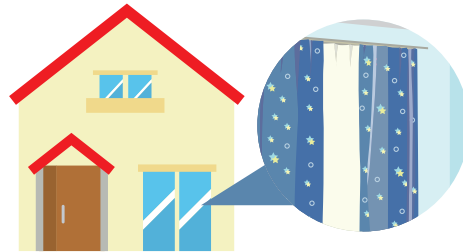
暖房器具を使う前にできること

■冬の日差しの角度を利用



夏は庭の木が日よけになるし、冬は日差しが入りやすくなる。これを利用して、冬にお日様が照っている時間はカーテンを開けてみては。それだけでも、ずいぶんと体感温度が変わってくるぞ。日が落ちる前に早めにカーテンを閉めて、部屋の熱を逃がさないようにしましょうね。

■カーテンや窓を厚くする



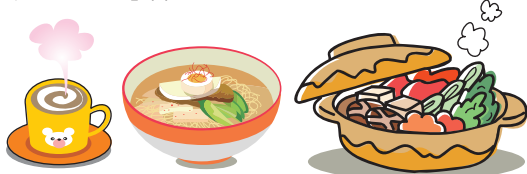
■衣類で調節する

目安は暖房を入れたくなかったときに、くつ下、上着などを1枚着てみる。それでも寒かったときに初めて暖房を考えるようにしましょうね。



■温かい物を食べる

鍋やショウガ入りの食べ物などを食べると身体がポカポカになるよ。



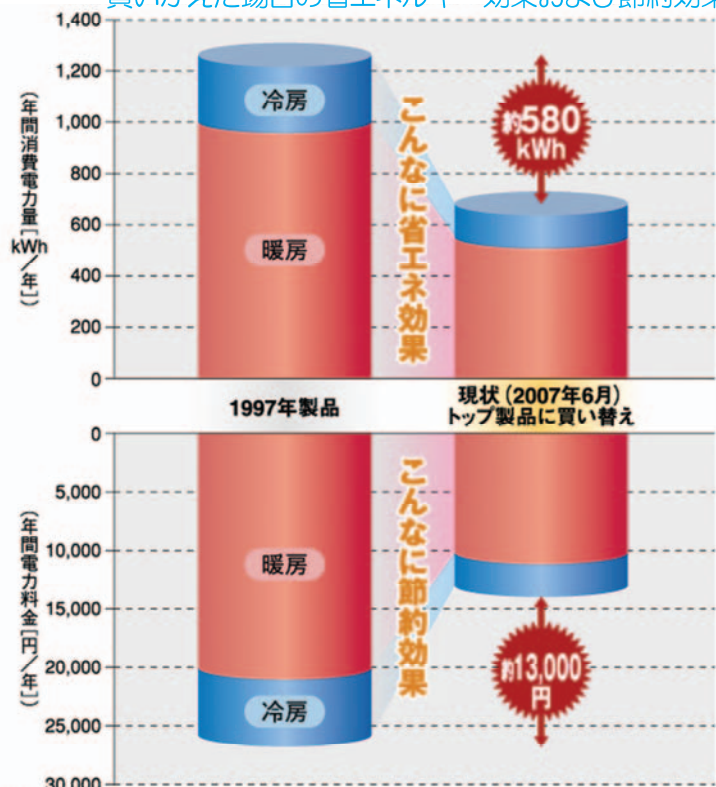
■早く寝る

早く寝れば、エネルギーを使わない。これぞ究極のエコ暖房かも。



■省エネタイプに買い替える

10年前のリビング用エアコンを最新トップ製品に買い替えた場合の省エネルギー効果および節約効果



条件: 戸建住宅 (N地域、平成4年省エネルギー基準相当の断熱性能) のリビング (12畳相当) におけるエアコン (間欠運転) を想定し、冷暖房負荷を熱負荷計算ソフトウェアSMASHにて算定。1997年製品効率(1997年の冷房能力2.8kWクラスの平均定格COP、2007年6月時点トップ製品は2007年の冷房能力2.8kWクラスのトップ製品の定格COPから、それぞれ実稼働効率を考慮し、算定。
出所: (株) 住環境計画研究所作成