



みんなの算定

みんなの算定ってどんなもの？

ご自宅で使っている
電気や**ガス**の使用量を入力するだけで
どのくらい
CO₂を出しているのか
わかるサイトです！！



スマホやパソコンで
簡単入力♪



みんなの算定 ログアウト

6月	未入力	入力する
7月	未入力	入力する
8月	未入力	入力する
9月	未入力	入力する
10月	-	入力する
11月	-	入力する
12月	-	入力する
1月	-	入力する
2月	-	入力する
3月	-	入力する

算定結果 データ入力 設定

みんなの算定 ログアウト

使用量データ入力

ここに入力するだけ！

入力項目	使用量
電力	未入力 kWh
電力 使用プラン	プラン選択
都市ガス	未入力 m ³
都市ガス 使用プラン	プラン選択
LPガス	未入力 m ³
灯油	未入力 l

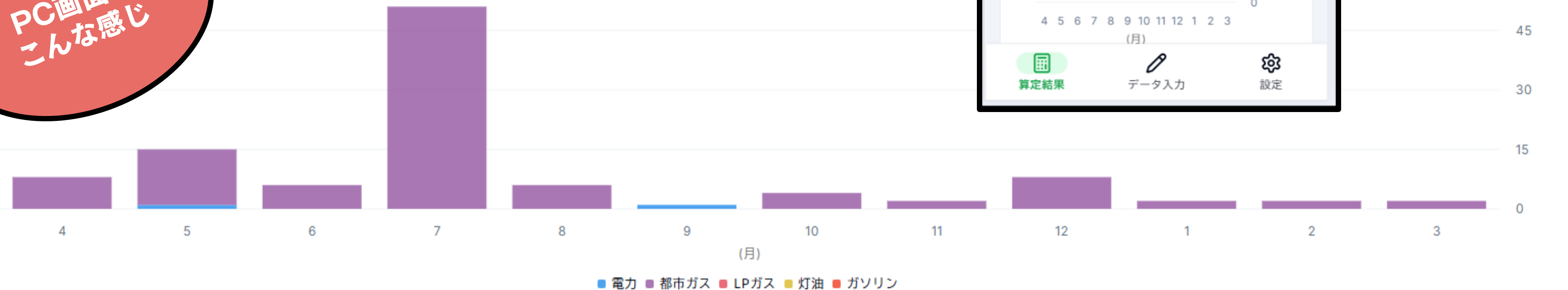
みんなの算定ってこんなもの！

毎月使用量を入力することで
このようにグラフでCO₂排出量の
「見える化」ができます！



排出量グラフ

PC画面は
こんな感じ



スマホ画面は
こんな感じ

みんなはどのくらいエネルギーを使ってるの？

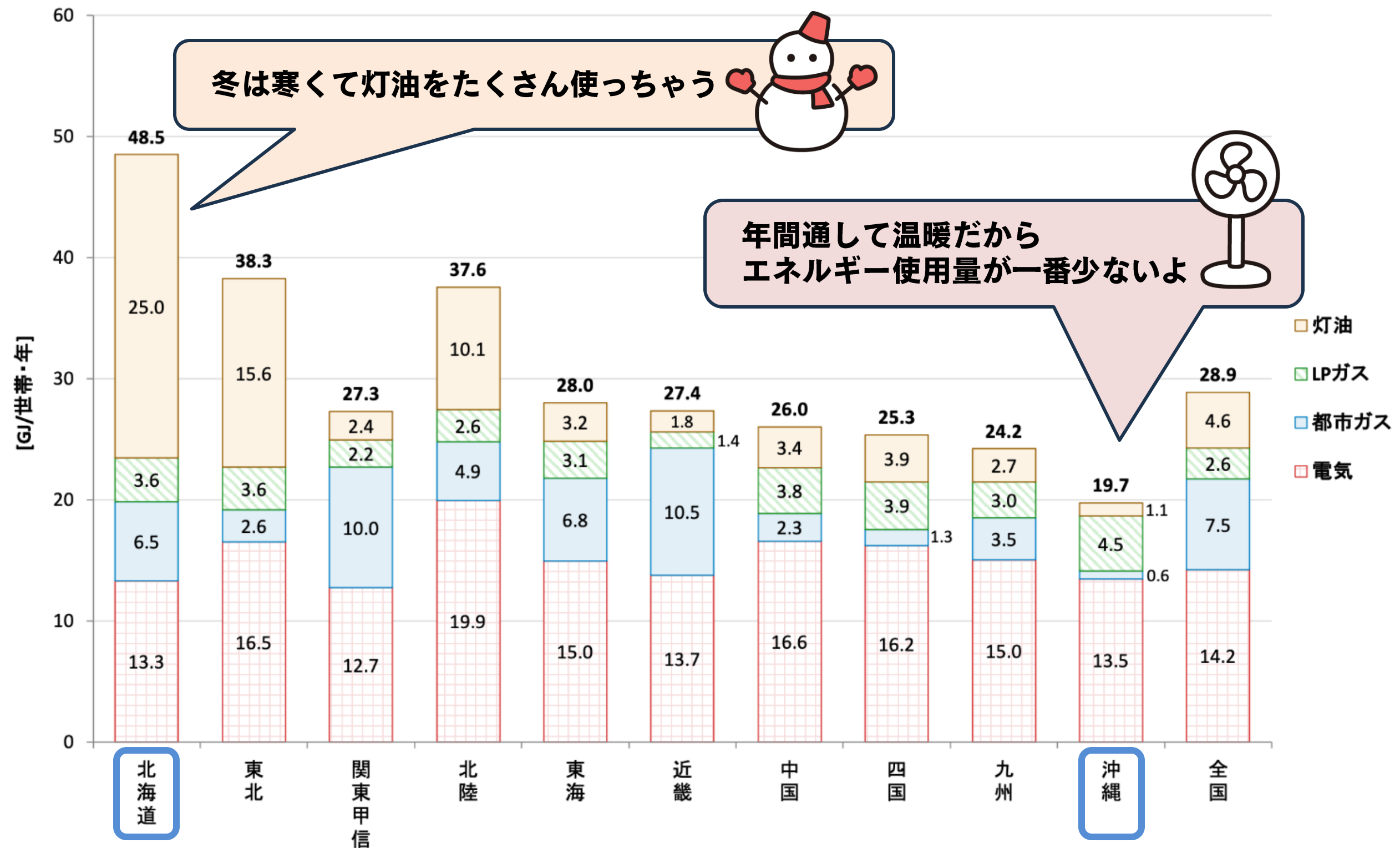
実は！

各地域によって使っているエネルギー量が異なります！！

地方によって気候等が異なるため、よく使われるエネルギーの種類にも地方間で差が見られます。

北海道では **灯油が約5割**
沖縄では **電気が約7割**

を占めています。

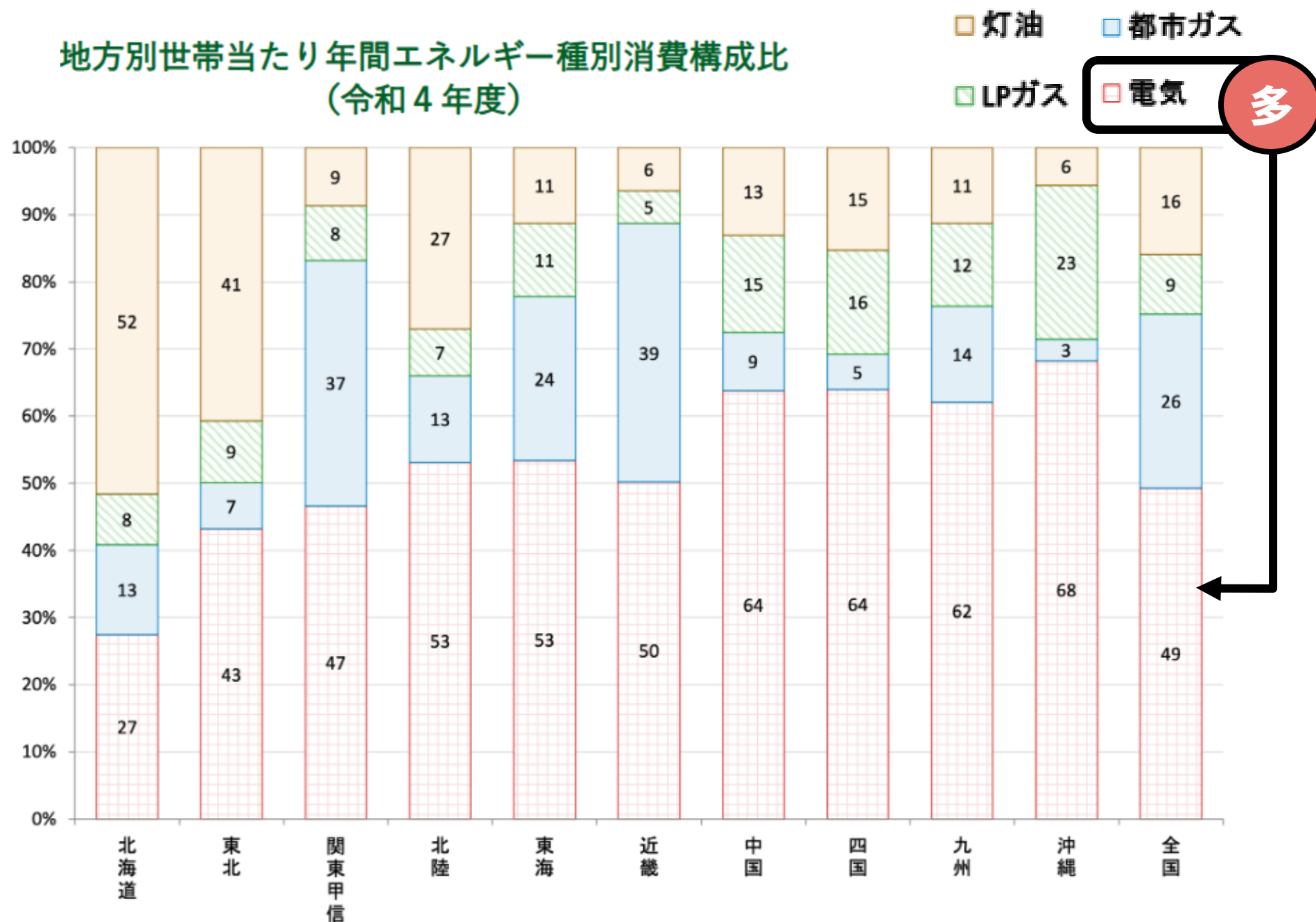


みんなはどのくらいエネルギーを使ってるの？

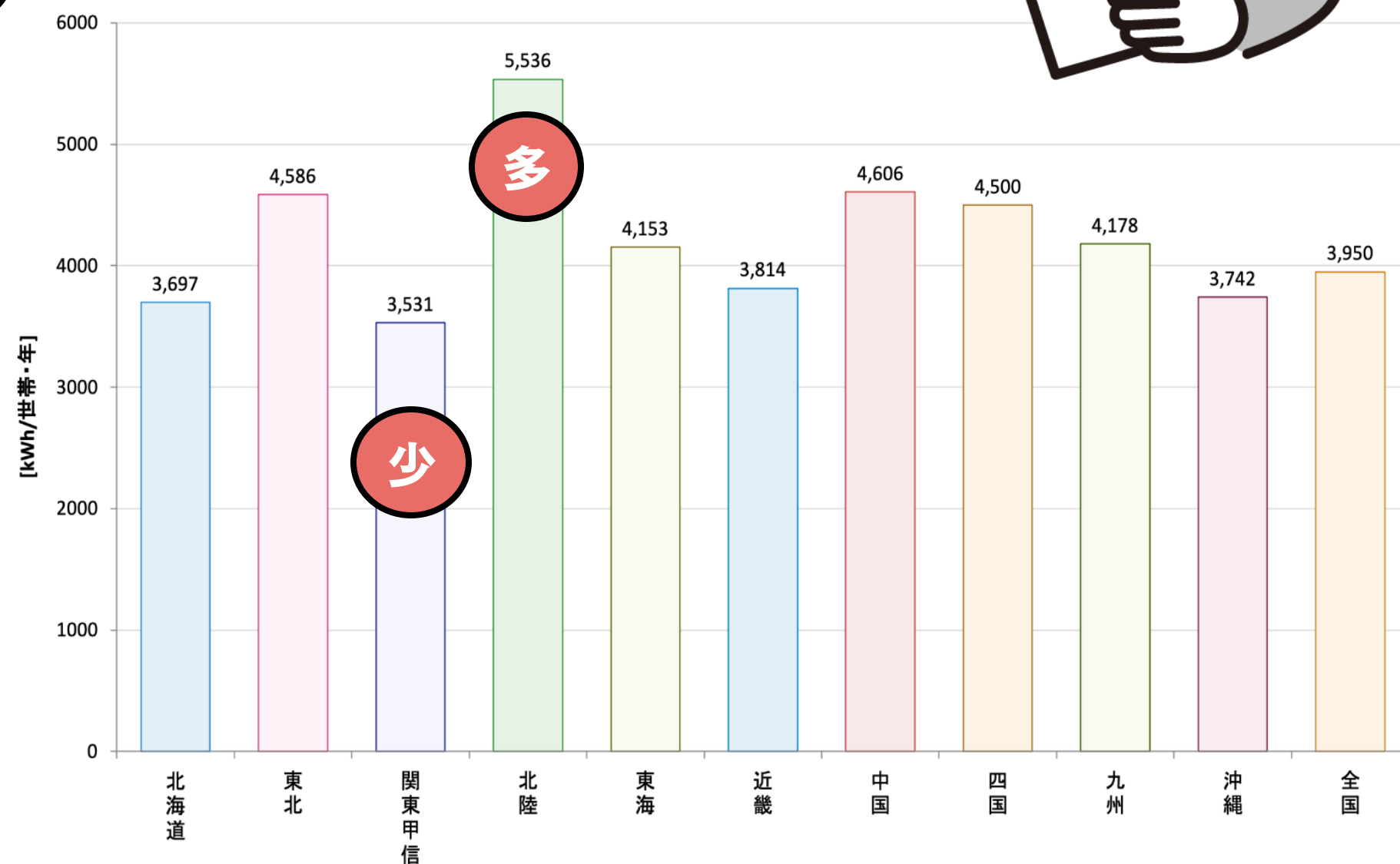
エネルギーの中でも**電気の消費量が半分**を占めています。
各地方によっても、**電気の使用量に違い**があります。



地方別世帯当たり年間エネルギー種別消費構成比
(令和4年度)



地方別世帯当たり年間電気消費量 (固有単位)
(令和4年度)



みんなの電気使用量1か月平均はどれくらい？

1人世帯



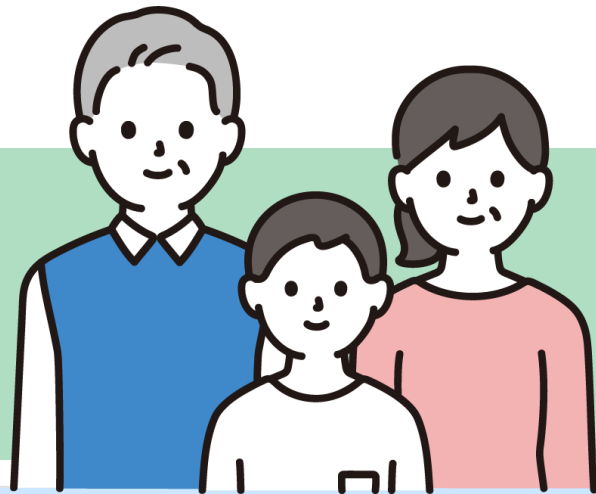
時期	戸建住宅	集合住宅
5月（中間期）	186kWh	126kWh
8月（冷房期）	287kWh	209kWh
1月（暖房期）	309kWh	193kWh

2人世帯



時期	戸建住宅	集合住宅
5月（中間期）	253kWh	201kWh
8月（冷房期）	402kWh	331kWh
1月（暖房期）	474kWh	314kWh

3人世帯



時期	戸建住宅	集合住宅
5月（中間期）	275kWh	241kWh
8月（冷房期）	449kWh	413kWh
1月（暖房期）	504kWh	386kWh

4人世帯



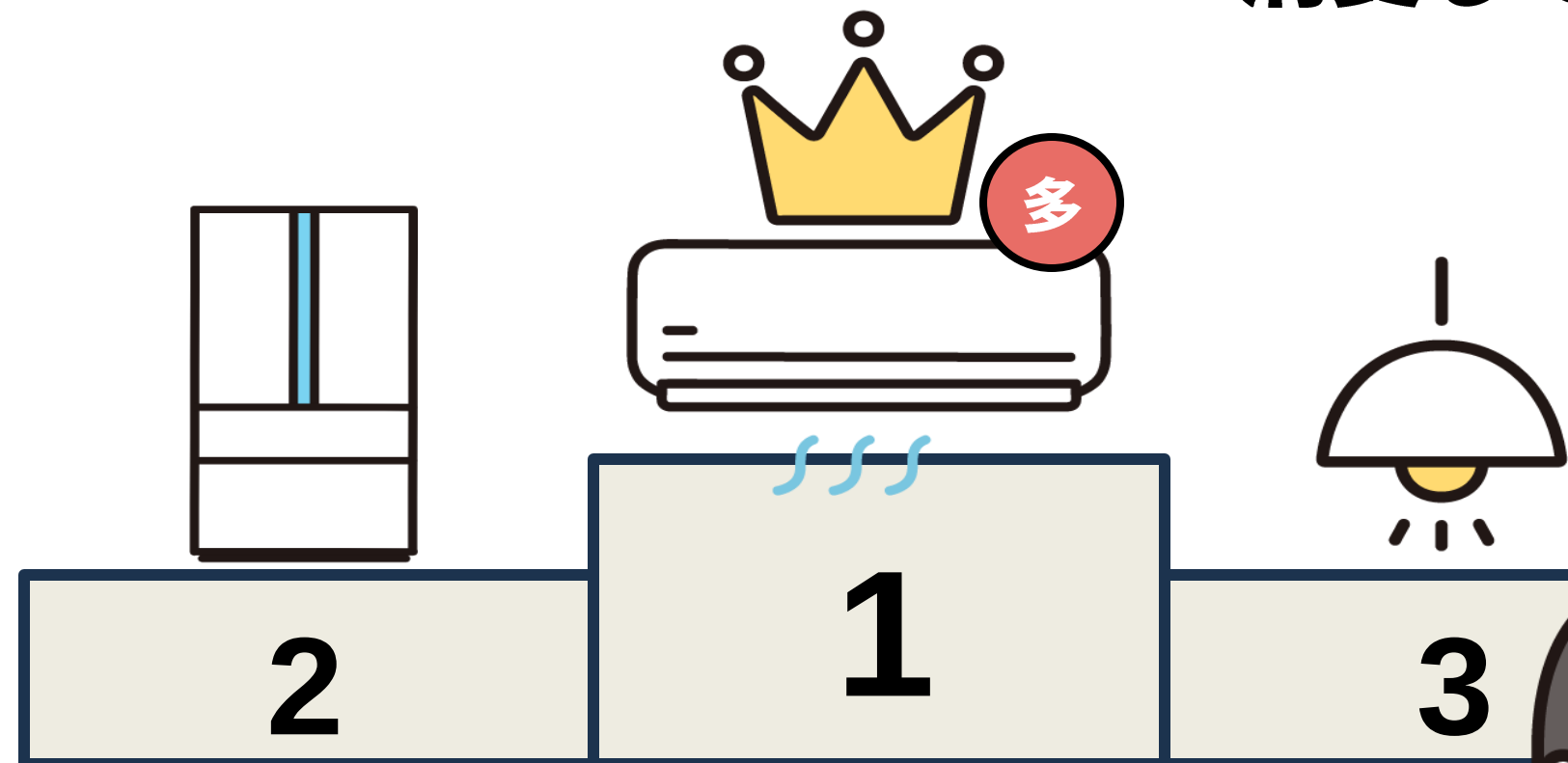
時期	戸建住宅	集合住宅
5月（中間期）	324kWh	286kWh
8月（冷房期）	532kWh	466kWh
1月（暖房期）	608kWh	424kWh

みんなのお家で消費量が多い家電はどれ？

電化製品	家庭における消費電力ウェイト
エアコン	14.7%
冷蔵庫	14.3%
照明	13.5%
テレビ	9.4%
パソコン	3.9%
ビデオレコーダー	2.4%
電気ポット	2.3%
温水暖房便座	2.0%
電気コンロ	1.9%
電気炊飯器	1.7%
除湿器	1.5%
電子レンジ	1.3%
モデム・ルーター	1.2%
浴室乾燥機	1.1%
食器洗い乾燥機	1.0%
洗濯乾燥機	0.6%
その他	27.4%



実は家庭の**4割**ほどの電気は、
エアコン・冷蔵庫・照明で
消費しています！



では、どのような取組をすれば、
省エネになるのでしょうか？



みんなのお家で省エネに取り組んでみよう！

エアコン

- ・暖房時の設定温度を下げる
- ・冷房時の設定温度を上げる
- ・短時間の外出時はつけっぱなしにしておく
- ・夏場は厚手のカーテンなどで冷房の冷気が逃げるのを防ぐ
- ・フィルターをこまめに掃除する
- ・室外機周辺に物を置かない

エコで
お得に！

夏の冷房28度

外気温度31℃の時、
冷房エアコン（2.2kW）の
設定温度を
27℃から28℃にすると

約940円の節約
（使用時間：9時間/日）

冬の暖房20度

外気温度6℃の時、
暖房エアコン（2.2kW）の
設定温度を
21℃から20℃にすると

約1650円の節約
（使用時間：9時間/日）



冷蔵庫

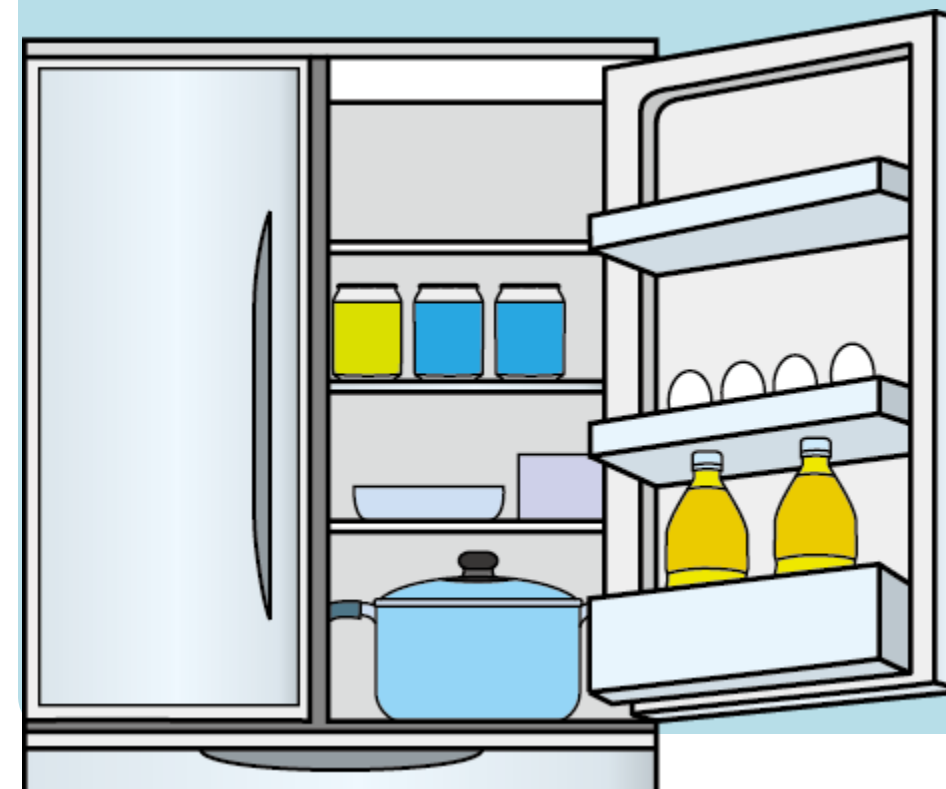
- ・開閉の時間や回数を減らす
- ・温度を控えめに設定する
- ・冷蔵庫内を整理して食材を詰め込まない
- ・冷めてから冷蔵庫に入れる
- ・省エネモードを活用する
- ・こまめにお手入れしてホコリなどを取り除く

フードロス
削減にも！

冷蔵庫の 中身を少なく

たくさん詰め込んだ場合と
中身を半分にした場合を
比較すると

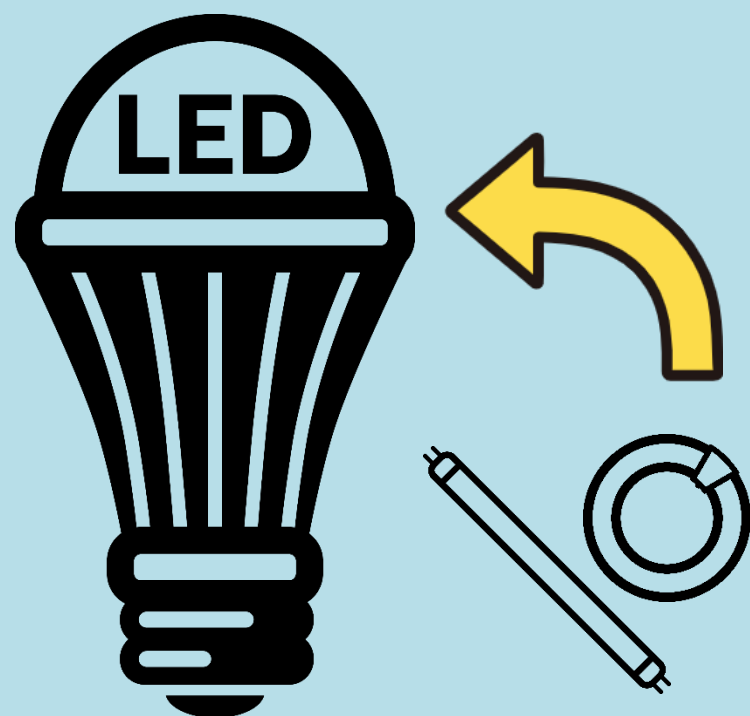
約1360円の節約



みんなのお家で省エネに取り組んでみよう！

照明

- ・こまめにお手入れする
- ・使っていない部屋の照明は消す
- ・リモコンだけでなく壁スイッチも消す
- ・LEDに交換する
- ・調光機能付き照明を選ぶ



照明器具をLEDに変えよう

68W（約12～14畳程度）の
蛍光灯器具から
34W（8～10畳用）の
LED照明器具に交換すると

約2108円の節約

知ってる？

LEDはお得！



電球型LEDランプは、一般電球に比べ、
消費電力が約85%低く、寿命は約40倍です。
1日平均10時間の点灯で、
約10年程度ランプ交換の必要がありません。
さらに、CO₂削減量は年間40kg-CO₂になります。

知ってる？

2027年 蛍光灯廃止！

一般照明用の蛍光ランプの製造・輸入出は
2027年までに廃止されます…
LED照明への変更には、
切替工事が必要な場合があります。

LED照明への切替が難しい場合には
あらかじめ電気工事店等に交換用蛍光ランプ確保について
ご相談してみてください。

みんなのプロパンガス使用量1か月平均はどれくらい？

エリア	一ヶ月の平均使用量
北海道	4.0m ³
東北	7.1m ³
九州	7.6m ³
北陸	8.4m ³
甲信越	8.5m ³
四国	8.5m ³
中国	8.6m ³
東海	10.5m ³
近畿	10.8m ³
関東	11.4m ³

世帯人数	プロパンガス月平均使用量
1人暮らし・2人暮らし	6.5m ³ ／世帯
3人暮らし	8.9m ³ ／世帯
4人暮らし	11.3m ³ ／世帯
5人暮らし	11.7m ³ ／世帯
6人暮らし	12.0m ³ ／世帯
7人暮らし以上	11.8m ³ ／世帯

どうしたらプロパンガスの使用量を減らせるの？



ガスを一番使う場所はお湯を沸かすお風呂です！

減らそう！

このような取組で使用量が減らせます！

- ・ 追い炊き回数を減らす（**足し湯**をする）
- ・ シャワーの利用を減らし**湯船のお湯**を使う ☁
- ・ 給湯器の耐久年数を確認する
（**10年以上経過していたら
買い替えを検討**）

