

すつきり節約生活④



電気代の節約④ エアコンの節電・その2

◎まめにオン・オフはOK?

エアコンを使う際、部屋が涼しくなったからといってスイッチを切り、暑くなってきたからスイッチを入れるというように、こまめにスイッチのオン・オフを繰り返すことはおすすりできません。かえって電気代が高くなってしまいます。

なぜなら、エアコンは室温を下げ設定温度になるまでに一番電気代がかかるからです。設定温度になってしまつと、その後はあまり電気代がかかりません。設定温度になったからといってスイッチオフしてしまうと、次につける時に再びエアコンが設定温度まで室温を下げなければなりません。その分余計に電気代がかかってしまうのです。

エアコンの使い方での正解は「自動運転、つけっぱなし」。

自動運転モードは一気に設定温度まで室温を下げ、その後は弱運転や送風で室温を保ちます。短時間で設定温度にするため、無駄な電気代がかかりません。

涼しくなつたらそのまま自動運転で室内温度を一定に保つておくほうが電気代はかからないのです。

本当に、つけっぱなしで電気代を抑えられるか、ちよつと心配になりますね。つけっぱなしが良いとはいっても、24時間つけっぱなしではありほろが良いいというわけではありません。エアコンのつけっぱなしで電気代節約が期待できるのは、ちよつと出かける場合や外気温と設定温度の差が大きい場合です。

ちよつと出かけるだけなら、つけっぱなしがいいでしょう。この「ちよつと」がどのくらいの間かは簡単にはいえませんが、再び設定温度まで下げるための電気代との比較です。30分くらいの外出なら、つけっぱなしにしたほうが電気代を安く抑えられると考えられます。

猛暑日など外気温が高い場合も、オン・オフを繰り返さないほうがいいでしょう。外気温が高い場合、エアコンをオフにすると、すぐに室温が上昇します。外気温と設定温度の差が大きいほど、一度オフにしてしまつと再度つける時にかかる電気代が高くなります。

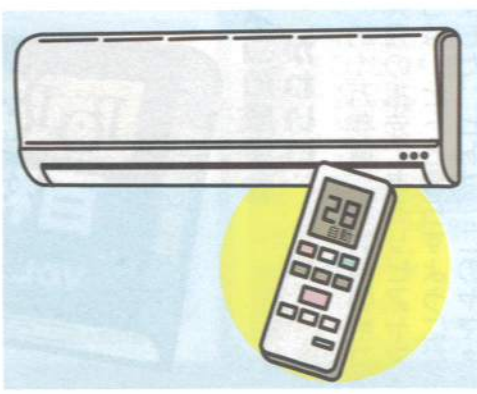
◎最初から弱運転はNG、扇風機併用

エアコンを最初からずっと弱運転で使用することもNGです。設定温度になるまでの時間が長くと、その分電気代がかかるから

です。おすすめはやはり自動運転です。自動運転なら、室温が設定温度になるまでは強風運転、その後は微風運転と電気代が抑えられる効率の良い運転をします。

おすすめしたいのが扇風機やサーキュレーターの併用です。併用することで室内の空気が循環し、涼しく感じます。エアコンの設定温度を少し上げても涼しさを保てるため、節電ができます。

あともうひとつ。前回のシーズン前の準備で少しふれましたが、エアコンのフィルター掃除をすることが大事です。ホコリがたまっていては効率が悪くなつてしまいます。フィルター掃除で夏の電気代を4%節約できるといわれます。フィルター掃除は2週間に1回を目安に行ってください。



エアコンは自動運転がおすすめ

読者からのお便り

今度、読書会で

滋賀県東近江市 西堀千代子様
にほんご探偵局、サ入れ、イ抜きは大変参考になり興味深く拝読しました。今度、読書会で話題にしたいと考えています。

早速片付けました

和歌山県日高郡 露口環衣様
「エアコンの節電」の記事読みました。気が付くと、室外機のまわりに植木がのびて来ていました。早速片付けました。いつもいろいろ教えていただきありがとうございます。

恐ろしいです

滋賀県守山市 村田喜美子様
健康ライフ・ロメモ、興味深く拝読しました。パンに塗るバター、マーガリンより普段たくさん食べているスナック菓子の方が危険なんて恐ろしいです。

お風呂タイムが快適に

大阪府泉南市 秋山正美様
大丸エナウイン様にお風呂の改修工事をしていただいたのでガス代も節約でき、なによりお風呂タイムが快適になりました。ありがとうございます。

読んで納得

滋賀県蒲生郡 萩野千晴様
エアコンの節電、参考になりました。暖房はエアコンが安

と聞いて使ってみたら、電気代が高くなり、びっくりしました。読んで納得しました。次回のこまめなオン・オフ、早く読みたいです。

ヒナの顔が楽しい

奈良県磯城郡 森本桃子様
3年前前から玄関にツバメが巣をかけるようになり、今年もまた、2羽のツバメが忙しく行ったり来たりしています。ヒナの顔がのぞくのが楽しみです。



皆さんもお試しあれ

東京都 浅野美保様
水素水を毎日飲んでいますが、変わった使い方として、シャワー後に水素水をかけて乾かすと、ふわっと軽くなり、翌朝毛先までしっとりしています。毎日欠かさずやっています。皆さんもお試しあれ。

部屋に置いてても可愛い

横浜市 古屋豊子様
いつも美味しいお水をありがとうございます。小さめのタンクで部屋に置いてても可愛いです。ヨガのレッスンにも持っていきます。