

銀ちゃんレポート

2022年7月7日 No.189

<発行> 台東区議会議員

<携帯> 080-4457-1987

やまぐち ぎんじろう

山口銀次郎



エアコンの適切使用で

熱中症対策を

6月下旬から今月初めまで、東京は観測史上最長となる9日連続猛暑日を記録しました。ここ近年夏の暑さは厳しくなっています。が、6月下旬からそれほど暑いのは珍しいのではないのでしょうか。こういった暑い日は、外出を控えエアコンを適切に使用し熱中症対策をした方が良い一方で、電力需給ひっ迫警報が発令され、節電が呼びかけられました。節電も重要ですが、エアコンの使用を控えたらず、命に関わります。熱中症になってしまつたら、命に関わります。節電を意識しつつ、適切にエアコンを使用する必要があります。

エアコン電気代

節約のコツ

エアコンの電気代は、比較的最近の機種であれば昔の物より電気代は高くありませんが、それでも電気代が高いというイメージがあり、使用を控える要因の一つとなつていることもあります。

ちよつとした工夫でエアコンの電気代は節約することが出来ます。よく言われているフィルター掃除の方法の一つです。急に暑くなり始めフィルター掃除をしないでエアコンの使用をしていることもあるかもしれません。フィルター掃除の間隔が開いていたら、一度掃除をしてみると良いです。また、同様に室外機も掃除をおこない、

可能であれば直射日光が当たらない様にすると良いです。室外機前には物や鉢植えを置くのは控えましょう。

風量は、自動設定がお勧めです。日中部屋が薄暗いのは嫌だという方も居るでしょう。カーテンを閉めて日光を遮るのも良いです。

短時間の外出ではエアコンをつけっぱなしにした方が電気代を抑えられます。エアコンは起動時に多くの電力を消費します。目安としては、1時間以内の外出では電源を切らない方が良いでしょう。

風向きは水平にし、扇風機などで空気を循環させると効果的です。節電の意識をしっかりと適切な使用で熱中症を予防しましょう。