

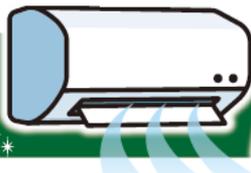


～この夏、熱中症に注意しながら節電・省エネにご協力を～

今年の夏も電力需給は依然として厳しい状況が続いています。
熱中症に十分注意しながら、エアコンを上手に使い、ちょっとした工夫で節電・省エネにご協力をお願いします。
 環境・健康にやさしく、お得にこの夏を過ごしましょう。

熱中症に注意しながらエアコンを上手に利用

熱中症で亡くなった方の8割以上が65歳以上の高齢者です。
 また、屋内での死亡事例の約9割はエアコンを使用していませんでした。



部屋の中でも注意が必要です
エアコンを上手に使いましょう

熱中症は、室内や夜間でも多く発生しています。 エアコン使用中もこまめに換気をしましょう。

エアコンを上手に使いましょう
 体に直接あたらないように風向きを調整しましょう

すだれやカーテンを活用し直射日光を遮る

温度・暑さ指数を確認する

換気をして屋外の涼しい空気を入れる

暑いからエアコンつけてね!

窓とドアなど2カ所を開ける

扇風機や換気扇を併用する
 長時間、風が体に直接あたらないように注意しましょう

契約アンペアの見直しでお得に!

- ・子供が独立するなど家族構成が変化したら家電の使い方を見直すことにより、契約アンペアを下げられる場合があります。
 例) 50アンペア>40アンペアで
 年間約3,400円お得!

省エネ家電への買い替えで家計もお得に!

- ・家電製品の省エネ性能は年々向上しています。省エネ性能が高い家電への買い替えは、**節電**にもつながります!
- ・対象製品へ買い替えると**商品券等に交換可能な東京ゼロエミポイント**がもらえます!
- ・令和5年4月以降購入分からもらえるポイントが約2割アップしました!

| | |
|---------|-----------|
| エアコン | 最大23,000P |
| 冷蔵庫 | 最大26,000P |
| 給湯器 | 最大12,000P |
| LED照明器具 | 最大6,000P |



出典: 「熱中症の現状と対策について」 (環境省) <http://www.env.go.jp/press/110903/mat01.pdf>

「高齢者のための熱中症対策」 (環境省) https://www.wbgt.env.go.jp/heatillness_pr.php を加工して作成

※感染症予防等の観点から必要に応じて換気もしましょう