



## 冷蔵庫の節電方法

節電シリーズ その2

2012/07/19

丸山晴美のエネ・エコライフ

エネルギー

エコライフ

節電

丸山 晴美

消費生活アドバイザー

みなさんこんにちは。急に暑くなってきましたね。そして夏休みですので、お子さんを節電大臣に任命して、家庭でできる節電を総チェックして家族みんなで取り組んでみてはいかがでしょうか。浮いたお金を1年分貯めて来年夏のレジャー費にするという目標を持つのも面白いかも知れませんね。

今回はエアコンの節電方法をご紹介しましたが、今回はその次に電力使用量の多い冷蔵庫の節電方法をご紹介します。

冷蔵庫は24時間365日休むことなく動いているコンビニのような存在です。他の家電製品のように意図的に電源を切るとは難しいので、上手に使うためのアイデアをご紹介します。

冷蔵庫が置かれている場所のチェックをしてみましょう。

- 冷蔵庫が窓際にある
- 冷蔵庫が壁にぴったり隙間無く収まっている
- 冷蔵庫の上に電子レンジもしくは物が置いてある

これら3つ全てに当てはまる場合は要注意です。

冷蔵庫を直射日光の当たる場所やガスコンロのそばなど熱気がある場所に置くと消費電力が上がります。室温22℃から30℃に上がると、約30w消費電力が上がると言われるデータがあります。

冷蔵庫に直射日光が当たっていたら窓の遮熱対策をするか、できるだけ設置場所を直射日光の当たらない涼しい所へ移動させましょう。

そして、冷蔵庫は適度な隙間を持って設置すると節電になります。省エネルギーセンターの試算では、壁から適切な間隔で設置すると、年間約990円の節約になるとされています。ここで言う壁から適切な間隔とはどれくらいの間隔を言うのでしょうか。一般的には壁から両サイド2cm以上、背面と上部10cm以上空けると良いとされています。ではなぜ、冷蔵庫と壁などに隙間を空けなければいけないかと言えば、冷蔵庫は扉以外の外側全体で放熱しているため、隙間がないと放熱の妨げになり冷却効率が悪くなり、余計な電力がかかってしまうのです。冷蔵庫の上部には物を置きたくなりますが、棚を利用して冷蔵庫の上部に10cmほど空間を作ったその上に置くようにしましょう。また、背面はホコリが溜まりやすい部分ですので、年に1回程度は掃除機でホコリを吸い取っておくことをおすすめします。

そして、冷蔵庫は食材を詰め込みすぎないようにしましょう。これには2つの理由があります。

1つめは、食材を詰め込むことによって庫内全体が冷えにくくなり消費電力が上がる。

2つめは、食材が詰め込まれているとお目当ての食材を見つけるまでに時間がかかり、その間に庫内温度が上昇してしまうためです。

冷蔵庫はすっきりとそしてどこに何があるかをきちんと把握できるようにしておくようにしましょう。

- ・カゴや切ったペットボトル、牛乳パックを利用して食材が冷蔵庫内で迷子にならない工夫をしましょう
- ・早く食べきたい食材は手前に置いて見えやすいようにしておく、使い忘れを防ぐことができます。



そしてまた、冷蔵庫にレシートを貼って管理をすると、中に何が入っているのか冷蔵庫を開けなくてもレシートを見るだけでわかります。

使い切ったら、レシートに記載されている商品名をペンで消すだけです。卵など数があるもの場合は、残 6 やマイナス 2 など、数量を記入するようにしましょう。



また、暑くなると何かと開閉回数が増えてしまいますので、よく飲む冷やしたお茶は、氷と一緒に大きめの魔法瓶に入れてリビングなど人が集まる場所などに置いておくのが良いでしょう。水筒があれば、それでも構いません。今あるものでできるだけ済ますようにしましょう。

夏場は特に麦茶といった冷たいお茶の消費量が増えます。節約のためには麦茶を煮出すのが効果的です、ある程度作り置きが必要となります。しかし、慌てて作って熱いまま冷蔵庫へ入れてしまうと、庫内温度が上昇して電気使用量が増えてしまいますので、熱いものは冷ましてから冷蔵庫へ入れましょう。

麦茶を切らさないためのおすすめの方法は、夜寝る前に麦茶容器に麦茶パックを入れます。そしてその中にやかんで沸かしたお湯を注ぐと、簡単に煮出し麦茶ができます。これなら、煮出したままガスを消し忘れることもないですし、最小限のガス代で済みます。

水出しのものなら更に簡単でガス代もかかりませんので、好みに合わせて上手に利用してみたいかどうか。