

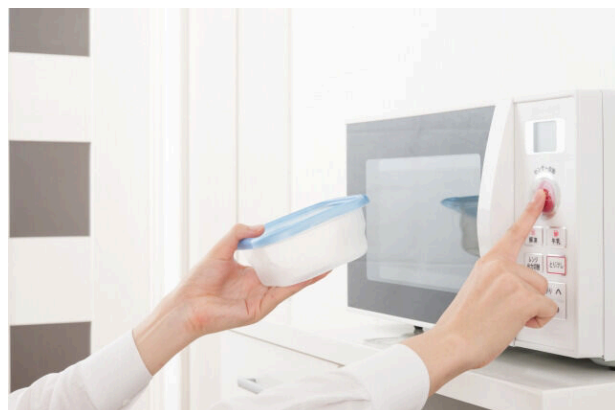
# 8割生活のススメ

2024年4月号

## ●料理の下ごしらえや仕上げに電子レンジ

煮込み料理の野菜はチンして鍋へ。煮崩れも少ないよう  
です。中までしっかり火を通したい時は、焦げ目をきれ  
いにつけたあと、電子レンジへ。ガス代の大幅節約にな  
ります。

葉菜（ほうれん草、キャベツ）の下ごしらえに電子レン  
ジを活用した場合、年間で約990円の節約に、根菜  
（ジャガイモ、里芋）の場合は年間で約950円の節約  
になります。



●出典：省エネポータルサイト



※イメージ

## ●温水洗浄便座は特徴を知って商品選びを

温水洗浄便座は「貯湯式」と「瞬間式」があります。  
「貯湯式」は、タンクの中の水をヒーターで温める方  
式で、一度にたっぷりのお湯で洗浄することができます  
ますが、お湯を保温するための電力を使います。  
一方「瞬間式」はタンクがなく、使用の度に水を瞬間  
湯沸器で温めます。温水を保温する電力は不要のため、  
"貯湯式"よりも消費電力量は少なくなります。お湯  
の量が限られることと、瞬間的に大きな電力を必要と  
します。商品選びのご参考に。

●出典：省エネポータルサイト

## ●食器洗い乾燥機も賢く使いましょう

便利な食器洗い乾燥機。洗浄終了後、扉を開けて余熱  
だけで乾燥させれば省エネにつながります。

食器の点数が少ないときは、「少量コース」等を選び  
ましょう。

使う洗剤が少なすぎると洗浄力は落ちますが、洗剤を  
多く入れすぎても洗浄性能はほとんど変わりません。  
食器の残菜を丁寧に捨てるなど、あらかじめ前処理を  
しておくと汚れ落ちがよくなります。

●出典：省エネポータルサイト



杵築市は2013年度比2030年の温室効果ガス削減量を46%に掲げました。2019年にはすでに26%削減が実現できているので、残る2割削減を、生活の8割相当を目安に取り組むことで実現していきます。