

●よくある質問

Q 電気とガスの使用量はどやって確認できるの？

A 契約している電力会社及びガス会社の検針票から確認できます。

Q 紙の検針票を持っていない場合はどうすればいいの？

A 契約している電力会社及びガス会社の電子検針票の利用登録をすると、ウェブ上から確認でき、アプリ等でも確認が可能な場合があります。詳しくは、契約している電力会社及びガス会社にお問合わせください。



使用量が確認できる書類の提出がない場合、削減率を達成していても区内共通商品券のお渡しはできません！

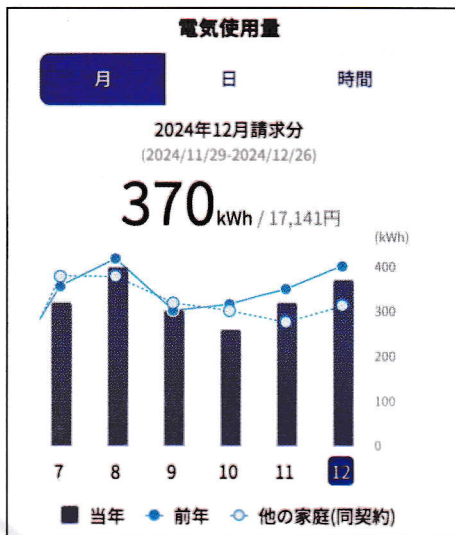
紙の検針票を利用していない方は、チャレンジ期間前までに必ずアプリやウェブ上で使用量が確認できるよう、事前準備をお願いします。

一度提出した検針票等は返却できませんのでコピーをご用意ください。

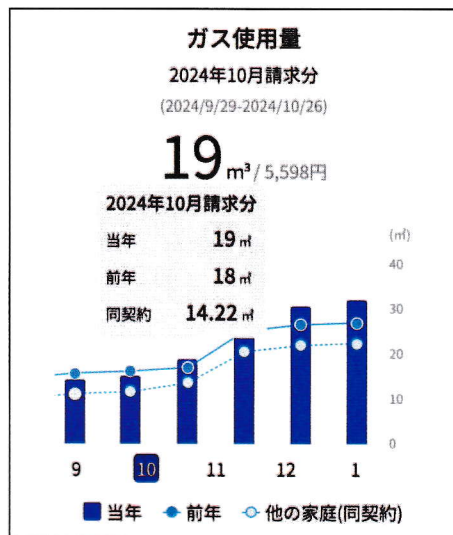
※対象期間の検針票を紛失してしまった方は、契約している電力会社及びガス会社へ電話やウェブサイトを通じて再発行の申請を行ってください。

Q アプリやウェブ上の検針票を使っている場合はどのように報告すればいいの？

A 使用量と期間（日数）の確認ができる画面のスクリーンショット等をご提出ください。



画像提供：東京ガス株式会社



画像提供：東京ガス株式会社

契約者氏名・使用量・期間（日数）がわかるページであればどの画面を撮影しても構いません。

電力会社及びガス会社ごとに電子検針票やアプリの仕様は異なりますが、多くの場合、『使用料金』『使用量』『利用明細』等のページから確認できます。

Q 使用量削減率はどやって計算したらいいの？

A 区で日割り計算をして算出します。そのため、ご自身で報告時に計算する必要はありません。電気及びガスの3か月分の合計使用量を合計使用日数で割り、前年と今年それぞれの1日あたりの使用量から削減率を算出します。

ご自分の削減率を確認したい方は、区HPに掲載している『電気・ガス使用量の削減率計算ツール』（右の二次元コード参照）から、削減率を計算することもできます。



まずはここからやってみよう！家庭でできる省エネ行動



省エネ効果（電力）



省エネ効果（ガス）



節約料金



CO2 削減量

（年間）

白熱電球から LED 電球に交換

54W の白熱電球から 7.5W の LED 電球に交換した場合（使用時間：2,000 時間 / 年）



93.0kWh



3,150 円



40.5kg

沸騰したら すぐ火を止める

直径 24cm の鍋で水温 20℃の水を 2L 沸騰させた後、火を消した場合と中火で 2 分間放置した場合



7.1 m³



1,155 円



15.8kg



電気カーペットの 設定温度を「中」にする

電気カーペット 3 畳用の設定温度を「強」から「中」にした場合（使用時間：5 時間 / 日）



186.0kWh



6,310 円



81.1kg



冷蔵庫の設定温度を 「中」にする

周囲温度 22℃で、冷蔵庫の設定温度を「強」から「中」にした場合



61.7kWh



1,155 円



15.8kg

冷蔵庫にはものを 詰め込みすぎない

冷蔵庫にものを詰め込んだ場合と、半分にした場合



43.8kWh



1,480 円



19.1kg

掃除機をかける 時間を減らす

掃除機を利用する時間を 1 日 3 分間短縮した場合



16.4kWh



560 円



7.2kg

テレビの明るさを 下げる

液晶テレビ 50V 型の画面の輝度を 1 割下げた場合



18.7kWh



630 円



8.2kg

お風呂の設定温度を 下げる

180Lの水を 20℃から 40℃に沸かす場合と、42℃に沸かす場合



13.3 m³



2,153 円



29.4kg

衣類乾燥機は 自然乾燥と組み合わせる

自然乾燥 8 時間後、未乾燥のものを補助乾燥させる場合と、乾燥機のみで乾燥させる場合



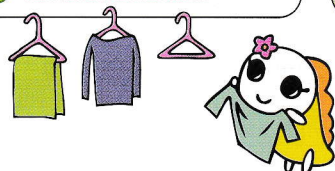
394.6kWh



13,380 円



172.0kg



シャワーを使う時間を 1 分短くする

シャワー湯量 10L / 分として、4 人が 5 分流した場合と、6 分流した場合



29.6 m³



8,610 円



73.3kg

使わない時は 電気便座のふたを閉める

便座のふたを閉めた場合と、開けっぱなしの場合（貯湯式）



34.9kWh



1,180 円



15.2kg