

「エネルギーダイエット・カルテ（診断書）」について

エネルギー使用量調査にご協力いただくと、あなた様のご家庭の電気・ガスの使用量をご提供いただき、下図のような「エネルギーダイエット・カルテ（診断書）」を作成して、お返しします。

カルテには、皆さんのご家庭のエネルギー消費量が、同規模の世帯（家族数）に比べて多いのか、少ないのか？ 電気、ガス、灯油などいくつものエネルギー源を使っているがCO₂（二酸化炭素）排出量でみるとどうなのか？ などを見える化し、A～Dランクで評価して表すとともに、省エネのヒントとなるアドバイスをつけています。

電気・ガスのデータ提供は、同封の記録用紙に、各月の「検針票」から使用料などを記載してご返送していただく形で行いますが、東京電力・東京ガスでは、会員登録（無料）をすると過去2ヶ年の使用量データを提供するサービスをしていますので、ご利用ください。（下記ウェブサイト参照）

*電気・ガスの契約会社をお変えの場合も類似のサービスがありますので、詳細は契約会社にご相談ください。

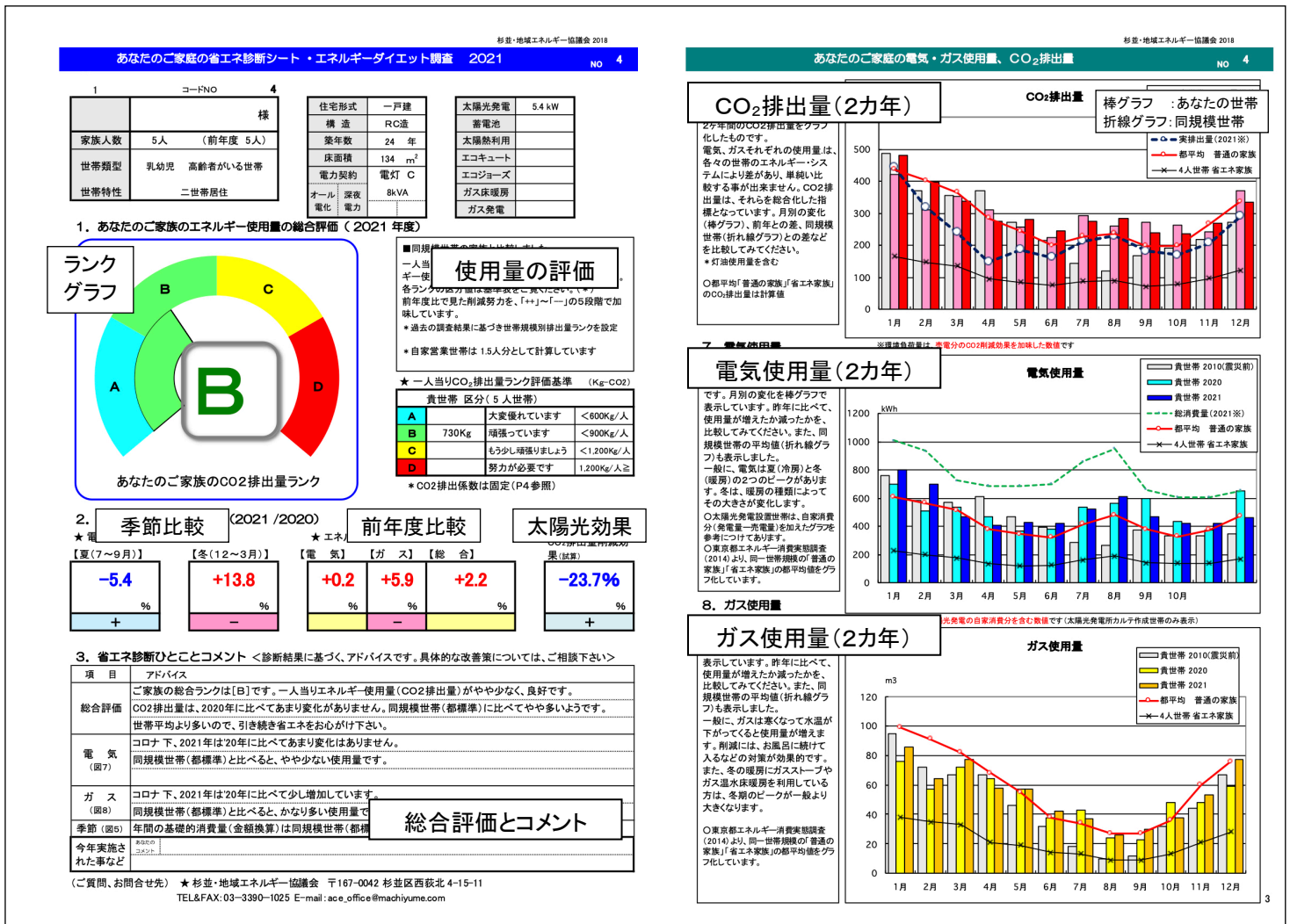
- ・東京電力 :「でんき家計簿」(自由化以前の契約/2021年1月終了→Web検針票サービスへ移行)
:「くらしTEPCO」(<https://www.tepco.co.jp/ep/kurashi/hub.html>)

*2020年11月から、東京電力は、紙の検針票が廃止し、Webによるお知らせ方法に変更しています。TEPCO（東京電力エナジーパートナー）の「電気料金・ご使用量」ページをご参照ください。（<https://www.kenshin.tepco.co.jp>）

- ・東京ガス :「myTOKYOGAS」(<https://members.tokyo-gas.co.jp>)

(参考例)「エネルギーダイエット・カルテ」(2021年版)・・・実際はカラーで作成しています

*太陽光発電の節電効果を追加しました（試行）



*本カルテの様式作成には、環境自治体会議環境政策研究所、日本建築家協会・寺尾信子氏のご協力を得ました。