

# 令和4年度

# 「すぎなみエコチャレンジ」

# 参加者を募集します！



参加無料

参加登録申請期間

令和4年7月1日～8月末日(消印有効)

申込上限

800名(先着順)

#### 【参加登録申請方法】

区ホームページから電子申請または郵送にて申請書を提出してください。

#### 【郵送申請の送付先】

〒166-8570 杉並区阿佐谷南 1-15-1 杉並区役所 環境課 環境活動推進係 あて

#### 【お問合せ先】

杉並区役所 環境課 環境活動推進係 (直通) 03-5307-0672

電子申請はこちらから





# すぎなみエコチャレンジで電気とガスの使用量を削減しよう

## 1

### すぎなみエコチャレンジって？

10月～12月の3か月間をチャレンジ期間とし、連続して電気及びガスの省エネ（節約）の取組を行っていただきます。  
 チャレンジ期間終了後、その結果を報告していただき、**前年同月と比較して電気及びガスの使用量が一定割合以上削減できた方には、削減割合に応じた区内共通商品券をお送りします。**



5%以上削減

500円相当の区内共通商品券

10%以上削減

1000円相当の区内共通商品券

20%以上削減

3000円相当の区内共通商品券

※発送は3月末頃を予定しています



## 2

### 誰でも参加できるの？

杉並区内にお住まいの区民の方、杉並区内に事業所のある事業者の方のうち、**令和3年10月以降同一住所にお住まいの方、同一所在地にある事業所の事業者**なら誰でも応募できます。  
 なお、**申込は1世帯(事業所)あたり1件まで**とします。

## 3

### 参加登録申請の方法は？

区ホームページから「すぎなみエコチャレンジ参加登録申請」の電子申請を行うか、「すぎなみエコチャレンジ参加登録申請書」に必要事項を記載して郵送にて提出してください。  
 申請書は区公式ホームページからダウンロードすることもできるほか、各区民事務所・地域区民センターでも配布しています。

参加登録申請期間 7月1日～8月末日(消印有効)

申込上限 先着800名まで

※参加登録受付が完了した方には、9月下旬頃にチャレンジに関するご案内をお送りします。

▼申請はこちらから



# 4

## チャレンジが終わったらどうすればいいの？

区ホームページから「すぎなみエコチャレンジ結果報告」の電子申請を行うか、参加登録受付完了時にお送りする「すぎなみエコチャレンジ結果報告書」に必要事項を記載して、郵送で提出してください。なお、報告には令和4年(2022年)10月~12月分の電気・ガスの検針票と令和3年(2021年)10月~12月分の電気の検針票が必要です。詳しい報告の方法は、参加登録受付完了した方に送付するご案内でお知らせいたします。

**チャレンジ期間** 10月~12月  
**報告期間** 1月~2月末日(消印有効)



# 5

## 電気・ガスの使用量はどうやって確認するの？

毎月の電気・ガスの検針票をご覧ください。  
 今月の使用量と日数が(ガスの検針票は、前年同月の使用量と日数も)記載されています。  
 (前年同月と比較した削減率は、区で日割り計算をして算出します。)

電力会社、ガス会社のサービス内容によっては、ホームページやアプリからご確認いただくこともできます。詳細はご利用の電力会社、ガス会社までお問合せください。



(左) 提供：東京電力エナジーパートナー株式会社  
 (下) 提供：東京ガスネットワーク株式会社

電気ご使用量のお知らせ

東電 太郎 様	
お客様番号 XX-X-XXXXX-XXXXX	
令和3年10月	ご使用期間 9月7日~10月6日
	ご使用日数 30日
ご使用量 263 kWh	ご契約 30A
基本料金 858円00銭	今月検針日 10月 3日
電力量料金 2,385円60銭	計量取替日 月 日
・1段料金 3,786円64銭	振替予定日 月 日
・2段料金 -536円52銭	毎支払期日 11月 5日
再エネ発電賦課金 883円00銭	外回検針予定日 11月 5日
計器番号(前)	戸数 戸
計器番号(下3桁)	力率 %
取替前計量値	通電開始 年 月 日

毎月指示数 0263  
 前月(取付)指示数 0000  
 差引 263  
 計器番号(前) 000  
 計器番号(下3桁) 000  
 取替前計量値

ご使用量のお知らせ

検針月日(日数) 12月 5日(28日)	口座振替予定日 12月13日
ご使用期間 11月 8日~12月 5日	ご契約種別 一般契約
ガスご使用量 30m <sup>3</sup>	請求予定金額 4,914円
今回指示数 820	(内消費税) 446円
前回指示数 790	ガス基本料金 1,056.00円
メーター番号 100-001-020	ガス従量料金 3,913.80円
前年同月使用量 30m <sup>3</sup> (30日)	口座割引額 ▲55円
前月使用量 30m <sup>3</sup> (34日)	

### ▼使用量削減率の計算例

		10月	11月	12月	合計	1日あたりの使用量	削減率	削減率の合計	
電気	前年	kWh	300	310	320	930		3.00%	17.3%
		日数	31	30	31	92	10.10		
	今年	kWh	290	310	310	910			
		日数	32	30	31	93	9.80		
ガス	前年	m <sup>3</sup>	37	40	55	132		14.3%	17.3%
		日数	31	29	32	92	1.4		
	今年	m <sup>3</sup>	35	35	40	110			
		日数	30	30	31	91	1.2		

※1日あたりの使用量は小数点以下2桁を四捨五入

区ホームページに掲載している電気・ガス使用量の削減率計算ツールをご利用いただき、ご自身で削減率を計算することもできます。

※削減率の計算表は提出の必要はありません。





## エネルギー使用量削減率UPのポイント



	行動の例	省エネ効果	節約効果	CO <sub>2</sub> 削減量
①	フィルターをこまめに掃除する(月2回程度)	32.0 kWh	850 円	15.6 kg
	フィルターが目詰まりしているエアコン(2.2kW)とフィルターを掃除した場合の比較			
②	テレビ画面は明るすぎないように設定する	27.1 kWh	720 円	13.3 kg
	テレビ(液晶:32V型)の画面輝度を最適(最大→中間)にした場合			
③	暖房時の室温は20℃を目安にする	53.1 kWh	1,410 円	26.0 kg
	外気温6℃の時、エアコン(2.2kW)の暖房設定温度を21℃から20℃にした場合(使用時間:9時間/日)			
④	電気カーペットの設定温度は「強」から「中」にする	186.0 kWh	4,930 円	91.0 kg
	電気カーペット3畳用で設置温度を「強」から「中」にした場合(使用時間:5時間/日)			
⑤	モップや雑巾を使って掃除機をかける時間を減らす	16.4 kWh	430 円	8.0 kg
	掃除機を利用する時間を1日3分間短縮した場合			
⑥	白熱電球をLED電球に交換する	92.0 kWh	2,440 円	45.0 kg
	54Wの白熱電球から8WのLED電球に交換した場合(使用時間:2,000時間/年)			
⑦	冷蔵庫は季節に合わせて設定温度を調節する	61.7 kWh	1,630 円	30.2 kg
	周囲温度22℃で、冷蔵庫の設定温度を「強」から「中」にした場合			
⑧	冷蔵庫にはものを詰め込まない	43.8 kWh	1,160 円	21.4 kg
	冷蔵庫にもものを詰め込んだ場合と、半分にした場合との比較			
⑨	電気ポットの長時間保温はしない	107.5 kWh	2,850 円	52.6 kg
	電気ポットで水2.2Lを沸騰させ、1.2Lを使用後、6時間保温状態にした場合と、プラグを抜いて保温しないで使用時に再沸騰した場合の比較			
⑩	お風呂は間隔をあけずに続けて入る	38.2 m <sup>3</sup>	4,130 円	82.9 kg(ガス)
	2時間放置により4.5℃低下した湯(200L)を追いだきする場合(1回/日)			
⑪	衣類乾燥機は、自然乾燥と併用して使う	394.6 kWh	10,450 円	193.0 kg
	自然乾燥8時間後、未乾燥のものを補助乾燥する場合と、乾燥機のみで乾燥させる場合の比較、2日に1回使用			
⑫	使わない時は、電気便座のふたを閉める	34.9 kWh	920 円	17.1 kg
	便座のふたを閉めた場合と、開けばなしの場合との比較(貯湯式)			

※数値は年間

出典:東京都環境局「家庭の省エネハンドブック」令和3年3月発行

## 杉並区ゼロカーボンシティ宣言

今、世界では、地球温暖化の影響により、干ばつや豪雨、台風などが強化し、大規模な自然災害が発生しています。また、自然生態系の変化や猛暑による熱中症被害など、温暖化の脅威は決して私達から遠い世界の話ではなく、一人ひとりの暮らしや命にかかわる身近な問題となっています。

杉並区は、これまでも、再生可能エネルギーの活用や省エネ対策の推進を図るなど、地球温暖化防止に資する取組を進めてきました。また、自然災害等に対応するための防災、減災対策やみどりの保全など、区民の暮らしを守る取組を多面的に展開してきました。

一方で、温暖化は急速に進行しており、今後も自然災害の更なる頻発化、激甚化が危惧されています。こうした事態は、もはや「気候変動」ではなく、「気候危機」とも言える事態になっており、これまで以上の取組が求められる喫緊の課題となっています。

そこで、杉並区は、2050年までに温室効果ガス排出量を実質ゼロにする「2050年ゼロカーボンシティ」を目指すことをここに表明し、区民や事業者の皆様とともに脱炭素社会の実現に向けた取組を強力に進めます。

温暖化の進行を食い止め、良質な住宅都市として発展してきた杉並区的环境を将来世代に引き継いでいくため、全力で取り組んでいきます。

