

平成16年度地域協同実施排出抑制対策推進モデル事業

家庭の電気ダイエットコンクール事業

結果報告書

平成17年3月

生活協同組合おかやまコープ

# 目次

1．組織概要	3
2．事業の目的	3
（1）事業の背景	3
（2）事業の目的	3
3．事業の内容	4
（1）委託業務名	4
（2）業務実施計画の詳細	4
4．委託業務実施期間	5
5．事業の結果	6
（1）応募実績	6
（2）学習企画	8
（3）報告実績	8
（4）2003年度コンクール実績との比較	8
（5）電気使用量・CO <sub>2</sub> 削減実績	9
（6）上位者の実績	10
（7）表彰	11
（8）事業評価と課題	11
6．その他	12
（1）本事業の参加者の感想	12
（2）本事業の参加者の取り組み	13
7．広報物	17
（1）申込カラーチラシ	18
（2）応募者への案内資料（報告書）	19
（3）機関紙掲載記事「くらしとなかま（紹介記事）」	25
（4）機関紙掲載記事「ウィークリーコープ（募集記事）」	26
（5）応募者からの「取り組み報告書」	33

## 1. 組織概要

(1) 所在地 岡山県岡山市奉還町1丁目7-7

(2) 団体名 生活協同組合 おかやまコープ

(3) 代表者名 理事長 吉永 紀明

(4) 施設

店舗：13店、共同購入センター：17センター、本部：藤田本部・オルガ本部、商品センター、プラザ御津

(5) 職員数 職員：591人、定時職員：1,980人

(6) 2003年度事業実績

供給高 : 46,686百万円

出資金 : 10,670百万円

組合員数 : 259,561人

## 2. 事業の目的

(1) 事業の背景

わたしたちは、化石燃料(石油、石炭、天然ガスなど)を使って便利で高度な文明社会を創り、暮らしを豊かにしてきました。この暮らし方が二酸化炭素の増加を招き、その温室効果によって気温の上昇をもたらしています。

「かけがえのない地球をこどもたちへ伝える」ため、地球環境の現在の状態を知り、そのうえで自分に何ができるかを考える必要があります。

暮らしの中で、人まかせにするのではなく、一人ひとりが積極的に取り組んでいかなければ決して環境問題は解決しません。具体的な行動を起こす必要があります。

その具体的な行動の一つとして、省エネルギーの取り組みを通じて、環境にやさしい暮らし方について考えるキッカケをつくり、電気代の節約につなげ、誰もが気軽に家族ぐるみで楽しく参加できる企画として、「家庭の電気ダイエットコンクール」を実施します。

## (2) 事業の目的

各家庭における電気使用量の対前年比の削減割合や世帯1人あたりの電気使用量、省電力の取り組み内容の3点を競う「電気ダイエットコンクール」の実施により、各家庭の省エネ工夫事例による節電やCO<sub>2</sub>削減につなげ、地域の家庭での省エネ対策の普及を図る。

## 3. 事業の内容

### (1) 委託業務名

平成16年度地域協同実施排出抑制対策推進モデル事業委託業務

### (2) 業務実施計画の詳細

#### 各家庭での取り組み期間

12月中旬～1月中旬の1ヶ月間(中国電力「電気使用料のお知らせ・1月分」の対象期間、地域の検針日の違いにより期間は異なる)。生協総合研究所の調査では、電力の使用量の年間でのピークは冬であり、その消費量は年々増加しているという結果が出ています。

削減効果の期待が持てる年間のピークの期間にコンクールを取り組み、電力使用の削減を通して二酸化炭素排出削減を目指します。

#### 募集案内

7月度機関会議にて各種委員対象に案内 対象2580人

7月度機関会議にて委員会等での取り組み提案

9月4週～10月3週の5週連続で機関紙ウィクリーコープに募集記事掲載 1回あたり15万部発行

9月5週共同購入カラーチラシセット配布 12万部

9月末全13店舗にてチラシ配布 26,000部

申し込み締め切り - 10月22日(金)

申し込まれた方全員に詳しい案内冊子(報告書)を発送

報告書提出締め切り - 1月28日(金)

まとめ(CO<sub>2</sub>削減・電力使用量実績集計、マニュアル作成) - 3月

#### 表彰対象

あらゆる家庭で応募していただくよう、表彰は以下の4通りとする。

- ・前年比1日あたり電力使用量10%以上削減された方全員
- ・前年比1日あたり電力使用量削減率上位3名
- ・世帯1人あたりの電力使用量が少ない上位3名
- ・優れた取り組みとして「がんばったで賞」3名

と は昨年比べて工夫の結果、今年はどれだけの電気使用量を減らしたのかを、1日あたりの電力使用量削減率比べます(集計は事務局で中国電力「電気使用料のお知らせ」から行います)。

と は、もともと節電をしていて電力使用量が少ない家庭のコンクールへの参加を図る目的で設定。

#### 4. 委託業務実施期間

平成16年6月1日 ~ 平成17年2月28日

## 5. 事業の結果

### (1) 応募実績 2,841世帯

#### - 1 応募者内訳

地域名	各種委員	一般組合員	職員	計
岡山東	328	178	58	564
岡山西	334	467	113	914
倉敷	283	286	16	585
美作	197	94	13	304
備北	59	125	7	191
井笠	128	69	86	283
合計	1,329	1,219	293	2,841

岡山県下を6地域に分け、運営しています。

#### - 2 応募者内訳構成比

地域名	各種委員	一般組合員	職員	計
岡山東	58.2	31.6	10.3	100.0
岡山西	36.5	51.1	12.4	100.0
倉敷	48.4	48.9	2.7	100.0
美作	64.8	30.9	4.3	100.0
備北	30.9	65.4	3.7	100.0
井笠	45.2	24.4	30.4	100.0
合計	46.8	42.9	10.3	100.0

#### 応募者数対組合員数

組合員数は10月末現在

地域名	応募者数	共同購入 組合員数	比	総組合 員数	比
岡山東	564	31,006	1.8	71,729	0.8
岡山西	914	25,387	3.6	53,354	1.7
倉敷	585	28,464	2.1	60,465	1.0
美作	304	19,749	1.5	35,617	0.9
備北	191	13,178	1.4	22,764	0.8
井笠	283	11,455	2.5	17,794	1.6
合計	2,841	129,239	2.2	264,399	1.1

岡山県内全世帯数：723,253世帯

応募者数対岡山県内全世帯数：0.4%

一般組合員 - 媒体別申込数内訳

地域名	ウィークリー コープ	チラシ	リーダー 通信	ホーム ページ	計
岡山東	67	101	10	0	178
岡山西	157	283	26	1	467
倉敷	127	151	7	1	286
美作	47	47	0	0	94
備北	48	73	4	0	125
井笠	39	30	0	0	69
合計	485	685	47	2	1,219
比	39.8%	56.2%	3.8%	0.2%	100.0%

応募者対エリア内総世帯数

地域名	応募者数	世帯数	比
岡山東	564	174,764	0.32%
岡山西	914	143,513	0.64%
倉敷	585	175,473	0.33%
美作	304	93,360	0.33%
備北	191	58,026	0.33%
井笠	283	54,926	0.52%
合計	2,841	700,062	0.41%

おかやまコープ事業外エリア世帯：32,191世帯

過去の応募者実績

年度	応募者数	前年比
2002	339	-
2003	1,659	489.4
2004	2,833	170.8

2002年度は対象を委員のみで実施

(2) 学習企画

日程	内容	参加人数
8月	プレコンクール実施	38名
11/13	電気ダイエットコンクールチャレンジ講演会	20名
12/7	電気ダイエット学習会	21名

(3) 報告実績

地域名	報告数	達成者	削減世帯	増加世帯	無効世帯
岡山東	267	123	187	67	13
岡山西	459	182	291	144	24
倉敷	307	133	200	95	12
美作	154	86	124	25	5
備北	108	41	71	33	4
井笠	158	53	100	52	6
合計	1,453	618	973	416	64

「達成者」: 1日当り電力使用量が前年比10%以上削減した世帯

(4) 2003年度コンクール実績との比較

応募実績

地域名	04 応募	03 応募	前年比
岡山東	564	325	173.5
岡山西	914	377	242.4
倉敷	585	386	151.6
美作	304	200	152.0
備北	191	110	173.6
井笠	283	261	108.4
合計	2,841	1,659	171.2

報告実績

地域名	04 報告	03 報告	前年比
岡山東	267	148	180.4
岡山西	459	192	239.1
倉敷	307	211	145.5
美作	154	87	177.0
備北	108	46	234.8
井笠	158	129	122.5
合計	1,453	813	178.7

達成実績

地域名	04達成	03達成	前年比
岡山東	123	46	267.4
岡山西	182	42	433.3
倉敷	133	49	271.4
美作	86	18	477.8
備北	41	4	1025.0
井笠	53	18	294.4
合計	618	177	349.2

「達成者」：1日当り電力使用量が前年比10%以上削減した世帯

(5) 電気使用量・CO<sub>2</sub>削減実績

全世帯(1,389世帯、無効64世帯を除く)実績

04年1月使用量計：728,002 kWh

03年1月使用量計：808,328 kWh

削減電力量：80,326 kWh

削減電気料金：1,654,716円 (平均単価より)

全世帯平均料金単価：20.6円

1世帯当り平均料金：10,837円

1世帯当り削減額：1,191円

削減CO<sub>2</sub>量：49,802 kg - CO<sub>2</sub>

CO<sub>2</sub>係数：0.62 - 中国電力実績値より

平均・世帯人数：4.2人

平均・1日当り使用量対前年比：86.8% (削減率：13.2%)

中国電力岡山支社内電力使用量前年比：104.1%

平均・世帯人数1人当り電力使用量：127.3 kWh

削減世帯(973世帯)のみの実績

削減電力量：102,003 kWh

削減電気料金：2,101,262円

1世帯当り削減額：2,160円

削減CO<sub>2</sub>量：63,242 kg - CO<sub>2</sub>

CO<sub>2</sub>係数：0.62 - 中国電力実績値より

(6) 上位者の実績

各上位3名に対しては別途表彰。

前年比表彰者

順位	地域名	前年比	削減率
1位	倉敷地域、Tさん	21.5%	78.5%
2位	井笠地域、Tさん	22.8%	77.2%
3位	岡山東地域、Oさん	30.7%	69.3%
4位	美作地域、Hさん	35.3%	64.7%
5位	岡山西地域、Oさん	35.7%	64.3%
10位	-	42.2%	57.8%
30位	-	49.8%	50.2%
70位	-	60.1%	39.9%
164位	-	70.0%	30.0%
310位	-	80.0%	20.0%
612位	-	90.0%	10.0%
全体平均		86.8%	13.2%

中国電力岡山支社内電力使用量 - 前年比 104.1%

一人当たり消費電力量表彰者

順位	地域名	実績
1位	倉敷地域、Oさん	14.4 kWh
2位	岡山西地域、Fさん	16.8 kWh
3位	井笠地域、Fさん	17.0 kWh
4位	倉敷地域、Mさん	17.3 kWh
5位	美作地域、Yさん	18.7 kWh
全体平均		127.3 kWh

がんばったで賞

順位	地域名	主な取り組み内容
大賞	岡山西地域、Yさん	朝・昼・夜とメーターを確認。事前にシミュレーションをし、家族全員で多く消費しているものを洗い出し、対策の実践。
銀賞	美作地域、Iさん	「断エネ生活」・ライフスタイルの転換を楽しみながら実践。

銅賞	倉敷地域、M さん	資料の冊子とインターネットで事前に研究した後、プレーカーごとに切ってもよいものを確認し、計画を立て実践。
----	--------------	--

## (7) 表彰

2月28日～3月4日に開催された「組合員集会」(2004年度の活動の振り返りや組合員の皆さんのおかやまコープへのご意見を聞く集会)にて、表彰対象の方でご都合のつく方5名に参加していただき、表彰式を行った。

## (8) 事業評価と課題

### 評価

電力量として80,326 kWh、CO<sub>2</sub>量として49,802 kgの削減実績があがったこと、また、中国電力岡山支社内電力使用量は前年比4.1%のアップとなっているが、本コンクール平均では前年比13.2%削減できており、この事業が啓発的な要素のみならず、実績として確実にCO<sub>2</sub>量削減につながるという証ができた。

そして、参加者からは、この取り組みが家庭でのくらし方を見直すきっかけになったとの声が数多くあがっており、今までの無駄な部分が明らかになったり、家族の意識の変化につながったという効果につながった。

### 課題

当初目指した「ライフスタイルの見直しのキッカケ」にはなっているが、コンクールという性格上、非日常的、一過性的な取り組みも見受けられる。今後は「電気」に限定しない取り組みや、「コンクール」という形態ではない「生活全般」に関するような取り組みへの移行が必要である。

また、広くこの事業の成果を広報することで、コンクールに参加していない世帯や、省エネに無関心な世帯に対する啓発につなげていけるような取り組みも必要である。

## 6 . その他

### ( 1 ) 本事業の参加者の感想

#### 電気ダイエット成功談

- ・「電気ダイエット」と家中に声掛けをして、電気の無駄使いについて意識をするキッカケとなり、とてもよかったです。
- ・子どもも大きくなって各自部屋に入っていることも多くなりましたが、コンクールにより、1つの部屋に集まる機会がふえました。
- ・今までに節電の経験がなく少しとまどいでしたが、思いつくことから始めました。
- ・電気代はがんばった結果が表れやすくて楽しい1ヶ月間でした。今まで何に使っていたのか不思議に思うばかりです。
- ・毎日メーターをチェックし、数字に表れるので励みになりました。
- ・日々の心がけ次第で大きく削減できるということを実感しました。このキャンペーンに心から感謝します。
- ・やっているうちに子どもも慣れて、がんばれました。
- ・電気ダイエットをはじめてから、子どもたちにも自然と節電の意識ができて良かったです。わが家は今も電気ダイエット継続中です。
- ・家族同志で電気を消しあうという意識が芽生え、環境について考える機会が持てて良かったです。
- ・気持ち(意識)次第で電気ダイエットできるということが分かった。
- ・はじめは主人もめんどくさそうにしていたのですが、だんだんと慣れ、当たり前のようにスイッチなどを切ってくれるようになりました。
- ・このコンクールを通じて、テレビやビデオ、ゲームなどから離れて、子どもと触れ合う時間がつくれたり、体を動かしたりでき、かわいい子どものため、明るい未来のため、どうすれば安心して暮らせるかを考えるいいチャンスになりました。すべての人が私には関係無いという意識を捨て、できることから始めましょう！
- ・電気代が大きく減ってうれしい、差額が私のこずかいになれば...
- ・子どもから「つけっぱなしはもったいないよね」という言葉がきけたり、いろいろ協力してくれました。
- ・楽しみながらの電気ダイエットでした。これからも続けていきます。
- ・中国電力「電気ご使用量のお知らせ」は、今まで注意して見ていなかったが、前年や前月の使用量も示されていて参考になりました。

くらしのエネルギーに関心が持てそうでいい企画でした。

- ・これだけ減ったことは驚きで、この生活様式をずっと続けていこうと思います。
- ・少しの手間でこんなに電気代が違うのかと驚きです。まだまだ節約できることがあるし、電気だけでなく他の資源にも限りがあることをこどもたちに教えていかなければ！
- ・11月から予行演習することで、はじめは面倒...といわれていたのに、自然に節約生活が身につきました。

### 電気ダイエット失敗談

- ・受験生をかかえているため、思ったほどダイエットにならず、残念。
- ・わが家の電気ダイエットの敵は、お父さんだ。絶対に、間違いはない！
- ・世帯人数が増え、どうしてもならなかった。

## (2) 本事業の参加者の取り組み

家庭で使われる電気のベストスリーといわれる、エアコン、冷蔵庫、照明への工夫をした家庭で大きな成果が現れています。

### エアコン、寒さ対策

- ・エアコン等の暖房器具は、室温が20℃を目途に設定し、不必要なつけっぱなしをやめた。
- ・エアコンの設定温度を上げました。
- ・エアコンのフィルターを週1回清掃した。
- ・エアコンを使わない時はコンセントを抜く。主電源を切る。
- ・コタツは温まった時点で消す。
- ・コタツにみんなが足を入れ、お互いにぶつがりながら過ごす。
- ・電気カーペット、電気こたつ等の温度調節はこまめに行う。
- ・ホットカーペットの下にアルミのシートを敷いたところ、電気を入れなくてもよくなった。
- ・電気毛布をやめて、毛布でサンドイッチ。
- ・昼は、図書館など暖房のきいている所へ出掛けました。
- ・家族同じ部屋で寝ました。なるべく一部屋に集まるようにしました。
- ・日中は日差しのある部屋で過ごす。

- ・ペットボトル湯たんぼ活用（お湯を入れるだけ、朝にはぬるま湯になっているので洗濯に使える洗剤もとけやすい。）
- ・入浴後、なるべく早くふとんの中へ。
- ・二重のカーテンレールの上にバスタオルを置いた。
- ・「ステンレス付着レースカーテン」を購入し、大窓に取りつけた。
- ・カーテンの色を暖色系のものに取替えた。
- ・腰高の窓に、床までの長さのあるカーテンをした。
- ・遮光カーテンに替えた。
- ・「省エネボード」を窓に立てかけて、すきま風をさえぎった。
- ・衣類で上手に調節した。首回りや身体にぴったりしたものを着た。
- ・できるだけ暖房を使わず、暖かい服を着て過ごしました。
- ・根菜類、香辛料、大豆製品など、身体を温める物を食べる。
- ・寝る前にワインを軽く温めて飲む。

## 冷蔵庫

- ・冷気の流れを良くするよう、冷蔵庫に物を詰め込まない。
- ・冷蔵庫の開閉を少なくする。
- ・切り替え室は使用しないでスイッチを切った。
- ・冷蔵・冷凍庫の温度調節を「弱」にした。
- ・冷蔵庫の中にあるものがわかるようにメモをドアにクリップでとめる。
- ・カゴで分類 例えば朝食に必要なバターとかジャムを一度に出せるようにした。
- ・冷蔵庫カーテンをつけた。
- ・氷は夜につくる。
- ・冷気が逃げないように、パッキングを交換した。
- ・熱い料理は冷ましてから冷蔵庫に保管。
- ・壁から間隔を空けた。
- ・直射日光のあたるところを避け、暖房器具を離れた。

## 照明

- ・こまめな消灯、とにかく unnecessaryな照明は消す。
- ・早寝、早起き。
- ・ろうかとか誰もいない部屋をこまめに消しました。
- ・トイレや風呂のつけっぱなしにも気をつけました。

- ・照明のかさの内側にアルミホイル（反射板）を貼り付ける。
- ・人がいない所は完全消灯。
- ・インバーター式照明機器は「こまめに消さない」 30分を目安に
- ・食卓にローソクを置き、食事や団らん時に使用。
- ・お風呂に入っている間、脱衣所の電球をつけたままだったが、各自が消してお風呂に入り、出たときにつけるようにした。
- ・毎年しているイルミネーションをやめた。
- ・白熱電球から、寿命が長く消費電力が少ない、省エネ型蛍光灯へ取り換えた。
- ・屋外照明をつけっぱなしから、センサーライトに変えた。

## テレビ

- ・テレビをこまめに消す。見たい番組だけにする。
- ・テレビのボリュームにも気をつける。できるだけ小さく。
- ・他の用事をしている時に、テレビのつけっ放しをやめる。
- ・使用していない時は、主電源を切り、コンセントからプラグを抜く。
- ・出かける時や寝る時は、必ず主電源を切る。
- ・テレビの画面を覆うようにポスター（電気ダイエット取り組み中、ほんとうに見たい番組だけ見ると記入）を貼って、上にめくりあげないと見えなくした。
- ・説明書を読んで、『省電力機能』に切りかえた。

## 炊飯ジャー・ポット・台所周り

- ・ジャー、ポットなどの保温を控える。
- ・電気ポットを長時間使用しないときはコンセントをプラグから抜く。
- ・電子レンジが壊れてしまい、この機にやめた。
- ・炊飯ジャーの保温をやめた。
- ・できるだけ保温機能を使わないようにした。
- ・炊飯ジャーを使わず土鍋でご飯を炊いた。
- ・ちょうど炊飯ジャーの買い替え時期だったので、あえて圧力鍋を購入！すごくいい買い物でした。わずか1分の加熱で本当においしいご飯が炊けます。ガス代の節約にも。おすすめですよ！！
- ・食器洗い乾燥機の使用をやめる。
- ・食器洗い乾燥機を使用するときは、まとめて洗う。
- ・食器洗い乾燥機を使用するときは、温度調整をこまめに行う。

- ・断熱調理器を使用し、調理・保温の加熱を節約。
- ・レンジで温めるものは早めに室温に戻し、加熱時間を短縮。
- ・煮炊きは石油ストーブを使用。
- ・ストーブでお湯を沸かし、保温水筒に入れて使用しました。

## 掃除・洗濯

- ・できるだけ深夜料金の時間帯に洗濯・掃除・アイロンかけを。
- ・洗濯機は容量の8割程度で使用。
- ・毎日洗わず、まとめて洗う。
- ・ちょっとした掃除では、ほうきとちりとり、ぞうきんがけ。
- ・あらかじめ部屋を片づけた後、掃除機を使用。
- ・モップでゴミ集めた後に、掃除機を使用。
- ・ゴミパックの手入れをこまめにした。

## その他、電気製品に関連して

- ・暖房便座のスイッチを切にした。
- ・暖房便座を使わないときはふたを必ず閉めた。
- ・温水洗浄便座の温度設定をこまめに調節する。
- ・使用していない電気製品はこまめにぬく。
- ・こまめに電気を消す。
- ・待機電力を減らすために、時計機能のあるものでも、使用頻度の少ないものはコンセントまで抜いた。
- ・待機電力 - ビデオデッキ、ガス給湯器、オーディオコンポの主電源を切るようにした。
- ・全部の部屋のコンセントを、「切替コントロール」にかえました。
- ・まとめて電源をOFFにできるテーブルタップを活用。
- ・携帯の充電は夜間に
- ・携帯電話の充電は、充電が終了したらコンセントからプラグを抜く。
- ・アイロンは余熱をしっかり活用。
- ・FAX、パソコンについては、待機時に省電力モードに設定。

## いろいろな工夫

- ・啓発のため、場所・目的別にポスターを作製し、掲示。

- ・毎朝電気のメーターをチェック。1日使った電気量をカレンダーに書き込みました。
- ・家族の協力をえるために、子どもに削減効果分を支払う約束をした。
- ・家族会議を開き、それぞれができることを1つずつ出し合い実行することとした。
- ・エコポイント（車にのらなかつたら1ポイント、乗ってエアコンつけなかつたら1ポイントなど）制を導入して家族の協力が得られるようにした。
- ・明るい時間帯に風呂・食事等を済ませておく。
- ・省エネナビを使って、エネルギー使用量をリアルタイムで把握する。
- ・子どもたちをしっかりと外で遊ばせて、かぜをひかない体力づくりをしています。
- ・家族団らんの時間を増やし、誰もいない部屋の照明や暖房は切る。
- ・電気製品を買い換える際、エネルギー効率の高いものを探した。
- ・電気製品を買い換える際、省エネラベリング制度を参考にした。

## 7. 広報物

- (1) 申込カラーチラシ
- (2) 応募者への案内資料（報告書）
- (3) 機関紙掲載記事 「くらしとなかま（募集記事）」
- (4) 機関紙掲載記事 「ウィークリーコープ（募集記事）」
- (5) 応募者からの「取り組み報告書」