

## 「設定温度は20℃に」

外気温6℃で、エアコン(2.2Kw)の暖房設定温度を21℃から20℃に下げた場合(使用時間9時間/日)

石油ファンヒーター	年間で灯油約10ℓの省エネ	約980円の節約
エアコン	年間で電気約53Kwhの省エネ	約1,170円の節約
ガスファンヒーター	年間でガス約8㎡の省エネ	約1,390円の節約

エアコンやファンヒーターなど、温風を吹き出すことで、部屋全体を暖める暖房器具は、部屋全体を短時間で暖められる一方、設定温度に対して体感温度が低く感じてしまいます。設定温度を低くしても快適に過ごすには、こたつやホットカーペットなど体感温度が高い暖房器具をくみあわせてみましょう。

## 具体的な節約の節約?

日本全国を平均すると、冷房を使っているトータル期間よりも、暖房を使っているトータル期間の方が長いということをご存じでしたか? ということは、暖房費を節約すればそれだけ光熱費もぐんと節約できるんですよ。

## 冬の暖房費



発行/こおげ建設(株)  
八頭郡八頭町宮谷200番地2  
TEL (0858) 72-0029 FAX (0858) 73-0668  
E-mail: info@koge.co.jp  
<http://www.koge.co.jp>

Boo Foo Woo  
Vol. 80  
2016. 11. 30 Wed

人が家が健康になる  
健康空気循環システム



高気密 高断熱  
ファースの家



つなげる想い・つなげる希望



## 「暖房時間を短縮して」

暖房を1日1時間短縮した場合(設定温度は20℃)

エアコン	年間で電気約40Kwhの省エネ	約900円の節約
石油ファンヒーター	年間で灯油約16ℓ+電気約3.8Kwhの省エネ	約1,300円の節約
ガスファンヒーター	年間でガス約12㎡+電気約3.9Kwhの省エネ	約2,240円の節約

室温は急には下がらないものです。お出かけ前や就寝前は、直前ではなく15分程前には電源を切るように心がけましょう。

また、室温が十分に暖まったら一度電源を切るようにしましょう。

ただし、省エネタイプのエアコンの場合、こまめな電源コントロールはかえって電力消費の原因になるので要注意です。その場合、自動モード・省エネモードで運転している方が省エネになります。

## では「お得に使える暖房器具」は

種類	1時間当たり電気代	特徴
1位 こたつ	約 5.4円	こたつは一定の温度に達するとヒーターが切れます。最近では「人感センサー」付きのものもあります。但し、部屋全体を暖めることはできません。
2位 エアコン	約 6.1円	部屋全体を暖めるならエアコンは実はリーズナブル。年々省エネ性能が向上しています。
3位 石油ファンヒーター	灯油代と合わせ約10.7円～約29.2円	素早く部屋全体を暖めることができますが、定期的に換気する必要がある。
4位 ホットカーペット	約 12.2円	3畳用450Wタイプのもので、
5位 オイルヒーター	約 30.7円	運転音がほとんどなく、風で埃を拡散することもありませんが、部屋が暖まるまで時間がかかり消費電力が多いです。
番外 電気毛布	約 1.5円	身体に触れている部分が暖かくなる補助具。

暖房器具といっても、暖め方が様々、特徴を理解したうえでそれぞれの欠点を補い合うよう上手に組み合わせ使い、暖房効率をUPさせることも可能です。

## どん太くんのちょっといい話

くなりそう...等 上位はなんとなくあるある。  
9位10位のあたりには、なんと「冷蔵庫」や「枕の中」なども...なんと面白い。ランキング外では、「財布を改造してもうひとつのポケットを作って入れる」天井裏はさすがにここまで見る人はいない」など個性的な隠し場所もありました。

今は、消費にあまり積極的ではない日本人。でもこの「へそくり」を含む「たんす預金」が約44兆円あるとされています。どうやって貯めてどこに隠しているんだろうと不思議になるくらい大金ですよ。



**お腹がグー**  
仕事などシーンとしている時に限って大きな音でお腹がグー。取ずかしい思いをしたことはありませんか? 「グー」と鳴る音の原因は胃の中の空気。血液中の糖分が少なくなるため、脳が体にサインを送ります。



**満腹なのにグー**  
これは胃の中で消化されたものが小腸や大腸を通るときに微量のガスが発生し、腸の壁を動かすために音が鳴っているのです。

**お腹の音を止めたい!**  
① 背筋を伸ばす。  
胃の蠕動運動を一時的に抑えこむことができます。  
② 3食決まった時間に食べる。  
間食は胃酸の分泌のバランスを崩し、余計鳴りやすくなります。  
③ ゆっくり食べる。  
急いで食べると空気も飲み込んでしまいます。

## へそくり



ある会社が「誰にも言わずにこっそり貯めているへそくりの隠し場所」調査をしていました。その結果1位は「他人に触れられる機会が少なくいろいろな物に紛れ込ませることができるから」という理由で「机や棚の引き出し」 2位は「取り出しやすく隠しやすい」タンス 3位「本の中に隠すと他人には分からなそう」という理由で「本棚」ただしどの本の中に隠したか本人も分からな

