

# 【節電対策】 エアコンの上手な使い方を伝授！

## エアコンの達人

エネジ 杉本 真一さん

この夏、電気料金の上昇と電力需給見通しの厳しさから、二重の意味で大事になる節電。家庭で多くの電力を消費するエアコンの上手な使い方を、設置や修理を手掛けるエネジ（本社浜松市）の杉本真一さん(44)に聞いた。

### ⑤ こまめにフィルター掃除

まず、猛暑も予想される中なので、熱中症対策としてエアコンはしっかり使ってほしい。その上で無理のない節電を心掛けて。エアコンの節電の基本は、前部のフィルターやその奥のフィン（熱交換器）を定期的に入手入れし、きれいに保つこと。怠ると効率良く動かず、余計な電気を使ってしまう。

最近のエアコンの多くはフィルターの自動掃除機能が付いているが、正常に作動しているかチェックが必要。機能を切っていたり、24時間稼働させっぱなしだったりすると作動していないことも。

自分でフィルターを掃除する場合は、

## 電源入れる前に換気

2週間に1回程度、運転を停止した状態で本体から外し、軽い汚れなら表側から掃除機で吸い取り、目詰まりがあれば水洗いする。台所近くなどで油污れがあれば、



エアコンフィルターの清掃作業をする杉本さん（浜松市内）



ば、食器用や住宅用洗剤でつけ置きを。フィルターの奥のフィンの掃除は、電源を抜いてハンディタイプの掃除機などで汚れを取る程度に。洗浄用スプレーも市販されているが、誤った使い方による故障が珍しくないで注意が必要。本格的な清掃は専門業者に依頼してほしい。

### ⑥ 扇風機併用 空気を循環

節電効果を生むために各メーカーが推奨する設定温度は28度。設定温度を1度上げると、約10%の節電になる。スイング機能を上手に使い、扇風機などを併用して冷たい空気を室内に循環させるとさらによい。カーテンで外からの熱や光を遮断するのも有効。

帰宅したら、スイッチを入れる前にまず換気。これだけで冷房の効きはまったく違う。室外機の環境も重要で、周辺に物を置くと冷房効率は下がる。よしずなどで直射日光を遮り、周辺に打ち水をして温度を下げるのも効果がある。

新たに購入する時は、きちんと部屋の広さに見合ったものを。値段に応じて省エネ性能も高いことが多いので、価格だけでなく、長い間の電気代も考慮して選んでほしい。

### エアコン節電の勘違い

✕ 大きい風量より 小さい風量	➡	○ 大きい風量、 または自動の方が効率的
✕ こまめに スイッチを切る	➡	○ 頻繁に入れたり切ったりは 消費電力を増やす。寒く感じたら設定温度を上げる
△ 除湿機能を使う	➡	○ 除湿のためにも電力を使う。除湿しつつ設定温度を上げれば節電

熱中症対策として、しっかり使っていきたいエアコンですが、電気料金の  
上昇や、電力需給のひっ迫もあり、大事になってくる節電対策。  
今回、静岡新聞の「節約・節電策 達人が伝授」で、節電につながるエ  
アコンの上手な使い方を紹介しました。掃除のポイントや注意点、扇風機  
の使用や換気についてなど、簡単に取り入れられる対策方法が紹介されてい  
ます。  
今後も、地域の皆様のお役に立てる情報を発信していきます。

令和4年(2022年)7月22日(金)

静岡新聞

