

令和7年度 小金井市省エネチャレンジ結果報告(家庭部門)

1. 申込件数

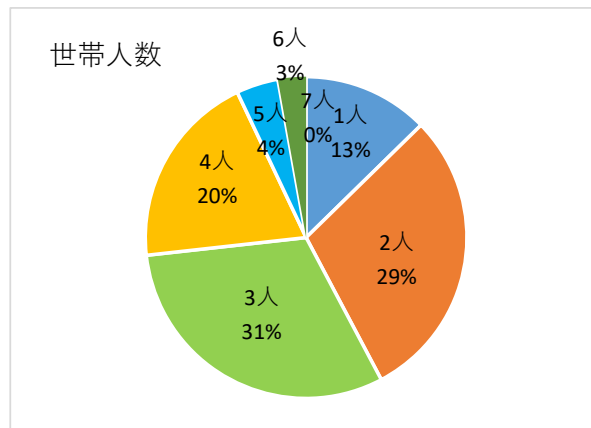
99件

2. 報告件数

71件

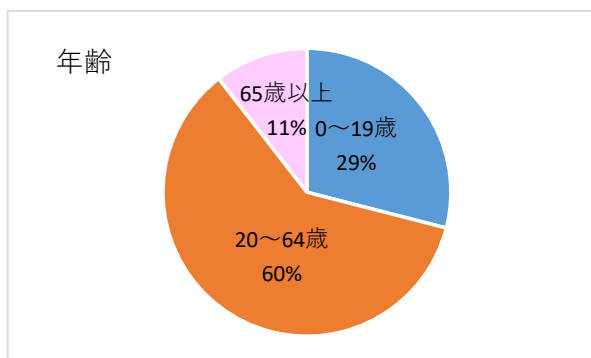
3. 世帯人数

世帯人数	件数
1人	9
2人	21
3人	22
4人	14
5人	3
6人	2
7人	0
合計	71



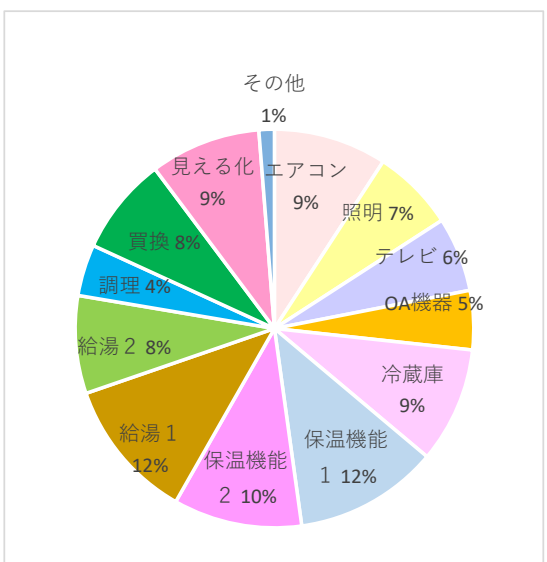
4. 年齢

年齢	人数
0～19歳	58
20～64歳	121
65歳以上	21
合計	200



5. 取り組んだ省エネ行動

省エネ行動の例		件数	
電気	エアコン	冷房28℃、暖房20℃を目安にする。	44
	照明	使用時間1日1時間減らす。	32
	テレビ	使用時間1日1時間減らす。	29
	OA機器	使用時間1日1時間減らす。	23
	冷蔵庫	食材を詰め込みすぎない。	45
	保温機能1	炊飯器の保温時間を減らす。	56
	保温機能2	電気便座のふたを閉める。	50
	給湯1	こまめにシャワーを止める。	55
	給湯2	食器を洗う時は低温に設定する。	38
	調理	一つの鍋で同時に調理する。	20
共通	買換	省エネに配慮した家電を選ぶ。	38
	見える化	電気・ガスの使用量を把握する。	43
	その他		6

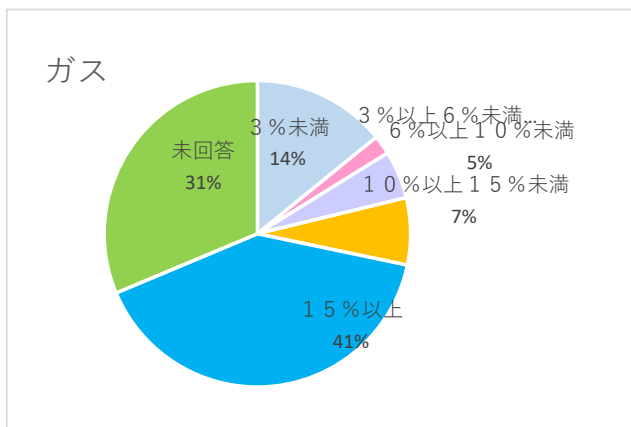
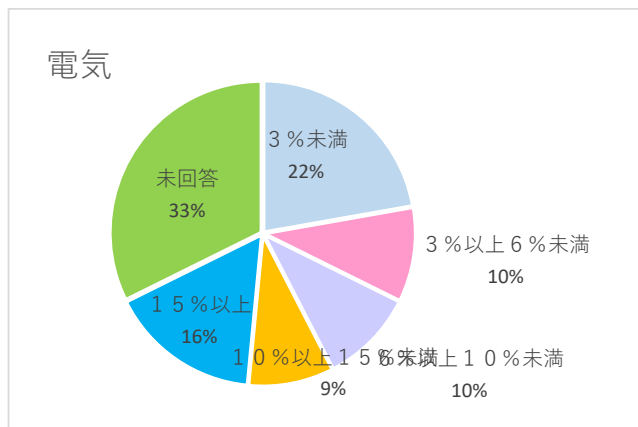


※「その他」の詳細

- ・早寝早起き(日光を活用する)
- ・食器を洗う回数を減らした
- ・シャッター、カーテンを閉める
- ・食洗器の使用をやめる
- ・1階のクーラーを使用せず、送風機対応とする
- ・家族がなるべく1つの場所で過ごす
- ・給湯器故障のためエネファームにしたが効果なし
- ・蓄電池への交換で使用料は削減できた
- ・電気使用量を下げると23時には寝る
- ・食洗器の使用をやめる

6. 前年比削減率 (件)

削減率	電気	ガス
3%未満	22	14
3%以上6%未満	10	2
6%以上10%未満	10	5
10%以上15%未満	9	7
15%以上	16	40
未回答	32	31
合計	99	99



7. 参加者感想

省エネチャレンジに取り組み今までの習慣を変える難しさに気づきました。継続こそが最大の課題です。これからもエネルギーの大切さをもっと幅広く取り組みたいと思います。

ガス使用量は良好でした。電気使用量は体調を考えて無理はしませんでした。

2025年は過去最高に長く辛い暑さの夏だった。エアコンをつけないと日常生活を送れないほどだった。暑さを避けるため、湯船に浸らずシャワーですませたり、台所では火を使う時間を減らすことになり、結果ガスの使用量は前年より減らすことができた。もっと積極的な省エネチャレンジができるよう、次の機会があったら考えたい。

省エネ行動に日頃から取り組むことの大切さを再確認することができました。とてもよい機会になりました。

蓄電池を導入したことで使用料が減ったことを可視化するきっかけになるチャレンジでした。まだ削減できる省エネ法があると思います。これからも省エネを意識して日々生活していこうと考えています。

ソーラーシステムが活躍しているのが見えたのは良かった!!

小さいことの積み重ねで、けっこうな省エネになることが判りました。ありがとうございました。皆で取り組むことで、小金井市全体ならかなりの省エネになりますね!! 継続して省エネ心掛けていきます。

心のどこかに省エネをイメージしておくだけで、日頃のちょっとした行動につながるなと感じました。

暑い日は家に居ないようにして、エアコンの使用を控えた。外出することで精神的にも良かったと感じている。ただし、部屋にモバイルバッテリーを放置していたため、バッテリーが高温環境下で膨張してしまった。そういったことにも気を付けながら節電行動をしていきたい。

省エネについての意識が高まりました。

子ども達が成長して使う部屋が増えると電気代、ガス代が共に上がってしまいます。一緒に過ごして団らんを増やしたことは家族にとってもプラスでした。電気のつけっぱなしやシャワーを細めに止めるのは個人個人の努力なので、まだまだ伝えて改善できると感じました。

電気使用量は一通り省エネ家電に交換を終えており、効果は限定的でした。ガス使用量は省エネに心掛けているため、そろそろ限界に近づいています。

2回目の参加です。普段から節電を心掛けているので、1回目から比べると節電率は低かったですが、これからも無理のない範囲で節電に取り組みます。

節約を意識する様になりました。夏は取り組みにくくなるかもしれません。

2年ぶりにチャレンジしました。地震・大雨・火災など多くの災害をニュースで目にした一年だったので、電気、ガス、水道を大切に使うことを意識しながら暮らすようにしました。

省エネを心がけていたが、電気に関しては温暖化の加速により無理が出来ないと感じた。

頑張っているのですが、改めて振り返ると昨年度よりエネルギー使用量が増えていることに気づかされました。がまんをやめたり体調不良になると難しいものです。

次回頑張ります。

2年前もチャレンジし、省エネ工夫をし、これ以上に工夫できるかな、と思いながらのチャレンジでしたが、意識することでまだまだ工夫があることを知りました。電気やガスもそうですが、水も大切に無駄のないよう、これからもエコな生活を楽しまたいと思います。

小金井市のLINE公式アカウントからの通知で省エネチャレンジのことを知り、今回は初めて参加させていただきました。照明をこまめに消したり、エアコンとサーキュレーターを併用したりと、無理のない範囲で節電に取り組むことができました。このような取り組み(キャンペーン)を今後も続けていただけると嬉しいです。

料金だけで比べていましたが、使用量を確認するいい機会となりました。

夏休みに子ども達が留守がちだったのもあるけれど、水を使うようにしていたら目に見えてガスの使用量が落ちた。

コンセントをこまめにぬいたり、何か節電、節ガスできる方法はないか常に考えることができ、考えるよききっかけになりました。

省エネチャレンジに参加させてもらい、今まで使用量など気にしたことがなかったのですが、この機会に自分たちで出来るような事をチャレンジしました。電気は以前から省エネ家電やLED照明うい選ぶようにしていましたが、ガスはあまり考えて使用していませんでした。今回見直した点はお風呂の保温機能を短くして、お湯を貯めたら家族全員が早めに入るようにした事とシャワーはこまめに止める事です。シャワーはガスの節約だけでなく節水にもなりました。今後も他に出来る事はないか、見直しながらかつていきたいと思います。

2025年5月に子どもが生まれたため、これまで以上に室温、湿度に気をつけるようになったことで光熱費が上がってしまった。(例:エアコン、加湿器/除湿器)また、お湯を使うことも増えたりこれまで使っていなかった浴室暖房や乾燥機などを使ったり子育てにはエネルギーを使うことが分かった。今後はエネルギーをできるだけ使わない子どもとの暮らし方を考えてみたい。あとは夏が始まるのが早すぎて冷房無しで過ごせる期間が非常に短かったように感じた。

ガス使用量は多く削減できたが、電気の使用量は少ししか削減できなかったため、今度参加するときはガス、電気どちらの使用量も多く削減できるように頑張りたいと思う。

暑かったり寒かったりしたために期間中前年より使用量が増えてしまった月もあって、それは残念でしたが、記念品を楽しみに頑張れたと思います。これをきっかけに無理はせず、でも工夫できるところ気をつけるべきところなどを考えながら省エネに取り組んでいきたいと思います。参加できてよかったです。ありがとうございました。

以前から、省エネや家庭ゴミの減量などに出来る範囲で取り組んでいましたが、今回の「省エネチャレンジ」は日頃の省エネに対する意識を一層高めさせて、新たな取り組みを始めるきっかけとなりました。世帯単位でのエネルギー消費量の削減は僅かかもしれませんが、多くの人が省エネを実践すれば、エネルギーの無駄遣いが減って、電力・ガス単価の引き下げにも繋がって、広く社会への還元にもなるのではないかと思います。

前回につづいての参加になります。今年は子供が生まれた関係で、あまり省エネを意識することができませんでした。来年は子供も大きくなり、家での電気・ガスの使い方も変わるので、またチャレンジしたいと思います。

一昨年に初チャレンジをして、今回は2回目となりました。家族みんなで省エネを意識して取り組みました。よい結果がでて満足しています。ほんのちょっとだけ意識するだけでしたが、日々の積み重ねになると結果大きな省エネになることがわかりました。企画は終了ですが、これからも省エネを意識しながら過ごしていきたいです。

普段はばく然と「電気代高くなったな～」と請求額を見てるだけでしたが、今回これにチャレンジするにあたり、電気・ガスそれぞれの使用量を把握したり、使う量を控えるよう意識するきっかけになりました。来年もチャレンジしたいです。

子供が2歳なので無理ない範囲で取り組みましたが、思うように節約できなかった。また、夏の暑さでも影響が大きかった。来年また参加したい。

とても良い取り組みなので、来年度も是非参加したい。

夏はエアコン、冬は床暖房で、電気・ガスともにかかってしまいます。今は同じ部屋ですぐすこともできますが、子が中学、高校と大きくなるにつれ、光熱費もかかると思うと環境面でもおさいふ面でもおそろしいです!!

猛暑の年、努力したが、電気は達成できなかったが、ガスはまずまずの結果であった。省エネチャレンジが終了しても絶えず省エネの姿勢でSDGSIに取り組みたい。

電気は昨年よりも使用量が上回ってしまった。猛暑の影響もあったのだろうか。ガスは昨年よりも大幅に使用量を削減することができた。省エネチャレンジを通して、月々の使用量を意識して生活することができたので、来月もまた企画して欲しい。

蓄電池を導入したことで買電量が減少し、見かけ上の電力使用量も削減されました。すでに省エネ対策を講じていることから、次年度は「乾いた雑巾を絞るような」取り組みとなり、更なる削減は難しいと感じています。今後は、2年連続で参加する場合に削減率に応じて得られるポイントを増やすなど、継続的な参加に対するアドバンテージがあると、より前向きに取り組めると感じます。

去年より使用量を減らすために、家族で協力して節電に取り組みました。少しだけですが、使用量を減らせた月もありよかったです。

家庭の省エネハンドブックを読み省エネに取り組みました。慌ただしい生活をすると省エネの気持ちもなくなるので余裕のある毎日を過ごすことも必要なことに気がきました。

エアコンを買い替え、ガスファンヒーターの使用を少なくしたことで、節電、節ガスに取り組めたと思います。

注:報告書「5報告書提出前の確認事項」の記載についてのコメント 現
在ほとんどの家庭では水道料金以外は検針票は投函されておらず、ウェブはまずログインして閲覧するので、基本的に画面上に氏名は出てないと思います(少なくとも東京ガスHPでは)。よって、①～④がすべて記載されている画面というものはウェブ上ではないのではないかと思います。

子供と一緒に楽しんでとりくみました。昨年も参加しましたが、今年は猛暑で電気代が高かったと改めて感じます。申込者(世帯主)と電気ガスの申込者が違いますが、夫婦です。

このチャレンジがあった事により、いつもより省エネを意識して過ごせたように思います。積み重ねが大切なので半年間の間で2ヶ月選べるのもチャレンジしやすいポイントでした。

初めて省エネチャレンジに参加させていただきました。いつも節電には心がけていましたが、今年はいつもの以上に電気、ガスの使い方に気をつけていました。昨年と数字で比べられたことも、とても良かったと思います。毎年気候の変動があり、節約が難しい時もありますが、できる範囲で小さな節電を心がけていきたいと、強く思いました。ありがとうございます。

寒い日が多くなると、ガス使用量を減らすのが難しいですが、これからもできる範囲で省エネを心がけます。

冷房・暖房を控えるのは難しいですが、使用量を把握し過ごし方を工夫することはできそうです。他のことも生活が楽しめる範囲で取り組めそうです。光熱費について、知り、考える機会をつくっていただきまして、ありがとうございます。

今回はじめて小金井市の省エネチャレンジに参加させていただきました。結果として、電気・ガスの使用量を大きく減らすことはできませんでしたが、小学生の子どもが地球温暖化について興味を持ちはじめたので、家庭でできること、省エネについて一緒に考えるきっかけになりました。微力ながら引き続き、家庭でできる省エネを実践していきたいと思っています。

今回参加してみて、家族で電気・ガスの使用量を見直すきっかけになりました。普段は無意識だった照明や暖房の使い方を意識するようになり、少しずつ節約できた実感があります。環境に配慮しながら家計にも優しく、家族全員で省エネに挑戦できたのは良かったです。

今年は暑すぎて省エネは難しかった。使用量が減ったのは在宅日数が減ったため。

今年は2年目で電力の見える化で節電を常に家族で意識できました。

前年も取り組みをしたので効果的には小さいものになりましたが、節電を行えたことが良かった。何回も取り組みを行っている
と連続2ヵ月というしほりがきつくなってきているので期間中の2ヶ月としてえらべるとさらに参加意欲が出てくる。

電気とガスの使用量を見るきっかけになり、他の家庭とくらべて、我が家の使いすぎる季節の傾向がわかった。対策も立てやすくなった。だけど多くは季節や気候の影響なので、特に夏は節電が難しいと感じた。

今年は夏がとても暑く、あまり節約できなかったのもむずかしかった。

今年は春から夏にかけて暑かったせいか、エアコンの使用も多くなり節電をすることが難しかったです。今後もこのような暑さが
予想されるので、何かいい案があれば教えていただきたいです。

猛暑のため、7月8月は昨年よりも電気、ガスとも増えてしまいました。ただ、節電エネルギーしなきゃ！と意識しながら暮らして
いくと、ものをひとつ捨てるのも考えたり、水を使うのもまとめて使おうと思うようになったので、意識改革ができてよかったと
思います。

じみちな省エネもとても大切と思います。一人ひとりがやれば、それが大きなエネルギー削減につながります。気候市民会議
の成果はどうなるか、期待しています。

なるべくエアコンを使わないようにしました。我家には発電のメーターがあるので、電力がかさむものの利用を減らしたり、発
電をうまくいかしながらチャレンジすることで金額を減らせて楽しかったです。

省エネチャレンジに参加させてもらったことで、節電に取り組むことができました。ありがとうございました。