



クールチョイス相談 節エネ 記入シート

このシートはクールチョイス相談のために、ご家庭の省エネ・節電についてチェックするシートです。
温室効果ガスを 2030年までに45%減(2010年比) を目指して、できることを探しましょう。

【1】 あなたの家族人数(一緒にお住まいの自分も含めてた人数)と、お名前をご記入ください

家族人数	お名前(イニシャル・ニックネームでも可)
人	

【2】 鉄道やバスを利用しやすい地域ですか？

・はい ・いいえ

【3】 住んでいる家は？

・一戸建て ・集合住宅 ・マンション・その他

【3-2】 リフォームなどの家に手を入れることは可能ですか？



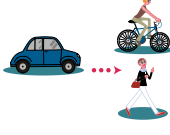




・はい ・いいえ

【4】 以下の機器で10年以上使っている機器があれば○を付けてください。(何台かある場合、よく使うものに含まれば○)

・エアコン ・冷蔵庫 ・照明器具 ・テレビ ・給湯器 ・シャワーヘッド ・車

【5】 次の項目で右側から選んで○をつけてください。

チェック項目		あてはまるところを○で囲ってください。			
		1	2	3	4
家電	(1) 冷蔵庫は何台もっている？	・購入時に省エネを考えて買った五つ星1台 ・持っていない	・省エネを考えずに普通に買った1台	・2台以上所有	・わからない
	(2) 照明器具で白熱電球を使用している？ (家全体の照明を考えてみてください。)	・すべての部屋は、LED	・省エネ型の照明に変更を検討したい ・長時間使う照明はほぼLED	・白熱電球もよく使用している	・わからない
	(3) テレビ・冷蔵庫・食洗器・便座等でエコになる設定(省エネ設定)をしている？	・できるだけエコ設定をしている	・いくつかはエコ設定をしている	・エコ設定はしていない	・わからない
冷暖房	(4) 主に使う暖房器具は？ 最もよく使うもの (リビングなどよく使う部屋のものをお答えください。)	・エアコン ・薪ストーブ ・ペレットストーブ ・こたつのみ ・ホットカーペット ・ヒートポンプ床暖房	・ガスや灯油のストーブ ・ファンヒーター ・ガス床暖房	・電気のストーブ ・ファンヒーター ・オイルヒーター ・電気の床暖房 ・蓄熱式床暖房	・それ以外
	(5) 主に使う部屋の窓の「断熱」「遮熱」対策は？	・複層ガラス窓 ・内窓を設置 ・よしず ・すだれ ・オーニング ・みどりカーテン	・厚めのカーテン ・断熱ボードで対策 ・遮熱カーテン ・遮熱フィルム	・単板ガラス窓で特に何もしてなく部屋が寒い ・特に何もしてなく部屋が暑い	・わからない
	(6) エアコンのメンテナンスをしている？	・フィルター掃除やダストボックスの清掃をしている	・室外機の風通しを良くしている	・特にしていない ・わからない	・エアコンが無い ・自動掃除機能に任せている

チェック項目		あてはまるところを○で囲ってください。			
		1	2	3	4
給湯	(7)季節によって風呂の湯張りする量や温度を調整している？	・湯張り量と温度は調節している ・シャワーしか使わない	・ときどきお湯の量や温度を調整している	・いつも同じ量で、温度も調節していない	・わからない
	(8)お風呂をわかすのに使っている給湯機の種類は？ 	・高効率給湯器 太陽熱温水器 薪ボイラー エコワン(ハイブリッド) エコキュート(電気) エコジョーズ(ガス) エコフィール(灯油) エネファーム(ガス)	・ガス給湯器(普及型) ・灯油給湯器(普及型)	・電気温水器	・わからない
	(9)節水シャワーヘッドを利用している？ 	・利用している	・購入検討中	・利用していない	・わからない
車	(10)車の使い方は？ 自転車や徒歩、公共交通は使っている？ 	・車もっていない (以下車は最右4列)	・自家用車は使うがなるべく車以外を時々選択している	・無意識に車を使うが、自転車や徒歩、公共交通に変えることは可能	・自家用車を使うしかない
	(11)車の燃費性能は？リッター何km走るか知っている？ 	・20km以上 ・電気自動車	・10km以上 20km未満	・10km未満 ・知らない	・車を持っていない
	(12)エコドライブを心掛けている？  ・ふんわりアクセル ・早めのアクセルオフ ・カーエアコンの使用控え目 ・アイドリングストップなど	・いつも気にかけている	・ときどき気にかけている	・全く気にかけてない	・車を持っていない
再エネ・意識	(13)太陽光発電や太陽熱温水器を設置している？ 	・太陽光発電を設置している ・太陽熱温水器を設置している	・太陽光発電または太陽熱温水器設置を検討したい	・設置は考えたことはない ・わからない	・設置は考えられない ・設置は無理
	(14)再生可能エネルギー割合の高い電力会社を選んでいる？ 	・再生可能エネルギーの割合の高い電力会社を選んでいる	・再生可能エネルギー割合の高い電力の契約変更を検討したい	・わからない ・知らなかった	・電気の契約変更は難しい
	(15)世界では今世紀後半の早いうちにCO2排出量を実質ゼロにする目標があるのを知っている？ 	・知っている	・聞いたことはある	・知らなかった	・わからない
	(16)家の光熱費がいくらかを知っている？	・知っている	・おおよそ知っている	・わからない	・ひみつ

【6】 1年を通じての一月平均のおおよその光熱費を記入してください。

電気代	ガス代		灯油代	ガソリン代	オール電化
	都市ガス	LPガス			はい・いいえ
円	円	円	円	円	