



節電にご協力ください

夕方**15時から18時**の時間帯は**電力需給がひっ迫**しています

Action 1

冷房時の目安は**28℃前後**を目安に！
暑い時は**扇風機**を併用しましょう

Action 2

使わない電気などの**コンセント**は抜く
待機電力のオフを心がけましょう

Action 3

できる範囲で**天井照明**を**オフ**に！
スポット照明を利用しましょう

Action 4

できる範囲で**パソコン**
ディスプレイの輝度を
下げて、**不要時は消灯**
しましょう

Action 5

日中の日射を遮るため、
ブラインド、カーテン等
を利用しましょう

無理のない範囲で節電を！水分補給も忘れずに！



江戸川区 福祉部 介護保険課