

上手に省エネ

ワンポイント・アドバイス

ほとんどのご家庭で毎日活躍している電化製品のひとつ
買うとき、炊いたとき、食べるとき、ちょっとした工夫で
電気が節約でき、大きな省エネルギーに…

電子ジャー ～炊飯器編～

買うとき

容量選びは、家族数や
ライフスタイルに合わせて。



保温するなら6時間までに

炊いたとき

はや炊きも通常炊飯も、
電気代は同じ。

ご存じですか？

調べてみました。

1合～5合のお米を炊飯しました
5・5合炊きと1升炊き消費電力量は

結果は…

同じご飯を炊いた場合では
5・5合炊きのほうが電力量少ないと
いうことがわかりました。

1膳分(200～300g)のご飯を
冷蔵庫で保存し、レンジで
あたため直した時の電気代は

0.7円
(30Wh)

1膳分(200～300g)の
ご飯を冷凍庫で保存し、レンジで
あたため直した時の電気代は

3円
(180Wh)

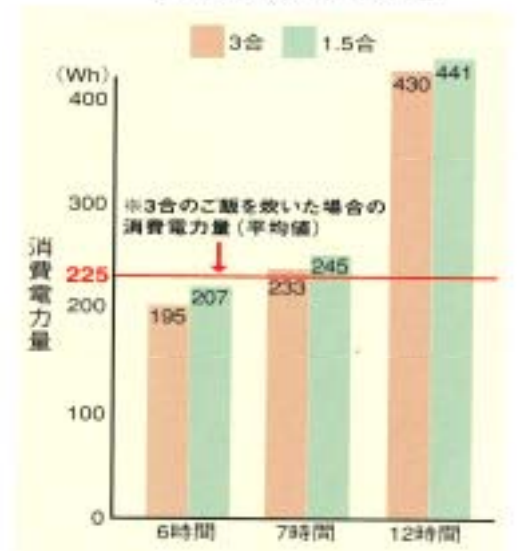
残ったご飯が
少なかったら、
冷蔵庫や冷凍庫で
保存しましょう。



調べてみました。

3合と1・5合のご飯を1升炊き用で
保温し、それぞれの消費電力量は？

保温による消費電力量



結果は…

3合のご飯を12時間保温すると、3合の
ご飯を2回炊くのと同じ電力量を消費
また、保温するご飯の量が少ないほど
電力を多く消費してしまう。