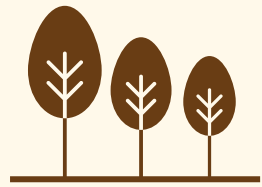


# 節ガスのススメ



知って、おトクに、快適 節ガス生活。  
ガスに関する節約術と、その効果についてご紹介します。

\*算出の数値は都市ガス使用時のものです。1世帯(4人家族)当たりの効果を指します。

## キッチン編



### 鍋を火にかけるときはふたをする

24cmの鍋で20℃の水をふた有りとふた無しで2L沸かした場合  
(ふた有り：6.8分、ふた無し：7.5分)。  
※1日3回×365日として算出。

年間の節ガス効果\*

1,181<sup>※1</sup>円 / 5.1 m<sup>3</sup>

### 炎は鍋底からはみ出さないようにする

20cmの鍋(ふた有)で20℃の水1Lを沸かした場合  
(強火：4.5分、中火：6.4分)。※1日3回×365日として算出。

年間の節ガス効果\*

1,992<sup>※1</sup>円 / 8.6 m<sup>3</sup>



40℃ → 37℃

### 台所の給湯温度設定を低くする

20℃(60L)の水道水を使い、湯沸かし器の設定温度を40℃から37℃にし、  
1日2日手洗いした場合。※冷房期間を除く253日として算出。

年間の節ガス効果\*

2,015<sup>※1</sup>円 / 8.7 m<sup>3</sup>

### 鍋底の水滴を拭き取ってから火にかける

やかんに水滴が付着していない場合と5ml付着している場合の比較。  
※1日3回×365日として算出。

年間の節ガス効果\*

139<sup>※1</sup>円 / 0.6 m<sup>3</sup>

# リビング編



22°C → 20°C

## ガスファンヒーターの暖房設定温度を下げる

暖房設定温度を22°Cから20°Cにした場合（使用時間は9時間/日）。  
※暖房期間5.5ヶ月（169日）として算出。

年間の節ガス効果\*

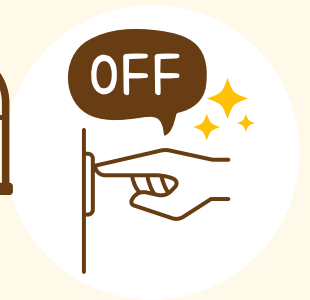
4,535<sup>※2</sup>円 / 33.9m<sup>3</sup>

## ガス温水式床暖房は余熱を考慮し早めにスイッチを切る

床暖房を1日9時間使用し、部屋を出る30分前にスイッチを切った場合。  
※暖房期間5.5ヶ月（169日）として算出。

年間の節ガス効果\*

572<sup>※3</sup>円 / 6.0m<sup>3</sup>



# お風呂編



## お風呂のふたを閉める

40°Cに温められた180Lの湯を、4時間後にもとの40°Cのふた有りとなふた無しで  
追いだきした場合。※1日1回×365日として算出。

年間の節ガス効果\*

4,608<sup>※1</sup>円 / 19.9m<sup>3</sup>

## 時間をあけずに続けて入浴する

40°Cに温められた180Lの湯を、2時間後に冷めてから追いだきした場合と  
追いだきしない場合。※1日1回×365日として算出。

年間の節ガス効果\*

3,613<sup>※1</sup>円 / 15.6m<sup>3</sup>



42°C → 40°C

## お風呂の設定温度を下げる

180Lの水を20°Cから40°Cに沸かす場合と42°Cに沸かす場合。  
※1日1回×365日として算出。

年間の節ガス効果\*

3,011<sup>※1</sup> 円 / 13.0 m<sup>3</sup>

200L → 180L

## 浴槽の湯量を少なくする

40°Cにお風呂を沸かす際、180Lを沸かす場合と200Lを沸かす場合。  
※1日1回×365日として算出。

年間の節ガス効果\*

3,335<sup>※1</sup> 円 / 14.4 m<sup>3</sup>

## シャワーの時間をひとり 1分短縮する

シャワー湯量10L/分としてシャワーを5分流した場合と6分流した場合  
(家族4人分で算出)。※1日1回×365日として算出。

年間の節ガス効果\*

6,693<sup>※1</sup> 円 / 28.9 m<sup>3</sup>

DOWN ↓



42°C → 40°C

## シャワーの設定温度を下げる

1人あたり5分(50L)シャワーを使用したときに、シャワーの給湯温度を  
42°Cから40°Cに下げた場合。※1日1回×365日として算出。

年間の節ガス効果\*

3,335<sup>※1</sup> 円 / 14.4 m<sup>3</sup>

### 【試算条件】

- 節ガス効果のガス量は、東京ガスが公表している『ウルトラ省エネブック』を参照しています。  
東京ガス『ウルトラ省エネブック』：<https://www.toshiken.com/ultraene/>
- ガス料金はそれぞれ以下の条件で算出しています。
  - ※1：当社の一般ガス供給約款における料金表Cの調整単位料金（2024年7月分）にて算出
  - ※2：当社の厨房・給湯・暖房契約における冬期料金表Dの調整単位料金（2023年12月分）にて算出
  - ※3：当社の床暖房契約における冬期料金表Eの調整単位料金（2023年12月分）にて算出
  - ※2※3：政府支援により、調整単位料金を1m<sup>3</sup>あたり消費税込15円減額しています。
- ガス料金には消費税等相当額を含みます。
- 本資料の数値は、一定の条件により算定されたものでお客さまの使用状況や使用環境によって異なります。
- 各データは原則として表示した単位未満で四捨五入しています。