

## Go Renewable チェックリスト

協力：e シフト（脱原発・新しいエネルギー政策を実現する会）

私たちの日々の選択によってエネルギー消費を減らすことで、新しい発電所建設の必要性をなくし、一方で再生可能エネルギーの推進により環境や社会へのフットプリントが大きい原子力や化石燃料による発電を代替し、価値ある仕事を地域社会で増やすことにつながります。

### <空調>

- 空調の室温設定は天候を考慮し、適温にしている。
- 夏季は直射日光によって室内の気温が上がらないようブラインドなどを利用して遮光し、扇風機の活用している。
- 季節や天候などに応じて窓を開け外気による自然空調である。
- 必要に応じて窓ガラスに遮光フィルムを施した。
- 空調の室外機の状態も電力消費を左右するため、日光が当たらないように日よけなどを設置した。

### <照明>

- 明るい日中はできるだけ自然光を取り入れ、照明の使用を抑制している。
- 卓上ライト、天井の照明を使い分けしている。
- 廊下、トイレ、キッチンなどの照明や換気扇は使用時のみ点灯し、使い終わったらこまめに消している。
- LED 電球へ交換した。
- 夜間照明は、防犯上の必要性を考慮して判断している。

### <PC などの電子機器>

- 省エネモードを活用している。
- モニターの照度（ブライトネス）を使用上支障がない程度に調整している。
- 一定時間使用しないときは電子機器の電源をシャットダウン、もしくは、スリープモード、電源オフしている。
- 長期間使用しない場合は、電子機器の電源をシャットダウンした後、コンセントからコードを抜き、待機電力を抑制している。

### <キッチン/トイレ/お風呂>

- キッチンの電化製品（レンジ、トースター、炊飯器、コーヒーマシンなど）は、使用後はコンセントを抜き、待機電力を抑制している。
- 冷蔵庫には余分なものを保存せず、ドアの開閉はすばやく行っている。
- トイレの暖房便座を使用している季節は、使用の都度、ふたを閉めている。
- 複数の人がお風呂に入るときは、できるだけ連続して入ることで温め直しなどによるエネルギー使用を抑制している。
- できるだけ家族で一緒に食事を取ることで温め直しなどによるエネルギー使用を抑制するとともに、家族間のコミュニケーションが増えている。

### <外出時>

- エレベーターやエスカレーターではなく階段を積極的に使っている。
- 電車やバスなど公共の交通機関を利用している。
- 旅行などの際には荷物は最小限に抑えて重量を減らし、電車などの動力への負担を減らしている。

### <再生可能エネルギーの推進>

- 自治体が提供している再生可能エネルギーの導入に対する補助金などを活用して太陽光パネル、太陽熱温水器、ペレットストーブなどを導入した。
- 電力小売り全面自由化に際して、原発に由来しない、再生可能エネルギーによる電力を望んでいることを可視化するため、「パワーシフト」宣言をした。 <http://power-shift.org/>
- 自分の住んでいる自治体に再生可能エネルギーに関する制度や条例がないので、設置するように働きかけている。
- 国や自分の住んでいる自治体がエネルギー政策に関する意見募集（パブリックコメント）をしたときは自分の意見を積極的に届けている。
- 自分の住んでいる自治体の首長に「脱原発をめざす首長会議」への参加を働きかける要望ハガキを投函した。
- 自分の住んでいる地域で行われているコミュニティ電力などの活動に参加している。
- 再生可能エネルギーの普及を呼びかけている NGO/NPO の活動に参加していたり、支援をしている。
- お金を有効に使うため、再生可能エネルギーの地域事業などに投資した。
- 再生可能エネルギーで生産された商品を、優先的に購入活用している。

### <その他>

- 家庭の契約アンペアの値を変更して下げた。アンペアダウンをすることで、基本料金の値下げ、火力発電所のピーク電力と CO2 排出量を低減することができる。
- 地産地消を取り入れている。モノの流通過程で発生するエネルギー消費を減らすことができる。
- 住んでいる地域の気候風土、季節の気候の変化に合わせた暮らしをすることでエネルギーへの依存を減らしている。
- 休日は動力に依存しないアウトドアスポーツなど野外で過ごす時間を楽しんでいる。