

平成26年度  
キッチン関連調査・研究活動報告書

**家庭内省エネについて**  
**KS、ICの果たす役割の検証 - VOL.2**  
～現代のキッチン周辺空間における住まい方  
実態調査からエコを推奨する～

平成27年5月

JAFICAうちエコ研究会

**JAFICA**

日本フリーランスインテリアコーディネーター協会  
Japan Freelance Interior Coordinator Association

## 目次

◇はじめに .....	2
◇テーマの目的 .....	3
◇調査研究活動	
① 実態調査の実施 .....	4
② 意見交換の実施 .....	6
③ 勉強会の開催 .....	8
④ うちエコフォーラムの開催 .....	9
◇まとめ .....	10
(参考) 調査研究活動の時系列整理表 .....	12
◇添付資料	
資料① うちエコ診断アンケート項目一覧表	
資料② うちエコ診断の【省エネ対策提案】に対しインテリアでできる対策案とその可能性	
資料③ キッチン関連研究レポート	
資料④ 「窓装飾とエコ」勉強会レポート	
資料⑤ うちエコフォーラム2015 開催記録	
資料⑥ フォーラム配布資料「JAFICAのうちエコ診断について」	
資料⑦ JAFICAうちエコフォーラム2015アンケート集計	
資料⑧ うちエコフォーラム2015 配布用チラシ	

## ◇はじめに

地球温暖化は、世界中に異常気象をもたらしています。その原因となっている二酸化炭素(CO2)の排出量が、日本の産業部門で減少しているにもかかわらず、家庭部門では増え続けているという問題が生じています。

特に「キッチン周辺空間」には、エネルギーを消費し二酸化炭素を排出する機器類が多く存在しているので、この空間での省エネ・省二酸化炭素対策を進めることができれば、家庭部門での温室効果ガス削減に大きく貢献することができると考えます。

そこで私たちは、キッチン周辺空間で生活者がどのような暮らし方をしているのかの実情を、より深く調査し実態に迫る必要があると考え、「うちエコ診断」というツールを使い具体的な実態調査を行いました。そして、インテリアの専門家としての検証を行い、インテリアでできる具体的なエコ対策を確立することになりました。

環境問題は、世界的な取り組みが行われていて、日本でも世界基準で決められた目標に合わせる事が急務となっています。日頃、インテリア環境整備業務に深く関わっている立場からも、KS,ICがエコ意識を持って職務に臨むことは必須となり、こうした積み重ねこそが地球環境保全に繋がっていくと考えます。

KS：キッチンスペシャリスト

キッチンの空間・機能・設計・施工の知識を活かし、快適で使いやすいキッチン空間を提案するアドバイスをを行う者。

IC：インテリアコーディネーター

インテリアや住宅や商品に関する幅広い知識・専門的な技術などを駆使し、住まい手の要望をライフスタイルに合った住空間に導く者。

本事業に参加したメンバーは以下の12名です。（敬称略）

オブザーバー 栗山正也

メンバー 江口恵津子、片柳通行、富田恵子、齋藤令子、西直枝、佐藤友治  
中山瑞穂、鈴木哲、高尾大介、吉田ジュンコ、横山玲子

※ この調査研究は、公益社団法人インテリア産業協会の「キッチン関連調査・研究活動支援事業」助成金を得て活動しました。

## ◇テーマの目的

エコという切り口からの住まい方を、ハード対応提案に加え、KS,ICならではのソフト提案を加味した「美しいエコな住まい空間」を提唱する事です。

## ◇調査研究活動の内容と結果

### ① 実態調査の実施

現代日本のキッチン周辺空間での住まい方を、各家庭での個別対面調査をするために「うちエコ診断」を使って、実態調査を実施しました。

#### うちエコ診断とは？

- ・環境省認定の「うちエコ診断士」が専用ソフトを用いて、各ご家庭から排出されるCO2排出量やエネルギーの使用状況を調査して、無理のないエネルギー対策をご提案するシステムです。
- ・お住いの地域の気候や家族構成で変化するエネルギーの使用状況を把握することができます。

うちエコ診断では、約50項目にもなる事前アンケート（資料① うちエコ診断アンケート項目一覧表を参照）を行い、診断中もさらに細い聞き取り調査を行うため、実態調査としてとても有効なツールとして使用することができます。キッチン空間におけるインテリアの関わりがエコにどう影響するのかを調査し、無理なく実践できる美しいエコインテリアの具体策を検討しました。

### <実施内容>

#### ◎うちエコ診断

- |             |                      |     |
|-------------|----------------------|-----|
| ・11月12日～14日 | JAPANTEX WTPブースにて実施。 | 7件  |
| ・12月～2月     | 各自、訪問診断を個別に実施。       | 43件 |
| ・2月19日      | うちエコフォーラム2015にて実施。   | 5件  |

#### ◎調査・研究

- |        |                           |
|--------|---------------------------|
| ・2月～3月 | 各自データ収集、情報分析。             |
| ・3月12日 | JAFICAうちエコミーティングにて、具体案検討。 |



JAPANTEX WTPブース



うちエコフォーラム 2015

## <結果>

うちエコ診断実施時における生活実態の聞き取り調査において、生活者が独自に情報を入力し実践している「エコな生活方法＝省エネ対策による光熱費の節約」がどのようなものであるか、また意識はしているが取り組むまで至らない理由がなんであるのか等、事前診断を併用しながら実際に会話することで実態を把握することができ、各家庭のライフスタイルに合わせた対策を検討することができました。

また、各家庭における事情は様々であり、食事の時間においても家族揃って食事をとることができる家庭と、出勤や帰宅時間がバラバラであったり介護者や乳幼児のいる家庭など調理や食事時間が別々になってしまうような家庭とでは、省エネのためにできることに違いがあることがわかりました。

ライフスタイルを変えずに、無理なく実践できる省エネ対策として、最も効果のある省エネ機器への買い替えも、簡単にはできないというご家庭も多いことから、住環境の整備や、シンプルに暮らすための工夫が必要であると考えられます。

今回の調査研究で検討された具体案を、実務の中で検証していき、うちエコ診断により実態調査も繰り返し行っていく事で、積極的に生活者や関係各所にアピールしていきたいと考えます。

### 参照資料

- 資料① うちエコ診断アンケート項目一覧表
- 資料② うちエコ診断の【省エネ対策提案】に対しインテリアでできる対策案とその可能性
- 資料③ キッチン関連研究レポート

## ② 意見交換の実施

調査過程で行ったうちエコ診断などを通して、受診者や各関係者と随時意見交換を実施してきました。双方向での意見交換によりお互いの情報を収集するとともに、美しく快適なエコインテリアを広く一般にも認識していただく事が目的です。

### <実施内容>

- ・ 11月12日～14日 JAPANTEX会場内にて、環境省及びうちエコ制度運営事務局と実際のうちエコ診断を見ながら意見交換を実施。受診者とも意見交換を実施。
- ・ 12月～2月 各自、訪問診断時に受診者と意見交換を実施。
- ・ 11月～3月 毎月定例のJAFICAうちエコミーティングにて、メンバー同士で意見交換を実施。
- ・ 12月19日 スキルアップ研修会にて、オブザーバーの栗山氏と意見交換を実施。
- ・ 2月19日 うちエコフォーラム2015にて、インテリア産業協会 環境省からのご来賓をいただき、ご意見をいただく。



うちエコフォーラム 2015  
環境省地球環境局地球温暖化対策課 課長補佐 井戸井 毅様



うちエコミーティング

## <結果>

「美しいエコなインテリア」「スマートインテリア」という言葉で言うのは簡単ですが、それを数値化して実感いただけるツールには説得力があります。私たちは「うちエコ診断士」となり48件のそれぞれのご家庭を診断してまいりました。

その結果、このツールの問題点として「家電の買い替え」「自動車」等の機能面に注力されている実情を感じました。

「うちエコ診断」がよりお客様にとって身近になるよう、インテリアの項目を増やすこと、「窓」「キッチンまわり」「床材」「照明」などの機能性と装飾性が共存できるような「うちエコ診断ソフト」になるように、その都度意見してまいりました。ソフトの数値化<sup>(※1)</sup>は大変難しいことであるが前向きに検討したいとの、環境省の私見を頂いています。

これから「美しいエコインテリア」実現のため「うちエコ診断」がその精度をまし、一般周知できれば、ICの職能のアップになり社会的認知度が上がり、社会貢献度も高めることができると考えます。

※1 ソフトの数値化：装飾性から人が感じる「美しい・心地いい」などを数値化すること。



### ③ 勉強会の実施

美しいエコインテリアを提唱するためには、窓装飾が特に効果的と考え、窓装飾のスペシャリストによる「窓装飾とエコ」と題したセミナーを開催していただきました。

#### <実施内容>

- ・「窓装飾とエコ」セミナー開催

講師： 竹内 久美子

日時：2014年12月19日（金）

会場： JAFICA青山事務所

参加者： うちエコ研究会 5名



#### <結果>

エコを考える上で、窓周りから出入りする熱をいかに防ぐかという事はとても重要な問題です。今回のセミナーでは、窓装飾とエコの関係性について具体的な事例と共に学ぶことができました。

キッチン周辺空間の窓装飾の重要度は、リフォームが大型化する傾向にある昨今、ますます上がっていくことと思います。今回は「窓」に焦点を当てたセミナーでしたが、これから発展してインテリア全般にエコを取り入れながら美しいデザインを提供することが、次代をになうICの重要なスキルとなる事でしょう。

#### 参照資料

資料④「窓装飾とエコ」勉強会レポート

#### ④ うちエコフォーラム2015の実施

国の省エネ対策にも寄与する社会貢献度の高いインテリアの専門家であるKS, ICのアピールに繋げるため、企業やメディア関係者を参加対象としたフォーラムを開催して、業界での環境保全への取り組みをさらに促したい。

##### <実施内容>

開催日時：2015年2月19日（木） 15:00～17:00

会場： 学士会館 203号室 （東京都千代田区神田錦町3 - 28）

参加人数：16人

##### <結果>

美しく快適なエコなインテリアを一般の方に知って頂く良い機会になりました。ICにも、うちエコ診断のツールを介在することにより、お客様とのより密度の高いコンタクトが可能なることを知って頂きました。

新聞、メディアにも掲載頂き、地方の工務店からの参加、また、大手化粧品メーカーからの問い合わせも頂きました。

フォーラムにて発信することにより、社旗的認知度の向上、異業種とのコラボなどICの未来につながる実証が進みました。



##### 添付資料

資料⑤ うちエコフォーラム2015 開催記録

資料⑥ フォーラム配布資料「JAFICAのうちエコ診断について」

資料⑦ JAFICAうちエコフォーラム2015アンケート集計

資料⑧ うちエコフォーラム2015 配布用チラシ

## ◇まとめ

「機能性」と「装飾性」＝「ハード」と「ソフト」  
ライフスタイルプランナーのICだからこそ出来る事

「家庭内省エネについて、KS,ICの果たす役割の検証」昨年度より引き続きこのテーマで調査研究を進めてまいりました。昨年度は環境省の推奨する「うちエコ診断」を実施研究することにより、ICのうちエコへの関心度を上げる事、差別化できるツールである事、社会貢献の幅が広がる事、などの結果を得て、ICの新たなる戦力になる可能性を公表しました。

本年度は、その「うちエコ診断」をツールとして用い、多くの調査項目のデータを取り、ハード面での実践研究を重ね、その上にICとしてより豊かな居心地の良さを提唱する研究をしてまいりました。

今回改めて多くのお客様とエコを中心にお話を進める事により、家庭内CO<sub>2</sub>削減の意識は、年齢別、地域別を問わず、向上している事を痛感します。

しかしこの待った無しの状況下でも、各家庭の事情が足かせとなり、うちエコを実践できず、それがストレスとなる実情を見てまいりました。

ICはライフスタイルプランナーとも言えます。たくさんの家庭の状況を把握する事により、今できなくともその先を考え「我慢するエコ」ではなくその先の住まい方のアドバイスをすることが可能です。

「うちエコ診断」は家庭内の問題を浮き彫りにする事ができ、ハード面の数値化から多くの気づきを導き出す有効な手段ですが、その先のソフトな提案まで発展する事が困難です。

「我慢するエコ」「負担するエコ」で終わってしまいがちです。

「機能性」と「装飾性」この相反することはインテリアにとって欠かせないものです。設備や家電の買い替え、窓など機能性を高めエコな空間を作り出しただけでは心が満足できず、また反対に、華やかな贅沢インテリアだけでは、自分だけエコでない後ろめたさを感じ、満足できない心があります。

その両方をあわせて提案できるのがライフスタイルプランナーとしてのICならではの職能です。実際のところ、キッチンリビングに家族が集まる絆の深い家庭のエコ度は、高い数値が得られます。

「美しいエコインテリアの提案」は「機能性（ハード）と装飾性（ソフト）」を兼ね備える今もっとも注目すべき事であると考えます。

ICが作り出してきた豊かな空間に、エコの機能を随所に用い、本当の居心地の良い暮らしを世の中に提供していかなければいけません。

「うちエコ診断」にもソフトな提案に繋がる項目の必要性を提示し検討して頂いています。より有効なツールになり、ICの仕事の幅を広げ、社会的認知度もあげる、付加価値の高い資格になるでしょう。

フォーラムで発信したところ、大手化粧品メーカーからの問い合わせもありました。エコを中心に、放射状に異業種との関わり合いもできました。

今後の活動として、エコを考えるイベント等に出展し「美しいエコインテリア」を実際に空間展示して、その美しいインテリアの中に、たくさんのエコのアイデアを盛り込み、クイズ形式で探し出すコーナーなど、一般の方々に実際にみて感じて頂ける発信もしていきたいと考えます。

さらに、エコに興味のあるIC,KSの全国ネットの構築、企業とのエコ製品の共同開発、うちエコ診断イベントの出張、セミナーの開催などを考えています。

これまでの経験と考察を踏まえ、より実践的に、IC,KSだからこそ出来る美しいエコインテリアの普及やスマートインテリアの提案をまいります。

(参考) 調査研究活動の時系列整理表

平成26年度	・本事業への参加者 12名
平成26年 5月	・本年度JAFICAうちエコ研究会始動 ・年間計画、役割分担
6月	・うちエコ診断士受験申し込み ・うちエコ診断実施機関に申請を検討
7月	・うちエコ診断士資格試験対策 特別授業実施
8月	・うちエコ診断士資格試験1次試験
9月	・環境省うちエコ診断実施機関の登録完了 ・うちエコ診断士資格試験2次試験 2名合格
10月	・うちエコ診断士 実施機関へ登録完了
11月	・JAPANTEXにてうちエコ診断実施、診断者と意見交換実施 環境省及びうちエコ制度運営事務局と意見交換実施 ・各自、データ収集、情報分析 ・ミーティングにて診断士どうしで意見交換実施 ・助成事業中間報告
12月	・スキルアップ研修会 オブザーバーの栗山氏と意見交換 ・「窓装飾とエコ」セミナー開催 ・各自、訪問診断実施、診断者と意見交換実施 ・各自、データ収集、情報分析 ・ミーティングにて診断士どうしで意見交換実施
平成27年 1月	・各自訪問診断実施、診断者と意見交換実施 ・各自、データ収集、情報分析 ・ミーティングにて診断士どうしで意見交換実施
2月	・うちエコフォーラム2015開催 ・各自訪問診断実施、診断者と意見交換実施 ・各自、データ収集、情報分析 ・ミーティングにて診断士どうしで意見交換実施 ・助成事業終了報告
3月	・各自、データ収集、情報分析 ・ミーティングにて診断士どうしで意見交換実施 ・研究レポート作成 ・調査研究の結果詳細報告書作成・提出
4月	・調査研究の結果詳細報告書（公開スタイル）作成・提出

資料① うちエコ診断アンケート項目一覧表

アンケート項目	キッチン周辺空間の住まい方実態調査に関連する項目	
基本情報		
ニックネーム		
世帯人数	<input type="radio"/>	住まう人の人数による生活スタイルの違いがあるため有効な情報。
郵便番号		
都道府県	<input type="radio"/>	地域性による食文化や生活スタイルの違いがあるため有効な情報。
市区町村	<input type="radio"/>	地域性による食文化や生活スタイルの違いがあるため有効な情報。
地域	<input type="radio"/>	気候区分などで冷暖房や給湯の負荷に違いがあるため有効な情報。
自宅エリア	<input type="radio"/>	都市部か郊外かで、出勤・帰宅の時間がかわり、ライフスタイルにも違いがあるため有効な情報。
家族構成	<input type="radio"/>	住まう人の家族構成により価値観や生活スタイルの違いがあるため有効な情報。
うちエコ診断にあたっての関心		
温暖化防止・省エネ行動へのご協力	<input type="radio"/>	エコへの関心度がわかるため有効な情報
うちエコ診断で知りたい内容	<input type="radio"/>	エコへの関心度がわかるため有効な情報
お住まいについて		
家のつくり（戸建、集合、その他）	<input type="radio"/>	提案できる内容が変わるため有効な情報。
家の所有	<input type="radio"/>	提案できる内容が変わるため有効な情報。
屋根の日当たり		
太陽熱温水器の利用	<input type="radio"/>	キッチン関連機器のため有効な情報。
太陽光発電の有無	<input type="radio"/>	キッチン関連機器のため有効な情報。
述べ床面積	<input type="radio"/>	家の広さにより、部屋の使い方が変わってくるため有効な情報。
建築年代	<input type="radio"/>	耐震構造の度合いや、リフォームの時期などがわかるため有効な情報。
建築時に断熱設計に配慮しましたか	<input type="radio"/>	提案する必要がない箇所がわかるため有効な情報。
建築後に断熱リフォームした箇所	<input type="radio"/>	提案する必要がない箇所がわかるため有効な情報。
窓の断熱の程度	<input type="radio"/>	窓まわりは、インテリアでできる提案がたくさんあるため有効な情報。
エネルギー源		
ガスの種類は何ですか	<input type="radio"/>	キッチン関連機器のため有効な情報。
料理用のコンロの熱源はガスですか電気ですか	<input type="radio"/>	キッチン関連機器のため有効な情報。
お風呂はどの燃料でわかしますか	<input type="radio"/>	給湯も含めているので、キッチン関連機器のため有効な情報。
電気の夜間料金契約（オール電化）	<input type="radio"/>	キッチン関連機器のため有効な情報。

資料① うちエコ診断アンケート項目一覧表

光熱費		
電気・ガス・灯油代（1ヶ月の平均）	<input type="radio"/>	対策提案の前後を比較するデータとなるため最も重要な情報。
冷暖房		
セントラルヒーティングですか？	<input type="radio"/>	暖房はキッチン関連機器のため有効な情報。
よく冷暖房する範囲は家のどの程度ですか？	<input type="radio"/>	冷房はキッチン関連機器のため有効な情報。
日常的に使用している暖房器具はどれですか？	<input type="radio"/>	暖房器具の種類によって、設置場所や使い方が違うので、提案内容が変わってくるので、有効な情報。
冷暖房の使い方 (設定温度、使用期間、1日の使用時間)	<input type="radio"/>	生活スタイルがわかるため有効な情報。
暖房時にどのような服を着ていますか？	<input type="radio"/>	生活スタイルがわかるため有効な情報。
ロードヒーティングを使用していますか？ (寒冷地域のみ)		
消雪パイプを使用していますか？ (寒冷地域のみ)		
融雪槽を使用していますか？ (寒冷地域のみ)		
部屋と家電製品		
部屋とエアコン	<input type="radio"/>	冷暖房はキッチン関連機器のため有効な情報。
白熱電球を使っている場所はありますか？	<input type="radio"/>	キッチン関連機器のため有効な情報。
リビングで利用している照明はどの種類ですか？		
テレビは合計で何時間点けていますか？	<input type="radio"/>	生活スタイルがわかるため有効な情報。
ポットやジャーの保温をしていますか？	<input type="radio"/>	キッチン関連機器のため有効な情報。
洗濯機の乾燥機能、もしくは衣類乾燥機を使っていますか？		
冷蔵庫・ストッカーは何台ありますか？	<input type="radio"/>	キッチン関連機器のため有効な情報。
冷蔵庫・ストッカーの使用年数と大きさ	<input type="radio"/>	キッチン関連機器のため有効な情報。
お風呂・洗面		
給湯器は省エネ型ですか？	<input type="radio"/>	キッチン関連機器のため有効な情報。
風呂の使い方（浴槽にお湯をためる日数 家族全員でシャワーを使う時間の合計）		
洗面でお湯を使う時間		
自家用車		
自家用車の燃料はガソリン・軽油のどちらですか		
1ヶ月あたりの消費		
自家用車は何台ありますか？		
主に使う車の燃費		
よく車を使う行き先は？	<input type="radio"/>	生活スタイルがわかるため有効な情報。

省エネ対策提案	うちエコ診断で対策詳細の「取り組み方法」に表示される内容	所 見	インテリアでできる対策案とその可能性
冷暖房	※機器の買い替えは省きます。		
暖房をエアコンで行うようにする取り組みが効果的です。	エアコンで暖房をすると、外気の熱を利用するため、ガスや灯油の暖房に比べて大幅にCO2を削減でき、光熱費の削減にもつながります。なお、床までしっかり暖気が届かないと温まりませんから、強風設定で暖房するか、うちわなどを活用してください。また、最近のエアコンは床まで温める機能が充実していますのでぜひ試してみてください。	キッチンの暖房としてエアコンの使用が有効なのかを検証する必要があります。 レンジフードを作動させた時、暖かい空気は逃げてしまう。 また、油煙がフィルターを詰まらしてしまうことも考慮しなければなりません。	エアコンを使う場合は、間取りや家具の配置などを考慮して、エアコンの室内機を設置する場所を設定することができる。
冷房で、すだれ等を使い日差しをカットする取り組みが効果的です。	冷房時に日差しが入るのは、窓にストロープを置いているようなものです。遮るほうが省エネになり、より涼しく過ごすことができます。なおカーテンでは窓の内側のカーテンが暖まりやすいので、窓の外にすだれ・よしずをするほうが涼しくなります。また、5月頃から、ゴーヤ・朝顔・ヘチマなどを植えて育てると、夏にはりっばな「緑のカーテン」ができあがり、涼しく過ごすことができます。	キッチンは場所的に大きな窓があることは少ない。 火を使う場所なので、カーテンを使用する場合は防炎性能のものを使うなどして、十分注意しなければいけない。 窓の外の方は、インテリアではないので、今回は考えない。	キッチンのみまわりで日差しを遮るものは、装飾性、機能性、手入れのしやすさなどを考慮して、ベストのものを選ぶことができる。
扇風機を使いエアコンを3割減らす取組みが効果的です。	エアコンの消費電力よりも、扇風機の方が小さくなっています。風があると涼しく感じることができますので、窓をあけて扇風機ですごしてみてください。ただしがまんしすぎると熱中症になる危険がありますので、水分をとりながら、適度の実施してください。	我慢するのが大変だと思う取り組み。 風が通る工夫や、外気温が室内に伝わらない工夫が必要だと思う。	間取りや家具の配置で、風が通る工夫をすることができます。 建物の断熱性能を上げるための提案もできる。
冷房の設定温度を控えるようにする取り組みが効果的です。	省エネを考えた冷房の設定温度の目安は、28℃以上です。室温の感じ方には個人差があるので無理をする必要はありませんが、着るもので調節するなど工夫してみてください。 1℃控えることで、CO2排出量や光熱費をおよそ1割削減できます。また、季節の終わりには、早めに冷房器具をしまうことも効果的です。	これも我慢が必要な対策になっている。1℃控えるにしても我慢しないためには、空気を乾燥させる工夫が必要。 漆喰の壁や、調湿効果のある建材でインテリアを作る。 メンタル的に、片付いた部屋で穏やかに過ごすことができれば、1℃くらい我慢しないで控えることができるかもしれない。	漆喰などの空気の調湿効果がある建材を提案する。 整然と片付いた、シンプルな内装により、視覚から受けるメンタル面を改善するような提案をする。
ふすまなどで区切って暖房範囲を狭くする取り組みが効果的です。	広い部屋を暖房するには多くにエネルギーが必要です。ふすまやカーテンなどで部屋を区切ると、小さい暖房器具でも、よく暖まります。	部屋を区切ることができるものは色々あるので、その場所にベストなものを選択したい。	どんなものを使うことがベストなのかを含めて、提案することができる。



<p>部分暖房を活用したり、天井付近の暖気をかきまぜ、暖房設定温度を下げる取り組みが効果的です。</p>	<p>部屋暖房をしていると、床に比べて天井のほうが5～10℃近くも温度が高くなっていることが多くあります。うちわなどでかきまぜたり、こたつやホットカーペットなどの部分暖房を活用することで、暖房温度を下げても快適に過ごすことができます。靴下をはいたり、厚着をすることも効果的です。</p>	<p>部分暖房を使う場合も、インテリアを考えて選択したい。こたつやホットカーペットは既製品では良いものがなかなか見つからないので、カバーリングで部屋の雰囲気合ったものを選びたい。うちわ？</p>	<p>カバーリングをコーディネートすることができる。</p>
<p>家族だんらんで一部屋で過ごすようにする取り組みが効果的です。</p>	<p>家族が別々の部屋で過ごす、それぞれに暖房や照明をつける必要があります。一緒の部屋で過ごすことで、暖房も照明も減らすことができます。ぜひ団らんの時間を楽しみながら、省エネをしてみてください。</p>	<p>居心地の良い空間には人が集まり、今やリビングキッチンが定着しつつある。人の集まるリビングキッチンを提案し、省エネに貢献する。</p>	<p>インテリアの工夫がなければ継続する事ができない提案である。</p>
<p>薪・ペレットストーブを設置する取り組みが効果的です。</p>	<p>薪ストーブもしくはペレットストーブを使うと、石油やガスなどの化石燃料を使わないため二酸化炭素排出量を減らすことができます。</p>	<p>薪ストーブを使うような場所は、かなりインテリアの作り込みが必要。</p>	<p>インテリアコーディネーターが必要。</p>
<p>セントラルヒーティングで使わない部屋の暖房の設定温度を控えめにする取り組みが効果的です。</p>	<p>セントラルヒーティングをしている場合には、使わない部屋まで温めていることとなります。使わない部屋の暖房を止めてしまうと結露・凍結などの問題がある場合には、そうならない程度に暖房設定を控えめにしてください。人がいる部屋での暖房設定の目安は20℃です。</p>	<p>移動が出来ない設備なので、設計の段階で、インテリアを考慮することが重要。リフォームするときに変更は可能。</p>	<p>適切な設計でない場合、リフォームして変更することを提案することができる。</p>
<p>電気ストーブを止める取り組みが効果的です。</p>	<p>電気ストーブは、電気をそのまま熱に使うため非常に効率が悪くなっています。すぐに暖くなる性質があるので、トイレや洗面所などには適していますが、長時間使う場合には、ほかの暖房を選ぶようにしてください。電気カーペットなら4分の1、こたつなら6分に1程度の電気消費ですみます。</p>	<p>キッチンの部分暖房として有効な場合も考えられる。システムキッチンの足元温風ヒーターは、ストーブではないが電気式で、消費電力も高い。</p>	<p>電気ストーブに変わるものを提案することができる。</p>
<p>電気カーペットの利用を半分にする取り組みが効果的です。</p>	<p>電気カーペットは、比較的電気の消費が少ない暖房器具ですが、長時間つけばなしになる傾向があります。人が座っていない半分の消したり、利用時間を半分にするなど工夫して、利用を半分にしてみてください。電気カーペットの利用時は、足下が暖くなるので、部屋暖房の温度設定を低めにすることも効果的です。</p>	<p>食事する場所には電気カーペットは有効かも。コンセントの位置に注意する。</p>	<p>コンセントの位置も含めて提案することができる。</p>
<p>熱交換換気システムを導入する。</p>	<p>熱交換換気システムでは、屋内の空気を排出する段階で、屋外の空気と熱交換をして、家に取り入れるため、暖房をしているときの熱の無駄が少なくなります。</p>	<p>キッチンにはレンジフードがあるので、熱交換換気システムの設置は聞いたことがない。むしろ、レンジフードにその機能が欲しいところである。</p>	<p>ダイニングやリビングの換気システムとして積極的に提案したい。</p>

資料② うちエコ診断の【省エネ対策提案】に対しインテリアでできる対策案とその可能性

カーテンを床まで届く厚手のものにする。	暖房時には、厚手のカーテンで、床までしっかり届くものを利用することで省エネになります。床まで届かせることで、窓で冷やされた空気が隙間から流れ出ることを抑えられます。カーテンレールと壁の間にカバーをかぶせて、すきまを防ぐことも効果的です。	まさにインテリアでできるエコ対策。 インテリアコーディネーターのスキルをフルに発揮できる提案。	カーテン以外にも窓装飾で出来る対策はたくさんあるの で、ICだからこそできる、スタイルに合わせた提案をする。
エアコンを使用しないシーズンはコンセントからプラグを抜く。	電源を抜くときには、リモコンで停止した後、エアコンの動作が完全に止まってから行ってください。	専用の回線があるなら、そのブレーカーを落とせば良い。	配線計画で配慮する。
電気カーベットの温度を控えめにする。	電気カーベットの温度設定を控えめにしたり、反面のみの設定をすることで、無駄な消費を抑えることができます。また、電気カーベットの下に断熱シートを敷くことも効果的です。	食事する場所には電気カーベットの有効かも。 コンセントの位置に注意する。	コンセントの位置も含めて提案することができる。
床下への断熱材の設置取り組みが効果的です。	床板をめくり、根太の間に断熱材を挟み込みます。床暖房をする場合には、床下に熱が逃げないように断熱することが適切です。洋室よりも和室の方が工事が簡単です。	床から受けるインテリアの印象はとても大きい。せっかく床をいじるのであれば、工務店に相談する前に、ICに相談して欲しい。	どんなものを使うことがベストなのかを含めて、提案することができる。
壁面に真空断熱材を設置する取り組みが効果的です。	壁の断熱をする場合、通常は内壁を取り外して工事する必要がありますが、壁の内側に高性能な真空断熱材を貼り付ける方法でも断熱をすることができます。真空断熱材は薄くてきているため、窓枠などの壁の形状に合わせて、切断して隙間なく設置することができます。また、通常の壁等の断熱に比べて、工期が短くてすみ、主な居室を重点的に快適にするのに適しています。あわせて窓や床面の断熱も行われます。	壁面には、インテリアとしての可能性を多く含んでいる。 たとえば、間接照明を埋め込んだり、ニッチを設置したり、壁面収納を設置することもある。せっかく壁をいじるのであれば、工務店に相談する前に、ICに相談して欲しい。	どんなものを使うことがベストなのかを含めて、提案することができる。
壁面に断熱材を設置する取り組みが効果的です。	建物を囲んで面積も大きい熱も逃げやすくなっています。内装を取り外すと、柱の間に空間が空いている構造となっていることが多く、ここに断熱材を挟み込んだり、機械で吹き込んだりすることができます。一度内装を取り外して、仕上げる工事が必要になりますので、別のリフォームと合わせて実施することが望ましいです。グラスウールなどを設置する方法もあります。	壁面には、インテリアとしての可能性を多く含んでいる。 たとえば、間接照明を埋め込んだり、ニッチを設置したり、壁面収納を設置することもある。せっかく壁をいじるのであれば、工務店に相談する前に、ICに相談して欲しい。	どんなものを使うことがベストなのかを含めて、提案することができる。

資料② うちエコ診断の【省エネ対策提案】に対しインテリアでできる対策案とその可能性

暖房をする時間を3割短くする取り組みが効果的です。	暖房はつい長い時間つけっぱなしにしがちです。暖かくなったら止めるようにしましょう。就寝前や外出時などは30分前に止めるのも一つの方法です。また、人がいない部屋を暖房するのは無駄ですので、なるべく切るようにしましょう。	キッチンでの使用に限定するならば、調理や食器洗い等の作業の時だけ暖房が必要だと思うので、部分暖房を採用した方がいいと思う。床暖房1系統をキッチン前のみで作動するようにして、使い終わったら切る。	どんな暖房を使うことがベストなのかを含めて、提案することができる。
屋根裏や天井へ断熱材を設置する取り組みが効果的です。	天井裏に断熱材を敷き詰めたり、機械で吹き込みをするなどして、断熱材を入れる工事ができます。夏場には屋根裏からの熱を防ぐことができるほか、冬場は天井から逃げる熱を止めることができます。	工務店に相談する前に、ICに相談して欲しい。	どんなものを使うことがベストなのかを含めて、提案することができる。
家を全面的に断熱リフォームする取り組みが効果的です。	天井、壁、床、窓など全面的に断熱工事をする事で、暖かく涼しい快適さを保ちながら省エネができます。壁などをはがして施工する必要があります。大きな手間がかかりますので、耐震工事など他のリフォームをする機会に合わせて、断熱材を設置するのが現実的です。	工務店に相談する前に、ICに相談して欲しい。	どんなものを使うことがベストなのかを含めて、提案することができる。
冷蔵庫	※機器の買い替えは省きます。		
冷蔵庫を壁から離して設置する取り組みが効果的です。	冷蔵庫は壁から5cm程度離すのが目安です。冷蔵庫は側面や天井面から熱を逃がしますが、壁に接していると熱が逃げにくくなり、消費電力が1割程度増えてしまいます。	キッチン内での冷蔵庫や食器棚の配置は動線を考えて配置することが必要。冷蔵庫の周りにスペースが取れるように意識することが必要。	キッチンの動線計画を踏まえた提案ができる。
冷蔵庫の設定を弱くする取り組みが効果的です。	冷蔵庫は温度調節ができます。強から中へ、中から弱へするとそれぞれ1割程度省エネができます。食品の痛みがやや速くなりますので、支障がないか確認しながら試してみてください。	こまめな買い物が必要になり、生活スタイルを変えなければいけないかもしれない。	設定温度を上げるのと同じ効果のある工夫を提案する。生活スタイルを含めて検証する必要がある。
冷蔵庫の中身をつめすぎない。	冷蔵庫は冷気が循環できるように、つめすぎないようにしましょう。つめすぎると、冷気が回らなくなり、冷えすぎの場所も出てきます。開けたときに全体を見回せることで、開け閉めも効率的になりますし、食材を無駄にすることも少なくなります。	常温で保存できるものは冷蔵庫に入れないようにする。そのためには、常温保存するためのパントリーを設置する。	キッチンの収納計画を提案することができる。
冷蔵庫の開け閉めの回数を減らし、時間を短くする。	冷蔵庫の開け閉めの回数を減らし、また開けている時間を減らすことによって冷気が流れ出る量を減らすことができ、無駄な電気代がかからないようにできます。取り出しやすいように、中身をつめすぎないことも合わせて効果的です。	冷蔵庫のすぐ近くに、一時置きのできるカウンターがあれば、サッと出し入れができるのではないかなと思う。あるいは、ワゴン。普段はしまっておくことができるものであれば邪魔にならない。	作業効率を考えたキッチンを提案することができる。

照明			
部屋の電球を電球型蛍光灯に付け替える取り組みが効果的です	電球型蛍光灯は、電球と同じソケットを使っており電球の代わりに付けることができます。中身は蛍光灯になっているため、電気の消費を4分の1に削減でき、寿命も6倍以上になります。電球色タイプもあります。以前はスイッチを入れてから明るくなるまで少し時間がかかりましたが、現行機種はすぐに明るくなります。	電球と蛍光灯では光の性質が違いますので、そのことを考慮して提案する必要があります。	用途や演色性にも配慮した提案ができる。
部屋の蛍光灯をスリム型に付け替える取り組みが効果的です。	スリム型蛍光灯は蛍光管が細くなっており、以前のタイプに比べて3割～5割程度省エネになります。ただし、蛍光灯の器具から付け替える必要があります。	器具の交換をするのなら、いろいろな選択肢があると思う。	用途や演色性にも配慮した提案ができる。
部屋の照明を点ける時間を1時間短くする取り組みが効果的です。	点けるときに多くの電気が流れますが、ほんの一瞬であるため、結果的にこまめに消す方が省エネになります。部屋を離れるときには消す習慣が大切です。また、夜に明るい光をあびると、睡眠のサイクルが狂ってしまい、身体にとって良くないことになります。	全体照明と、局部照明を上手に選択する。 キッチンの棚下灯や食事用のペンダントライトなど、用途にあわせて使い分ける。	用途や演色性にも配慮した提案ができる。
部屋の照明をセンサー付きに付け替える取り組みが効果的です。	(門灯・玄関) ずっと明かりをつけているより、人が近づくと点くため、防犯性能も高いとされています。点いている時間が短い分、大幅な省エネができます。/(廊下) 豆球でも5W程度の消費電力があり、ずっとついてると多くなります。電池式もあります。	パントリーなどはセンサー付きが良いのではないかと。	用途や演色性にも配慮した提案ができる。
部屋の電球をLED電球に付け替える取り組みが効果的です。	電球と同じソケットを使っており、電球が切れたときそのまま付け替えることができます。電気の消費を8割削減でき、寿命は20倍以上になります。	LED電球は、今の現在まだその光の性質から、使う場所によって眩しく感じたり、暗く感じたりすることがある。ただ交換するのではなく、光の性質を考えた提案が必要である。	用途や演色性にも配慮した提案ができる。
部屋の蛍光灯をLEDシーリングライトに付け替える	既存の蛍光灯照明と比べて、LEDの省エネ性能は高く、装置そのものを付け替えることで省エネになります。特に環形のスリム型でない蛍光灯を部屋の照明に使っている場合には、効果的です。機種によっては明るさや色あいも調整することもできます。照明装置がほぼ密閉され、虫などが入らないため、掃除をする手間も省けます。	食べ物美味しく見えるように、演色性に留意したい。	用途や演色性にも配慮した提案ができる。
テレビ	※キッチン関連はありません。		

給湯・節水			
節水シャワーヘッドを取り付けて利用する取り組みが効果的です。	※機器の買い替えは省きます。 シャワーの持ち手（ヘッド）の部分を取り替えることができるようになっていきます。お湯が出る穴を小さくしてあり、勢いよくお湯が出てくるため、2割程度お湯の利用を減らすことができます、ホームセンターなどで購入できます。	浴室のシャワーヘッドは、ホームセンターで購入し自分で取り付けることができるが、台所の水栓は自分では交換できない。	節湯型の推薦に交換をすすめる時に、用途や拡張性についても考慮する必要がある。
シャワーを使う時間を1人1日1分短くする取り組みが効果的です。	シャワーのエネルギー消費は大きく、少し止めるだけでも大きな削減になります。体を洗っている時には止めるなど、利用時間を減らすよう気を付けましょう。冬など、体を洗っている間に止めると冷たい水に戻ってしまう場合には、あらかじめ浴槽のお湯を少なめにし、浴槽にためてみてください。	キッチンでも同じことが言える。たらいなどにお湯をためるなどの工夫が必要である。	たらいや水切りかごの置き場所を計画する必要がある。
給湯器を節約モードに設定する取り組みが効果的です。	エコキュートや電気温水器では、お湯を沸かす温度や量を設定できるようになっています。温度を低めにお湯の量を少なめに設定すると、電気の消費量を減らすことができます。エコキュートの場合には、お湯が足りなくなると昼間に自動的に追い炊きをする場合があります。昼間の節電のためには、手動で「夜以外に沸かさない」設定することも有効ですが、夜間に沸かすお湯の量を増やす機能が働くことが多く、CO2削減にはなりません。	エコジョーズには、出湯量を少なくする機能がついているものもある。	コントローラーの位置を使いやすい場所に設定する。
シャワーに時間を3割減らす取り組みが効果的です。	シャワーのエネルギー消費は大きく、少し止めるだけでも大きな削減になります。身体を洗っているときは止めるなど、利用時間を減らすよう気を付けましょう。シャワーを20分（10ℓ/分）使うと、浴槽1杯（200ℓ）分のお湯になります。	キッチンでも同じことが言える。	
調理食器洗い			
食器洗いでお湯を流しっぱなしにしない取り組みが効果的です。	洗剤で洗っているときはお湯を止めるなど、なるべくお湯を出す時間を短くする工夫をしてください。油污れは古布等でふき取っておくと、すすぎも早くすすめます。	油を拭き取る古布の置き場所。キッチンペーパーの置き場所。その捨て場所。	キッチンの動線計画や収納計画を提案できる。
水が冷たくない時期には水で食器を洗う取り組みが効果的です。	暖かい季節には、お湯を使わなくても十分すすぐことができます。たとえば食器洗いでお湯を10分使う場合、ポット3杯分の熱湯を沸かすだけのエネルギーが消費されます。油污れは古布等でふき取っておくと、工夫することで食器洗いも早く済みます。	油を拭き取る古布の置き場所。キッチンペーパーの置き場所。その捨て場所。	キッチンの動線計画や収納計画を提案できる。

<p>食器洗い乾燥機を使う取り組みが効果的です。</p>	<p>食器をお湯で流し洗いのみに比べると、お湯をためて洗浄しているため、食器洗浄乾燥機のほうが省エネとなります。なおお湯ではなく水で洗う場合には、食器洗浄機よりも省エネとなります。手洗いで工夫するのも有効な方法です。</p>	<p>手洗いしたときの、食器の置き場所。（乾燥場所） 鍋やフライパンの置き場所。 卓上型の食器洗浄機の設置場所。</p>	<p>キッチンの動線計画や収納計画を提案できる。</p>
<p>鍋から炎がはみ出さないようにする取り組みが効果的です。</p>	<p>鍋底から炎がはみ出すのは、ガスが無駄になるだけで、調理時間の短縮にはなりません。鍋底からはみ出さない程度に調節して使いましょう。このほかにも、段取りよく調理をする工夫によって、ガスの消費を減らすことができます。</p>	<p>鍋やフライパンの置き場所や、調味料の収納場所。効率よく調理するためには、きちんと計画されたキッチンが必要である。複数人で調理するご家庭なら、アイランド型などの手伝いやすい仕様にする必要がある。</p>	<p>キッチンの動線計画や収納計画を提案できる。</p>
<p>電気ポットで保温しない取り組みが効果的です。</p>	<p>電気ポットでは、保温のために多くの電気が消費されています。必要に応じてお湯を沸かすようにするか、魔法瓶を活用してみてください。</p>	<p>魔法瓶の置き場所</p>	<p>キッチンの動線計画や収納計画を提案できる。</p>
<p>外出時や夜間に電気ポットの保温を止める取り組みが効果的です。</p>	<p>外出時や夜間など、長時間お湯を使わない場合には、止めておくことで保温電力を削減できます。炊飯ジャーや、便座の保温なども、同様に止めておくほうが省エネになります。</p>	<p>キッチンで使用する機器を想定して、コンセントの配置に注意する。</p>	<p>キッチンの動線計画や収納計画を提案できる。</p>
<p>炊飯ジャーの保温を止める取り組みが効果的です。</p>	<p>炊飯ジャーの保温を止めて、食べるときに電子レンジで温めなおすほうが省エネになります。長時間保温すると、ご飯が変色することもあり、常温保存のほうがおいしくいただけます。</p>	<p>キッチンで使用する機器を想定して、コンセントの配置に注意する。</p>	<p>キッチンの動線計画や収納計画を提案できる。</p>
<p>省エネタイプのポットに買い換える取り組みが効果的です。</p>	<p>魔法瓶のような断熱されているポットがあり、保温の電気消費が少なくてすみます。店頭では保温消費電力が表示されていることがあり、これを参考にしてください。</p>	<p>キッチンで使用する機器を想定して、コンセントの配置に注意する。</p>	<p>キッチンの動線計画や収納計画を提案できる。</p>
<p>省エネ調理をする取り組みが効果的です。</p>	<p>調理の工夫により、ガスや電気の消費量を減らすことができます。たとえば、茹でる時のお湯を適切に調節したり、手際よく調理をすることで調理の時間を短くすることができます。ほうれん草の下ゆでの代わりに、電子レンジを活用することも手間を省けて省エネです。おでんなど煮物では、沸騰させた状態でタオルなどに包み、保温調理をすることで、かえて味がよくなります。圧力鍋を活用できたら時間も短くおいしくしあがります。</p>	<p>省エネ調理をする場合、調理の工夫とあるが、使いにくいキッチンではその効率も落ちる。下ごしらえしたものを置いておく場所が必要だし、ざるや鍋やフライパンなどの大きな器具は、使い終わるとシンクなどを占領してとても邪魔である。使い終わった器具を洗いながら次の作業に移れるようなキッチンが理想なのではないか。誰が台所に立ち、どのような調理をし、どうやって片付けているか、実態調査をしながらキッチンを計画する必要がある。</p>	<p>ICだからこそ出来るエコインテリアの提案が必要。</p>

資料② うちエコ診断の【省エネ対策提案】に対しインテリアでできる対策案とその可能性

食器洗いのお湯の温度を2℃下げる取り組みが有効です。	40℃で食器洗いをしている場合、これを2℃下げて、38℃にすることで、エネルギー消費を減らすことができます。水が冷たくない時期は、水で洗うのも効果的です。油污れが落ちにくくなる傾向がありますが、あらかじめ古布でぬぐっておくなど、工夫をすることで、きれいになります。	油を拭き取る古布の置き場所。キッチンペーパーの置き場所。その捨て場所。	キッチンの動線計画や収納計画を提案できる。
台所の水栓を節湯型に置き換える取り組みが効果的です。	台所の食器洗いなどで用いる水栓で、節湯型の機器を導入することでお湯の使用量の削減につながります。お湯が出る量を少なくするほかに、簡単に止水できる仕組みより、こまめに止めることも可能になります。また、既存のシングルレバーの水栓では中央で使うとお湯も出てきましたが、しっかりお湯側に回して初めてお湯が出る仕組みとなっている機器もあり省エネに効果的です。	水栓の交換には、工事を依頼する必要がある。 色々な商品があるので、専門家の助言が必要である。	キッチンの動線計画や収納計画を提案できる。
水優先吐水の節湯型台所シングルレバー水栓を設置する。	台所の混合水栓で操作バーが1本の場合、右に回すと水、左に回すとお湯が出てくる仕組みになっています。ところが正面で使うと、意図しないうちに、お湯も混ざって出てくることとなります。水優先吐水型では、正面でレバーを上げるときには水のみが出て、左にレバーを動かした場合に初めてお湯が出てくるようになっています。さらに手元止水によりお湯をこまめに止められるメリットもあります。これにより、お湯の消費量をおよそ4割程度削減できるとされています。水栓は工事で取り替えることができます。	リフォームするのであれば幾つかのエコ対策がある。 給湯器とキッチンの水栓を、最短距離で接続する。これにより、水栓を開けてからお湯になるまでの時間を短縮し、捨て水と呼ばれるお湯になる前の配管の水を少なくすることができると同時に使い終わった後の残り湯も少なくて済む。 同じように、給湯の配管に注目するならば、配管口径（太さ）も、細い方が省エネである。実際、水栓の接続部は、かなり細い口径なのに、公団仕様と言われる配管では、その寸前まで20mmという太さで配管していることが多い。	キッチンの計画の時に、給湯器の設置場所のことも意識して提案することができる。
ごはんをガスコンロで炊く取り組みが効果的です	ジャーではなく鍋でご飯を炊くことができます。火力が強くできるため、おいしく、短時間で炊きあがります。	炊飯ジャーでご飯を炊くより、ガスコンロで炊いたほうが省エネとのこと。（電気は発電所での効率と送電効率が悪いため）	
お湯は必要な時だけガスで沸かして保温しない取り組みが効果的です。	ポットの保温では約30Wの電気が消費されています。この保温をしないことで省エネとすることができます。いつでもお湯を使いたい場合には、魔法瓶を利用することも有効です。また、電気で沸かすよりガスで沸かす方がトータルでの効率がよくCO2の削減になります。	保温しないで、必要な時に必要な分だけ用意するという生活スタイルが確立しそうである。	
洗濯衣類乾燥	※キッチン関連はありません。		
待機その他	※キッチン関連はありません。		
自家用車	※キッチン関連はありません。		

## ○キッチン及びキッチン周辺空間における住まい方の実態

## ・都市部と郊外による比較

都市部	郊外	所見
買い物に便利なので、冷蔵庫に保存している食料が比較的少ない。	買い物に不便なため、冷蔵庫に保存している食料が比較的多く、冷蔵庫への負担が大きい。	冷蔵庫に負担をかけない工夫が必要。常温で保存できるものは冷蔵庫から出す。

- ・冷蔵庫の負担軽減
- ・常温保存できる食料品の収納場所を確保。

## ・家族構成による比較

独身1人	夫婦2人	家族4人	2世帯家族6人	所見
比較的外食が多い。	外食もするが、自宅で調理することも多い。	子育て世帯では、自宅で調理することが多い。お弁当作りもある。	年齢差により好みの違いもあり、自宅での調理がとても多い。	調理することが多ければ、エネルギーもたくさん消費する。効率よく作業する工夫が必要。
居場所が、1箇所なので、照明や冷暖房の負担が少ない。	コンパクトに暮らすことはできる。	全員がバラバラのスケジュールで暮らしているご家庭も少なくない。	各個人が分散して暮らしていると、とてもエネルギーの消費が多い。	できるだけ家族団楽を楽しむ。各個人が分散しない。

- ・独身の場合、公共の交通を使うのと同じ理由で、外食したほうがむしろエコなのかもしれない
- ・各個人が各部屋に分散しない工夫が必要。そのために、居心地の良い空間作りが必要。
- ・2世帯家族は、その家だけを見るとエネルギーの消費は多いが、2世帯別々に暮らすよりはエネルギーの消費は少ない。同居しやすいインテリアの工夫により同居家族が増えれば、エネルギーの消費も少なくなるのではないだろうか。



## ○キッチン周辺に絞り込んだ機器類についての実態

作業		設備・機器	間接的にエネルギーを消費する機器	省エネ対策	省エネ対策を実践するために取り組む事	備考
調理	焼く	コンロ グリル オープン レンジフード 照明	冷暖房 ※換気することにより負荷がかかる。	調理時間短縮	作業効率を上げるために、鍋やフライパンの置き場所や、調味料の収納場所に注意する。効率よく調理するためには、きちんと計画されたキッチンが必要である。 複数人で調理するご家庭なら、何がどこにあるかわかりやすく、出し入れのしやすい収納計画が必要である。	調理の内容に合わせて、こまめにレンジフードの風量を調節することも必要。
	炒める	コンロ レンジフード 照明	冷暖房※	調理時間短縮	同上	
	揚げる	コンロ レンジフード 照明	冷暖房※	調理時間短縮	同上	
	蒸す	コンロ 電子レンジ レンジフード 照明	冷暖房※	調理時間短縮	同上 加えて、圧力鍋を使って時間短縮をする方法もあるが、大きくてゴツゴツした圧力鍋は使用後の手入れがたいへんなのと、収納する場所をとってしまうので、置き場所を確保する必要がある。	
	煮る	コンロ レンジフード 照明	冷暖房※	調理時間短縮	同上	
下ごしらえ	切る 洗う する ねる まぜる	給水 給湯 照明		作業時間短縮 給湯時間短縮 給湯温度下げる	調理器具をまとめて洗えるように、常にシンク周りを片付けることが必要。シンプルで衛生的なキッチンを心がける。	
洗う	食器手洗い	給水 給湯 照明		作業時間短縮 給湯時間短縮 給湯温度下げる	食べ残しや、油を拭き取ってから作業する。ペーパーやタオルの置き場所を確保する。	
	食器機械洗い	食器洗浄機	給湯器	稼働時間短縮	同上	キッチンに人がいない場合、照明を消す
	調理器具 手洗い	給水 給湯 照明		作業時間短縮 給湯時間短縮 給湯温度下げる	同上 加えて、フライパンなどの大物を洗って水を切り、乾燥させるスペースを確保する。	

## ○機器の種類と使用エネルギー

電気	ガス	灯油	その他
レンジフード・換気扇	ガスFF暖房機	灯油FF暖房機	薪ストーブ ※
エアコン	ガスファンヒーター	灯油ファンヒーター	太陽熱温水器 ※
FF暖房機	ガスストーブ ※	灯油ストーブ ※	キャンドル ※
ファンヒーター	ガス給湯暖房	灯油給湯暖房機	
足元温風ヒーター	床暖房（ガス熱源機）	床暖房（灯油熱源）	
電気マット	ガスコンロ ※	灯油給湯器	
給湯暖房機	ガスオープン		
床暖房	ガス給湯器		
冷蔵庫	エコウィル		
電子レンジ	エネファーム		
IHコンロ			
オープン	※ 電源の必要なし	※ 電源の必要なし	※ 電源の必要なし
ガスオープン			
食器洗浄機			
炊飯器			
電気ポット			
パン焼き機			
コーヒーメーカー			
テレビ			
CDコンボ			
電話			
FAX			
パソコン			
モデム・ルーター			
ガス給湯器			
エコウィル			
エネファーム			
電気温水器			
エコキュート			
照明全般			

- ・キッチン周辺に絞り込んでも、たくさんの機器が使用されていることがわかる。
- ・ほとんどの機器に電源が必要なことがわかる。
- ・待機電力を節約することのできる機器は限られる。  
(電源を抜くことができない機器がある。エコキュート、エネファーム、エコウィル、冷蔵庫、電話、FAXなど)
- ・ファンヒーターなどは、エネルギー源を選ぶことができるが、生活スタイルに合わせた選択が必要である。例えば灯油とガスを比べた時に、灯油の方が燃料代が安かったとしても買いに行く手間を考えると、ガスの方がエネルギーの消費は少ないかもしれない。

- ・炊飯器に至っては、電気炊飯器でご飯を炊くよりも、ガスコンロで炊いたほうが、省エネだということが言われている。（発電ロス、送電ロスの関係でそうなると言われている）
- ・時には照明としてキャンドルを使いたい。エコである上に空間の演出効果が期待できる。また、日頃から使い慣れておくことで、災害時に慌てることなく安全に照明として使うことができる。

以上の結果を踏まえて、いくつか具体的なエコインテリアの提案を考えてみた。

住まい方	郊外にお住まいなどの理由で、食料品が多い	冷蔵庫内の整理・収納のアドバイスとともに、パントリーなどの食品庫や、食品棚の設置などを提案する。食料品の無駄な買い物もなくなり、衛生的で美しいキッチンになる。 また、急務となっている備蓄食料の収納にも効果的です。
	家族が多い	各個人が、各部屋に分散しない工夫が効果的なので、リビングキッチンの提案をする。 美しく居心地のいい空間にすることで、食事からくつろぎの時間まで、家族団欒で過ごすことができる。
機器	待機電力	必要のない家電を、収納できるキャビネットを提案する。コンセントの位置や数にも気を払い、使いやすさを追求する。
	照明	目的毎に照明の配置を提案する。必要に応じて照明を使い分け、必要のない照明を消すことができるようにする。 演色性を考えた照明計画は、空間を美しく演出してくれる。
作業	調理	作業効率を上げるために、鍋やフライパンの置き場所や、調味料の収納場所に注意する。効率よく調理するためには、きちんと計画されたキッチンが必要である。片付いたキッチンは、衛生的で美しい。 複数人で調理するご家庭なら、何がどこにあるかわかりやすく、出し入れのしやすい収納計画が必要である。 調理の内容に合わせて、こまめにレンジフードの風量を調節することも必要なので使い方も説明する。

今後、具体例を検証しながら、エコインテリアがスタンダードになるようなシステムの構築作っていく必要がある。

- ・企業やメーカーと商品開発。
- ・調理や食事などを工夫するために、食文化とも融合する。

## ○窓装飾で省エネ効果を高める

- ・窓装飾を工夫することで、省エネ効果を高めることができる。

	省エネ効果を高める方法	効果	備考
1	遮熱加工を施した生地を使用する。	光は通して熱だけ遮る。	遮熱効果のあるブラインドもある。
2	ミラーカーテンを使用する。	太陽の光を反射させる仕組みで遮熱効果あり。	紫外線によるドレープ生地の痛みをある程度防ぐことができる。
3	カーテンレールの上部にトップカバーを取り付ける。 リターンカーテンと組み合わせることでより効果を発揮する。	レール上部からの空気の流出入を防ぐ。	リターンマグネットという商品もあり、カーテンを壁面にピッタリ収めることができる。
4	カーテンボックスを使用する。	レール上部からの空気の流出入を防ぐ。	
5	バランスを取り付ける。	レール上部からの空気の流出入を防ぐ。	ウッドバランスやファブリックバランスなど部屋のイメージに合わせることができる。
6	天井から床まで、もしくは壁全体を覆うようなかけ方をする。	窓からの空気の流出入を防ぐ。	ボリュームがあり高級感を演出できる。
7	カーテンに裏地をつける。	2枚の生地の上に空気の層ができ、断熱効果が高まる。	ドレープが美しく出る効果あり、耐久性も上がる。

### ○色の特性を利用する

- ・色には様々な表情があり、人の感情に色々な影響を与える。この効果を窓装飾やインテリアに応用することで、省エネ効果を高める事ができる。
- ・季節によって使い分ける事で、気分も変わり気持ち良く省エネに取り組むことができる。

### ○風を取り込む

- ・熱を遮断するだけではなく、窓には光や空気を取り込む役割もある。冷暖房が必要ない季節には、風通しを調整することで室温をコントロールする。  
( 風対策も忘れずに行う。)

### ○窓装飾の注意点

- ・窓装飾の場合、高層建築物や地下街、劇場、映画館、ホテルなど不特定多数の人が出入りする場所（防災防火対象物）で使用する製品は、消防法で定められた防災性能の基準に適合する防災物品でなければなりません。一般の住宅でも、高層建築物の場合、カーテンなどの防災対象物品を使用する場合は、防災物品を使用する義務があるので注意する。
- ・キッチン周辺での窓装飾は、ガスコンロなどの機器類に影響のないように注意する。

## うちエコフォーラム2015

開催日時：2015年2月19日（木） 15:00～17:00

会場： 学士会館 203号室 （東京都千代田区神田錦町3-28）

参加人数：16人

### 1、開会の言葉 司会 富田恵子

### 2、開会挨拶

JAFIC会長 うちエコ診断実施機関代表

江口恵津子

本会の趣旨を説明。

インテリア産業協会関東甲信越支部の支援事業として開催。

また、インテリア産業協会キッチン調査研究対象事業にもなっており、アンケートの記入をお願いしました。

うちエコ診断の普及と、ICの中での認知度を高めようと呼びかけました。



### 3、来賓挨拶

公益社団法人インテリア産業協会 専務理事

山本洋二郎様

うちエコ診断をインテリアの業務に取り入れ、美しくエコなインテリアに取り組むJAFICAさんに、インテリア産業協会としてもキッチン調査研究として助成している。



環境省地球環境局地球温暖化対策課 課長補佐

井戸井 毅様

役所や家電量販店以外で、うちエコ診断実施機関として活動されているJAFICAさんは、非常に貴重な存在。



#### 4、JAFICAのうちエコ診断について

うちエコ診断士 片柳通行

- ・うちエコ診断とは？
- ・うちエコ診断を行うことで期待できるプロセス
- ・インテリアコーディネーターは暮らしを創るライフスタイルプランナー
- ・美しくエコな暮らし
- ・今後の課題
- ・新たなるステージへ



※資料④ JAFICAのうちエコ診断について 参照

#### 5、うちエコ診断LIVE

うちエコ診断士 齋藤令子  
受診者 片柳通行

スクリーンに映し出ししながら、うちエコ診断をLIVEで実施。  
解説と共に、診断の流れを説明しました。



## 6、うちエコQ&A

Q、うちエコ診断をするのにはお金はかかりますか？

A、いいえ、無料で受診することができます。

Q、うちエコ診断のような取り組みは、世界的にはどうなっているのか？

A、他国に事例は無く、たぶん日本だけの取り組みだと思う。

Q、うちエコ診断の中の順位の出し方は？

A、世帯人数ごとの都道府県庁所在地の家庭のCO2の平均消費量を基に、地域性等を加味し、同じ世帯人数の家庭が100世帯あったと仮定し、少ない方から何位になるかを示している。

など、予定時間を超えて活発な意見交換が行われました。



## 7、ICによるうちエコ診断の可能性

オブザーバー 栗山正也

インテリアでエコや安全を評価する基準が必要で、そのためのシステムを構築していくべきである。





## 8、簡易うちエコ診断

うちエコ診断士（5名） 江口恵津子、齋藤令子、佐藤友次、冨田恵子、片柳通行  
簡易診断者 （5名）

ご予約いただいた受診希望者を対象に簡易診断を実施しました。遠方は静岡からお越しの方もいて、熱心に受診されていました。アンケートの結果からもわかるように、参加されたほとんどの方が有意義であったと回答しています。

### 参照資料

資料⑦ JAFICAうちエコフォーラム2015アンケート集計



## 9、お礼の言葉

事務局 西 直枝

## 10、閉会のことば

司会 冨田恵子



配布資料  
うちエコフォーラム2015  
2015. 2.19

# JAFICAのうちエコ診断について

JAFICAうちエコ診断実施機関  
JAFICAうちエコ研究会

The logo for JAFICA, consisting of the letters 'JAFICA' in a bold, sans-serif font. The 'A' and 'I' are blue, while the other letters are black.

日本フリーランスインテリアコーディネーター協会  
Japan Freelance Interior Coordinator Association

## 目 次

### JAFICAのうちエコ診断について

- 1、「うちエコ診断」とは? . . . . . 3
- 2、「うちエコ診断」を行うことで期待できるプロセス . . . . . 3
- 3、インテリアコーディネーターは暮らしを創るライフスタイルプランナー . . . . . 3
- 4、美しくエコな暮らし . . . . . 3
- 5、今後の課題 . . . . . 4
- 6、新たなるステージへ . . . . . 4

## JAFICAうちエコ診断について



### 1、「うちエコ診断」とは？

うちエコ診断は、受診されるご家庭の年間エネルギー使用量や光熱費などの情報をもとに、専用ソフトを用いて、お住まいの気候やご家庭のライフスタイルに合わせて無理なくできる省CO2・省エネ対策をご提案するものです。

(家庭エコ診断制度 ホームページより)

### 2、「うちエコ診断」を行うことで期待できるプロセス

①現状把握 → ②気付き → ③対策 → ④実施

#### ①現状把握

自分の家庭がどれくらいのCO2をどの分野から排出しているのかを知ることができる。  
100人中の順位や、分野別のCO2排出量を数値化することで、現状を把握する事ができる。

#### ②気付き

自分の家庭がどのくらい省CO2・省エネ対策をしていないかを気付く事ができる。

#### ③対策

自分の家庭のライフスタイルに合わせて、無理なくできる対策を検討する事ができる。

#### ④実施

ライフスタイルに合わせて無理なく省CO2・省エネ対策を実施することができる。

### 3、インテリアコーディネーターは暮らしを創るライフスタイルプランナー

#### 「人の暮らし、家族の生活を提案していく、いわばライフスタイルプランナー」

(江口氏 ホームリビングインタビュー記事より)

でもあるインテリアコーディネーターは、ライフスタイルそのものを見直し提案することができるので、「うちエコ診断」をより効果的に活用することができます。

#### 4、美しくエコな暮らし

- ・キッチンでは、動線や収納を工夫して効率の良い調理を実践することで、時間を短縮し、エネルギーの消費を抑えることができる。
- ・パントリー（食品庫）を設置することで、常温保存のできる食品を冷蔵庫に入れずに保管することができ、冷蔵庫の消費電力を抑えることができる。
- ・リビングでは、居心地の良さや快適性を追求することで、家族が集い、エネルギーの分散をおさえることができる。
- ・使い勝手の良い収納は、無駄なものが減り、探し物にかかる時間も少なくなるので、時間の節約（エネルギーの節約）をすることができる。
- ・窓装飾や絨毯などで、素材の特徴を生かした美しいエコを実践することができる。
- ・照明を効果的に使い、美しい空間を少ないエネルギーで演出することができる。

#### 5、今後の課題

- ・JAFICA認定のうちエコ診断士を増やしていくためにすべきことを考える。
- ・継続的に認定診断士のスキルアップをしていくためにすべきことを考える。
- ・インテリアでできる効果的な対策の研究開発をしていく。
- ・各メーカー・企業や団体の中からパートナーを探し良好な関係を築く。

#### 6、新たなステージへ

私たちは、インテリアのプロとして美しい空間にエコをとり入れた「美しくエコな暮らし」を提案してきました。

そしてさらなる進化として、シンプルでスマートなライフスタイルを創造する必要性を感じています。

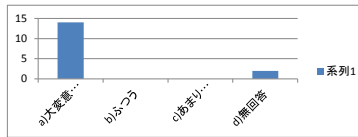
**「エコでスマートなライフスタイル」その生活場面を担う「スマートインテリア」の提案**

新たなステージへ、JAFICAは挑戦していきます。

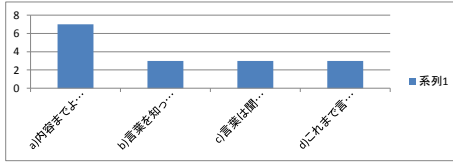
**JAFICAうちエコフォーラム2015アンケート集計 2015年2月19日**

回答数 :16人

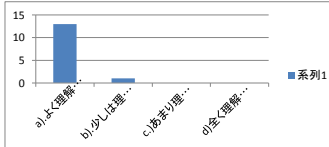
- 1) 本日のJAICAエコフォーラム2015は如何だったでしょうか。
- a) 大変意義があった 14
  - b) ふつう 0
  - c) あまり意義を感じなかった 0
  - d) 無回答 2



- 2) 『うちエコ診断』について
- a) 内容までよく知っていた 7
  - b) 言葉を知っており内容は少し知っていた 3
  - c) 言葉は聞いたことがあったが内容は知らなかった 3
  - d) これまで言葉も聞いたことはなかった 3



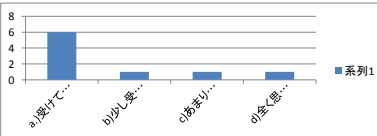
- 3) このフォーラムでうちエコの意味や内容を理解していただけましたでしょうか。
- a) よく理解できた 13
  - b) 少しは理解できた 1
  - c) あまり理解できなかった 0
  - d) 全く理解できなかった 0



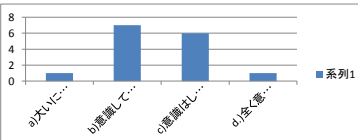
- 4) うちエコ診断を受けた事がありますか。
- a) 受けた事がある 7
  - b) 受けた事はない 9



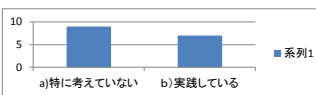
- 5) うちエコ診断を受けたことが無い方は受けてみたいと思われませんか。
- a) 受けてみたい 6
  - b) 少し受けてみたい 1
  - c) あまり思わない 1
  - d) 全く思わない 1



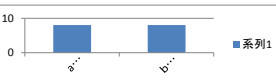
- 5) 日頃からの程度エコを意識していらっしゃいますか。
- a) 大いに意識し実践もしている 1
  - b) 意識しており少しは実践している 7
  - c) 意識はしているが実践はしていない 6
  - d) 全く意識していない 1



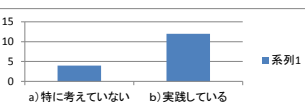
- 6) 実践していらっしゃるエコとはどのようなものですか、いくつかお書きください。
- キッチン廻り:
- a) 特に考えていない 9
  - b) 実践している 7
- ① 電気を使うシャワーで保温せず、毛布に包んで保温
  - ② 動線・明るさ・開放感③給湯は最低の38度の湯
  - ③ 3・11以降12月から3月までしか給湯器を使用しない
  - ④ 新しい冷蔵庫にする⑤換気扇の点検
  - ⑥ ワインセラーをなくす
  - ⑤ 換気扇の点検
  - ⑥ 節水シャワー水栓、レンジ、オープンを使わない
  - ⑦ 冷蔵庫のドアは直ぐ閉める



- 冷暖房:
- a) 特に考えていない 8
  - b) 実践している 8
- ① 設定温度
  - ② 自然の風を取り入れる
  - ③ 部屋を閉めて使用、冬はエアコンを使うようにしている。
- 時間を短くする、厚着する、2
- ④ 電気より、ガス熱源のものを使用⑤エアコンはあまり使わない②
  - ⑤ 冬は湯たんぽ 夏はアイスクーラーと天井ファン

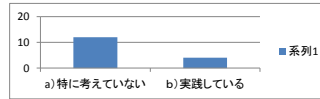


- 照明:
- a) 特に考えていない 4
  - b) 実践している 12
- ① 夜10時以降は照明を落とす
  - ② LED
  - ③ 100%出力せず、主照明は70%~80%の明るさにしている(ライトコントローラー使用)
  - ④ こまめに消すようにしている
  - ⑤ 外室時にはコンセントから抜く、間接照明を使う
  - ⑥ ワンルームにしているため照明は必要最低限で使っている。

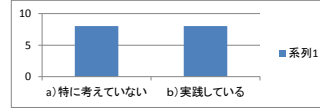


資料⑦ JAFICAうちエコフォーラム2015アンケート集計

- テレビ:  
 a) 特に考えていない 12  
 b) 実践している 4  
 ① 必要以上に見ない  
 ② なるべく見ない 2  
 ③ TVはパソコンで併用している。ノートパソコンなので差閉めてOFF

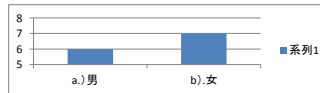


- お風呂:  
 a) 特に考えていない 8  
 b) 実践している 8  
 ① 自動保温しない  
 ② 続けて入る 2  
 ③ 直前に沸かすよう心がける  
 ④ シャワーの時間を短く  
 ⑤ 換気扇タイマー式に変更  
 ⑥ 使わない時は閉める(止める)  
 ⑦ 節水式シャワー使用。夏は水シャワー、冬もシャワーのみ、特に寒い日は大バケツで足湯をしている。

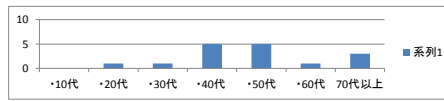


- その他の意見:  
 ① 配電アンペアを50Aから30Aに切り下げた。  
 ② 門灯、玄関灯深夜消灯

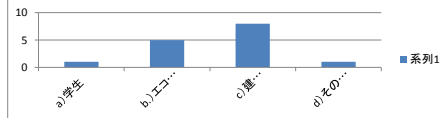
- 8) あなたの性別、年代は  
 a) 男 6  
 b) 女 7



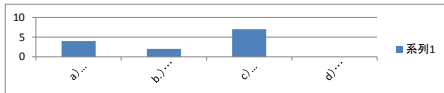
- ・10代 0  
 ・20代 1  
 ・30代 1  
 ・40代 5  
 ・50代 5  
 ・60代 1  
 70代以上 3



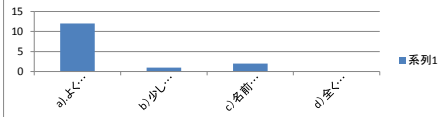
- 9) ご職種は?  
 a) 学生 1  
 b) エコ関連 5  
 c) 建築・インテリア関連 8  
 d) その他(主婦) 1



- 10) 今日のフォーラムは何でお知りになりましたか?  
 a) JAFICA HP 4  
 b) チラシ 2  
 c) JAFICA会員の誘い(斎藤玲子先生) 7  
 d) その他 0



- 11) 日本フリーランスインテリアコーディネーター協会(JAFICA)をご存じでしたか。  
 a) よく知っている 12  
 b) 少しは知っている 1  
 c) 名前だけは知っていた 2  
 d) 全く知らなかった 0



- 7) ご意見、ご感想がありましたらお書きください。  
 ①30代男:東日本大震災以降、できるだけ公共インフラに頼らない独立した生活(スローライフ)をめざして色々な取り組みを実践中です。私の場合環境意識というより、災害対策をやっている、たまたまエコ活動と重複した感じを受けました。環境対策という他人事ですが災害対策だと、危機意識となるので、キャッチを変えると多くの人がもっと感心を持つのではないのでしょうか?  
 ②20代男:家電会社などうちエコ診断士の部署を設けて、お客様が製品を買う時にアドバイスなどをしたりすることで、うちエコに興味を持ってもらえ、うちエコが多くの人に知ってもらえそうです。

- ③70代女:意義深いテーマでしたが、時間内のテーマの配分が余りよくなかったと思いました。IC向けのセミナーの感じがしました。門外者(僕)には不要で、理解しづらい内容が多かった。一般の人にみてもうちエコ診断が実施され提案を覆けると思っていました。50分のセミナーのはずでしたが、式次第の3、4、7が長く時間がとられ8に食い込んでしまったのではないのでしょうか? 5は良かった。うちエコ診断に興味を持つ資料として有効。環境省の方からもっと専門的なお話が聞けると思っていました。



日本フリーランスインテリアコーディネーター協会

「JAFICAはフリーで活躍するインテリアコーディネーターのプロの集団です」

インテリア産業協会 関東甲信越支部 支援事業



# うちエコフォーラム 2015



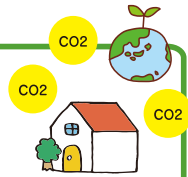
**学士会館**

日時：2/19(木) 15:00～17:00 ※「うちエコ診断」も無料で実施します。

会場：学士会館203号室 [www.gakushikaikan.co.jp](http://www.gakushikaikan.co.jp)

## 「うちエコ診断」とは？

「うちエコ診断」とは環境省が推進する事業で、各ご家庭のライフスタイルに合わせた省エネ、省CO2対策を提案するサービスです。診断は、環境省認定の「うちエコ診断士」が専用ソフトを用いて行い、各ご家庭から排出されるCO2排出量やエネルギーの使用状況を調査、お住まいの地域の気候や家族構成に合った無理のないエネルギー対策をアドバイスいたします。



## うちエコ診断のながれ

STEP 1

### お申込み (受診日 10 日前)

お申込みは便利な Web サイトで！

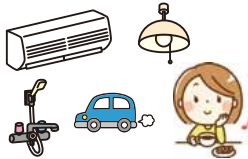


下記 URL から診断お申込みページにアクセスできます。ぜひ JAFICA に！

STEP 2

### 事前調査 (受診日 10 日～前日)

ご家庭のエネルギー使用状況のアンケートにお答えください。



STEP 3

### うちエコ診断 (約 50 分)

うちエコ診断士が専用ソフトでご家庭の省エネ度や省エネ方法などを分かりやすくご説明。それぞれのご家庭にあったエネルギー対策をご提案します。



## うちエコ診断で分かること



### 「うちはどれだけ CO2 を排出しているの？」

あなたのご家庭のエネルギー消費量をグラフで「見える化」。お住まいの地域でのランキングも分かります。



### 「うちでいちばん CO2 を排出しているのは何？」

エアコン？ シャワー？ それとも自家用車？  
あなたのご家庭でいちばんエネルギーを使いすぎている場所が分かります。

CO2  
排出量



### 「うちに合った CO2 削減対策は？」

うちエコ診断士がご家庭のライフスタイルに合った具体的な省エネ方法をアドバイス。  
CO2削減や光熱費がどれだけ下がるかが分かります。



## インテリアのプロがご提案！

### オーダーメイドの「美しくエコな暮らし」

JAFICAの「うちエコ研究会」は、インテリアコーディネーターならではの【美しくエコな暮らしのご提案】の実践をしてきました。JAFICAのうちエコ診断士が、無理せず、楽しく、環境にも（お財布にも！）やさしい、あなたのご家庭にピッタリのエコライフを見つけるお手伝いをさせていただきます。



一般の方からも大好評！



うちエコフォーラム 2014

## 【お申込みは便利な Web サイトで！】

■ うちエコ診断 受診申込(環境省/うちエコ公式サイト)  
<http://www.uchieco-shindan.go.jp/2014/jushin/choice.php> → 東京・神奈川・埼玉・千葉からJAFICAへ！

## 【お問合せ】

■ JAFICA「うちエコ診断実施機関」事務局  
E-mail: [jafica-eco@jcom.home.ne.jp](mailto:jafica-eco@jcom.home.ne.jp)  
TEL/FAX: 03-6804-6299

