

＜ダイキン「第16回 現代人の空気感調査」＞
全国600名に聞いた「今夏の節電と空気」に対する意識の調査②

**節電がもたらした意識の境界線
今年こそは「28℃」を守りたい！**
～「エアコンの節電対策」編～

ダイキン工業株式会社は、東北・東京電力管内エリア（以下、東北・関東エリア）とその他エリアの20代～70代の男女600人を対象に「今夏の節電と空気」をテーマにしたアンケートを実施しました。

「現代人の空気感調査」は、「空気」に関する現代人の意識を浮き彫りにすることで、日頃意識されにくい「空気」について、多くの方々に興味と関心を持っていただくことを目的に、2002年から実施してきました。

3月11日に発生した未曾有の大震災、それに伴う東北・東京電力管内の電力供給不足、さらに中部電力の浜岡原子力発電所の運転停止が決定され、夏場の電力ピーク時に向け、全国的な節電啓発が行われようとしています。

16回目となる今回の調査は2編から構成し、「震災後の節電意識」編では、人々の節電意識と空調に対する意識の変化について調査をまとめました。「エアコンの節電対策」編では、節電が強く意識される時代背景を踏まえて、人々の節電に対する意識や行動、ライフスタイルの変化、また、期待度の高いエアコンの具体的な節電対策などについてまとめました。

調査結果から、今夏は極力電力に頼らないライフスタイルへと変化させ、例年よりも暑さを我慢する覚悟があることが分かりました。さらに、これまで、個人の好みによってバラバラだったエアコンの設定温度が今夏は「28℃」に収斂されるなどの興味深い変化もみられました。

一方、具体的なエアコンの節電については、効果があると認識されている対策でも、使い方次第では効果がなくなる場合もあり、節電を進めていく上では、正しい対策への理解が求められます。

本調査の主な結果は以下の通りです。

I. 変わる、夏の暑さ対策とライフスタイル P.2

I-1) 暑さ対策、エアコンは極力避け、扇風機使用が多数。しかし、回答には世代間ギャップも

II. エアコン設定「28℃」、家庭内でのリモコン争奪戦に終止符！？ P.3-4

II-1) 自宅のエアコン設定温度、例年は個人の好みでバラバラ、今年は「28℃」に収斂

II-2) 暑さ対策なしで我慢できる室温、平均で約2℃ UP

III. エアコン節電対策は浸透、しかし正しく理解しないと意外な落とし穴！ P.5-6

III-1) 効果的だと思う対策、1位「温度設定1℃高め」84.3%、2位「フィルター掃除」62.8%

III-2) 「風量を弱に」「運転のON/OFF」、使い方によっては節電効果がなくなることも！？

【コラム】夏の気温と熱中症の関係 P.7

I. 変わる、夏の暑さ対策とライフスタイル

I-1) 暑さ対策、エアコンは極力避け、扇風機使用が多数。しかし、回答には世代間ギャップも

今年の夏、節電によって、空気との付き合い方やライフスタイルに変化は見られるのでしょうか。

この夏、自宅でどのような暑さ対策を行うかを聞いたところ、1位は「扇風機や冷風機を使う」(66.8%)でした。それに比べ「エアコンを使って室温を下げる」(26.4%)、「エアコンや除湿機を使って除湿する」(12.2%)は低く、暑くてもエアコンの利用は控えようという傾向がみてとれます。今夏は、エアコンの“代役”として扇風機などの需要が急増することが予想されます。

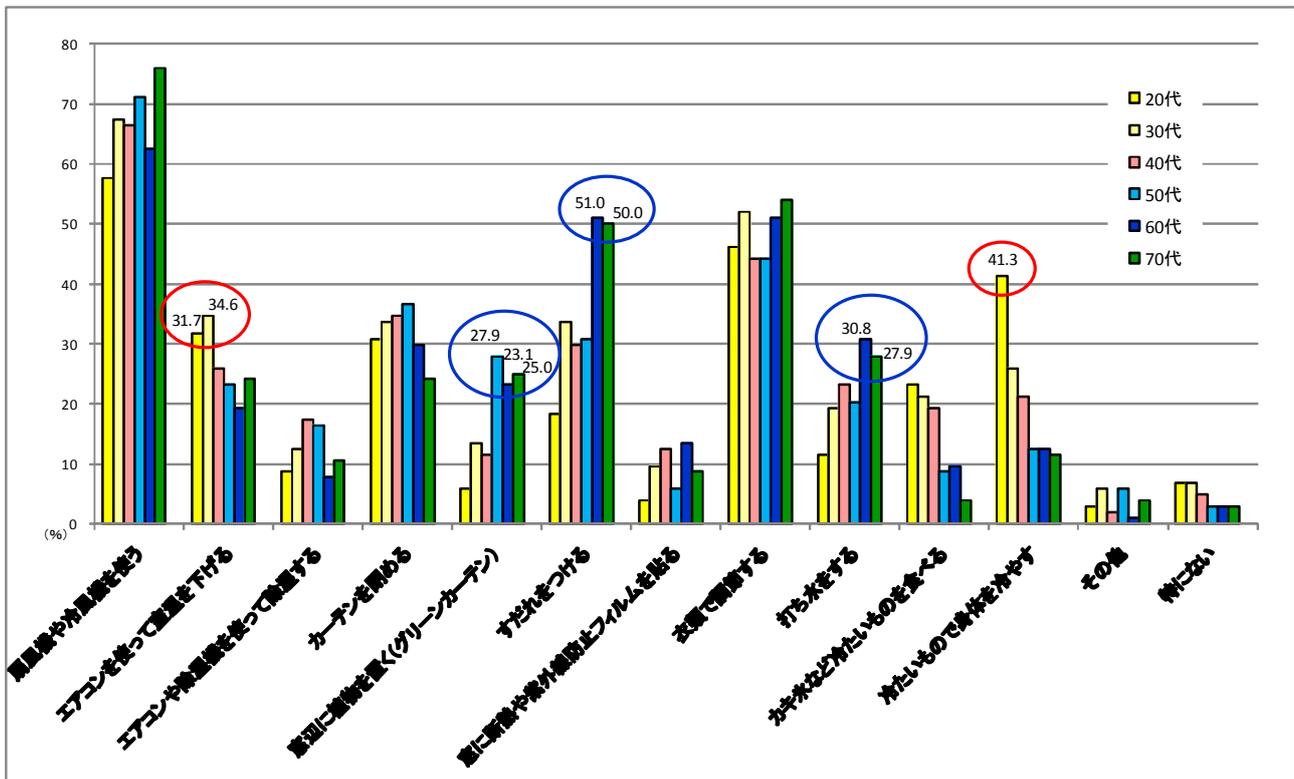
2位「衣服での調節」(48.6%)、3位「すだれをつける」(35.6%)、4位「カーテンを閉める」(31.6%)など、電力を使わない暑さ対策にも多くの回答があり、夏の空気を取り巻くライフスタイルや生活空間の様相が大きく変化することになりそうです。

年代別で見ると、世代間にギャップがあることが分かります。若いほど暑さ対策として「エアコンを使って室温を下げる」という回答が比較的多くなっており、20～30代で顕著になっています。また、20代は「冷たいもので身体を冷やす」が、他の世代に比べて突出しています。日頃からコンビニや雑貨店で便利グッズを気軽に手に入れ、活用することに慣れているためか、暑さ対策にも便利グッズを活用する傾向があるのでしょうか。

一方、60～70代は「すだれをつける」「打ち水をする」、50～70代は「植物を置く」など、年齢が高くなるほど、昔ながらの知恵や自然を取り入れた暑さ対策を取り入れたい、という意向が強いようです。

図1: 今年の夏、自宅でどのような暑さ対策を行いますか? <n=624>

全体	扇風機や冷風機を使う	エアコンを使って室温を下げる	エアコンや除湿機を使って除湿する	カーテンを閉める	窓辺に植物を置く(グリーンカーテン)	すだれをつける	窓に断熱や紫外線防止フィルムを貼る	衣類で調節する	打ち水をする	カキ氷など冷たいものを食べる	冷たいもので身体を冷やす	その他	特にない
(%)	66.8	26.4	12.2	31.6	17.8	35.6	9.0	48.6	22.1	14.3	20.8	3.5	4.5



II. エアコン設定「28℃」、家庭内でのリモコン争奪戦に終止符！？

II-1) 自宅のエアコン設定温度、例年は個人の好みでバラバラ、今年は「28℃」に収斂

エアコンでの節電に期待が高まるなか、実際にエアコンの設定温度にどのような変化が起こるのでしょうか。

例年と今年のエアコンの設定温度について聞いたところ、例年は「25℃～28℃」の間でバラバラでしたが、今年は「28℃」に収斂するという興味深い結果になりました。

これまで政府は、夏場のエアコン設定温度「28℃」を推奨してきました。しかし実態は、28℃の意識はあっても、28℃より低い設定温度にしていた人も多かったようです。

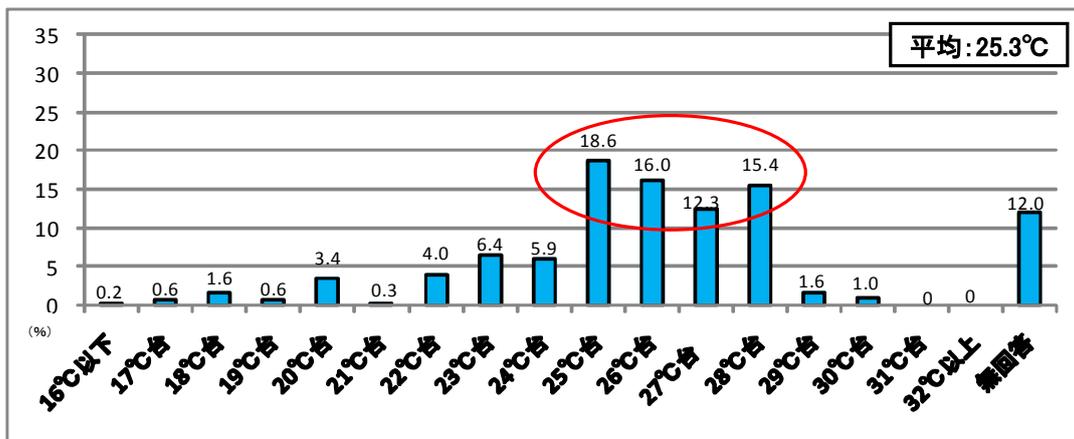
今年、節電という大きな社会的課題に対する認識の強さが、“28℃が目標として掲げられているのなら、最低でも28℃は守りたい”という意識となり、28℃に収斂したものと推察されます。

2003年に発表した第3回空気感調査では、夏になるたびに、家庭内で設定温度を巡る「リモコン争奪戦」が勃発するといった結果が出ていました。しかし今年は、「28℃」で意見が一致し、リモコン争奪戦にも終止符が打たれるといった、思わぬ家族円満の効果にも期待できるかもしれません。

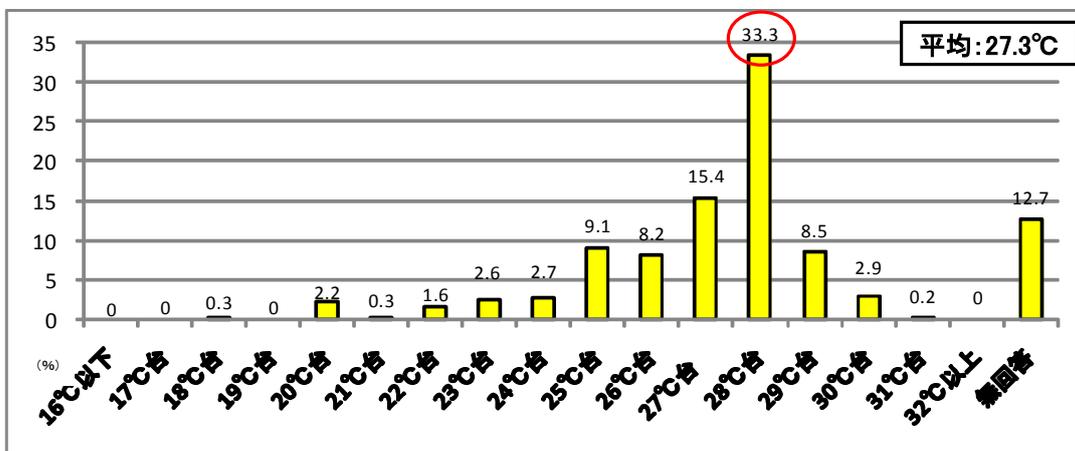
ただ、目標として掲げることと、実際に夏の暑さの渦中にいてとる行動にはギャップがあるはずで、これから夏の暑さの厳しさと向き合う中で、この節電意識の高さがどこまで継続できるか、今後も注目していきたいと考えています。

図2: 自宅でのエアコンの設定温度について、「例年」と「今年」それぞれの設定温度は何℃にしますか？ <n=624>

【例年】



【今年】



<参考：ダイジェスト>

「第3回 現代人の空気感調査」2003年7月22日

■夏の家庭のエアコン戦争。勝者は圧倒的に「主婦」

主婦500名を対象に調査した「第3回現代人の空気感調査」では、温度設定やエアコンのON・OFFで家族間で食い違いが発生、“リモコン争奪戦”が勃発し、最終決定権は「主婦」が握るという結果が出ています。

今回調査した「例年の設定温度」についての意識も、設定温度にばらつきがあり、第3回の調査結果を裏付けた結果となっています。

若干飛躍がありますが「今年の設定温度」が28℃に収斂したということは、“リモコン争奪戦”が緩和される可能性が高いといえるかもしれません。

※夏にエアコンの温度設定やON・OFFでもめることはありますか？

「たまにある」(38.4%)

「よくある」(17.2%)・・・計(55.6%)

※エアコンの温度設定やON・OFFの決定権を持つ人は誰ですか？

「自分(主婦)」(61.2%) 「ご主人」(31.8%) 「子供達」(2.8%) 「祖父母」(0.4%)

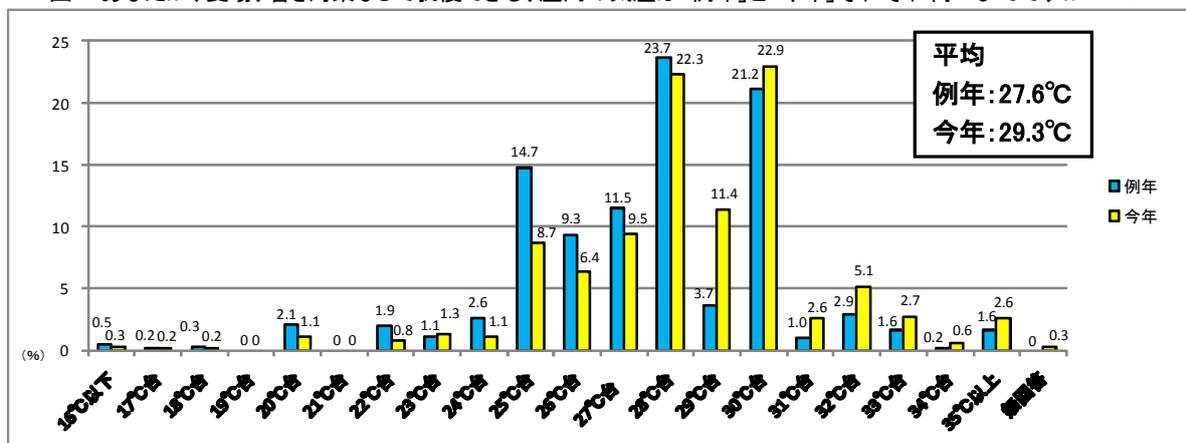
II-2) 暑さ対策なしで我慢できる室温、平均で約2℃ UP

エアコンの設定温度は、多くの方が「28℃」に設定することが分かりましたが、暑さに対する耐性や我慢できる限界といった意識の変化はあったのでしょうか。

夏場、暑さ対策なしで我慢できる気温を聞いたところ、分布傾向は大きく変わっていませんが、例年と比べてみると、28℃を境に「今年我慢できる温度」が「例年我慢できる温度」をいずれも上回っています。その結果、平均で見ると、例年「27.6℃」に対し、今年は「29.3℃」と約2℃高くなっています。

「ちょっと暑くても我慢しよう」という基準値が上がったことは、節電に効果的である反面、無理のしすぎによって体調に影響が出る懸念もあります。特に今年の我慢できる平均値付近であり、最頻値でもある30℃は湿度の状況によっては熱中症の可能性もある温度帯です。健康とのバランスを考えた節電が大事です。

図3:あなたが、夏場、暑さ対策なしで我慢できる、屋内の気温は「例年」と「今年」それぞれ何℃までですか？ <n=624>

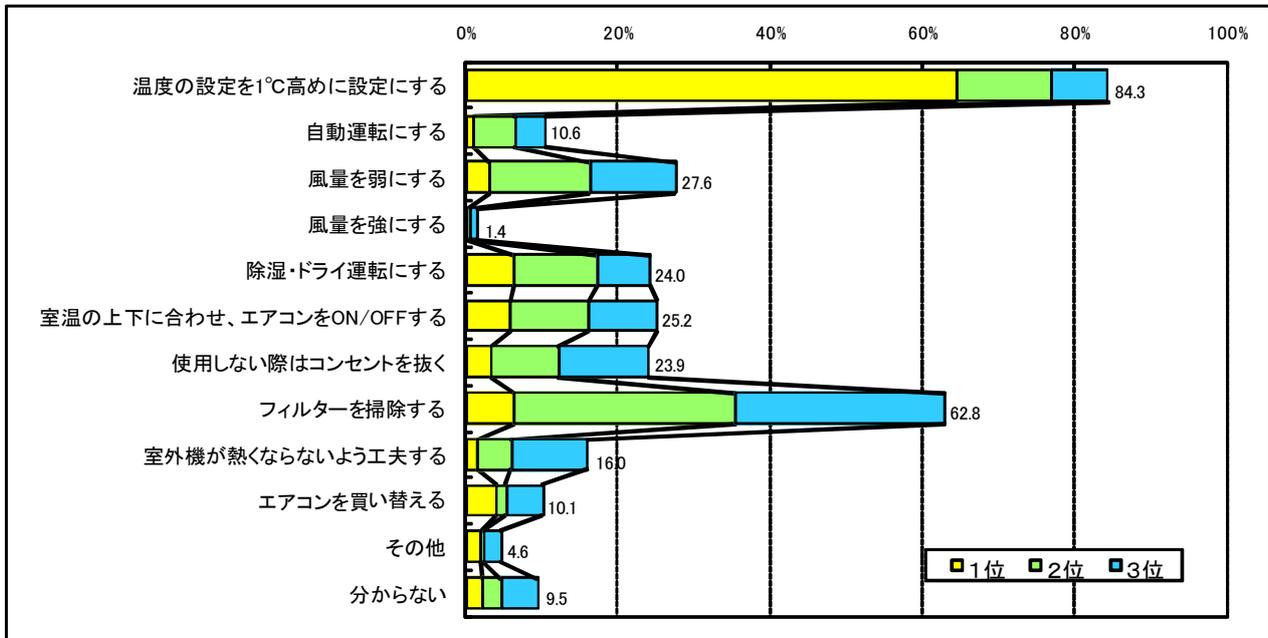


Ⅲ. エアコン節電対策は浸透、しかし正しく理解しないと意外な落とし穴！

Ⅲ-1) 効果的だと思う対策、1位「温度設定1℃高め」84.3%、2位「フィルター掃除」62.8%

今夏、節電への期待度が高いと考えられているエアコンですが、効果的だと思うエアコンの節電対策について聞いたところ、1位が「温度の設定を1℃高めにする」(84.3%)、2位が「フィルターを掃除する」(62.8%)という結果になりました。エアコンの効果的な節電対策が広く浸透していることが分かります。

図4:あなたが、効果的だと思うエアコンの節電対策はどれですか？ 1位から3位まで、順位をつけてください。<n=624>



Ⅲ-2) 「風量を弱に」「運転の ON/OFF」、使い方によっては節電効果がなくなることも！?

Ⅲ-1 (図4) で聞いた、効果的だと思うエアコンの節電対策については、3位「風量を弱にする」(27.5%)、4位「室温の上下に合わせ、エアコンをON/OFFする」(25.2%)にも多数の回答がありました。

調査は、様々なエアコンの節電対策を行おうという人々の意識を裏付ける結果となっていますが、対策が全ての場合に一律に正しいと言えない場合があります、注意が必要です。

例えば「風量を弱にする」という回答も多くみられましたが、エアコンは室内温度と設定温度の差が大きい場合、弱運転を行うと設定温度になるまでに長い時間がかかってしまい、結果的に多くの電気を使ってしまう。外から帰ってきて暑い部屋を空調する際、頼りになるのが、風量を「自動」にした運転です。この運転は、部屋が冷えるまでは強風で、その後はエアコンの性能を最大に引き出す風量に「自動的に」調節し、最も効率よく快適にお部屋を冷やしてくれます。

また、「部屋が冷えたらエアコンを止める、暑くなったらエアコンをまたつける」ということを繰り返すことは一見省エネのようにも思えますが、エアコン起動時にかかる電力が大きく、部屋にいる時は、あまり頻繁に自分でON/OFFをして室温を調節するよりも、エアコンに温度設定を委ねる方が、かえって省エネになるという場合もあります。

エアコンは、急激に部屋を冷やすときに多くの電気を使います。設定温度まで冷やした後、その設定温度を維持しているときは、急に部屋を冷やす場合と比べてとても少ない電気です。

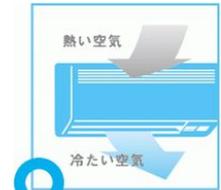
エアコンの機能を知り、状況に応じて上手に活用することが、ご家庭の節電につながります。

～ おすすめのエアコン節電対策 ～

ダイキン工業は、空調総合メーカーとして、これからの季節を乗り越えていくため、エアコン節電対策をご紹介します。詳しくは、ホームページ「あなたとエアコンに、できること。」をご覧ください。その他の様々な対策もご紹介しています。
(<http://www.daikin.co.jp/setsuden/index.html>)

1. フィルターを2週間に一度、掃除

エアコン内部のフィルターが目詰まりすると、吸いこむ空気量が少なくなり、部屋を冷やす力が小さくなるため、部屋を冷やすのに多くの電力が必要になります。



2. 帰宅時は、エアコン ON の前に、まず換気

外から帰ってきて、部屋の中の空気が外よりも暑いと感じたときは、熱気を部屋の外に逃がしてからエアコンをかけると無駄な電力を使わず、すばやく効率的に部屋を冷やすことができます。



3. 風量設定は「自動」に

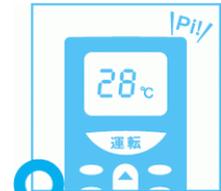
エアコンは「部屋をがんばって冷やす運転」の際、多くの電気を使います。風量設定を「自動」にした運転は、部屋が冷えるまでは強風で、その後はエアコンの性能を最大に引き出す風量に「自動的に」調節し、最も効率よく快適にお部屋を冷やしてくれます。



4. 部屋が暑く感じたときは、温度を下げず、風量を「強」に

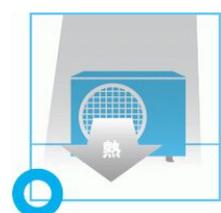
暑く感じた時、エアコンの温度設定を下げる前に、風量を強くすることを試してください。

体感温度が下がり、同じ温度でも涼しく感じます。扇風機を併用し身体に適度な風を感じることで同じ効果を得ることができます。



5. 1°C、冷房の設定温度を高くするだけで、約10%の節電に

冷房の設定温度は28°Cが推奨されています。それより高い設定温度を心がける人は、無理をしないようにご注意ください。体温を調節するための発汗機能が低い高齢者や乳幼児は、体調をくずす恐れがあります。



6. 室外機は直射日光を防ぐ

室外機が直射日光や地面からの照り返しにさらされると、その付近は40°C近くにもなってしまうため、効率が低下し、電力を余分に消費します。それを防ぐため、日陰に設置するか、日陰を作りましょう。

7. 室外機の吹き出し口をふさがない

エアコンは運転中、部屋の中の熱を、部屋の外に捨てているため、常に室外機は放熱をしています。

室外機の前はスペースを空けてできるだけ風通しをよくし、スムーズに空気が循環できるようにしましょう。

コラム:夏の気温と熱中症の関係

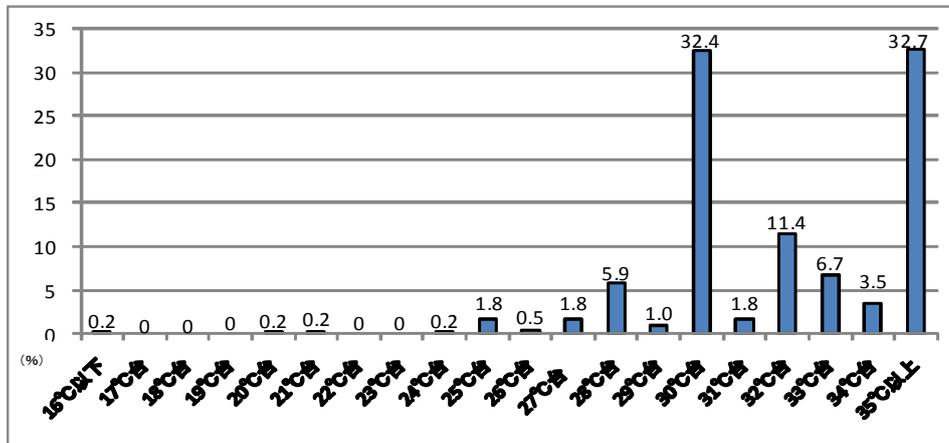
昨年の夏、猛暑の影響で、高齢者を中心に屋内での熱中症※1による死亡事故が多発しました。今年も節電のため、エアコンなどの使用を控える意識が強まり、室内の温度が例年より高くなることが予想されます。暑さを我慢しすぎた結果、悲劇を招くということがないよう、正しい理解と熱中症対策が求められます。

気温が何℃以上になると熱中症が気になるかを聞いたところ、「30℃」と「35℃」に回答が集中しました。熱中症のリスクは気温だけでなく、湿度にも大きく影響されます。日本生気象学会が定める熱中症予防指針※2では、気温が30℃の場合、湿度65%以上で嚴重警戒、85%以上で危険とされています。

熱中症は、生命をも脅かす非常に危険な症状です。暑さ対策なしで我慢できる屋内の気温(Ⅱ-2)を聞いたところ「30℃」まで我慢できる、という回答が多数ありましたが、湿度によっては、危険な温度帯となり注意が必要です。

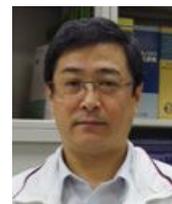
節電だけでなく身体のことも考えて、無理をしすぎない範囲で室内環境(温度と湿度)を調整し、暑い夏を乗り切りましょう。

図5: あなたは、夏場、気温が何℃以上になると熱中症が心配になりますか? (n=624)



熱中症に詳しい先生に、今夏の節電時、熱中症対策で気をつけることを聞きました。

- 1 家庭内では、扇風機を活用すると体温上昇を抑えることができます。ただし、皮膚温(34℃程度)より温度の高い風を身体に受けると逆効果になることも。そのようなときは、無理をせず、短時間でもいいのでエアコン等を使って、部屋の温度を下げる必要があります。エアコンと扇風機の併用もおすすめです。
- 2 暑いときは、首元、わきの下、鼠蹊部あるいは太もものつけねなど、太い血管のある部分を冷やすと体温が下がりやすくなります。かき氷などを食べて、身体の中から冷やすこともおすすめです。
- 3 節電のため電車の空調が止まっていたり、ダイヤが乱れる可能性があります。ラッシュ時は特に危険です。もしものときに備え、電車に乗る際は常に、飲み物を携帯しておくといでしょう。凍らせた飲み物だとさらによいですね。



桐蔭横浜大学
スポーツ健康政策学部

星秋夫 先生

※1 熱中症とは、「熱失神・熱疲労」「熱けいれん」「熱射病」の総称です。

※2 日本生気象学会「日常生活における熱中症予防指針」Ver.1 2008.4 WBGT値と気温、相対湿度との関係より引用

【調査概要】

- 表 題 : 「今夏の節電と空気」に対する意識調査
- 調査主体 : ダイキン工業株式会社
- 調査方法 : アンケート調査（インターネット調査による）
- 調査期間 : 2011年4月28日（木）～5月1日（日）
- 調査対象 : 全国の20代、30代、40代、50代、60代、70代の男女
- 回答人数 : 624名（男性312名、女性312名） ※内訳は下表の通り

エリア	性別	20代	30代	40代	50代	60代	70代	合計
東北・東京電力管内エリア	男性	26	26	26	26	26	26	156
	女性	26	26	26	26	26	26	156
その他エリア	男性	26	26	26	26	26	26	156
	女性	26	26	26	26	26	26	156
合計		104	104	104	104	104	104	624

- ※東北・東京管内エリア: 青森県、岩手県、宮城県、秋田県、山形県、福島県、新潟県、群馬県、栃木県、茨城県、埼玉県、東京都、千葉県、神奈川県、山梨県、静岡県
の富士川以東
- ※その他エリア: 上記以外の道府県、静岡県の富士川以西

■報道機関からのお問い合わせ先

ダイキン工業株式会社 コーポレートコミュニケーション室

【本社】 〒530-8323 大阪市北区中崎西二丁目4番12号（梅田センタービル）
TEL (06) 6373-4348（ダイヤルイン）

【東京支社】 〒108-0075 東京都港区港南二丁目18番1号（JR品川イーストビル）
TEL (03) 6716-0112（ダイヤルイン）

空気のライブラリ <http://www.daikin.co.jp/kuuki/library/>

エアコンの節電対策に関するサイト <http://www.daikin.co.jp/setsuden/index.html>