

省エネアドバイザー活用マニュアル

本マニュアルは、令和3年度までに大阪府「家庭の省エネ・エコライフスタイル推進強化事業」にて養成した省エネアドバイザーを活用した省エネ相談会を大阪府内の各地で開催していただくためのものです。

令和4年度以降は、市町村の依頼に応じて大阪府地球温暖化防止活動推進センター（以下、「センター」という。）が窓口となり省エネ相談会を実施するほか、各市町村で実施する相談会に支援（省エネアドバイザーの派遣、実施に必要な機材の貸し出し等）を行います。

- ・ 省エネ相談会はイベント出展や講座にて実施できます。
- ・ 講座は定例会等すでにあるものと組み合わせることも可能です。
- ・ 原則として省エネアドバイザーの派遣は無料ですが、会場の準備やその他の費用はご負担をお願いします。
- ・ 時期によっては派遣できない場合もあります。
- ・ 具体的な内容は、打ち合わせにて決定します。

省エネアドバイザーとは

府民の省エネ意識の向上や省エネ家電等の普及促進、及び再生可能エネルギーによる二酸化炭素排出量の少ない電気の選択を促進していくために、省エネ相談会等でツールを使って府民に分かりやすく省エネ・省CO₂のアドバイスをを行います。

令和3年度までに大阪府「家庭の省エネ・エコライフスタイル推進強化事業」にて開催した養成講座で63名登録されています。なお、令和4年度以降は大阪府が養成講座を開催し、登録者を増やす予定です。

省エネ相談会とは

省エネ相談会とは、省エネアドバイザーが簡易的な省エネ診断ソフトを活用して、対面式のアドバイスを実施するものです。具体的には下記の3種類があります。

A. イベントでの省エネ相談会（→P.2）

省エネアドバイザーがイベント会場で来場者に声をかけ、アンケートに回答してもらいます。その内容をPCに入力し、結果シートをアンケートの裏面に印刷して回答者に返却し、受診者の家庭の状況に応じたアドバイスをを行います。（所要時間1名10分程度）

B. 出前講座での省エネ相談会（→P.4）

参加者にアンケートを書いていた後、省エネの講座を実施します。講座の間に、アンケートを回収してPCに入力、裏面に結果シートを印刷して、講座終了後に配布し、結果シートの説明をしながら省エネのアドバイスをを行います。

C. オンライン省エネ相談会（→P.6）

Aの省エネ相談会をオンラインで実施します。基本的には参加者が自己診断しますが、希望者は後日ウェブブラウザ上で省エネアドバイザーと画面と音声とを共有して会話できます。

連絡先

一般財団法人大阪府みどり公社 環境チーム（大阪府地球温暖化防止活動推進センター）

〒541-0054 大阪市中央区南本町 2-1-8

TEL 06-6266-1271 FAX 06-6266-8665

E-mail center@osaka-midori.jp ※件名に「省エネ相談会」とご記入ください。

A. イベントでの省エネ相談会

市町村等で開催するイベントにブース出展をして省エネ相談を実施します。

○ イベントの流れ

省エネアドバイザー2名と運営スタッフ2名で伺います。(最小単位)

1. アドバイザーが声をかけ、参加者に「エコチェック記入シート」に記入してもらう。(3分)
2. アドバイザーが資料に沿って省エネの情報提供を行う。同時にスタッフが記入シートの裏面に診断書を印刷する(2分)
※混雑する場合は整理券を渡して後ほど取りに来てもらおう。
3. 診断書の解説(2分)

○ ご準備いただきたいもの

- ・ イベントブースの確保
- ・ ブース備品の準備(最小単位: 長机2本、イス6脚、電源2口(PCとプリンター))
- ・ 啓発資料(市町村で作成しているチラシなど、ご希望の場合)
- ・ 参加者向けノベルティ(可能であれば)

○ こちらが準備するもの

- ・ 省エネ相談用のPCとプリンター(事前維宅配便で送るか、当日持参します。)
- ・ アンケート用紙
- ・ 省エネアドバイザー
- ・ スタッフ(お手伝いいただければありがたいです。)

○ その他お願いしたいこと

- ・ PCとプリンターの受け取りと会場への運搬。終了後の返却。(可能であれば)

○ イベント実施までの流れ

1. イベント希望の連絡(実施予定の1か月前まで)
※メールにてご連絡ください。
2. 日程調整
3. プリンター類物品の受け取り(可能な場合)
4. 会場準備

○ その他

- ・ アドバイザーの派遣のみも可能です。
- ・ 機材のみ貸出も可能です。
- ・ 準備を含めてセンターが一括で実施する場合は費用負担をいただきます。

市町村の事業と連携して実施した例（イベント）

○ 実施例1：自然保護展（河内長野市 COOL CHOICE ブース内）

河内長野市が設営した子ども向けの省エネ、再エネの啓発ブースの一角に省エネ相談会のスペースを設けていただき、そこに省エネアドバイザーとスタッフを派遣しました。

機材は事前に送付し、他の教材と共に会場に持ち込んでいただきました。

- ・ 開催日 令和3年11月6日・7日
- ・ 診断件数 35名
- ・ 受診者の特徴 家族連れ（幼児と保護者）

※会場が河内長野市立子ども・子育て総合センターあいっく内であったため。



○ 実施例2：東大阪市役所

東大阪市では市独自で省エネアドバイザーを養成して、省エネ相談会を実施しています。この例では独自で開催している省エネ相談会に府の省エネアドバイザーを派遣しました。（3名のアドバイザーのうち、1名を派遣）

- ・ 開催日 令和4年1月11日
- ・ 診断件数 43名
- ・ 受診者の特徴 来庁者（高齢の方が多い）



○ 実施例3：環境広場（枚方市）

くずはモールで開催された枚方市主催の環境イベント「環境広場」に省エネ相談会のブースを出展しました。

- ・ 開催日 令和4年3月5日・6日
- ・ 診断件数 68名
- ・ 受診者の特徴 幼児～小学生の子供とその保護者、高齢者等



○ 実施例4：高石市環境・廃棄物リサイクルフェア

高石駅前で開催された高石市主催の環境イベント「高石市環境・廃棄物リサイクルフェア」に省エネ相談会のブースを出展しました。

- ・ 開催日 令和4年3月13日
- ・ 診断件数 84名
- ・ 受診者の特徴 高齢者等



B.出前講座での省エネ相談会

省エネに関する講演（1 時間、20 名程度）と併せて省エネ相談を実施する。

○ 講座の流れ

講演を行う講師と省エネ相談のデータを作成するスタッフの 2 名で伺います。

1. 参加者が「エコチェック記入シート」に記入したものをスタッフが回収（5 分）
2. 講演（45 分程度）
3. 回収した記入シートの裏面に診断書を印刷紙返却（2 分）
4. 診断書の解説（8 分）

○ ご準備いただきたいもの

- ・ 会場の準備
- ・ 参加者の募集
- ・ 発表用の PC、プロジェクターもしくはモニター
- ・ 省エネ相談用のスペース（会場後方に長机一台とイス 1 脚、電源 2 口）

○ こちらが準備するもの

- ・ 省エネ相談用の PC とプリンター（宅配送で送付します。）
- ・ 講師（省エネアドバイザー）
- ・ スタッフ

○ その他お願いしたいこと

- ・ アンケート用紙の印刷
- ・ 講演資料の印刷（配布を希望する場合）
- ・ 省エネ相談用の PC とプリンターの受け取りと会場への運搬。終了後の返却

○ 講座実施までの流れ

1. 講座希望の連絡（実施予定の 1 か月前まで）
※メールにてご連絡ください。
2. 日程調整
3. プリンター類物品の受け取り
4. 会場準備

○ その他

- ・ 元々予定している講座や別の講師の講演と組み合わせることも可能です。
- ・ 参加者募集や会場の手配等を含め一括で実施する場合は費用負担をいただきます。

市町村の事業と連携して実施した例（出前講座）

○ 実施例5：くらしのセミナー（かわちながの消費者協会主催、河内長野市 COOL CHOICE 事業の一環）

かわちながの消費者協会が定期的に行っている「くらしのセミナー」の講座「コロナ禍の家庭の省エネ～衣・食・住～」と併せて省エネ相談会を実施しました。

- ・ 開催日 令和3年10月15日
- ・ 診断件数 23名



○ 実施例6：「うちの省エネ診断」と「小豆カイロ」（交野みどりネット主催）

家庭でできる簡単な省エネの講義と併せて省エネ相談会を実施後、主催の交野みどりネットが講師となり、小豆カイロを作成しました。

- ・ 開催日 令和3年12月15日
- ・ 診断件数 27名



○ 実施例7：環境に関する職員研修（交野市）

「カーボンニュートラルの実現に向けて、職場や家庭でできる省エネ」についての講義と併せて省エネ相談会を実施しました。

- ・ 開催日 令和4年2月16日
- ・ 診断件数 46名（3回実施）



C.オンライン省エネ相談会

参加者がインターネット上で自己診断します。希望者はオンラインで省エネアドバイザーに相談できます。

○ オンライン相談会（自己診断）の流れ

1. 参加者が診断サイトにアクセス

<https://hinodeya-ecolife.sakura.ne.jp/online21/>

2. 「相談員と通信せず自分でチェックする」を選択
3. 質問に答えていくと「診断書」が表示される

○ その他

希望者は後日ウェブブラウザ上で省エネアドバイザーと画面と音声とを共有して会話できます。

事前にメールにてご連絡ください。

オンラインエコライフ診断

ようこそオンライン「エコライフ診断」へ

エコライフは、家計にとってやさしいだけでなく、地球環境への負荷をへらし、子どもたちの将来を守ることにつながります。

家庭でできるエコライフを、生活を振り返ってチェックしてみましょう。点数をつけることが目的ではなく、取り組めていない項目から、どうしたら減らせるのか考えるポイントを探しだすことが、この診断の目的です。

エコライフに関するチェック項目が20問と、光熱費の質問があり、最後にあなたのエコライフ診断結果が表示されます。

チェック項目は「している」「半分くらいしている」「していない」のボタンから選んでいってください。

相談員リスト

待機している相談員を呼び出して、音声で話をしながら、診断を受けることができます。診断画面も共有されます。

リストを更新する

相談員と通信をせず自分でチェックする

※IE,Edge（2020年4月アップデート前）では動作しません。

エコライフ診断 Copyright(C) 2006-2021, 有限会社ひのでエコライフ研究所

参考資料1 家庭の省エネ診断ソフト

ソフトは Excel で作成されています。

ひのでやエコライフ研究所 <https://www.hinodeya-ecolife.com/> で公開されているものを活用しています。(無償利用・修正可能)

エコライフ記入シート (アンケート)

エコライフ診断書

あなた様

【1】エコライフの取り組み度

あなたの取り組み項目を、「台所」「部屋・生活」「風呂・洗面」「掃除洗濯」「買い物・外出」の5種類に分類して、得点を左のグラフにみまわした。5角制が大きいほど、よく取り組んでいることを示しています。

「近い所へは徒歩や自転車を使い、自動車の使用はひかえる」、「シャワーで使用するお湯を少なくするよう気をつける」といった取り組みをすすめてください。

【2】光熱費・ガソリン代の標準との比較

1ヶ月の光熱費・ガソリン代(円)

標準の値とあなたの値を比較しました。

項目	標準の値	あなたの値	評価
電気	10,000	13,095	0.8倍 やや少なめ
LPガス	6,000	7,888	0.8倍 やや少なめ
灯油	0	273	0倍 少なめ
ガソリン	4,000	3,917	1倍 ようつ

【3】二酸化炭素排出量

あなたの家の1ヶ月の生活で出ている二酸化炭素は

重量は 220.4 kg
2人1泊1泊1泊
4人家族標準の 0.8 倍

あなたの家では、4人家族標準と比べて、0.8倍の二酸化炭素が出ています。この中でいばる割合が多いのは、電気、ガス、灯油の51.5%を占めています。

二酸化炭素は、地球温暖化の大きな原因です。現在でも、世界中で水が枯渇したり、海面が上昇する現象が起っています。将来の子どもたちのためにも、少しでも排出量を減らしましょう。

エコライフ診断書

エコライフ診断 記入シート

自分の家で、エコライフがどのくらいできているのか、診断書を作成することができます。

【1】次の取り組みができていますか？あてはまる番号に○をつけてください。

	1 できている	2 半分くらい	3 できていない	4 持っていない・関係ない
(1) 冷蔵庫のドアの開閉は回数を減らす	1	2	3	4
(2) 食器洗いで節水を心がける	1	2	3	4
(3) 生ゴミは水分を十分切って出すか、コンポストしている	1	2	3	4
(4) 電子レンジや冷蔵庫はラップを使わず、ふた付き容器を使用する	1	2	3	4
(5) 使い切る分だけお湯を沸かす	1	2	3	4
(6) 使っていない部屋の照明はこまめに消す	1	2	3	4
(7) テレビは点けっぱなしにせず、見たい番組のときだけ点ける	1	2	3	4
(8) 冷暖房の設定を控えめにする(冷房は28℃、暖房は20℃が目安)	1	2	3	4
(9) 物は大切に、長く使うように心がける	1	2	3	4
(10) 家族で「省エネ」「リサイクル」「環境問題」などの話をする	1	2	3	4
(11) シャワーで使用するお湯を少なくするよう気をつける	1	2	3	4
(12) お風呂はさめないうちに、家族が続けて入る	1	2	3	4
(13) お風呂の残り湯を、洗濯や庭の水やり利用する	1	2	3	4
(14) 掃除機をかける前に、まず部屋を片づける	1	2	3	4
(15) 洗濯は量をまとめて行い、洗濯回数を減らすようにする	1	2	3	4
(16) 洗剤を適量確認して使用する	1	2	3	4
(17) 買い物のときは買い物袋を持参する	1	2	3	4
(18) エコマーク商品など環境にいい商品を選択的に購入する	1	2	3	4
(19) リサイクルや、各自治体の分別収集のルールを守る	1	2	3	4
(20) 近い所へは徒歩や自転車を使い、自動車の使用はひかえる	1	2	3	4

【2】1ヶ月のおおよその光熱費を記入してください。

電気代	ガス代	灯油代	ガソリン代	オール電化
円	円	円	円	はい・いいえ

【3】あなたの家族人数と、お名前を記入してください

人数	お名前
人	

【4】鉄道やバスを利用しやすい地域ですか

はい、いいえ

ご記入ありがとうございました。

○ 記入シート1：チェック項目

- 省エネについて分野ごとの取り組み度合いを確認するため、5 分野 20 項目について「できている」「半分くらい」「できていない」「持っていない・関係ない」チェックする。
- チェック項目はソフト (Excel) 上で入れ替え可能。※例えば、18～20 は“再エネ”の啓発のために変更した部分。

チェック項目	分野
1 冷蔵庫のドアの開閉は回数を減らす	台所
2 食器洗いで節水を心がける	台所
3 炎が鍋底からはみ出さないようにする	台所
4 使い切る分だけお湯を沸かす	台所
5 使っていない部屋の照明はこまめに消す	部屋・生活
6 テレビは点けっぱなしにせず、見たい番組のときだけ点ける	部屋・生活
7 冷暖房の設定を控えめにする(冷房は28℃、暖房は20℃が目安)	部屋・生活
8 物は大切に、長く使うように心がける	部屋・生活
9 掃除機をかける前に、まず部屋を片づける	部屋・生活
10 洗濯は量をまとめて行い、洗濯回数を減らすようにする	風呂・洗面
11 乾燥機を使わずに、なるべく天日干しをする	風呂・洗面
12 シャワーで使用するお湯を少なくするよう気をつける	風呂・洗面
13 お風呂はさめないうちに、家族が続けて入る	風呂・洗面
14 買い物のときは買い物袋を持参する	買い物・外出
15 省エネ製品や包装が少ないなど環境にいい商品を選ぶ	買い物・外出
16 車を運転するときは、エコ・ドライブに心がける	買い物・外出
17 近い所へは徒歩や自転車を使い、自動車の使用はひかえる	買い物・外出
18 どの家庭でも再エネ電力が買えることを知っている	再エネ
19 電力会社や電気料金のプランを「再エネ」に着目して選んでいる	再エネ
20 太陽光発電を利用している	再エネ

○ 記入シート 2・3：光熱費、世帯情報等

- ・ 同じ世帯人数の年平均の金額との比較を行う。
- ・ 年平均が分からない場合は直近の値でよい。その場で光熱費が分からない場合は空白でもよい。

【2】一ヶ月のおおよその光熱費を記入してください。

電気代 円	ガス代 都市ガス 円	LPガス 円	灯油代 円	ガソリン代 円	オール電化 はい・いいえ
----------	------------------	-----------	----------	------------	-----------------

【3】あなたの家族人数と、お名前をご記入ください

人数 人	お名前
---------	-----

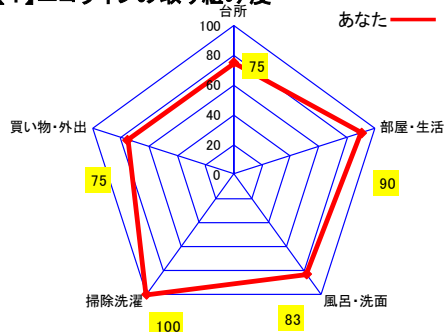
【4】鉄道やバスを利用しやすい地域ですか

はい・いいえ

○ 診断書 1：エコライフの取り組み度

- ・ 20項目のチェックを5分野に分けて、それぞれ100点満点で評価します。
- ・ 受診者へのアドバイスが示されます。

【1】エコライフの取り組み度



取り組み項目を、「台所」「部屋・生活」「風呂・洗面」「掃除洗濯」「買い物・外出」の5種類に分類して、得点を左のグラフにしてみました。五角形が大きいほど、よく取組んでいることを示しています。

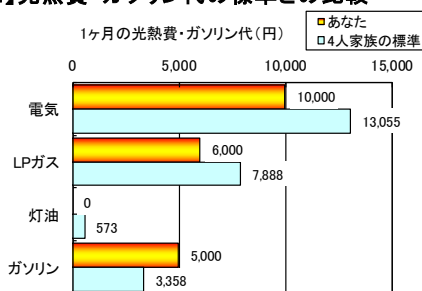
部屋・生活、掃除洗濯についてよく取り組んでいます。

「近い所へは徒歩や自転車を使い、自動車の使用はひかえる」、「シャワーで使用するお湯を少なくするよう気をつける」といった取り組みをすすめてみてください。

○ 診断書 2：光熱費・ガソリン代の標準との比較

- ・ 記入した光熱費等の値と比較されます。
- ・ 無記入の場合も平均値（標準）の値は表示されるため、持ち帰って確認することができます。

【2】光熱費・ガソリン代の標準との比較



光熱費・ガソリン代を大阪市郊外の4人家族の標準と比較しました。

	標準の	評価
電気	0.8倍	やや少なめ
ガス	0.8倍	やや少なめ
灯油	0倍	少なめ
ガソリン	1.5倍	ふつう

○ 診断書 3 二酸化炭素排出量

- ・ 光熱費等を記入した場合、二酸化炭素排出量が試算され、受診者へのアドバイスが示されます。

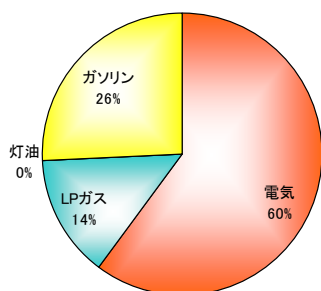
【3】二酸化炭素排出量

あなたの家庭の1ヶ月の生活で出てくる二酸化炭素は

重さは **336.6 kg**

2Lペットボトル **81,800 本分**

4人家族標準の **0.7 倍**



あなたの家庭では、4人家族標準と比べて、0.7倍の二酸化炭素が出ています。この中でいちばん割合が多いのは、電気で、家庭全体の60.2%を占めています。

二酸化炭素は、地球温暖化の大きな原因です。現在もすでに、世界中で氷河が溶けたり、海面が上昇する現象が起こっています。将来の子どもたちのためにも、少しでも排出量を減らしましょう。

○ 行動変容とCO₂削減効果

省エネ相談で確認した20項目の省エネ行動について、新たに実施したものを確認し、とりまとめた結果は下表のとおり。(回答数：151件)

省エネ行動	CO ₂ 削減量 (kg/年)	以前から 実行して いる	新たに実 行した	実行して いない、 できない
① 冷蔵庫のドアの開閉は回数を減らす	6.1	104	34	13
② 食器洗いで節水を心がける	4.4	107	27	16
③ 熱いものは冷ましてから冷蔵庫に入れる	0.0	138	9	4
④ 炎が鍋底からはみ出さないようにする	5.4	132	9	7
⑤ 使い切る分だけお湯を沸かす	0.0	120	17	14
⑥ 使っていない部屋の照明はこまめに消す	2.4	127	19	5
⑦ テレビは点けばなしにせず、見たい番組の時だけ点ける	9.3	86	37	28
⑧ 冷暖房の設定を控えめにする(冷房は28℃、暖房は20℃が目安)	46.3	107	20	24
⑨ 物は大切に、長く使うように心がける	0.0	130	12	9
⑩ 家族で「省エネ」「環境問題」などの話をする	0.0	71	43	34
⑪ シャワーで使用するお湯を少なくするように気を付ける	29.0	89	32	27
⑫ お風呂は冷めないうちに、家族が続けて入る	87.0	102	14	32
⑬ お風呂の残り湯を、洗濯や庭の水やりに利用する	0.0	85	7	58
⑭ 掃除機をかける前に、まず部屋を片付ける	3.2	122	18	10
⑮ 洗濯は量をまとめて行い、洗濯回数を減らすようにする	3.5	121	13	17
⑯ 乾燥機は使わずに、なるべく天日干しをする	231.6	131	7	12
⑰ 買い物のときは買い物袋を持参する	0.0	132	15	4
⑱ 省エネ製品や包装が少ないなど環境にいい商品を選ぶ	0.0	77	33	40
⑲ 車を運転する時は、エコ・ドライブに心がける	344.2	96	13	24
⑳ 近い所へは徒歩や自転車を使い、自動車の使用はひかえる	25.9	123	8	17
新たに実行した省エネ行動によるCO ₂ 削減量(kg/年) (＜「新たに実行した」人数＞×＜各省エネ行動のCO ₂ 削減量＞の合計)		10,242.2		
1世帯あたりのCO ₂ 削減量(kg/年)		67.8		

※CO₂削減量の出典：経済産業省資源エネルギー庁「家庭の省エネ徹底ガイド春夏秋冬」、東京都水道局ホームページ

世帯当たりのCO₂削減量については、「新たに実行した」項目に着目して次のとおり集計・試算した。

・「新たに実行した」：10 t/年・・・①

・平均の世帯当たりのCO₂削減量：① ÷ 151世帯 = 0.68 t/年・世帯

(参考：昨年度の「新たに実行した(常に実行した)」ことによる削減量は0.69 t/年・世帯)

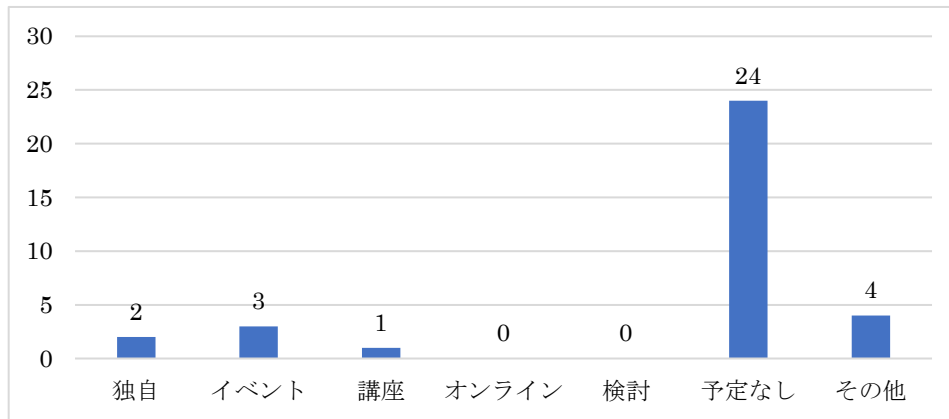
○ 電気およびガスの使用量の変化

アンケート調査では、対象となる月の光熱費が前年同月と比べてどのように変化したかについても併せて調査した。結果は下表のとおり。

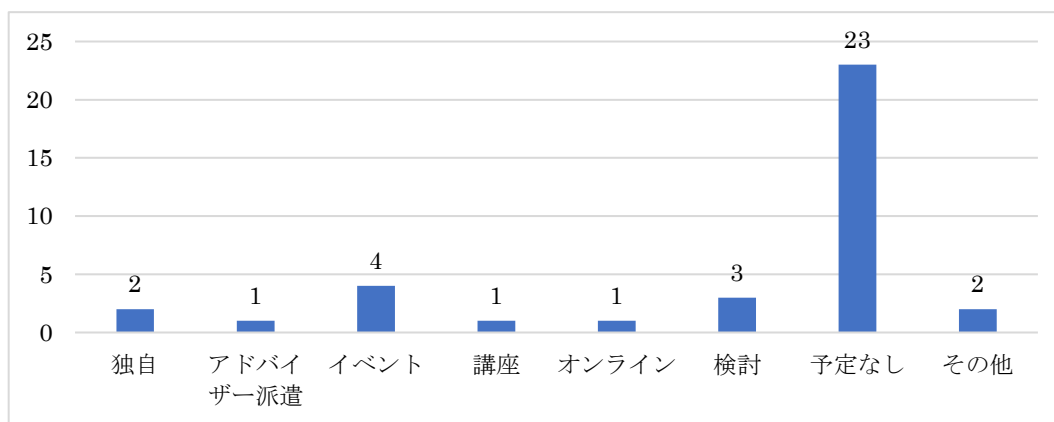
	電気代 (n=81)	ガス代 (n=74)
削減率 (平均)	2.4 %	3.2 %

光熱費の変動要因として、省エネ行動のほか、気候や光熱費料金の変動など様々な外部要因が考えられるが、回答数の多かった電気代及びガス代については約2～3%の節約効果が見られた。

(1) 令和3年度、イベントや市民講座等での省エネ相談会の実施の意向について（複数回答）



(2) 令和4年度以降、省エネ相談会の実施のご意向等について（複数回答）



(3) 相談会の運営費について

