

6月

9月

# 快適に過ごそう！省エネライフスタイルカレンダー

6月

7月

8月

9月



冷房  
エアコン  
(室外機)

□月□日

## ● エアコンの汚れチェック

電源を切って、エアコンから風が出てくるところから、中をのぞいてみましょう。

ホコリ以外にも、奥の送風ファンに黒い斑点が目立つようであれば、業者さんに掃除をお願いする目安ともいえます。

自分で行う場合

□月□日

## ● エアコンの掃除

取り扱い説明書を用意しましょう。掃除の方法が紹介されています。

□月□日

## ● エアコンの掃除

2週間に1度、約20分

□月□日

## ● エアコンの掃除

約20分

□月□日

## ● エアコンの掃除

約20分

□月□日

## ● エアコンの掃除

約20分

そろそろ涼しくなってきたら、最後のお掃除を！カバーをかけておくと、ホコリよけにも効果的です。

専門の業者をお願いする場合

□月□日

## ● 業者を調べる

Webで「エアコン、掃除」と検索、もしくはタウンページの「クリーニング(インテリア)」欄などに紹介されています。

\*料金：1台1万円ぐらいから。(台数によって割引がある場合もあります)

\*まずは見積もりをお願いしてみましょう。

□月□日

## ● 業者に見積もりをお願いする

□月□日

## ● 業者掃除日



## ● 室外機のチェック

直射日光が当たらないよう、室外機のまわりに日陰をつくったり、空気が通るようにファンのまわりを整理しましょう。



## ● 室外機のチェック

まわりに物が置かれていませんか？定期的にチェックしましょう。



## ● 室外機もお手入れを

汚れを落とし、カバーなどをかけておきましょう。

□月□日

## ● 扇風機の準備

□月□日

## ● 扇風機の掃除

ホコリを吸い取る、水洗いなど、説明書に従って掃除しましょう。外側のカバーと羽が分解できる場合もあります。

□月□日

## ● 扇風機の購入を検討する

オシャレな扇風機など、この機会にチェックしてみませんか。



## ● エアコンと併用

エアコンを「弱」にして扇風機を送風すると消費電力が抑えられ、涼感が得られます。



## ● 夜の利用

就寝前の1時間はエアコンを切って、扇風機を送風をタイマーで利用するのはいかがでしょうか。壁に向けて送風すると、体にも直接当たらず安心して、部屋全体の空気が対流し、快適になります。

□月□日

## ● 扇風機の掃除

約15分  
汚れの程度に応じてお掃除を。

□月□日

## ● 扇風機の片付け

大きなビニール袋をかぶせたり、100円ショップで販売されている専用のカバーなどを利用して、ホコリがかぶらないように保管しましょう。



扇風機