

節電 アクション

省電力モード



パソコン、プリンタ等は省エネモードに設定し、長時間離席時は電源をオフにしましょう。

照明OFF 電源OFF



昼休み・退出時の消灯、不使用機器の電源はオフにしましょう。

室温19℃



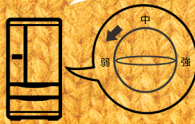
エアコンと扇風機を併用して温度ムラを無くし、室温19℃を目安に調整しましょう。

血行促進



階段の利用やストレッチで血行促進

「中」から「弱」



冷蔵庫内温度設定を「弱」にし、扉を開く時間を短くしましょう。
※業務用冷蔵庫は除く。

服を**1**枚多く着て、



温度を**1**℃下げて
みませんか？



節電

ご協力お願いします