

# バスター矢野の できる!! 問題 えとせとら

## 住宅の光熱費節約術 ～毎月かかる電気代を節約しよう～

一般社団法人市民住まい向上委員会代表理事をしている矢野克己です。ラジオ日本で毎週日曜日の朝8時10分から「住まいのトラブルバスター」という番組にレギュラー出演しているのですが、番組では「バスター矢野」として活動しています。

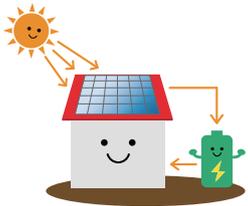
「安全で安心して暮らすことができる住まいの実現」を目指し、無料セミナーや町内会館や自治会館での「防災・減災セミナー」などを行ったり、地域の工務店や塗装会社さんにアドバイスなどを行っています。

一般家庭における水道光熱費の相場は、水道代とガス代は安く抑えられているものの、電気代が高くなりがちだと言われています。2024年の総務省家計調査年報（家計収支編）によると水道高熱費の月平均額は二人以上の世帯で23,111円、単身世帯で12,817円というデータが出ています。



### 太陽光発電システムと蓄電池

光熱費の中でも高額になりがちで電気代を節約するには、太陽光発電と蓄電池を活用することもおすすめです。太陽光



発電システムと蓄電池を併用すれば、日中の太陽エネルギーから創り出した電力を、蓄電池に蓄えて必要なときに使えるようになります。1日中快晴の日は太陽光発電で創り出した電力をそのまま使用できますし、電気代の高い時間帯や曇り・雨の日は、快晴の日に蓄電池に蓄えた電力を使うようにすれば電力を無駄なく使い、電気代節約につながるでしょう。自宅で電力を生み出せるようになれば、電力会社から購入する電力量も減ります。令和7年度の受付は終了しましたが、川崎市でも太陽光発電や蓄電池の取り付けの補助金もあるので、4月以降、川崎市のホームページを確認してください。

### エアコンの買い替えを検討しましょう

電氣量を多く使っている家電の1つにエアコンがありますが、古いエアコンを使っている方はいませんか？2016年以前に購入されたエアコンだとメーカーの修理部品の保有期間が10年程度の物も多く修理不能になるケースが急増するだけでなく、古いタイプの冷媒で電氣量をかなり使うだけでなく環境にも負荷を多くかけています。さらに来年にはエアコンの省エネ基準が変更される可能性も高いので、来年エアコンを購入しようとする本体価格が高騰している可能性が高くなるのが予想されます。電気代などを考えると今年中に買い替えることをおすすめします。



### 蛍光灯からLEDへ

かねてより電気代の面でも蛍光灯よりLEDの方が安いと言われていましたが、まだ交換し

ていないという方はいませんか？一般照明用蛍光灯の製造・輸出入は、水銀に関する水俣条約に基づき、2027年末までに段階的に廃止され、2028年1月1日以降はすべて禁止されます。これは水銀規制のためで、現在使っている蛍光灯は引き続き使用可能ですが、交換用ランプの入手が困難にもなるので、計画的に自宅のLED化を行わなくてはなりません。ただし、点灯方式（「グロースターター式」「ラピッドスタート式」「インバーター式」）が合わない取り付けを行うと、破裂したり器具が発火したりするので、しっかり確認してから交換しましょう。ランプのみを交換するだけでなく、「LED専用器具」に丸ごと交換することもおすすめします。



電氣の節約は個人の家計の節約だけでなく、環境への負荷も減らすことができるので、是非始めてみてください。

私たち、(社)市民住まい向上委員会では、みなさんの住まいの問題解決や質問に対するアドバイスを365日年中無休で行っています。宮前区で実績のある安心できる塗装会社やリフォーム会社も紹介できますのでお気軽にご相談ください。



### バスター矢野

矢野克己。一般社団法人市民住まい向上委員会代表理事。一級塗装技能士、防犯設備士、外壁劣化診断士、雨漏り診断士、一般耐震技術認定者等の資格を持ち、今まで4000軒以上の家を見てきた経験をいかし住まいのトラブル解決にまい進中!!

<http://www.ssk-i.com/>  
TEL:0120-978-652

一般社団法人市民住まい向上委員会

## シニアのお金事情～データから見るシニアの家計収支～

総務省統計局統計調査部が毎年家計調査（家計収支編）というデータを発表しています。このデータは部門ごとにどんな物の消費が上昇・減少しているかを分析しています。2024年のデータによると全体では2人以上の世帯の消費支出を10大費目別に見てみると、「交通・通信」、「光熱・水道」、「教養娯楽」、「食料」、「住居」及び「家具・家事用品」の6費目が実質減少、「教育」、「保健医療」、「被服及び履物」及び「その他の消費支出」の4費目が実質増加となっています。世代別の平均値を見ると、全世代平均が300,243円であるのに対し、70歳以上は252,781円となっており、前年に比べ1.7%減少しています。つまり、多くのシニア世代の皆さんは昨年よりも節約をしていると言えるでしょう。

さらにこの統計を見てみると、高齢者世帯のうち65歳以上の夫婦無職世帯の実収入は年金などの社会保険給付が平均225,182円に対して、平均消費支出額256,521円、単身無職世帯では社会保険給付平均121,629円に対し、平均消費支出額が149,286円となっています。支出の内訳ですが「食料」の占める割合が約30%、「光熱・水道」が約9%。「教養娯楽」も約10%となっています。企業



年金などその他収入の平均額を引いて、夫婦世帯では約34,000円、単身では約27,000円程度は貯金を切り崩したり、退職金などを使ったりしながら生活しているということになります。シニアになっても楽しく自分みがきをしたり、健康のために体操教室に行くなど「教養娯楽」にかけるお金は削りたくないと思われる方もたくさんいらっしゃるのではないのでしょうか？まずは無駄なお金を使っていないか、細かい支出を見直してみましょう。あなたの家計はどうなっていますか？家計簿などをつけてみて今一度見直してみてもいいでしょうか？