

省省省！大家一起來省能、省荷包

油價調漲之後，電價也在七月一日調漲了 12.6%，十月一日還會續漲一次。熱浪來襲的夏季是用電的高峰，卻在此時調漲電價，總不能爲了省電，而在悶熱的家中無法正常作息和入眠，搞得精神不濟。

眼看百物齊漲只有薪資不漲，身爲家庭主婦無法開源，總要節流，但又不能縮衣節食到讓家人受不了，所以盡量節能而不影響生活品質。看到七月的電費單，因爲比去年同期用電減少 211 度，省電比率 18.7%而享有 80%折扣，省下 366.6 元。當然也減少了 141 公斤 CO₂的排放。在日常生活隨手注意，你也可以減碳又省錢。

在煮飯前一小時先把米洗好，浸泡 20 分鐘再煮，待飯悶熟後就關掉插頭。夏季喝熱開水的機會非常少，把電熱水瓶插頭拔掉，利用瓦斯煮開水再倒入保溫瓶。食物採購回來之後，洗切成一餐的份量分裝小盒放置冰箱，方便取用又可節省解凍時間。衣物浸泡後再洗，脫水時間訂在 2 分鐘左右，衣物脫水後拿出用力甩開拉直，就不會皺巴巴，曬乾後就不需要再用熨斗整燙。輕薄的衣物晾曬在陽台，較厚重的衣物，利用 8 字形衣架晾曬在外面，乾爽又有陽光的味道，可以減少使用烘衣機。

夏季悶熱又潮濕，不在家時盡量把窗戶打開保持室內空氣對流，減少使用除濕機。我家窗戶是隔熱玻璃，隔熱又隔音，把許多的熱氣都擋在窗外，實在太熱就把窗簾拉上，在佐以電風扇增加空氣對流，冷氣機調到 27 度就很舒適了。晚上睡覺也很少吹冷氣，因爲鋪上草席或竹席就非常的涼爽舒適，有時連續幾天高溫，我會將冷氣設在舒眠 3 個鐘頭，下半夜較不悶熱時，電扇的功能就夠用了。

家中另一耗能是電腦。家人都能集中時間使用電腦，而不是拉長時間沒有效率，休息時也能切到待機或休眠，關機時把設在延長線上的插座關上。手機的充電器在充滿之後拔掉插頭。

你也許節能做得更徹底，歡迎多多提供節能小撇步，一起省錢省能又環保。

文／黃美釵（本會節能小組召集人）

原文刊載於主婦聯盟 229 期會訊(2008.10.1 出刊)