

# でんきかんり

保安教育資料

## 分電盤ってなに？

分電盤には、電灯用分電盤と動力用分電盤の2種類あります。電灯用分電盤は各コンセントや照明へ、動力用分電盤は機械、ポンプ等へ電気を分配するための装置です。

### 分電盤の仕組み

分電盤の中は、主開閉器として漏電遮断器が、分岐回路として安全ブレーカーなどが設置されています。

### 特徴

- 屋内の配線へ各機器等に電気を分ける
- 漏電を検出して、すぐに回路を遮断する
- 電気の使い過ぎを感知し、限界を超えるとすばやく電気を止める

屋内配線の漏電や過負荷などのリスクを予防するための安全を確保する役目を果たします。

電灯用  
分電盤



動力用  
分電盤



## 安全に点検および操作をするために

### ①分電盤の周囲には物を置かないでください

- 内線規程(1365-1)による「開閉器を容易に開閉・操作」できるように、分電盤の周囲はスペースを確保してください。

### ②安全ブレーカー毎に回路名を正しく表示してください

- 改修工事後の変更時
- 100V、200V回路表示
- 未使用の「予備」表示
- 工場や大型店舗等の常時
- 遮断禁止回路(消防設備、警報回路等)
- 開閉する回路の表示



保守・操作  
スペース

# エアコンの上手な省エネ行動

室内機 & 室外機

昨今の気候変動により、夏場は猛暑、冬場は厳冬になる傾向があるという話をよく聞きますね。私たちの生活では、エアコンによる快適な環境の確保をする機会が増えていますが、消費電力がかさみ、さらに電気料金の値上げもあることから、効率良く電化製品を使用し、節電したいものです。そこで今回は、夏場の冷房時と冬場の暖房時での、特にエアコンの室内機と室外機について、上手な使い方をご紹介します。

## 適正な設定温度で

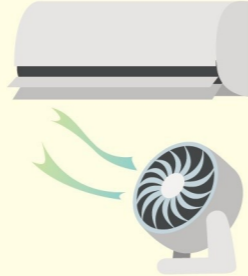
### 夏 室温28℃になるように冷房の設定温度を調節

外出から戻り部屋に熱気がこもっている時は、エアコンをつける前に、まず部屋の窓を開けて換気しましょう。対角線上の窓を開けて風通を確保し(難しい場合は換気扇やサーキュレーターで風を起こし)、こもった熱気を逃がしてからエアコンをつけると、ムダな電力を使わず効率的に部屋を冷やすことができます。また、急激に冷やしたいなどの時には、設定温度を下げるより風量を強くすることで、少ない電力で運転することも有効な方法です。



### 冬 室温20℃になるように暖房の設定温度を調節

部屋を暖める暖房と体を温める暖房は使い分け、うまく組み合わせましょう。エアコンは部屋全体を長時間温めるのに向いています。エアコンと同時にサーキュレーターや扇風機を上向きに使用することで、部屋の上に溜まった暖かい空気を循環させ、部屋全体を温めます。部屋が温まった後もエアコンは消さず、自動運転機能を使用する方が快適で、節約にもなります。



## 室内機・室外機のメンテナンス

### 室内機

#### エアコンの内部をきれいにする

エアコン室内機の内部フィルターが目詰まりしていると冷暖房の効率が下がり、余計な電力が必要になります。2週間に1回程度を目安に内部フィルターの掃除をしましょう。また、フィルターの奥にある冷却フィン(熱交換器)の掃除も大切です。汚れが目立つようであれば業者に相談しましょう。



### 室外機

#### まわりに物を置かない

室外機の吸い込み口や周辺にプランターなど物を置く、密なカバーで覆うなどすると、空気の循環が妨げられ、冷暖房効率が低下します。スペースを空けて、空気がスムーズに流れるようにしましょう。また、直射日光や地面からの照り返しも効率低下につながります。よしずや遮熱シートなどで、室外機上部の温度上昇を防ぎ、風通しが良くなる工夫をしましょう。



北陸では雪が降り積もることで室外機が雪に埋もれてしまい、外気を吸い込めなくなり運転冷媒ガスがスムーズに流れず、効率が低下することがあります。積雪で支障をきたさないよう、室外機の上や周囲を除雪する、防雪処置(屋根囲いなど)や室外機を高上げ設置するなどの工夫も必要です。少しでも出来る事を工夫し、省エネで猛暑や厳寒から乗り切りましょう。快適で経済的にも無理なく、心身共に健康な生活を送りたいですね。



## アルコールとがん



本当に「酒は百薬の長」なのでしょうか? 「酒は百薬の長」というのは、古代中国の「漢書」からの言葉です。昔日より、この言葉は左党にとって、実に都合のいいフレーズとして利用されて今日に至ります。厚生労働省e-ヘルスネット(アルコールとがん)には、世界保健機構(WHO)は、飲酒は頭頸部(口腔・咽頭・喉頭)がん・食道がん(扁平上皮がん)・肝臓がん・大腸がん・女性の乳がんの原因となると認定しています。アルコール飲料中のエタノールとその代謝産物のアセトアルデヒドの両者に発がん性があり、少量の飲酒で赤くなる体質の2型アルデヒド脱水素酵素の働きが弱い人では、アセトアルデヒドが食道と頭頸部のがんの原因となるとも結論づけています。また、飲酒が関連する発がんでは安全な飲酒量は示されていません。頭頸部がん、食道がん、肝臓がんでは、禁酒により

最初のがんや2つ目のがんの発生リスクが低下する事が報告されており、禁酒・禁煙・野菜や果物の摂取に取り組めばさらにリスクは低下します。と、あります。さて、話を戻しますが「漢書」にはこの後、「過ぎたるは百薬の長ならず」と続いており、アルコールの功罪の「罪」の部分を実したとの説がある程です。また、徒然草の中には、「百薬の長とはいへど、よろずの病は酒よりこそ起れり」とあります。なるほど、身体の健康を第一に考えるなら、アルコールは摂らないのがベターなのかも知れません。もとより、アルコールの精神的効用を否定するつもりはありませんが…

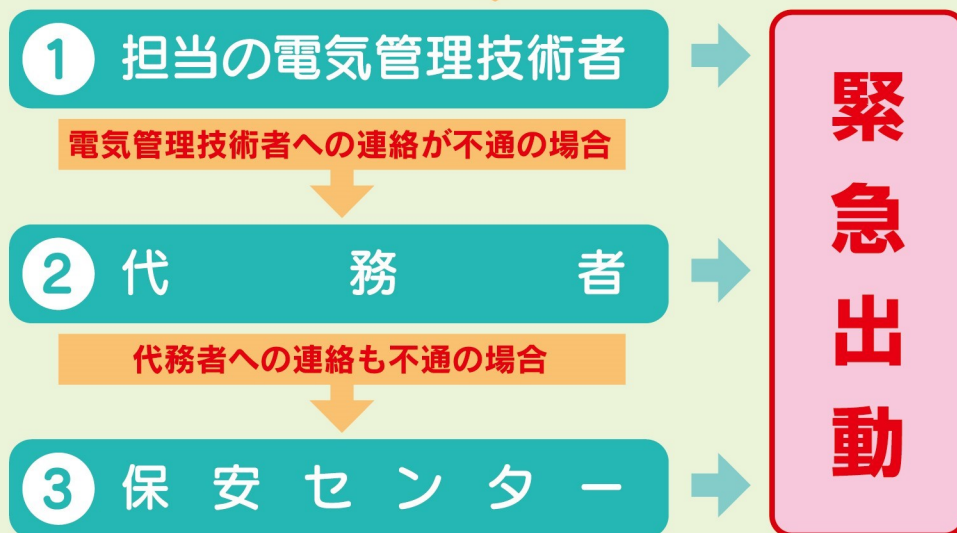


# 緊急時のサポートはお任せください

## 電気かんり北陸 緊急時の連絡体制



事故やトラブルの緊急時には  
連絡をお願いします



一般社団法人  
**北陸電気管理技術者協会**

本部／富山支部

〒930-0008  
富山市神通本町1丁目8-7碓井ビル1F  
TEL 076-442-3332 FAX 076-442-3374

石川支部

〒920-0346  
金沢市藤江南1丁目105-10  
TEL 076-262-1042 FAX 076-262-1043

福井支部

〒918-8237  
福井市和田東1丁目2101北島第一ビル1F  
TEL 0776-21-1620 FAX 0776-21-3290

電気かんり北陸