



# エネルギー消費量チェックシート

## 記入例

のりづけ

### ○チェックシートの記入方法

- ①必要事項に、「はちエコポイントの会員No」、「住所」、「代表者名」、「世帯人数」を記入してください。
- ②「今年の目標」と「省エネ国名」は任意事項です。楽しく取り組めるような目標や素敵な国名をつけましょう。
- ③各項目を検針票などを見ながら記入してください。各月の使用量はすべて埋めてください。※水道は隔月  
※ガス欄は、「都市ガス」「LPガス」「オール電化」のいずれかに○をつけてください。
- ④すべての月(1年間分)が埋まったら、クールセンター八王子へ提出してください。

なるべく多くの項目  
に取り組むことで、  
どこにムダがあるの  
かを発見できます！



パソコン(Excelが必要)をお持ちの方は、パソコン版に切替をご検討ください。  
パソコン版は、市のホームページからダウンロードできます。

必要事項

会員No. **9999** ※はちエコポイントの会員証をご覧ください。

住所 〒192-0906 八王子市北野町596-3 あったかホール2階

今年の目標 **電気をこまめに消す！  
電気代を去年と比べて10%減らす！**

代表者名 **環境 エネ子** 様 世帯人数 **3** 人

省エネ国名 **省エネ大好きエコエコ** 国

ゴール♪

スタート☆  
何月から  
始めてもOK♪

項目	年月	2020年					2021年					計		
		8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月		6月	7月
電気	kwh	150	140	140	140	150	160	160	140	140	120	110	140	1,690
	円	4,500	4,200	4,200	4,200	4,500	4,800	4,800	4,200	4,200	3,600	3,300	4,200	50,700
電気 (太陽光発電システム設置者はこちら)	a買電量	kwh												
	b買電金額	円												
	c売電量	kwh												
	d売電金額	円												
	e発電量	kwh												
	f使用量(a+e-c)	kwh												
ガス 「都市ガス」 「LPガス」 ※いずれかに○「オール電化」	m <sup>3</sup>	10	10	10	20	20	30	30	20	10	10	10	10	190
	円	2,000	2,000	2,000	4,000	4,000	6,000	6,000	4,000	2,000	2,000	2,000	2,000	38,000
水道	m <sup>3</sup>	25		25		30		25		25		20		150
	円	6,000		6,000		7,000		6,000		6,000		5,000		36,000
ガソリン	リットル													
	円													
灯油	リットル						36	36						72
	円						2,700	2,700						5,400
合計	円	12,500	6,200	12,200	8,200	15,500	13,500	19,500	8,200	12,200	5,600	10,300	6,200	130,100

※買電量…電力会社から購入した電気の量  
※売電量…電力会社に売った電気の量  
※発電量…ご自宅のモニター等から確認してください。

※シートは返却いたしませんので、必要な場合は提出前にコピーを取ってから提出してください。  
※提出していただいたデータに基づき、CO2排出量を計算します。前年度や基準値と比較したものをお知らせします。

のりづけ