

聯合企畫製作 / 經濟部能源局 · 臺灣師範大學 · 國語日報

文 / 蔡振明 腳本 / Frederic 漫畫 / 米洛可



快樂節能家庭

# 食衣住行節能小叮嚀

**食**

- 烹調時請蓋上鍋蓋。使用壓力鍋或蒸籠更好，可以節省多達70%的能源。
- 確認瓦斯爐與熱水器的火燄是完全燃燒的青藍色。如果出現不完全燃燒的紅色，應立即請專家處理。
- 多購買新鮮食材，因為製造冷凍食材耗費的能源，比生鮮食材多出十倍以上。
- 少吃肉。畜牧業要為導致全球暖化的18%溫室氣體負責（主要是甲烷），這個

**住**

- 室內保持自然通風。密閉的空調房間，二氧化碳濃度常常會高於六百ppm（室外約四百ppm），會造成頭暈、昏睡等症狀。
- 應選用螺旋型省電燈泡，以點燈兩萬五千小時計算，傳統白熾燈泡的總耗電，是省電燈泡的四十倍，是LED燈泡的二十五倍！T5燈管則比省電燈泡更節能。
- 每年徹底清除燈具灰塵，可增加照度25%。

**衣**

- 聚集足量衣服再開洗衣機，可節省電力與水資源。
- 使用烘乾機不僅耗電，又會縮短衣服壽命。最好直接把衣服掛在戶外晾乾。

**行**

- 自己開車的排碳量約是搭火車或捷運的六倍，是搭公車的三倍，所以應儘量利用公共交通工具。
- 如果沒有安全顧慮，請儘量走路或騎腳踏車上學。
- 油電混合車的燃油效率約40%，一般汽車約20%。
- 汽車或機車的輪壓足夠，可以提高燃油效率。
- 高速公路行駛以時速八九十公里行駛，耗油最少。
- 停車超過一分鐘，關閉引擎可達到省油目的。

**其他**

- 使用一度的水（即一千公升或公斤），會產生約零點二公斤的二氧化碳，因為引水、淨化與輸送過程很耗電。每次洗手抹肥皂時關掉水龍頭約可省水三公升，一天洗手十次就省三十公升（占每人每天用水量10%）。
- 不要泡澡，因用水量及能源消耗是淋浴三倍以上。
- 多使用手壓式電筒、太陽能時鐘、太陽能小夜燈等環保用具，減少電池或電力的使用。

**行**

- 家庭的五大「耗電殺手」，年耗電量依序為冷氣機、電熱水器、電冰箱、電腦、開飲機，會消耗家裡70%的用電，應該特別管理。

**行**

- 自己開車的排碳量約是搭火車或捷運的六倍，是搭公車的三倍，所以應儘量利用公共交通工具。



**Panel 1:** 小企鵝：好！小企鵝，等一下出門呵！  
媽媽：那我把洗好的衣服拿去烘乾機。  
小企鵝：不，衣服直接晾在後陽臺，自然風乾較省電！

**Panel 2:** 小企鵝：爸爸在擦燈具。  
媽媽：什麼？  
小企鵝：媽媽，什麼事？

**Panel 3:** 小企鵝：我用壓力鍋煮紅豆湯，這樣比較快！  
媽媽：噢？好香呵！  
小企鵝：媽媽在煮什麼？

**Panel 4:** 小企鵝：為什麼要擦燈具呢？  
媽媽：把燈具的灰塵擦掉，可以增加照度！

**Panel 5:** 小企鵝：買東西時，記得要找有節能標章的產品呵！

**Panel 6:** 小企鵝：對！聽說購買節能第1或第2級的產品，可以獲得政府不定期的補助呢！

**Panel 7:** 小企鵝：那我們就買這樣的商品吧！一起為環境盡點力！