

食育セミナーNo.44 冷蔵庫の節電

この夏、節電に取り組んでおられるかたも多いでしょう。家電の中でも電気の消費量が多い冷蔵庫を重点的に節電したいものです。しかし、24時間休むことなく稼動している冷蔵庫は、**食中毒防止対策のためにも、食品をしっかりと冷やして保存することが大切です。**冷蔵庫の節電対策のコツをご紹介しますので、参考にしてください。



◆冷蔵庫の節電のコツ

- ・ 冷蔵庫の**設定温度**は「強」ではなく「中」にしましょう。
- ・ 扉の開閉が最小で、開けている時間も短くすむように、庫内はいつも**整理整頓**しておきましょう。
- ・ 食品を**詰め込み過ぎ**ないようにしましょう。
- ・ 冷気を逃がさないための**冷蔵庫カーテン**が有効です。
- ・ 熱いものは粗熱をとって**冷ましてから**冷蔵庫に保管しましょう。