



聯合企畫製作 / 經濟部能源局 · 臺灣師範大學 · 國語日報

文 / 方珮玲 腳本 / Frederic 繪圖 / 米洛可



客廳節能有本事

採光與照明

家電在客廳裡扮演舉足輕重的角色，聰明做好選擇，就能有效節能！

基礎照明應配合照度標準要求，選用適當的高效率燈具：改用比傳統式安定器日光燈具省電30%以上的高效率電子式安定器日光燈具，

電視——避免長時間收看，因溫度升高會增加耗電；睡前設定自動關機。電視機愈大愈耗電，請依人口數、客廳或房間大小，選購適當尺寸。電視應擺於背光位置，適當照明須來自觀賞者背面，並調整螢幕明暗度。

音響——選用整合型組合音響，零件較少較省電，並使用可交換式電源及高效率喇叭提高使用效率。善用睡眠、定時開關，並調整適當音量。

電扇 / 冷氣機——善用空氣對流的原理，自然通風來

重要的家電節能

電腦——一臺電腦徹夜沒關所消耗的電力，足夠印表機印出一萬張文件！請選用符合環保標章的電腦主機、微處理器、低輻射量顯示器或平面顯示器及硬碟。設定自動進入低耗能休眠狀態；筆記型電腦可善用「睡眠」功能。久離電腦，應將耗電零件螢幕的電源關閉。長時間不用，更應關機或切掉總電源。

或替換LED燈具。

採用省電型燈管(泡)：新式省電型燈管(泡)較傳統白熾燈省電約60%以上，效率也較佳。

天花板及牆壁選用反射率較高的乳白色或淺色系列：增加光線漫射效果及室內反射光，提升照明效率，減少燈具數量。

定期擦拭燈具，燈管分批更換：保持清潔，維持燈具照明效率，還可節省人工費用。

引入自然晝光：透過開窗或透光性建材引入自然光源，減少照明器具使用。

降低室溫，並且引進新鮮空氣。選用大小合宜的空調設備。冷氣機溫度設定在攝氏26-28度，並搭配風扇以低風速、定時使用為宜。

建議不要長時間使用空調，因累加的二氧化碳濃度過高，會使人昏昏欲睡，不利健康。

