

2024年6月25日（火）

平松建築株式会社

報道関係者各位

【300人に調査】7月からの電気代値上げと節電対策  
電気代、8割がすでに「高い」  
電気代高騰対策1位は「電力会社の見直し」  
家づくりのプロが解説！「光熱費高騰対策9選」

電力大手10社の電気料金は7月請求分からまた値上がります。そこで、登録数14万人突破のYouTubeチャンネル「職人社長の家づくり工務店」の職人社長こと、平松建築株式会社代表の平松 明展は、25歳以上55歳未満の既婚者全国300人に「電気代の値上げと節電対策」について調査しました。



### ■ 調査概要

調査期間：2024年6月19日

調査手法：インターネット調査

調査対象：25歳以上55歳未満既婚者全国

有効回答者数：300人（持ち家戸建て居住者：100人、持ち家集合住宅居住者：人、賃貸住宅居住者：113人）

調査機関：Freeasy

※本リリースの調査結果をご利用いただく際は、「平松建築株式会社 調べ」とご明記ください。

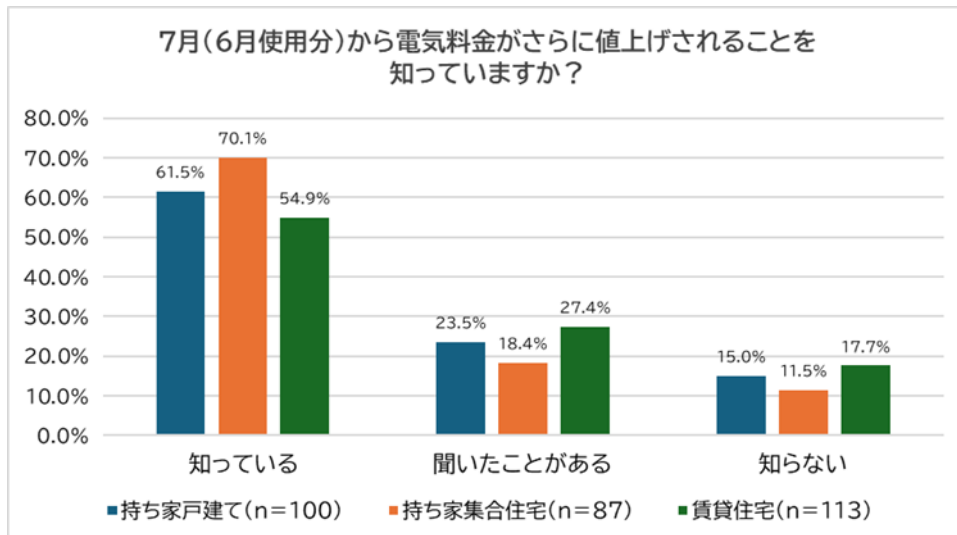
### ■ 調査結果

持ち家戸建て・持ち家集合住宅・賃貸住宅に住んでいる人それぞれに「7月（6月使用分）から電気料金がさらに値上げされることを知っているか？」尋ねたところ、持ち家戸建て（以下、戸建て）の6割超（61.5%）、持ち家集合住宅（以下、集合）の7割（70.1%）、賃貸住宅（以下、賃貸）の半数以上（54.9%）が「知っている」と回答し、「知らない」はどれも2割（戸建て：15.0%、集合：11.5%、賃貸：17.7%）に満たない結果となりました。

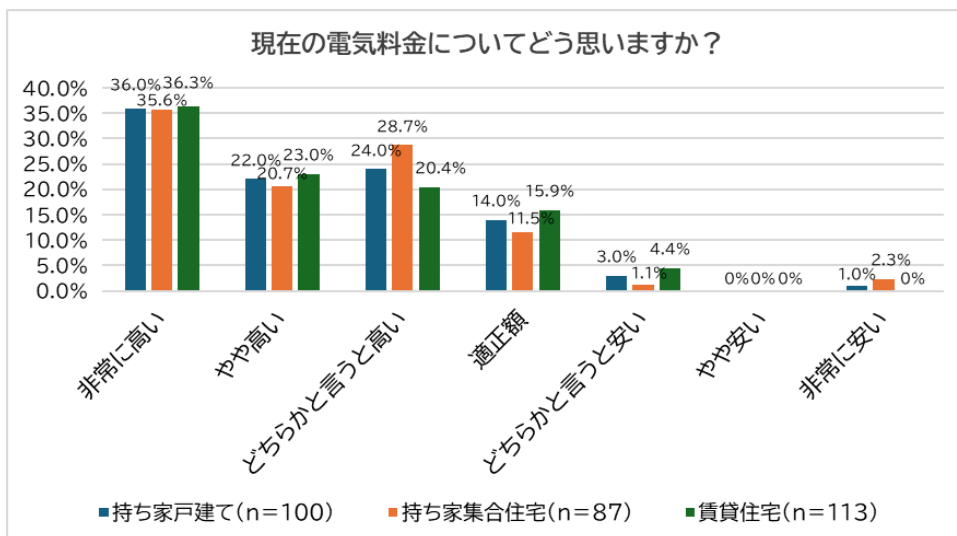
本リリースに関するお問い合わせ先

平松建築株式会社 担当：魚谷 忠史（うおたに ただし）

E-mail：uotani@hiramatsukenchiku.net TEL：090-5604-0102



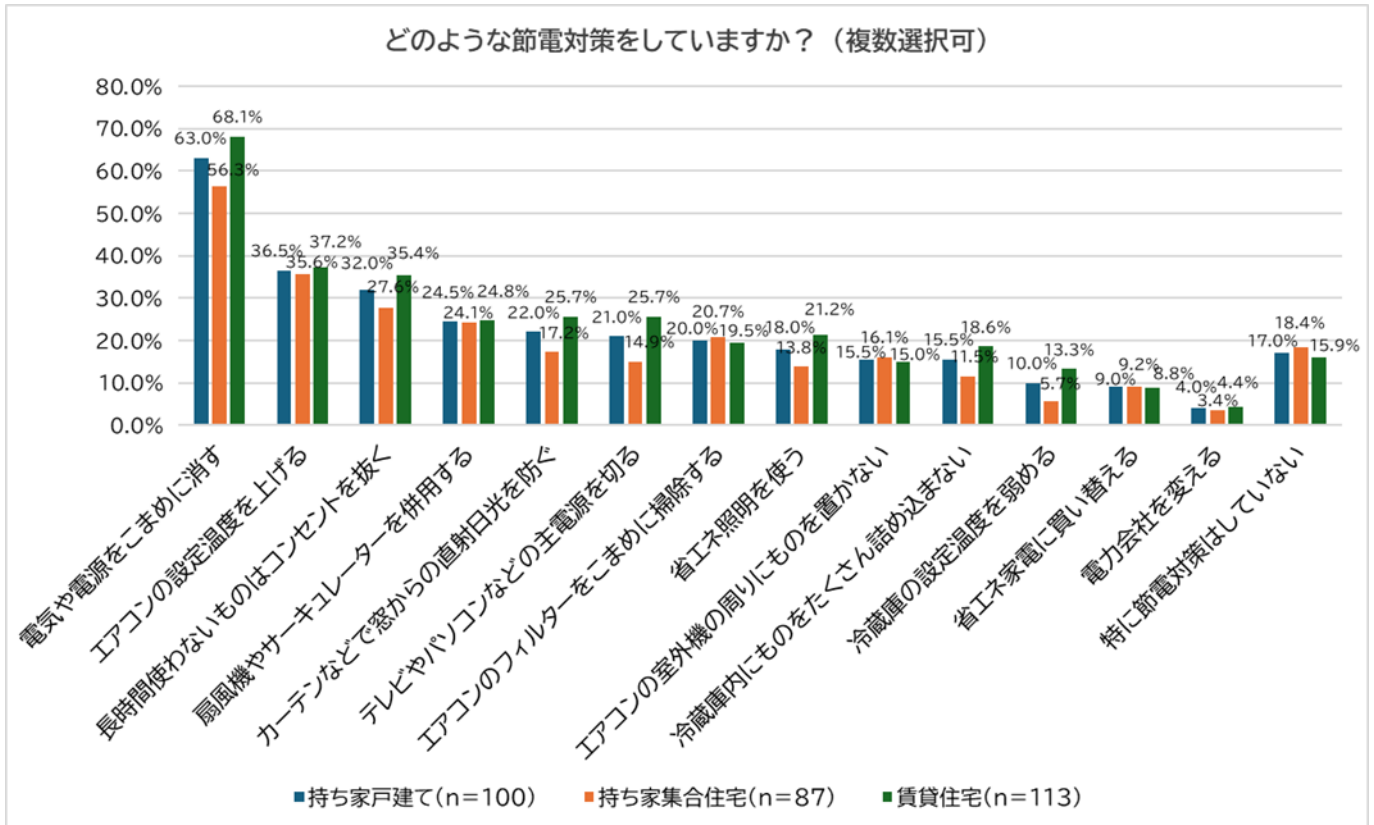
続いて、「現在の電気料金についてどう思うか？」尋ねたところ、どの居住形態も4割弱が「非常に高い」（戸建て：36.0%、集合：35.6%、賃貸：36.3%）と回答し最多に。「やや高い」（戸建て：22.0%、集合：20.7%、賃貸：23.0%）、「どちらかと言うと高い」（戸建て：24.0%、集合：28.7%、賃貸：20.4%）も含めると、高いと思っている人は8割程度（持ち家：82.0%、集合：85.0%、賃貸：79.7%）おり、「適正額」と思っている人は1割台（戸建て：14.0%、集合：11.5%、賃貸：15.9%）でした。



それでは、「どのような節電対策をしている」のでしょうか？最も多かった対策は「電気や電源をこまめに消す」（戸建て：63.0%、集合：56.3%、賃貸：68.1%）となり、以下「エアコンの設定温度を上げる」（戸建て：36.5%、集合：35.6%、賃貸：37.2%）、「長時間使わないものはコンセントを抜く」（戸建て：32.0%、集合：27.6%、賃貸：35.4%）と続きました。

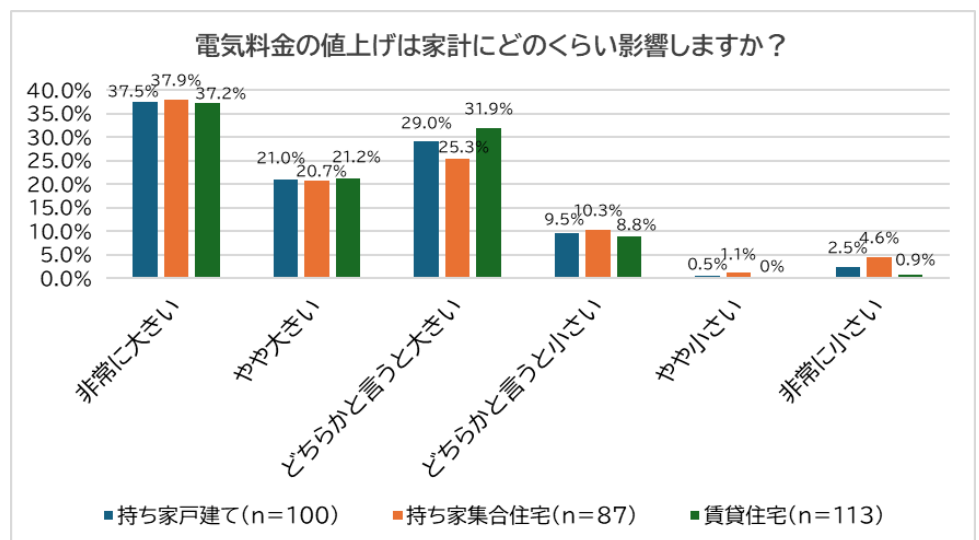
また、現在、省エネ家電の促進を目的とした補助金制度を導入している自治体は多くありますが、「省エネ家電に買い替える」はどの居住形態も1割未満（戸建て：9.0%、集合：9.2%、賃貸：8.8%）という結果でした。

本リリースに関するお問い合わせ先  
平松建築株式会社 担当：魚谷 忠史（うおたに ただし）  
E-mail : uotani@hiramatsukenchiku.net TEL : 090-5604-0102



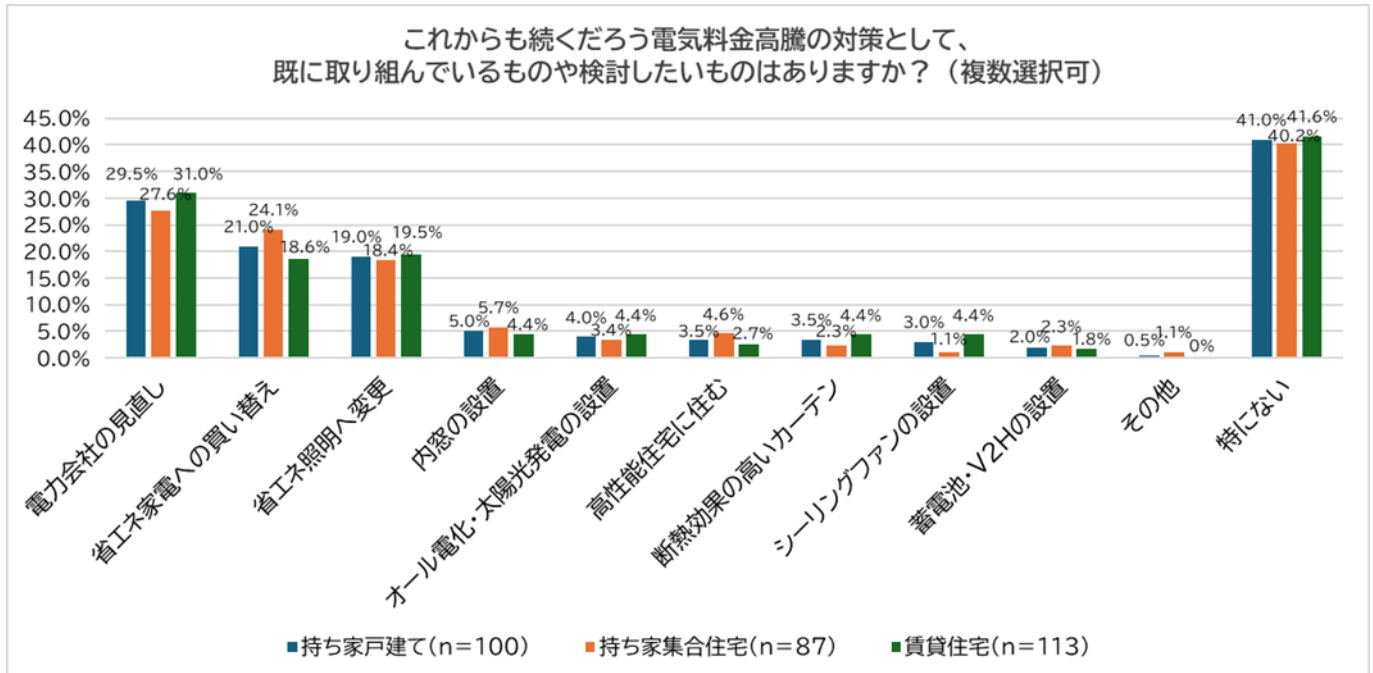
今度は、「電気料金の値上げは家計にどのくらい影響するか？」尋ねました。どの居住形態も4割弱が「非常に大きい」（戸建て：37.5%、集合：37.9%、賃貸：37.2%）と回答し最多に。「やや大きい」（戸建て：21.0%、集合：20.7%、賃貸：21.2%）、「どちらかと言うと大きい」（戸建て：29.0%、集合：25.3%、賃貸：31.9%）も含める

と、大きいと悩んでいる人は非常に多く（持ち家：87.5%、集合：83.9%、賃貸：90.3%）いることがわかりました。



最後に、「これからも続くだろう電気料金高騰の対策として、既に取り組んでいるものや検討したいものはあるか？」尋ねました。4割が「特になし」（戸建て：41.0%、集合：40.2%、賃貸：41.6%）と回答しましたが、6割は何かしらの対策に取り組んでいるまたは検討していることがわかりました。そして、その中で多かったのは「電力会社の見直し」（戸建て：29.5%、集合：27.6%、賃貸：31.0%）、「省エネ家電への買い替え」（戸建て：21.0%、集合：24.1%、賃貸：18.6%）、「省エネ照明へ変更」（戸建て：19.0%、集合：18.4%、賃貸：19.5%）など比較的取り組みやすい対策でした。

本リリースに関するお問い合わせ先  
 平松建築株式会社 担当：魚谷 忠史（うおたに ただし）  
 E-mail : uotani@hiramatsukenchiku.net TEL : 090-5604-0102



## ■職人社長・平松 明展（ひらまつ あきのぶ）が解説する！「光熱費高騰対策9選」とは

今、電気代がどんどん上がっています。たとえ、高性能・省エネな家に住んでいても、電気代の単価が上がっているため、どうしても電気代が高くなってしまいます。そのため、これ以上電気代が掛からないよう対策をしましょう。長いスパンで考えると、対策次第で数百万から数千万変わる可能性もあります。そこで、今回は「光熱費高騰対策9選」をお伝えします。

### 光熱費高騰対策9選

#### 1. 電力会社を見直す

最初に行える一番簡単なことは、電力会社の見直しです。電力会社は、電力大手10社だけでなく、ポイントが付いたり、太陽光発電とのセットで割引があったりなど様々な特徴を持つ電力会社もあります。現在契約している電力会社に比べ、お得な会社があるか一度比較すると良いでしょう。もしかすると、使い方を何も変えずに電力会社を変えるだけでコストが下がることもあります。「価格.com」で電力会社も比較できるので、参考にすると良いでしょう。

#### 2. 省エネタイプの家電に変更する

環境省の「しんきゅうさん（<https://ondankataisaku.env.go.jp/shinkyusan/>）」がオススメです。このサイトでは、現在使っている家電から新しい家電に買い替えるどれくらい電気代が下がるかシミュレーションできます。省エネ家電に買い替えたら、何年で元が取れるかもわかるため、高い家電も買いやすくなります。様々な家電製品を比較できるので、このサイトを使って検討してみてください。

#### 3. 照明をLEDに替える

白熱灯からLEDに替えると、消費エネルギー量は10分の1、寿命も10倍になります。トータルコストを下げる効果はかなり大きいいため、白熱灯を使っていたら速やかにLEDに替えた方が良いでしょう。長寿命で省エネ性も高く、電気代の節約に繋がります。但し、LEDは白熱灯に比べると目にやさしくないので、使い方・使用量などは調整してください。

本リリースに関するお問い合わせ先  
平松建築株式会社 担当：魚谷 忠史（うおたに ただし）  
E-mail : uotani@hiramatsukenchiku.net TEL : 090-5604-0102

#### 4. 高断熱カーテンを付ける

「ハニカム・サーモスクリーン」という断熱効果の高いブラインドカーテンがあります。横から見ると、ハチの巣のような筒状になっているので、そこが断熱層となり、断熱性が非常に高く、費用対効果も高いものになります。但し、使い方を間違えると逆効果になることがあります。冬場は陽を取り入れたいですが、夏場は冷房負荷が増えるため、陽を取り入れたくありません。冬の日中は、南面で断熱性の高いハニカム・サーモスクリーンを閉めてしまうと暖かい空気を止めてしまうため、開けておきましょう。日中は陽を取り入れて温度を上昇させますが、夜になると窓から熱が逃げってしまうため、下まで降ろして温めた空気を逃がさないようにすることが必要です。夏は、東・西・北側でも陽を取り入れないよう日中閉めておくこと日射遮蔽になり、外からの熱い空気が伝熱してくるのを止める効果があります。

#### 5. シーリングファンを付ける

シーリングファンは、天井に取り付けるプロペラのような送風機で、吹き抜けのある家にオススメな節電方法です。吹き抜けの天井にシーリングファンを付けると、空気を攪拌し上下の温度差を減らす効果があるため、冬場は暖房の設定温度を下げても快適な室温になります。リビングと階段が繋がっている家は、階段の上に付けるとよいでしょう。また、賃貸で天井に穴を開けられなくても取り付けできる簡易的なシーリングファンもあります。

#### 6. 内窓を付ける

内窓が一番節電効果が高いです。なぜなら、断熱性能が低い家の一番の弱点は窓だからです。今ある窓の内側に内窓の枠を取り付け、ガラス障子を入れると内窓が付きまます。工事が簡単で他の工事と比べたら安く、断熱性能を上げる効果が一番大きいです。そのため、光熱費高騰の原因が冷暖房の場合は、まず内窓を付けましょう。補助金も出ます。

#### 7. 高性能住宅を選ぶ

家を建てる時に高性能の家を選ぶことが最もスムーズですが、その分費用が掛かります。また、今住んでいる家を高性能住宅にそっくり変えようと思うと、断熱性能や耐震性能を高めるために、性能向上リノベーションというかなり大掛かりな工事になり、1,500万円～2,000万円、場合によっては3,000万円掛かってしまうこともあります。とても取り組みやすいとは言えません。しかし、まだ建っていない、長く大事に住みたいという方は、高性能住宅に変えることを検討してもよいかもしれません。

#### 8. オール電化・太陽光発電

家の性能が高いという条件下でオール電化・太陽光発電を導入すると費用対効果は高くなります。仮に、電気代を月3万円払っているとするとも年間36万円になりますが、その電気代が0円になれば、10年で360万円、20年で720万円、30年なら1,000万円以上変わります。そうするためにも、高性能、高耐震などの条件が揃った家には、太陽光発電とオール電化は非常にオススメです。

#### 9. 蓄電池・V2H

蓄電池は、太陽光発電で発電した電力を貯められ、夜間や電気代が高いなど必要な時に電気を供給できる装置で、V2H (Vehicle to Home) は、「車から家へ」という意味の通り太陽光発電で発電した電力を電気自動車などのバッテリーに充電し、家で使えるようにする機器で、災害対策にもなります。どちらも150万円～300万円する高価なものなので、災害・停電対策をしたいという方にはオススメです。

電気代が高くなるにはいくつかの理由があります。電気代の単価以外にも、家の構造・設備や電力会社など様々な理由があります。それをきちんと分解理解することによって、良い家づくりになり、それが良い人生づくりに繋がります。

本リリースに関するお問い合わせ先  
平松建築株式会社 担当：魚谷 忠史 (うおたに ただし)  
E-mail : uotani@hiramatsukenchiku.net TEL : 090-5604-0102

## ■職人社長・平松 明展プロフィール

1980年 静岡県磐田市生まれ。

小さなころからものづくりが大好きで、19歳から大工の道へ。10年間100件以上の数十年経過した住宅を解体、修繕し続け、丈夫な家づくりとすぐに壊れる家づくりの特徴を理解する。数々の現場をこなし経験する傍ら、様々な資格を取得して10年目に独立。29歳で平松建築を個人事業として創業。32歳で平松建築株式会社として法人設立。年商10億、従業員数25名（2024年現在）

工務店経営をする傍ら、より良い家づくりを提案する工務店をテーマに全国で同業に向けて講演会を開催。同業の工務店のコンサル実績も多数あり。省エネで健康な住まいを学びにドイツに勉強にいく。地震が起これば現地に取材に行き、様々な情報を得て一次情報から家造りの大事なことを判断し地域の気候風土にあった家づくりを日々研究し続けている。

新築住宅建築数は180棟を超える。2022年に静岡県庁の依頼で、「住宅会社の建設DXの進め方研修会」を開催。2023年、『**住まい大全 ずっと快適な家の選び方、つくり方、暮らし方**』（KADOKAWA）を出版。YouTubeチャンネル「**職人社長の家づくり工務店**」は365日連続投稿を達成。チャンネル登録数14万人突破、総再生数5,000万回。

また、職人社長の公式サイトでは、住宅によくあるトラブルや家づくりをするうえで大事な資金計画書など、住宅に関するお役立ち情報を掲載中。

YouTube : <https://www.youtube.com/@hiramatsukenchiku/>

職人社長公式サイト : <https://www.miraisumai.com/>



## ■会社概要

商号：平松建築株式会社

所在地：静岡県磐田市小立野350-3

代表者：代表取締役 平松 明展

創業：2009年2月25日

事業内容：ゼロエネルギー住宅新築、WB工法新築、リフォーム工事全般、各住宅ローン申請業務、土地探し紹介業務

電話番号：0538-74-3343

URL : <https://www.hiramatsu-kenchiku.jp/>

Instagram : [https://www.instagram.com/hiramatsu\\_kenchiku/](https://www.instagram.com/hiramatsu_kenchiku/)

本リリースに関するお問い合わせ先

平松建築株式会社 担当：魚谷 忠史（うおたに ただし）

E-mail : [uotani@hiramatsukenchiku.net](mailto:uotani@hiramatsukenchiku.net) TEL : 090-5604-0102