



電気代の節約に「あったかグッズ」を活用しましょう！

冬に人気の「あったかグッズ」。ひざ掛け、肩当て、レッグウォーマーなど、体の熱が逃げやすい部分を温めるだけで体感温度がぐっと変わります。

電気代が高騰する一方の昨今、「あったかグッズ」を上手に取り入れて電気代を節約しましょう！

あったかグッズの種類と使い方

体の冷えやすい部分やライフスタイルに合わせて、自分に合ったものを取り入れましょう。電気を使うあったかグッズもありますが、室内全体を暖める暖房より電気代は安めです。

ひざ掛け・肩カバー

リビングでくつろぐときや、リモートワークなどに便利。フリースやニット、ダウンなどの保温性が高い素材のほか、電気で温める「電気ひざ掛け」や「電気肩当て（ショール）」などもあります。とても寒がりの方には、上半身や体全体を覆う「着る毛布」や「着る電気毛布」もあります。

保温・発熱インナー

服の下に着用する下着。保温・発熱性のある素材が多く、薄手でも温かいのが特長です。ただし乾燥肌の方は、化繊や吸湿発熱（体から出る水分（湿気）を吸収して発熱する）素材は肌がかゆくなることが多いためご注意ください！
その場合は比較的乾燥しづらい「発熱綿」や、「裏起毛」「裏ボア」などの構造的に保温するインナーを選ぶとよいでしょう。

部分ウォーマー

首・手首・足首・すねなど、体温が逃げやすい部分を保温するウォーマー。肌が敏感な部分なので肌触りの良い素材がおすすめです。

就寝用のあったかグッズも便利！

起きているときだけでなく、寝入りばなや就寝中の冷えが気になる人も多いでしょう。そういう方には次のようなあったかグッズが便利です。

あったか寝具（敷きパッド・シーツ・カバーなど）

フリースやマイクロファイバーなどの保温性に優れた素材が多く、吸湿発熱素材の製品もあります。ベッド用・敷布団用・掛け布団用など、お使いの寝具に合わせて選べます。

布団襟カバー

掛け布団の襟（えり）部分に付けるカバーで、肩が冷える方におすすめ。襟カバーと毛布が一体化した「くり襟毛布」もあります。

電気毛布

愛用者の多い定番グッズ。安全に眠るためにはPSEマーク（電気用品安全法をクリアした製品に付けられるマーク）と安全装置の付いた製品を選びましょう。

あったかグッズの種類は年々増えています。あなたの体とライフスタイルに合ったあったかグッズを活用して、電気代を節約しましょう！



全国に広がる家づくりネットワーク

INOS

イノスグループ

0120-916-672
有限会社 滝本工務店