



パワーシフト・ハンドブック

Power-shift Handbook

一般家庭編



実践してみました！

電力自由化になった今、
おうちのでんきを、
自然エネルギーを重視する会社に変えませんか？

power-shift.org

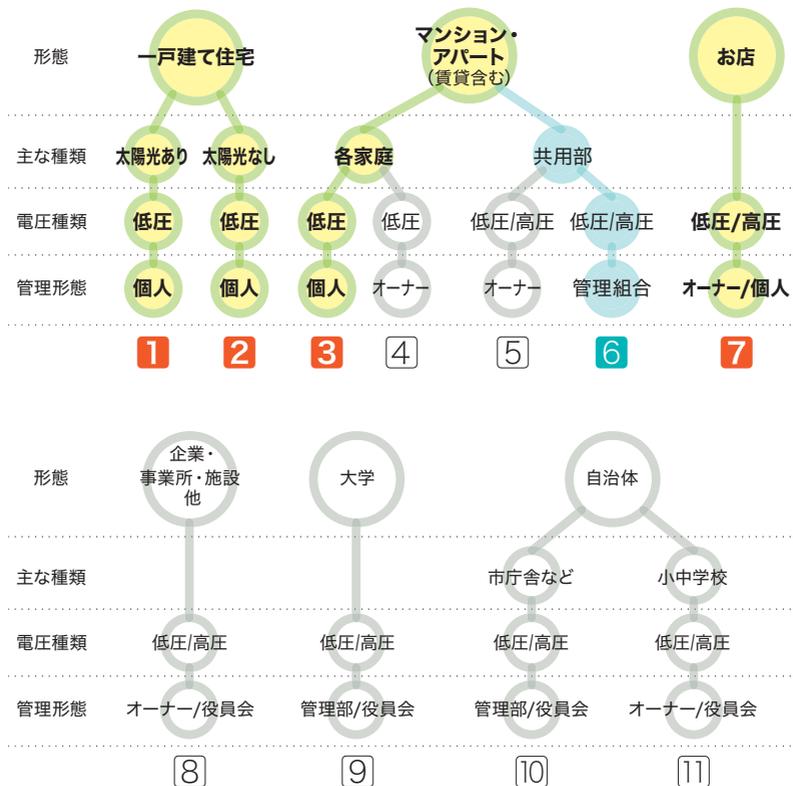
本ハンドブック対象の方

主な電力の契約形態を、下図のチャートで11種類に分けました。

本ハンドブック対象は、No. **1**, **2**, **3**, **7** の黄色部分のみなさんです。

*このハンドブック内の事例は「低圧 (P11 用語集参照)」の場合です

*太陽光パネルを付けている方でも、買う電気は変えられます



*低圧：AC200/100V、高圧：AC6600V (P11 用語集参照)

*水色の**6**は姉妹編のハンドブック「マンション共用部編」をご覧ください。お問い合わせは info@power-shift.org へ。

再エネを重視した電力会社への変更を勧める理由

市民の「再エネの電力が欲しいという思い」を形にするため。

01 パワーシフトキャンペーンについて

パワーシフトとは、自然エネルギー（再生可能エネルギー：再エネ）が中心となった持続可能（P11用語集参照）なエネルギー社会に向けて、電力（パワー）のあり方を変えていくことです。詳細は以下をご覧ください。

パワーシフト
キャンペーン
HP

<http://power-shift.org/>



Facebook



Instagram



Twitter

パワーシフト
な
電力会社

<http://power-shift.org/choice/>

パワーシフトな
電力会社紹介ページ



パワーシフト
体験談

<http://power-shift.org/people/>

パワーシフトした
企業・事業所・人々の声



パワーシフトな電力会社の基準

項目	内容	当キャンペーンが紹介する指標
1 理念は？	<ul style="list-style-type: none">● 「持続可能な再エネ社会への転換」という理念がある	電力会社とパワーシフトキャンペーンで共有できていること
2 電源構成は？ 情報開示は？	<ul style="list-style-type: none">● 電源構成 (P11 用語集参照) や環境負荷などの情報を一般消費者にわかりやすく開示している。● 前年度の電源構成と当年度の計画をウェブサイトに表示するなど	電力会社ウェブサイトで開示していること、またはパワーシフト・キャンペーンに提示し、電力会社での開示計画を示していること
3 電源 調達先は？	<ul style="list-style-type: none">● 再生可能エネルギーの発電設備 (FIT (P11 用語集参照) をふくむ) からの調達を中心とする● 現時点で多くなくても、今後増やしていく計画・ビジョンが明確である	再エネ電源重視の旨が電力会社ウェブサイトに記載されていること
4 持続 可能性は？	<p>再生可能エネルギー調達の前提</p> <ul style="list-style-type: none">● 大規模な生態系や自然環境・景観の破壊が行われておらず、持続可能性への配慮を十分に行っている発電所からの調達である。● 発電所の建設にあたっては地域 (当該および周辺の自治体や住民) に情報開示して参加プロセスを確保し、合意を得ている <p>望ましくないと考えている調達方法</p> <ul style="list-style-type: none">● 持続可能でない燃料 (パーム油、パームヤシ殻など) を輸入する木質バイオマス (P11 用語集参照) 発電	<p>左記のような望ましくないエネルギーを調達していないこと。</p> <p>または</p> <p>一部調達している場合は、メイン電源ではなく、かつ懸念表明および減らす計画の表明があること。</p>

→次ページに続く

項目	内容	当キャンペーンが紹介する指標
<p>4 続き</p>	<p>→前ページより続き</p> <ul style="list-style-type: none"> ●大規模な森林伐採や土地改変をとまなう太陽光発電 ●生態系や周辺住民の健康への影響に配慮しない風力発電など 	
<p>5 地域や市民への姿勢は？</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●市民共同発電や家庭の太陽光などの買い取りに前向きである ●地域の利害関係者が参画し、地域で便益・利益が循環するような自然エネルギーを重視 ●地域や市民によるエネルギーを重視している 	<p>実績や計画、方針が電力会社とパワーシフトキャンペーンで共有できていること</p>
<p>6 原子力と石炭火力は？</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●環境への負荷が大きい原子力発電所や石炭火力発電所からの調達はしない ●大手電力や電力市場からの調達は当面はやむを得ないが、減らしていく方向性を示している 	<p>直接契約がないこと</p>
<p>7 大手電力会社との関係は？</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●原子力や石炭火力をささえる構造を変えていくため。 ●大手電力会社と資本関係、提携がない 	<ul style="list-style-type: none"> ●子会社でないこと ●共同出資会社を設立していないこと ●大手電力会社との提携電力プランがないこと

パワーシフトキャンペーンが紹介する電力会社はこちら



02 おうちの電気の流れと契約関係



*集合住宅の場合、建物全体で特定の会社と一括契約をしている場合はその契約が完了しないと切り替えができません。

03 おうちの電気を再エネ新電力へ切り替えるときの Q&A

Question

よくいただく質問

Answer

お答え (再エネ新電力)

- | | | | |
|---|-------------|---|------------------------------|
| 1 | 価格は？ | … | 同等です |
| 2 | 設備工事の有無は？ | … | 工事不要です |
| 3 | 付加価値は | … | 再エネ重視です |
| 4 | 品質 (停電等) は？ | … | 問題ありません |
| 5 | 新電力倒産時リスクは？ | … | リスクありません |
| 6 | メリットは？ | … | 自然エネルギーを普及させます |
| 7 | 切り替え手続きは？ | … | 再エネ新電力に web 申し込みや文書を送付するだけです |

04

一般家庭・パワーシフトのやり方 & やってみました

パワーシフト手順

① 契約内容の把握

事前に確認すること

- ① 電気料金伝票
- ② 集合住宅であれば建物一括受電でないこと確認

The image shows two utility bills from a Japanese power company. The left bill is a 'Usage Statement' (電費ご使用量のお知らせ) for March 2019, showing a usage of 364 kWh and a total amount of 10,819 yen. The right bill is a 'Statement of Account' (電気料金等領収書) for February 2019, showing a total amount of 1,000 yen. Both bills include details about meter type (40A), meter number, and various charges.

② パワーシフトな電力会社へ web、電話または申込書で申し込む

パワーシフトな電力会社が今の電力会社へ切り替えの手続きをしてくれる

※みなさんの地元のパワーシフトな電力会社はこちらで

③ 電力会社切り替え

スマートメーター付け替えの場合あり

電磁波が気になる方は電力会社に相談してください



05 一般家庭・パワーシフトをやってみて

パワーシフトはとても簡単です。

私は神奈川住まいなので湘南電力にパワーシフトしましたが、スマホやPCがあれば5分でできます。東電の伝票を見ながら、お客様番号やクレジットカード番号を入力するだけでした。新電力会社の方と電話で話すこともなく、元の契約先の東電に連絡することはありませんでした。

月々払っている家計のうち数千円を占める電力料金は、望ましい形で利用して欲しい。それが5分でできるのは実はすごいことだと思いました。

野菜を買う場合、どんなことを考えて購入していますか？食べて安全で、栄養があり、10円でも安いものを探す方も多いと思います。電気も同じだと思いました。出所が良く、安ければなお良い。お支払いしたお金の一部は産地へ返り、次も電気を作ることができる。「おかげさまで!」とって良い循環が生まれる。

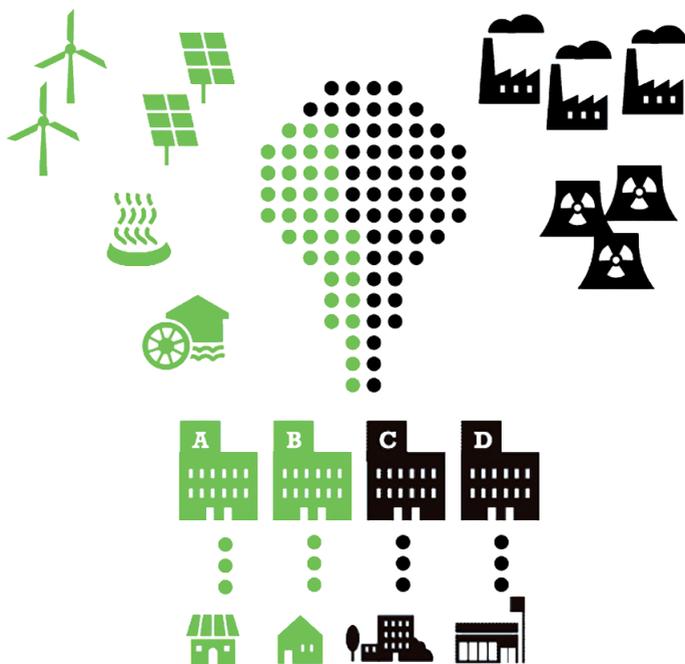
今は電気もこれができるようになりました。

また、契約年数は2年縛りとかではなく1年です。変化の激しいエネルギー社会のため、まずはパワーシフトしてみて、いろいろわかってきたらまた考えてもよいと思います。

当ハンドブック作成スタッフ

未来の自然エネルギーに投資される

電力会社をパワーシフトすると、おうちに届く電気は同じでも、お金の流れが変わります。あなたの払う電気料金の一部が、新しい発電設備のために使われます。



© Greenpeace

パワーシフト用語集

【低圧 / 高圧】 電力の契約の種類には低圧 (200V/100V)、高圧 (6600V)、特別高圧などがあります。一般的な家庭では低圧、大規模マンションや工場等では高圧で契約をしています。

【持続可能】 地球環境や地元住民の暮らしなどが長期的に維持可能なものです。

【電源構成】 電力会社が供給する電気の発電方式の割合を示したもの。例えば太陽光〇%、水力〇%、石炭火力〇%など。

【FIT】 「再生可能エネルギーの固定価格買取制度」は、再生可能エネルギーで発電した電気を、電力会社が一定価格で一定期間買い取ることを国が約束する制度です。電力会社が買い取る費用の一部を電気をご利用の皆様から賦課金という形で集め、今はまだコストの高い再生可能エネルギーの導入を支えています。この制度により、発電設備の高い建設コストも回収の見通しが立ちやすくなり、より普及が進みます。

【木質バイオマス発電】 木質バイオマスには、主に、樹木の伐採や造材のときに発生した枝、葉などの林地残材、製材工場などから発生する樹皮やのこ屑などのほか、住宅の解体材や街路樹の剪定枝などの種類があります。これらを利用した発電です。

パワーシフト・ハンドブック

(一般家庭編)

2019年2月8日 初版

本冊子は、地球環境基金およびパタゴニアの助成を受けて作成しています。

発行元

パワーシフト・キャンペーン運営委員会

事務局：国際環境 NGO FoE Japan

作成：田淵 透

デザイン：荒木 美保子

〒173-0037 東京都板橋区小茂根1-21-9

TEL：03-6909-5983 FAX：03-6909-5986

mail：info@power-shift.org

Web：http://power-shift.org/