

電気をムダなく活かす

IHを使って電気を
ムダなく上手に
活用しましょう。



快適・クリーン・おいしい

11月1日



11月1日はIHクッキングヒーターの日

アイエイチ

Q

IH は電気をたくさん使う?!

と思っていませんか?

定格消費電力は最大で5800Wですが、実際に最大電力で使用されることはほとんどありません。
上面の各ヒーターやグリルなど、最大使用したときの消費電力なので、使うヒーター数や火力によって違います。

A

また、消費電力量を1ヵ月の電気代に換算すると…

1ヶ月の電気代

参考金額

標準的な4名家族世帯にて、朝・昼・夕食時に標準的なメニューでIHクッキングヒーターを使用した場合の1ヶ月の電気代は約1,170円(税込)※です。(JEMA・IH調理器技術委員会調べ)

※電力目安料金は、全国家庭電気製品公正取引協議会 電力料金目安単価 31円/kWh(税込) [令和4年7月改定]で算出。

IHクッキングヒーターはこんなところが魅力です。

高い熱効率

鍋自体を発熱させるから、エネルギーの無駄が
少なく「高い熱効率」を実現します。

優れた火力コントロール

応答性が高く、優れた火力コントロールだから、
必要な火力だけにすぐに得られます。

最大電力を使い続けるわけではありません

※本内容によるIHクッキングヒーターは、ビルトイン型・据置型について説明しており、卓上型を除きます。

JEMAのwebサイトでも詳しい情報をご紹介します。 <https://www.jema-net.or.jp/Japanese/ha/ih/>



一般社団法人日本電機工業会 IHクッキングヒーター専門委員会

〒102-0082 東京都千代田区一番町17-4 (電機工業会館)

三化工業株式会社 パナソニック株式会社 日立グローバルライフソリューションズ株式会社 三菱電機株式会社 (五十音順)

2022年8月改訂版

電気をムダなく活かす IH

IHクッキングヒーターで電気をムダなく上手に使うポイント♪

IHクッキングヒーターなら、電気を無駄なく使うだけでなく、毎日のクッキングがより快適になります。

1

高い熱効率でエネルギーをムダなく活かす。

IHは約90%※という高い熱効率を実現。立ち上がりが早いから調理も手早く時間短縮できます。

※JEMA自主基準に基づく測定方法による。JEMA会員メーカー測定。(SGIH鍋を使用)



2

IHは部屋の空気を汚しにくいから換気も最小限に。

IHは室内で燃焼ガスが発生しないので、キッチンの換気量を少なくすることも可能です。暖房で暖まった部屋が換気で冷えにくく、暖房エネルギーの省エネにもつながります。



3

調理方法を工夫して上手に節電を。

優れた火力コントロールを活用して、必要以上に火力を上げずに調理すると節電につながります。フタをして調理、落しぶたを利用、圧力鍋を使うなどして加熱エネルギーを抑えることで、節電に効果があります。



4

立ち消えの心配がないから扇風機も使えます。

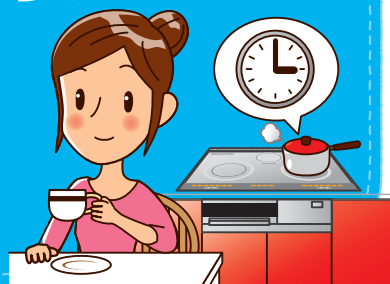
窓を開けて自然の風を入れたり、すぐ近くで扇風機を使って調理できます。



5

タイマー調理で余分な加熱をストップ！

時間が来ると、電子音でお知らせし、自動的に通電を停止します。



将来のスマートハウスに向けて

太陽光発電や蓄電池などのエネルギー機器、家電、住宅機器などをITでコントロールしてエネルギー管理を行い、エネルギー消費、CO₂排出を低減するスマートハウスの普及が進もうとしています。IHは太陽光などで発電した電気を有効利用でき、将来に向けて今から準備しておきたい商品です。

JEMAのwebサイトでも詳しい情報をご紹介します。 <https://www.jema-net.or.jp/Japanese/ha/ih/>



一般社団法人日本電機工業会 IHクッキングヒーター専門委員会
〒102-0082 東京都千代田区一番町17-4 (電機工業会館)

三化工業株式会社 パナソニック株式会社 日立グローバルライフソリューションズ株式会社 三菱電機株式会社 (五十音順)

電気をムダなく活かす IH

IHクッキングヒーターで電気をムダなく上手に使うためのQ&A

1

IHクッキングヒーターについてよく知り、上手に使いこなすことで電気をムダなく使うことができます。

Q

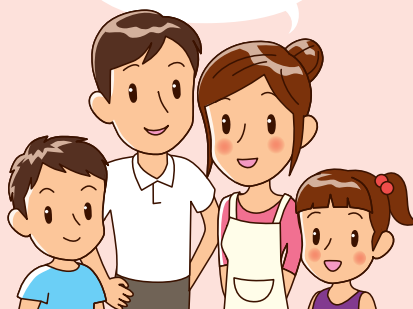
IHクッキングヒーターの電気代はどれくらい？

A

標準的な4名家族世帯にて、朝・昼・夕食時に標準的なメニューでIHクッキングヒーターを使用した場合の1ヶ月の電気代は約1,170円(税込)[※]です。

※JEMA IH調理器技術委員会調べ
電力目安料金は、全国家庭電気製品公正取引協議会
電力料金目安単価 31円/kWh(税込) [令和4年7月改定] で算出。

1ヶ月の電気代
約1,170円(税込)[※]



Q

IHクッキングヒーターの消費電力は、他の家電製品と比べて大きいのか？

A

IHは加熱の強さにより消費電力が大きく異なるので、一概に大きいとは言えません。コンロ全体の最大消費電力(定格消費電力[※])は5800Wですが、実際に最大電力で 사용되는ことはほとんどありません。

※定格消費電力とは？

同時に使用する動作可能な最大電力。

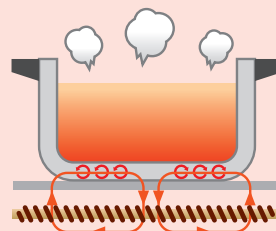
Q

IHクッキングヒーターは熱効率が良いとききますが、他の熱源との比較は？

A

IHは、熱効率が約90%[※]と他の熱源と比較して省エネ性能が高いといえます。例えばシーズヒーターコンロとの比較では、約20%[※]の省エネとなります。また、周りに放熱する熱が少ないため、冷房ロスも防げます。

※JEMA自主基準に基づく測定方法による。JEMA会員メーカー測定。(SGIH鋼を使用)



IHの加熱原理

JEMAのwebサイトでも詳しい情報をご紹介します。 <https://www.jema-net.or.jp/Japanese/ha/ih/>



一般社団法人日本電機工業会 IHクッキングヒーター専門委員会

〒102-0082 東京都千代田区一番町17-4 (電機工業会館)

三化工業株式会社 パナソニック株式会社 日立グローバルライフソリューションズ株式会社 三菱電機株式会社 (五十音順)

電気をムダなく活かす IH

IHクッキングヒーターで電気をムダなく上手に使うためのQ&A

2

IHクッキングヒーターについてよく知り、上手に使いこなすことで電気をムダなく使うことができます。

Q

IHクッキングヒーターで電気を上手に使うにはどうしたらいいの？

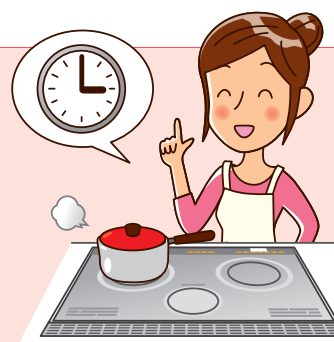
A

①タイマー機能を使うと切れ忘れ及び加熱し過ぎを防ぐことができ、電気をムダなく使えます。

②IHクッキングヒーターで使用する鍋は、加熱効率のよい(財)製品安全協会のSG-IHもしくはSGCH-IHマークのついたものをお勧めします。

※搭載機種は、各社カタログ等をご確認ください。

③落しふたを用いた保温調理や圧力鍋を使って、加熱エネルギーを抑えることで省エネルギーにつながります。



Q

IHクッキングヒーターは地震などの災害時でも大丈夫か？

A

火を使わないので、地震発生時でも安心・安全設計です。また、電気は止まっても、素早く復旧します。(熊本地震の際は本震の発生から、わずか5日で停電が解消されました※。)

※経済産業省「平成二十八年熊本地震における設備被害と停電復旧対応について」より

Q

使用中の消費電力を確認することはできるか？

A

取扱説明書に、火力の目安と電力を記載していますのでご確認ください。

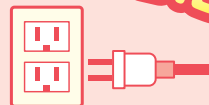
Q

IHクッキングヒーターを使うには、オール電化にする必要がありますか？

A

IHクッキングヒーターは、オール電化契約でなくても設置可能です。各メーカーまたは各電力会社の相談窓口までお問い合わせください。

IH=オール電化？



JEMAのwebサイトでも詳しい情報をご紹介します。 <https://www.jema-net.or.jp/Japanese/ha/ih/>



一般社団法人日本電機工業会 IHクッキングヒーター専門委員会

〒102-0082 東京都千代田区一番町17-4 (電機工業会館)

三化工業株式会社 パナソニック株式会社 日立グローバルライフソリューションズ株式会社 三菱電機株式会社 (五十音順)