

# インタビュー

杉並区在住で、太陽光発電システムと蓄電池を設置した方の声を紹介します！

## 経済的で防災にも役立つ！

光熱費が上がっている中で、東京都や杉並区の助成金を活用すると、かなりお得に設置できると聞いて興味を持ちました。

そこで、区の太陽光発電講座から情報を仕入れ、複数の事業者から見積りを取って設置しました。**年間9万円ほど電気代が下がり**、また売電による収入が3,000円を超える月もあるなど、10年ほどで初期投資の元が取れそうです。

さらに、夏の間、外出中もペットの犬のためにエアコンが欠かせませんでしたが、電気代を気にすることがなくなりました。

**万一の停電の際にも備えになるなど、防災にも貢献してくれる**ことに頼もしさを感じています！



Sさん(4人家族+犬)

## 財布にも地球にもやさしい太陽の恵み

地球温暖化が激化する中、私が取り組めることとして太陽光発電に着目しました。設置にあたっては、事業者の見積価格の納得性や、**東京都と杉並区のW助成金が決定打**でした。

発電と消費電力を可視化できるアプリのおかげで節電意識もさらに高まります。蓄電池により、昼に発電した電気を夜に使用できるので、**8月に冷房をつけっぱなしにしても月の電気代はなんと1,600円**ほどでした！

家計と地球環境に優しく、停電の備えにもなり、太陽の恵みに感謝です。



Uさん(2人家族)

## Q&A

### Q 設置工事はどのくらいの日数がかかる？

A 約1~3日で完了します。

### Q 自宅の屋根にどのくらいの太陽光パネルを載せられるのかな？

A 「東京ソーラー屋根台帳」に住所を入力すると、屋根の大きさに応じた容量・年間の発電量などを調べることができます。

#### 東京ソーラー屋根台帳(ポテンシャルマップ)

クール・ネット東京 ☎03-5990-5065

受付時間：9:00~12:00、  
13:00~17:00(土日・祝日を除く)

ソーラー屋根台帳 🔍



### Q 集合住宅に住んでいて太陽光パネルを設置できないけど、他に再エネを導入する方法はある？

A 電力会社の「再エネ電気プラン」に申し込むことで、ご家庭で使用する電気を再エネに切り替えることができます。ただし、集合住宅全体で一括契約している場合などは、「再エネ電気プラン」に切り替えられないことがあります。

### Q 家の断熱工事にも興味があるし、省エネ化とあわせて相談できる場所はないかな？

A 東京都が行っている、無料の「戸建住宅省エネ等リフォームアドバイザー派遣」事業があります。建築士の資格を有するアドバイザーが建物の状況を確認して、再エネ・省エネ化に関する改修手法や各種補助制度について情報提供します。

#### 戸建住宅省エネ等 リフォームアドバイザー派遣(住宅政策本部)

☎03-6228-0182

受付時間：10:00~17:00  
(土日・祝日を除く)

省エネアドバイザー派遣窓口 🔍



**注意**  
太陽光発電システムや蓄電池に関して杉並区や東京都の職員(もしくは委託を受けた事業者)を名乗る者がご自宅を訪問することはありません。個別訪問や電話による自動音声アンケート等は一切実施しておりませんのでご注意ください。

# はじめよう、 太陽光発電のある暮らし

— 地球と家計にやさしく、災害時にも頼れる選択 —

太陽光発電システムにより、

電気を「買う」暮らしから、「つくる」暮らしへ。

発電して余った電気は電力会社に売ることもでき、

停電時には非常用電源として活躍！

太陽の恵みである再生可能エネルギーを活用して、

地球にやさしい生活をはじめませんか？



杉並区の助成金の内容を確認してみよう！  
機器の要件や、申請に必要な書類はこちらから

杉並区 エコ住宅 🔍

#### 再生可能エネルギー(再エネ)とは…

太陽光・風力・地熱など、自然由来で  
枯渇しないクリーンなエネルギーのこと。  
今後の活躍が期待されています！



# 再エネ導入の3つのメリット



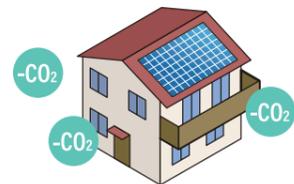
## 01 地球と未来に貢献 CO<sub>2</sub>を減らす暮らし

CO<sub>2</sub>排出が少なく  
環境にやさしい!

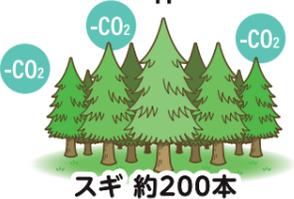


CO<sub>2</sub>削減に貢献します!

4kWの太陽光発電によるCO<sub>2</sub>削減量は、スギ林2,000㎡分(約200本分)の吸収量に相当します。  
※林野庁公表資料から算出



||



スギ 約200本

太陽光発電システムとは



太陽の光から電気を作り出すシステムです。システム1kW当たりの年間発電量は約1,000kWh程度です。例えば、住宅屋根に4kWの太陽光パネルを設置した場合、夜間や悪天候時に発電できないことを考慮しても、年間4,000kWh程度の発電量が期待できます。一般家庭の平均年間電力消費量が4,892kWhであるため、1年間に必要な電力量の約8割以上をまかなえます。

※一般社団法人太陽光発電協会HPより

太陽熱利用システムとは



太陽の熱を利用して、給湯や冷暖房に活用するシステムです。屋根の面積が狭く、太陽光発電システムが設置できない場合は、太陽熱利用システムをご検討ください。

## 02 災害時にも安心 停電時にも使える

停電しても  
電気が使えるので、  
災害時も安心!



蓄電池とは

蓄電池とは、電気を「貯め」て必要なときに「使う」ことができる電池(二次電池)のことです。



蓄電池があれば  
日中に発電して  
使いきれなかった電気を  
貯めておくことができるよ。

- 停電時にテレビやスマートフォンなどで情報収集・安否確認ができます。



- 太陽光発電システムと蓄電池の組み合わせで、夜間や悪天候のときでも電気が使えます!



= 防災力が  
高まる!

## 03 家計にもやさしい 光熱費をグッと削減

自家消費で  
電気代が  
オトクに!



太陽光発電システムや蓄電池を設置する区民の方は、東京都と杉並区の助成をご利用いただけます。

(設置に必要な費用を超えない範囲で併用できます。)

既存住宅に「太陽光発電システム:4kW、蓄電池:10kWh」を設置する場合の費用と助成金額を紹介します。

東京都、杉並区の助成金を活用した場合のシミュレーション



※都助成金は、「災害にも強く健康にも資する断熱・太陽光住宅普及拡大事業」の活用を想定  
※購入・設置費用は、令和7年度杉並区助成金の実績(4~9月平均値)から算出

毎月電気代1万円程度の戸建住宅に4kWを設置した場合...

月々 約7,700円  
年間 約92,400円 の経済的メリット

約10年で投資回収できることに!

※東京都区部2人以上の世帯の場合を想定して試算したもの

自宅で使いきれなかった  
電気は電力会社が  
買い取ってくれるのじゃよ(売電)  
売電が多いとその分費用の  
回収が早くなるのだぞ。



東京都の助成金問い合わせ先「クール・ネット東京」

【ワンストップ総合相談窓口】

☎03-5990-5236 受付時間: 9:00~17:00(土日・祝日を除く)

【太陽光発電設備専門相談窓口】

☎03-6258-5315 受付時間: 9:00~17:00(土日・祝日を除く)



クール・ネット東京

## TOPIC 杉並区気候区民会議

気候区民会議とは、無作為に選ばれた区民が気候変動対策について学び、議論する会議で、令和6年3月から8月まで全6回開催しました。

このリーフレットは、「再エネを近所の人たちとみんなで安心して導入できるようにする」という気候区民会議の意見提案をもとに作成しています。

