

## 省エネ：冷暖房の設定温度は？

**Q**

当社では、ISO14001 のテーマの 1 つとして、省エネルギー対策をとりあげています。この対策上、冷房あるいは暖房中の室温は何度に設定したらよいでしょうか。

**A**

冷房あるいは暖房中の室温を設定するうえで参考となる温度を下記に示しました。省エネルギー対策上からは、原則『夏季：28℃、冬季：20℃』を徹底し、冷房・暖房が過度にならないように気をつけ適切に調節する必要があります。

なお、上記の温度は、快適性・作業性等からは、夏季では高目の温度、冬季では低目の温度となっています。このため、併せて服装による対応『クールビズ、ウオームビズ』が推奨されています。

### 夏季の省エネルギー対策（内閣府）

冷房中の室温は 28℃を目安に過度にならないように適切に調節する。

### 冬季の省エネルギー対策（内閣府）

暖房中の室温は 20℃を目安に過度にならないように適切に調節する。

### 事務所衛生基準規則

18℃以上 28℃以下となるように努めること。

### 仕事の適否（1967、三浦）

冷房温度が 26℃を超えると仕事への適応性が急に減少する（調査例）。

### ビル事業場での快適温度（1971、中災防 研究委員会）

	夏	冬
座業	24～27℃	20～25℃
軽作業	20～23℃	18～20℃