

賃貸経営

電子ブレーカーでマンション共用部の電気代を削減する方法

電子ブレーカーで電気料金が削減される仕組み

電子ブレーカーは、CPUによって電流値と動作時間を細かく測定し、電流を制御します。内部の電流を正確に測定し、常に危険がないか確認しながら制御するのが特徴です。通常のブレーカーとは異なり、上限を超える電流が検知されたとしても、すぐに電流を遮断することはありません。そのため、契約容量を一時的な電力消費の上限に合わせて設定する必要はなくなります。このことから、電子ブレーカーの設置は電気代の節約に有効だと考えられています。

<A マンションの例>

動力として、エレベーターとポンプがある場合

現状（負荷設備契約）

- ・エレベーター 6.5KW
- ・ポンプ2台 1.1KW
- ・合計 7.6KW → 9KWの負荷設備契約

エレベーターとポンプ2台が同時に稼働した場合の最大KWが何秒間続くか調査した結果、ポンプは常時稼働しており、エレベーターは90秒以内には必ず一旦、どこかの階に着床して止まることが判明。

- ① 最大7.6KWの電流が流れるのは、最大で90秒間+a
- ② 7.6KWの電流が90秒間以上流れても遮断しない電子ブレーカーを探す。
⇒ 安全率を考慮して、4KWの電子ブレーカーに交換しても対応できる（この時間であれば遮断しない）
- ③ 上記①②から、4KWの電子ブレーカーを設置し、主開閉器契約へ変更する

	導入前	導入後	差額
契約形態	負荷設備契約	主開閉器契約	-
契約kw	9kw	4kw	-
基本料金（月額）	11,080円	4,924円	▲6,156円 (年▲73,872円)

注意事項

電子ブレーカーの導入には工事が必要ですが、通常工事では30分から1時間程度動力が停電しますので、エレベーターやポンプが使えない時間が発生します。

また、電子ブレーカーは機械なので将来の交換費用も考えなくてはなりません。仮に10年使用するとして、削減額がいくらになるかシミュレーションしておきましょう。

健康

寒さによる肩こりの対処法

寒さによる肩こりは、首・肩・背中周りの筋肉の緊張をほぐし、血流を促進することで解消できる可能性があります。お風呂等で温める・マッサージでほぐす方法もおすすですが、以下のストレッチをこまめに行うこともおすすです。



- ① 足を肩幅くらいに広げ、腕を降ろした状態でまっすぐ立つ
 - ② 自然に両腕を降ろした状態で両肘を軽く曲げ、両腕を外側に開いて肩の高さまで挙げる（両肘は外側・内側に捻ったリせず、自然な状態で挙げる。肩の高さまで挙げると姿勢が崩れる・痛みが出る場合は、可能な高さまでで構わない）
 - ③ 肘を曲げながら両側の肩甲骨を背骨へ引き寄せる
 - ④ この状態で5秒キープ
 - ⑤ 一度大きく息を吸い、息を吐きながら①の状態に体勢を戻し、全身をリラクセスする
 - ⑥ 左肘を曲げ後方へ引きながら、左の肩甲骨を背骨に寄せる
 - ⑦ ⑥と同時に、左斜め上に突き出すように、右腕を付け根から左斜め上方に向けてぐーっと伸ばす
 - ⑧ 伸ばしきった状態で5秒キープ
 - ⑨ 一度大きく息を吸い、息を吐きながら①の状態に体勢を戻し、全身をリラクセスする
 - ⑩ ⑥から⑨の動きを反対側で行う
- ※⑤、⑨以外は、ゆっくりと自然に呼吸する

賃貸経営

鉄部塗装は5年ごと！
放置するリスクとメンテナンスの注意点

賃貸経営をするうえで鉄部塗装は安全維持に不可欠

「鉄部」とは外部階段やバルコニーなどの手摺や床下地で外部に露出している部分を言います。鉄部は適切にメンテナンスを行っていないと錆が発生します。錆を放置しておくとも鉄部が腐朽し大変危険な状態になってしまいます。鉄部の耐久性を維持するためには、5年おきに塗装を行うことが望ましいと言われています。

鉄部の塗装工事を行う際の注意点

- ・まずは鉄部の点検を行う
- ・塗装工事を行うにはまず鉄部の点検を行い、塗装が必要な部分とまだ必要ではない部分を確認します。点検の結果塗装が必要と判断した時点で、塗装業者に見積もりを依頼します。
- ・工事前にあいさつを行う
- ・着工前には塗装業者が近隣へのあいさつをしますが、大家さんとも業者と同行するか、業者とは別にあいさつしてもよいでしょう。
- ・臭い対策をする

鉄部塗装は溶剤系塗料を使用することが多く、臭いが発生し近隣へ迷惑を掛ける場合があります。また、入居者への影響はもっとも大きなものになります。

臭いがかもとも強い工程の時期を入居者が外出しているタイミングに合わせるなどの方法や、性能上問題がなければ臭いの少ない水性塗料を選択する方法もあります。

施工する塗装業者とも相談し、できるだけ納得のいく結果になるよう心がけましょう。

