

うちエコ診断(WEB版) 簡易操作マニュアル (スマートフォン用)



奈良県エコキャラクター
な~らちゃん

奈良県

うちエコ診断（WEB版）アクセス方法

スマートフォンから、以下のアドレスにアクセスしてください。

<https://webapp.uchieco-shindan.jp/?group=643788>



◀ QRコードからでもアクセスできます。

<初回起動時の表示画面>

うちエコ診断

ようこそ「うちエコ診断」へ

グループでの情報集計について

グループ指定がされているため、診断した結果は、奈良県うちエコ診断事業2025のデータとして統計的に集計がされます。

【奈良県うちエコ診断事業2025】今年度奈良県において実施する上記事業の実施グループ

上記承認して利用しますか？

承認して利用する

グループ集計なしで利用する

初回起動時は、このような画面が表示されますので、**【承認して利用する】**ボタンをクリックして、利用を開始してください。

トップ画面（自己診断スタート）

<トップ画面>



トップ画面の【自己診断スタート】ボタンをクリックすることで診断をスタートすることができます。

光熱費の質問①

ご家庭の光熱費の明細をご用意いただき、光熱費に関する7つの質問に順番にご回答ください。

光熱費の質問 (1問目)

eco うちエコ診断 自己診断用 ログイン メニュー

光熱費の質問 平均比較 使い方の質問 対策の選択

(前半) 光熱費の質問

1問目 (7問中)

記入対象月

Calendar 12

これから月の電気代やガス代をおたずねします。「何月の光熱費」としてお答えいただけますか。選択肢から選んでください。

光熱費がわからない

1月	2月	3月	4月(今月)
5月	6月	7月	8月
9月	10月	11月	12月

◀前へ 一覧表示する 次へ▶

(c) 2025 環境省 [バグ報告] 自己診断用：他の人を診断できません

光熱費の質問 (2問目)

eco うちエコ診断 自己診断用 ログイン メニュー

光熱費の質問 平均比較 使い方の質問 対策の選択

(前半) 光熱費の質問

2問目 (7問中)

4月の電気代

4月の「電気代」を記入してください

1000円	2000円	3000円	5000円
7000円	1万円	1万2000円	1万5000円
2万円	3万円	それ以上	わからない

詳細 円/月 設定する

◀前へ 一覧表示する 次へ▶

(c) 2025 環境省 [バグ報告] 自己診断用：他の人を診断できません

光熱費の質問②

光熱費の質問 (3問目)

eco うちエコ診断 自己診断用

ログイン メニュー

光熱費の質問 平均比較 使い方の質問 対策の選択

(前半) 光熱費の質問

3問目 (7問中)

4月のガス代

4月の「ガス代」を記入してください

オール電化 (使わない)	1000円	2000円	3000円
5000円	7000円	1万円	1万2000円
1万5000円	2万円	3万円	それ以上
わからない			

詳細 円/月 設定する

◀前へ 一覧表示する 次へ▶

(c) 2025 環境省 [バグ報告] 自己診断用：他の人を診断できません

光熱費の質問 (4問目)

eco うちエコ診断 自己診断用

ログイン メニュー

光熱費の質問 平均比較 使い方の質問 対策の選択

(前半) 光熱費の質問

4問目 (7問中)

4月の灯油代

4月の「灯油代」を記入してください

0円	1000円	2000円	3000円
5000円	7000円	1万円	1万2000円
1万5000円	2万円	3万円	それ以上
わからない			

詳細 円/月 設定する

◀前へ 一覧表示する 次へ▶

(c) 2025 環境省 [バグ報告] 自己診断用：他の人を診断できません

光熱費の質問③

光熱費の質問 (5問目)

eco うちエコ診断 自己診断用 ログイン メニュー

光熱費の質問 平均比較 使い方の質問 対策の選択

(前半) 光熱費の質問

5問目 (7問中)

車燃料代

蛙: おおよその1ヶ月の「ガソリン代」(軽油代)を選んで下さい。家族全員分になります。

わからない

使わない 1000円 2000円 3000円

5000円 7000円 1万円 1万2000円

1万5000円 2万円 3万円 それ以上

詳細 円/月 設定する

◀前へ 一覧表示する 次へ▶

(c) 2025 環境省 [バグ報告] 自己診断用：他の人を診断できません

光熱費の質問 (6問目)

eco うちエコ診断 自己診断用 ログイン メニュー

光熱費の質問 平均比較 使い方の質問 対策の選択

(前半) 光熱費の質問

6問目 (7問中)

都道府県

蛙: 「都道府県」を選んで下さい。なお、郵便番号の最初の数字3桁を記入することで、都道府県を選択することもできます。

都道府県を選んでください。下の欄に郵便番号を入力して選ぶこともできます。

奈良

設定する

(郵便番号)

奈良 が選択されています。

◀前へ 一覧表示する 次へ▶

(c) 2025 環境省 [バグ報告] 自己診断用：他の人を診断できません

奈良県にお住まいの場合は、「奈良」を選択し、【設定する】ボタンを押してください。

光熱費の質問④～入力内容の確認①

光熱費の質問 (7問目)

eco うちエコ診断 自己診断用

ログイン メニュー

光熱費の質問 平均比較 使い方の質問 対策の選択

(前半) 光熱費の質問

7問目 (7問中)

世帯人数

あなたを含めて、家にいっしょに「住んでいる人数」を選んで下さい。

1人 2人 3人 4人
5人 6人 7人 8人
9人以上

◀前へ 一覧表示する 次へ▶

(c) 2025 環境省 [バグ報告] 自己診断用：他の人を診断できません

確認画面

eco うちエコ診断 自己診断用

ログイン メニュー

光熱費の質問 平均比較 使い方の質問 対策の選択

(前半) 光熱費の質問

以下の内容が回答されています。ここで回答を変えることができます。

1) 記入対象月
4月(今月)

2) 4月の電気代
1万2000円
詳細 12000 円/月

3) 4月のガス代
1万円
詳細 10000 円/月

4) 4月の灯油代
0円
詳細 0 円/月

5) 車燃料代
2000円
詳細 2000 円/月

6) 都道府県
(郵便番号)
奈良

7) 世帯人数
2人

記入ありがとうございます。あなたの光熱費がわかりました。平均的な家庭と比べてみましょう。

▶ 平均と比べる

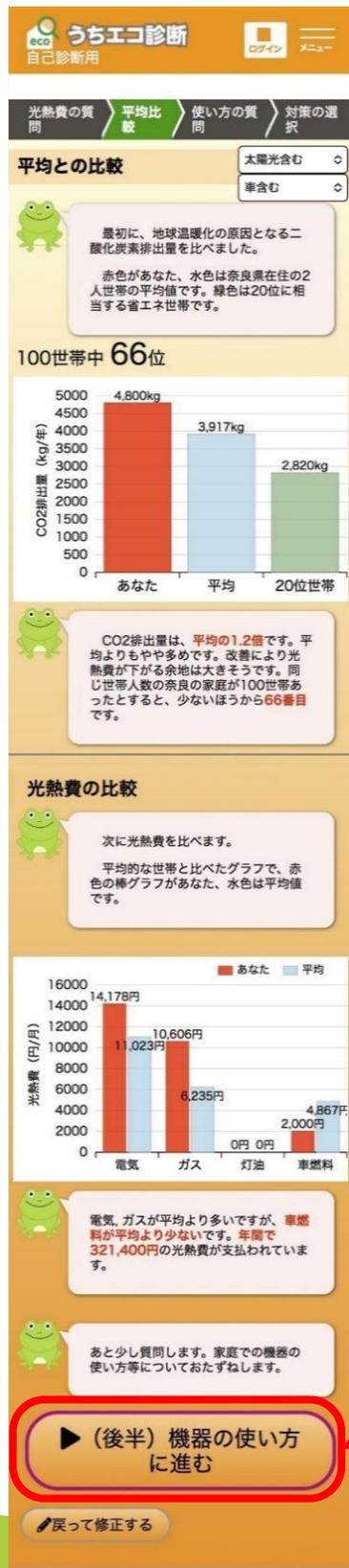
🏠 トップ画面に戻る

(c) 2025 環境省 [バグ報告] 自己診断用：他の人を診断できません

7問目まで回答すると確認画面が表示されます。入力内容を確認し、【▶ 平均と比べる】ボタンをクリックして次のページに進んでください。

光熱費の比較

<平均との比較画面>



都道府県・世帯人数が同じ世帯と比較して、光熱費やCO2排出量が多いのか少ないのかが分かります。

比較結果を確認し、
【(後半)機器の使い方に進む】
ボタンをクリックして次のページに進んでください。

機器の使い方の質問①

ご家庭で使用されている家電等の利用状況等について、8つの質問に順番にご回答ください。

使い方の質問 (1問目)

The screenshot shows the app interface for question 1. At the top, there's a header with the 'eco うちエコ診断' logo and '自己診断用' text. Below that are 'ログイン' and 'メニュー' buttons. A navigation bar contains four items: '光熱費の質問', '平均比較', '使い方の質問' (highlighted in green), and '対策の選択'. The main content area is titled '機器の使い方の質問' and indicates '1問目 (8問中)'. Below this is a progress bar with 8 segments, the first of which is filled. The question is '家の建て方' with an illustration of a house and a person. A green frog icon is next to the question text: 「お住まい」は、戸建てですか、集合住宅ですか. Below the question are two buttons: '戸建て' and '集合'. At the bottom, there are three navigation buttons: '前へ', '一覧表示する', and '次へ'. The footer contains copyright information: '(c) 2025 環境省 [バグ報告] 自己診断用：他の人を診断できません' and an upward arrow icon.

使い方の質問 (2問目)

The screenshot shows the app interface for question 2. The header and navigation bar are identical to the previous screen. The main content area is titled '機器の使い方の質問' and indicates '2問目 (8問中)'. Below this is a progress bar with 8 segments, the second of which is filled. The question is '太陽光発電設備の設置' with an illustration of solar panels on a roof. A green frog icon is next to the question text: 「太陽光発電設備」を設置していますか. Below the question are two buttons: '設置している' and 'していない'. At the bottom, there are three navigation buttons: '前へ', '一覧表示する', and '次へ' (which is highlighted with a red circle). The footer contains the same copyright information as the previous screen.

機器の使い方の質問②

使い方の質問 (3問目)

eco うちエコ診断 自己診断用

ログイン メニュー

光熱費の質問 > 平均比較 > **使い方の質問** > 対策の選択

機器の使い方の質問

3問目 (8問中)

全員のシャワー時間(夏以外)

夏以外の季節で、「家族全員でシャワーを使う時間」は、1日何分くらいですか。平均的には1人につき5分程度です。

使わない	5分/日	10分/日	15分/日
20分/日	30分/日	40分/日	50分/日
60分/日	80分/日	100分/日	120分/日

詳細 分/日

◀前へ 一覧表示する **次へ▶**

(c) 2025 環境省 [バグ報告] 自己診断用：他の人を診断できません

使い方の質問 (4問目)

eco うちエコ診断 自己診断用

ログイン メニュー

光熱費の質問 > 平均比較 > **使い方の質問** > 対策の選択

機器の使い方の質問

4問目 (8問中)

主に使う暖房器具

部屋を暖めるために最もよく使う「暖房器具」は何ですか。

使わない	エアコン	電気蓄熱暖房	電気ストーブ
ガスファンヒーター・ストーブ	灯油ファンヒーター・ストーブ	薪・ペレットストーブ	ガス床暖房
灯油床暖房	電気床暖房	こたつ	電気カーペット
セントラルヒーティング			

◀前へ 一覧表示する **次へ▶**

(c) 2025 環境省 [バグ報告] 自己診断用：他の人を診断できません

機器の使い方の質問③

使い方の質問 (5問目)

eco うちエコ診断 自己診断用 ログイン メニュー

光熱費の質問 > 平均比較 > **使い方の質問** > 対策の選択

機器の使い方の質問

5問目 (8問中)

家を暖房する範囲

よく「暖房をする範囲」は、家全体のどのくらいになりますか。

部屋の暖房をしない 1部屋のみ 2部屋 3部屋 4部屋以上

◀前へ 一覧表示する **次へ▶**

(c) 2025 環境省 [バグ報告] 自己診断用：他の人を診断できません

使い方の質問 (6問目)

eco うちエコ診断 自己診断用 ログイン メニュー

光熱費の質問 > 平均比較 > **使い方の質問** > 対策の選択

機器の使い方の質問

6問目 (8問中)

冷蔵庫の使用年数

冷蔵庫の「使用年数」はどのくらいですか

持っていない 1年未満 2~3年 4~5年 6~7年 8~10年 11~15年 16~20年 20年以上

詳細 年 設定する

◀前へ 一覧表示する **次へ▶**

(c) 2025 環境省 [バグ報告] 自己診断用：他の人を診断できません

機器の使い方の質問④

使い方の質問 (7問目)

eco うちエコ診断 自己診断用 ログイン メニュー

光熱費の質問 > 平均比較 > **使い方の質問** > 対策の選択

機器の使い方の質問

7問目 (8問中)

車の燃費



主に使っている車の「燃費」はどのくらいですか

6km/L以下 7-9km/L 10-12km/L 13-15km/L
16-20km/L 21-26km/L 27-35km/L 36-50km/L
50km/L以上 電費 8km/kWh 車を使わない

詳細 km/L 設定する

◀前へ 一覧表示する **次へ▶**

(c) 2025 環境省 [バグ報告] 自己診断用：他の人を診断できません

使い方の質問 (8問目)

eco うちエコ診断 自己診断用 ログイン メニュー

光熱費の質問 > 平均比較 > **使い方の質問** > 対策の選択

機器の使い方の質問

8問目 (8問中)

温暖化対策で重視すること



お金をかけずに簡単に取組めることが重要ですか、それとも多少費用をかけても元が取れて大きく削減できる取組みが大切ですか？

すぐ簡単に取り組める どちらも重要 長期的にお得になる

◀前へ 一覧表示する **次へ▶**

(c) 2025 環境省 [バグ報告] 自己診断用：他の人を診断できません

入力内容の確認②

確認画面

eco うちエコ診断 自己診断用

ログイン メニュー

光熱費の質問 平均比較 使用方の質問 対策の選択

機器の使用方の質問

機器の使用方質問一覧

以下の回答がされています。ここで回答を変えることができます。

1)家の建て方
戸建て

2)太陽光発電設備の設置
していない

3)全員のシャワー時間(夏以外)
5分/日
詳細 5分/日

4)主に使う暖房器具
エアコン

5)家を暖房する範囲
2部屋

6)冷蔵庫の使用年数
11~15年

7)車の燃費
16-20km/L
詳細 18 km/L

8)温暖化対策で重視すること

機器の使用方の記入ありがとうございます。おすすめの対策がまとまりました。

▶ おすすめの対策を見る

🏠 トップ画面に戻る

(c) 2025 環境省 [バグ報告] 自己診断用：他の人を診断できません

8問目まで回答すると確認画面が表示されます。入力内容を確認し、【▶ おすすめの対策を見る】ボタンをクリックして、次のページに進んでください。

おすすめの対策の提案

回答内容を基に提案された8つの対策から、ご家庭で取り組みそうな対策を選択してください(複数選択可)。

おすすめの対策画面

eco うちエコ診断
自己診断用

光熱費の質 平均比較 使い方の質 対策の選択

おすすめの対策(簡易) 太陽光含む 車含む

おすすめの対策を並べました。取組みそうな対策に「取組みたい」ボタンを押してください。いくつでも大丈夫です。

対策(詳細)	年削減	取組みたい
1 省エネ型冷蔵庫にする	258kg 4,886円	取組みたい
2 不在部屋の照明を消す	69kg 3,961円	取組みたい
3 エコジョーズに買換える	225kg 17,096円	取組みたい
4 暖かく過ごす工夫をする	57kg 3,286円	取組みたい
5 節水シャワーヘッドを使う	99kg 9,191円	取組みたい
6 冷蔵庫の設定を弱くする	69kg 3,966円	取組みたい
7 エコキュートに買換える	538kg 41,519円	取組みたい
8 エコドライブに心がける	13kg 960円	取組みたい

? 一覧表・図について

おすすめの対策画面 (取組選択後)

対策(詳細) 年削減

1 省エネ型冷蔵庫にする	166kg 9,575円	取組みたい
2 不在部屋の照明を消す	44kg 2,548円	取組みたい
3 エコジョーズに買換える	148kg 11,219円	取組みたい
4 暖かく過ごす工夫をする	37kg 2,114円	取組みたい
5 節水シャワーヘッドを使う	65kg 6,664円	取組みたい
6 エコドライブに心がける	13kg 960円	取組みたい
7 冷蔵庫の設定を弱くする	44kg 2,551円	取組みたい
8 エコキュートに買換える	353kg 19,203円	取組みたい

? 一覧表・図について

ありがとうございます。これでければ、「結果を表示する」ボタンを押してください。

なお、少ない質問で推計したため、あなたの家庭に合わない対策もあったかもしれません。もっと詳しく診断したい方は、事前調査票 に進んでください。

表示: 簡易表示 + もっと表示する

結果を表示する

取組を選択したら、画面下部に表示される【結果を表示する】ボタンをクリックしてください。

診断結果

診断結果(取組による削減効果)が表示されます。さらに詳しい結果を知りたい場合は、画面右上にある【メニュー】ボタンをクリックして知りたい情報をクリックしてください。

診断結果画面

eco うちエコ診断
自己診断用 ログイン メニュー

うちエコ診断ありがとうございました

これで診断は終了です。ありがとうございました。
選んだ対策は、地球のみらいのためだけでなく、あなたの生活も豊かにします。ぜひ実行に移してみてください。

あなたの省エネにつながっている点(良い点)

全員のシャワー時間(夏以外) : 5分/日

「取組みたい」と選択した対策

対策名	年CO2削減	年光熱費削減
部屋を出るときに照明を消す	44kg	2,548円
節水シャワーヘッドを取り付けて利用する	65kg	6,664円
冷蔵庫の設定を弱くする	44kg	2,551円
合計	154kg	11,762円

合計で、年間に**CO2を154kg削減**でき、**光熱費が11,762円安**くなります。

戻って選択しなおす

診断結果を活用するために

印刷できます
今回の結果を印刷して残すことができます。
レポートを印刷する

保存できます

メニュー画面

自己診断用 ログイン

簡易表示 全機能表示
全機能表示にすることで診断結果など全項目が表示されます

うちエコ診断とは?

グループ診断
グループ診断について

診断結果
主な原因(内訳)
削減目標の設定
対策一覧表
結果レポートグラフ

うちエコ診断について お問い合わせ
プライバシーポリシー

【参考】スクリーンショットの撮り方

「令和7年度スマートハウス普及促進事業補助金」申請のための添付書類として診断結果を活用される場合は、以下の方法を参考に作成をお願いします。

前ページの診断結果ページを表示させ、「あなたの省エネにつながっている点(良い点)」欄以降の画面をスクリーンショットしてください。(映る範囲で結構です)

診断結果画面

eco うちエコ診断
自己診断用

ログイン メニュー

うちエコ診断ありがとうございました

これで診断は終了です。ありがとうございます。選んだ対策は、地球のみらいのためだけでなく、あなたの生活も豊かにします。ぜひ実行に移してみてください。

あなたの省エネにつながっている点(良い点)

全員のシャワー時間(夏以外) : 5分/日

「取組みたい」と選択した対策

対策名	年CO2削減	年光熱費削減
部屋を出るときに照明を消す	44kg	2,548円
節水シャワーヘッドを取り付けて利用する	65kg	6,664円
冷蔵庫の設定を弱くする	44kg	2,551円
合計	154kg	11,762円

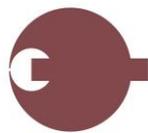
合計で、年間にCO2を154kg削減でき、光熱費が11,762円安くなります。

戻る 戻って選択しなおす

※スクリーンショットの方法は、お使いの携帯機種等によって異なります。各メーカーへお問い合わせください。

※該当画面を表示させた携帯(スマホ)を別のカメラ・携帯等で撮影したデータでも代用可能です(下図参照)。





NARA PREFECTURE

奈良県