

「大阪の電力会社おすすめ 15 選」選定・評価基準書

発行日：2026 年 7 月 1 日

発行元：モンスターメディア編集部

1. 本ランキングの目的と基本方針

本評価は、大阪（関西電力エリア）で電力会社の乗り換えを検討している利用者が、数多く存在する新電力の中から、客観的な事実に基づいて最も納得でき、安心して申し込める選択ができるよう支援することを目的としています。

広告費の多寡やアフィリエイト報酬による恣意的な順位操作を排除し、以下の評価項目に基づいた関西電力（従量電灯 A）との比較シミュレーションによる定量的なスコアリングによって順位を決定しています。

なお、関西電力エリアでは関西電力の従量電灯 A が比較的競争力のある料金水準であるため、新電力へ乗り換えれば必ず安くなるとは限りません。そのため、使用量や生活スタイルごとの向き不向きを踏まえて評価しています。

2. 評価項目とスコアリング方針

電力会社選びにおいて重要となる 5 つの大項目を設定し、厳格な審査を行っています。各項目は「5 点（最高水準）」「4 点（良好）」「3 点（標準水準）」「2 点（やや低評価）」「1 点（最低水準）」で絶対評価を行い、その平均点による総合スコア（5 点満点）および総合点（100 点満点）を算出しています。

総合点は、各評価項目の 5 点満点スコアに配点比重（各 20%）を掛け合わせて算出します。5 項目すべてが 5 点の場合は 100 点、平均 4 点の場合は 80 点となるため、星評価はこの 100 点換算後の総合点に対して付与しています。

【総合点・星評価の判定基準】

- 70 点以上：★★★★★
- 60～69 点：★★★★☆
- 50～59 点：★★★☆☆
- 40～49 点：★★☆☆☆
- 40 点未満：★☆☆☆☆

【総合評価の配点比重】

評価大項目	配点比重	評価内容
一人暮らしの安さ	20%	関西電力（従量電灯 A）を基準とし、160kWh 想定時の実質総額の安さを評価。
二人暮らしの安さ	20%	関西電力（従量電灯 A）を基準とし、280kWh 想定時の実質総額の安さを評価。
ファミリーの安さ	20%	関西電力（従量電灯 A）を基準とし、400kWh 想定時の実質総額の安さを評価。

料金安定性	20%	燃料費調整額・電源調達調整費の明確さ、上限の有無、市場連動型による料金変動リスクの低さを評価。
契約・特典	20%	解約金の有無、ガス等とのセット割、ポイント還元、キャンペーンの充実度を評価。

3. スコアリング詳細基準

① 料金の安さ（一人暮らし・二人暮らし・ファミリー共通）（ウェイト：各 20%）

関西電力（従量電灯 A）の各条件での月額料金を基準（0%）とし、差額率で判定しています。関西電力エリアでは東京電力エリアのような 30A・40A・50A のアンペア別基本料金ではないため、160kWh・280kWh・400kWh を想定して比較しています。

小項目	5点（最高）	4点（良好）	3点（標準）	2点（やや低評価）	1点（最低）
関西電力比の安さ	関西電力より 4.0%以上安い	関西電力より 2.0～3.9%安い	関西電力より 0.1～1.9%安い	関西電力と同等～2.4%高い	関西電力より 2.5%以上高い・試算不可

② 料金安定性（ウェイト：20%）

小項目	5点（最高）	4点（良好）	3点（標準）	2点（やや低評価）	1点（最低）
変動リスク・明確性	固定単価で大手インフラ等の基盤が強固。変動リスクが極めて低い	固定単価で比較的安定している	市場連動要素を一部含むが、標準的な変動リスク	完全な市場連動型で、ピーク時の高騰リスクが高い	調整費等が不透明でリスクが算定できない

③ 契約・特典（ウェイト：20%）

小項目	5点（最高）	4点（良好）	3点（標準）	2点（やや低評価）	1点（最低）
契約条件・特典	違約金 0 円で、強力なセット割や高還元・大型キャンペーンあり	違約金 0 円で、標準的なセット割やポイント還元あり	違約金 0 円で乗り換えやすいが、目立った特典はない	解約金や契約期間の縛りがあり、特典も限定的	長期の縛りや高額な違約金が存在する

4. 最終評価結果（上位 15 社）

なお、関西電力（従量電灯 A）は本ランキングにおける各社の比較基準（基準値）であると同時に、「無理に乗り換えしない」という選択肢としても有力なため、8 位として掲載しています。関西電力は規制料金として燃料費調整額に上限があり、使用量が少ない家庭や料金の安定性を重視する家庭にとっては、新電力に乗り換えずそのまま使い続ける価値があります。

また、8 位以降は「すべての家庭で無条件に安い」会社ではなく、特定の使い方・契約条件・属性に当てはまる人にとって有力な選択肢を、その対象者にとっての適性で評価しています。たとえば、10 位の eo でんきは「eo 光（光回線）の契約者」に限り申し込める前提での評価、13 位のリボンエナジーは「太陽光発電+蓄電池を備え、市場価格の安い昼間に自家消費できる家庭」を対象とした評価です。各社の対象条件は欄内に明記しています。自分の家庭がその条件に当てはまるかを確認したうえで検討してください。

掲載順位	サービス名	総合点・星評価	評価コメント
------	-------	---------	--------

1	TERASEL でんき	90点／★★★★★ 5点換算：4.5 (一人暮らし 4.5/二人暮らし 4.3 /ファミリー4.5/安定性 4.0/特典 5.0)	関西電力より安くなりやすい使用量帯が広く、少量使用からファミリーまで料金が安くなりやすい。セット割を選ぶよりも安価になりやすく特典とポイント還元もありトータルで使いやすい。
2	ENEOS でんき	86点／★★★★★ 5点換算：4.3 (一人暮らし 4.0/二人暮らし 4.3 /ファミリー4.3/安定性 4.5/特典 4.0)	料金の安さと大手の安心感を両立しやすい。極端な割安感よりも、わかりやすさと安定性を重視する人向け。
3	シン・エナジー	82点／★★★★★ 5点換算：4.1 (一人暮らし 4.1/二人暮らし 4.0 /ファミリー4.2/安定性 4.0/特典 4.0)	使用量が多い家庭で料金メリットを出しやすく、生活スタイルに合わせたプランを選びやすい。一人暮らしからファミリーまで使いやすい候補として評価。
4	オクトパスエナジー	76点／★★★★★ 5点換算：3.8 (一人暮らし 3.2/二人暮らし 4.1 /ファミリー4.0/安定性 3.6/特典 4.0)	使用量によって安くなる余地があり、再エネ志向や使いやすさを重視する人にも向いている。オール電化向けプランも使いやすい。
5	大阪ガスの電気	76点／★★★★★ 5点換算：3.8 (一人暮らし 3.0/二人暮らし 3.0 /ファミリー4.1/安定性 5.0/特典 4.0)	大阪ガス利用者や、電気とガスをまとめて管理したい人にとって向く。料金最安というよりセット利用時の利便性や支払いをまとめたい人向け。
6	idemitsu でんき	74点／★★★★★ 5点換算：3.6 (一人暮らし 3.0/二人暮らし 3.7 /ファミリー4.1/安定性 4.0/特典 3.5)	車関連特典やオール電化向けの選択肢として検討しやすい。使用環境が合えば候補に入る評価。
7	ミツウロコでんき	62点／★★★★☆ 5点換算：3.1 (一人暮らし 2.5/二人暮らし 2.8 /ファミリー3.5/安定性 3.5/特典 3.0)	少量使用では優位性が出にくい一方、市場連動型ではない料金体系で、多使用世帯では安くなる可能性あり
8	関西電力	60点／★★★★☆ 5点換算：3.0 (一人暮らし 3.0/二人暮らし 3.0 /ファミリー3.0/安定性 4.0/特典 2.0)	関西電力エリアの基準料金として比較対象に設定。少量使用や安定性重視では、乗り換ええない選択肢として重要。
9	はりま電力	58点／★★★★☆ 5点換算：2.9 (一人暮らし 2.4/二人暮らし 2.7 /ファミリー3.5/安定性 3.4/特典 2.6)	兵庫県内の子育て・シニア世帯、大家族など使用電力が多い場合の選択肢。またプロパンガス利用世帯にもメリットあり。
10	eo でんき ※eo 光契約者向け	58点／★★★★☆ 5点換算：2.9 (一人暮らし 2.5/二人暮らし 2.5 /ファミリー3.0/安定性 4.0/特典 2.3)	eo 光の契約が前提のサービス。eo 光ユーザーなら電気・ネットをまとめられ、関電よりやや割安。電気のための単独契約は不可。

11	Loopoo でんき	56点/★★★★☆☆ 5点換算：2.8 (一人暮らし 2.0/二人暮らし 2.0 /ファミリー2.5/安定性 2.5/特 典 5.0)	市場価格を理解し、使う時間帯 を工夫できる人向け。料金変動 リスクを理解したうえで検討し たい。
12	おてがるでんき	54点/★★★★☆☆ 5点換算：2.7 (一人暮らし 2.4/二人暮らし 2.5 /ファミリー3.1/安定性 2.4/特 典 3.1)	基本料金 0 円で、市場連動型の 安さを狙いたい人やオール電化 でメリットを享受できる人向 け。
13	リボンエネルギー ※太陽光 + 蓄電 池がある家庭向け	52点/★★★★☆☆ 5点換算：2.6 (太陽光 + 蓄電池保 有世帯を前提) (一人暮らし 2.0/二人暮らし 2.5 /ファミリー3.5/安定性 2.0/特 典 3.0)	基本料金 0 円の市場連動型。太 陽光 + 蓄電池で昼間に自家消費 できる家庭なら大幅に安い。設 備のない一般家庭・夜間中心 の世帯では関電より割高。
142	au でんき	50点/★★★★☆☆ 5点換算：2.5 (一人暮らし 2.4/二人暮らし 2.4 /ファミリー2.4/安定性 3.0/特 典 2.7)	基本的な料金体系は関西電力と 同等。au・UQ mobile・Ponta 利用者が、特典込みで検討した い候補。
153	ソフトバンクでんき	50点/★★★★☆☆ 5点換算：2.5 (一人暮らし 2.4/二人暮らし 2.4 /ファミリー2.4/安定性 3.0/特 典 2.7)	基本的な料金体系は関西電力と 同等。ソフトバンク・ワイモバ イル利用者が、通信系特典込み で検討したい候補。

5. 免責事項

- 本評価基準およびシミュレーション数値（基準値）は、当編集部が独自に算定・設定したものであり、各通信事業者・電力会社の公式見解ではありません。
- 電気料金は、燃料費調整額や再エネ賦課金、市場価格の変動により毎月異なります。本ランキングの順位や差額は特定の条件下における目安であり、実際の請求額を保証するものではありません。
- キャッシュバックやキャンペーン内容は記事執筆・更新時点のものであり、予告なく変更または終了する場合があります。ご契約の際は、必ず各社の公式サイトにて最新の料金表および適用条件をご確認ください。