



# สื่อประชาสัมพันธ์เทศบาลตำบลดอยฮาง

## เราช่วยลดก๊าซเรือนกระจกในชีวิตประจำวันได้อย่างไร

เราทุกคนล้วนมีส่วนในการเพิ่มขึ้นของปริมาณก๊าซเรือนกระจกแต่เราสามารถลดและสร้างการเปลี่ยนแปลง ส่งผลให้โลกใบนี้ดีขึ้นได้ เพียงแค่เราปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบางอย่างในชีวิตประจำวันของเรา โดยมีวิธีง่ายๆ มาแนะนำ ดังนี้

### เราช่วยลดก๊าซเรือนกระจกในชีวิตประจำวันได้อย่างไร



เราทุกคนล้วนมีส่วนในการเพิ่มขึ้นของปริมาณก๊าซเรือนกระจก แต่เราสามารถลดและสร้างการเปลี่ยนแปลงส่งผลให้โลกใบนี้ดีขึ้นได้ เพียงแค่เราปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบางอย่างในชีวิตประจำวันของเรา โดยมีวิธีง่ายๆ มาแนะนำ ดังนี้

**1**  
บริโภคอย่างพอเพียง

เลือกซื้อวัตถุดิบ ปริมาณที่พอเหมาะ

ไม่กินทิ้งกินขว้าง

**2**  
ลดการเกิดขยะ

พกภาชนะส่วนตัว

งดการใช้โฟม

ลดการใช้พลาสติก

แยกขยะเพื่อรีไซเคิล

**3**  
ประหยัดพลังงาน

ปิดเครื่องใช้ไฟฟ้า เมื่อไม่ใช้งาน

เลือกเครื่องใช้ไฟฟ้า ที่ประหยัดพลังงาน

วางแผนก่อนเดินทาง ทางเดียวกันไปด้วยกัน หรือใช้ระบบขนส่งสาธารณะ

**4**  
ใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่า

ใช้น้ำอย่างประหยัด

เลือกใช้สิ่งของ ที่นำกลับมาใช้ใหม่ได้

เลือกซื้อผลิตภัณฑ์ ที่ใส่ใจสิ่งแวดล้อม

เลือกใช้ผลิตภัณฑ์ ที่ซื้อเต็มใหม่ได้



อ่านบทความเพิ่มเติมได้ที่ : [www.carethebear.com/article/detail/21](http://www.carethebear.com/article/detail/21)



## 1. บริโภคอย่างพอเพียง

- เลือกซื้อและวางแผนในการทำอาหารหรือสั่งในปริมาณที่เหมาะสมต่อจำนวนคน ลดขยะเศษอาหารที่ต้องเหลือทิ้ง

## 2. ลดการเกิดขยะ และหาทางใช้ให้ถึงที่สุด

- พกถุงผ้า กล่องข้าว กระจกน้ำ ข้อนส้อม หลอดส่วนตัวไปด้วยทุกครั้ง ช่วยลดปริมาณขยะที่จะเกิดขึ้นจากบรรจุภัณฑ์ที่ใช้ครั้งเดียวทิ้ง (Single Used)

- แยกขยะที่เกิดขึ้นในบ้าน ช่วยให้ขยะเหล่านี้ได้เข้าสู่กระบวนการรีไซเคิล

- งดการใช้โฟม เพราะโฟมก่อให้เกิดผลกระทบต่อสิ่งมีชีวิตและสิ่งแวดล้อม

## 3. ช่วยกันประหยัดพลังงานในชีวิตประจำวัน

- ลดการใช้พลังงานไฟฟ้าในบ้าน ด้วยการปิดเครื่องใช้ไฟฟ้า หรือ ดึงปลั๊กออกเมื่อไม่ใช้งาน

- เปิดหน้าต่างและผ้าม่าน เพื่อใช้ประโยชน์จากแสงธรรมชาติ และถ่ายเทอากาศในบ้าน และอาจลดชั่วโมงการใช้แอร์โดยหันมาใช้พัดลมแทน

- เลือกใช้อุปกรณ์และเครื่องใช้ไฟฟ้าที่มีสัญลักษณ์ประหยัดไฟเบอร์ 5 และหลอด LED

- วางแผนและตรวจสอบเส้นทางก่อนออกเดินทาง หากไปทางเดียวกันควรไปด้วยกัน และหากมีโอกาสอาจเลือกใช้ระบบขนส่งสาธารณะ ระยะทางไม่ไกลก็หันมาใช้จักรยาน หรือ เดิน

## 4. ใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่า

- เลือกซื้อผลิตภัณฑ์ หรือใช้บริการ ที่ใส่ใจต่อสิ่งแวดล้อม สังเกตได้จากฉลากบนสินค้า

- ใช้น้ำอย่างประหยัด ไม่เปิดทิ้งไว้

- การใช้สิ่งของ และอุปกรณ์ต่าง ๆ ให้คุ้มค่าที่สุด เช่น การใช้กระดาษให้ครบทั้ง 2 หน้า

- เลือกใช้ผลิตภัณฑ์ที่ซื้อเติมใหม่ได้ เพื่อช่วยลดปริมาณขยะบรรจุภัณฑ์

- หากสิ่งของเครื่องใช้ หรืออุปกรณ์ชำรุด ลองซ่อมแซมก่อนทิ้ง หรือปรับเปลี่ยนสร้างสรรค์ให้สามารถเป็นของใช้ในบ้านได้ต่อไป

### อ้างอิง

- องค์การบริหารจัดการก๊าซเรือนกระจก (องค์การมหาชน). (2559). ฉลาดเลือก ฉลาดใช้ ใส่ใจโลกร้อนด้วย ฉลากคาร์บอน. (พิมพ์ครั้งที่ 1).