



การใช้น้ำ

อย่างรู้คุณค่า





การใช้น้ำ

อย่างรู้คุณค่า

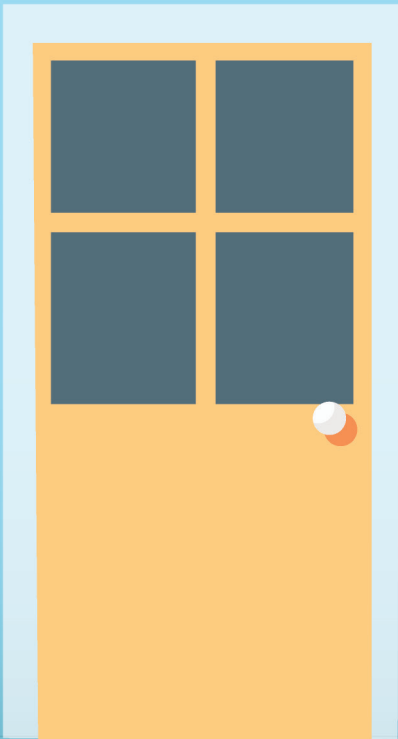


คำนำ

ปัจจุบันสภาพภูมิอากาศ มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว จากกิจกรรมต่างๆ ที่มนุษย์ทำให้เกิดขึ้น ส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งมีชีวิตและสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะเรื่อง “น้ำ” ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญต่อการดำรงชีพ นับวันจะมีปริมาณที่ลดน้อยลง สวนทางกับความต้องการใช้น้ำที่มากขึ้น หากใช้น้ำอย่างไม่รู้คุณค่าใน

อนาคตข้างหน้า เราจะต้องประสบกับภาวะขาดแคลนน้ำอย่างแน่นอน

กรมทรัพยากรน้ำจึงรวบรวมหลักการใช้น้ำอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อเป็นแนวทางในการใช้น้ำอย่างรู้คุณค่า ฝึกระมัดระวังการใช้น้ำอย่างประหยัดและเห็นความสำคัญของน้ำ เพื่อเราจะได้มีน้ำใช้ตลอดไป และหวังว่าหนังสือเล่มนี้จะเป็นประโยชน์ต่อเยาวชนและผู้ใช้น้ำโดยทั่วไป



สารบัญ

การใช้น้ำอย่างรู้คุณค่า	4
การใช้น้ำอย่างมีประสิทธิภาพ	29
วิธีการตรวจสอบท่อรั่วภายในบ้าน	31
การตรวจสอบท่อแตกใต้ผิวดิน	32



การใช้น้ำอย่างรู้คุณค่า



01. การอาบน้ำ

การอาบน้ำไม่ควรเปิดก๊อกน้ำหรือฝักบัวทิ้งไว้ตลอดเวลา ในขณะที่ถูสบู่ ควรปิดก๊อกน้ำแล้วเปิดอีกครั้งเมื่อต้องการใช้น้ำล้างสบู่ออก หลีกเลี่ยงการอาบน้ำหรือนอนแช่ในอ่างอาบน้ำ เพราะจะทำให้สิ้นเปลืองน้ำมากกว่าการอาบน้ำด้วยฝักบัวหรือใช้ขันตักอาบ ในยามขาดแคลน น้ำที่อาบแล้วสามารถนำไปใช้รดลื้มหรือล้างห้องน้ำได้ จึงควรยืนอาบน้ำในภาชนะที่สามารถเก็บน้ำได้ (การอาบน้ำฝักบัวจะใช้น้ำประมาณ 20 ลิตรต่อคน)



02. การประพรม

การประพรม ควรใช้แก้วหรือขันรองน้ำขณะประพรม และใช้น้ำเพียง 1-2 แก้วในการประพรมแต่ละครั้ง การใช้น้ำประพรมโดยตรงจากก๊อกน้ำอาจทำให้เราเปิดน้ำทิ้งไว้และเสียน้ำโดยเปล่าประโยชน์ไป 9 ลิตรต่อ 1 นาที



03. การโกนหนวด

การโกนหนวดก็เช่นเดียวกัน ถ้าใช้โฟมสำหรับโกนหนวดแล้วควรใช้ผ้าหรือกระดาษเช็ดออก การล้างน้ำยาโกนหนวดให้รอบยอดปลายงอนรอบน้ำเลยที่เดียว จะช่วยประหยัดน้ำในการโกนหนวดไปได้ครึ่งละครึ่งลัทร ส่วนการล้างมัดโกนระหว่างการโกนหนวด ควรจุ่มล้างในขันหรือแก้วแทน การเปิดก๊อกน้ำทิ้งไว้ตลอดเวลา



04. ห้องสุขา

ห้องสุขาควรแยกโถปัสสาวะกับโถอุจจาระออกจากกัน เพราะการ
ราดส้วมหลังปัสสาวะใช้น้ำน้อยกว่า ตามสถานที่ราชการ โรงเรียน หรือ
ศูนย์การค้าที่มีส้วมไว้บริการหลายๆ ห้อง โดยเฉพาะห้องสุขาหญิง
ควรแบ่งห้องส้วมเป็นสองกลุ่ม กลุ่มหนึ่งเป็นห้องสุขาสำหรับอุจจาระ
อีกกลุ่มหนึ่งเป็นห้องสุขาสำหรับปัสสาวะเพียงอย่างเดียว ห้องปัสสาวะ
ควรใช้ระบบชักโครกหรือเปลี่ยนไปใช้ชักโครกที่มี 2 ระบบ ซึ่งสามารถ
เลือกระดับน้ำที่เหมาะสมในการชำระล้างได้



05. การล้างอาหาร

การล้างอาหาร เช่น ผักสดหรือผลไม้ ควรมีภาชนะรองรับน้ำจากก๊อก ปิดก๊อกเมื่อมีปริมาณน้ำเพียงพอแล้ว ล้างอาหารในภาชนะนั้นแทนการเปิดก๊อกล้างโดยตรง เราสามารถนำน้ำที่ใช้แล้วไปรดน้ำต้นไม้ได้ เช่น คนสมัยก่อนจะใช้น้ำซาวข้าวรดต้นมะลิ เพราะจะทำให้ดอกออกงดงาม ส่วนน้ำล้างปลาล้างเนื้อก็นำไปรดต้นกุหลาบ ถ้าเป็นปุ๋ยได้ อย่างหนึ่ง



06. การล้างจานชามและภาชนะต่างๆ

การล้างจานชามและภาชนะต่างๆ ควรรวบรวมไว้ให้มีปริมาณมากพอ แล้วล้างพร้อมกันในอ่าง อย่าล้างโดยตรงจากก๊อก เพราะโดยปกติทุกๆ 1 นาที ถ้าเรารองน้ำโดยตรงจากก๊อกจะได้น้ำ 9 ลิตร ฉะนั้นอย่าปล่อยให้ น้ำไหลทิ้งไปโดยเปล่าประโยชน์ และปิดก๊อกน้ำทุกครั้งเมื่อได้ปริมาณน้ำพอใช้ในอ่างแล้ว



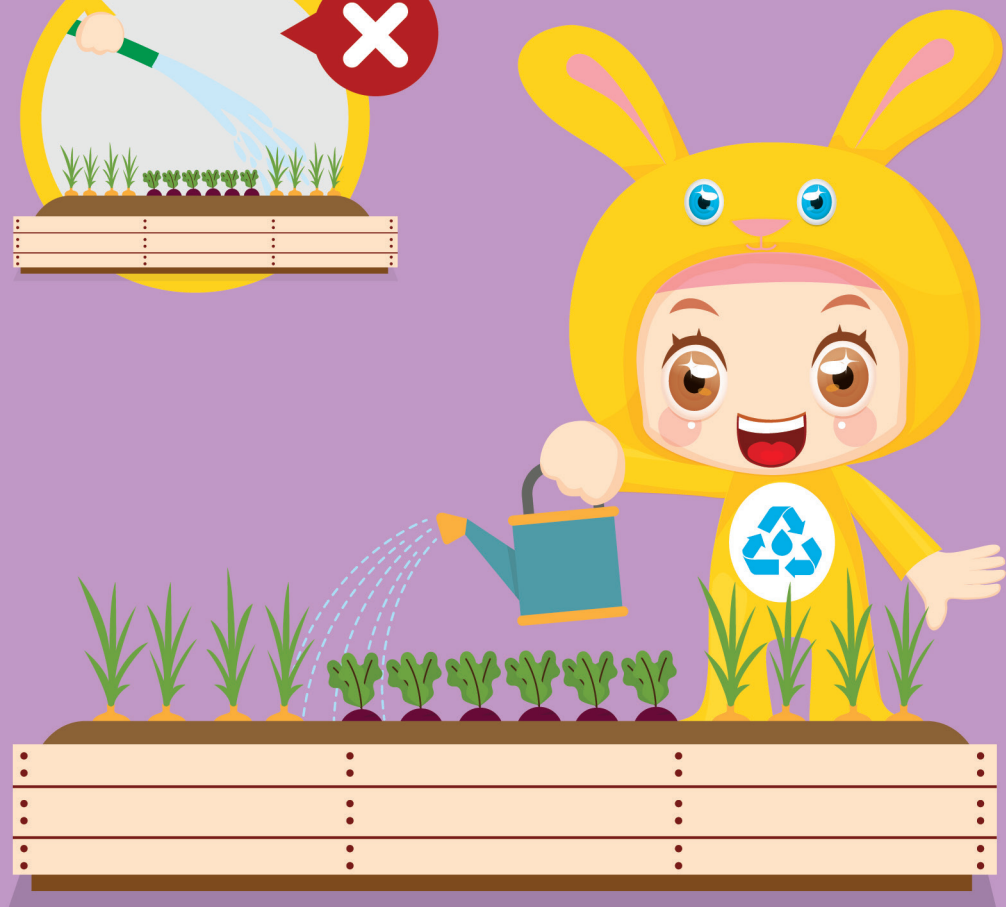
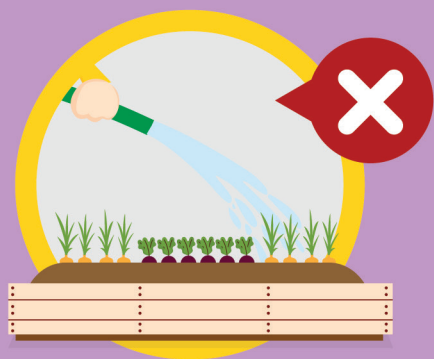
07. การใช้ดู่พื้น

การใช้ดู่พื้น ควรใช้ถังหรือภาชนะรองน้ำ ไม่ชักอุปกรณ์การเช็ดถูโดยตรงจากก๊อกน้ำ และไม่ควรใช้สายยางฉีดล้างพื้นโดยตรง เพราะจะทำให้ลื่นปัดน้ำ



08. การซักผ้า

การซักผ้า ถ้าซักผ้าด้วยมือ เมื่อน้ำเต็มอ่างหรือภาชนะรองรับแล้ว ควรปิดก๊อกน้ำ น้ำที่ใช้ซักผ้าแล้วสามารถนำไปใช้ล้างพื้นหรือรดน้ำต้นไม้ได้ เช่นกัน จะช่วยประหยัดน้ำได้ หากซักผ้าด้วยเครื่องก็ควรรวบรวมผ้า ให้พอดีกับความสามารถของเครื่องซักผ้า และควรปรับระบบควบคุมการทำงานให้พอเหมาะกับปริมาณผ้า



09. การรดน้ำต้นไม้

การรดน้ำต้นไม้ ควรตักหรือใช้น้ำจากถัง กระป๋อง หรือฝักบัว รดน้ำจะทำให้ใช้น้ำน้อยกว่าใช้สายยางต่อจากก๊อกโดยตรง เพราะไม่สามารถควบคุมปริมาณน้ำได้ ตามข้อเท็จจริงแล้วต้นไม้ส่วนใหญ่ต้องการน้ำพอๆ การให้น้ำมากเกินไปนอกจากจะเปลืองน้ำแล้วยังทำให้พื้นดิน จะแฉะแฉะอีกด้วย การเปิดที่รดน้ำอัตโนมัติควรเปิดเท่าที่จำเป็น ไม่ควร เปิดทิ้งไว้เป็นเวลานาน



10. การทำความสะอาดรถ

การทำความสะอาดรถ ควรใช้ไม้ขนไก่ หรือผ้าแห้งเช็ดฝุ่นออกก่อนแล้วใช้ผ้าชุบน้ำหมาดๆ เช็ดให้สะอาดอีกครั้ง จึงจะใช้ผ้าเช็ดให้แห้ง วิธีนี้จะช่วยประหยัดน้ำได้หลายเท่าทีเดียว เมื่อเปรียบเทียบกับการใช้สายยางฉีดล้างรถโดยตรง อย่าลืมว่าน้ำจะไหลมากถึง 9 ลิตร ต่อนาที



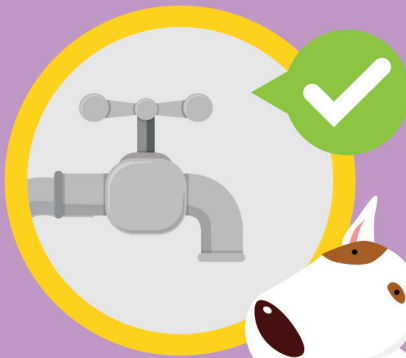
11. รongรับน้ำฝน

rongรับน้ำฝนไว้ใช้งานในบางส่วนของครัวเรือน เช่น ใช้ล้างรถ
รดน้ำต้นไม้



12. รินน้ำ

รินน้ำที่จะดื่มให้เพียงพอต่อความต้องการในแต่ละครั้ง โดยไม่เหลือทิ้ง ถ้ามีแวกมาหาที่บ้านให้เสิร์ฟน้ำแค่ 70% ของแก้ว หรือใช้แก้วใบเล็กเสิร์ฟแทน



13. ก๊อกน้ำ

ก๊อกน้ำที่มีประสิทธิภาพสามารถช่วยประหยัดน้ำได้ “30 ลบ.ม. ต่อปี”



14. ปิดก๊อกน้ำ

ปิดก๊อกน้ำทุกครั้งเมื่อเลิกใช้หรือขณะที่กำลังทำกิจกรรมต่างๆ
เช่น ขับรถ โยนขวด หรือแปรงฟัน



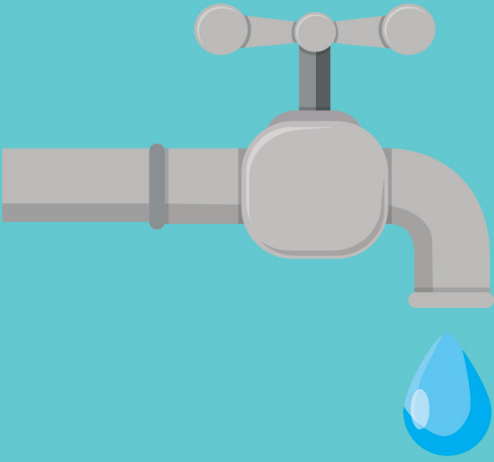
15. ซ่อมแซม

ซ่อมแซมท่อน้ำที่ชำรุด เพื่อป้องกันน้ำรั่วซึม จะช่วยประหยัดน้ำได้
10 ลบ.ม. ต่อปี



16. ซ่อมแซมชักโครก

ซ่อมแซมชักโครกไม่ให้เกิดการรั่วซึม จะช่วยประหยัดน้ำได้ 100 ลบ.ม. ต่อปี



17. ติดตั้ง Aerator

ติดตั้งอุปกรณ์ประหยัดน้ำ หรืออุปกรณ์กรองน้ำ (Aerator) ตรงหัว
ก๊อก เพื่อช่วยลดปริมาณการไหลของน้ำ



18. รักษา^๒น้ำ

รักษา^๒น้ำโดยการหลีกเลี่ยงการใช้สารเคมีที่เป็นกรดหรือด่าง
เข้มข้นในการทำมาความสะอาดห้องน้ำและพื้นผิว



19. การใช้เครื่องซักผ้า

ใช้เครื่องซักผ้าเมื่อมีปริมาณผ้าที่ต้องการซักมากพอและเหมาะสมกับสมรรถนะของเครื่องซักผ้า



20. ใช้เศษอาหาร

ใช้เศษอาหารในจานหรือบนโต๊ะด้วยผ้าแทนการใช้น้ำฉีด
จะช่วยประหยัดน้ำได้ 1 ลิตร



21. ห้ามทิ้งเศษอาหารลงทางระบายน้ำ

ไม่ควรทิ้งเศษอาหารและขยะลงในทางระบายน้ำ เพราะจะทำให้ทางระบายน้ำอุดตัน



22. กวาด

กวาดขยะมูลฝอย เศษหิน หรือฝุ่นด้วยไม้กวาด แทนการใช้
น้ำฉีด



23. เลือกลงปลูกพืช

เลือกลงปลูกพืชที่ไม่ต้องการน้ำมาก โดยศึกษารายละเอียดก่อนที่
จะซื้อหรือปลูกลงในดินนั้น



24. นำน้ำที่ผ่านการใช้แล้วกลับมาใช้ใหม่

นำน้ำที่ผ่านการใช้แล้วกลับมาใช้ใหม่ เช่น รดต้นไม้ หรือรดหญ้า
ในสนาม ควรรดน้ำในตอนเช้าหรือเย็น



25. ล้างพื้นผิว

ล้างพื้นผิวสุขภัณฑ์ต่างๆ ด้วยการเช็ดถูด้วยผ้าชุบน้ำหมาดๆ
น้ำฉีด

การใช้น้ำอย่างมีประสิทธิภาพ



1 ควรรดน้ำสนามหญ้าให้น้อยลง หรือเปลี่ยนรูปแบบของสนามใหม่ให้เป็นแบบไม่ใช้น้ำ เช่น ใช้ไม้แกละหิน แต่ต้องสนามแทนการปลูกหญ้า

2 การขุดบ่อน้ำตื้นน้ำซึม หากบ้านใดมีพื้นที่เพียงพอ ให้ขุดบ่อใกล้บริเวณที่คิดว่าจะมีน้ำซึมจากดิน เพื่อนำน้ำขึ้นมาใช้รดน้ำต้นไม้



- 3 จัดเตรียมภาชนะสำหรับ
กักเก็บน้ำไว้ใช้สำรองให้ได้
อย่างน้อย 1 วัน เพื่อ
ป้องกันกรณีเกิดวิกฤต
น้ำไม่ไหล

น้ำที่ใช้แล้ว เช่น น้ำ
สุดท้ายในการซักผ้ากลับมา
ใช้ในการถูบ้าน ล้างห้องน้ำ

4



5

สำรวจท่อน้ำภายในบ้าน ตรวจสอบ
ก๊อกน้ำ และสุขภัณฑ์ต่างๆ ให้
อยู่ในสภาพการใช้งานได้ดี
ไม่มีการรั่วซึมของน้ำ
เพื่อป้องกันการสูญเสีย
โดยเปล่าประโยชน์

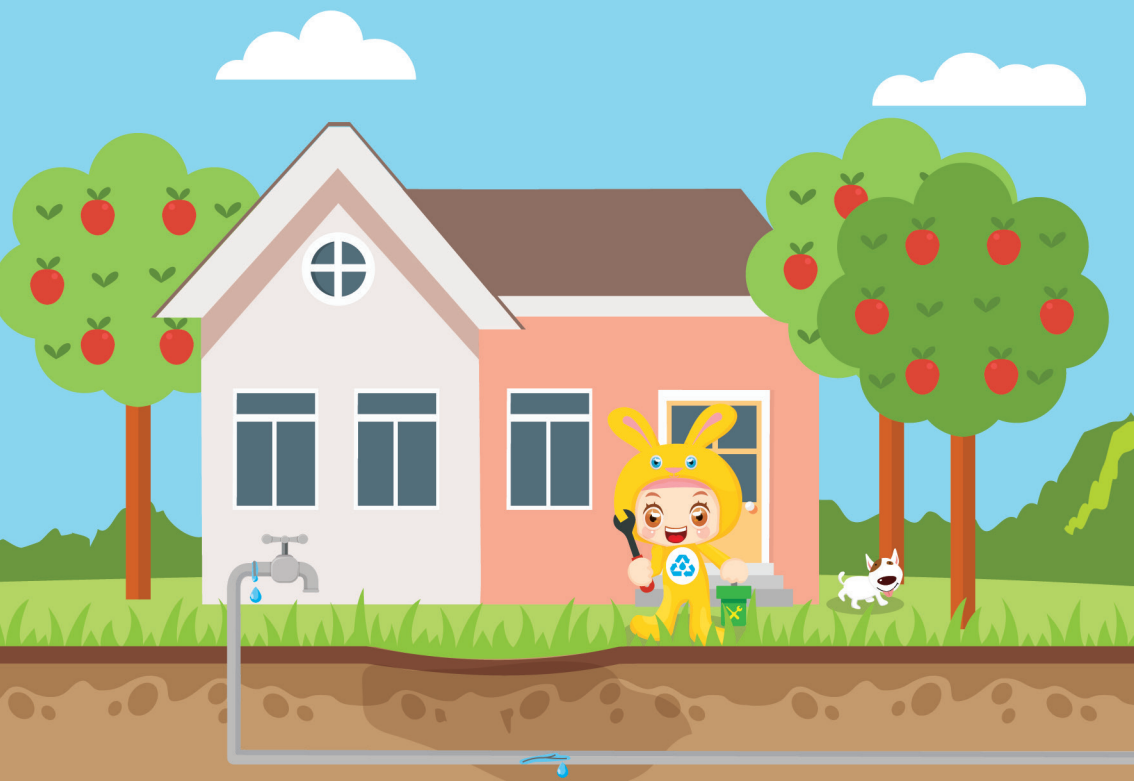
วิธีการตรวจสอบท่อรั่วภายในบ้าน

- 1 ปิดก๊อกน้ำทุกตัวภายในบ้าน
- 2 ดูตัวเลขในมาตรวัดน้ำ



- 3 สังเกตการเคลื่อนไหวของตัวเลข
- 4 ถ้าหากไม่มีท่อแตก/รั่วมาตรก็จะไม่เดินและตัวเลขก็จะอยู่คงที่ไม่เคลื่อนไหว

การตรวจสอบท่อแตกรั่วใต้ผิวดิน



1 พื้นดินในบริเวณที่มีท่อแตก
รั่วจะทรุดต่ำกว่าที่อื่น และพื้น
ดินจะเปียกตลอดเวลา

2 น้ำไหลอ่อนลงกว่าปกติ



กรใช้น้ำอย่างรู้คุณค่า

พิมพ์ครั้งที่ 5 : มิถุนายน 2562 จำนวน 10,000 เล่ม เรียบเรียงโดย สำนักส่งเสริมและประสานมวลชน

จัดทำโดย : สำนักส่งเสริมและประสานมวลชน กรมทรัพยากรน้ำ 180/3 ซอยพิบูลวัฒนา 34

ถนนพระรามที่ 6 แขวงพญาไท เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

โทรศัพท์ / โทรสาร (02) 298-6610

ข้อมูล : การประปานครหลวง



สำนักส่งเสริมและประสานมวลชน
กรมทรัพยากรน้ำ

180/3 ซอยพิบูลวัฒนา 34 ถนนพระราม 6 แขวงพญาไท
เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

โทรศัพท์ / โทรสาร (02) 298-6610

www.dwr.go.th

