ปลูกป่าลดโลกร้อน

ใหม่ หัวใจ

เยาวชนรุ่น

ลิขสิทธิ์

เยาวชนรุ่นใหม่ หัวใจ รักษ์โลก

คณะที่ปรึกษา

อ.จิราวรรณ ไหวกลับ

ภาพประกอบหน้าปก

http://tarnntarik.blogspot.com/2011/01

/blog-post_27.html

ขอขอบคุณผู้ร่วมสนับสนุน

โรงเรียนบ้านห้วยเปล้า

คำนำ

หนังสือเล่มนี้เป็นหนังสือเกี่ยวกับโลกใบกว้างๆ กับวิธีทางรักษ์โลก ซึ่งในหนังสือเล่มนี้ได้รวบรวม 50 วิธีรักษ์โลกซึ่งมาจากแหล่งต่างๆเพื่อให้เยาวชนไทยและบุคคลทั่วไป ได้ทราบถึงวิธีดูแลโลกของเรา.....

ผู้จัดทำ

เด็กหญิงทัศนีย์ ชัยวุฒิ

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
50 วิธีรักษ์โลก	1-44
ประวัติผู้จัดทำ	45

50 วิธีรักษ์โลก

1. ใช้ผ้าแทนกระดาษทิชชู่ เราใช้กระดาษทิชชู่เช็ดมือ เช็ดหน้า ปีละหลาย ล้านฟุต ซึ่งหมายถึงการโค่นต้นไม้ลงจำนวน มหาศาลช่วยกันลดการใช้กระดาษทิชชู่ ด้วยการ วางผ้าเช็ดมือไว้ใกล้อ่างล้างมือ และใช้ผ้าเช็ดโต๊ะแทนการใช้กระดาษทิชชู่เช็ด

ที่มา httpwww.oknation.netblogprint.phpid=456030

2. ใช้ถุงพลาสติก ซ้ำหลายๆ ครั้ง
ประหยัดถุงพลาสติกได้ โดยการใช้ซ้ำหลายๆ ครั้ง
หากถุงพลาสติกสกปรก ก็ให้ทำความสะอาด แล้วแขวน
ไว้ให้แห้ง เพื่อส่งกลับเข้าโรงงาน สำหรับผลิตใหม่

ที่มา httpwww.oknation.netblogprint.phpid=456030

3. แยกทิ้งเศษกระดาษ จากขยะอื่น โปรดหลีกเลี่ยงการทิ้ง เศษกระดาษ ลงในถังเดียวกับขยะอื่นๆ เพราะจะทำให้ กระดาษเปรอะเปื้อน ไขมัน และเศษอาหารจะทำให้ เศษกระดาษนั้นนำไปผลิตใหม่อีกไม่ได้

ที่มา httpnews.krabi.go.thp=743

4. กระดาษที่นำไป รีไซเคิลไม่ได้ กระดาษที่ไม่สามารถ นำไป เข้ากระบวนการผลิต ใหม่เป็น กระดาษใช้ได้อีก ได้แก่ กระดาษที่ เคลือบด้วยขี้ผึ้ง กระดาษที่เข้าเล่มด้วยกรรมวิธี โทรศัพท์ ฉีดยาสารต่างๆ ตลอดจนกระดาษที่ถูก เปรอะเปื้อนด้วยกาวชนิดที่ไม่ละลายน้ำ

ที่มา http://www.volunteerspirit.org/node/3138

5. หนังสือพิมพ์ สามารถแก้ไขปัญหาขยะกระดาษ แหล่งสร้างขยะ กระดาษที่สำคัญก็คือ หนังสือ พิมพ์ หน้าที่เป็นขยะ กระดาษโดยผู้อ่านไม่ได้อ่าน ก็คือ หน้าโฆษณาธุรกิจ ซึ่งมีอยู่ฉบับละหลายๆ หน้า ซึ่งแม้ว่าเป็นสิ่งจำเป็น สำหรับหนังสือพิมพ์ แต่ควรคำนึงว่านั่นคือ การทำลายกระดาษสะอาด และสร้างขยะกระดาษให้เกิดขึ้นจำนวนมหาศาลในแต่ละวัน

ที่มา httpwww.oknation.netblogprint.phpid=456030

6. เศษหญ้ามีประโยชน์ เศษหญ้าที่ถูกทิ้งอยู่บนสนามนั้น สามารถให้ ประโยชน์ต่อสนามหญ้าได้มาก เพราะในเศษ หญ้านั้นมีธาตุอาหาร ที่มีคุณค่าเทียบเท่ากับปุ๋ย ที่ใช้ใส่หญ้าทีเดียว

7. วิธีตัดกิ่งไม้ วิธีการตัดกิ่งก้านของต้นไม้ ไม้พุ่มใบไม้ ควรตัด ให้เป็นเศษเล็กน้อย เพื่อช่วยลด เศษขยะให้กับสวนได้ และยังช่วยให้เกิดการเน่าเปื่อยขึ้นกับเศษใบไม้นั้นเร็วขึ้นด้วย

ที่มา http://www.bloggang.com

8. ประโยชน์ของพลาสติก ช่วยถนอมอาหาร พลาสติกทุกชนิดหากถูก ไฟไหม้จะก่อให้เกิดมล พิษทางอากาศที่เป็น อันตราย ได้มีการรณรงค์ให้ เลิกใช้ พลาสติก แต่จริงๆ แล้ว พลาสติกยังคงมี ความจำเป็นต่อชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะ พลาสติก มีประโยชน์ในการถนอมอาหารให้สด อยู่ได้ เป็นเวลานานๆ

9. พลาสติกรีไซเคิล ปัจจุบันมีบริษัทกว่า 200 แห่ง ในอุตสาหกรรมการผลิต พลาสติกได้ทำการ รีไซเคิล พลาสติก จำนวน 20% จากขวดเครื่องดื่ม พลาสติกที่ทำจาก Poly - Ethylene Terephthalate หรือ PET จะถูกนำไปรีไซเคิลเป็น ด้ามเครื่องจับไฟฟ้า กระเบื้องปูพื้น เส้นใย สังเคราะห์ในหมอน ถุงนอน หรือใช้บุเสื้อแจ็คเก็ต

10. วิธีเก็บขวดแก้ว ที่ใช้แล้ว ขวดแก้วทุกชนิดที่บรรจุของเมื่อใช้แล้ว ควรทำ ความสะอาด และแยกชนิดของแก้ว และแยกสี ของแก้วด้วย

11. ใช้เศษหญ้าคลุมไม้ใหญ่ เศษหญ้าที่ตัดจากสนามและสวนนั้น สามารถนำไปคลุมต้นไม้ใหญ่ได้ การใช้เศษหญ้าปกคลุมพืช ในสวนจะช่วยในการกำจัดวัชพืชได้ เพราะเศษหญ้าได้ นอกจากนี้ เมล็ดของวัชพืชที่ร่วงหล่นก็ ไม่อาจหยั่งรากทะลุผ่านเศษใบไม้ได้ด้วย

12. ผลิตภัณฑ์อันตราย ไม่ควรทิ้งลงแม่น้ำ ผลิตภัณฑ์ที่เป็นอันตราย ได้แก่ ผลิตภัณฑ์ที่ติดไฟ น้ำมันเชื้อเพลิง น้ำยาละลายสี ผลิตภัณฑ์ที่เป็นกรด น้ำยาทำความสะอาด ผลิตภัณฑ์ที่เป็นพิษ เช่น ยากำจัดศัตรูพืช เมื่อใช้แล้วต้องมีวิธีกำจัดที่ถูกต้อง และต้องไม่ทิ้งลงแม่น้ำ

ที่มา http://rugkan.blogspot.com

13. วิธีเก็บกระป๋อง อลูมิเนียมที่ใช้แล้ว
นำกระป๋องอลูมิเนียม ที่ใช้แล้วมาบี้ให้แบน ก่อนทิ้ง
หรือขายแก่คนรับซื้อ เศษโลหะ

ที่มา https://www.thaimetaltube.com

14. น้ำสะอาดมาจาก น้ำใต้ดิน น้ำสะอาดที่เราใช้ประโยชน์ ดื่มกิน ส่วนใหญ่มา จากน้ำใต้ดิน การทิ้งขยะ บนพื้นผิวดินทำให้มีผล ถึงน้ำใต้ดิน เพราะน้ำฝนจะชะความโสโครกซึม ลงไปถึงชั้นน้ำใต้ดิน ทำให้ น้ำใต้ดินเน่าเสียและ เป็นพิษได้

15. วิธีล้างรถยนต์ ล้างรถยนต์ด้วยฟองน้ำ และใช้ถังน้ำจะใช้น้ำ เพียง 15 แกลลอน แต่ถ้าล้างด้วยสายยาง จะต้อง สูญเสียน้ำถึง 150 แกลลอน

16. ดูแลรักษารถ ด้วยการเปลี่ยน น้ำมันเครื่อง การดูแลรักษารถ จะต้องทำอย่าง สม่ำเสมอ ได้แก่ การเปลี่ยน น้ำมันเครื่อง ตามระยะเวลา ที่ระบุไว้ในคู่มือ และทุกครั้งที่เปลี่ยนถ่าย น้ำมันเครื่อง ควรเปลี่ยนไส้กรองด้วย

ที่มา http://www.priceza.com

17. เก้าอี้พลาสติก รีไซเคิล เก้าอี้พลาสติกส่วนใหญ่ ผลิตขึ้นใหม่จาก พลาสติกที่ใช้แล้ว เช่น เก้าอี้พลาสติกที่มีขนาด ความยาว 6 ฟุต นั้น ทำมาจากถังพลาสติก ที่ใช้ บรรจุนมเป็นจำนวนถึง 1,050 ใบ

ที่มา http://www.4.bp.blogspot.com

18. รักษาสิ่งแวดล้อม เริ่มต้นที่ใกล้ตัว ในการอนุรักษ์ สิ่งแวดล้อมนั้น เราไม่จำเป็นต้อง เดินทาง ไปจนถึงพื้นที่ป่าใหญ่ เพื่อปลูกป่า แต่เราสามารถเริ่มต้น อนุรักษ์สิ่งแวดล้อมที่ถูกทำลาย ได้ในพื้นที่ ใกล้บ้านเราเอง

ที่มา https://www.news.kku.ac.th

19. น้ำมันก๊าซโซลีน เผาไหม้เกิดเป็น คาร์บอนไดออกไซด์ ทุกๆ แกลลอน ของก๊าซโซลีน ในรถยนต์ที่ถูกเผาไหม้จะทำให้เกิดก๊าซ คาร์บอนไดออกไซด์ จำนวนถึง 9000 กรัม กระจายขึ้นสู่ ชั้นบรรยากาศโลก

ที่มา http://www.rrt.co.th

20. ผลิตภัณฑ์ที่ใช้ พลังงานแสงอาทิตย์ ผลิตภัณฑ์ที่ใช้ พลังงานแสงอาทิตย์ ที่แพร่หลาย มากที่สุด คือ เครื่องคิดเลขที่ใช้พลังงานแสงอาทิตย์ ซึ่งในแต่ละปี ผลิตออกจำหน่ายถึงกว่า 2,000,000 เครื่อง

ที่มา http://www.eastern-energy.net

21. ผักปลอดสารพิษ เมื่อใดก็ตามที่ได้ลงมือทำสวนครัวด้วยตนเอง เมื่อนั้นเราจึงจะเชื่อมั่นได้อย่างแน่นอนว่าเรากำลังมีโอกาสได้กินพืชผักที่ปลอดจากยาฆ่าแมลงแล้วจริง ๆ

ที่มา http://www.oknation.net

22. ควรรีดผ้าครั้งละมาก ๆ แทนการรีดทีละตัว เพื่อประหยัดการใช้ไฟฟ้า

ที่มา http://www.learners.in.th

23. ดื่มน้ำบรรจุขวดให้น้อยลง

* กระบวนการผลิตขวดสำหรับการบริโภคน้ำขวดในสหรัฐฯ แต่ละปี ต้องใช้ปริมาณน้ำมันถึง 17 ล้านบาร์เรล

* การบรรจุน้ำลงขวดเหล่านี้ก่อให้เกิดก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์มากกว่า 2.5 ล้านตัน

* กว่าจะได้มาซึ่งน้ำขวด 1 ลิตร ต้องสูญเสียน้ำ 3 ลิตร ในขั้นตอนการผลิต

ที่มา https://www.tawiset.kku.ac.th

24. ใช้บัวรดน้ำต้นไม้ แทนการใช้สายยางต่อจากก๊อกน้ำโดยตรงนี่งวิธีรักษ์น้ำที่ทำได้ง่ายๆในชีวิตประจำวัน

ที่มา store.tipsiamservice.com

25.ลดการเผาป่าหญ้า ไม้ริมทุ่ง และต้นไม้ชายป่า เพื่อกำจัดวัชพืชและเปิดพื้นที่ทำการเกษตร เพราะเป็นการปล่อยคาร์บอนไดออกไซด์ออกสู่บรรยากาศจำนวนมาก นอกจากนั้นการตัดและเผาทำลายป่ายังเป็นการทำลายแหล่งกักเก็บก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ที่สำคัญ

ที่มา https://www.infoforthai.com

26.เพิ่มอ๊อกซิเจนให้กับ น้ำอย่าทิ้งขยะลงในแม่น้ำ พบเห็นโรงงานปล่อยของเสียลงในแม่น้ำ ต้องแจ้งให้เจ้าหน้าที่ให้ทราบ เพื่อจะได้ดำเนินการเอาผิดกับโรงงานนั้น ๆ ต่อไป

ที่มา https://hilight.kapook.com

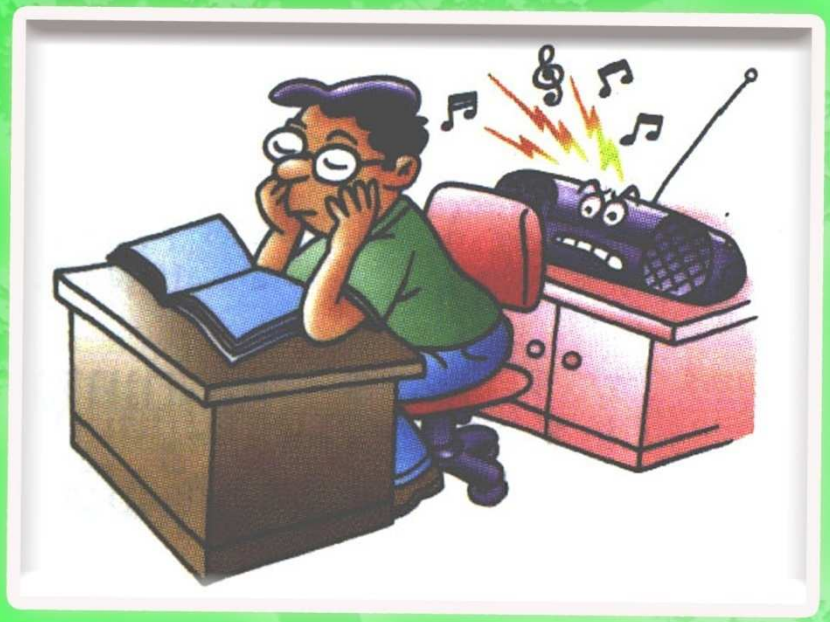
27. รักษาพันธุ์สัตว์ป่าอย่าซื้อ ขายสัตว์ป่า สอดส่องผู้กระทำผิด และทารุณสัตว์ป่า

ที่มา https://www.wcsthailand.org

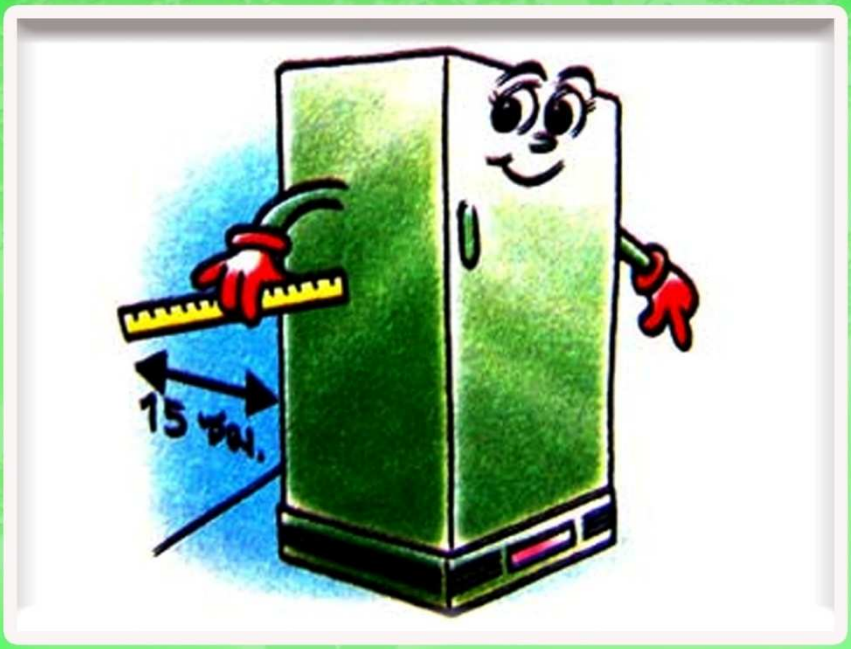
28. ไปซื้อของหรือไปธุระใกล้บ้านหรือใกล้ๆ ที่ทำงาน อาจจะเดินหรือใช้จักรยานบ้าง ไม่จำเป็นต้องใช้รถยนต์ทุกครั้ง เป็นการออกกำลังกาย และประหยัดน้ำมันด้วย

29. ปิดสวิตช์ไฟ และเครื่องใช้ไฟฟ้าทุกชนิด เมื่อเลิกใช้งาน สร้างให้เป็นนิสัยในการดับไฟทุกครั้งที่ออกจากห้อง

30. เลิกเปิดวิทยุเพียงเพื่อเป็นเพื่อนโดยไม่ได้สนใจฟัง
เลิกเปิดวิทยุคู่กับการเปิดดูโทรทัศน์
เลิกเสียบปลั๊กไว้เพื่อใช้ดูเวลา หากมีนาฬิกาอื่นๆ
ใช้ดูเวลาอยู่แล้ว
เลิกปิดเครื่องโดยใช้รีโมทคอนโทรล ให้ปิดจากสวิตช์
ที่เครื่องแทน

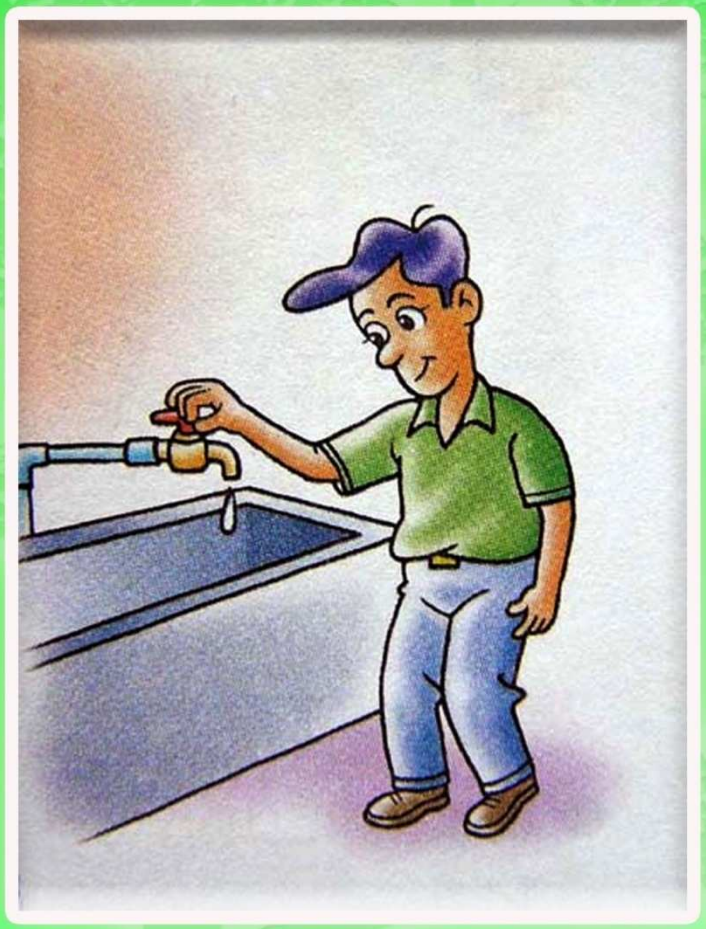


31. ตั้งตู้เย็นไว้ในที่อากาศถ่ายเทสะดวก และอยู่ห่างจาก ฝาผนังอย่างน้อย 15 เซนติเมตร เพื่อให้ระบาย ความร้อนได้ดี สามารถประหยัดไฟฟ้าได้ร้อยละ 39 ตั้งสวิตช์ควบคุมอุณหภูมิ



ที่มา http://www.vcharkarn.com

32. ใช้น้ำอย่างประหยัดหมั่นตรวจสอบการรั่วไหลของน้ำ เพื่อลดการสูญเสียน้ำอย่างเปล่าประโยชน์ ไม่ควรปล่อยให้น้ำไหลตลอดเวลาตอนล้างหน้า แปรงฟัน โกนหนวด และถูสบู่ตอนอาบน้ำ เพราะจะสูญน้ำไปโดยเปล่าประโยชน์ นาทีละหลายๆ ลิตร



ที่มา http://www.r-radionetwork.net

33. วิธีดูแลรักษาพรม ดูแลรักษาพรมที่ปูพื้นให้สะอาดด้วยการดูดฝุ่น อย่างสม่ำเสมอ และในการกำจัดกลิ่นพรมก็จะ ต้องใช้ผงเบกกิ้งโซดา (Baking Soda) โรยให้ทั่ว พื้นพรม แล้วทิ้งไว้ประมาณ 15 นาที จึงทำการ ดูดฝุ่น จะทำให้พรมปลอดจากกลิ่นได้. ใช้น้ำอย่างประหยัดหมั่นตรวจสอบการ

ที่มา http://www.taladdek.com

34. สารอันตราย ในถ่านอัลคาไลน์

ถ่านอัลคาไลน์เป็นถ่าน ที่ใช้ใส่กล้องถ่ายรูป ไฟ ฉาย นาฬิกา เครื่องคิดเลข ที่ใช้ได้เพียงครั้งเดียว แล้วทิ้ง จัดเป็นของเสีย ที่เป็นอันตรายได้แก่ แมงกานีส สังกะสี และปรอท

35. หลอดไฟฟ้า ฟลูออเรสเซนต์ ประหยัดไฟ หลอดไฟฟ้า ฟลูออเรสเซนต์ เป็นหลอดไฟที่สามารถประหยัดพลังงานไฟฟ้า ได้ถึง 75% และมีอายุการใช้งานยาวนานกว่าหลอด แบบขดลวดถึง 10 เท่า

ที่มา https://www.selectcon.com

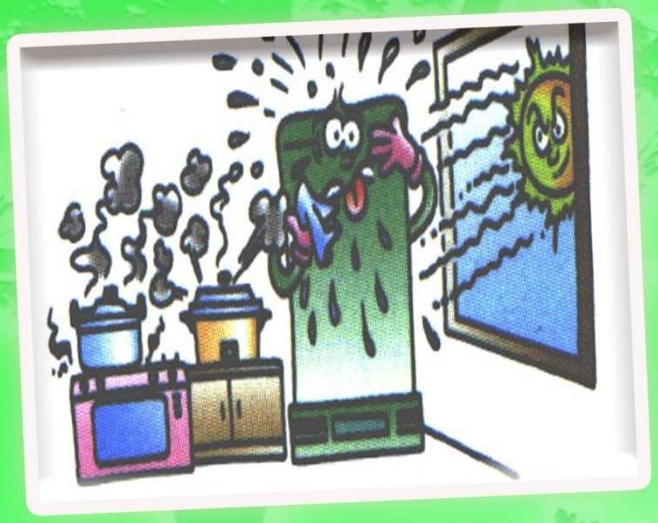
36. เตาไมโครเวฟ ประหยัดไฟกว่าเตาอบ
การใช้เตาไมโครเวฟ จะช่วยประหยัด พลังงานจากไฟฟ้า
มากกว่า เตาอบถึง 1 - 2 เท่า

ที่มา https://www.pea.co.th

37. การเติมลมยางรถ ช่วยประหยัดน้ำมัน ในการบำรุงรักษา การเติมยางรถ ที่พอดีจะช่วยในการประหยัดน้ำมันได้ การเติมลมยางรถ ถ้าเติมอ่อนเกินไป จะทำให้สิ้นเปลืองน้ำมันเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 5 ตามการหมุนรอบของวงล้อที่เพิ่มขึ้น

ที่มา http://www.transport.michelin.co.th

38. เลิกนำอาหารที่ร้อนหรือยังอุ่นแช่ในตู้เย็น ลดการเปิดตู้เย็นโดยไม่จำเป็น เพราะค่าไฟฟ้าจะเพิ่มตามจำนวนครั้งของการเปิดตู้เย็นเลิกเปิดประตูตู้เย็นค้างไว้เป็นเวลานานๆเลิกใส่ของแช่จนแน่นตู้เย็น เพราะความเย็นจะไหลเวียนไม่สะดวกอย่าตั้งตู้เย็นใกล้เตาไฟหรือหม้อหุงข้าว หรือถูกแสงอาทิตย์โดยตรง เพราะจะทำให้ตู้เย็นระบายความร้อนไม่ดี สิ้นเปลืองไฟ



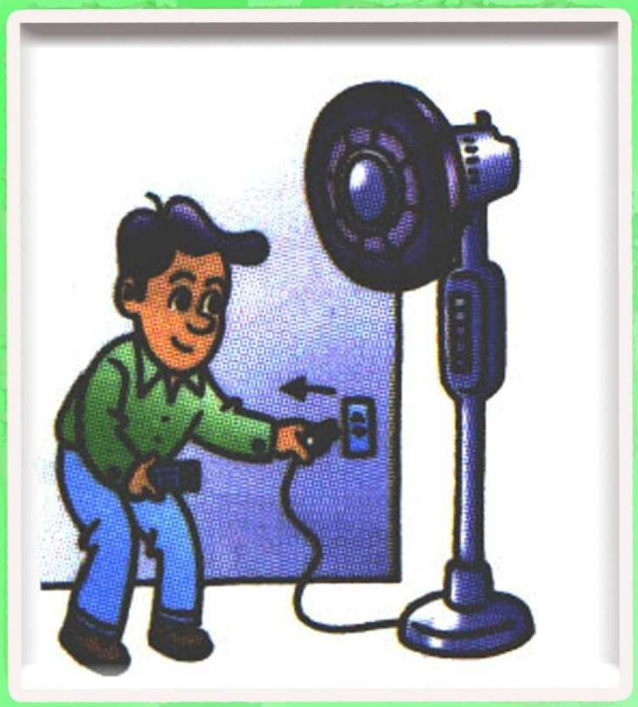
39. ไม่ตั้งตู้เย็น ไม่รีดผ้า ไม่ต้มน้ำในห้องที่มีการปรับอากาศตั้งอุณหภูมิที่ระดับร่างกายรู้สึกสบายโดยไม่ต่ำกว่า 25 องศาเซลเซียส และทุกอุณหภูมิที่เพิ่มขึ้น 1องศาเซลเซียส จาก 25 องศาเซลเซียส จะช่วยประหยัดไฟได้ร้อยละ 10 แต่ไม่ควรเกิน 28 องศาเซลเซียส

ที่มา https://www.pea.co.th

40. อย่าเปิดทิ้งไว้ เมื่อไม่ใครอยู่
เปิดหน้าต่างเพื่อใช้ลมธรรมชาติช่วยถ่ายเทอากาศในห้อง
เลิกสูบบุหรี่ในห้อง เพื่อลดการใช้พัดลมระบายอากาศ

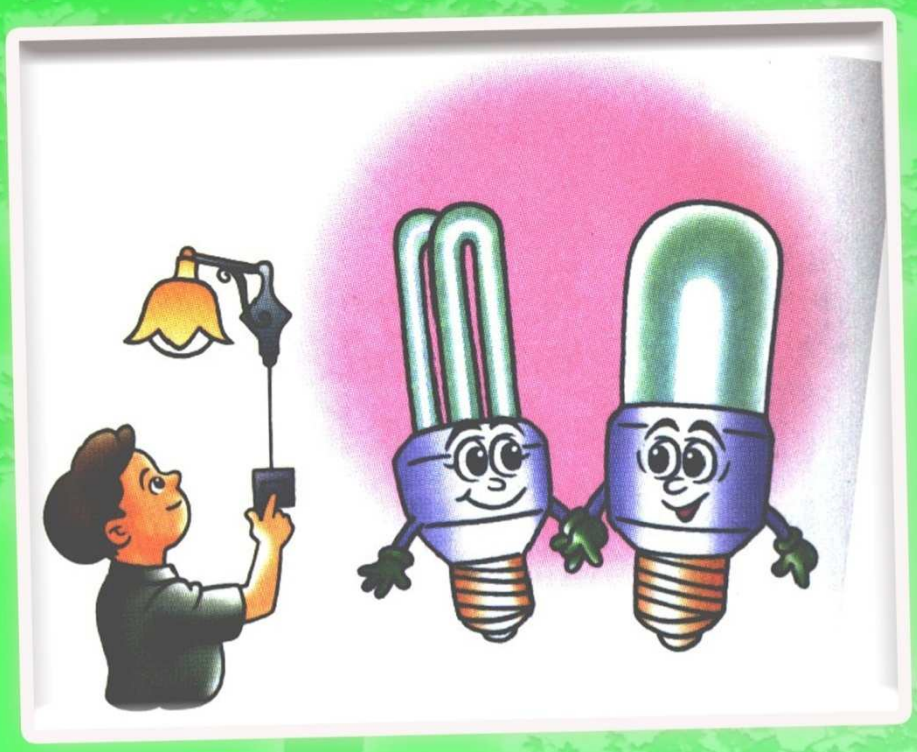
ที่มา https://www.pea.co.th

41. เลิกเปิดทิ้งไว้นานเมื่อไม่มีคนอยู่
ถ้าใช้พัดลมที่มีรีโมทคอนโทรลต้องถอดปลั๊กทันทีที่เลิกใช้
ยิ่งเปิดลมแรงขึ้น ยิ่งใช้ไฟมากขึ้น



ที่มา https://www.pea.co.th

42. ปิดหลอดไฟบางบริเวณให้เร็วกว่าที่เคยปฏิบัติ
เลิกเปิดไฟทิ้งไว้เมื่อไม่มีคนอยู่
ลดจำนวนหลอดไฟในบริเวณที่อาศัยแสงธรรมชาติได้
เลิกใช้หลอดไฟที่ไม่ได้มาตรฐาน



43. ไม่เปิดเครื่องคอมพิวเตอร์ทิ้งไว้นานๆ
เพราะทำให้สิ้นเปลืองไฟฟ้า
ถอดปลั๊กเมื่อเลิกใช้งาน
ปิดจอภาพเมื่อไม่ใช้งานนานเกินกว่า 15 นาที

ที่มา http://www.pea.co.th

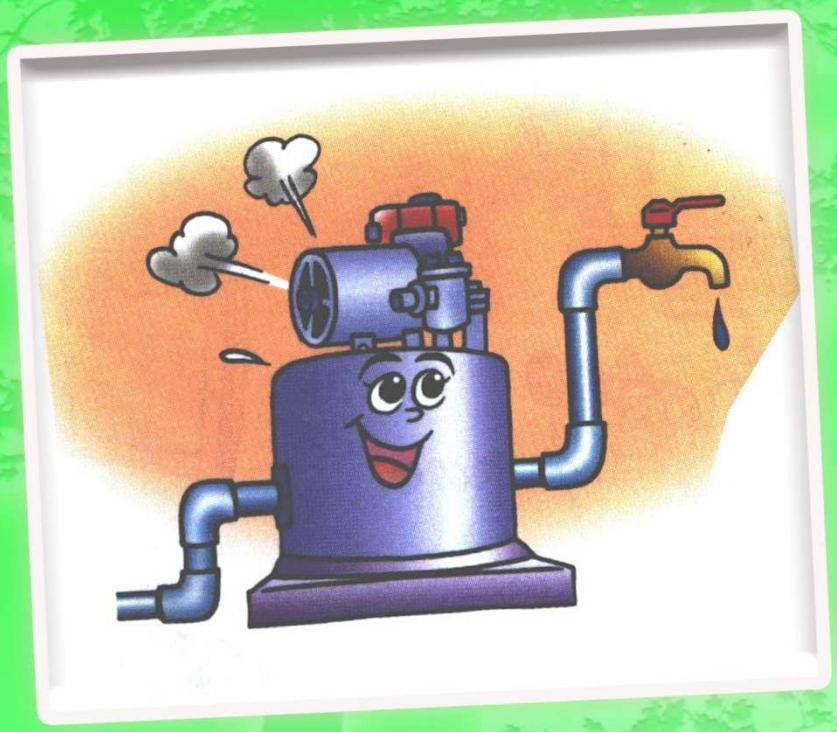
44. เมื่อใช้แล้วควรเทฝุ่นผงในถุงทิ้งทุกครั้ง
เพื่อเครื่องจะได้มีแรงดูดดีและไม่เปลืองไฟ
เลิกใช้เครื่องดูดฝุ่นกับพื้นบ้านที่ทำความสะอาดง่าย
ควรใช้ไม้กวาดและผ้าชุบน้ำถูพื้นแทน

ที่มา http://www.pea.co.th

45. ไม่เปิดเครื่องตลอดเวลาขณะฟอกสบู่อาบน้ำ หรือขณะสระผม สิ้นเปลืองทั้งน้ำและไฟฟ้า ใช้แล้วควรปิดเครื่อง อย่าเปิดสวิตซ์ทิ้งไว้จะสิ้นเปลืองไฟ

เลิกตั้งระดับความแรงของน้ำไว้ที่ระดับแรงสุด ควรตั้งไว้ที่ระดับปานกลาง

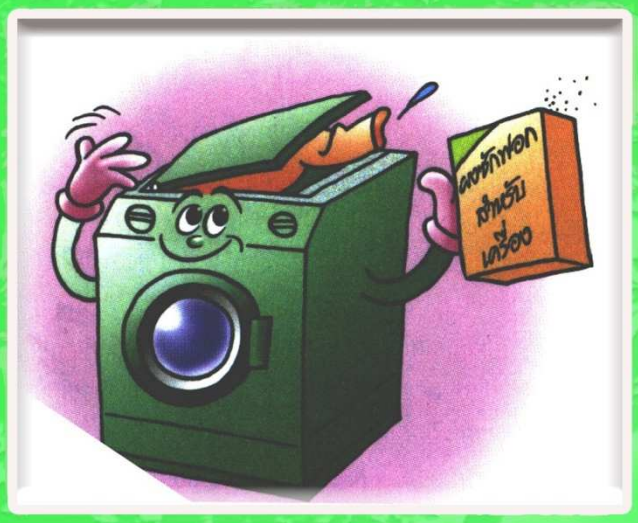
46. เลิกเปิดปั๊มทิ้งไว้เมื่อไม่อยู่บ้านหรือไม่ใช้งานนานๆ ปิดก๊อกน้ำให้สนิททุกครั้ง น้ำหยดเพียงเล็กน้อยติดต่อกันนานๆ ก็ทำให้ปั๊มน้ำเดินเครื่องได้ อย่าเปิดก๊อกน้ำไปที่ระดับแรงสุด เพราะปั๊มจะทำงานหนักและสิ้นเปลืองน้ำ



47. เลิกใส่น้ำเกินกว่าที่ต้องการใช้
อย่าเสียบปลั๊กทิ้งไว้นานก่อนการใช้งานจริง
เลิกต้มน้ำในห้องที่มีการปรับอากาศ
ถอดปลั๊กทันทีที่เลิกใช้
อย่านำน้ำเย็นไปต้มทันที

48. หุงข้าวให้พอดีกับจำนวนคน
เลิกเปิดฝาหม้อขณะที่ข้าวยังไม่สุก
ละเว้นการหุงข้าวในห้องที่มีการปรับอากาศ
เพราะทำให้เครื่องปรับอากาศทำงานหนักมากขึ้น
สิ้นเปลืองไฟ
ถอดปลั๊กออกทันทีที่เลิกใช้งาน

49. ใช้เครื่องซักผ้าก็ต่อเมื่อมีเสื้อผ้ามากพอเหมาะกับพิกัดและขนาดของเครื่อง
อย่าใช้เครื่องซักผ้าเพียงเพื่อซักผ้าไม่กี่ชิ้นเท่านั้น
ตั้งโปรแกรมที่ใช้น้ำร้อนเมื่อจำเป็นเท่านั้นเพราะใช้ไฟมาก



ที่มา https://www.pea.co.th

50. เลิกเปิดเตาอบหน้าไว้เป็นเวลานานเกินไป
เพื่อที่จะรอปรุงอาหารหรืออบอาหารดึงปลั๊กออกทันที
เมื่อเลิกใช้

ที่มา https://www.pea.co.th

ประวัติผู้จัดทำ

ชื่อ: เด็กหญิง ทัศนีย์ ชัยวุฒิ

ชื่อเล่น: นุ่น อายุ: 14 ปี

วัน เดือน ปี: 10 กุมภาพันธ์ 2540 ปีฉลู

สถานภาพ: โสด ศาสนา: พุทธ

E-Mail: love_love1026@hotmail.com

สีที่ชอบ: สีฟ้า,สีขาว

อาหารที่ชอบ: ต้มยำกุ้ง

อาชีพที่ใฝ่ฝัน: ตำรวจ

งานอดิเรก: เล่นคอมพิวเตอร์ และหาความรู้เพิ่มเติม

คติประจำใจ: ไม่มีคำว่าสายสำหรับการเริ่มต้นใหม่