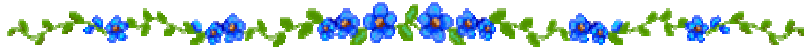


สำนักส่งเสริมและประสานมวลชน
ส่วนส่งเสริมการมีส่วนร่วม

นำเสนอ

เกร็ดความรู้...ทรัพยากรธรรมชาติ

ฉบับประจำเดือนเมษายน 2551



เรื่อง การใช้น้ำอย่างรู้ค่า...เพื่อรักษาสีงแวดล้อม ตอนที่ 3

การใช้น้ำอย่างรู้ค่า

ชุมชน หมายถึง ที่ที่มีประชาชนอาศัยอยู่ร่วมกัน มีการประกอบกิจกรรมต่างๆ เพื่อการดำรงชีพร่วมกัน มักประกอบด้วยบ้านเรือนที่อยู่อาศัย โรงเรียน ร้านค้า สถานพยาบาล โรงพยาบาล ร้านอาหาร ภัตตาคาร ศูนย์การค้า สถานเริงรมย์ โรงแรม โรงภาพยนตร์ และสถานประกอบการอื่นๆ ซึ่งการประกอบกิจกรรมของคนหรือสัตว์ที่อาศัยอยู่ในชุมชน ล้วนต้องเกี่ยวข้องกับน้ำหรืออาศัยน้ำเป็นปัจจัยหลักในการดำรงชีวิตประจำวันโดยหลีกเลี่ยงมิได้



การดำเนินกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวันของคนเรา นับตั้งแต่ลืมตาตื่นในตอนเช้าจนกระทั่งเข้านอนในตอนกลางคืนก็เกี่ยวข้องกับการใช้น้ำทั้งสิ้น ทั้งการอุปโภคบริโภค เช่น การใช้น้ำชำระล้างร่างกาย ประกอบอาหาร ซักล้างทำความสะอาด หรือเพื่อการนันทนาการ ในแต่ละวันคนเราจะใช้น้ำเฉลี่ยประมาณ 200 ลิตรต่อคน คนที่อยู่ในเมืองใหญ่มีการใช้น้ำมากกว่าคนที่อยู่ในชนบท โดยเฉพาะคนกรุงเทพฯ ใช้น้ำประมาณวันละ 450 ลิตร/คน ในขณะที่คนชนบทใช้น้ำประมาณวันละ 40 - 50 ลิตร/คน ดังนั้น ในปีหนึ่งๆ คนไทย 1 คน จะใช้น้ำปีละ 73 ลูกบาศก์เมตร คนไทย 60 ล้านคน จะใช้น้ำถึง 4,380 ล้านลูกบาศก์เมตร ซึ่งนับเป็นปริมาณมหาศาล **แต่ถ้าหากประชาชนทุกคนร่วมมือกันประหยัดน้ำ** หรือมีการใช้น้ำอย่างคุ้มค่า น้ำส่วนที่ประหยัดได้นั้นก็สามารถนำมาใช้ประโยชน์อย่างอื่นได้ ทั้งยังเป็นการสงวนรักษาให้เรา มีน้ำใช้อย่างยั่งยืนถาวรอีกด้วย



D : ฉันทรา:เกร็ดความรู้...ทรัพยากรธรรมชาติ...ฉบับประจำเดือนเมษายน 2551

.... เรื่อง การใช้น้ำอย่างรู้ค่า...เพื่อรักษาสีงแวดล้อม ตอนที่ 3

วิธีการใช้น้ำอย่างรู้ค่าในชุมชนจำแนกตามประเภทกิจกรรมต่างๆ ดังนี้

1. บ้านเรือนที่อยู่อาศัย

การใช้น้ำอย่างรู้ค่านั้นสามารถจำแนกได้ 2 แบบ คือ การประหยัดน้ำ กับ การใช้น้ำอย่างมีประสิทธิภาพ และเกิดประโยชน์สูงสุด

1.1 การประหยัดน้ำในบ้านเรือนที่อยู่อาศัย สามารถกระทำได้ ดังนี้

1) การแปรงฟัน การโกนหนวด ควรใช้ภาชนะรองน้ำทุกครั้ง ไม่เปิดน้ำใช้จากท่อโดยตรง

2) การอาบน้ำแต่ละครั้งควรปฏิบัติ ดังนี้

- อาบน้ำจากฝักบัว ไม่อาบน้ำโดยใช้อ่างอาบน้ำ
- เลือกใช้ฝักบัวอาบน้ำที่มีการกระจายน้ำไม่มาก
- ปิดน้ำทุกครั้งที่มีการถูสบู่หรือสระผม
- ควรใช้เวลาในการอาบน้ำไม่เกินกว่า 5 นาที

3) เลือกใช้สุขภัณฑ์ที่ประหยัดน้ำ เช่น ใช้ส้วมแบบราดน้ำหรือใช้โถปัสสาวะชาย และในกรณีที่เป็น

สุขภัณฑ์ชักโครกแบบเก่า ซึ่งต้องใช้น้ำปริมาณมากในการทำมาสะอาดแต่ละครั้ง (ประมาณ 12 - 15 ลิตรต่อครั้ง) ให้ใช้ขวดหรือถุงพลาสติกใส่น้ำแล้วปิดปากขวดหรือปากถุงให้แน่น นำไปใส่ไว้ในถังน้ำชักโครกเพื่อเป็นการเพิ่มระดับความสูงให้แก่น้ำในถัง

4) การซักผ้าแต่ละครั้งควรปฏิบัติ ดังนี้

- ผ้าที่ซักแต่ละครั้งต้องมีปริมาณมากพอ
- การซักผ้าด้วยมือจะต้องใช้ภาชนะรองน้ำทุกครั้ง ไม่ซักผ้า

โดยเปิดน้ำทิ้งไว้จนล้นภาชนะ

- ควรหลีกเลี่ยงการซักผ้าด้วยเครื่อง หากหลีกเลี่ยงไม่ได้ เวลา

ใช้เครื่องซักผ้าควรตั้งโปรแกรมประหยัดน้ำ

5) การทำความสะอาดด้วยขามแต่ละครั้งควรปฏิบัติ ดังนี้

- เก็บเศษอาหารออกจากถ้วยขามให้หมดก่อนล้าง
- งานขามที่ล้างแต่ละครั้งจะต้องมีปริมาณมากพอ
- ล้างงานขามในภาชนะรองรับน้ำทุกครั้ง ไม่ล้างโดยตรงจากก๊อกน้ำ
- ควรปิดน้ำทุกครั้งเมื่อน้ำเต็มภาชนะรองรับ ไม่เปิดน้ำทิ้งไว้ตลอดเวลา

6) ปิดน้ำให้สนิททุกครั้งเมื่อเลิกใช้

7) หมั่นตรวจตราท่อน้ำภายในที่พักอาศัยเป็นประจำเพื่อป้องกันการรั่วซึม

1.2 การใช้น้ำอย่างมีประสิทธิภาพและเกิดประโยชน์สูงสุด คือ การใช้น้ำปริมาณน้อยให้ได้ประโยชน์เต็มที่ ด้วยการนำน้ำที่ใช้ในกิจกรรมประเภทหนึ่งแล้วมาใช้ต่อในกิจกรรมอื่นๆ เป็นต้นว่า

- 1) **น้ำสุดท้ายจากการซักผ้าหรือล้างจาน** สามารถนำมาใช้ถูพื้นหรือรดน้ำต้นไม้ได้
- 2) **น้ำซาวข้าว** สามารถนำมาใช้รดน้ำต้นไม้หรือนำมาล้างถ้วยชามในน้ำแรก ซึ่งน้ำซาวข้าวนี้สามารถชำระล้างคราบไขมันได้ดีพอควร



- 3) **น้ำล้างผักหรือล้างเนื้อสัตว์** จากห้องครัวสามารถนำมารดน้ำต้นไม้ได้
- 4) **น้ำชาที่เหลือ** สามารถนำมารดน้ำต้นไม้เป็นสารช่วยป้องกันแมลงรบกวนต้นไม้ได้ด้วย
- 5) **น้ำผงซักฟอก** ที่ผ่านการซักผ้าแล้วสามารถนำมาใช้ล้างพื้นได้

6) **ควรถักระบบการหมุนเวียนนำน้ำกลับมาใช้ประโยชน์อีก** โดยวิธีการบำบัดความสกปรกในขั้นต้น เช่น ขุดบ่อสำหรับพักน้ำ สร้างถังกรองน้ำ เป็นต้น วิธีการนี้ประชาชนที่อยู่ชุมชนหรือผู้ที่มีบริเวณบ้านกว้างขวางสามารถทำได้ และน้ำที่ผ่านการบำบัดสามารถนำมาใช้ในการล้างทำความสะอาดพื้นหรือใช้ในการซักล้างน้ำแรกได้

2. โรงเรียน

โรงเรียนเป็นเสมือนบ้านแห่งที่สองของเยาวชน การปลูกฝังให้เด็กไทยรู้จักใช้น้ำอย่างรู้คุณค่าก็สามารถฝึกฝนได้ที่โรงเรียน กิจกรรมที่ต้องมีการใช้น้ำของนักเรียน ได้แก่ การใช้น้ำในห้องส้วม การประกอบอาหาร ล้างจานชาม การทำความสะอาด เป็นต้น การประหยัดน้ำหรือการใช้น้ำอย่างรู้ค่าในโรงเรียนก็ควรปฏิบัติเช่นเดียวกันกับการปฏิบัติในที่พักอาศัย ได้แก่ การปิดน้ำให้สนิททุกครั้งที่ใช้ การใช้สุขภัณฑ์ประหยัดน้ำหรือการหมุนเวียนนำน้ำกลับมาใช้ใหม่ และยังมีข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ดังนี้

- 1) **ติดป้ายแสดงคำเตือนให้ปิดน้ำให้สนิทบริเวณอ่างล้างหน้า / ล้างมือ**
- 2) **ติดป้ายแสดงคำขวัญ** เพื่อการประหยัดน้ำ
- 3) **สร้างกลุ่มกิจกรรมในโรงเรียน** เพื่อให้ความรู้เรื่องการอนุรักษ์น้ำ



3. โรงแรม

การโรงแรมเป็นกิจกรรมหนึ่งในชุมชนที่ต้องใช้น้ำเป็นปริมาณมาก โรงแรมยังมีขนาดใหญ่ มีระดับคุณภาพดีมากเท่าไร ก็ยิ่งใช้น้ำในปริมาณที่มากขึ้นเท่านั้น โรงแรมอาจดำเนินการประหยัดน้ำ โดยไม่จำเป็นต้องลดคุณภาพด้านบริการด้วยการเลือกใช้อุปกรณ์ที่ถูกต้อง อันได้แก่

- 1) **หัวฝักบัวที่ปล่อยน้ำน้อยกว่า 10 ลิตร ต่อนาที**

2) **สุขภัณฑ์ประหยัดน้ำ** ทั้งระบบชักโครกและอ่างอาบน้ำ

3) **ตรวจสอบการรั่วไหลของน้ำ** ทั้งระบบท่อส่งน้ำ ก๊อกน้ำ และชักโครก รวมทั้งระบบท่อส่งน้ำและก๊อกน้ำในแต่ละห้อง

4. โรงพยาบาลและสถานพยาบาล

โรงพยาบาลและสถานพยาบาลเป็นกิจกรรมหนึ่งที่ต้องมีการใช้น้ำเป็นปริมาณมากในแต่ละวัน โดยใช้ในการทำความสะอาดโรงเรือน เครื่องมือ ตลอดจนการใช้เพื่อการอุปโภคบริโภคของเจ้าหน้าที่และคนไข้ การใช้น้ำอย่างรู้ค่าในโรงพยาบาลก็สามารถดำเนินการได้เช่นเดียวกับกิจกรรมอื่นๆ ได้แก่ การปิดก๊อกน้ำให้สนิทเมื่อเลิกใช้ การเลือกใช้สุขภัณฑ์ประหยัดน้ำ การตรวจสอบรอยรั่วของท่อน้ำและก๊อกน้ำหรือท่อน้ำเป็นประจำ แต่ข้อควรคำนึงก็คือ น้ำใช้จากโรงพยาบาลมีข้อแตกต่างจากน้ำใช้ในกิจกรรมอื่นๆ เนื่องจากมีการปนเปื้อนของเชื้อโรคนานาชนิด ดังนั้น การบำบัดน้ำเสีย ก่อนระบายลงสู่ท่อระบายน้ำหรือแหล่งน้ำสาธารณะจึงเป็นเรื่องจำเป็น และการนำน้ำที่ผ่านการบำบัดแล้วเหล่านี้มาหมุนเวียนใช้ประโยชน์ ควรจำกัดเฉพาะกิจกรรม เช่น การรดน้ำต้นไม้ ฯลฯ

นอกจากนี้ ควรมีการรณรงค์ประชาสัมพันธ์ให้เจ้าหน้าที่ภายในโรงพยาบาล ตลอดจนคนไข้ให้ความร่วมมือในการประหยัดน้ำ ด้วยการติดป้ายเตือนใจตามสถานที่ต่างๆ เช่น ในห้องน้ำหรือสถานที่ซักล้าง เป็นต้น



5. การใช้น้ำในการเกษตร

น้ำที่ใช้ในการเกษตรควรปราศจากสารเคมี และเชื้อโรคที่เป็นอันตรายต่อพืช คน หรือสัตว์ที่กินพืชเหล่านั้น ปริมาณเชื้อโรคที่ปนอยู่ในน้ำที่ใช้เพื่อการเกษตรมีความสำคัญมาก โดยเฉพาะน้ำที่ใช้รดผักที่กินใบสด ถ้าในน้ำมีสารเคมีปะปนก็จะส่งผลกระทบต่อดินได้ เช่น หากดินมีโซเดียมมากเกินไป เมื่อดินแห้งจะจับตัวกันเป็นก้อนและมีความเป็นด่างสูง ทำให้ความสามารถในการซึมและถ่ายเทอากาศลดลง เป็นต้น น้ำที่จากการเกษตรมักจะมีปริมาณเกลือแร่สูงมาก เนื่องจากการคายน้ำและการชะล้างเอาเกลือแร่ในดินออกมา โดยเฉพาะปริมาณฟอสเฟต ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของปุ๋ยจะเพิ่มขึ้น ก่อให้เกิดปัญหาฮาโลทรฟีเคชัน

6. การใช้น้ำเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ

น้ำสำหรับแหล่งพักผ่อนหย่อนใจควรมีคุณสมบัติคล้ายน้ำเพื่ออุปโภคบริโภค เช่น ควรปราศจากไวรัส แบคทีเรีย สารพิษอื่นๆ ทั้งไม่มีสี กลิ่น รส ที่น่ารังเกียจ แต่ถ้ามั่นใจว่าเป็นแหล่งน้ำที่ใช้เพื่อการพักผ่อนหย่อนใจที่ไม่ใช่เพื่อการอาบ ก็อาจต้องการคุณภาพที่ดียกกว่าได้ ผลกระทบจากการใช้น้ำเพื่อพักผ่อนหย่อนใจได้แก่ มลพิษจากการทิ้งของเสียจากเรือ คราบน้ำมันจากเรือที่ใช้เครื่องยนต์ เป็นต้น

การยอมให้แหล่งน้ำเป็นสถานที่พักผ่อนหย่อนใจหรือสถานที่ท่องเที่ยว โดยมีมาตรการควบคุมการทิ้งของเสียที่เหมาะสมรัดกุม เป็นสิ่งที่ยอมรับกันทั่วไป แม้การใช้น้ำในลักษณะนี้อาจเพิ่มสารมลพิษให้แก่แหล่งน้ำบ้าง ค่าใช้จ่ายในการบำบัดอาจเพิ่มขึ้น แต่ก็คุ้มค่ากับผลประโยชน์ที่ได้รับจากการพักผ่อนหย่อนใจ

การวางแผนการใช้น้ำเพื่อให้ได้ประโยชน์สูงสุด

จากการที่มนุษย์ใช้น้ำจากแหล่งน้ำตามธรรมชาติดังที่ได้กล่าวมานั้น เพื่อการอนุรักษ์ทรัพยากรน้ำให้อยู่คู่กับมนุษย์บนผืนโลกนี้ จึงจำเป็นจะต้องมีการวางแผนการใช้น้ำเพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดในทางเศรษฐศาสตร์ และไม่สูญเสียความงามหมดสิ้นไปจากผืนโลก ทำให้เกิดจุดสมดุลของการใช้น้ำของมนุษย์และสิ่งมีชีวิตอื่นๆ จึงต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกคน ทั่วทุกประเทศในโลกในการใช้น้ำอย่างประหยัด และไม่ปล่อยน้ำเสียที่มีมลพิษเกินมาตรฐานลงสู่แหล่งน้ำทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยจะต้องมีการวางแผนทั้งในระยะสั้นและระยะยาว อาจต้องพิจารณาควบคู่ไปกับค่ามาตรฐานทางวิชาการ มาตรการทางกฎหมาย และความร่วมมือของชุมชน



เรียบเรียงข้อมูลจาก

สารานุกรมใช้น้ำอย่างรู้ค่า พ.ศ. 2542 / คณะผู้จัดทำ อังคณา อภิวินมมงคล ... [และคนอื่นๆ]

<http://www.centered.pbri.net/elearning/ubon/Nithi/unit2.htm>

“น้ำมีคุณค่า ควรรู้ค่า อนุรักษ์ อย่าใช้เปลือง”

...ร่วมสร้างสรรค์ความรู้โดย...

ส่วนส่งเสริมการมีส่วนร่วม สำนักส่งเสริมและประสานมวลชน

กรมทรัพยากรน้ำ