

## วิธีการใช้น้ำอย่างประหยัด

### (1) การอาบน้ำ

การใช้ฝักบัวจะสิ้นเปลืองน้ำน้อยที่สุด ฝักบัว ยิ่งเล็ก ยิ่งประหยัดน้ำ และหากใช้อ่างอาบน้ำจะใช้น้ำถึง 110-200 ลิตร



### (2) การโกนหนวด

โกนหนวดแล้วใช้กระดาษเช็ดก่อน จึงใช้น้ำ จากแก้ว มาล้างอีกครั้ง ล้างมิดโกนหนวดโดยการ จุ่มล้างในแก้ว จะประหยัดกว่าล้างโดยตรงจากก๊อก



### (3) การแปรงฟัน

การใช้น้ำบ้วนปากและแปรงฟันโดยใช้แก้ว จะใช้น้ำ เพียง 0.5-1 ลิตร การปล่อยให้ไหล จากก๊อกตลอดการแปรง ฟัน จะใช้น้ำถึง 20-30 ลิตรต่อครั้ง



### (4) การใช้ชักโครก

การใช้ชักโครกจะใช้น้ำถึง 8-12 ลิตร ต่อครั้ง เพื่อการ ประหยัด ควรใช้ถุงบรรจุน้ำมาใส่ในโถน้ำ เพื่อลดการใช้น้ำ โถส้วม แบบตกราดจะสิ้นเปลืองน้ำน้อยกว่าแบบชักโครกหลายเท่า หาก ใช้ชักโครก ควรติดตั้งโถปัสสาวะและโถส้วมแยกจากกัน



### (5) การซักผ้า

ขณะทำการซักผ้าไม่ควรเปิดน้ำทิ้งไว้ตลอดเวลา จะเสียน้ำถึง 9 ลิตร/นาที ควรรวบรวมผ้าให้ได้ มากพอต่อการ ซักแต่ละครั้ง ทั้งการซักด้วยมือและเครื่องซักผ้า



### (6) การล้างถ้วยชามภาชนะ

ใช้กระดาษเช็ดคราบสกปรก ออกก่อน แล้วล้างพร้อม กันในอ่างน้ำ จะประหยัดเวลาประหยัดน้ำ และให้ความสะอาด มากกว่าล้างจากก๊อกโดยตรง ซึ่งจะสิ้นเปลืองน้ำ 9 ลิตร/นาที



### (7) การล้างผักผลไม้

ใช้ภาชนะรองน้ำเท่าที่จำเป็น ล้างผัก ผลไม้ ได้สะอาด และประหยัดกว่าเปิดล้างจากก๊อกโดยตรง ถ้าเป็น ภาชนะที่ยก ย้ายได้ ยังนำน้ำไปรดต้นไม้ได้ด้วย



### (8) การเช็ดพื้น

ควรใช้ภาชนะรองน้ำและซักล้างอุปกรณ์ใน ภาชนะ ก่อนที่จะนำไปเช็ดถู จะใช้น้ำน้อยกว่า การใช้สายยางฉีดล้างทำ ความสะอาดพื้นโดยตรง



### (9) การรดน้ำต้นไม้

ควรใช้ฝักบัวรดน้ำต้นไม้แทนการใช้ สายยางต่อจาก ก๊อกน้ำโดยตรง หากเป็นพื้นที่บริเวณกว้าง ก็ควรใช้ สปริง เกลอร์ หรือใช้น้ำที่เหลือจากกิจกรรมอื่นมารดต้นไม้ ก็จะช่วย ประหยัดน้ำลงได้



### (10) การล้างรถ

ควรรองน้ำใส่ภาชนะ เช่น ถังน้ำ แล้วใช้ผ้าหรือ เครื่องมือล้างรถจุ่มน้ำลงในถัง เพื่อเช็ดทำความสะอาดแทนการใช้ สายยางฉีดน้ำโดยตรง ซึ่งจะเสียน้ำเป็นปริมาณมากถึง 150-200 ลิตร/ครั้ง หากสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเป็นการใช้น้ำที่ควรใช้ จริง อย่างถูกวิธี ไม่เปิดน้ำทิ้งระหว่างการใช้น้ำหรือปล่อยให้ น้ำล้น จะ สามารถลดการใช้น้ำได้ถึง 20-50 % ที่เดียว



## ➔ การเลือก ถังเก็บน้ำ ให้เหมาะสมกับการใช้งาน ในครอบครัว

แบ่งเป็น ๒ ชนิด คือ

- ถังเก็บน้ำสแตนเลสและ
- ถังเก็บน้ำแบบพลาสติกโพลีเมอร์

- ถังเก็บน้ำสแตนเลส จะได้เปรียบเรื่องของความแข็งแรงทนทาน ทำความ สะอาดง่าย

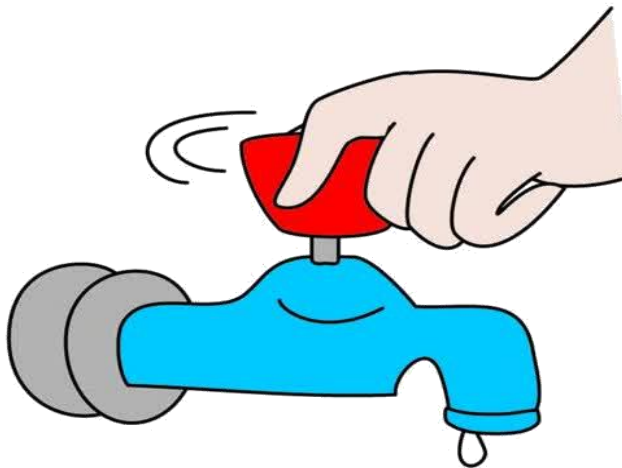
- ถังพลาสติกโพลีเมอร์คุณภาพสูง จะได้เปรียบเรื่องรูปร่างหน้าตา สีสนที่หลากหลายน่าดู และหมดปัญหาเรื่องสนิมอายุใช้งานยาวนานหายห่วง และยังซ่อมแซมง่ายเมื่อเกิดการชำรุด และไม่เปื้อนตะไคร่น้ำ

## วิธีการเลือกขนาดถังเก็บน้ำ

➔ การเลือกถังเก็บน้ำ เรื่องสำคัญจึงอยู่ที่การเลือกขนาดและการติดตั้งมากกว่า ซึ่งจากการผลสำรวจวิจัยของการประปานครหลวง ระบุว่าการใช้้ำของแต่ละคนเฉลี่ยอยู่ที่ ๒๐๐ ลิตร/วัน/คน ดังนั้นหากจะเลือกขนาดถังสำรองน้ำไว้ใช้ควรเลือกให้เหมาะสมกับสมาชิกคนใน บ้าน โดยการเอาจำนวนสมาชิกในบ้าน คูณด้วย ๒๐๐ ก็จะได้ขนาดถังเก็บน้ำที่เหมาะสมกับบ้านคุณ แต่ถ้าจะให้ดีเอาตัวเลขที่คุณได้ คูณด้วย ๒ อีกทีเพื่อฉุกเฉินน้ำไม่ไหล ๒ วันติดต่อกัน เพื่อเวลาที่ต้องการใช้น้ำจำนวนมาก ส่วนถังเก็บน้ำฝน ให้เลือกขนาดใหญ่ที่สุดเท่าที่พื้นที่จะอำนวย เพราะน้ำฝนต้องมีมากพอสำหรับใช้จนถึงอีก ๑ ปี

## ➔ เลือกขนาดความจุของถังเก็บน้ำให้เหมาะสมกับสมาชิก ในครอบครัว

๑. มีจำนวนผู้ใช้น้ำ ๕ คน ควรเลือกใช้ถังเก็บน้ำที่มีความจุประมาณ ๑,๐๐๐ ลิตร
๒. มีจำนวนผู้ใช้น้ำ ๖ คน ควรเลือกใช้ถังเก็บน้ำที่มีความจุประมาณ ๑,๒๐๐ ลิตร
๓. มีจำนวนผู้ใช้น้ำ ๗-๘ คน ควรเลือกใช้ถังเก็บน้ำที่มีความจุประมาณ ๑,๖๐๐ ลิตร
๔. มีจำนวนผู้ใช้น้ำ ๙-๑๐ คน ควรเลือกใช้ถังเก็บน้ำที่มีความจุประมาณ ๒,๐๐๐ ลิตร



กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม  
องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งกระพังโหม  
ตำบลทุ่งกระพังโหม อำเภอกำแพงแสน  
จังหวัดนครปฐม  
โทรศัพท์ 034 - 100966-7