น้ำ เป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ ทำให้มนุษย์อยู่รอด เพราะน้ำได้ร่างกายของคนเราประกอบด้วยน้ำเป็นส่วนใหญ่ ประมาณร้อยละ ๗๐ ของร่างกายทั้งหมด และมนุษย์จะต้องกินต้องใช้น้ำอยู่สม่ำเสมอ

วิธีการอนุรักษ์ทรัพยากรน้ำ

๑. **การใช้น้ำอย่างประหยัด** นอกจากจะช่วยลดค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับค่าน้ำลงได้แล้ว ยังทำให้ปริมาณน้ำเสียที่จะทิ้งลงแหล่งน้ำลดลง และป้องกันการขาดแคลนน้ำได้ด้วย

๒. **การสงวนน้ำไว้ใช้** ในบางฤดูหรือในสภาวะที่มีน้ำมากเหลือใช้ ควรมีการเก็บน้ำไว้ใช้ เช่น การทำบ่อเก็บน้ำ การสร้างโอ่งน้ำ การขุดลอกแหล่งน้ำ รวมทั้งการสร้างอ่างเก็บน้ำไว้ใช้เพื่อการเกษตร และพลังงานแล้วยังช่วยป้องกันการเกิดอุทกภัย

๓. **การพัฒนาแหล่งน้ำ** ในบางพื้นที่ขาดแคลนน้ำ จำเป็นที่จะต้องหาแหล่งน้ำเพิ่มเติม เพื่อให้มีน้ำไว้ใช้ทั้งในครัวเรือนและในการเกษตรได้อย่าง

๔. **การป้องกันน้ำเสีย** การไม่ทิ้งขยะ สิ่งปฏิกูล และสารพิษลงในแหล่งน้ำ น้ำเสียที่เกิดจากโรงงานอุตสาหกรรม โรงพยาบาล ควรมีการบำบัดและขจัดสารพิษก่อนที่จะปล่อยลงสู่แหล่งน้ำ

๕. **การนำน้ำเสียกลับไปใช้** น้ำที่ไม่สามารถใช้ได้ในกิจการหนึ่ง เช่น น้ำทิ้งจากการล้างภาชนะอาหาร สามารถนำไปรดต้นไม้ โรงงานบางแห่งอาจนำน้ำทิ้งมาทำให้สะอาดแล้วนำกลับมาใช้ใหม่

๑๐ กิจกรรมใช้น้ำประปาอย่างรู้คุณค่า

(๑) การอาบน้ำ การใช้ฝักบัวจะสิ้นเปลืองน้ำน้อยที่สุด รูฝักบัวยิ่งเล็ก ยิ่งประหยัดน้ำ และหากใช้อ่างอาบน้ำจะใช้น้ำถึง ๑๑๐-๒๐๐ ลิตร

(๒) การโกนหนวด โกนหนวดแล้วใช้กระดาษเช็ดก่อน จึงใช้น้ำ จากแก้วมาล้างอีกครั้งล้างมีดโกนหนวดโดยการ จุ่มล้างในแก้ว จะประหยัดกว่าล้างโดยตรงจากก๊อก

(๓) การแปรงฟัน การใช้น้ำบ้วนปากและแปรงฟันโดยใช้แก้ว จะใช้น้ำเพียง ๐.๕-๑ ลิตร การปล่อยให้น้ำไหล จากก๊อกตลอดการแปรงฟัน จะใช้น้ำถึง ๒๐-๓๐ ลิตรต่อครั้ง

(๔) การใช้ชักโครก จะใช้น้ำถึง ๘-๑๒ ลิตร ต่อครั้ง เพื่อการประหยัด ควรใช้ถุงบรรจุน้ำมาใส่ในโถน้ำ เพื่อลดการใช้น้ำ โถส้วมแบบตักราดจะสิ้นเปลืองน้ำน้อยกว่าแบบชักโครกหลายเท่า หากใช้ชักโครก ควรติดตั้งโถปัสสาวะและโถส้วมแยกจากกัน

(๕) การซักผ้า ขณะทำการซักผ้าไม่ควรเปิดน้ำทิ้งไว้ตลอดเวลา จะเสียน้ำถึง ๙ ลิตร/นาที ควรรวบรวมผ้าให้ได้ มากพอต่อการซักแต่ละครั้ง ทั้งการซักด้วยมือและเครื่องซักผ้า

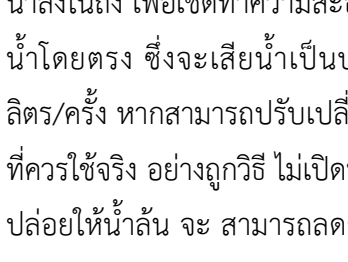
(๖) การล้างถ้วยชามภาชนะ ใช้กระดาษเช็ดคราบสกปรก ออกก่อน แล้วล้างพร้อมกันในอ่างน้ำ จะประหยัดเวลาประหยัดน้ำ และให้ความสะอาดมากกว่าล้างจากก๊อกโดยตรง ซึ่งจะสิ้นเปลืองน้ำ ๙ ลิตร/นาที

(๗) การล้างผักผลไม้ ใช้ภาชนะรองน้ำเท่าที่จำเป็น ล้างผัก ผลไม้ได้สะอาดและประหยัดกว่าเปิดล้างจากก๊อกโดยตรง ถ้าเป็น ภาชนะที่ยกย้ายได้ ยังนำน้ำไปรดต้นไม้ได้ด้วย

(๘) การเช็ดพื้น ควรใช้ภาชนะรองน้ำและซักล้างอุปกรณ์ในภาชนะก่อนที่จะนำไปเช็ดถู จะใช้น้ำน้อยกว่าการใช้สายยางฉีดล้างทำ ความสะอาดพื้นโดยตรง

(๙) การรดน้ำต้นไม้ ควรใช้ฝักบัวรดน้ำต้นไม้แทนการใช้ สายยางต่อจากก๊อกน้ำโดยตรง หากเป็นพื้นที่บริเวณกว้าง ก็ควรใช้ สปริงเกลอร์ หรือใช้น้ำที่เหลือจากกิจกรรมอื่นมารดต้นไม้ ก็จะช่วย ประหยัดน้ำลงได้

(๑๐) การล้างรถ ควรรองน้ำใส่ภาชนะ เช่น ถังน้ำแล้วใช้ผ้าหรือเครื่องมือล้างรถจุ่มน้ำลงในถัง เพื่อเช็ดทำความสะอาดแทนการ ใช้สายยางฉีดน้ำโดยตรง ซึ่งจะเสียน้ำเป็นปริมาณมากถึง ๑๕๐-๒๐๐ ลิตร/ครั้ง หากสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเป็นการใช้น้ำที่ควรใช้จริง อย่างถูกวิธี ไม่เปิดน้ำทิ้งระหว่างการใช้น้ำหรือปล่อยให้น้ำล้น จะ สามารถลดการใช้น้ำได้ถึง ๒๐-๕๐ % ทีเดียว



๑๐ กิจกรรม
ใช้น้ำประปาอย่างรู้คุณค่า

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
องค์การบริหารส่วนตำบลสิบเอ็ดศอก

Tel. 038-588-692