

3R Reduce Reuse Recycle



Reduce ใช้น้อย

สามารถทำได้ง่าย ๆ โดยใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างพอเพียง ใช้น้ำที่จำเป็น ใช้ผลิตภัณฑ์ที่เหมาะสมกับงานและเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อมง่ายต่อการกำจัด ไม่ใช่อ่างพุ่มเพื้อส ตัวอย่าง Reduce เช่น



1. ใช้กระดาษ หรือถุงผ้าแทนการใช้ถุงพลาสติก ซึ่งใช้เวลา 450 ปีในการย่อยสลาย



2. ใช้แก้วส่วนตัวแทนการใช้แก้วพลาสติก หรือแก้วที่ใช้ครั้งเดียวทิ้ง



3. ใช้กล่องใส่อาหารแทนการใช้ถุงพลาสติกหรือถุงกระดาษ

Reuse ใช้ซ้ำ

เป็นการนำสิ่งต่าง ๆ ที่ใช้งานไปแล้ว นำกลับมาใช้อีก ลดการใช้ทรัพยากร รวมทั้งลดปริมาณขยะมูลฝอยอีกด้วย ตัวอย่าง Reuse เช่น



1. ทำสิ่งประดิษฐ์จากวัสดุเหลือใช้



2. ใช้กระดาษรองหน้าช่วยชีวิตต้นไม้



3. ใช้ถ่านไฟฉายแบบชาร์จไฟใหม่ได้ (Rechargeable Battery)

4. บริจาคเสื้อผ้า เสื้อผ้า ให้นำไปใช้กับผู้ที่มีความจำเป็น



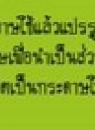
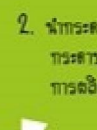
5. ขายสินค้ามือสอง เช่น เสื้อผ้า รองเท้า เป็นการเพิ่มรายได้ แล้วยังลดปริมาณขยะ

Recycle แปรรูปใช้ใหม่

เป็นการนำวัสดุที่สามารถนำกลับมาใช้ใหม่ได้ เช่น แก้ว อะลูมิเนียม กระดาษ เหล็ก พลาสติก นำมาแปรรูปและผลิตสินค้าต่าง ๆ ตัวอย่าง Recycle เช่น



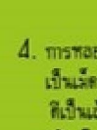
1. การนำกล่องเครื่องดื่มรีไซเคิลมาใช้ทำกระดาษ



2. นำกระดาษใช้แล้วแปรรูปเป็นเยื่อกระดาษเพื่อนำเป็นเยื่อกระดาษในการผลิตเป็นกระดาษใหม่



3. นำเศษแก้วมาทำของเพื่อใช้ซ้ำรูปเป็นแก้วใหม่



4. การทอขวด PET เป็นเส้นใยอียิปต์เป็นเส้นใยนำมาผลิตเป็นพรม, เสื้อ



กรมควบคุมมลพิษ
POLLUTION CONTROL DEPARTMENT

ส่วนลดและใช้ประโยชน์ของเสีย

สำนักจัดการกากของเสียและสารอันตราย
กรมควบคุมมลพิษ

กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

92 ซอยพหลโยธิน 7 ถนนพหลโยธิน แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

โทรศัพท์ 0 2298 2495-9 โทรสาร 0 2298 5398 www.pcd.go.th



กรมส่งเสริมการเกษตร
กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม



ทำความดี
ด้วยหัวใจ

รับ
ลด ให้
ใช้
พลาสติกและโฟม

7 วิธี

ลด เลิก พลาสติกและโฟม แบบเห็นผลในทันตา

1

พก

กระติกน้ำ ช่วยลดการใช้ขวดพลาสติกได้
ใช้ขวดพลาสติกซ้ำๆ ลดขยะได้ก็จริง แต่อาจปนเปื้อนสารเคมี
จากเนื้อพลาสติก



2

ถือ



ถุงผ้า พกพาไปไหนก็ได้ส่วนลด
ใช้ถุงผ้าแทนถุงพลาสติก มีส่วนลด หมดขยะ

3

เลี่ยง

พลาสติก ใช้ครั้งเดียวแล้วทิ้ง
ใช้ถุงพลาสติกหิ้ว ซ้อนและซ้อนพลาสติก
เพียงไม่กี่นาที เป็นขยะหลายร้อยปี ไม่คุ้มค่ากัน



4

เลิก

กล่องโฟม ใช้กล่อง/ปิ่นโต ดีต่อสุขภาพ
ใช้กล่องโฟม สารสไตรีนจะปนเปื้อนอาหาร สะสมสารปริมาณมาก
เสี่ยงเป็นมะเร็งสูงกว่าปกติ 6 เท่า



5

เปลี่ยน



หลอดพลาสติก มาดื่มน้ำจากแก้ว
"หลอดพลาสติก" พบมากที่สุด 1 ใน 6 ของขยะทะเลในประเทศไทย

6

เลือก

ผลิตภัณฑ์ย่อยสลายง่าย
นำกลับมาใช้ใหม่ได้หลายครั้ง
ใช้พลาสติกชีวภาพ บรรจุภัณฑ์จากวัสดุธรรมชาติ เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม



7

รีฟิล



ผลิตภัณฑ์แบบเติม ช่วยลดโลกร้อน
ใช้พลาสติก - ใช้วัตถุดิบที่อาศัยเชื้อเพลิงฟอสซิลในการผลิต
ถ้าใช้น้อยก็ลดโลกร้อนได้



กรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม
กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

ทำความดีด้วยหัวใจ

ลดรับ ลดให้ ลดใช้ถุงพลาสติก

รู้หรือไม่?

ประเทศไทย
ใช้ถุงพลาสติก
45,000
ล้านใบ/ปี



เพื่อส่งเสริมห้างสรรพสินค้า ร้านสะดวกซื้อ ตลาดสดทั่วประเทศ ลดใช้ถุงพลาสติกหิ้ว
และงดใช้โฟมบรรจุอาหาร รวมทั้งสร้างความรู้ความเข้าใจกับผู้บริโภค เพื่อไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
ในการใช้บรรจุภัณฑ์หรือการชื้อที่ใช้งานได้

เริ่มพร้อมกันในวันที่ 21 กรกฎาคม 2561

4

มาตรการเพิ่มประสิทธิภาพ
ในการลดใช้ถุงพลาสติก



"เลือก"

เลือกซื้อถุงพลาสติกและถุง
ชีสที่รองรับหน่วยงานภาครัฐและเอกชน



"ลด"

ลดใช้ถุงพลาสติกในห้างสรรพสินค้า
และร้านสะดวกซื้อ



"ใช้นวัตกรรมใหม่"

ทดแทนการใช้ถุงพลาสติก
แบบใช้ครั้งเดียวทิ้ง



**"คิดแยกและกำจัด
อย่างถูกวิธี"**

เพื่อให้สามารถนำพลาสติกไปรีไซเคิลได้



ปฏิเสธการรับถุงพลาสติกหิ้ว เมื่อซื้อสินค้า
หากจำเป็นต้องใช้สินค้า ใช้ถุงใหญ่ใบเดียว



ร้านค้า ลดการใช้ถุงพลาสติกหิ้วใส่สินค้า
โฆษณาหรือบรรจุภัณฑ์ที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม
เช่น โปสเตอร์ กล่องกระดาษรีไซเคิล ถุงกระดาษ
รีไซเคิล



ลดการใช้ถุงพลาสติกหิ้ว ใช้บรรจุภัณฑ์
ที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมทดแทนถุงพลาสติก
เช่น ถุงผ้า ตะกร้า ปิ่นโต กล่องข้าว

เตือนใจ คนสายกรีน
ใช้ซ้ำ เท่าไรดีถึงจะคุ้ม



แทน



133-393 ครั้ง

ที่มา : กรมควบคุมมลพิษ 2006



แทน



23-116 ครั้ง

ที่มา : กรมควบคุมมลพิษ 2006



แทน



25-58 ครั้ง

ที่มา : กรมควบคุมมลพิษ 2006



แทน



90 ครั้ง

ที่มา : กรมควบคุมมลพิษ 2006



แทน



20-30 ครั้ง

ที่มา : กรมควบคุมมลพิษ 2006

ที่มา : ค้นหาสิ่งใกล้ตัวของคุณ

พลาสติก และโฟม



พลาสติกคืออะไร

พลาสติกแบ่งเป็น 2 ประเภท ดังนี้

1. พลาสติกที่คงรูปถาวรหรือพลาสติกเทอร์โมเซต เป็นพลาสติกที่มีความคงรูปสูง เมื่อขึ้นรูปผลิตภัณฑ์ด้วยความร้อนในแม่แบบแล้วไม่สามารถหลอมเหลวได้อีก พลาสติกชนิดนี้จึง "รีไซเคิลไม่ได้" เช่น เมลามีน
2. พลาสติกที่สามารถนำกลับมาใช้ใหม่ได้หรือเทอร์โมพลาสติก เป็นพลาสติกที่หลอมตัวด้วยความร้อน และกลับแข็งตัวเมื่ออุณหภูมิลดต่ำลง พลาสติกชนิดนี้จัดเป็นวัสดุประเภท "รีไซเคิลได้" เพื่อให้ง่ายต่อการแยกชนิดบรรจุภัณฑ์ พลาสติกเพื่อนำกลับมาแปรรูปใช้ใหม่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ได้มีการนำสัญลักษณ์มาใช้บนบรรจุภัณฑ์อย่างแพร่หลาย ดังนี้



วิธีการ ลดการใช้ พลาสติก และโฟม

โฟมคืออะไร

พลาสติกที่ฟูหรือทำให้ขยายตัวขณะขึ้นรูปโดยใช้ก๊าซที่ใช้เป็นตัวทำให้พลาสติกฟู ขณะขึ้นรูปสามารถผลิตจากวัตถุดิบพลาสติกหลากหลายชนิด เช่น พีอี พีเอส โฟมที่มีการใช้งานแพร่หลาย คือ พีเอสโฟม ซึ่งโดยทั่วไปพีเอสโฟมสามารถจำแนกได้เป็น 2 ประเภทหลัก



ทำไมต้องลดการใช้ พลาสติกและโฟม

ของเสียจากพลาสติกและโฟม



ปัญหาจากพลาสติกและโฟม



1



ร่วมใจกันหันมาใช้ภาชนะใช้ซ้ำ

3



เลือกใช้ผลิตภัณฑ์พลาสติกและโฟมที่มาจากวัสดุที่สามารถย่อยสลายได้ตามธรรมชาติ

5



หลังจากการบริโภคผลิตภัณฑ์พลาสติกและโฟมแล้วคัดแยกนำกลับมารีไซเคิล

2



ซื้อของน้อยชิ้นไม่ต้องใช้ถุงพลาสติก

4



หลีกเลี่ยงการใช้พลาสติกและโฟมสำหรับกิจกรรมในชีวิตประจำวัน

6



ประชาสัมพันธ์
นอกห้อง ชักชวน



กรมควบคุมมลพิษ
POLLUTION CONTROL DEPARTMENT

ส่วนลดและใช้ประโยชน์ของเสีย

สำนักจัดการกากของเสียและสารอันตราย
กรมควบคุมมลพิษ

กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

92 ซอยพหลโยธิน 7 ถนนพหลโยธิน แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

โทรศัพท์ 0 2298 2495-9 โทรสาร 0 2298 5398 www.pcd.go.th