

3Rs วิธีการลดขยะด้วยเทคนิค 3R อย่างง่าย ๆ

แนวคิด 3R

R : Reduce

คือ การลดการใช้ การบริโภคทรัพยากรที่ไม่จำเป็นลง ลองมาสำรวจกันว่า เราจะลดการบริโภคที่ไม่จำเป็นตรงไหนได้บ้าง โดยเฉพาะการลดการบริโภคทรัพยากรที่ใช้แล้วหมดไป เช่น น้ำมัน ก๊าซธรรมชาติ ถ่านหิน และแร่ธาตุ ต่าง ๆ การลดการใช้นี้ ทำได้ง่าย ๆ โดยการเลือกใช้เท่าที่จำเป็น เช่น ปิดไฟทุกครั้งที่ไม่ใช้งานหรือเปิดเฉพาะจุดที่ใช้งาน ปิดคอมพิวเตอร์และเครื่องปรับอากาศเมื่อไม่ใช่เป็นเวลานาน ๆ ถอดปลั๊กของเครื่องใช้ไฟฟ้า เช่น กระจกน้ำร้อนออกเมื่อไม่ได้ใช้ เมื่อต้องการเดินทางไกล ๆ ก็ควรใช้วิธีเดิน ขี่จักรยาน หรือนั่งรถโดยสารแทนการขับรถไปเอง เป็นต้น เพียงเท่านี้เราก็สามารถเก็บทรัพยากรด้านพลังงานไว้ใช้ได้นานขึ้น ประหยัดพลังงานและอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมอีกด้วย

R : Reuse

คือ การใช้ทรัพยากรให้คุ้มค่าที่สุด โดยการนำสิ่งของเครื่องใช้มาใช้ซ้ำ ซึ่งบางอย่างอาจใช้ซ้ำได้หลาย ๆ ครั้ง เช่น การนำชุดทำงานเก่าที่ยังอยู่ในสภาพดีมาใส่เล่นหรือใส่นอนอยู่บ้านหรือนำไปบริจาค แทนที่จะทิ้งไปโดยเปล่าประโยชน์ การนำกระดาษรายงานที่เขียนแล้ว 1 หน้า มาใช้ในหน้าที่เหลือหรืออาจนำมาทำเป็นกระดาษโน้ต ช่วยลดปริมาณการตัดต้นไม้ได้เป็นจำนวนมาก การนำขวดแก้วมาใส่น้ำรับประทานหรือนำมาประดิษฐ์เป็นเครื่องใช้ต่างๆ เช่น แจกันดอกไม้หรือที่ใส่ดินสอ เป็นต้น นอกจากจะช่วยลดค่าใช้จ่าย ลดการใช้พลังงานพลังงานแล้วยังช่วยรักษาสีสิ่งแวดล้อมและยังได้ของน่ารักๆ จากการประดิษฐ์ไว้ใช้งานอีกด้วย

R : Recycle

คือ การนำหรือเลือกใช้ทรัพยากรที่สามารถนำกลับมารีไซเคิล หรือนำกลับมาใช้ใหม่ เป็นการลดการใช้ทรัพยากรในธรรมชาติจำพวกต้นไม้ แร่ธาตุต่าง ๆ เช่น ทราย เหล็ก อลูมิเนียม ซึ่งทรัพยากรเหล่านี้ สามารถนำมารีไซเคิลได้ยกตัวอย่างเช่น เศษกระดาษสามารถนำไปรีไซเคิลกลับมาใช้เป็นกล่องหรือถุงกระดาษ การนำแก้วหรือพลาสติกมาหลอมใช้ใหม่เป็นขวด ภาชนะใส่ของ หรือเครื่องใช้อื่นๆ ฝากระป๋องน้ำอัดลมก็สามารถนำมาหลอมใช้ใหม่หรือนำมาบริจาคเพื่อทำประโยชน์ให้กับคนพิการได้

(ที่มา : yongrecycle.blogspot.com/2012/06/3r-5r.html)

การที่จะทำให้ **ขยะ** มีจำนวนลดลง สามารถเริ่มต้นง่าย ด้วยวิธีการ **3R**

ลด REDUCE

ลดการใช้ ลดการบริโภคสินค้าที่ฟุ่มเฟือย
ใช้อย่างประหยัด และใช้เท่าที่จำเป็น

- ใช้ยิบต์ หรือกล่องข้าวใส่อาหารแทนกล่องโฟม
- หลีกเลี่ยงการไปซื้อสินค้าแบบใช้ครั้งเดียวทิ้ง
เช่น จานกระดาษ แก้วกระดาษ แก้วน้ำพลาสติก
- ปฏิเสธการรับถุงพลาสติก เมื่อซื้อของเป็นสิ่ว หรือบ๊วยเป็น
เลือกซื้อสินค้าที่มีบรรจุภัณฑ์ที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม
- เลือกทานอาหารที่ร้านแทนการห่อกลับบ้าน



ใช้ซ้ำ REUSE

การใช้ซ้ำ การนำสิ่งของที่ใช้แล้วมาใช้ประโยชน์ให้คุ้มค่า

- เสื่อผ้าเก่าทำโปสเตอร์จาก หรือนำมาทำพวงพุ่ม
- ซ่อมแซมอุปกรณ์ต่างๆ เพื่อใช้ต่อไปไม่ทิ้งเป็นขยะ
- ใช้กระดาษทั้งสองหน้า
- ถัดเมล็ดของพืชหรือไม้ หรือประดิษฐ์
เพื่อใช้ประโยชน์
- ใช้บรรจุภัณฑ์ซ้ำหลายครั้งก่อนทิ้ง
เช่น ถุงพลาสติกใช้ใส่ของซ้ำ

นำกลับมาใช้ใหม่ RECYCLE

การนำกลับมาใช้ใหม่ การนำขยะมาแปรรูป
เพื่อนำกลับมาใช้ใหม่

- เลือกซื้อสินค้าที่ปากสัมผัสใช้แล้วได้
- เลือกซื้อสินค้าที่ผลิตจากวัสดุรีไซเคิล
- กู้แยกขยะที่สามารถรีไซเคิลได้ออกจากขยะประเภทอื่นๆ
เช่น ขวดแก้ว กระดาษ พลาสติก แลโซล
- เข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมการกู้แยกขยะรีไซเคิล เช่น สมาคมขยะรีไซเคิล ฟาบางขยะรีไซเคิล
- นำขยะรีไซเคิลเข้าสู่กระบวนการผลิตสินค้าใหม่ เช่น การขายให้ร้านรับซื้อของเก่า



กรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม
กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

REDUCE

ลด คือ ลดการบริโภคทรัพยากรต่างๆ



เมื่อไป Shopping



ตะกร้า



ถุงผ้า

ลดการใช้พลาสติก,
กระดาษ

พกแก้วส่วนตัว



หิ้วปิ่นโต



ซื้อของจำนวนน้อย
ไม่รับถุง



ถอดปลั๊ก เมื่อไม่ใช้งาน



เปลี่ยนมาใช้ผ้า



เดินทางใกล้ๆ.. ใช้จักรยาน



REUSE

ใช้ซ้ำ คือ นำของที่ยังใช้ได้กลับมาใช้ซ้ำอีกครั้ง

คุณแม่



เปลี่ยนมาใช้
ถ่านชาร์จ



บริจาคเสื้อผ้า
แทนการทิ้ง



ใช้กระดาษอย่างคุ้มค่า



แบ่งปันของเล่น



เช่านิตยสารหรืออ่านอีบุ๊ค



RECYCLE

แปรรูปผลิตภัณฑ์เพื่อนำกลับมาใช้ใหม่

ลูกชาย



ทิ้งขยะให้ถูกประเภท

ไม่ใช่เรื่องไกลตัว เด็กๆก็ทำได้



กับขยะพลาสติก สีเหลือง

ขยะ **Recycle** มีอยู่ 6 ประเภท ได้แก่



กระดาษ



โลหะ



แก้ว



พลาสติก



อะลูมิเนียม



ยาง

ผ่านกระบวนการแปรรูป



กลับมาเป็นบรรจุภัณฑ์หรืออื่นๆ