

การจัดการขยะ ในระดับชุมชน



เหมาะสำหรับ : ชุมชนระดับหมู่บ้านที่ต้องการแก้ไขปัญหาการจัดการขยะระดับครัวเรือน



ปัจจุบันเกิดการดำเนินงาน
“การจัดการขยะในระดับชุมชน”

จำนวน **125** โครงการ
ทั่วประเทศ

ครัวเรือนที่เข้าร่วมโครงการ

ร้อยละ 62.65

มีการคัดแยกและใช้ประโยชน์จากขยะอย่างสม่ำเสมอ



ขวดแก้ว



กระดาษ



ของสด



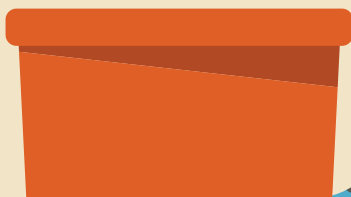
พลาสติก



ปริมาณขยะในครัวเรือนและชุมชน
ที่เข้าร่วมโครงการสามารถ

ลดลง ได้ถึง

ร้อยละ 66.16



ที่มาที่ไป

สำนักสร้างสรรค์โอกาสและนวัตกรรม (สำนัก 6) หนึ่งในหน่วยงานของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพหรือ สสส. ได้ทำหน้าที่เปิดโอกาสให้ทุกกลุ่มบุคคล ชุมชน องค์กร ได้ริเริ่มสร้างสรรค์การทำงานสร้างเสริมสุขภาพที่เป็นประโยชน์ ตอบโจทย์การแก้ปัญหาชุมชนและพื้นที่ด้วยการค้นหาวัตรกรรมสร้างเสริมสุขภาพหรือชุดความรู้ที่เป็นตัวอย่างปฏิบัติการที่ดี เพื่อนำไปต่อยอดและขยายผลในพื้นที่ต่อไป

จากจำนวนปริมาณขยะในชุมชนที่เพิ่มมากขึ้นและขาดการจัดการที่เหมาะสม ทำให้เกิดปัญหาสิ่งแวดล้อมในด้านต่าง ๆ ที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะของประชาชน ในขณะเดียวกันยังมีอีกหลายพื้นที่ที่มีตัวอย่างการจัดการขยะที่ดีสามารถเปลี่ยนขยะที่ดูไร้ค่าให้เป็นรายได้และใช้ประโยชน์ได้ จนเรียกได้ว่าไม่มีคำว่าขยะอีกต่อไป ทำให้สำนักสร้างสรรค์โอกาสและนวัตกรรม (สำนัก 6) ได้สนับสนุนการดำเนินงาน “การจัดการขยะในระดับชุมชน” เน้นการจัดการของหมู่บ้านในระดับครัวเรือน มีเป้าหมายเพื่อให้ชุมชนมีการคัดแยกขยะและการจัดการขยะได้อย่างเหมาะสม โดยเน้นให้ครัวเรือนมีการคัดแยกขยะและใช้ประโยชน์จากขยะได้อย่างถูกต้องเพื่อสร้างสุขภาวะให้กับชุมชน

ความสำคัญ ของการจัดการขยะ



เพราะขยะเป็นปัญหาสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ ทั้งจากสภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะกับการอยู่อาศัย สัตว์พาหะนำโรค กลิ่นรบกวน ทั้งนี้ข้อมูลจากกรมควบคุมมลพิษระบุว่า ขยะมูลฝอยของชุมชนจาก 76 จังหวัดทั่วประเทศในปี 2559 มีมากถึง 27.06 ล้านตัน คิดเป็นอัตราการเกิดขยะมูลฝอยที่ 1.14 กิโลกรัมต่อคนต่อวัน เพิ่มขึ้นจากปี 2558 ที่มีปริมาณขยะมูลฝอย 26.85 ล้านตัน คิดเป็นอัตราการเกิดขยะมูลฝอยที่ 1.13 กิโลกรัมต่อคนต่อวัน โดยการกำจัดขยะอย่างถูกต้องมี 9.59 ล้านตัน หรือ 36% การกำจัดขยะแบบไม่ถูกต้อง 11.69 ล้านตัน หรือ 43% และคัดแยกเพื่อนำไปใช้ประโยชน์เพียง 5.76 ล้านตัน หรือ 21%

จากข้างต้นแสดงให้เห็นถึงปัญหาของกระบวนการตั้งแต่การจัดเก็บ รวบรวม และคัดแยกขยะที่ทำให้ปัญหาขยะตกค้างพบมากในชุมชน ตลอดจนส่งผลกระทบต่อปัญหาด้านสิ่งแวดล้อม สุขภาพ และเศรษฐกิจของคนในชุมชน ดังนั้นการวางระบบการจัดการที่ดีตั้งแต่ต้นทางจนถึงปลายทางและสร้างการมีส่วนร่วมของสมาชิกในชุมชนตั้งแต่จุดเริ่มต้นอย่างขยะในครัวเรือนจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยสร้างสรรค์ชุมชนให้เป็นชุมชนแห่งความสุขที่สามารถจัดการขยะได้เป็นอย่างดี

แหล่งที่มา : กรมควบคุมมลพิษ.(2559) รายงานสถานการณ์ขยะมูลฝอยชุมชนของประเทศไทย ปี 2559
http://infotrash.deqp.go.th/wp-content/uploads/2017/06/wstzhz_annual2559.pdf

บทบาทของ สสส.

สสส. ทำหน้าที่จุดประกาย กระตุ้น สาน และเสริมพลังเพื่อให้คนในชุมชน ร่วมออกแบบ วางแผน และดำเนินการให้เกิดการคัดแยกขยะและ การจัดการขยะที่เหมาะสม โดยมีแนวทางในการดำเนินการ ดังนี้



สนับสนุนด้านความรู้

ส่งเสริมให้ชุมชนตระหนักและเข้าใจเรื่องการจัดการขยะ รวมทั้งการพัฒนา ศักยภาพของแกนนำในชุมชนผ่านการอบรมเสริมความรู้ด้านการจัดการขยะและ การใช้ประโยชน์จากขยะเพื่อให้เกิดการพัฒนาและต่อยอดงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ



การขับเคลื่อนทางสังคม

ส่งเสริมการเชื่อมประสานเครือข่ายทุกภาคส่วนในชุมชนผ่าน “คณะทำงานการ จัดการขยะ” เพื่อร่วมกันออกแบบ วางแผน และดำเนินการ โดยใช้ข้อมูลจากการ สืบรวจสถานการณ์ในพื้นที่และข้อมูลความรู้เป็นพื้นฐานในการดำเนินการ รวมทั้งส่ง เสริมการมีส่วนร่วมของทุกคนในชุมชนเพื่อร่วมหาแนวทางแก้ไขปัญหา



เชื่อมฝายนโยบาย

สนับสนุนและผลักดันให้เกิดกติกาและข้อตกลงการจัดการขยะในครัวเรือน และชุมชน

โครงการ การจัดการ ขยะ

วัตถุประสงค์
เพื่อให้ชุมชนมีการคัดแยก
และจัดการขยะอย่างเหมาะสม



จุดเน้น ครั้วเรือนมีการคัดแยกขยะและใช้ประโยชน์จากขยะ

กิจกรรม

จัดประชุมคณะทำงานอย่างน้อย 4 ครั้ง

- การประชาสัมพันธ์เชิญชวนและแต่งตั้งคณะทำงาน
- การสำรวจสถานการณ์ปัญหาในชุมชน
- จัดประชาคมหมู่บ้าน
- อบรมการจัดการขยะ
- การศึกษาดูงาน
- กำหนดกติกาการจัดการขยะ
- การประชาสัมพันธ์กติกา
- การปฏิบัติการคัดแยกขยะ
- ติดตามการจัดการขยะและสืบค้นข้อมูลของชุมชนทุกเดือน
- คัดเลือกและยกย่องครอบครัวที่มีการคัดแยกขยะ
- สรุบทบทเรียนการดำเนินงาน
- วางแผนขับเคลื่อนการจัดการขยะ

ผลลัพธ์

ตัวชี้วัด



รูปแบบในการดำเนินการจัดการขยะในระดับชุมชน

5 ขั้นตอนในการดำเนินการ

1. ค้นหาแกนนำ : “คณะทำงานการจัดการขยะ”

จัดตั้งคณะทำงานการจัดการขยะ ประกอบด้วย ตัวแทนจากกรรมการชุมชน ตัวแทนคุ้มต่าง ๆ ในชุมชน และผู้แทนอปท. โดยต้องมีข้อตกลงการทำงานที่ชัดเจน และมีแผนการปฏิบัติงาน

แนวทาง

ประชาสัมพันธ์ เชิญชวน และตั้งแกนนำจิตอาสาในชุมชน เป็นคณะทำงาน โดยมีประชุมอย่างน้อย 4 ครั้งใน 1 ปี

ประชุมครั้งที่ 1 ชี้แจง ทำความเข้าใจต่อสถานการณ์ปัญหา แบ่งหน้าที่ วางแผน การดำเนินงานร่วมกัน และรวบรวมข้อมูลปัญหาขยะในช่วงเริ่มต้น

ประชุมครั้งที่ 2 และ 3 สรุปความก้าวหน้าการทำงานตามแผน เสนอปัญหาที่พบ และร่วมกันหาทางแก้ปัญหา หรือพัฒนาการทำงานให้ดีขึ้น

ประชุมครั้งที่ 4 สรุปผลการดำเนินงานที่ผ่านมา และหารือถึงการทำงานนี้ต่อเนื่อง เพื่อความยั่งยืน

2. สร้างความตระหนักและความเข้าใจในการจัดการขยะ

- **ให้ความรู้** เพื่อให้รู้ จักประเภทของขยะและสามารถคัดแยกและจัดการขยะ ได้อย่างเหมาะสม
- **เกิดกติกาและข้อตกลงการจัดการขยะ** ในครัวเรือนและชุมชน

แนวทาง

- **จัดทำข้อมูล** สำรวจสถานการณ์ปัญหา ปริมาณ ชนิด และการคัดแยกขยะ แต่ละประเภท เพื่อวิเคราะห์และวางแผนการทำงาน
- **กำหนดกติการ่วม** กำหนดกติกาการจัดการขยะในครัวเรือนและชุมชน
- **ให้ความรู้** การจัดอบรมเสริมความรู้เรื่องการจัดการขยะและการใช้ประโยชน์จากขยะ กระตุ้นให้มีการคัดแยกขยะและใช้ประโยชน์จากขยะ

ตัวอย่างกติกาหรือข้อตกลงเรื่องขยะ



ลดปริมาณขยะ
ในครัวเรือน



มีการตกลงร่วมกัน
ในการจัดการขยะ
แต่ละประเภท



ต้องมีการคัดแยกขยะ
ในครัวเรือน



ทุกครัวเรือนจะไม่ทิ้งขยะ
ลงในที่สาธารณะ



ทุกครัวเรือนจะนำขยะไปขาย
หรือแลกสิ่งของกับ
ธนาคารขยะรีไซเคิล



นำขยะกลับมา
ใช้ประโยชน์

3. ปฏิบัติการคัดแยกขยะในครัวเรือนและชุมชน

- กระตุ้นให้มีการคัดแยกขยะในครัวเรือนและชุมชน และใช้ประโยชน์จากขยะ
- ตั้งเป้าหมายให้ครัวเรือนร้อยละ 50 มีการคัดแยกขยะและใช้ประโยชน์จากขยะ และลดปริมาณขยะที่ต้องจัดการลงร้อยละ 50

แนวทาง

ประชาสัมพันธ์และจัดกิจกรรม เพื่อกระตุ้นให้มีการคัดแยกขยะและใช้ประโยชน์จากขยะ

องค์ประกอบของความสำเร็จการดำเนินการ



เดิมกิจกรรมสนับสนุนเพื่อ “หล่อสีน” การขับเคลื่อนให้ไปถึงเป้าหมาย เช่น การตั้งกลุ่มเรียนรู้ พัฒนาเครื่องมือจัดการขยะและพัฒนากลไกคอยติดตาม กระตุ้นความสนใจ เป็นต้น

ตัวอย่างมาตรการสนับสนุน



1

การทำป้ายเชิควิวที่หน้าบ้าน
ของสมาชิกครัวเรือนที่
คัดแยกขยะต่อเนื่อง
สะอาด และขยะไม่เพิ่มขึ้น



2

การจัดฉลากของขวัญ
ให้เป็นกำลังใจแก่สมาชิกที่
เข้าร่วมโครงการ



3

ให้รางวัลร้านขายของชำ
ที่ลดการใช้ถุงพลาสติก



4

ทุกครัวเรือนจะไม่ทิ้งขยะ
ลงในที่สาธารณะ



5

กิจกรรมนำขยะแลกภาษี
บำรุงห้องที่ ภาษีโรงเรือน
และภาษีป้าย หรือแลก
ค่าธรรมเนียมการเก็บขยะ

4. ติดตามผลและสร้างแรงจูงใจในการคัดแยกขยะ

- มีการติดตามผลและสร้างแรงจูงใจในการจัดการขยะในครัวเรือนและชุมชนเป็นประจำทุกเดือน
- คำนวณข้อมูลการติดตามผลให้คนในชุมชนรับทราบในทุกเดือน คัดเลือกและยกย่องครัวเรือนที่มีการคัดแยกขยะ

แนวทาง

- คณะทำงานติดตามการจัดการขยะในครัวเรือน เก็บข้อมูลและประชุมคั่นข้อมูลการติดตามการจัดการขยะในชุมชนทุกเดือน
- คัดเลือกและยกย่องครัวเรือนที่มีการคัดแยกขยะ

5. สรุปผลและหาแนวทางปรับปรุงเพื่อให้เกิดความต่อเนื่อง

- สรุปผลเพื่อพัฒนาแนวทางการจัดการขยะที่เหมาะสมกับชุมชนต่อไป

แนวทาง

- แลกเปลี่ยนเรียนรู้พร้อมสรุปบทเรียนการดำเนินงานเพื่อสร้างความร่วมมือระหว่างคณะกรรมการหมู่บ้าน แกนนำ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง (เช่น อบต. รพสต.) ในการขับเคลื่อนการจัดการขยะต่อไป

ความสำเร็จของการ ลดยะระดับชุมชน

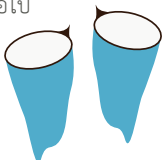
1. คริวเรือนที่เข้าร่วมโครงการร้อยละ 62.65 มีการคัดแยกและใช้ประโยชน์จากขยะอย่างสม่ำเสมอ
2. ปริมาณขยะในครัวเรือนและชุมชนที่เข้าร่วมโครงการสามารถลดลงได้ถึงร้อยละ 66.16
3. เกิดนวัตกรรมการจัดการขยะ เช่น ขยะแลกแต้ม ถึงกรีนโคนกำจัดขยะ
4. สามารถต่อยอดและต่อยอดกับค่าใช้จ่ายภาครัฐ เช่น ลดค่าจัดเก็บขยะจากเทศบาล
5. เกิดระบบเศรษฐกิจใหม่ในชุมชน เช่น กองทุนขยะบุญ กองทุนฌาปนกิจจากขยะรีไซเคิล

ตัวอย่างนวัตกรรมจัดการขยะในชุมชน

ใช้ดักขยะ

กรณีศึกษา ณ บ้านนาดี ตำบลโพธิ์ศรี
อำเภอปรังค์กู จังหวัดศรีสะเกษ

- นำผ้าเขียวหรือผ้าแห้ง (ตาข่ายไนลอน) ที่มีคุณสมบัติเหนียว ทนทาน ไม่ฝู้ง่าย มาทำเป็นเครื่องมือเหมือนไซดักปลา เพื่อเป็นที่จัดเก็บขยะ
- ผลิตให้มีขนาดสูงประมาณ 1 เมตร กว้าง 0.5 เมตร ทำหูรัดไว้ที่ก้นถุง
- ไซดักขยะ 1 ชุด จะมี 3 ช่อง คือ จุดทั้งขยะ 1) ประเภทขวดแก้ว 2) ขวดพลาสติก 3) โลหะ ซึ่งเป็นขยะที่เก็บขายได้และมีความในชุมชน เมื่อเห็นขยะได้ชัดเจนจะทำให้ง่ายต่อการจัดการต่อไป



ธงสีสับปัญหาขยะ

กรณีศึกษา ณ ชุมชนบ้านเหนือ
ตำบลนาใต้ อำเภอบ้านนาเดิม จังหวัดสุราษฎร์ธานี

การใช้ “ธงสี” สำหรับแบ่งบ้านเรือนเป็นกลุ่มย่อย เพื่อให้แกนนำสามารถดูแลลูกบ้านในกลุ่มได้อย่างทั่วถึง

- แกนนำในหมู่บ้านจะเลือกลูกบ้านเข้ากลุ่มตนเองสีละ 10 หลังคาเรือน
- นำธงสีประจำกลุ่มติดไว้ที่หน้าบ้าน
- การดำเนินงานเกิดการแข่งขันแบบไม่เป็นการ เป็นการกระตุ้นการตื่นตัวและความร่วมมือของแต่ละสีได้เป็นอย่างดี



กองทุนการจัดการขยะ เพื่อสวัสดิการชุมชน



กรณีศึกษา ณ บ้านแสงนาคร ตำบลนาแสง

อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ

- เทศบาลจัดตั้ง “ธนาคารขยะ” เพื่อรับซื้อขยะจากประชาชนที่เป็นสมาชิก โดยมีกติกาคือ

- 1) กองทุนนี้รับฝากเฉพาะขยะ (ประเภทใดก็ได้) เท่านั้น ไม่รับเป็นเงินสด
 - 2) สมาชิกทุกคนต้องขายอย่างน้อย 6 ครั้งขึ้นไป จึงจะมีสิทธิ์ได้รับเงินสวัสดิการ
 - 3) หากต้องการเบิกถอนเป็นเงินสด ต้องมียอดในบัญชีไม่ต่ำกว่า 300 บาท
- หากสมาชิกหรือคนในครอบครัวเสียชีวิต กองทุนจะหักเงินสมทบจากบัญชีสมาชิกที่ขายขยะครบ 6 เดือนแล้ว คนละ 30 บาท เพื่อมอบเป็นเงินฌาปนกิจสงเคราะห์ต่อไป

ถังกรีนโคนกำจัดขยะ



กรณีศึกษา ณ บ้านโพธาราม

ตำบลสันทราย อำเภอแม่จัน จังหวัดเชียงราย

ถังกรีนโคน (Green Cone) อุปกรณ์ช่วยทำปุ๋ยหมักจากเศษอาหารแบบตะกร้าฝังดิน สำหรับย่อยสลายขยะอินทรีย์ในครัวเรือน

- นำถังน้ำสีดำกับตะกร้าผ้ามาประกอบกัน โดยให้ถังน้ำสีดำปิดอยู่ด้านบน
- นำตะกร้าผ้าฝังลงในดิน
- ใส่ขยะเปียก/อินทรีย์ หรือขยะย่อยสลายได้ ลงในตะกร้าผ้าและปิดด้วยถังน้ำสีดำ
- ทิ้งไว้ประมาณ 245 วัน จะเกิดเป็นปุ๋ยหมักจากเศษอาหาร

เนื่องจากพลังงานแสงอาทิตย์ช่วยย่อยสลายความร้อนและอากาศภายในที่หมุนเวียนจะทำให้จุลินทรีย์เจริญเติบโตได้ดี ขณะเดียวกับการย่อยสลายในดินก็ป้องกันกลิ่นและแมลงวันรบกวน อีกทั้งอุปกรณ์สามารถโยกย้ายได้ง่าย นวัตกรรมนี้จึงเป็นที่ได้รับความนิยมจากชุมชนที่มาเรียนรู้ดูงานเป็นจำนวนมาก

ปัญหาทุกอย่างไม่ยากเกินไป หากทุกคนในชุมชนร่วมคิด
ร่วมทำ ร่วมสร้าง และต่อยอดสู่วิธีการใหม่ ๆ เพื่อแก้ไข
ปัญหาตามความเหมาะสมของบริบทชุมชนจะนำมาซึ่ง
ความเข้มแข็งและเสริมสร้างสุขภาวะของชุมชนได้อย่างยั่งยืน



ภาคผนวก

ประเภทขยะ

ประเภทขยะแบ่งออกเป็น 4 ประเภท ได้แก่



ขยะย่อยสลาย

คือ ขยะที่เน่าเสียและย่อยสลายได้เร็ว นำมาหมักทำปุ๋ยได้ เช่น เศษผัก เปลือกผลไม้ เศษอาหาร ใบไม้ เศษเนื้อสัตว์ เป็นต้น



ขยะรีไซเคิล

คือ ของเสียบรรจุภัณฑ์หรือวัสดุเหลือใช้ที่นำกลับมาใช้ประโยชน์ใหม่ได้ เช่น แก้ว กระดาษ กระป๋องเครื่องดื่ม เศษพลาสติก เศษโลหะ ก่อสร้างเครื่องตี เป็นต้น



ขยะทั่วไป

คือ ขยะประเภทอื่น ๆ ที่ย่อยสลายยาก ไม่คุ้มค่าถ้านำกลับมาใช้ประโยชน์ใหม่ เช่น พลาสติกห่อลูกอม ซองบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ถุงพลาสติกเปื้อนเศษอาหาร เป็นต้น



ขยะอันตราย

คือ ขยะปนเปื้อนที่ก่อให้เกิดอันตรายต่อคนและสิ่งแวดล้อม ได้แก่ ติดไฟง่าย ปนเปื้อนสารพิษ กัดกร่อน มีเชื้อโรคปะปนอยู่ ระเบิด ทำให้ระคายเคือง เป็นต้น

การคัดแยกขยะเพื่อนำไปใช้ประโยชน์

ก่อนนำขยะกลับมาใช้ประโยชน์ต้องมีการคัดแยกประเภทขยะภายในบ้าน สะดวกแก่ผู้เก็บขนและสามารถนำขยะบางชนิดไปขายเพื่อเพิ่มรายได้และง่ายต่อการกำจัด ดังนี้



- **ขยะอินทรีย์** ขยะย่อยสลาย คัดแยกเศษอาหาร กิ่งไม้ ใบไม้แต่ละชนิด ใส่ภาชนะที่มีฝาปิด
การนำไปใช้ประโยชน์ : เศษอาหารให้เลี้ยงสัตว์ เศษผักผลไม้หรือเศษอาหารนำไปทำขยะหมักหรือน้ำหมักจุลินทรีย์ (EM) กิ่งไม้ ใบไม้ผสมกากที่ได้จากการทำขยะหมักกลายเป็นปุ๋ยหมักอินทรีย์
- **ขยะรีไซเคิล** แยกชนิดที่ขายได้แต่ละประเภทเพื่อสะดวกในการหยิบใช้หรือจำหน่าย
การนำไปใช้ประโยชน์ : รวบรวมเข้ากิจกรรมของชุมชน นำมาใช้ซ้ำโดยประยุกต์เป็นอุปกรณ์ในบ้าน เช่น ขวดน้ำพลาสติกมาตัดเพื่อปลูกต้นไม้ เป็นต้น
- **ขยะอันตราย (ขยะพิษ)** แยกด้วยการนำขยะอันตรายออกจากขยะอื่น ๆ โดยการคัดแยกต้องระวังไม่ให้ขยะอันตรายแตกหักหรือสารเคมีที่บรรจุอยู่เข้าสู่ร่างกาย
การนำไปใช้ประโยชน์ : ขยะอันตรายบางประเภทเท่านั้นที่นำกลับมาแปรรูปใช้ใหม่ได้ เช่น หลอดฟลูออเรสเซนต์แบบตรง ถ่านชาร์จ เป็นต้น แต่ในปัจจุบันยังไม่มีมูลค่าพอที่จะขายได้
- **ขยะทั่วไป** ขยะทั่วไปย่อยสลายยาก แม้จะไม่ใช่พิษ แต่ไม่คุ้มค่าต่อการนำไปรีไซเคิล ควรคัดแยกออกมาให้ชัดเจน ทั้งพวกพลาสติกห่ออาหารและถุงพลาสติกเปื้อนเศษอาหาร
การนำไปใช้ประโยชน์ : ขยะทั่วไปเป็นขยะประเภทอื่น ๆ ที่ย่อยสลายยาก จึงไม่คุ้มค่าถ้าจะนำกลับมาใช้ประโยชน์ใหม่ เช่น พลาสติกห่อลูกอม ซองขนมกึ่งสำเร็จรูป ถุงพลาสติก เปื้อนเศษอาหาร โฟมเปื้อนอาหาร พอยล์เปื้อนอาหาร เป็นต้น

แนวทางการลดขยะ

ระดับครัวเรือน

แนวทางการลดขยะระดับครัวเรือนสามารถจัดการขยะอย่างเหมาะสมด้วยแนวทาง 3R ได้แก่ ลดการใช้ (Reduce) ใช้ซ้ำ (Reuse) และรีไซเคิล (Recycle) เพื่อใช้ประโยชน์จากขยะให้ได้สูงสุดและลดปริมาณขยะในชุมชนลง

ลดการใช้ (Reduce) ได้แก่

- ลดการขนขยะเข้าบ้าน ไม่ว่าจะเป็นถุงพลาสติก ถุงกระดาษ ขวดพลาสติก เป็นต้น
- ลดปริมาณขยะมูลฝอยอันตรายในบ้าน หลีกเลี่ยงการใช้สารเคมีภายในบ้าน เช่น น้ำยาทำความสะอาดต่าง ๆ แล้วไปใช้วิธีทางธรรมชาติ เช่น ใช้ผลมะนาวดับกลิ่นภายในห้องน้ำ เป็นต้น
- หลีกเลี่ยงการใช้โฟมและพลาสติกซึ่งกำจัดยาก เปลี่ยนเป็นใช้ถุงผ้า ซื้อมือถือ ปิ่นโตใส่อาหาร



ใช้ซ้ำ (Reuse) ได้แก่

- นำสิ่งของที่ใช้แล้วกลับมาใช้ใหม่ เช่น ถุงพลาสติกไม่เปื้อนใช้ใส่ของอีกครั้ง หรือใช้เป็นถุงใส่ขยะในบ้าน เป็นต้น
- นำขยะกลับมาใช้ใหม่และประดิษฐ์ของใช้ เช่น เชิงเทียน หมวก ขวดน้ำยาใส่ชีวภาพ
- นำขยะเปียก/อินทรีย์มาทำเป็นปุ๋ย น้ำหมักชีวภาพ หรือสารไล่แมลงเพื่อการเกษตรในสวนผักและผลไม้



รีไซเคิล (Recycle)

- นำวัสดุที่นำกลับมาใช้ใหม่ได้มาแปรรูปโดยกรรมวิธีต่าง ๆ ได้แก่ คัดแยกขยะรีไซเคิลแต่ละประเภท ได้แก่ แก้ว กระดาษ พลาสติก โลหะ
- นำไปขายเพื่อจัดทำกองทุนช่วยเหลือชุมชนหรือบริจาคเข้าธนาคารขยะ



‘การสร้างเสริมสุขภาพ คือ กระบวนการสนับสนุนให้ประชาชนสามารถ
ควบคุมพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง สังคม สิ่งแวดล้อม เพื่อให้บุคคล
ครอบครัว ชุมชน มีสุขภาวะ และคุณภาพชีวิตที่ดี’

กฎบัตรออตตาวาเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ (Ottawa Charter) ค.ศ. 1986



สามารถสืบค้นข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ห้องสร้างปัญญา ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
หรือดาวน์โหลดได้ที่ resource.thaihealth.or.th