



สำนักบริหารจัดการน้ำ กรมทรัพยากรน้ำ
กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

มาใช้น้ำ อย่างประหยัด



กับ
กรมทรัพยากรน้ำ





มาร่วมกันใช้น้ำอย่างประหยัด กับกรมทรัพยากรน้ำ



มาตุภูมิวัตรประจำวันของผมและครอบครัว
ใช้น้ำแบบประหยัดกันดีกว่า เพื่อให้ทรัพยากรน้ำ
ของประเทศไทยใช้ได้ตลอดไปเริ่มต้นจาก

การแปรงฟัน

ผมตื่นแต่เช้าและแปรงฟันแบบ
ประหยัดน้ำทุกวัน โดยการใช้แก้ว หรือใช้ขัน
รองน้ำจากก๊อกน้ำเพื่อใช้บ้วนปาก ผมจะไม่เปิดน้ำ
ให้ไหลทิ้งมันเปลืองครับ



การอาบน้ำ

ผมอาบน้ำวันละ 2 เวลา เช้า-เย็น
แต่อาบน้ำแบบประหยัดนะครับ โดยการใช้น้ำฝักบัว
หรือบางทีก็ใช้ขันตักอาบน้ำ และเวลาถูสบู่ก็จะ
ปิดน้ำ ไม่เคยอาบน้ำในอ่างแบบผู้ใหญ่เลยครับ

การถ่าย

ผมถ่ายเป็นประจำทุกวัน เพื่อ
สุขภาพ แต่ที่บ้านผมมีวิธีการประหยัด
น้ำในการใช้โถชักโครกผมใช้ขวดน้ำ
พลาสติกใส่น้ำหย่อนเอาไว้ หรือ
บางครั้งผมก็ใช้ก้อนอิฐใส่วางจะได้ลด
การใช้น้ำลง แต่ก็ยังสะอาดเหมือนเดิม



การล้างมือ

เมื่อถ่ายเสร็จผมจะล้างมือทุก
ครั้งเลยครับ แต่เวลาผมถูสบู่ ผมจะปิด
น้ำครับไม่เคยปล่อยน้ำให้ไหลทิ้งเลย
แล้วค่อยเปิดใหม่ตอนล้างสบู่



การโกนหนวด

พ่อผมชีครับโกนหนวด
ทุกวันเลยชอบเปิดน้ำทิ้งระหว่าง
การโกน ผมต้องคอยเตือนเสมอว่า
ให้ปิดน้ำหรือใช้แก้วมารองน้ำไว้
ก็ได้ จนเดี๋ยวนี้พ่อผมไม่เคยเปิดน้ำ
ทิ้งแล้วครับ

การซักผ้า

พี่สาวผมซักผ้าเองด้วยนะครับ
เขาจะแช่ผ้ากับผงซักฟอกก่อน จากนั้นค่อย
ขยี้ผ้า แล้วล้างน้ำสะอาดอีก 2 ครั้ง บางครั้ง
เห็นเขาใช้เครื่องซักผ้า เขาจะรวบผ้าให้ได้
ปริมาณที่พอเหมาะกับเครื่องแล้วค่อยซัก
ทีเดียวครับ



การถูบ้าน

เมื่อพี่ผมซักผ้าเสร็จ
เขามักจะให้ผมเอาน้ำสุดท้าย
จากการซักผ้า มาให้ผมถูบ้าน
เป็นประจำเลย บ้านผมก็เลย
สะอาดแวววาว ไม่มีฝุ่นผงเลยครับ

การล้างผักผลไม้

พี่สาวผมเขารัก
ความสะอาด แต่ก็ไม่ลืมการ
ประหยัดน้ำครับ เวลาล้างผัก
ผลไม้ พี่จะรองน้ำใส่ภาชนะ
แล้วปิดน้ำขณะล้าง แล้วค่อยเปิดใหม่อีกครั้งเมื่อเปลี่ยนน้ำล้าง
เท่านั้นผักผลไม้ก็สะอาดน่ารับประทาน



การล้างจาน

พี่สาวผมชอบล้างจาน
ผมเห็นพี่ผมเปิดน้ำรองใส่อ่าง
แล้วปิดน้ำ แล้วนำจานไปแช่
แล้วก็ใช้น้ำล้างจานล้างคราบ
อาหาร จนจานสะอาดเกลี้ยง
แล้วก็รองน้ำจนเต็มอ่างอีก
จากนั้นนำจานลงไปล้างน้ำ
ในอ่างที่รองน้ำไว้ทำแบบนี้ซัก 2 ครั้ง จานของพี่ผมก็จะสะอาด
เอี่ยมอ่อง โดยที่ไม่ต้องเปิดน้ำให้ไหลทิ้งเลย



การล้างรถ

พ่อผมชอบใช้ผมล้างรถ
ผมไม่เคยใช้สายยางฉีดเลย
ผมจะใช้ถังรองน้ำแล้วใช้ผ้า
ชุบน้ำขึ้นมาเช็ดดูจนรถของ
พ่อผมสะอาดใสเป็นมันวาว
ส่องหน้าได้เลยครับ

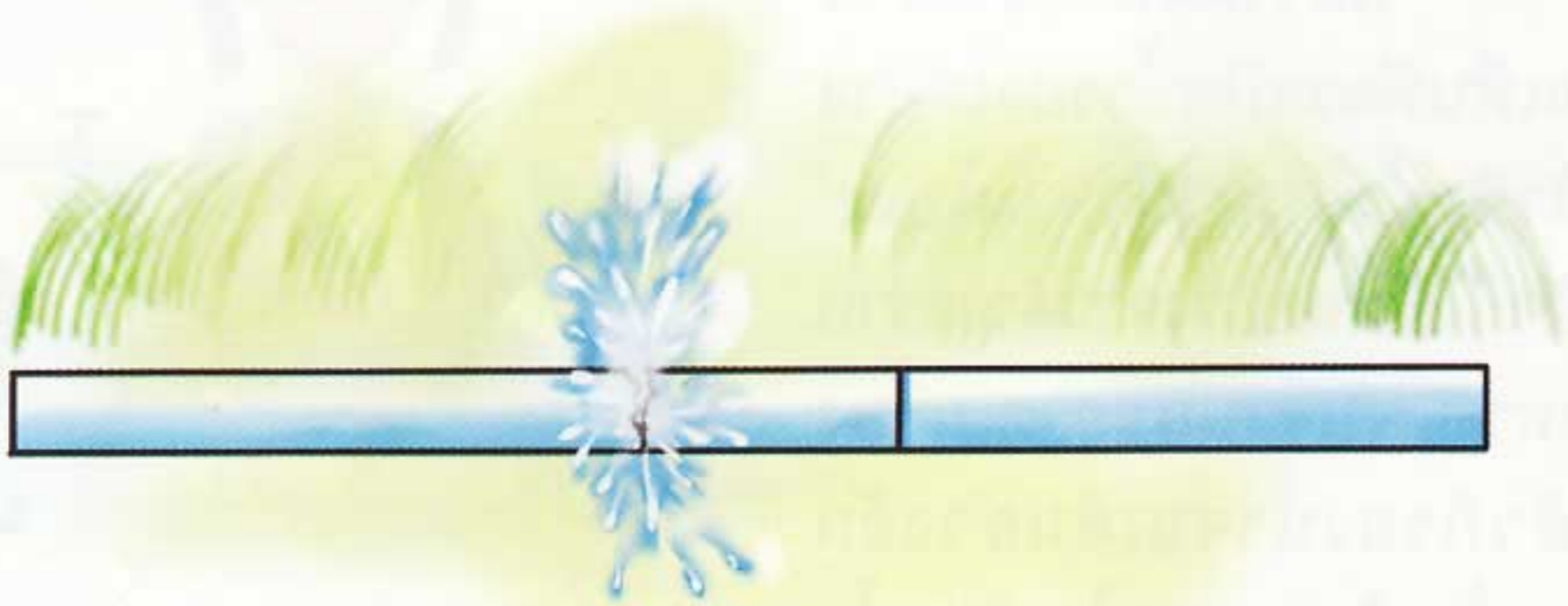
การรดน้ำต้นไม้

งานอดิเรกผมคือ การรดน้ำต้นไม้ คุณครู
บอกว่าไม่ให้ใช้สายยางฉีดผมเลยรองน้ำใส่ฝักบัว
แล้วหิ้วมารดต้นไม้ หรือบางครั้ง
ผมยังเอาน้ำที่เหลือจากการ
ถูบ้าน ล้างจาน ล้างรถ ล้างผัก
ผลไม้ มาใช้รดน้ำต้นไม้ด้วย
เดี๋ยวนี้ต้นไม้บ้านผมออกดอก
สวยงามมากเลย



การซ่อมแซมอุปกรณ์ประปา

พ่อผมจะคอยตรวจสอบท่อน้ำ และอุปกรณ์ประปา อยู่เป็นประจำ เพราะบางครั้งผมเห็นท่อรั่วเสียน้ำไปโดยเปล่าประโยชน์ตั้งเยอะ แต่เดี๋ยวนี้ไม่มีอีกแล้ว เพราะผมจะคอยดูตลอดเวลาเลย



โดยผมจะมีวิธีตรวจสอบว่ามีท่อรั่วหรือเปล่า โดยการปิดก๊อกน้ำทุกตัวที่มีอยู่ในบ้าน จากนั้นผมก็จะวิ่งไปดูที่มาตรวัดน้ำที่หน้าบ้าน หากเข็มหมุนหรือตัวเลขมีการขยับช้าๆ ก็แสดงว่ารั่วน้อยหากมีการขยับเร็วแสดงว่ารั่วมากละครับ



หากทุกคนทำได้เหมือนครอบครัวของผม รับรองได้เลยว่าเราจะมีน้ำใช้ไปได้อีกนาน แล้วก็เสียค่าน้ำลดลงอย่างแน่นอนเลยครับ

สถานที่ติดต่อ หน่วยงานกรมทรัพยากรน้ำ

สำนักบริหารจัดการน้ำ

โทร. 0-2271-6000 ต่อ 6854, 6742

โทรสาร. 0-2298-6608-9

สำนักงานทรัพยากรน้ำภาค 1

ส่วนบริหารจัดการน้ำ ลำปาง

555 หมู่ 15 ต.บ่อแก้ว อ.เมือง จ.ลำปาง 52000

รับผิดชอบจังหวัด ลำปาง เชียงราย เชียงใหม่ พะเยา

แม่ฮ่องสอน ลำพูน กำแพงเพชร ตาก

โทร. 0-5422-5441-2 โทรสาร. 0-5422-5442

สำนักงานทรัพยากรน้ำภาค 2

ส่วนบริหารจัดการน้ำที่ 1 สระบุรีและส่วนที่ 2 นนทบุรี

111 หมู่ 1 ต.หนองยาว อ.เมือง จ.สระบุรี 18000

รับผิดชอบจังหวัด สระบุรี เพชรบูรณ์ ลพบุรี

พระนครศรีอยุธยา อ่างทอง นนทบุรี ปทุมธานี

สมุทรปราการ สมุทรสาคร นครปฐม

โทร. 0-3622-5408, 0-3630-3423

โทรสาร. 0-3622-5290

ส่วนบริหารจัดการน้ำที่ 3 นครสวรรค์

323 หมู่ 1 ต.เก้าเลี้ยว จ.นครสวรรค์ 60230

รับผิดชอบจังหวัด นครสวรรค์ อุทัยธานี ชัยนาท

สิงห์บุรี

โทร. 0-5629-9376 โทรสาร. 0-5629-9376

สำนักงานทรัพยากรน้ำภาค 3

ส่วนบริหารจัดการน้ำ อุบลราชธานี

หมู่ 11 ถ.คลังอาวุธ ต.ขามใหญ่ อ.เมือง จ.อุบลราชธานี

34000

รับผิดชอบจังหวัด มุกดาหาร อุตรดิตถ์ หนองบัวลำภู

หนองคาย นครพนม สกลนคร เลย อำนาจเจริญ

โทร. 0-4531-3478, 0-4531-7308

โทรสาร. 0-4528-5074

สำนักงานทรัพยากรน้ำภาค 4

ส่วนบริหารจัดการน้ำ ขอนแก่น

ขอนแก่น อ.ศรีจันทร์ ต.ในเมือง อ.เมือง จ.ขอนแก่น

40000

รับผิดชอบจังหวัด ขอนแก่น กาฬสินธุ์ ชัยภูมิ มหาสารคาม

ร้อยเอ็ด ยโสธร

โทร. 0-4322-1714 โทรสาร. 0-4322-2811

สำนักงานทรัพยากรน้ำภาค 5

ส่วนบริหารจัดการน้ำ นครราชสีมา

กม. ที่ 7-8 ถ.นครราชสีมา-โชคชัย ต.หนองบัวศาลา

อ.เมือง จ.นครราชสีมา 30000

รับผิดชอบจังหวัด นครราชสีมา ศรีสะเกษ บุรีรัมย์

อุบลราชธานี สุรินทร์

โทร. 0-4421-2180-1, 0-4421-8700

โทรสาร. 0-4421-8705

สำนักงานทรัพยากรน้ำภาค 6

ส่วนบริหารจัดการน้ำ ชลบุรี

31/2 หมู่ 4 ถ.พระยาสุรศักดิ์ อ.บ้านสวน อ.เมือง จ.ชลบุรี

20000

รับผิดชอบจังหวัด ชลบุรี จันทบุรี ฉะเชิงเทรา ตราด

ปราจีนบุรี ระยอง สระแก้ว นครนายก

โทร. 0-3828-8980-1 โทรสาร. 0-3828-8978

สำนักงานทรัพยากรน้ำภาค 7

ส่วนบริหารจัดการน้ำ ราชบุรี

2/1 ถ.อุดมศิริ ต.หน้าเมือง อ.เมือง จ.ราชบุรี 70000

รับผิดชอบจังหวัด ราชบุรี กาญจนบุรี สุพรรณบุรี

ประจวบคีรีขันธ์ เพชรบุรี สมุทรสงคราม

โทร. 0-3233-8608-9 โทรสาร. 0-3233-8609

สำนักงานทรัพยากรน้ำภาค 8

ส่วนบริหารจัดการน้ำ สงขลา

ถ.กาญจนวนิชย์ ต.เขารูปช้าง อ.เมือง จ.สงขลา 90000

รับผิดชอบจังหวัด สงขลา ตรัง นราธิวาส ปัตตานี

พัทลุง ยะลา สตูล นครศรีธรรมราช

โทร. 0-7431-1980

สำนักงานทรัพยากรน้ำภาค 9

ส่วนบริหารจัดการน้ำ พิษณุโลก

ถ.สนามบิน ต.ในเมือง อ.เมือง จ.พิษณุโลก 65000

รับผิดชอบจังหวัด พิษณุโลก พิจิตร แพร่ น่าน อุตรดิตถ์

สุโขทัย

โทร. 0-5526-6251-4 โทรสาร. 0-5526-6251

สำนักงานทรัพยากรน้ำภาค 10

ส่วนบริหารจัดการน้ำ สุราษฎร์ธานี

3/9 หมู่ 3 ซ.วัดประดู่ ต.วัดประดู่ อ.เมือง จ.สุราษฎร์ธานี

84000

รับผิดชอบจังหวัด สุราษฎร์ธานี กระบี่ ชุมพร พังงา

ระนอง ภูเก็ต

โทร. 0-7720-0788 โทรสาร. 0-7726-9211

กรมทรัพยากรน้ำ

180/3 ถนนพระรามที่ 6 ซอย 34 แขวงสามเสนใน เขตพญาไท
กรุงเทพฯ 10400 โทร. 0-2271-6000