

สรุปการทำกิจกรรม 3 R / ลดการใช้พลังงาน/ 5 ส

กลุ่มงานเภสัชกรรมชุมชนได้ดำเนินกิจกรรม 3 R ดังต่อไปนี้

Reuse: ได้ดำเนินกิจกรรม ดังนี้

1. ไม่ใช้กระดาษหน้าเดียวแล้วทิ้ง ให้ใช้กระดาษทั้งสองหน้า
2. ใช้การส่งเอกสารต่อ ๆ กัน แทนการสำเนาเอกสารหลาย ๆ ชุด เพื่อประหยัดกระดาษ ประหยัดพลังงาน

Reduce: ได้ดำเนินกิจกรรม ดังนี้

1. ใช้ถุงผ้าเพื่อช่วยลดปริมาณการใช้ถุงพลาสติก
2. การ ใช้กล่องข้าว หรือปิ่นโตใส่อาหารแทน เพื่อลดการใช้บรรจุภัณฑ์ถุงพลาสติกและกล่องโฟม

Recycle: ได้ดำเนินกิจกรรมดังนี้

1. วัสดุเหลือใช้จากบรรจุภัณฑ์น้ำยาซักผ้าเพื่อใช้ประโยชน์ เช่น ใช้เป็นกระถางปลูกต้นไม้

กิจกรรมลดการใช้พลังงาน

1. ปิดสวิตช์ไฟ และเครื่องใช้ไฟฟ้าทุกครั้งที่เลิกใช้งาน
2. ถอดปลั๊กไฟทุกครั้งหลังใช้งาน
3. ปิดคอมพิวเตอร์ เมื่อไม่ใช้งาน
4. ปิดก๊อกน้ำหลังการใช้งาน
5. ทางเดียวกันไปด้วยกัน (คาร์พูล)

กิจกรรม 5 ส

1. สะสาง ทำให้เป็นระเบียบโดยการแยกแยะของที่จำเป็นต้องใช้กับของที่ไม่จำเป็นต้องใช้ ขจัดของที่ไม่จำเป็นต้องใช้ทิ้งไป
2. สะดวก จัดวางของในที่ที่ควรอยู่ โดยการจัดวางของที่จำเป็นต้องใช้ให้เป็นระเบียบสามารถหยิบใช้งานได้ทันที
3. สะอาด การทำความสะอาด โดยการปิดกวาดเช็ดถูสถานที่ สิ่งของ อุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้ ให้สะอาดอยู่เสมอ
4. สุขลักษณะ การรักษาความสะอาดโดย การรักษาและปฏิบัติ 3ส ได้แก่ สะสาง สะดวก และสะอาด ให้ดีตลอดไป

5. สร้างนิสัย การฝึกให้เป็นนิสัย โดยการรักษาและปฏิบัติ 4ส หรือสิ่งที่ กำหนดไว้แล้วอย่างถูกต้อง
จนติดเป็นนิสัย