



ประกาศกรมสุขภาพจิต

เรื่อง มาตรการประหยัดพลังงาน และประหยัดน้ำ กรมสุขภาพจิต

ตามมติคณะรัฐมนตรี เมื่อวันที่ ๒๒ มีนาคม ๒๕๖๕ ได้ขอความร่วมมือให้หน่วยงานภาครัฐลดการใช้พลังงานให้ได้อย่างน้อยร้อยละ ๒๐ (ไฟฟ้าและน้ำมันเชื้อเพลิง) นั้น

เพื่อให้การประหยัดพลังงาน และการประหยัดน้ำ ประสบผลสำเร็จ กรมสุขภาพจิตจึงกำหนดมาตรการประหยัดพลังงานไฟฟ้า น้ำมันเชื้อเพลิง และน้ำประปา ให้หน่วยงานถือปฏิบัติตามมาตรการ ดังนี้

๑. ด้านไฟฟ้า

๑.๑ เครื่องปรับอากาศ

๑.๑.๑ มีการกำหนดเวลาการเปิด - ปิดเครื่องปรับอากาศ

สำนักงาน

- วันทำการ เปิด เวลา ๐๙.๓๐ - ๑๑.๓๐ น. และ ๑๓.๓๐ - ๑๖.๐๐ น.

ปิด เวลา ๑๑.๓๐ - ๑๓.๓๐ น. และ ๑๖.๐๐ น.

- วันหยุดราชการปิดตลอดเวลา

ห้องประชุม

- เปิดก่อนเวลาประชุม ๑๕ นาที ปรับอุณหภูมิเครื่องปรับอากาศให้เหมาะสม

กับสภาพภูมิอากาศ และปิดทันทีเมื่อเลิกประชุม

๑.๑.๒ ตั้งอุณหภูมิเครื่องปรับอากาศที่ ๒๕ องศาเซลเซียส

๑.๑.๓ ปิดเครื่องปรับอากาศทุกครั้งหากไม่อยู่สำนักงานเป็นเวลานาน ตั้งแต่ ๑ ชั่วโมงขึ้นไป

๑.๑.๔ ควรเลือกขนาดของเครื่องปรับอากาศที่เหมาะสมกับขนาดของห้อง

๑.๑.๕ จัดทำแผนการบำรุงรักษาเครื่องปรับอากาศ (ทำความสะอาดทั้งระบบ ๖ เดือน/ครั้ง)

๑.๑.๖ ปลุกต้นไม้ให้ร่มเงากับอาคาร ช่วยให้เครื่องปรับอากาศทำงานน้อยลง

๑.๑.๗ ปิดพัดลมดูดอากาศเมื่อเปิดเครื่องปรับอากาศ และปิดประตู-หน้าต่างหรือช่องระบายอากาศ ต่าง ๆ

เพื่อกันความร้อนจากภายนอก

๑.๑.๘ ควรแต่งกายให้สุภาพเรียบร้อย และเหมาะสมกับสภาพภูมิอากาศ

๑.๒ ไฟฟ้าส่องสว่าง

๑.๒.๑ ปิดไฟช่วงเวลาพักเที่ยงและเมื่อเลิกใช้

๑.๒.๒ หากอยู่ในพื้นที่ที่มีแสงสว่างเพียงพอไม่เปิดไฟส่องสว่าง หรือเปิดเพียงบางส่วนเท่านั้น เปิดม่านหรือหน้าต่างเพื่อรับแสงจากธรรมชาติให้มากที่สุด

๑.๒.๓ ใช้หลอดไฟแบบประหยัดพลังงานและมีประสิทธิภาพ

๑.๒.๔ ใช้ไฟฟ้าแบบสวิตช์กระตุก

๑.๒.๕ บำรุงรักษา ทำความสะอาดอุปกรณ์ไฟฟ้าส่องสว่างอย่างสม่ำเสมอ

๑.๓ ลิฟต์โดยสาร

- ๑.๓.๑ มีการกำหนดเวลาการใช้ลิฟต์
- ๑.๓.๒ รมรงค์เดินขึ้น - ลงบันไดขั้นเดียวแทนการใช้ลิฟต์
- ๑.๓.๓ ก่อนปิดประตูลิฟต์ควรรับเพื่อนร่วมทางที่จะขึ้นลิฟต์ไปพร้อมกัน

๑.๔ คอมพิวเตอร์

- ๑.๔.๑ ปิดหน้าจอทุกครั้งที่ไม่ใช้งานเกิน ๑๕ นาที ปิดเครื่องเมื่อไม่ได้ใช้งานเกิน ๑ ชั่วโมง
- ๑.๔.๒ เลือกซื้อคอมพิวเตอร์ที่มีระบบประหยัดพลังงาน หรือมีสัญลักษณ์ Energy Star และไม่ควรรีไฟจอที่มีขนาดใหญ่เกินความจำเป็น
- ๑.๔.๓ เครื่องคอมพิวเตอร์ควรมีเฉพาะโปรแกรมที่จำเป็นสำหรับใช้งาน
- ๑.๔.๔ ไม่ควรใช้อินเตอร์เน็ต หรือใช้งานอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติงานในสถานที่ทำงาน

๑.๕ เครื่องใช้ไฟฟ้าอื่น ๆ

- ๑.๕.๑ ปิดเครื่องใช้ไฟฟ้าเมื่อเลิกใช้งาน และถอดปลั๊กทุกครั้ง ไม่ควรปิดด้วยรีโมทคอนโทรล
- ๑.๕.๒ เลือกใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าให้เหมาะสมกับรูปแบบและลักษณะของงาน
- ๑.๕.๓ ตู้เย็นตั้งห่างจากผนังอย่างน้อย ๑๕ เซนติเมตร พร้อมทั้งตรวจสอบดูแลบำรุงรักษาอย่างสม่ำเสมอ ไม่ควรนำของร้อนแช่ในตู้เย็น และไม่ควรเปิดบ่อยหรือเปิดทิ้งไว้นาน ๆ
- ๑.๕.๔ ดูแลบำรุงรักษาเครื่องใช้ไฟฟ้าทุกชนิดอย่างสม่ำเสมอ
- ๑.๕.๕ กรณีจัดหาเครื่องใช้ไฟฟ้าใหม่ ควรเลือกซื้อชนิดที่มีเครื่องหมายรับรองการประหยัดพลังงาน

๒. ด้านน้ำมันเชื้อเพลิง

๑. ศึกษาเส้นทางและวางแผนการเดินทางล่วงหน้าก่อนออกรถทุกครั้ง
๒. ใช้รถร่วมกัน (CAR POOL) กรณีใช้เส้นทางเดียวกัน หรือไปสถานที่เดียวกันในระยะเวลาใกล้เคียงกัน
๓. ใช้เครื่องมือสื่อสาร เช่น โทรศัพท์เคลื่อนที่ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ โทรสาร ไปรษณีย์ แทนการเดินทาง
๔. พนักงานขับรถยนต์บำรุงรักษารถยนต์ให้อยู่ในสภาพดีอยู่เสมอ ตรวจเช็คลมยาง และไส้กรองอากาศ ไม่ควรติดเครื่องยนต์ระหว่างจอดรอ โดยให้ปฏิบัติตามระเบียบปฏิบัติงานยานพาหนะ
๕. ผู้ใช้บริการไม่ควรออกนอกเส้นทางของการขอใช้รถ
๖. ไม่ควรบรรทุกหรือเก็บสัมภาระเกินความจำเป็น

๓. ด้านน้ำประปา

๑. สำรวจ ตรวจสอบท่อน้ำประปา เครื่องใช้สุขภัณฑ์ อุปกรณ์ต่างๆ หากมีน้ำรั่วไหลหรือชำรุด ให้ดำเนินการซ่อมแซมหรือเปลี่ยนอุปกรณ์ทันที
๒. ควรใช้ขวดบรรจุน้ำใส่ในชักโครก เพื่อลดการใช้น้ำ
๓. ไม่เปิดน้ำไหลตลอดเวลาขณะล้างหน้า เพราะจะสูญเสียน้ำโดยเปล่าประโยชน์
๔. ล้างจานในภาชนะที่ขังน้ำไว้ จะประหยัดน้ำได้มากกว่าปล่อยให้ น้ำไหลจากก๊อกน้ำตลอดเวลา
๕. ไม่ทิ้งเศษอาหาร กระดาษ สารเคมีทุกชนิด ลงในชักโครก เพราะจะสูญเสียน้ำปริมาณมาก เพื่อไล่สิ่งของดังกล่าวลงท่อ
๖. การล้างรถยนต์สำนักงาน ไม่ควรใช้สายยางและเปิดน้ำไหลตลอดเวลาขณะล้างรถ และไม่ควรร้างบ่อจนเกินไป เพราะนอกจากจะสิ้นเปลืองน้ำแล้ว ยังทำให้เกิดสนิมตัวถังได้ด้วย

๗. ห้ามนำรถยนต์ส่วนตัวมาล้างที่สำนักงาน
๘. การรดน้ำต้นไม้ ควรใช้ Sprinkler หรือฝักบัวรดน้ำแทนการฉีดด้วยสายยางหรือปล่อยน้ำทิ้งไว้ และควรนำน้ำเสียที่ผ่านการบำบัด นำมารดน้ำต้นไม้แทนการใช้น้ำประปา

จึงประกาศมาให้ทราบทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๗ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๕


(นายจุมภฏ พรหมสีดา)

รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต

ปฏิบัติราชการแทนอธิบดีกรมสุขภาพจิต