



คู่มือ
เลือกซื้อสินค้าและบริการ
ที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม





พิมพ์เผยแพร่โดย

กองส่งเสริมและเผยแพร่ กรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม
กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
49 พระราม 6 ซอย 30 ถนนพระราม 6 พญาไท กรุงเทพฯ 10400
โทรศัพท์ 0-2278-8400 โทรสาร 0-2298-5631 <http://www.deqp.go.th>

พิมพ์ครั้งที่ 1 พ.ศ. 2549

ISBN : 974-7530-23-6

ที่ปรึกษา

อภิวัดน์ เศรษฐรักษ์	อธิบดีกรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม
พรทิพย์ ปิ่นเจริญ	รองอธิบดีกรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม
ประดิษฐ์ บุญตันตราภรณ์	รองอธิบดีกรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม
สากุล จินะกุล	รักษาราชการแทนผู้อำนวยการกองส่งเสริมและเผยแพร่

บรรณาธิการ

ระเบียบ ภูผา นักวิชาการเผยแพร่ 6ว

คณะบรรณาธิการ

ลาวัณรี ศรีสุข	ผู้อำนวยการส่วนสิ่งแวดล้อมศึกษา
บรรพต อมราภิบาล	นักวิชาการเผยแพร่ 7ว
ชุลีพร โชคลา	นักวิชาการเผยแพร่ 7ว
ภาวิณี ณ สายบุรี	นักวิชาการเผยแพร่ 6ว
เพชรดา อ้อชัยภูมิ	นักวิชาการเผยแพร่ 5
ผกาภรณ์ ยอดพลอบ	นักวิชาการเผยแพร่ 4

จัดทำข้อมูลและออกแบบรูปเล่มโดย

ดร.พงษ์วิภา หล่อสมบุญ	ผู้อำนวยการฝ่ายธุรกิจและสิ่งแวดล้อม
ปฐม ชัยพุกขาทล	ผู้จัดการโครงการฉลากเขียว / รองนักวิจัย
เพ็ญลักษณ์ เทศสุวรรณ	รองนักวิจัย



สถาบันสิ่งแวดล้อมไทย www.tei.or.th



คำนำ

การแก้ไขปัญหาล้างแวล้อมในปัจจุบัน เน้นการใช้แนวคิดแก้ปัญหาที่จุดเริ่มต้น ควบคู่ไปกับการส่งเสริมกลไกการมีส่วนร่วมเป็นตัวร่วมขับเคลื่อนในการเรียนรู้สภาพปัญหา และแสวงหาทางแก้ไขร่วมกันในการเยียวยาและบรรเทา เพื่อรักษาลมหายใจของล้างแวล้อม

กรมส่งเสริมคุณภาพล้างแวล้อม จึงได้จัดทำคู่มือเลือกซื้อสินค้าและบริการที่เป็นมิตรต่อล้างแวล้อม เพื่อให้ความรู้ แนวคิด ตลอดจนให้ข้อมูล แนวทางการเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ต่างๆ ที่ใส่ใจในกระบวนการผลิต ตั้งแต่ต้นจนเสร็จสิ้นเป็นผลิตภัณฑ์สำหรับใช้ในชีวิตประจำวัน

สมาชิกในสังคมมีส่วนร่วมรับผิดชอบในการทำให้สภาพแวดล้อมของเราดีขึ้นได้ ด้วยการเปลี่ยนแปลงวิถีการบริโภคแบบเดิมไปสู่การบริโภคที่ยั่งยืน โดยการเลือกใช้สินค้าหลากหลายเขียว สินค้าประหยัดพลังงาน สินค้าเกษตรอินทรีย์ สินค้าจากวัสดุแปรรูป และสินค้าที่ได้มาจากป่าปลูก เพื่อที่วันหนึ่งข้างหน้าเมื่อมีคนตั้งคำถามกับเราว่าทำอะไรเพื่อคนรุ่นหลัง เราจะได้ร่วมกันตอบคำถามด้วยการใช้วิธีปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภคเลือกซื้อและใช้อย่างชาญฉลาดโดยไม่เป็นภาระต่อสภาพแวดล้อม เพียงเท่านี้ก็จัดได้ว่า เราได้ทำอะไรดีๆ เพื่อโลกใบนี้แล้ว

กรมส่งเสริมคุณภาพล้างแวล้อม
มกราคม 2549



สารบัญ

ส่วนที่ 1 ขนาดใช้	หน้า
* หมุนทันโลก	6
* ทำไมต้องเลือกใช้สินค้าและบริการที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม	10
* เลือกซื้อ เลือกใช้ แล้วได้ประโยชน์อย่างไร	12
ส่วนที่ 2 ขนาดรู้ ขนาดเลือก	
* รู้จักสินค้าและบริการที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม	16
* เหมือนหรือแตกต่างจากสินค้าทั่วไปอย่างไร	18
* สังเกตได้อย่างไร	19
* สินค้าหลากหลาย	21
* สินค้าประหยัดพลังงาน	47
* สินค้าผลิตจากวัสดุแปรใช้ใหม่	63
* สินค้าเกษตรอินทรีย์	71
* สินค้าที่ได้จากการจัดการป่ายั่งยืน	75
* ตัวอย่างบริการสีเขียว	77
ส่วนที่ 3 ขนาดติดได้ประโยชน์	
* เลือกซื้อ เลือกใช้ ใครก็ได้ประโยชน์	90
* พลังเครือข่าย	91
* เครือข่ายสีเขียวสากล	94
ส่วนที่ 4 ขนาดซื้อ	
* เครื่องปรับอากาศ	96
* หลอดฟลูออเรสเซนต์	97
* ผลิตภัณฑ์จากไม้ยางพารา/ของเล่น/ตุ๊กตา	101
* ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดถ้วยชาม	101
* เครื่องถ่ายเอกสาร/ลิโม่ลิ้น	102
* กระดาษบรรจุภัณฑ์/ฉนวนกันความร้อน	104
* เครื่องเรือนเหล็ก/สถานีบริการน้ำมันเชื้อเพลิง	104
* เครื่องสูบน้ำ/สารซักฟอก/ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดพื้นผิว	105
* บริการโรงแรมสีเขียวในประเทศไทย	106
ส่วนที่ 5 บทสรุปส่งท้าย	107
เอกสารอ้างอิง	110