

## 健康週報

【環境保護 你我一起來】

發行日期：112年11月06日

現在政府在推動環保的相關議題，身為地球上的一員，我們可以怎麼一起來響應環保愛護地球呢？

提出以下10種方法，在生活中就可以依同隨手愛護地球嘍

-  外出搭乘綠色載具  
自行開騎車會造成較多的廢氣排放，可以嘗試騎乘單車或是搭乘大眾運輸工具，可以將低廢氣排放。
-  確實做好垃圾分類  
按照分類確實進行，不僅能減少垃圾負荷量，經由回收可以將資源或廚餘再利用。
-  自備環保餐具、環保袋  
校費時重複利用，避免一次性餐具使用，是最直接也最容易做到的環保動作。
-  選擇環境友善餐廳  
可以選擇不主動提供一次性餐具，選用在地食材減少運輸時造成的不比較碳排放。
-  參與淨山、淨灘活動  
親近大自然，動手清理遺留在自然環境中的廢棄物，一起維護珍貴的自然資源。
-  在室內種植盆栽  
可改善通風不良的室內環境空氣，也能降低二氧化碳排放，達到減碳昇智空屋的效果。
-  不追逐快時尚
-  使用電子載具  
每年大中都使用大量的發票及明細，如果從自我改成使用電子載具，將發票歸戶手機條碼內，就能避免在日常購物時造成紙張的浪費。
-  延長物品的使用壽命  
珍惜使用物品，像是家電、傢俱可以定期保養，延長其使用壽命；洗衣服時多加利用洗衣袋，避免衣物被洗衣機拉扯；遇到物品、家電故障時，嘗試請人維修、排除問題。這些行為都能讓物品能被持續使用下去，就不用再花錢購買新品。
-  選擇環保包裝的消費模式

資料來源：配客嘉股份有限公司

