

10 วิธีประหยัดไฟและพลังงานง่าย ๆ ลดได้มากกว่า 10 % หากพวกเราทำได้จะลดการพึ่งพาการนำเข้าพลังงาน ลดค่าใช้จ่ายของประชาชน และช่วยให้พวกเราผ่านพ้นวิกฤตินี้ไปด้วยกัน

10 วิธีประหยัดไฟง่ายๆ บ้านหลังไหนๆก็ลดได้ 10%

1

เครื่องปรับอากาศ

- เพิ่มอุณหภูมิ 1 องศา
- ตั้งเวลาปิดก่อนตื่นนอน 15-30 นาที
- ล้างเครื่องปรับอากาศ 2 ครั้ง/ปี

ประหยัดได้ 290 บาท คิดเป็น 6%

2

เครื่องทำน้ำอุ่นไฟฟ้า

- ปิดน้ำร้อนตอนพอกสบู่
- เปิดใช้เท่าที่จำเป็น

ประหยัดได้ 119 บาท คิดเป็น 2.5%

3

กระติกน้ำร้อนไฟฟ้า

- ดับน้ำเก่าที่ขี
- ถอดปลั๊กหลังใช้เสร็จ

ประหยัดได้ 25 บาท คิดเป็น 0.5%

4

หม้อหุงข้าว เตาไมโครเวฟ โทรทัศน์ คอมพิวเตอร์

- ถอดปลั๊กหลังเลิกใช้งาน

ประหยัดได้ 11 บาท คิดเป็น 0.2%

5

ตู้เย็น

- ไม่เปิดประตูเย็นนาน/บ่อยเกินไป
- ไม่แช่ของแน่นตู้

ประหยัดได้ 19 บาท คิดเป็น 0.4%

6

พัดลมไฟฟ้า

- ปรับลดระดับ Speed 1 ระดับ
- ถอดปลั๊กเมื่อเลิกใช้งาน

ประหยัดได้ 18 บาท คิดเป็น 0.4%

7

หลอดไฟฟ้าแสงสว่าง LED

- ปิดดวงที่ไม่จำเป็น 5%

ประหยัดได้ 11 บาท คิดเป็น 0.2%

8

เตารีดไฟฟ้า

- ถอดปลั๊กออกก่อนรีดเสร็จ 2 นาที
- ใช้ความร้อนที่เหลืออยู่

9

ปั๊มน้ำ

- ใช้น้ำอย่างประหยัดอย่างน้อย 10%
- ลดการทำงานปั๊มน้ำ

10

เครื่องซักผ้า

- รวมผ้าซักครั้งละหลายๆ ตามขนาดของเครื่อง

ประหยัดได้ 11 บาท คิดเป็น 0.2%

ข้อมูลใช้คำนวณการประหยัดไฟฟ้า

- เครื่องปรับอากาศ 3 เครื่อง (9,000, 13,000, 18,000 BTU)
- ตู้เย็น 7.7 คิว (217.2 ลิตร)
- เครื่องทำน้ำอุ่นไฟฟ้า 3 เครื่อง (เครื่องละ 3,500 วัตต์)
- กระติกน้ำร้อนไฟฟ้า
- พัดลมไฟฟ้า 3 เครื่อง (ขนาด 16-18 นิ้ว)
- หลอดไฟฟ้าแสงสว่าง LED (หลอดกลม E27 37 หลอด)
- หม้อหุงข้าว เตาไมโครเวฟ โทรทัศน์ คอมพิวเตอร์
- เครื่องซักผ้า เตารีด ปั๊มน้ำอัตโนมัติ

ถ้าครัวเรือนประหยัดไฟฟ้าได้ 10% ประเทศจะประหยัดได้ 40,000 ล้านบาท / ปี แต่ถ้าช่วยกันทุกภาคส่วน (รวมภาคอุตสาหกรรมและธุรกิจ) ประเทศจะประหยัดได้ถึง 150,000 ล้านบาท / ปี (ช่วยประหยัดเชื้อเพลิงราคาสูง คือ LNG ในการผลิตไฟฟ้า : ปัจจุบันราคา LNG สูงขึ้นเกิน 35 USD/ล้านบีทียู ทำให้ต้นทุนค่าไฟฟ้าจาก LNG สูงถึงหน่วยละ 7.50 บาท)

dede.go.th dedeofthailand theenergysavingnews

ภาพประกอบ: กองแผนพลังงาน กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ กระทรวงพาณิชย์

1 / 2

10 วิธีประหยัดน้ำมัน

ง่ายๆ ลดได้มากกว่า 10 %



1 ขับรถ... ใช้ความเร็วคงที่ (90 กม./ชม.ประหยัดน้ำมันมากที่สุด)
ประหยัดได้ 3.7 ลิตร / เดือน
คิดเป็น 161 บาท / เดือน
ประหยัด 3 %



2 Work From Home สัปดาห์ละ 1-3 วัน
ประหยัดได้ 17-50 ลิตร / เดือน
คิดเป็น 740-2,177 บาท / เดือน
ประหยัด 40 %



3 วันหยุดเน้นใช้รถสาธารณะ (Car-Free Sundays)
ประหยัดได้ 7 ลิตร / เดือน
คิดเป็น 305 บาท / เดือน
ประหยัด 5.5 %



4 ไปธุระใกล้บ้านใช้จักรยาน
ประหยัดได้ 1 ลิตร / เดือน
คิดเป็น 43 บาท / เดือน
ประหยัด 0.8 %

*** ข้อมูลใช้คำนวณค่าประหยัดน้ำมัน**

- ขับรถ ไป-กลับต่อวัน 50 กม.
- สภาพรถอยู่ในขั้นปกติ ไม่เกิน 7 ปี
- ประสิทธิภาพการกินน้ำมัน 12 กม./ลิตร
- ขนาดรถ 1,500-1,600 ซีซี.

ใช้น้ำมันเดือนละ 125 ลิตร 5,443 บาท/เดือน
(ราคา 43.54 บาท/ลิตร (E20 บางจาก 23 มิ.ย. 65))



5 ไม่ขับ...ก็ดับเครื่อง ไม่ติดเครื่องจอดรอนานๆ เพียงวันละ 5 นาที
ประหยัดได้ 3 ลิตร / เดือน
คิดเป็น 131 บาท / เดือน
ประหยัด 2.4 %



6 ตรวจสอบเส้นทาง ก่อนเดินทาง ใช้ GPS ถึงที่หมายรวดเร็ว
ประหยัดได้ 0.5 ลิตร / เดือน
คิดเป็น 22 บาท / เดือน
ประหยัด 0.4 %



7 ขับประหยัด ไม่เบรกบ่อย ไม่เร่งแรง ก่อนไฟแดง ชะลอความเร็ว
ประหยัดได้ 1.2 ลิตร / เดือน
คิดเป็น 52 บาท / เดือน
ประหยัด 1.0 %



8 เติมน้ำมันเหมาะสม ตามคู่มือรถ
ประหยัดได้ 2.4 ลิตร / เดือน
คิดเป็น 104 บาท / เดือน
ประหยัด 1.9 %



9 หมั่นทำความสะอาด ไส้กรองอากาศและ เปลี่ยนตามกำหนด
ประหยัดได้ 1.95 ลิตร / เดือน
คิดเป็น 85 บาท / เดือน
ประหยัด 1.6 %



10 หันมาใช้รถยนต์ไฟฟ้า BEV
คิดค่าไฟฟ้ารถ EV เฉลี่ย 0.65 บาท / กม.
ใช้รถ 1,500 กม. / เดือน
คิดเป็นค่าไฟฟ้า 975 บาท
ประหยัดลงเปรียบเทียบกับใช้น้ำมัน 4,468 บาท

ทำตามข้อ 1 - 9 จะประหยัดได้ 1,643-3,080 บาท หรือประหยัดได้สูงสุดรวม 56.5 %



กรมส่งเสริมพลังงาน
และอนุรักษ์พลังงาน
กระทรวงพลังงาน