

คำถาม GREEN QUIZ หมวด 1

คำถาม	คำตอบ
<p>1. นโยบายด้านสิ่งแวดล้อมของสำนักงานประธาณวุฒิสภา ปีงบประมาณ 2567 มีกี่ข้อ (ยกตัวอย่างคร่าว ๆ มาอย่างน้อย 2 ข้อ)</p>	<p>นโยบายด้านสิ่งแวดล้อมของสำนักงานประธาณวุฒิสภา ปีงบประมาณ 2567 มี 7 ข้อ ได้แก่</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ดำเนินการปรับปรุงระบบการจัดการสิ่งแวดล้อมอย่างต่อเนื่อง</li> <li>2) ลดการใช้ทรัพยากรและพลังงานที่สิ้นเปลือง ได้แก่ การใช้ไฟฟ้า น้ำประปา น้ำมันเชื้อเพลิง กระดาษ หมึกพิมพ์ อุปกรณ์เครื่องเขียน วัสดุอุปกรณ์อื่นๆ มีการนำนวัตกรรม เทคโนโลยีทันสมัยมาใช้</li> <li>3) มีการจัดการของเสียอย่างมีประสิทธิภาพ</li> <li>4) ดำเนินการจัดซื้อจัดจ้าง การเลือกใช้วัสดุ อุปกรณ์ เครื่องใช้สำนักงาน และบริการเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม</li> <li>5) ปฏิบัติตามเกณฑ์การเป็นสำนักงานสีเขียวและกฎหมายที่เกี่ยวข้อง</li> <li>6) สร้างความรู้และความตระหนักด้านสิ่งแวดล้อมกับผู้บริหาร บุคลากรทุกระดับและผู้ที่เกี่ยวข้อง ให้ความรู้ เข้าใจ และให้ความสำคัญในการรักษา ฟื้นฟู และธำรงด้านสิ่งแวดล้อมขององค์กร</li> <li>7) ประสานความร่วมมือเครือข่ายด้านการจัดการทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม</li> </ol>
<p>2. วิสัยทัศน์สำนักงานสีเขียวของสำนักงานประธาณวุฒิสภา คืออะไร</p>	<p>“สำนักงานประธาณวุฒิสภามุ่งสู่สำนักงานสีเขียวที่ทันสมัย สะอาด และเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม”</p>
<p>3. ค่านิยมสีเขียวของสำนักงานประธาณวุฒิสภา คืออะไร</p>	<p>“มุ่งส่งเสริมการเปลี่ยนแปลงเชิงสร้างสรรค์ เพื่อสร้างสภาพแวดล้อมที่ยั่งยืน”</p>

คำถาม	คำตอบ
<p>4. จงบอกความหมาย หรือ คำสำคัญ (Key word) ของ “สำนักงานสีเขียว” (Green Office) (ยกตัวอย่างมา 1 อย่าง)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) สำนักงานและกิจกรรมต่าง ๆ ภายในสำนักงาน ที่ส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมน้อยที่สุด</li> <li>2) มีการใช้ทรัพยากร และพลังงานอย่างรู้คุณค่า</li> <li>3) มีแนวทางในการจัดการของเสียอย่างมีประสิทธิภาพ</li> <li>4) การเลือกใช้วัสดุอุปกรณ์ เครื่องใช้สำนักงานที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม</li> <li>5) ปล่อก๊าซเรือนกระจกออกมาในปริมาณต่ำ</li> </ol>
<p>5. ประโยชน์ของการทำ Green Office มีอะไรบ้าง (ยกตัวอย่างอย่างน้อย 2 ข้อ)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) ลดค่าใช้จ่าย</li> <li>2) สุขภาพอนามัยที่ดี</li> <li>3) การมีส่วนร่วมของคนในองค์กร</li> <li>4) ยกระดับมาตรฐานสำนักงานให้เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมมากยิ่งขึ้น</li> <li>5) ช่วยลดโลกร้อน</li> </ol>
<p>6. ภาวะโลกร้อนเกิดจากก๊าซเรือนกระจก ก๊าซเรือนกระจก คือ ก๊าซที่มีคุณสมบัติอย่างไร</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ดูดซับคลื่นรังสีความร้อนหรืออินฟราเรตได้ดี</li> <li>- ดูดกลืนคลื่นความร้อนไว้ในชั้นบรรยากาศ</li> </ul>
<p>7. สำนักงานประธานวุฒิสภามีการเปรียบเทียบค่าก๊าซเรือนกระจกของสำนักงานในลักษณะใดบ้าง และเป้าหมายในการลดปริมาณก๊าซเรือนกระจกของสำนักงานประธานวุฒิสภา ในปี 2567 คือ ลดลงร้อยละเท่าไร</p>	<p>สำนักงานประธานวุฒิสภามีการเปรียบเทียบ 2 ลักษณะ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เปรียบเทียบ ค่าก๊าซเรือนกระจกของเดือนปัจจุบันกับเดือนที่ผ่านมา</li> <li>2. เปรียบเทียบ ค่าก๊าซเรือนกระจกของเดือนปัจจุบันกับเดือนเดียวกันในปีที่ผ่านมา</li> </ol> <p>**ซึ่งค่าเป้าหมายก๊าซเรือนกระจกของสำนักงานประธานวุฒิสภาในปี 2567 จะต้องลดลงร้อยละ 1</p>
<p>8. กิจกรรมใดบ้างที่ก่อให้เกิดก๊าซเรือนกระจกในสำนักงาน (ยกตัวอย่าง 1-2 ข้อ)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) การใช้ไฟฟ้า</li> <li>2) การใช้น้ำประปา</li> <li>3) การใช้น้ำมันเชื้อเพลิง</li> <li>4) การใช้กระดาษ</li> <li>5) การทิ้งขยะ</li> </ol>

คำถาม	คำตอบ
<p>9. ก๊าซเรือนกระจกที่เกิดจากกิจกรรมของมนุษย์ ที่ถูกควบคุมโดยพิธีสารเกียวโตมีกี่ชนิด (ยกตัวอย่างอย่างน้อย 2 ชนิด)</p>	<p><b>7 ชนิด</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. คาร์บอนไดออกไซด์ (Carbon Dioxide : CO<sub>2</sub>)</li> <li>2. มีเทน (Methane : CH<sub>4</sub>)</li> <li>3. ไนตรัสออกไซด์ (Nitrous Oxide : N<sub>2</sub>O]</li> <li>4. ก๊าซไฮโดรฟลูออโรคาร์บอน (Hydrofluorocarbons : HFCs)</li> <li>5. ก๊าซเพอร์ฟลูออโรคาร์บอน (Perfluorocarbons : PFCs)</li> <li>6. ซัลเฟอร์เฮกซะฟลูออไรด์ (Sulfur Hexafluoride :SF<sub>6</sub>)</li> <li>7. ไนโตรเจนไตรฟลูออไรด์ (Nitrogen Trifluoride : NF<sub>3</sub>)</li> </ol>
<p>10. กิจกรรม/แนวทางที่ช่วยลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกในสำนักงาน (ยกตัวอย่าง 1-2 ข้อ)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) การลดใช้พลังงาน เช่น การใช้น้ำเท่าที่จำเป็น / การปิดไฟฟ้าเมื่อไม่ใช้งาน</li> <li>2) การลดใช้ทรัพยากร เช่น Car Pool ทางเดียวกันไปด้วยกัน / การเดินขึ้นลงบันได แทนการใช้ลิฟต์ / การใช้กระดาษ 2 หน้า</li> <li>3) การคัดแยกขยะที่ถูกต้อง</li> </ol>

## คำถาม Green Quiz

### หมวด 2 การสื่อสารและสร้างจิตสำนึก

1. สำนักงานประชาวุฒิสภา มีช่องทางการรับข้อเสนอแนะและข้อคิดเห็นด้านสิ่งแวดล้อมที่ช่องทางขอให้ง่ายตัวอย่าง 3 ช่องทาง

- ตอบ**
1. กล่องรับฟังข้อคิดเห็นและข้อร้องเรียนด้านสิ่งแวดล้อม บริเวณโถงลิฟท์ ชั้น ๑๐
  2. เดินทางมาด้วยตนเอง ชั้น ๑๐ สำนักงานประชาวุฒิสภา
  3. ช่องทางโทรศัพท์ หมายเลข ๐ ๒๘๓๑ ๙๓๘๙
  4. การสแกน QR Code เพื่อรับข้อคิดเห็นและข้อร้องเรียนออนไลน์ด้วย Google Form
  5. ระบบ intranet สำนักงานประชาวุฒิสภา
  6. เว็บไซต์ สำนักงานสีเขียวสำนักงานประชาวุฒิสภา
  7. เฟสบุ๊ค “สำนักงานประชาวุฒิสภา”

2. สำนักงานประชาวุฒิสภา มีช่องทางการสื่อสารตามแผนการสื่อสารด้านสิ่งแวดล้อมประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ ที่ช่องทาง ช่องทางใดบ้าง

- ตอบ**
1. เว็บไซต์สำนักงานสีเขียว (Green Office) สำนักงานประชาวุฒิสภา
  2. เฟสบุ๊ค (Facebook) “Senate Go Green”
  3. เฟสบุ๊ค (Facebook) “สำนักงานประชาวุฒิสภา”
  4. ไลน์ (ไลน์) กลุ่มบุคลากรสำนักงานประชาวุฒิสภา
  5. บอร์ดประชาสัมพันธ์

#### คำถามสำรอง

1. สำนักงานประชาวุฒิสภา มีแนวทางดำเนินการต่อข้อเสนอแนะและข้อคิดเห็นด้านสิ่งแวดล้อมอย่างไร

- ตอบ**
1. ติดต่อกลับไปยังผู้ร้องเรียน เพื่อแจ้งให้ทราบว่าได้รับข้อร้องเรียนแล้ว
  2. แยกประเภทของข้อร้องเรียน และดำเนินการส่งต่อข้อมูลให้เจ้าของเรื่องรับทราบ เพื่อดำเนินการแก้ไข
  3. ติดตามคำตอบจากเจ้าของเรื่อง
  4. นำเสนอคำตอบที่ได้รับต่อผู้อำนวยการสำนัก
  5. แจ้งคำตอบให้ผู้ร้องเรียนทราบ
  6. ติดตามสอบถามผู้ใช้บริการหลังการแก้ไขปัญหา
  7. เผยแพร่คำถามและคำตอบผ่านช่องทางการสื่อสาร
  8. รายงานผลการดำเนินการให้ผู้ว่าราชการสำนักทราบทุกเดือน

คำถาม Green Quiz หมวด 3

คำถาม	คำตอบ
<p>1. มาตรการลดและประหยัดพลังงานและทรัพยากรมี กี่อย่าง</p> 	<p>6 อย่าง</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ปิดน้ำ – ปิดไฟ เมื่อไม่ใช้งานและตามที่กำหนด</li> <li>2. ถอดปลั๊ก ทุกครั้งหลังเลิกใช้งาน</li> <li>3. พักหน้าจอคอมพิวเตอร์เมื่อไม่ใช้งาน</li> <li>4. ลด การใช้ลิฟต์เมื่อขึ้น-ลงชั้นเดียว</li> <li>5. ประหยัด กระดาษ ใช้ 2 หน้า หรือใช้เอกสารอิเล็กทรอนิกส์</li> <li>6. ตรวจสอบ บำรุงรักษาอุปกรณ์น้ำ-ไฟ</li> </ol>
<p>2. สำนักงานประธานวุฒิสภา อนุญาตให้ปิดไฟช่วงเวลาใด</p> 	<p>- 12.00-13.00 นาฬิกา</p>
<p>3. ขั้นตอนการใช้กระดาษ Reuse ทำอย่างไร</p> 	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. แกะลวดเย็บกระดาษก่อนนำไปใช้หน้าที่ 2</li> <li>2. กระดาษ 2 หน้านำไปตัดแยกเป็นขยะรีไซเคิล</li> </ol>
<p>4. มาตรการจัดประชุม/สัมมนา/นิทรรศการ มีอะไรบ้าง</p> 	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. กำหนดจำนวนคนให้เหมาะสมกับขนาดห้อง</li> <li>2. ไม่ตกแต่งห้องประชุมด้วยวัสดุย่อยสลายยากหรือใช้ครั้งเดียวทิ้ง</li> <li>3. ใช้เอกสารอิเล็กทรอนิกส์</li> <li>4. จัดอาหารที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม</li> </ol>
<p>5. หลักการใช้น้ำ 3 R มีอะไรบ้าง</p> 	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reduce ลดการใช้น้ำ</li> <li>2. Reuse การนำน้ำกลับมาใช้ซ้ำ</li> <li>3. Recycle การนำน้ำกลับมาใช้ใหม่</li> </ol>

## หมวด 4 การจัดการของเสีย

1. ขยะมีกี่ประเภท อะไรบ้าง

**คำตอบ** ขยะมี 5 ประเภท ประกอบด้วย

- ขยะทั่วไป
- ขยะรีไซเคิล
- ขยะอันตราย
- ขยะอันตราย และ
- ขยะติดเชื้อ

2. ขยะกำพร้าว้า คืออะไร

**คำตอบ** ขยะที่รีไซเคิลไม่ได้ หรือนำไปรีไซเคิลแล้วไม่คุ้มค่า หากปล่อยไว้จะกลายเป็นปัญหาสิ่งแวดล้อม ซึ่งขยะกำพร้าว้าเหล่านี้จะนำไปกำจัดที่ถุกวิธี ด้วยการนำไปผลิตเป็นพลังงานเชื้อเพลิงทดแทนได้

3. เศษอาหาร เปลือกผลไม้ เป็นขยะประเภทอะไร

**คำตอบ** เป็นขยะอินทรีย์ ที่สามารถย่อยสลายได้ และนำไปทำปุ๋ยเพื่อนำกลับมาใช้ใหม่ได้

4. ขยะติดเชื้อมีอะไรบ้าง ให้ยกตัวอย่างอย่างน้อย 2 ตัวอย่าง

**คำตอบ** 1. ที่ตรวจ ATK ที่ใช้แล้ว 2. หน้ากากอนามัยที่ใช้แล้ว 3. ผ้าปิดแผลเปื้อนเลือด

5. ขยะรีไซเคิล คืออะไร ให้ยกตัวอย่างอย่างน้อย 2 ตัวอย่าง

**คำตอบ** ขยะรีไซเคิล คือ ขยะที่สามารถนำไปแปรรูป และนำกลับมาใช้ใหม่ได้ เช่น ขวดน้ำพลาสติก กระจงเครื่องดื่ม

### คำถามสำรอง

6. จุดวางถังขยะของสำนักงานประธานวุฒิสภา มีกี่จุด และวางตรงไหนบ้าง

**คำตอบ** มี 2 จุด

จุดวางที่ 1 หน้าห้องน้ำโชนฝั่งกลุ่มงานประธานวุฒิสภา

จุดที่วาง 2 หน้าห้องน้ำโชนกลางฝั่งกลุ่มงานรองประธานวุฒิสภา คนที่ 1

## คำถาม Green Quiz

### หมวด 5 สภาพแวดล้อมและความปลอดภัย

1. ขั้นตอนการใช้ถังดับเพลิง มีกี่ขั้นตอน มีลำดับขั้นตอนการดำเนินการอย่างไรบ้าง

**ตอบ** มี 4 ขั้นตอน ดังนี้

- ขั้นตอนที่ 1 **ดึง** คือ การดึงสลักนิรภัยที่ล็อกกาวล์หัวถัง  
ขั้นตอนที่ 2 **ปลด** คือ การปลดสายฉีดออกจากที่เก็บ  
ขั้นตอนที่ 3 **กด** คือ การจับที่สายฉีดแล้วกดก้านเพื่อฉีดสารเคมีออกมา  
ขั้นตอนที่ 4 **ส่าย** คือ อยู่เหนือลมห่างจากไฟ 2 - 4 เมตร ฉีดเข้าไปที่ฐานไฟ  
“ส่ายไป – ส่ายมา” จนไฟดับสนิท

2. กิจกรรม 5 ส ประกอบด้วยอะไรบ้าง

**ตอบ** กิจกรรม 5 ส ประกอบด้วยกิจกรรมที่สำคัญ 5 กิจกรรม ดังนี้

1. **สะสาง** คือ (ทำให้เป็นระเบียบ) การแยกแยะของที่ไม่จำเป็นต้องใช้กับของที่ไม่จำเป็นต้องใช้จัดของที่ไม่จำเป็นต้องใช้ทิ้งไป
2. **สะดวก** คือ (วางของในที่ควรอยู่) การจัดวางของที่จำเป็นต้องใช้ให้เป็นระเบียบสามารถหยิบใช้งานได้ทันที
3. **สะอาด** คือ (ทำความสะอาด) การปิดกวาดเช็ดถูสถานที่ สิ่งของ อุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องจักร ให้สะอาดอยู่เสมอ
4. **สุขลักษณะ** คือ (รักษาความสะอาด) การรักษาความสะอาด และการปฏิบัติ 3 ส ได้แก่ สะสาง สะดวก และสะอาด ให้ดีตลอด
5. **สร้างนิสัย** คือ (ฝึกให้เป็นนิสัย) การรักษาและปฏิบัติ 4 ส ได้แก่ สะสาง สะดวก สะอาด และสุขลักษณะ หรือสิ่งที่กำหนดไว้อย่างถูกต้องจนติดเป็นนิสัย

3. เครื่องปริ้นเตอร์จะต้องมีระยะห่างจากผู้ปฏิบัติงานกี่เมตร และหากไม่สามารถจัดวางได้ในระยะที่กำหนดมีแนวทางในการแก้ไขอย่างไร

**ตอบ** - เครื่องปริ้นเตอร์จะต้องวางห่างจากผู้ปฏิบัติงาน โดยมีระยะห่างไม่ต่ำกว่า 2 เมตร

- ทั้งนี้ หากไม่สามารถจัดวางได้ในระยะที่กำหนดให้สามารถจัดวางในระดับต่ำกว่าศีรษะของผู้ปฏิบัติงานและจัดมีเครื่องฟอกอากาศ หรือ ให้มีต้นไม้ที่มีคุณสมบัติฟอกอากาศ ณ จุดวางเครื่อง

4. ระยะเวลาการเกิดไฟไหม้และการลุกลามของไฟจนเกิดอันตรายทำให้ผู้ประสบเหตุเสียชีวิต  
ใช้เวลากี่นาที

**ตอบ** ใช้เวลา 5 นาที

5. ภายในระยะเวลา 5 นาที ระดับการเกิดไฟไหม้และการลุกลามของไฟเป็นอย่างไร

**ตอบ** 1. เวลา 1 นาที ไฟลุกลามกระจายทั่วห้อง

2. เวลา 2 นาที ควันไฟลอยตัวปกคลุมชั้น

3. เวลา 3 นาที พื้นห้องมีควันไฟปกคลุมหนาแน่น

4. เวลา 4 นาที ไฟลุกลามทั่วบริเวณครอบคลุมทั้งชั้นบนและชั้นล่าง

5. เวลา 5 นาที มีควันพิษและความร้อนสูงทำให้ผู้ประสบเหตุเสียชีวิตได้

6. ขั้นตอนการควบคุมเพลิงมีกี่ขั้นตอนมีอะไรบ้าง

**ตอบ** มีขั้นตอนการควบคุม 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. ให้ลดความร้อนโดยใช้น้ำพ่นบริเวณต้นเพลิง

2. ทำให้เกิดการอับอากาศโดยควบคุมปริมาณออกซิเจน หรือใช้ถังดับเพลิงชนิดผงเคมีแห้ง  
หรือโฟมฉีดพ่นบริเวณต้นเพลิง

3. ตัดกระแสไฟฟ้า แล้วใช้ก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ไล่ออกซิเจนหรือใช้ถังดับเพลิงชนิดก๊าซ

4. ทำให้เกิดการอับอากาศโดยควบคุมปริมาณออกซิเจนหรือใช้สารเคมี อาทิ โซเดียมคลอไรด์  
ผงแกรไฟต์

5. ทำให้เกิดการอับอากาศหรือใช้ถังดับเพลิงชนิดพิเศษ

\*\*\*\*\*



คำถาม Green Quiz  
หมวด 6 การจัดซื้อ จัดจ้าง

ข้อ 1 ฉลากสิ่งแวดล้อม หมายถึง แบ่งออกเป็นกี่ประเภท

คำตอบ สัญลักษณ์ที่บ่งบอกความเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อมของผลิตภัณฑ์หรือบริการ ที่มีคุณสมบัติตรงข้อกำหนด มี 3 ประเภท

1. องค์กรกลางเป็นผู้ตรวจสอบและออกใบรับรอง
2. ผู้ผลิต ผู้จัดจำหน่าย หรือผู้ส่งออกเป็นผู้บ่งบอกด้วยตนเอง
3. ฉลากที่บอกถึงผลกระทบของผลิตภัณฑ์โดยเทียบกับมาตรฐานของหน่วยงานกลาง

ข้อ 2 ตะกร้าเขียว หมายถึง มีคุณลักษณะอย่างไร

คำตอบ รายการสินค้าและบริการที่ได้รับการรับรองตามเกณฑ์ข้อกำหนดสินค้าและบริการที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม มีลักษณะ

1. คุณสมบัติ/ประสิทธิภาพเป็นไปตามมาตรฐานที่กำหนด
2. ใช้วัสดุที่มีผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมน้อย
3. มีระบบขนส่งและจัดจำหน่ายที่มีประสิทธิภาพสูง
4. ใช้เทคโนโลยีการผลิตที่มีประสิทธิภาพสูง
5. ใช้วัสดุน้อย
6. ลดผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมในช่วงการใช้งาน
7. คุ่มค่าคงทน
8. มีการจัดการหลังหมดอายุการใช้งาน

ข้อ 3 จงยกตัวอย่างรายการสินค้าที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมที่ใช้จริงในสำนักงานประธานวุฒิสภา

คำตอบ

- กระดาษถ่ายเอกสาร	ฉลากเขียว
- ผลิตภัณฑ์ลบคำผิด (pentel)	ฉลากเขียว
- ถ่านอัลคาไลน์	ตะกร้าเขียว
- เครื่องพิมพ์ Fuji Xerox	ตะกร้าเขียว
- จ้างแม่บ้านทำความสะอาด	ฉลากเขียว