



香港聯合國教科文組織協



中華基金中學

可持續發展教育學程 - 環境與可持續發展 2011/2012

探討小西灣區居民綠色生活習慣



图网 nopic.com/nanfan



組員：

杜珈鈴 中四甲

蘇可怡 中四乙

應悅瑤 中四丙

蔡幸兒 中四丁

陳詠雪 中四丁

吳芷瑜 中四丁

史誕妮 中四丁

王蕎昕 中四丁

負責老師： 何麗薇老師



目錄

目的.....	3
文獻.....	4
研究方法	6
問卷調查結果及分析.....	8
1. 問題一: 在夏天使用冷氣機時，你會否同時開風扇?....	9
2. 問題二: 你家中使用慳電膽的比例是:	12
3. 問題三: 家中有沒有種植綠色植物?.....	15
4. 問題四: 每月外出用膳的次數?.....	18
5. 問題五: 每月乘搭計程車的次數?.....	21
6. 問題六: 有沒有將廢物回收或循環再用的習慣?.....	24
7. 問題七: 最常用那類回收箱?.....	27
建議.....	30
鳴謝.....	43

目的

近年來，香港政府致力著重改善環境方面，所提倡的「綠色生活模式」愈趨流行，也漸漸獲得大眾的接納，「節約能源」、「減廢、減碳」等環保概念無人不識，但這些是否適合在香港實行？所以，我們希望透過這次的專題研習，回顧和檢討以下的事項。

- 一. 通過問卷調查，瞭解普遍香港市民的生活習慣，以及對綠色生活的警惕、關注和接納的程度，從而找出當中實行的困難和問題，並提出改善的方法；
- 二. 探討實踐綠色生活的可行性；
- 三. 總結一連串節能減碳的方法，給予民眾更多選擇，將對環境及人類健康造成的傷害至最低；及
- 四. 在食、衣、住、行等方面，提供全面的綠色生活知識，向小西灣居民介紹及宣揚環保與綠色生活理念，提倡當中的重要性。

雖然我們的能力不大，但仍希望以小小的綿力喚起大眾對綠色生活的關注，有助加強市民實踐和養成節能減碳的習慣，為環保、為地球盡一分力。

文獻

現今，全球正面對糧價飛漲、能源短缺的問題，相反香港人卻對丟棄食物、浪費能源習以為常，而且還有日益嚴重的趨勢。這不但令天然資源更快速耗竭更會破壞生態環境，例如溫室效應、沙漠化、水污染、廢棄物處理、空氣污染、臭氧層破壞、表層土壤破壞、生物絕種等問題，已遠超過其再生回復的能力。

香港綠色學生聯會 2010 年 10 月至 11 月期間，在香港各區訪問了 1,000 名食肆顧客。調查結果發現，87% 的食肆顧客經常不吃完食物，70% 的受訪者認為食肆提供的食物量太大。香港人浪費食物的情況相當嚴重，87% 的食肆顧客經常未吃完食物就離去，其中 44% 的人會浪費 30% 的食物量。¹ 綠色學生聯會發言人孔怡心表示，香港每天有超過 3,000 噸的食物渣滓，每年就有 115 萬噸食物渣滓，佔都市固體廢物的三分之一。更嚴重的是，本港一天耗用的膠袋達 3,300 萬個，市民每年平均約使用 1,700 個膠袋，數量遠超其它地區和國家，就像台灣人每年平均使用約 900 個，而美國人和愛爾蘭人更是分別只用掉約 400 個及 300 個，所以香港浪費資源問題極受關注。²

而最備全球所重視的就是全球暖化的主要成因 --- 碳排放！在公務人員「環境倫理與永續發展」的調查顯示中，以家庭用燃料（瓦斯、汽油、煤等）排名第 1，佔 15 %；休閒娛樂排名第 2，佔 14 %；家庭用電力及公眾服務排名第 3，各佔 12 %；交通運輸（私人交通工具）佔 10 %；其餘都在 10 % 以內，依次為建築物及裝璜（家庭用）、車輛（製造及交貨）、交通運輸（大眾運輸工具）、金融服務等。這會導致溫室氣體排放量增加，從而令地球溫度不穩定。再者，碳排放的快速上升讓地球變暖、威脅生態，並將人類長遠的福利置於危機之中。³

一項由香港民主聯盟在 2005 年進行的調查，訪問了一千一百個家庭。調查顯示，香港每個家庭平均每年在不必要使用的電力上，多花費將近七億六千多萬港元電費，香港平均每年浪費掉八億五千萬千瓦的電，這些多用的電，所製造出的二氧化碳，可以殺死三萬八千棵樹。此外，根據調查，三成的香港人沒有隨手關燈的習慣，六成的人在家的時候，總是開著電視，即使沒人在看，也不會把它關掉。

¹ <http://blog.yahoo.com/NWFCUYYMVNBTSAM2WIHAY7VE3M/articles/107269> (25/1/2012)

² <http://paper.wenweipo.com/2007/05/17/ED0705170008.htm> (27/1/2012)

³ <http://www.angrin.tlri.gov.tw/cow/dhi88/dhi88P41.htm> (28/1/2012)

將近四分之一的港人寧願多穿件衣服，也不會把冷氣關小。百分之十的人即便只洗幾件衣服，都要用洗衣機，四成的家庭沒有使用省電燈泡。⁴

根據以上多項調查指出，香港浪費問題嚴重，有見及此，香港人應改變他們奢華的生活習慣，否則我們將難以繼續享有好的生活環境，所以近年來越來越多人提倡綠色生活，以減少對地球的傷害。而且，這些例子無一不是指出發展經濟固然重要，但也不能忽視環保的重要性，盡量達到兩方面的平衡才是可持續發展的宗旨。

⁴ <http://www.hkfep.com/News.asp?ID=119> (25/1/2012)

研究方法

為了探討柴灣小西灣居民是否擁有環保的綠色生活意識與實踐習慣，我們設計了一份問卷作為調查。我們於 2011 年 12 月至 2012 年 1 月期間，在小西灣中心的屋村附近訪問該區居民，所設問題主要針對於他們的日常生活習慣，例如，在夏天使用冷氣機時的方法；在家中使用慳電膽的比例；每月乘搭計程車的頻度；廢物回收和循環再用的習慣；以及，最常用那類回收箱等。我們一共完成了 100 份問卷，這些調查結果均能夠幫助我們瞭解及評估該區市民的環保意識。

另外，為了加深我們對綠色生活的瞭解，我們亦從多方面搜集相關資料，例如看報紙、上網，以及做文獻回顧等。

除此以外，我們於 2012 年 1 月 17 至 19 日在小西灣中心基督教青年會，協助舉辦了一個有關宣傳環保意識的活動，名為氣候變化低碳救「冰」大募集。宣傳的對象主要是區內幼兒園、小學的學童，以及中學學生。活動內容包括有關氣候變化的展版簡介；遊戲如「引領低碳生活——你的選擇」，以及透過網上調查大眾二氧化碳的排放量——「碳足跡」等，期間亦會播放由學生設計的環保宣傳短片，並送上各種紀念品以傳達環保訊息，例如小冊子「面對氣候變化的環保黃金錦囊」及有機農場植物苗等。



舉辦是次活動的主要原因是希望一方面能夠對公眾人士宣傳環保意識，並且瞭解他們對環保方面的認知。

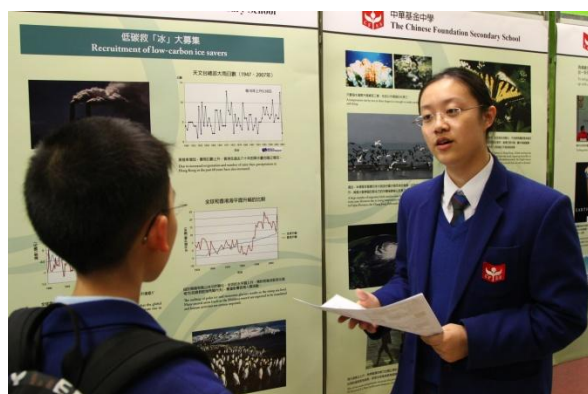
最後，我們還參加了多個由有關環保機構以及專業人士所舉辦的活動與講座，從而加深和鞏固我們的環保意識及知識，讓我們的專題研習能夠順利完成。

有關活動相片

- 我們的組員正在訪問小西灣村的居民



- 我們的組員正在介紹有關氣候變化的展版



- 我們的組員正在向小朋友講解遊戲的玩法

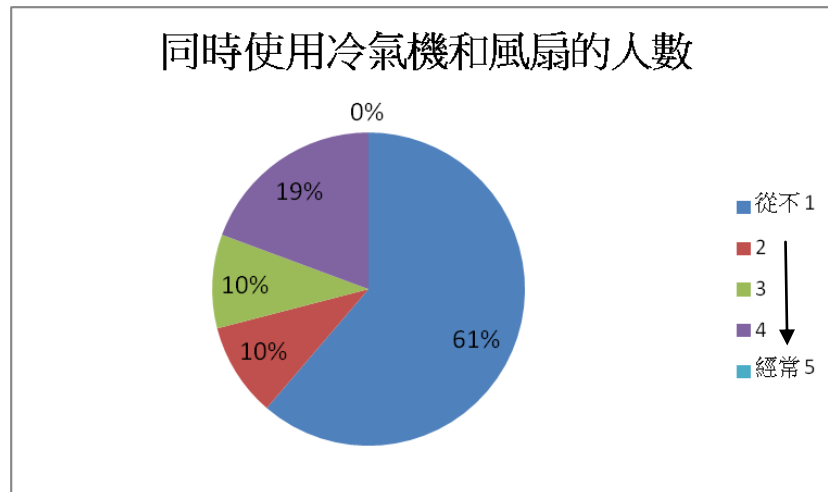
問卷調查結果及分析

問卷樣式:

中華基金中學				
UNDES D 香港獎勵計劃 - 可持續發展教育學程 (2011/2012)				
綠色及可持續發展的是生活 - 問卷調查				
請用筆圈出您的選擇。				
1.	在夏天使用冷氣機時, 會否同時開風扇?			
	1	2	3	4 5
	從不-----→經常			
2.	家中使用慳電膽的比例?			
	100%	>80%	>60%	>30% 0%
3.	家中有沒有種植綠色植物?			
	有	沒有		
4.	每月外出晚膳的次數?			
	0 次	1-5 次	6-15 次	>15 次
5.	每月乘搭計程車的次數?			
	0-2 次	3-5 次	6-10 次	>10 次
6.	有沒有將廢物回收或循環再用的習慣?			
	有	沒有		
7.	最常用那類回收箱?			
	廢紙	鋁罐	膠樽	
8.	請問你有沒有環保心得?			
性別: 男 女				
年齡: 11-20 歲 21-30 歲 31-40 歲 40-50 歲 50 歲或以上				
謝謝您的分享!				

問題一：在夏天使用冷氣機時，你會否同時開風扇？

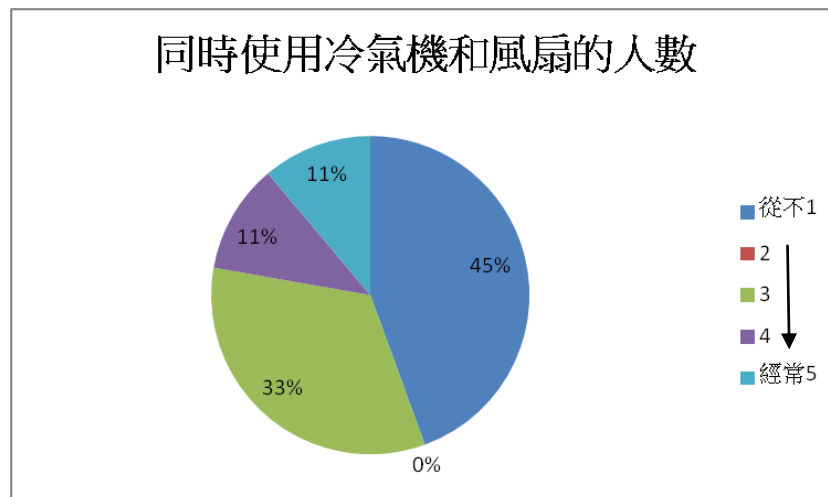
11-20 歲



圖表分析:

61%的 11-20 歲青少年不會同時使用冷氣機和風扇，佔據比率最多，可是亦有 19% 的人會選擇(4)，表示他們時常有同時使用風扇和冷氣機的習慣。選擇(2)偶爾，(3)有時和(5)經常的人數則較少。

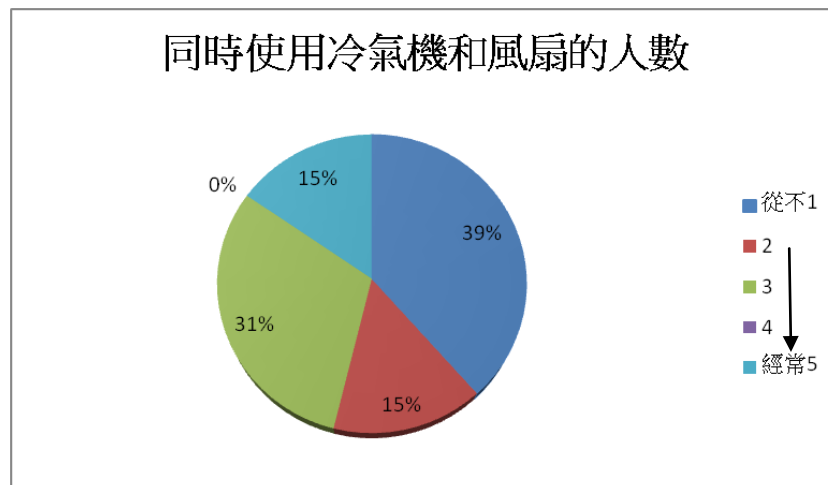
21-30 歲



圖表分析:

21-30 歲組別的受訪者當中，有 45% 的人不會同時使用風扇和冷氣機，33% 會選擇(3)有時，而選擇(4)和(5)的人各佔 11%，沒有受訪者選擇(2)偶爾。

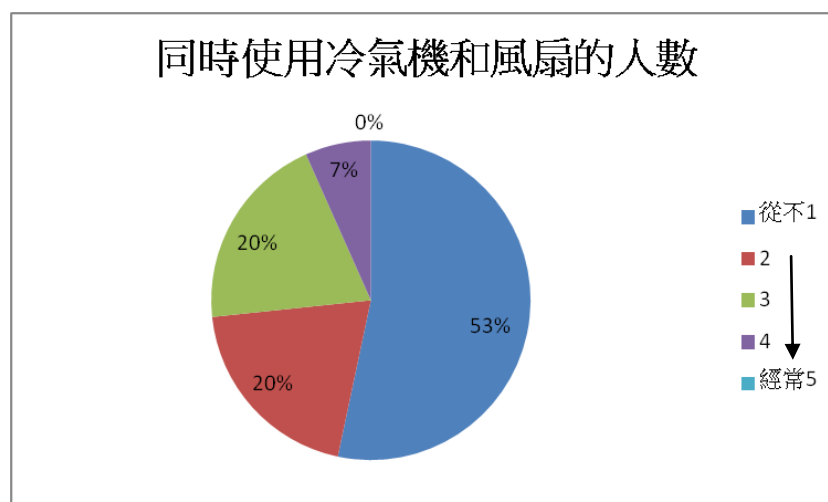
31-40 歲



圖表分析:

31-40 歲受訪者的選擇較為平均，39%的人從來不會合用冷氣機和風扇，31%則選擇(3)有時，選擇(2)偶爾和(5)經常的人各佔 15%。沒有人選擇(4)時常。

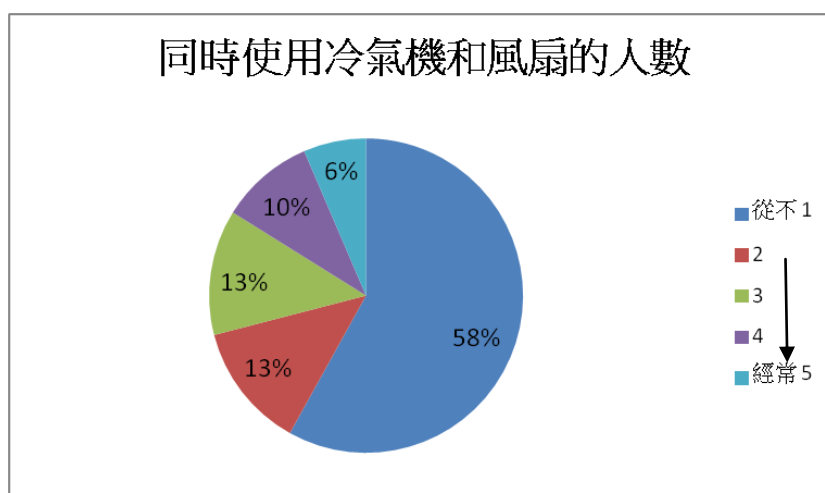
41-50 歲



圖表分析:

過半數的人都不會同時使用風扇和冷氣機，選擇(2)偶爾和(3)有時的人各佔 20%。選擇(4)時常和(5)經常的比率則較少，分別為 7%和 0%。

50 歲或以上



圖表分析:

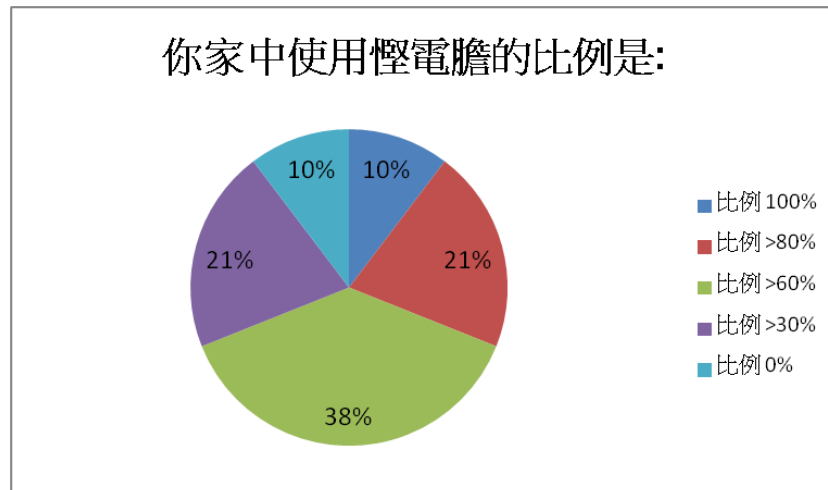
有 58% 的長者不會合用冷氣機和風扇，人數佔據最多。13% 的受訪者分別選擇(3) 有時和(2)偶爾，只有 10% 和 6% 選擇了(4)時常和(5)經常，佔總體最小。

結果分析

綜合 11- 50 歲或以上年齡組別的問卷結果，我們發現大部分人士都選擇了(1)，也就是他們不會在夏天時同時開冷氣機和風扇。在 11-20 歲人士當中，更有 61% 的受訪者不曾同時開冷氣機和風扇，佔據總體最多。人們不同時使用冷氣機和風扇的原因可能與習慣有關，有些人慣了只使用冷氣機，就算天氣多炎熱，只要調低冷氣機的溫度便可以，還誤以為這樣能節省使用風扇的電費，可是根據世界自然基金會的指南，原來每調低冷氣機攝氏 1 度，電費便會增加 6%。相反，使用電風扇 10 小時，電費只是 6 毫。所以我們建議大家在夏天的時候，除了使用冷氣機外，應同時使用風扇可加強通風效果，或可嘗試使用窗簾遮蓋窗戶，避免房間直接受到曝曬，增加室內溫度。這樣的話，儘管天氣多炎熱，我們也不需額外調低冷氣機的溫度，這不但能節省能源，亦可節省電費。

問題二：你家中使用慳電膽的比例是：

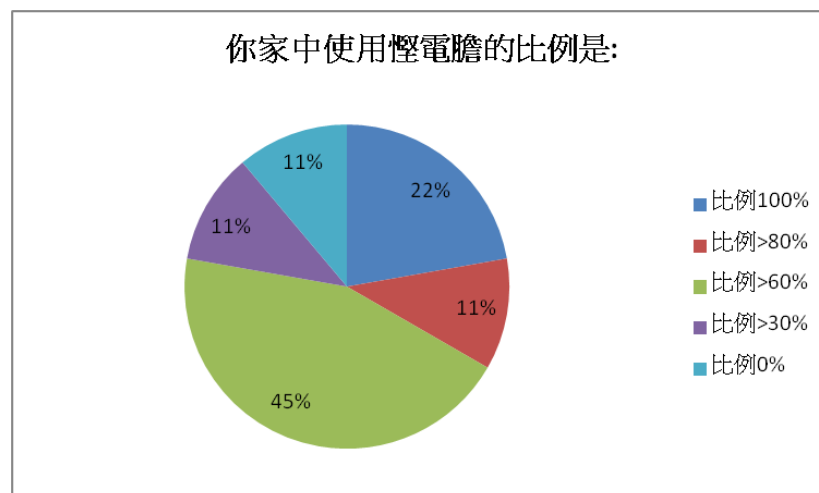
11-20 歲



圖表分析：

只有 10% 的 11-20 歲青少年選擇家中使用慳電膽的比例有 100%，佔據比率最多的是家中使用多於 60% 的慳電膽，有 21% 的人分別選擇了多於 30% 和多於 80%，而 10% 的受訪者家中則完全沒有使用慳電膽，佔據比率最小。

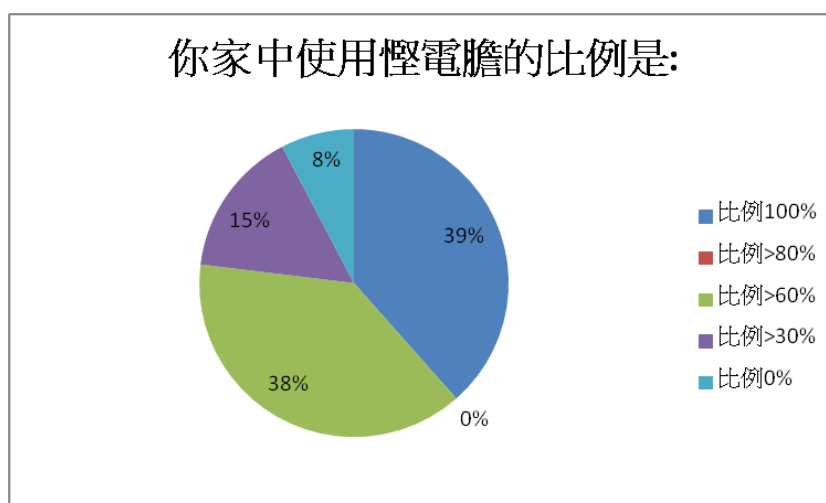
21-30 歲



圖表分析：

有 11% 的 21-30 歲人士分別選擇了 0%，多於 30% 和多於 80%，有 22% 的受訪者家中使用慳電膽的比例是 100%，而 45% 的人家中使用的慳電膽的比例為多於六成，佔據比率最多。

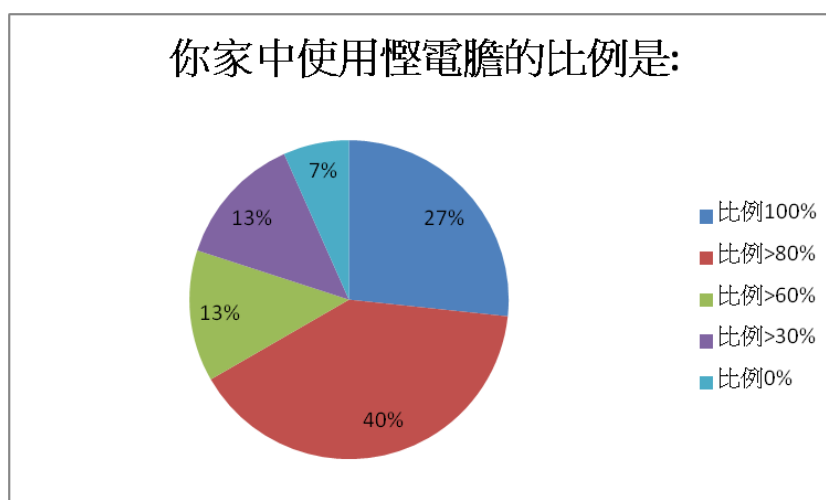
31-40 歲



圖表分析:

有 39% 的 31-40 歲受訪者家中使用慳電膽的比例是 100，人數佔據最多，而選擇使用比例 0%(8%)和比例多於 80%(0%)的人數較少。

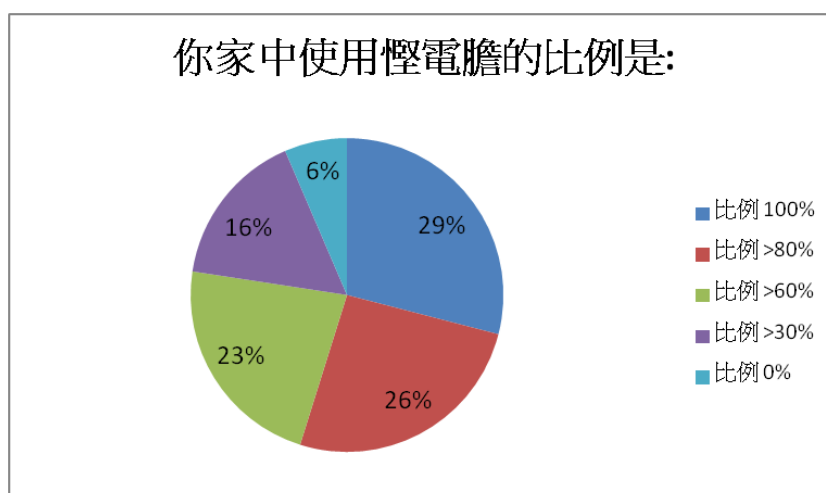
41-50 歲



圖表分析:

有 27% 的 41-50 歲人士家中使用慳電膽的比例是 100，而 41% 的受訪者家中使用的慳電膽的比例為多於 80%，佔據比率最多。

50 歲或以上



圖表分析:

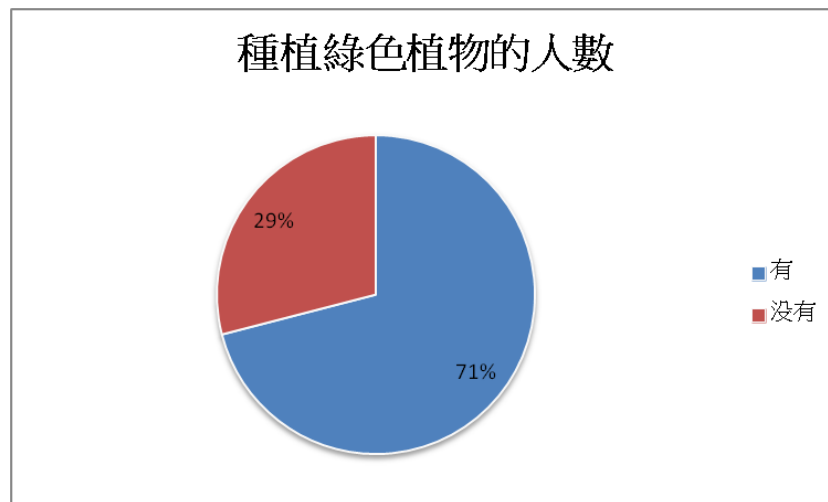
50 歲或以上受訪者的選擇較為平均, 26% 和 29% 的人選擇了比例多於 80% 和 100%, 23% 則選擇比例 60%, 選擇比例多於 30% 和比例 0% 的人則較, 分別為 16% 和 6%。

結果分析

綜合 11- 50 歲或以上年齡組別的問卷結果, 我們發現慳電膽逐漸普及化, 雖然選擇家中用慳電膽的比例有 100% 的人不算很多, 但起碼大部分受訪者的家中至少有 60-80% 是正在使用慳電膽, 表示大家都接納和願意購買慳電膽, 它們更特別受到 31-41 歲的人士歡迎。一方面可能是由於慳電膽的壽命比燈泡優勝 30 倍, 另一方面是它的外形比較美觀輕巧。慳電膽的能源效益一般比鎢絲膽高 75%。即是說, 慳電膽能以較低的用電量, 發出與燈泡, 鎢膽相同的光度。所以我們建議大家可改用耐用慳電膽(8000-10,000 小時), 以減低當中水對環境和人類的影響, 亦可減少用電量及碳排放。

問題三：家中有沒有種植綠色植物？

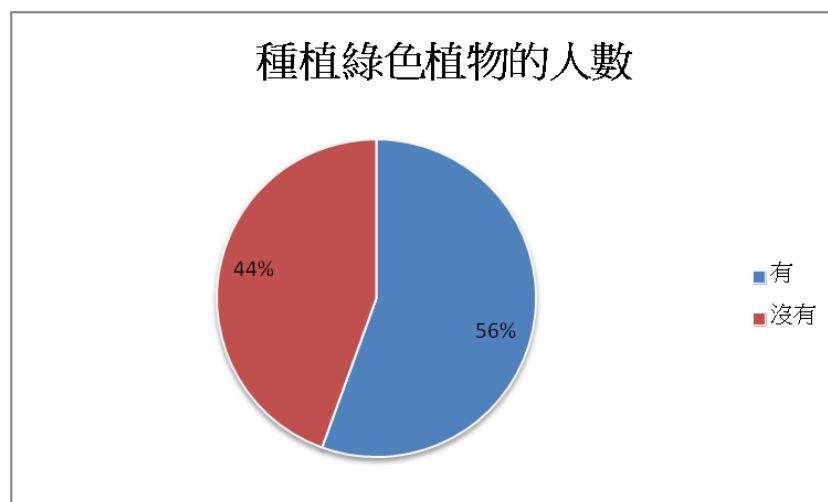
11-20 歲



圖表分析:

71%的 11-20 歲青少年曾在家中種植綠色植物，29%沒有。

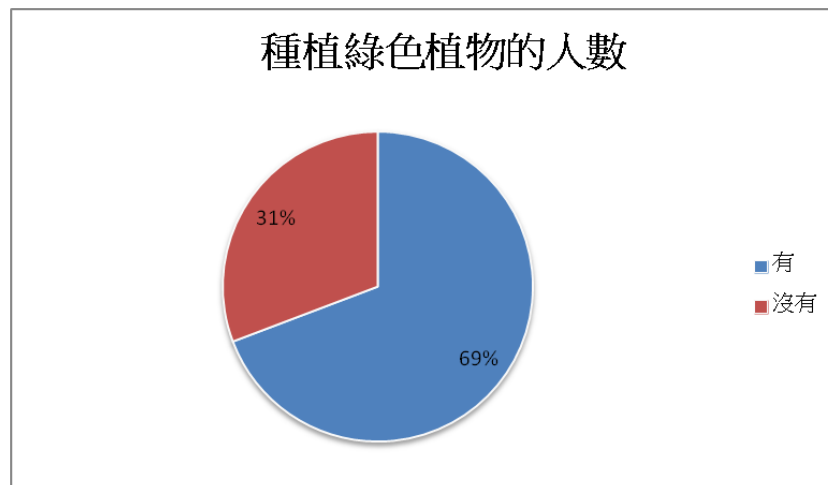
21-30 歲



圖表分析:

21-30 歲組別的受訪者當中，有 56%的受訪者曾在家中種植綠色植物，44%沒有。

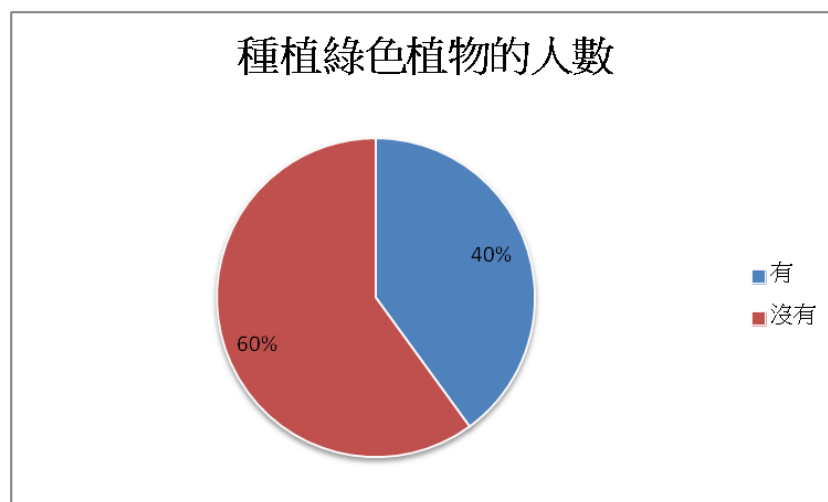
31-40 歲



圖表分析:

31-40 歲組別的受訪者當中，有 69%的受訪者曾在家中種植綠色植物，31%沒有。

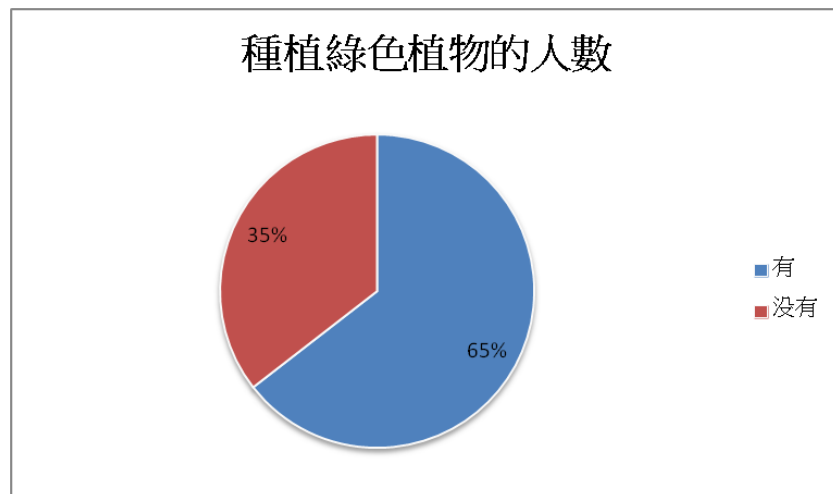
41-50 歲



圖表分析:

41-50 歲組別的受訪者當中，有 41%的受訪者曾在家中種植綠色植物，60%沒有。

>50 歲或以上



圖表分析:

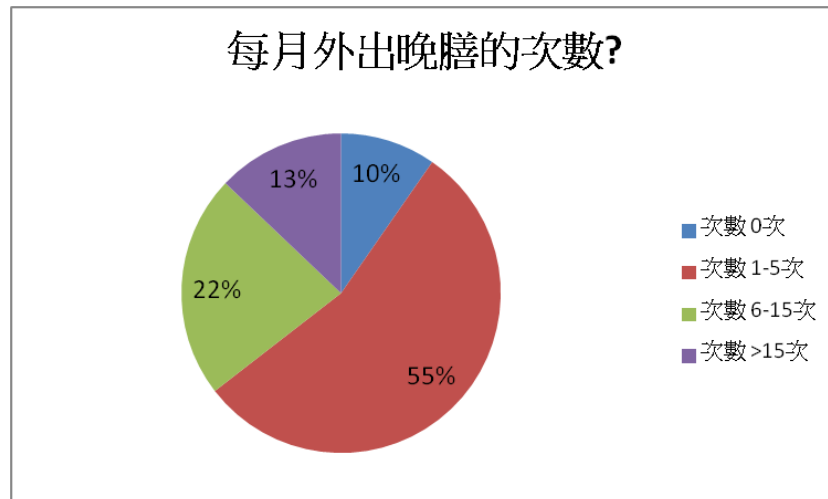
50 歲或以上的受訪者當中，有 65%的受訪者曾在家中種植綠色植物，35%沒有。

結果分析

比較 11-50 歲或以上人士的問卷結果，有近 60%-70%的 11-41 歲和 50 歲以上的人士在家中有種植綠色植物的習慣。反而，41 -50 歲人士較多選擇不在家中種植植物，接近有 60%以上。這有可能是因為居所空間太小，不夠地方擺放盆栽，又嫌打理的過程麻煩，所有便沒有時間在家中種植。其實植物會吸收空氣中的二氧化碳(溫室氣體)，有助淨化空氣，綠化環境，對身心有益，更能改善全球暖化，所以我們可嘗試種植一些比較容易打理的植物，例如仙人掌、家樂花和石蓮，它們不用經常澆水，佔用地方少和很容易打理。

問題四：每月外出用膳的次數？

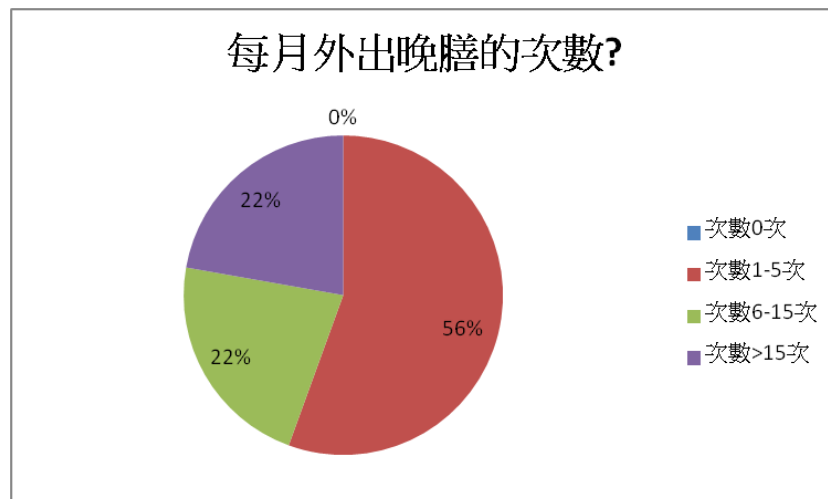
11-20 歲



圖表分析:

在 11-20 歲受訪人士當中，55% 的人士選擇每月外出晚膳 1-5 次，佔最多。其次，就是有 22% 的受訪人士，外出晚膳 6-15 次。較少人士每月外出晚膳超過 15 次或是 0 次，比例分別是 13% 和 10%。

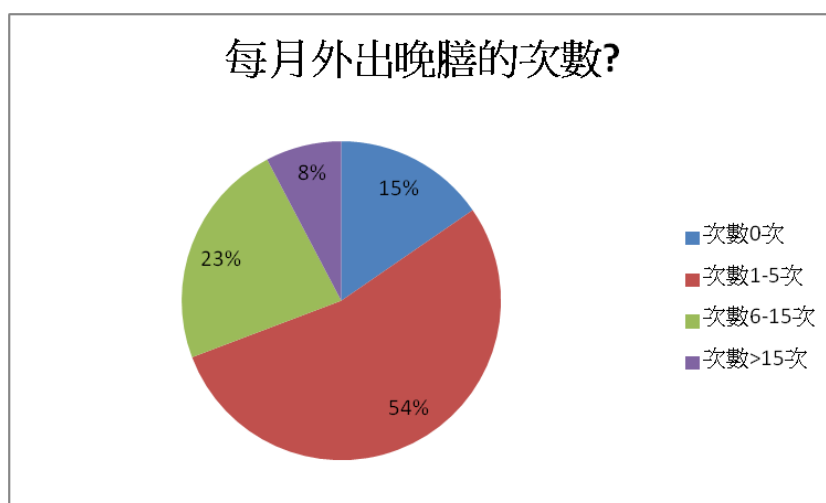
21-30 歲



圖表分析:

在 21-30 歲受訪人士當中，56% 的人士選擇每月外出晚膳 1-5 次，佔最多。每月外出晚膳 6-15 或以上的受訪人士則佔 22%。佔最少的（0%）是不曾外出晚膳。

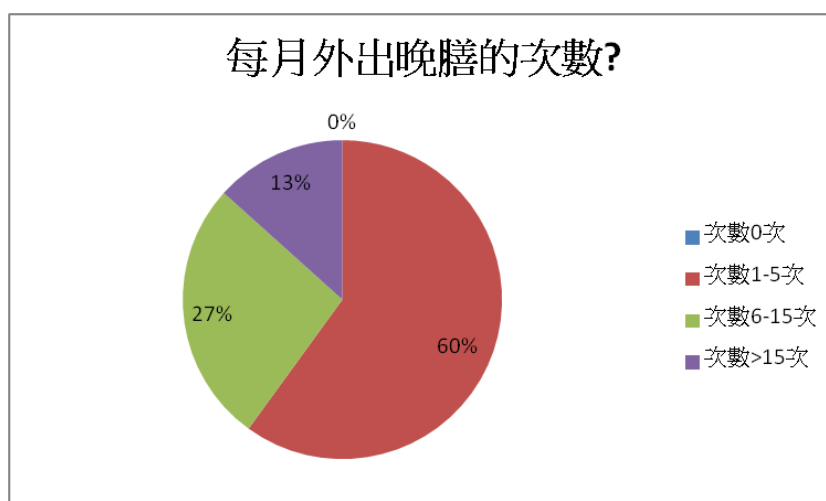
31-40 歲



圖表分析:

在 31-40 歲受訪人士當中，54%的人士選擇每月外出晚膳 1-5 次，佔最多。其次，就是有 23%的受訪人士，外出晚膳 6-15 次。15%以下的受訪人士則分別是每月用膳 0 次和多過 15 次。

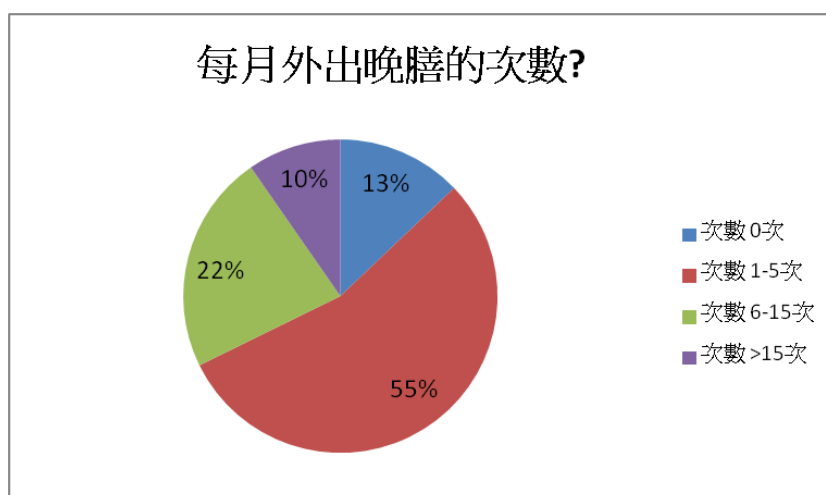
41-50 歲



圖表分析:

在 41-50 歲受訪人士當中，60%的人士選擇每月外出晚膳 1-5 次，佔最多。有 27 %的受訪人士，外出晚膳 6-15 次。只有 13%的人士外出晚膳是多過 15 次。

>50 歲或以上



圖表分析:

在 50 歲或以上歲受訪人士當中，55%的人士選擇每月外出晚膳 1-5 次，佔最多。其次，就是有 22%的受訪人士，外出晚膳 6-15 次。其餘的則分別是每月外出用膳 0 次和多於 15 次。

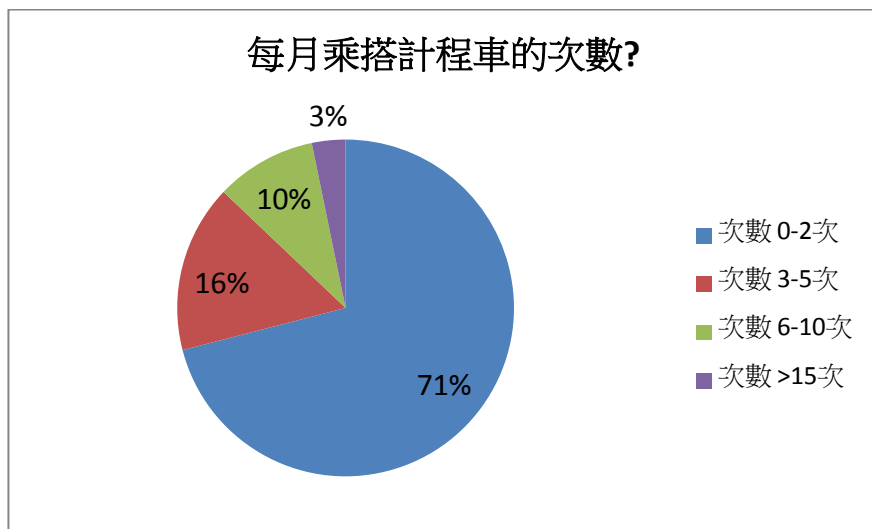
結果分析

比較 11- 50 歲或以上人士的問卷結果，他們的外出晚膳比例大多都聚集在 1-5 次，有近 50%-60%。其次就是 6-15 次，有近 20%。只有約 10%的人士分別是不曾外出晚膳和外出晚膳多於 15 次。這有可能是因為外出晚膳的費用太貴。

可能，大多數人士也不太喜歡晚上外出。經過訪問，受訪者表示除非是節日喜慶，不然不會有興趣外出晚膳。出外用膳對環境最大的影響是廚餘問題，廚餘不單止來自用膳者吃剩的食物，還包括廚房預備食物時所浪費的食物，這使食物資源浪費，更使本港堆填區的壽命縮短。其次，據我們的觀察，大部份食肆（素食店鋪除外）的餐牌中，以豬、牛、雞等肉類為主菜的比例頗高，而且，提供蔬菜為主的選擇不多，價格比肉類的主菜亦平得不多，這迫使消費者不自覺地吃了不少多肉少菜的膳食。但據環保組織分析，多吃肉類會引起較多二氧化碳排放。因此，我們相信這可以減少碳排放，由此改善空氣中的雜質排放，也有助身體健康，不容易肥胖。

問題五：每月乘搭計程車的次數？

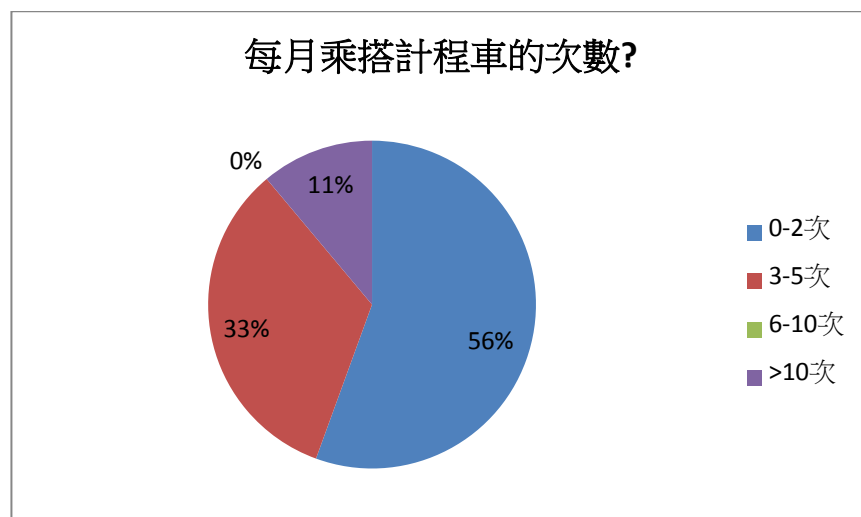
11-20 歲



圖表分析：

在 11-20 歲受訪人士當中，有 71% 的受訪者每月乘搭 0-2 次計程車。只有 16% 或以下受訪者乘搭計程車次數是在 3 次或以上。

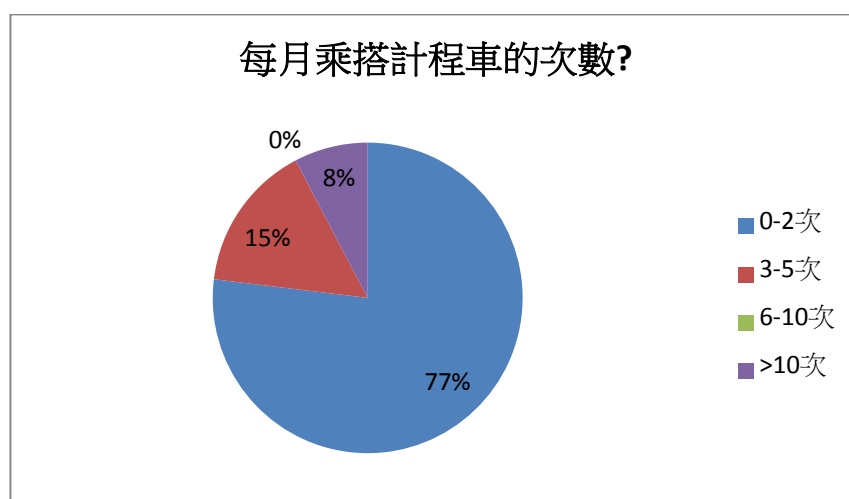
21-30 歲



圖表分析：

在 21-30 歲受訪人士當中，有 56% 的受訪者每月乘搭 0-2 次計程車。其次，有 33 % 的受訪者每月乘搭 3-5 次計程車，多 11-20 歲人士 17%。其餘的，就是每月乘搭 6 次或以上計程車的受訪者。

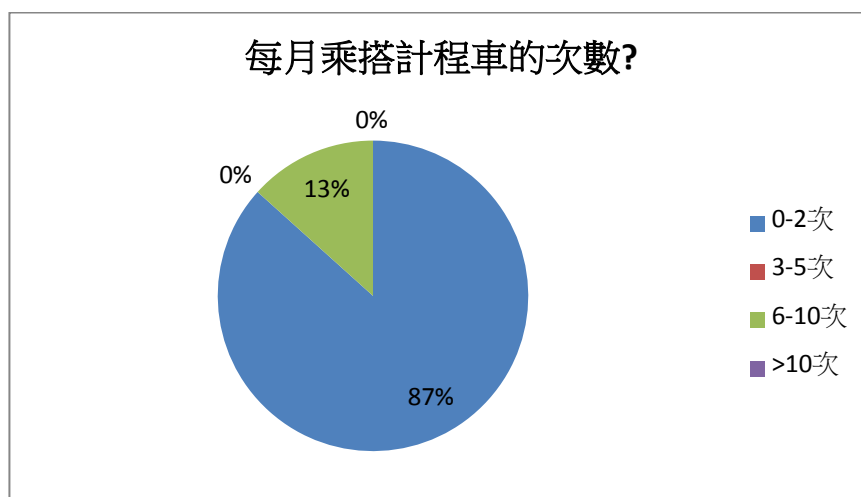
31-40 歲



圖表分析:

在 31-40 歲受訪人士當中，有 77% 的受訪者每月乘搭 0-2 次計程車，卻有 15% 和 8% 的受訪人士分別每月乘搭 3-5 次和多於 10 次計程車。

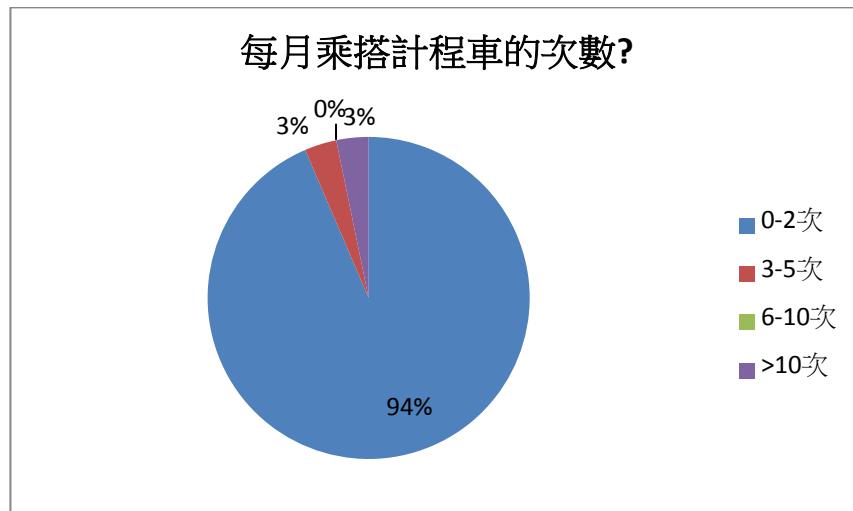
41-50 歲



圖表分析:

在 41-50 歲受訪人士當中，有 87% 的受訪者每月乘搭 0-2 次計程車，佔比例最多，其次較多受訪者（13%）每月乘搭 6-10 次計程車。沒有 41-50 歲受訪者乘搭 3-5 次或多於 10 次計程車。

>50 歲或以上



圖表分析:

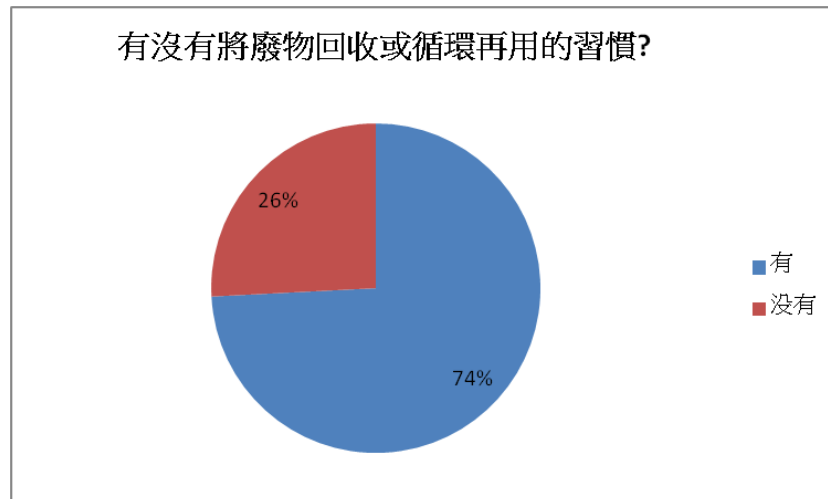
在 50 歲或以上歲受訪人士當中，有 87% 的受訪者每月乘搭 0-2 次計程車，佔比例最多。其餘的受訪者比例都是在每月乘搭 3 次或以上計程車。

結果分析

比較 11- 50 歲或以上人士的問卷結果，大多數人士，近 70% 以上每月乘搭計程車的次數都是圍繞在 0-2 次，其中 50 歲以上人士佔最多百分比，有近 94%。當中最少的是 21-30 歲人士，只有佔 56%，而他們有近 33%，每月乘搭 3-5 次計程車，相對來說是最多的。這也許能反映出 21-30 歲人士生活較匆忙，可能是剛出社會的一群。但大多數人士表示乘搭計程車太貴，41 歲或以上的受訪者表示多會乘搭公共汽車，乘搭計程車的除非什麼急事。

問題六：有沒有將廢物回收或循環再用的習慣？

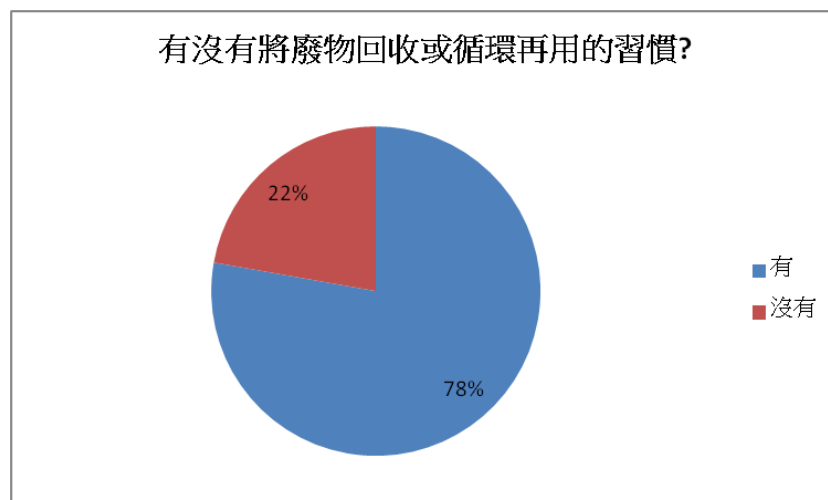
11-20 歲



圖表分析：

有七成的 11-20 歲受訪者有將廢物回收或循環再用的習慣。

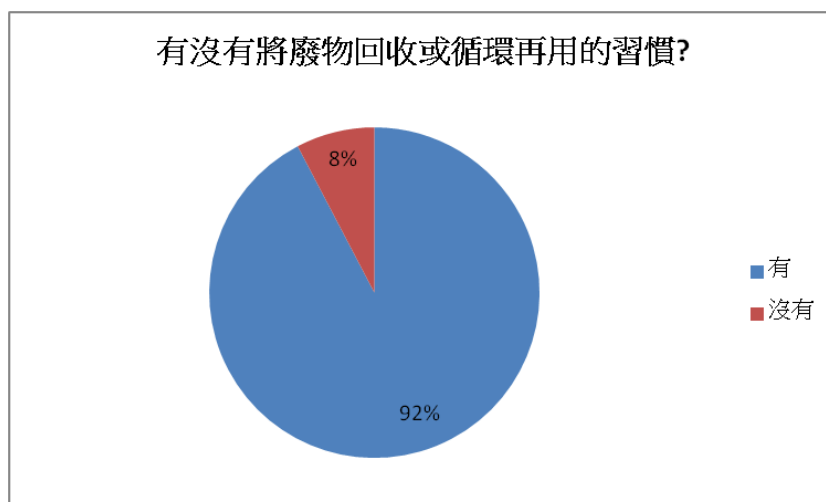
21-30 歲



圖表分析：

接近八成的 21-30 歲受訪者有將廢物回收或循環再用的習慣。

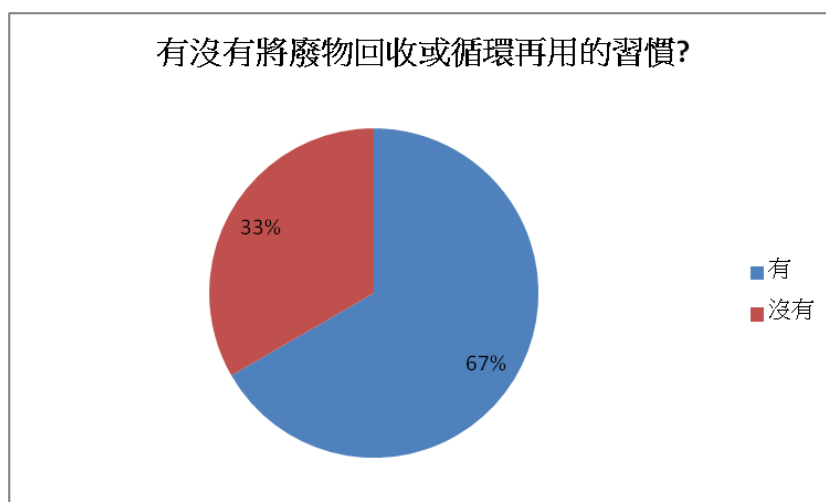
31-40 歲



圖表分析:

超過九成的 31-40 歲受訪者有將廢物回收或循環再用的習慣。

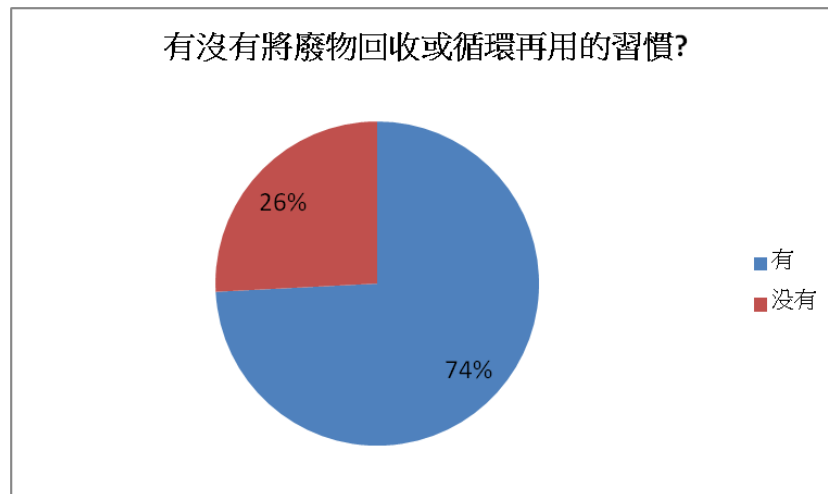
41-50 歲



圖表分析:

約七成的 41-50 歲受訪者有將廢物回收或循環再用的習慣。

50 歲或以上



圖表分析:

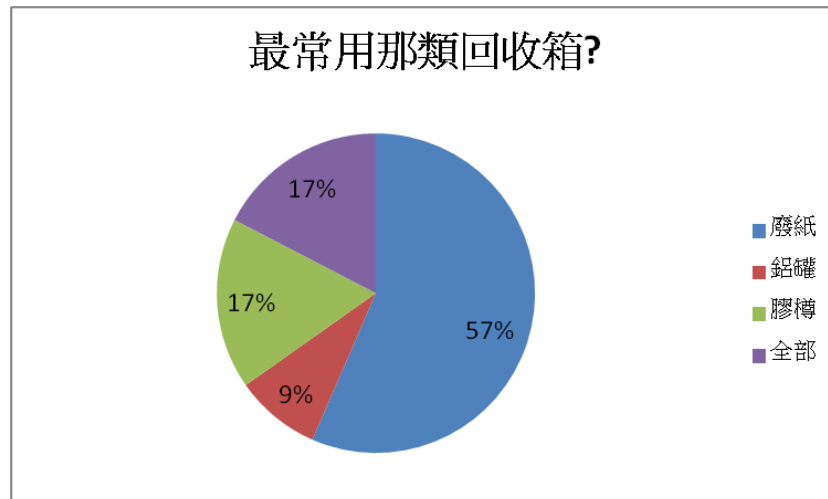
有七成的 50 歲或以上受訪者有將廢物回收或循環再用的習慣。

結果分析

比較 11- 50 歲或以上人士的問卷結果，多數比例相同。其中有 92% 的 31-41 歲人士有將廢物回收或循環再用的習慣，佔總體最多。相反，41 -50 歲人士有將廢物回收或循環再用的習慣的比例只佔 67%，比 31-41 歲人士低，卻有近 33% 沒有將廢物回收或循環再用的習慣，佔總體最多。但總體來說，小西灣區的市民廢物循環再用的知識還是很高的，31-40 歲人士做得最好。這對減少廢物累積及改善堆填區飽和有極大幫助。

問題七：最常用那類回收箱？

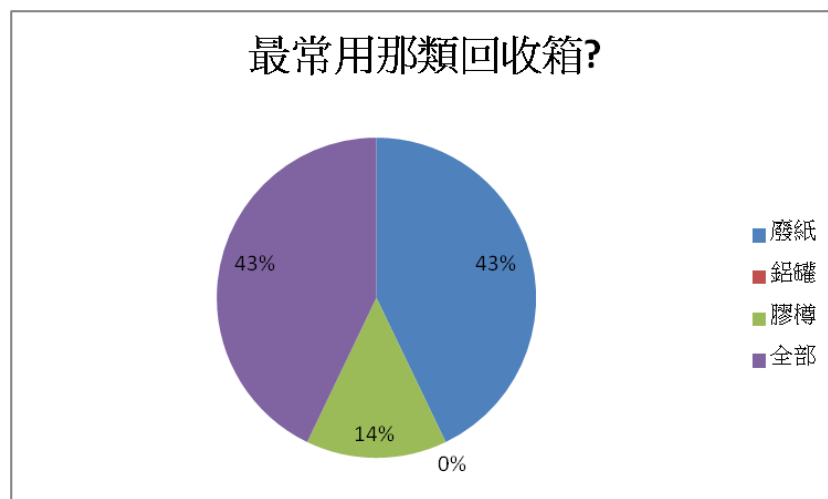
11-20 歲



圖表分析：

在 11-20 歲受訪人士當中，有 57% 使用廢紙回收箱。使用膠樽或是所有回收箱的訪問者比例都是佔 17%，只有 9% 的訪問者使用鋁罐回收箱。

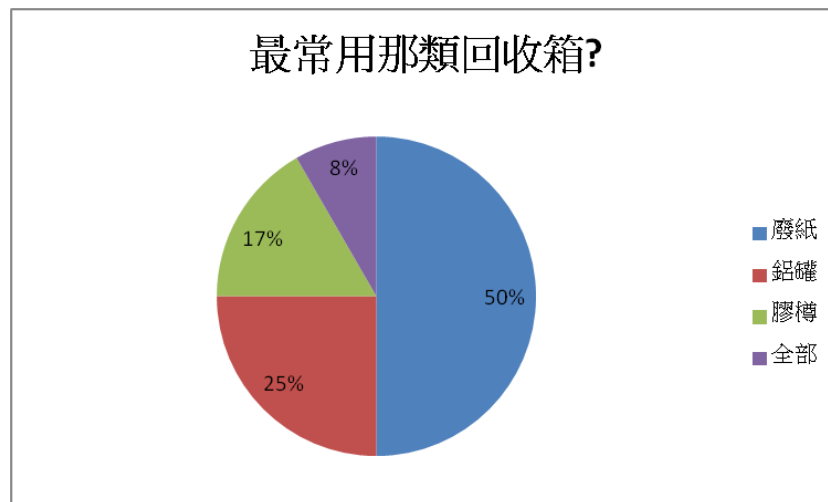
21-30 歲



圖表分析：

在 21-30 歲受訪人士當中，使用廢紙或是所有回收箱的訪問者比例都是佔 43%，有 14% 的訪問者使用膠樽回收箱，沒有人使用鋁罐回收箱。

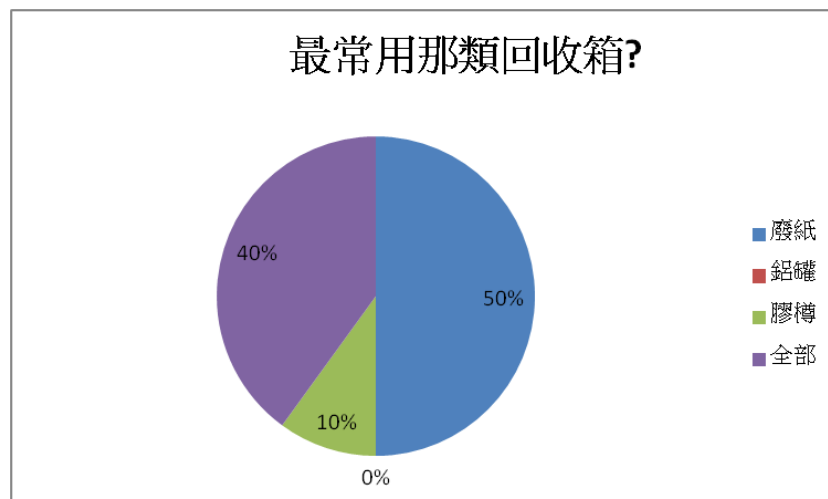
31-40 歲



圖表分析:

在 31-40 歲受訪人士當中，50%的受訪者使用廢紙回收箱，25%的受訪者使用鋁罐回收箱，17%的受訪者使用膠樽回收箱和只有 8%的受訪者使用全部回收箱。

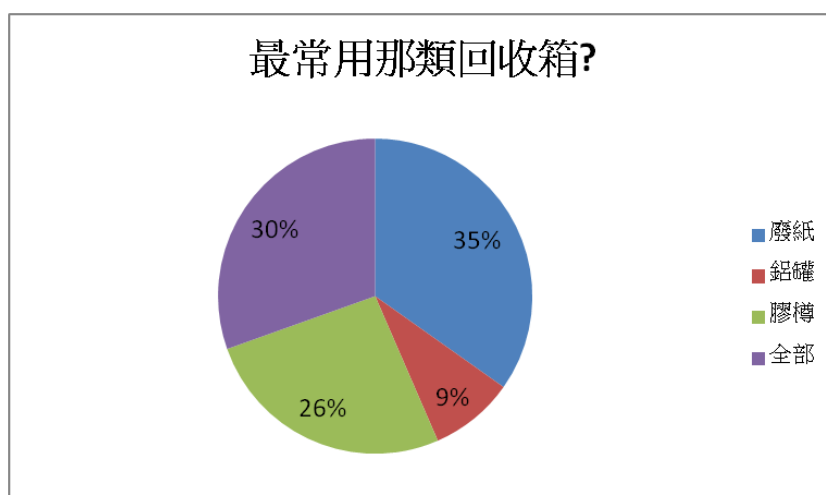
41-50 歲



圖表分析:

在 41-50 歲受訪人士當中，50%的受訪者使用廢紙回收箱，25%的受訪者使用全部回收箱，只有 10%的受訪者使用全部回收箱。沒有人使用鋁罐回收箱。

50 歲或以上



圖表分析:

在 50 歲或以上歲受訪人士當中，35%的受訪者使用廢紙回收箱，30%的受訪者使用全部回收箱，26%的受訪者使用膠樽回收箱，只有 9%的受訪者使用鋁罐回收箱。

結果分析

比較 11- 50 歲或以上人士的問卷結果，有使用環保回收箱的人士較常用廢紙回收箱，近有 50%，而 50 歲以上的較少，只有 35%。其次就是使用膠樽，但 21-30 歲及 41-50 歲人士較常用廢紙，鋁罐，膠樽三款回收箱，有佔 41%。最少被使用的回收箱是鋁罐回收箱。結果顯示廢紙回收箱較常用，使用三種回收箱都用的人數也很多，可見雖然人類不斷使用天然資源，但我們還是環保的一群，利用回收箱進行回收。順帶一提是金屬罐及膠樽等器皿，應以清水清洗乾淨，才可放入回收箱。

問卷總結

綜合上述數據，可見11-20歲小西灣受訪者較注重環保生活。由此可見，其中有很多因素很可能驅使人們未能活出環保生活，例如：金錢、習慣和時間。但總括而言，由調查看來，小西灣的居民還是很環保的。當然，我們還是希望政府能設立更多與環保有關的回饋和設施給民眾，並且透過媒體，宣傳環保的重要性，形成一個帶領民眾環保的榜樣，由此可以增加民眾對環保的認識，也可幫助市民養成良好的環保習慣，建立一個更優美綠化的環境。

建議

為了實踐環保的概念，我們可從以下幾方面實踐，包括衣、食、住和行，而有關的建議如下：

選擇有機衣物、舊衣新穿或重新使用

■ 減少製造廢物、省資源

- 每一件新衣的背後都代表著能量和資源的消耗，有些是合成材料，更是石油製品。另外，棉花田雖佔全球耕地的 3%，卻消耗了全球將近 25% 的農藥和大量珍貴的水資源來灌溉。因此，與鄰居、友人交換衣服，或將穿不下的衣物送給其他孩童，淘汰衣物的布料也可重新使用，製作抹布、環保袋等，省錢更省資源⁵。

■ 減低環境污染

- 由於棉花從栽種需要大量應用水資源和化學農藥的使用、而紡紗、染色，到成品，也需要應用很多化學染劑及水量，環境污染以及每一個過程的二氧化碳的釋放，都是相當程度的衝擊，多選擇沒有使用農藥栽種的有機棉，可以降低環境及溫室效應的傷害⁶。
- 以牛仔褲為例，在漂染的過程中需用上大量清水與化學物質調配成染布水，而這些染布水都是不能被自然分解的有害物，未經處理便排放更會嚴重影響生態⁷。由於有機牛仔褲使用了有機棉作原料，所以能緩和整個生產工序對環境的傷害。



⁵ <http://tw.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=1608100807628> (20/2/2012)

⁶ <http://zardweeb-tw.blogspot.com/2009/12/2.html> (20/2/2012)

⁷ http://orientaldaily.on.cc/cnt/lifestyle/20101201/00315_001.html (20/2/2012)

購買本地農產品⁸

■ 更有營養、更健康

- 在新鮮食物方面，本地的最時令食物是更有營養的選擇。舉例來說，多葉蔬菜在收割後 24 至 48 小時會失去 50%至 89%的維他命 C；袋裝菠菜在冷藏 4 日後就會失去大約一半的葉酸和類胡蘿蔔素。因此，食用本地農產品能更有效吸取食物內的營養，甚至減少攝取其他營養補充劑，避免造成在生產補充劑時的不必要浪費。

■ 減少能源使用二氧化碳排放量

- 由於本地農產品不需長程運輸，例如透過飛機來運輸。這些農產品只需短程運輸，例如透過貨車來運輸。因此，可以減少長程運輸所需能源與二氧化碳排放量。因此，購買本地農產品可以減少長程運輸所需能源與二氧化碳排放量。

- 由此可見，購買本地農產品不但對環境有利，而且更能對人們身體有益。

- 商店例子：有機仔仔 Organic B⁹、孖 8 蔬菜¹⁰



實踐「三用原則」¹¹

- 「三用原則」，即重覆使用、減少使用、循環使用。

■ 能減少製造廢物

- 由於在棄置廢物時會排放出溫室氣體〔如堆填時會排出甲烷〕，並佔全港的總溫室氣體排放量 12%，故減少廢物便能減少這方面的排放量。

⁸ <http://www.getlocalbc.org/files/ch/ch-benefits.pdf> (20/2/2012)

⁹ <http://www.organicb.com.hk/> (20/2/2012)

¹⁰ http://www.vmo.org/tc/index/page_support/item_honorfarm/part_shop/ (20/2/2012)

¹¹ http://www.climateers.org/chi/contents/climateer_beaclimateer_index.php (29/1/2012)

- 而實踐「三用」，例如買咖啡時自備可再用的咖啡杯、避免購買有多層包裝的物品，便能減少製造廢物，達到減少溫室氣體排放量的目標。

■ 能減少開採資源

- 由於開採資源時牽涉到伐木工程而減少了大氣內的二氧化碳被吸收的機會，令二氧化碳繼續屯積；而開採資源時須利用大量電力推動機器，令溫室氣體的排放量上升。
- 而循環使用是利用已有的棄置物品再造成有用的物品，所以能減少開採天然資源和堆填區的負荷。只要多購買再造產品並常回收家中可再生物料，以把家中的循環再用量增加 10%，一般家庭每年最多可減排 90 公斤二氧化碳。



轉用慳電膽^{12 13}

■ 用電量較低

- 普通燈泡一般只能用輸入能量的 10 至 12% 來發光，而其餘主要是用來發熱。但慳電膽能用上 40 到 50% 的能量發光，效率約多達 4 倍。即是說，慳電膽能以較低的用電量，發出相同的光度。
- 最常見的例子，就是一個 20W 的慳電膽，是可以發出一個 100W 鎢絲膽的光度。

■ 均壽命較長

- 普通燈泡僅能維持約 900 小時，而一般的慳電膽壽命約 8,000 小時。比較上，慳電膽的壽命比普通燈泡多達 8 多倍。

¹² http://www.weather.gov.hk/education/edu06nature/ele_fluorescent_c.htm#q3 (29/1/2012)

¹³ <http://www.e123.hk/ElderlyPro/details/11512/62/> (29/1/2012)

- 由此可見，慳電膽有更高的效能和更長的壽命，所用的能量和產生出來的廢物都會較少，因此慳電膽是較普通燈泡環保的。



使用環保清潔劑

- 「環保清潔劑」就是指洗滌後廢水流入大自然它的生物分解度必須在90%以上，所殘留的物質不會傷害我們居住的環境；同時具備清潔與除菌、抗菌的功能，不具腐蝕性，無臭無味且能自行生物分解度高¹⁴。

減少海洋污染

- 一般清潔劑含有不同的化學成份，當中的化合物排放到大海後，便提供了養份使藻類迅速繁殖，集結成紅潮或藻華。有些藻類會分泌一些黏液或毒素，引致魚類窒息死亡。加上後期海藻大量死亡，在細菌分解作用下，消耗更多氧氣，海魚便會因缺氧而死亡，污染海洋，造成經濟損失。使用環保清潔劑便能減少化合物的排放，減少對海洋的生態破壞¹⁵。

環保清潔劑例子：

- 將醋及梳打粉混合至糊狀，製成除垢劑，用法如一般砂粉來去除浴缸及洗手間污垢。
- 先倒入沸水沖渠然後再用四分之一杯白醋及四分之一杯食用梳打粉混合倒進水渠內，成為除去於水渠內造成淤塞的肥油或脂肪的水渠清潔劑。
- 用一湯匙白醋入一公升水，製成窗門清潔劑，再用報紙將窗門擦亮即可。
- 用梳打粉及熱水製成除黴劑，再用銅絲刷大力刷來除黴¹⁶。

¹⁴ <http://tw.myblog.yahoo.com/jw!S3yeA2OBHweL7pJPIOcZQgtPCGU-/article?mid=268> (20/2/2012)

¹⁵ <http://www.hkorc.org/tc/consumer060302.php> (20/2/2012)

¹⁶ <http://hk.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=7006092700619> (20/2/2012)



多栽種植物

- 如在家中種植盆栽和參與植樹運動。
- 能減低大氣內二氧化碳的含量
 - 由於植物利用光能將二氧化碳和水等無機物合成有機物並放出氧氣¹⁷，故大氣內部份的二氧化碳含量會被消耗和減低。以每公頃種植 1,500 株樹為例，每公頃的林地每年的碳固定量約 7.45 至 14.9 公噸，而平均每株樹的碳固定量則為 5 至 10 公斤¹⁸。
- 能降低室內溫度
 - 由於受到陽光的直接照射，熱力令室內溫度上升，導致空調和電力的使用量增加。若在能被陽光照射的地方〔如陽台〕栽種植物，便能減少被陽光直接照射的範圍和降溫，以減少生產電力時的溫室氣體排放量。
 - 根據香港大學研究所得，綠化大廈天臺最少能為頂層單位降溫 1 至 2 度，並能為頂層住戶每年省數百元電費。因此植物不但能美化環境，更能達到減碳、減排的效果¹⁹。



¹⁷ <http://zh-yue.wikipedia.org/wiki/%E5%85%89%E5%90%88%E4%BD%9C%E7%94%A8> (29/1/2012)

¹⁸ <http://lifetree.forest.gov.tw/cp05.asp> (28/1/2012)

¹⁹ <http://hk.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=7007072601615> (29/1/2012)

多乘坐公共交通工具、減少乘坐計程車或私家車²⁰

■ 公共交通工具的載客量較高

- 以一輛雙層巴士為例，一輛雙層巴士能載客超過 100 位乘客，但一輛計程車或私家車卻只能載客 5 人。因此相比之下，雙層巴士能更加有效地使用道路並提高道路使用效率。

■ 使用公共交通工具能節省能源

- 以巴士為例，一架巴士最少有幾十人乘搭，但計程車和私家車卻最多能載客 5 人，因此巴士的人均耗油量和廢氣排放量都會較少。



²⁰ http://www.td.gov.hk/tc/publications_and_press_releases/publications/free_publications/the_third_comprehensive_transport_study/5_coordination_of_different_transport_modes/index.html
(28/1/2012)

至於在小西灣區內實行低碳生活，我們有以下建議.....

飲食方面

- 由於區內有不少店鋪出售有機產品，故居民可從選購有機或使用良好耕作方法的食品方面入手，實踐低碳生活。而區內出售有機產品的商店如下：

- eCosway 特惠店 — 售賣已包裝有機食品
 - ✧ 地址：香港小西灣藍灣廣場高層地下 15B 號舖
 - ✧ 地址：香港小西灣小西灣商場 2 樓 13D 號舖



→店內售賣的有機食品，例如有機西梅乾、有機蔗糖等。

- 源自有機 — 售賣新界有機耕菜
 - ✧ 地址：香港小西灣富怡花園地舖 40 號
- 偉記菜檔 — 獲漁農自然護理署認證為「信譽零售商」之一，出售認可的「信譽農場」出產，符合良好耕作方法及正確使用農藥的蔬菜
 - ✧ 地址：香港小西灣街市 16 號檔
- 昌茂菜檔 — 獲漁農自然護理署認證為「信譽零售商」之一，出售認可的「信譽農場」出產，符合良好耕作方法及正確使用農藥的蔬菜
 - ✧ 地址：香港小西灣街市 10 號檔



→「源自有機」，售賣有機蔬果，如柑桔、草莓等。

- 百佳超級廣場 — 售賣天然堆肥的農產品
 - ✧ 地址：香港小西灣道 28 號藍灣半島商場 1 樓



→店內售賣「天然堆肥」的紅蘿蔔、青瓜等菜蔬。

起居方面

- 由於區內屋苑大多自行設置回收箱於著眼處，故居民可從廢物分類回收入手，實踐低碳生活。而區內回收箱的種類及分佈大致如下：
 - 三色回收箱 — 回收廢紙、金屬、塑膠等廢物
 - ✧ 分佈於各屋苑內，包括小西灣邨、富欣花園、富怡花園、富景花園、藍灣半島



→從左起：小西灣邨、富怡花園、富景花園內的樓宇大堂外的三色回收箱。

- CD 光碟回收箱

✧ 於富景花園第 11 座地下大堂外



→於富景花園第 11 座的「環保列車」，收集 CD 光碟及舊衣物。

➤ 舊衣回收箱

✧ 於小西灣邨瑞滿樓外、小西灣海濱公園入口、富景花園第 11 座地下大堂外〔環保列車〕



→從左起：小西灣邨瑞滿樓外、小西灣海濱公園入口的衣物回收箱。

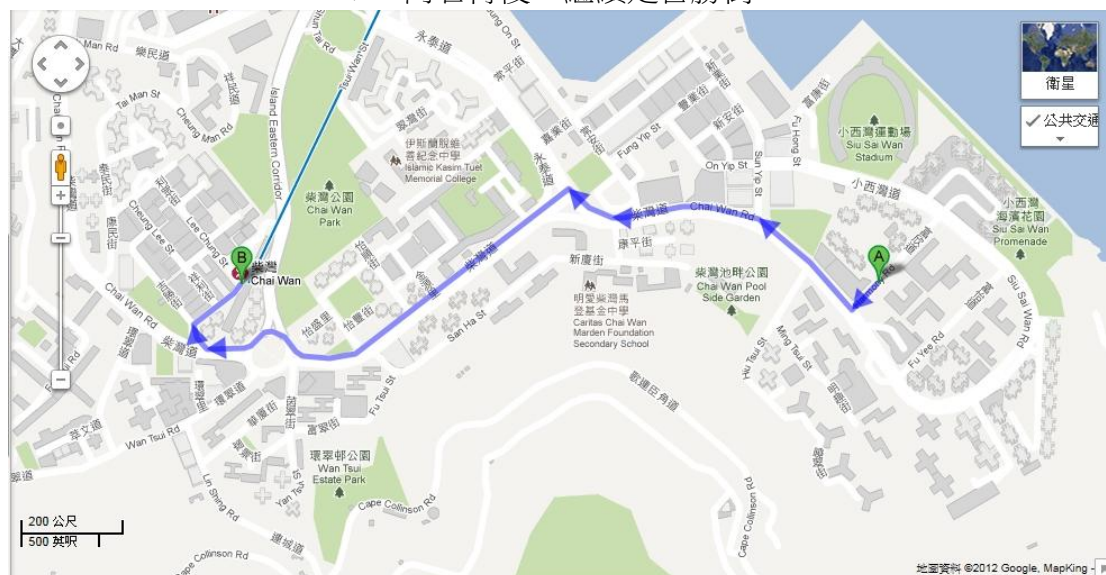
活動方面

- 假設小西灣的居民以中華基金中學為起點，終點為柴灣地鐵站。我們建議他們實踐步行的生活習慣，以避免乘搭公共交通工具，減少排放廢氣，保障居民的健康。

- 以下是建議路線：

步行路線（路程時間大約 23 分鐘）²¹

- ◆ 朝西南，走富欣道，往小西灣道前進
- ◆ 請於小西灣道向右轉
- ◆ 接著走柴灣道
- ◆ 接著走永泰道
- ◆ 請於柴灣道向左轉
- ◆ 請於吉勝街向右微轉
- ◆ 向右轉後，繼續走吉勝街



步行路線圖

²¹ http://maps.google.com.hk/maps?saddr=%E4%B8%AD%E8%8F%AF%E5%9F%BA%E9%87%91%E4%B8%AD%E5%AD%B8+%E5%AF%8C%E6%AC%A3%E9%81%939%E8%99%9F&daddr=%E6%9F%B4%E7%81%A3%E7%AB%99&hl=zh-TW&ie=UTF8&ll=22.264852,114.243543&spn=0.010147,0.021136&sll=22.325941,114.195671&sspn=0.162286,0.338173&geocode=Fa65UwEdd0_PBi mBHOm_LwIENDFCgOHnLRXpqw%3BFTG7UwEd0x7PBilrX5B2iAEENDEH-9Ua5PJLUQ&brcur rent=3,0x3404022fb7739c1b:0x152f451b0552d448,0,0x34040106bd01ccf7:0x2dfb946e947104f9&mr a=atm&dirflg=w&t=m&z=16&lci=transit_comp (6/3/2012)



中華基金中學



柴灣地鐵站

- 如果覺得步行整段路程比較乏力，或沿途體力不繼，可選擇乘搭由小西灣開至柴灣地鐵站（總站）的小巴，路程時間也相當快捷。

- 乘坐小巴（47M）的路線（路程時間大約 6 分鐘）²²

1. 走到東華三院李志雄紀念小學附近的 47M 小巴士站
2. 47M 小巴將會開往柴灣地鐵站（公共小巴總站）
3. 公共小巴總站的對面便是柴灣地鐵站



乘坐小巴（47M）的路線圖

²² http://maps.google.com.hk/maps?saddr=%E4%B8%AD%E8%8F%AF%E5%9F%BA%E9%87%91%E4%B8%AD%E5%AD%B8+%E5%AF%8C%E6%AC%A3%E9%81%939%E8%99%9F&daddr=%E6%9F%B4%E7%81%A3%E7%AB%99&hl=zh-TW&ie=UTF8&ll=22.264971,114.247985&spn=0.010227,0.021136&sll=22.264832,114.24262&sspn=0.010147,0.021136&geocode=Fa65UwEdd0_PBimBH0m_LwIENDFCgOHnlRXpqw%3BFTG7UwEd0x7PBilrX5B2iAEENDEH-9Ua5PJLUQ&dirflg=r&tttype=now&noexp=0&noal=0&sort=def&brcurrent=3,0x3404022fb7739c1b:0x152f451b0552d448,0x34040106bd01ccf7:0x2dfb946e947104f9&mra=ltm&t=m&z=16&iwloc=statictransit:2&lci=transit_comp&start=0 (6/3/2012)



東華三院李志雄紀念小學附近的



公共小巴總站

47M 小巴站

我們建議政府給小西灣區居民的實際行動.....

- 以低租金或零租金提供二手買賣、或是以物易物的場地。這類市集可每兩星期進行一次，地點可於小西灣村內的露天廣場進行。
- 由蔬菜統營處協助舉辦有機蔬菜墟。這可以每月一次在小西灣足球場舉行。
- 資助屋苑增設環保設施，如廚餘機、太陽能街燈、雨水收集器作廁所沖水用途。
- 除福建中學（小西灣）和培僑小學之間的有機種植場外，同時加增小西灣社區有機耕種園圃。

總結

現時，很多香港人對丟棄食物、浪費能源等破壞環境的問題習以為常，而且還有著日益嚴重的趨勢。因此，為了探討香港市民是否擁有環保的綠色生活意識與實踐習慣，我們進行了一次問卷調查。經調查發現，大部份小西灣居民都有良好的環保意識和習慣，例如廢物回收和循環再用的習慣。至於當中實行的困難的主要原因都是嫌麻煩和貪求一時的方便。另外，我們提供了不少在日常生活中可做到的環保行動，而且價錢實惠，藉此達到重覆使用、減少使用和循環使用的原則，使我們的社區及環境可持續發展。

鳴謝

我們這次的專題研習之所以能夠順利完成，首先要感謝的是我校——中華基金中學，我校一直以來致力鼓勵學生多參加校外的比賽以及專題研習等，尤其著重有關環保的活動，希望能夠藉此推廣及加深我校學生的環保意識，為此，我們十分感謝學校對我們的贊助和支持。

其次，我們要謝謝香港聯合國教科文組織協會所舉辦的UN DESD香港獎勵計劃，這個計劃不但能增進我們對生態及生活環保的知識，還可以認識生態及生活環境與可持續發展的關係和意識，讓我們有更多寶貴的學習機會。

再者，我們還要感謝我們的負責老師——何麗薇老師，多謝她一直以來對我們的幫助與支持。在這段其間，何老師一直陪著我們出席講座、到戶外考察，給予我們最大的鼓勵，對此，我們感到十分的感激。

最後也要多謝組員們一直以來的互相配合、扶持與鼓勵，當遇上障礙時，大家都會挺身而出，一起解決問題。通過這次專題研習，我們不但對綠色生活及生態環境有了更深入的瞭解，有助應用在日常生活上，而且提升了我們的溝通技巧以及團體精神，這些都為我們的個人發展帶來極大的幫助。

