

CRIME



Offences that are polluting the world

人類所做的「好事」：

●衣服污染 ●浪費食物，增加廚餘 ●忽略食物里數 ●濫用農藥

小貼士：如何做到綠色生活

引言

人類，在地球上存在了超過幾千年。時至 21 世紀，人類的科技發展更上一層樓，他們不斷的進步、發明，自己的生活雖然得到很多的改善，可是在同時，他們卻沒有想過那個為他們提供一切、另一方面默默的承受著他們所排放的污染的地球！大自然已經在不斷的警醒世人停止一切破壞的行為，然而環保問題卻仍未被各國政府所重視，各國在權衡經濟、社會上的發展和環境保護與生態平衡時選擇了前者。在能源、水源、糧食短缺問題上，各國採用核能發電、水壩建設和基因改造以「解決」問題，而這些只是「以人類未來作賭注所換取的資源」，可見真正的可持續發展概念是流於口號之上，將全人類以至整個地球生態處於十分危險的境地。我們只有堅定地改變生活方式、推動節能、減少用水等才有可能補救過去的破壞。現在，我們希望透過這份人類犯罪報告來一一細數人類究竟犯下了什麼樣的彌天大罪。藉此報告，我們希望人類能反省一下自己一直以來的過錯，並作出改善！

目錄

P1	引言
P2	目錄
P3	衣服污染
P5	浪費食物·增加廚餘
P8	食物里數
P12	濫用農藥
P14	總結
P15	資料來源

衣服污染

生態污染系列

水質污染問題刻不容緩

19世紀末英國工業革命後，製衣業由全人手製作漸漸轉為機器生產，衣物及牛仔褲的製作過程所製造大量含有毒有害物質的污水被人類永無止境的排進江河，破壞海洋生態和大自然。作為是世界上最大的紡織及服裝出口國，中國必然是首當其衝面對水污染的問題。根據中國環保部的數據顯示，全中國的江河湖泊均受到中度至嚴重程度污染，中國內地的工業污水年產生量為738.33億噸，其中約300億噸未被處理的有毒有害工業企業廢水被工廠直接排進河水中。在水資源短缺的問題漸漸浮現的同時如此破壞珍貴的淡水資源，是與可持續發展的目標完全相違背的，更是加速地球上水資源的短缺。

衣著款式由於大量生產，令服裝尺碼、款式、價格單一化，是時裝產業起源，時裝亦成為現代人追上潮流象徵，更是代表了人的個人形象，顯示了品味、個性、身分、地位、財富等，而近年的時裝款式變化越來越快，大多數的設計興起1年左右便「OUT」，然而那些衣服仍未破爛卻因「潮流已過」為由丟棄，根據2006年一項在香港進行的調查顯示，600名受訪市民平均每年購買30件衣服，其中44%的受訪者表示曾經丟棄從未穿過的新衣服。

1. 中國洞庭湖

大鱗工廠建於洞庭湖畔，每日排放大量未經處理的污水進湖，不受任何執法部門監管，水資源保護計畫淪為空談。



2. 中國黃河

中國第二大河—黃河中上游，近三分之一河段，水質污染問題嚴重。



解決方法 舊衣回收

為了減低紡織業對河道污染的影響，每個人均應該改變一下自己的消費模式，不要盲目追隨時裝雜誌所謂的衣著潮流，這樣能令衣物的長遠需求漸漸減少，減低紡織業生產過量貨品。市民在購買衣物時應注意盡量選購水質污染程度較低的布褲及以淡色衣物取代牛仔褲及鮮色衣物，因牛仔布料和顏色布料在加工染色的過程中使用大量自來水和化學物質。另外市民應支持舊衣回收，許多衣服往往是因厭棄款式過時即使從未穿著亦會丟棄它們，這是未能把衣物物盡其用的，故參與舊衣回收計畫才能體現可持續發展。參與回收舊衣既能夠善用地球資源，又能夠有效地援助貧窮國家國民維持生活。既然社會上多個提供舊衣回收的慈善機構或部門如救世軍、民政事務總署、香港資源回收中心等均有在全港各屋苑設立舊衣回收箱，非常方便，故市民應響應回收活動亦達至可持續發展的目標。



舊衣回收箱，為香港其中最常見的一款，此箱為全港最大規模的本地舊衣回收商—新毅回收公司之設計。





甚麼是低碳衣服？

環保物料或天然織物是低碳衣服的原材料，因為其消耗的能源和對環境產生的污染相對較少。竹纖維、大豆纖維和牛奶纖維就是環保物料的例子；棉和麻就是天然織物的一些例子。

低碳衣服在的5R原則：

- Reduce(節約能源及減少污染)
- Reevaluate(環保選購)
- Reuse(重複使用)
- Recycle(分類回收再利用)
- Rescue(保證自然與萬物共存)

跟普通衣服有甚麼分別？

一件普通衣服從原材料的生產到制作，再由運輸到使用，最後到廢棄，都會排放二氧化碳，對環境造成影響。根據研究顯示，一條約400克重的滌綸褲，假設它使用壽命為兩年，共用50°C溫水的洗衣機洗滌過92次；洗後用烘乾機烘乾，再平均花兩分鐘熨燙。這樣算來，它“一生”所消耗的能量大約是200千瓦時，相當於排放47千克二氧化碳，是其自身重量的117倍。

反觀，一件低碳衣服會利用環保物料或棉、麻等天然織物作為原材料，減少對地球的污染。根據英國劍橋大學製造研究所的研究，一件250克重的純棉T恤在其“一生”中大約排放7千克二氧化碳，只是其自身重量的28倍。

市面響應的名牌

H & M

從內衣到外套各個種類，男裝、女裝、青少年裝、童裝，也有推出的有機棉服裝，實踐低碳衣服。

UNIQLO

推行舊衣回收運動，於每年3月及9月的換季期間舉行，這些舊的衣服大約90%會再用，將衣物捐贈給貧苦國家的老百姓。剩下不能穿的舊衣服，則回收再製成纖維材料，製成出來的纖維材料除了能生產新的衣服外，還能進行發電。

無印良品

原料採用回收或殘餘的玻璃、報紙、電話簿、牛奶盒、棉線及木頭。利用生產時殘留的紗線做成限量的T恤，每件也利用了沒有用途的廢物，不但能夠減少對環境的污染，善待地球，又不失時尚的簡單設計風。



UNIQLO的商標



無印良品的商標

廚餘問題

香港的廚餘問題嚴重，單在2010年，每日就有3,237噸家居廚餘和工商業廚餘被棄至堆填區，是可造成環境污染，回收成本也不少的家居垃圾，推算每周浪費金額多達一億四千萬元。在某些節日如新年和中秋，應節的特定食物（如：年糕、粽子、月餅等）過期而要丟棄的食物，是廚餘其中一項源頭。另一方面，由於近年中式婚宴及企業餐宴流行，令過去十年間工商業廚餘不斷上升。香港地球之友於2010年進行有關飲宴的廚餘調查，四場中式婚宴及企業餐宴共104圍酒席的廚餘量，統計吃不完的餸菜達400公斤。香港餐飲聯業協會會長黃家和指出，每年平均有大約2,00萬至2,50萬圍酒席，包括婚宴、社團宴會、春茗、團年飯等等，而工商業的九百多噸的廚餘中，有45至50%來至這些酒席。廚餘問題出現多年，由於數量多，而且易生惡臭，所以不宜堆填。廚餘水份、鹽份都高，如果一燒了之會加重焚化負擔，縮減其壽命。



根據香港環保團體綠色力量在2009年中秋節發表的調查指出，單單是香港在2008年丟棄的月餅數量，推算出來有280萬個；而在中秋節中的燒烤活動中丟棄或浪費掉的肉腸、肉排等食物，更可讓一個三人家庭飽餐82年。

有機堆肥 締造綠色生活



01 02



03

01 把塑膠瓶子切去底部，把瓶口插進泥土，然後把切碎的廚餘塞進瓶子裡，利用瓶子原本的底部，反轉過來當蓋子，不會吸引昆蟲。在這個過程中，分解過程中的汁液，會流進泥裡，給植物吸收。一段時間後，廚餘變成肥料，翻掘出來就是很好的土壤改良劑。

02 這種堆肥需要的東西很簡單，就是紙、廚餘和培養土。紙可當作蚯蚓居住的墊底，蚯蚓將會把墊底和其他東西一起吃掉。然後，把廚餘放到紙上，再放入培養土中。這種堆肥能產生較營養的土壤，植物及農作物也會得到更多營養。除此之外，它較不佔空間，一個40公升的桶子都已經足夠了。

回收有法 再造魚糧清潔劑



回收廚餘

回收街市、酒店、餐廳等的剩餘食材，經過再烹調或翻熱再給予有需要人士，一方面可幫助基層市民，而另一方面亦可減輕廚餘對堆填造成的壓力。廚餘回收可使垃圾減量最高達35%。

惜食堂是一間社會企業，他們會將廚餘重新分配，收集所有烹煮過或未經處理的剩餘食物，經過一套嚴格的處理程序及質檢，製成飯盒，使餐飲業、食品製造商和食品批發商在做生意之餘，也不會造成浪費。此外，製成的飯盒會贈送給有需要人士，這樣便能有效地令活在貧窮線下的有需要人士得到溫飽，一舉兩得。而他們主要給予幫助的對象為區內無家可歸、失業及低收入人士、家庭和老人。



利用果皮、菜渣等加入黑糖和水就把廚餘再造清潔用品，既可物盡其用，亦可避免化學清潔劑的毒素長年累月在身體積聚。

利用回收商自行研發高溫烘焙廚餘技術，把廚餘壓成顆粒狀，再混入粟米粉及豆腐渣等，給本港養魚排餵魚廚餘可用來再造魚糧。再且，售價只是進口魚糧的三分之一，而且效果理想。



回收廚餘的機構

CRIME

07

食物里數一 問題何在？



人們重視生活品味，他們認為由外地製造食品的質素會更佳，所以寧願花更多的錢，亦要購買山長水遠從外地運來的食品，他們對食物的感覺只限於金錢與滿足口腹之欲。

可是我們不知道的是，從遠處運來的食物在養殖耕作、到包裝、運輸、直至到達我們的口中，不論是空運、陸運還是水運，都會排出大量二氧化碳，從而增加溫室氣體，造成空氣污染，令全球氣溫上升、冰山融化、天氣異常變化等，嚴重影響地球環境，與可持續發展的理念背道而馳。除此以外，長途運輸食物難免需要更多的處理和包裝，以便在運送過程中保鮮或防止破損。這包裝程序除了浪費物料外，亦會製造更多的垃圾，對環境增加更多的壓力。另外，為了應付更多富裕地區的入口需求，部份沿用傳統耕種方式的發展中國家，需改

性的密集農業生產模式，很多森林會被砍去，這對土地的持續性和生態環境造成破壞。

昨用具破壞

首先，要吃當季的食品。為了迎合消費者的口味，農民會加入化學肥料或其他化學物質來加快食物的生長速度，在這個過程中不免會製造不少廢料，這些廢料會破壞環境，造成污染，所以，食用當季的食物亦是保護環境的好方法，例如：在春夏季節吃節瓜、青瓜，在秋冬季節吃番茄、白蘿蔔。另外，要吃當地的食品，支持本地生產。本地生產的食品，運送過程所耗用的能量較少，放出的二氧化碳亦會相對較少，減少二氧化碳排放不但可以減少溫室氣體，亦可減少因包裝而製造出來的垃圾，市民多吃本地食品，還可以促進本地經濟。而本地生產的食物種類有很多，我們建議消費者食用有機的食物，有機食品是純天然種植，過程中沒有添加化學肥料，不但對健康有正面影響，亦不會破壞自然環境。

感受有機生活的健康、自然和快樂



康健一族出售有機食物如米糧、意大利粉麵類、罐頭食品、種子、堅果仁類及個人護理用品如身體潤膚系列、備長炭用品、備長炭能量衣服，並設有網上服務，十分方便。

有機食品好處多

有機	無機
由於土壤經過特殊護理和保養，有機食物的營養成份如：維生素及礦物質較豐富	土壤沒有經過特別處理，未能確保營養成份多寡
有機食物沒有增添防腐劑，味道較新鮮香甜，口感較佳	無機食物可存放較長時間，但味道不及有機食物鮮甜
絕不含添加劑，對健康有保障	含致癌物質，長遠會影響健康
有機耕作方式保障土壤營養，減低環境污染	化學肥料污染土壤及水源，嚴重破壞地球資源

有機食物一般都會標示有機認證標誌「QAI」(Quality Assurance International)，証明產品經過嚴格審查，可放心食用。另外，一些本地有機農場如香港有機農莊、匡智松嶺村等都提供新鮮有機食物，讓市民可享用最新鮮的農產品。



CERTIFIED ORGANIC

解決方法

CRIME

| 09

Pure & Green. Visit ThreeSixty. **ThreeSixty**®

Hong Kong's largest organic and natural food store
香港最大有機及天然食品店

主要出售及提供有機食品，使用環保建材及天然產品，支持環保及可持續發展，為全亞洲首間以全有機食品為主題的超級市場，主要顧客對象是中產階層人士，價錢不會太昂貴，同時亦是全港首個無免費膠袋的超市。



吉之島(Jusco)

售賣健康有機食品如有機西梅汁、有機蘋果醋、有機雞翼及雞鎚、有機白米、有機即溶燕麥、有機蕃茄蓉等。



JUSCO
My kind of store

分店：

康怡店：香港鯉魚涌康山道2號康怡廣場(南)

荃灣店：新界荃灣大壩街4-30號荃灣廣場1-4樓

黃埔店：九龍紅磡黃埔花園第5及6期地下及地庫1層

屯門店：新界屯門屯順街1號屯門市廣場1期地面高層及1樓

九龍灣店：香港九龍宏照道38號企業廣場5期MegaBox L1及L2

荔枝角店：九龍荔枝角深盛路8號碧海藍天

上質飲食態度，笑顏滿載

美食的可愛在於她又美味、又健康，蔬菜肉食，從出生起便受到無微不至的愛護。吃進口中的，不單是天然的華美、還有人工的惜心愛護，多一點認識，更能欣賞美食的味道。

一田超市內，有多款健康蔬菜肉食，重新認識它們吧！

地址：

沙田店：香港新界沙田正街2-8號

新城市廣場第三期二樓及三樓

大埔店：香港新界大埔安邦路8及10號大

埔超級城B區1-2樓

新蒲崗店：香港九龍新蒲崗太子道東638

號Mikiki LG



農藥毒害 河川受染

大量使用農藥及化學肥料不斷污染水源及土壤，例如中國每年農藥使用量達5400多萬噸，而施用的化學肥料中，55-75%的氮和75-90%的磷未能被農作物吸收，導致大量湖泊、河流及海域受嚴重污染，亦會對地球造成永久傷害。不被吸收的化學肥料會經由地下水排出河流及海洋等，大量成份的氮及磷會加速藻類植物的繁殖，令海洋生物缺氧致死。而且土壤長期受毒物污染，會令其結構受破壞而含酸性，令土地不適宜再耕種。



不少化學農藥已發現可以致癌或有潛在致癌的危險，長期接觸會增加發育、生殖、免疫、內分泌及神經等系統受損的機會。





時下蔬菜被下太多農藥，長期食用對身體極度有害，因此要小心選擇購買。



買菜小貼士

不時不食

知所避忌

提防異味

凡是當造的瓜果蔬菜，由於時節適合，生長旺盛，害蟲數量少，所需農藥份量因而較少。相反，種植反季節的蔬菜，例如在夏天種菜心，由於蟲害嚴重，農藥量會較多，加上在夏天種的菜心、白菜不及冬天的來得粗壯好吃。當造的特色就是平、多、靚，根據這三個原則，賣菜就安全得多。

有些瓜果蔬菜特別多害蟲，可盡量少買（尤其不要在餐廳點），如白菜、菜心、芥蘭、西蘭花、紹菜、椰菜花等。另外，有些菜的蟲害較少，可以放心多吃，如芹菜、西芹、韭菜、蔥、蒜、生菜、菠菜、莧菜等。水果則以皮厚、皮硬、要剝皮吃的較安全，如香蕉、椰子等。

把瓜果蔬菜放在鼻前仔細嗅嗅，若有異味，盡可不買。

每人家中只需一個盆，加點泥，配合陽光和足夠水份，都可以自己種植一些易種又健康又時令的植物，而不時不種可令植物在最合適的環境下生長，如蕃茄就要在比較低的溫度下種植才會生長得好。這樣可以自給自足，既有機種植，亦有助保護環境。

有機自家種植 ARE YOU READY?

春夏

冬瓜、絲瓜、苦瓜、葫蘆瓜、南瓜、豆角、四季豆、茄子、甜椒

秋冬

紅菜頭、荷蘭豆、生菜、茼蒿、菠菜、芥蘭、黃芽白、西芹、番茄、白蘿蔔、

有機耕種是人類可持續發展的基本構成部分，以自然保育、可持續發展和保存生物多樣性為大前提種植農作物，與自然生態互相配合。有機生產者會盡力避免使用人工合成的化學農藥，包括化學肥料、化學農藥及性口藥物或以離子輻射來保存食物，亦會拒絕使用基因改造的種子或含經基因改造的物料，選擇以一些有機操作方式去控制蟲害及耕種，故此可生產健康、有營養而不含有害殘餘化學物的食物。有機生產者會盡力保育泥土及農場環境以提高泥土長期的生產力，平衡有益和有害的生物，避免病蟲害的發生，種出健康的作物亦會把植物殘渣和動物糞便循環使用，節省天然資源。

解決方法

CRIME

13

總結

人類的過錯實在是罄竹難書，他們不顧地球的死活，只顧自己不斷發展，如此行為簡直令人髮指！幸好，他們之間還有一些人還剩下些少的良心，能意識到自己的過錯，並懂得為自己的罪行補救。希望此刊物能喚醒更多愚昧的人類，並讓人類團結在一起，愛護並珍惜這個地球上的所有資源，畢竟，我們只有一個地球。所以從現在開始，實行綠色生活，為我們的地球盡一分力！

資料來源

http://www.producegreen.org.hk/greengourmet/main_03_01.htm

<http://www.healthnaturallyhk.com/index.htm>

<http://dailynews.sina.com/bg/news/fsh/sinacn/fa/p/2009/1210/1031946078.html>

<http://davidli.pixnet.net/blog/post/32556089-uniqlo%E5%92%8C%E7%84%A1%E5%8D%B0%E8%89%AF%E5%93%81%E6%98%AF%E7%B6%A0%E8%89%B2%E5%93%81%E7%89%8C%E5%96%94%EF%BC%9F%28%E4%B8%8D%E7%A6%81%E6%83%B3%E5%88%B0h%26m>

http://www.afcd.gov.hk/tc_chi/agriculture/agr_orgfarm/agr_orgfarm.html

<http://www.producegreen.org.hk/index.asp>

http://www.foe.org.hk/welcome/gettc.asp?language=tc&id_path=1,%207,%2028,%20150,%204310,%204566

<http://foodwaste.foe.org.hk/html/chi/>

http://www.foodangel.org.hk/b5_index.php

<http://www.climatechange.hk/cht/lohas-diy-oldfashiontotrasure-trachi.aspx>

http://big5.gov.cn/gate/big5/www.gov.cn/test/2005-06/06/content_4422.htm

<http://www.mep.gov.cn>

http://www.stats.gov.cn/was40/gitjj_detail.jsp?searchword=%A1%B6%B5%DA%D2%BB%B4%CE%C8%AB%B9%FA%CE%DB%C8%BE%D4%B4%C6%D5%B2%E9%B9%AB%B1%A8%A1%B7&channelid=6697&record=1

http://www.google.com/imgres?q=dying+earth&start=161&hl=zh-TW&gbv=2&tbn=isch&tbnid=ONZnq2xNKh0YBM%3A&imgrefurl=http%3A%2F%2Fmarkcnewton.com%2F2011%2F05%2F&docid=ZUImCsJN46djoM&imgurl=http%3A%2F%2Fmarkcnewton.com%2Fwp-content%2Fuploads%2F2011%2F05%2Fsashie_stove1.jpg&w=838&h=705&ej=N2iYT-z2NieQiAeft5jDDQ&zoom=1&biw=1024&bih=598&iact=rc&dur=188&sig=117061838897305697477&page=8&tbnh=127&tbnw=151&ndsp=24&ved=1t%3A429%2Cr%3A21%2Cs%3A161&tx=-57&ty=-151

http://pic12.nipic.com/20110211/2457331_222547938000_2.jpg

雜誌編輯：

趙聿修紀念中學

方梓穎 鍾榮亮

馮曉恆 陸凱俊

胡紫昕 胡信立

袁俊暉

