



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH



ทำบ้านให้
สะอาด สดใส
รับมือฝุ่น **PM2.5**
ด้วย **3ส 1ล**

ส. สะสาง

คัดแยกและกำจัดสิ่งของที่ไม่จำเป็น
เพื่อไม่ให้บ้านแหล่งสะสมฝุ่น

ส. สะอาด

เช็ดล้างทำความสะอาดอุปกรณ์ในบ้าน
เช่น หน้ากากแอร์ พัดลม มุ้งลวด
ใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดทำความสะอาดพื้น
และชอกมุมต่างๆ

ส. สร้าง

- สุขนิสัยทำความสะอาดสม่ำเสมอ
- สิ่งแวดล้อมช่วยลดฝุ่น เช่น ปลุกต้นไม้

ล. เลี่ยง

เลี่ยงกิจกรรมที่ทำให้เกิดฝุ่น เช่น จุดธูป
ปิ้งย่าง เผาขยะ และตรวจเช็คสภาพ
รถยนต์ให้อยู่สภาพดี ไม่ก่อควันดำ