

# สารบัญ

บทนำ	12
จ่ายค่าไฟแพงกว่าทำไม ?	13
เห็นข่าวนี้ที่ไร เศร้าใจทุกที ?	15
จะประหยัดได้อย่างไร ?	17
<b>บทที่ 1: แคมป์ปิดสวิตช์ ถอดปลั๊ก... ค่าไฟก็ลดเป็นหมื่นๆ</b>	<b>20</b>
เสียบปลั๊กทิ้งไว้... กินไฟกี่บาท ?	21
หม้อหุงข้าวอุ่นทิพย์ เปลืองไฟโดยใช่เหตุ ?	30
กระติกน้ำร้อน... ต้มซ้ำบ่อยๆ... ไม่ดี	36
เครื่องใช้ไฟฟ้าอื่นๆ... เสียบทิ้งไว้กินไฟเท่าไร ?	44
เปิดไฟทิ้งไว้ทำไม ?	49
เครื่องซักผ้า... สุดยอดเครื่องใช้ไฟฟ้า ที่แม่บ้านชอบมากที่สุด	54
<b>บทที่ 2: ตู้เย็น... จอมเขมือบไฟ</b>	<b>60</b>
ตู้เย็นแบบกดปุ่มละลายน้ำแข็ง vs ตู้เย็นแบบโนฟรอสท์...	
แบบไหนกินไฟมากกว่า ?	61

ตู้แช่... จอมเขมือบ	70
ตู้แช่สแตนเลส (นี่ก็จอมเขมือบ)	72
ขายน้ำ คืมค่าไฟ ?	74
<b>บทที่ 3: ใช้ออร์อย่างไร... ให้ประหยัดไฟ</b>	<b>76</b>
แอร์ไม่มีน้ำยา... อย่าทนใช้	77
ทำเลดี... มีชัยไปกว่าครึ่ง	84
ตั้งอุณหภูมิเท่าไร? ประหยัดไฟ	86
ปัญหาที่พบบ่อยๆ ของแอร์	90
<b>บทที่ 4: บ้านเย็น... เป็นสุข</b>	<b>96</b>
บ้านร้อน... นอนทุกข์	97
บ้านร้อนที่สุดเวลาไหน ?	99
กางร่ม... ให้บ้านเย็น	101
เคล็ดไม่ลับในการเลือกซื้อบ้าน	104
<b>บทที่ 5: เครื่องทำน้ำอุ่น</b>	<b>106</b>
ประหยัดก็สำคัญ แต่ปลอดภัยสำคัญกว่า	107
วิธีเลือกเครื่องทำน้ำอุ่นแบบประหยัดไฟ	109
อุทสาหกรรมเกี่ยวกับการติดตั้งเครื่อง	113

เรื่องคืบบท: ปลักฟ่วง ชวนใหม่ 117

**บทที่ 6: จดมิเตอร์ น้ำ ไฟ...** 124

เลี้ยงปลาแค้ไม้กัตัว... แต่ค่าไฟเดือนละเกือบหมื่น 125

บึ่มน้ำอัดโน้มดีจอมกินไฟ 129

น้ำรั่ว... รั้วหมดกระเป่า 131

ไฟรั่ว... เงินก็ไหลรั้วจมนดิน 137

**บทที่ 7: รัฐฎ รัฐติก... การไฟฟ้า** 144

รัฐติกาของการไฟฟ้าเกี่ยวอะไรกับการจ่ายค่าไฟถูก ? 145

TOU คืออะไร... แล้วระบบคิดค่าไฟบ้านเปลี่ยนได้หรือ ? 147

รัฐฎก็จะไรที่ควรเปลี่ยนเป็น TOU 155

**บทที่ 8: จดบัญญัติรายรับรายจ่าย** 158

จดบัญญัติ ประหยัดได้มากกว่า เร็วกว่า 159

จดบัญญัติทุกวัน ทำให้เข้าใจการประหยัดลึกลง 161

แบบทดสอบ เรื่องจิตสำนึกในการประหยัดไฟบ้าน 172

เกี่ยวกับผู้เขียน 175