

姐妹花记者调查生活中的饮水情况 水,今天你喝好了吗

说到节水,大多数人想到的可能是随手关水龙头、废水再利用等用水习惯。殊不知,我们生活中一些饮水习惯也会造成水浪费。喝不完的瓶装水,随手就扔进垃圾桶;净水器的使用越来越普遍,但尾水排放却很少有人关心……姐妹花记者以走访、挑战的形式,对市民饮水情况展开调查。



学生自带水杯



会场免费提供倒水服务

挑战日饮水仅100毫升 有成也有败

100毫升水是多少?一瓶“养乐多”刚好100毫升的量,对成年人来说,一口就能喝完。如果1天只能喝100毫升水是什么感受呢?3月30日,记者深入街头巷尾,邀请市民一起进行极限挑战,看看1天只喝100毫升水到底行不行。

“平时都是渴了就喝水,没想到定量饮水会让人如此不安。”接到挑战后,市民江女士特意在前一晚入睡前喝了两大杯水,希望通过让身体提前储水,提高挑战成功的概率。江女士觉得上午比较轻松,吃完午饭后嘴巴开始又咸

又干。“一直忍到下午三四点才喝的100毫升水,一口就全喝完了。”江女士说,因为口干舌燥,晚餐根本不想再吃干巴巴的米饭。于是,她选择了汤饺。这是她第一次把饺子和汤全部喝完。可以说,她的喝水挑战能成功,也是另辟蹊径,换个方法摄入了水分。

记者是个爱喝水的人,日饮水量基本上都在1500毫升以上,外出采访不随身带水都会感到不安。晨起一杯水是多年的习惯,所以挑战当日,身体缺水的不适感从早晨就开始了,一上午写稿也是不得劲,拿起水杯又放下。硬是

熬到中午时分才喝下了仅有的100毫升水,这滋味真好比久旱遇甘霖,但只这一小口,不适感很快又来袭,让人根本无法静心工作。所以,记者的挑战在下午就宣告失败了。

对于市民许先生来说,日饮100毫升水简直就是易如反掌。“除非是在运动的时候,我会多喝些水,平时只需要在吃午饭时给我一碗汤,一整天都不用再喝水了。”许先生说,他觉得水没味道,难以下咽,日常都是能不喝则不喝,或者喝点有味道的茶等饮料。



记者手记

每天“8杯水”真有必要吗

对于日常用水来说,饮水造成的浪费量可以说是微乎其微。我们平时也难以感受到饮水恐慌。但现实是,至今还有很多国家与地区难以实现喝水自由,要饮上一杯干净水仍极其奢侈。饮水过量、饮水不合理在一定程度上就是一种水浪费。学会健康合理饮水已然成为我们倡导节水理念的必修课。那喝水到底该怎么喝?每天“8杯水”真有必要吗?

记者就此咨询了市一医营养科负责人。医生表示,成年人每日饮水量应保持在1500毫升至1700毫升,具体可根据个人体质、活动量及气候条件适当调整。此外,饮水时间、饮水速度、饮水温度都有讲究,要合理安排饮水时间,学会小口慢饮,避免饮用过热或过冷的水。需要注意的是,有些人不喜欢喝水,也可以通过喝汤、吃水果等方式补充水分。

医生建议,对于健康人群,长期饮用纯净水可能会导致矿物质摄入不足,要注意与其他水交替饮用。经净水机过滤的水其实就是纯净水,滤网过滤了杂质,同时也过滤了水中本有的矿物质,水“过净”其实犹不及。

减少“半瓶水”浪费 看看他们怎么做

你能喝完一瓶水吗?如今,制止餐饮浪费行为已蔚然成风。很多人外出用餐,吃不完的东西会打包。那喝不完的矿泉水和饮料,你会带走吗?会议也是瓶装水刚需场景,与会者喝不完造成的“半瓶水”浪费屡见不鲜,你是否也存在这种情况?

3月29日,在永康紫微明珠大酒店,一场研学活动正在举行,700多名小学生在宴会厅里热火朝天地学做清明粿。记者看到,现场过半数的孩子都自带水,不少是带了水壶,也有少部分准备的是饮料和矿泉水。活动进行了一上午,酒店为活动准备的16箱24瓶装的矿泉水,只消耗了30余瓶,而且大

多数都能喝完,只有部分低年级学生存在剩水情况。当天,该酒店在宴会厅设置了“带走半瓶水,节约不浪费”的提示牌。有学生和家长还是留下了几瓶“半瓶水”。现场一名家长表示,自己外出都会为孩子准备水杯,觉得更方便卫生,只有在孩子不够喝的情况下才会买水,但自己不会这么讲究,都是渴了再去买水喝。

据酒店负责人介绍,就在3月27日,该酒店还承办过一次小型会议,70余人参会。当天,酒店为与会人员同时准备了开水和瓶装水,但大多数人还是选择了饮用瓶装水。随着天气转热,相对喝开水来说,瓶装水更方便,又不会

对会议产生干扰,所以还是成为大多客人的偏好。与会人员的饮水情况则取决于会议时间长短,会程半天以上的,基本上都能喝完,当天就极少出现剩水情况。

对于康廷大酒店来说,减少造成“半瓶水”浪费现象的做法则是免费提供倒水服务。相关负责人表示,会议确实是“半瓶水”浪费的重灾区。酒店在承接活动时,都会建议百人以下的活动采用喝杯装水。但一些数百人的大型活动就难免得瓶装水上阵,一方面是杯子数量不够,另一方面则是倒水实在来不及,会存在整个活动过程都有工作人员在现场往来倒水的情况。

净水机成费水机 尾水再利用犯难

随着大家对生活品质要求提高,净水器在家庭的使用场景越来越普遍。你在选购净水器时是否注意过净水比?净水器在使用过程中也会产生水浪费。净水的前提是需要排出废水,也就是说每台机器都有净水产出率。

根据某知名净水器品牌官方旗舰店的客服介绍,店铺6款最新型号的净水器的净水产出率在67.4%至74.1%之间,也就是说最省水的净水器用4杯自来水能产3杯净水。

在各款净水器的网页链接里,记者看到出水流量、使用寿命、运行静音等成为净水器产品的宣传亮点,但净水产出率却未曾提及。客服说,很少有客户关注机器的净水产出率,把此项数据作为机器选择的更少。按照三口之家来算,每天净水用量一般不会超过20升,一个月产生的废水一般不到1吨,倘若按照每吨3元的水费来算,废水产生的费用其实极低,反倒是每年必须一换的滤芯成为净水器最费钱的损耗。

其实,在北京等地,有相关用水办法明确规定现场制、售饮用水的单位或者个人应当安装尾水回收设施,对尾水进行利用,不得直接排放。市水务局相

关负责人介绍,我市自来水均满足安全标准,烧开后即可饮用,净水器的使用属于市民对于品质的追求。目前而言,没有相关法规对尾水排放有所限制。

正如客服介绍,家用净水器每月废水量并不大,但千家万户积少成多,这些所谓的废水能不能用起来?当记者问及能否实现废水再利用时,客服明确表示不建议。因为利用就需要收纳容器,水一旦溢出会造成不必要的麻烦;如果因客户强行要求重复利用,后续出现机器漏水情况,品牌方对此概不负责。废水价值不高、安装不便、品牌不建议,净水器的尾水再利用之路看来依旧是路漫漫。



永报姐妹花

Yong Bao Jie Mei Hua

全国巾帼文明岗
监督电话 87126426



微信关注“永报姐妹花”
获取相关资讯报道



融媒记者 胡莹璐