

「SEE环保写作奖」获奖作品

中国公民环保读本

绿色生活一本通

李志刚 编著
孙岳 绘图

年轻人的时尚环保读本
衣食住行实用贴身手册
公民必修的环保知识
健康生活新概念指南



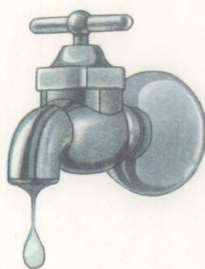
广西师范大学出版社
GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS

「SEE环保写作奖」获奖作品

中国公民环保读本

绿色生活一本通

李志刚 编著
孙岳 绘图



广西师范大学出版社

· 桂林 ·

图书在版编目(CIP)数据

中国公民环保读本/李志刚编著. —桂林:广西师范大学出版社,2009.10

ISBN 978 - 7 - 5633 - 9004 - 5

I. 中… II. 李… III. 环境保护 - 基本知识 IV. X

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 154661 号

广西师范大学出版社出版发行

(桂林市中华路 22 号 邮政编码:541001)
(网址:www.bbtpress.com)

全国新华书店经销

发行热线:010 - 64284815

三河市文通印刷包装有限公司

(三河市燕郊镇圣屯)

开本:690mm × 960mm 1/16

印张:15.25 字数:125 千字 插图:32 幅

2009 年 10 月第 1 版 2009 年 10 月第 1 次印刷

定价:29.00 元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。

中国公民环保读本编委会

主 编

张树新 联和运通控股有限公司董事长
阿拉善SEE生态协会副会长

编 委

韩家骥 大成食品亚洲有限公司主席
阿拉善SEE生态协会理事

林荣强 信远控股集团有限公司董事长
阿拉善SEE生态协会理事

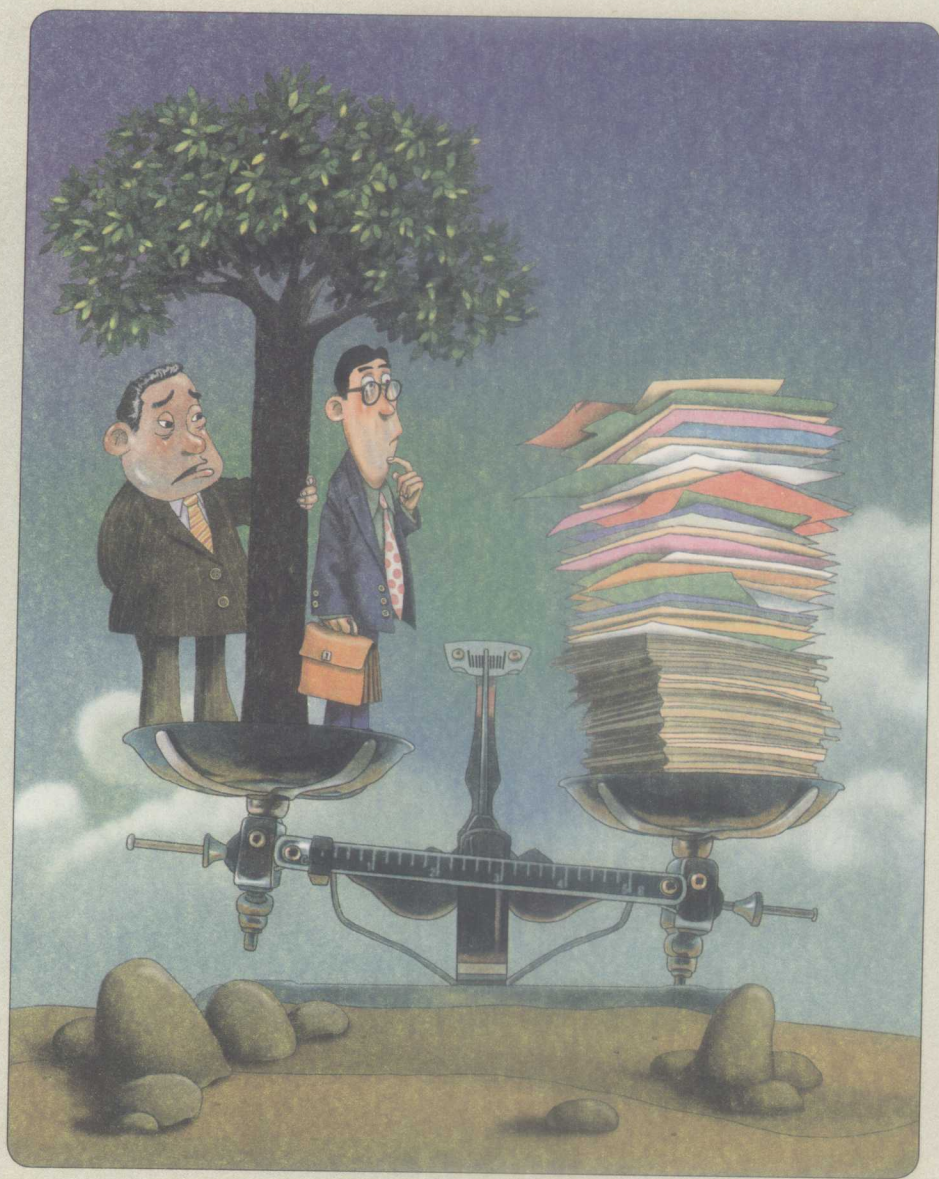
张 跃 远大空调有限公司董事长
阿拉善SEE生态协会理事

张在东 北京锋尚房地产开发有限公司董事长
阿拉善SEE生态协会理事

杨 鹏 阿拉善SEE生态协会秘书长

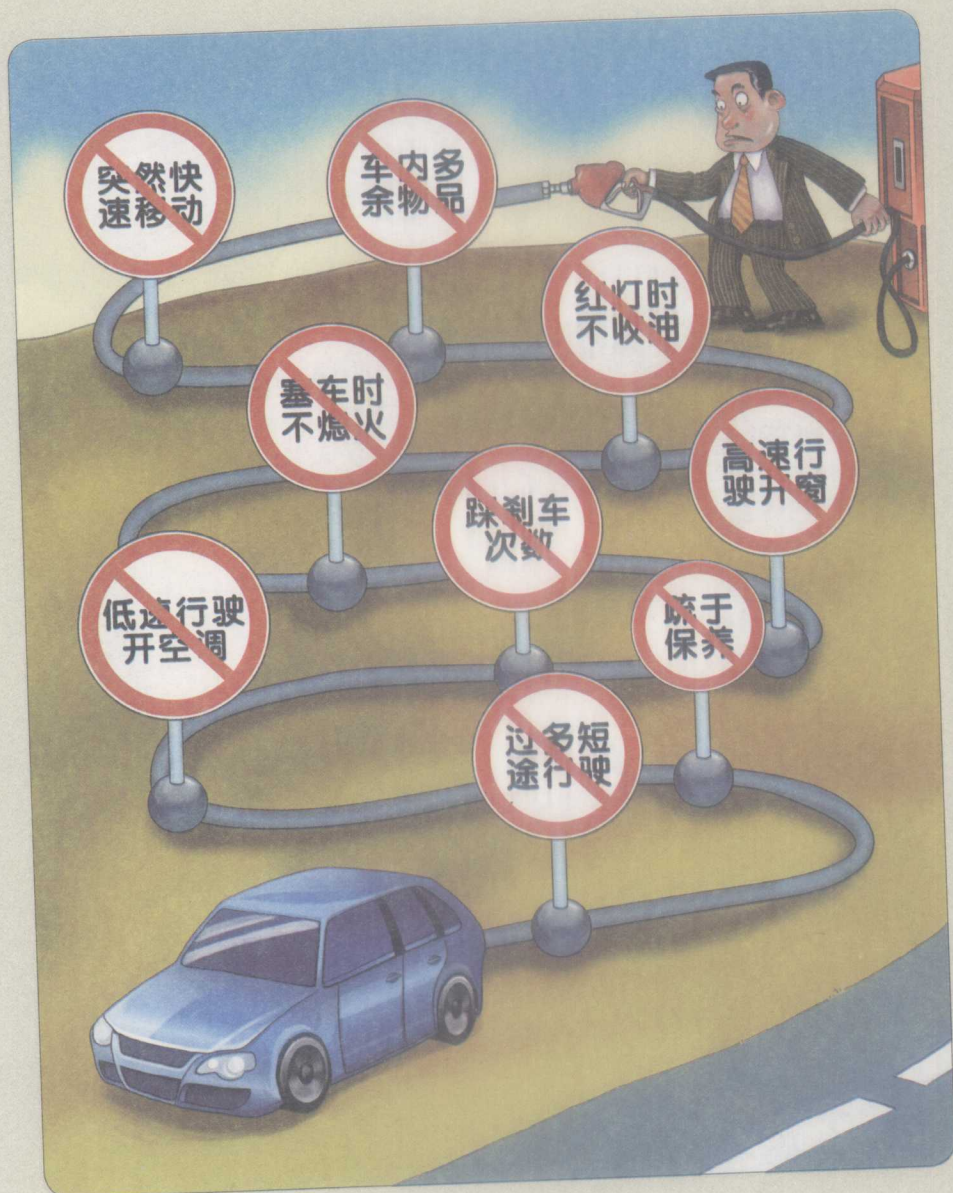
邢 明 天涯在线网络科技有限公司董事长

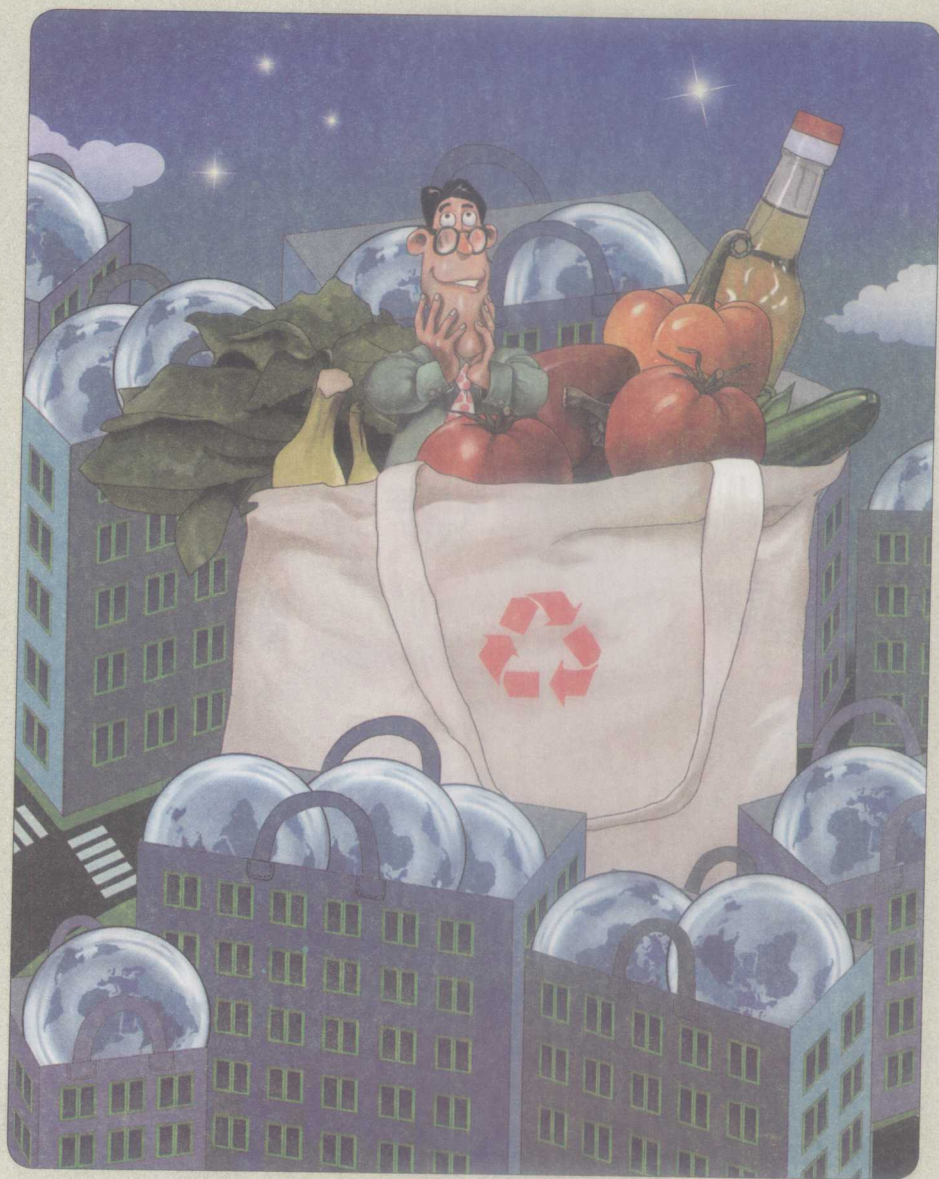
刘瑞琳 广西师范大学出版社总编辑

















致读者

经济在高速发展，我们的生活环境却不断遭到破坏，人们的生活质量及身体健康受到严重威胁。有感于环境保护所面临的迫急形势，为进一步促进公众环保意识的觉醒，倡导每个公民都投身于环保的实际行动，阿拉善SEE生态协会（SEE基金会）联合广西师范大学出版社、天涯社区举办大型征稿活动，以“SEE环保写作奖”的名义，征集“中国公民环保读本”。本书即为征稿活动的最终获胜作品。

自开始筹备征稿活动，到本书出版，历时一年有余。其间，编委会多次开会研讨，集思广益。征稿正式启动之后，几次召开与网友、投稿者的座谈会，交流沟通。为确保“读本”在环保知识上的权威与准确性，编委会专门组织有关专家，编辑环保知识问题库，以此作为投稿者的写作素材。

区别于一般的环保读物，“中国公民环保读本”更加注重文字的可读性，突出与每个公民休戚相关的环保知识点。本书由李志刚执笔，孙岳绘图，以系列情景小品的形式，在现代职场的办公室故事中，巧妙地穿插与日常生活息息相关的各种环保知识，寓教于乐，生动机趣地传递环保理念。随书选配的32幅漫画，幽默而夸张，进一步增加了阅读的趣味性。

鉴于本书已不同于传统意义上的读本，以“中国公民环保读本”作为书名，意在倡导公民投身环保实践，同时亦将“绿色生活一本通”作为并列书名，以期更好地传播健康、环保的生活理念，这也正是本书出版所希望达致的目的。

目 录

contents

致读者

本书主要人物介绍

- 001 “打鼠英雄”真雷人 002
- 002 维生素的误会 004
- 003 酸雨：可怕的“空中死神” 006
- 004 苏丹红是食用色素吗？ 008
- 005 塑料饭盒的学问 010
- 006 飞机尾气不可小觑 012
- 007 大公司的抠门做法 014
- 008 开车岂能“不差油” 016
- 009 警报！巴西龟入侵 018
- 010 谁杀死了阳宗海？ 020
- 011 为碳足迹埋单 022
- 012 生物降解不可掩耳盗铃 024
- 013 瘦肉精，害死人 026
- 014 微波炉安全吗？ 028
- 015 谁搞坏了防腐剂的名声？ 030
- 016 重金属蜡烛 032
- 017 可乐中的可疑分子 040
- 018 燕窝、鱼翅吃不得 042
- 019 氦气：无色无味的神秘杀手 044
- 020 充气运动鞋，充的什么气？ 046
- 021 空气清新剂，治标不治本 048

- 022 纯棉、化纤大PK 050
- 023 药效可疑的虎骨酒 052
- 024 瓶装水比自来水健康吗? 054
- 025 饮用水中的“十面埋伏” 056
- 026 干洗：我们一直在努力 058
- 027 麻烦不断的不粘锅 060
- 028 谈“氟”色变，其实没必要 062
- 029 我骄傲！我持袋购物 064
- 030 又爱又恨PVC 066
- 031 让太阳替您交电费 068
- 032 烟草谈环保，上帝都发笑 070
- 033 环保“嘻唰唰” 072
- 034 甲醛：潜伏在身边的隐形敌人 080
- 035 查查家具的健康证 082
- 036 地球也需要穿衣服 084
- 037 像少吃盐一样少用空调 086
- 038 铅！铅！铅！ 088
- 039 新衣服干净吗？ 090
- 040 慎做蛋白粉的“粉丝” 092
- 041 没有硝烟的尿片战争 094
- 042 吃鱼还是吃汞？ 096
- 043 垃圾粉碎机，这个可以有 098
- 044 不用电的“小空调” 100
- 045 不要让过期药变成毒药 102
- 046 交通工具的环保经 104
- 047 “香水有毒”，新车亦有毒 106
- 048 三尸脑神丹没有，三尸虫有 108

- 049 用空气来保护空气 110
- 050 光线也是一种污染 112
- 051 揭开牛奶的“潜规则” 120
- 052 有机食物：看起来很美 122
- 053 冰箱不是垃圾箱 124
- 054 任老太的“惜水大法” 126
- 055 厨房里的“降能九剑” 128
- 056 少吃糖，不仅为了健康 130
- 057 莫用罐头思想看罐头 132
- 058 无磷未必真环保 134
- 059 大气微粒：看不见的敌人 136
- 060 无孔不入的噪音污染 138
- 061 常卖“破烂”很光荣 140
- 062 电视也要讲环保 142
- 063 让黑烟车变成过街老鼠 144
- 064 节能灯泡的前世今生 146
- 065 居家常备绿色植物 148
- 066 环保洗车有学问 150
- 067 好人不吃城中鱼 152
- 068 让“无烟工业”实至名归 160
- 069 真皮服装假环保 162
- 070 为了草原不再哭泣 164
- 071 环境面前，我们都有“原罪” 166
- 072 方便后的环保选择 168
- 073 鸡精和味精，五十步笑百步 170
- 074 满城都烧黄树叶 172
- 075 游泳池水的怪味 174

076	绿色妙招除蟑螂	176
077	“光灰”的城市	178
078	莫用环境来进补	180
079	电热毯其实很可爱	182
080	硬水并不可怕	184
081	难以选出的环保模范	186
082	废纸回收：种植“第四种森林”	188
083	咖啡也环保	190
084	天然未必真绿色	192
085	不可掉以轻心的室内污染	194
086	汽车回收有讲究	196
087	温度计激出的爱情火花	198
088	令人恐惧的“世纪之毒”	200
089	暖气水中的添加剂	202
090	地热中的环保	204
091	没病少吃“草”，健康又环保	206
092	瓶盖与瓶身，不是一家人	208
093	可耻的“蛋白精”	210
094	人工洗碗，其实不省水	212
095	我的屋顶，环保做主	214
096	节能冰箱，会买更要会用	216
097	“慢性毒药”石棉	218
098	关于焰火的环保忧思	220
099	电子垃圾不可小视	222
100	其实环保并不难	224

“中国公民环保读本”大事记