

臺北市立石牌國民中學校園防疫重點 因應嚴重特殊傳染性肺炎及流感

衛生組 1090220 版

1100722 修 1100825 修

依據「嚴重特殊傳染性肺炎中央流行疫情指揮中心」監測資料顯示，目前國內確診病例以境外移入為主，因校園為學生高度密集區域且易造成呼吸道傳染病群聚感染之場所，為確保全體學生健康，以下防疫相關事項請家長大力支持協助與配合：

資料來源:北市教體字第 1103076234 號，台北市政府教育局事後新聞稿 1100818

最基本且最重要的防疫措施：1.落實勤洗手 2.注意呼吸道衛生與咳嗽禮節

3.落實生病在家休息

一、請家長協助：

(一) 每日出門上學前為孩子量體溫

1. 上學前如出現發燒或呼吸道症狀者，應在家休息避免外出。(新聞稿 11008)
2. 體溫超過 37.5 °C(含)及以上，不可上學，並依校方規定請假。需體溫 37.5 °C 以下滿 24 小時後，才可到學校 (也不可吃退燒藥後到校上課)。

3.

一般傳染病 (家長就診後請主動告知導師，且學生不可到校)

若就醫經醫師確診或疑似流感或服用抗病毒藥物(如:克流感)或腸病毒(手足口病)或諾羅等

- (1)請主動通知導師，導師將同步通報本校學務處並方可進行班級內消毒。
- (2)依規定居家隔離:流感 5 天/腸病毒 7 天後方能返校上課(附診斷證明得以公假 5/7 日)。居家隔離期間，學生須在家休養，勿到補習班等人多之群聚場所，避免二次感染及造成疫情散播。
- (3)居家休養期間若出現嗜睡、胸痛、呼吸困難等危險現象，儘速至大醫院就診。

(二) 針對新冠肺炎疫情

1. 如您的孩子為經衛生主管機關或檢疫人員開立居家隔離/居家檢疫/加強自主管理/自主健康管理/確診通知書等，任一項者，皆→請孩子不可到校上課或到補習班，依照疾管局相關規定。(北市教體字第 1103076234 號)
2. 如您的孩子為『確診者』→請依照疾管局相關規定隔離期滿再出門。
3. 您的孩子如為以上情形，請於 4 小時內主動通知導師，以利相關業務。

(三) 針對新冠肺炎疫情(校園可復課的情況下):孩子開學前要注意並準備以下物品

1. 每位孩子 每天至少準備多個口罩並隨身攜帶

戴口罩是為了先保護自己。<正確戴口罩 P6>

依疫情指揮中心規定:全校除用餐及飲水外,應全程佩戴口罩。故學生須每天自備多個口罩放書包備用;口罩如有沾濕的情況,則須隨時替換,保護自身安全。

2. 自備水瓶、酒精隨身瓶、及個人防疫物品。

3. 攜帶1條抹布

開學當日起,各班教室將提供稀釋漂白水,施以衛生教育教導學生正確消毒個人桌椅,此時可使用個人抹布擦拭個人課桌椅。

(四) 推動良好用餐及衛生習慣 - 勿共食、勤洗手 <正確濕洗手 P7>

1. 落實勤洗手(濕洗手每次至少 30 秒),或可自行準備隨身酒精隨時消毒雙手及物品。
2. 推行班級內打餐專人負責,服務前徹底洗手,正確穿戴口罩及手套。
3. 培養學生用餐時坐在自己座位上使用隔板用餐,避免高談闊論或交換彼此餐食,避免共食或共用水杯,造成唾液飛散,反而造成病毒傳播。

(五) 均衡膳食、多運動、正常作息、充足睡眠,增強抵抗力。

(六) 非必要性,勿到人群眾多處,需維持適當社交距離。

二、開學各班防疫措施

(一) 幹部防疫訓練:班長、副班長、衛生股長、外掃股長

(二) 開窗空氣流通:為避免本校發生嚴重特殊傳染性肺炎及流感群聚現象

1. 未開冷氣的情況:上課時應將「窗戶全部開啟」。<無冷氣開窗 P8>
2. 有開冷氣的狀況:教室兩側上方氣窗及下面窗戶需開啟 15 公分以上(或 2 拳頭寬),以利空氣流通。<有冷氣開窗 P9>(北市教體字第 1103076234 號)。
3. 門窗緊閉易會造成空氣不流通,使呼吸道疾病傳染率增加,天氣寒冷時,開窗後請適度添加保暖衣服。

(三) 班級量測體溫(一天 3 次):

早上出家門前

早上抵達校門口時

1. 入校時於校門口量測體溫,體溫 37.4°C 以下才可入班上課。

中午午睡前

1. 每天中午打掃時間~午休時間測量班上每位同學體溫。
2. 測量時導師指定人員站在被量者側邊(約 45 度角)量體溫,並登記在「健康中心體溫監測表」。班上額溫 37.2°C 或耳溫 37.4°C 者,間隔 5 分鐘後測量第 2 次,仍異常者,請該生務必戴上口罩後到健康中心複檢。健康中心複檢耳溫 37.5(含)°C 者以上者,一律通知家長接回。

3. 「健康中心體溫監測表」，於每周最後一天 14：15 前請導師簽名後，再繳交至衛生組。

(四) 班級「每日」消毒：

1. 時間： 每日放學後消毒
 - (1) 15：55（沒有第 8 節的班級）
 - (2) 16：50（有第 8 節的班級）
 - (3) 18：00（9 年級）
 - (4) 遇外堂課離開教室時，班級留下 1-2 人做漂白水噴灑消毒工作後，再將稀釋後的漂水瓶帶到外堂課地點(上課後消毒)與班級會合。
2. 泡製和噴灑漂白水負責人：由導師指派專人負責。噴完漂白水請盡速離開室內。
3. 校方供應每班消毒設備： <消毒用具 P10，各班自行保管，如有損壞需照價賠償>
 - (1) 橡膠手套一副。
 - (2) 1 瓶漂白水（600 毫升），每天用 20C.C.，可使用 8 週。-->每個月可補充一次。
 - (3) 1000 毫升漂白水稀釋專用噴霧瓶一個。
 - (4) 200 酒精毫升噴霧瓶一個。→每周可補充一次。
 - (5) 午餐打飯用免洗手套一盒（100 枚入）。
 - (6) 額外補充：額溫槍電池補充:請帶額溫槍和沒電的電池到健康中心更換
4. 班級消毒範圍<稀釋漂白水消毒至少靜置 15 分鐘後才有消毒效果> <圖解 P11-12>
 - (1) 每位學生的桌面、椅子扶手等手部常接觸的地方。<圖解 P13-16>
 - (2) 班級內公共區域;詳見體溫表背後的班級每日消毒確認表
 - A. 開關類：★禁止直接噴灑漂白水★<圖解 P17-18>

請先用衛生紙將稀釋漂白水噴濕衛生紙，再以衛生紙擦拭。
 - B. 桌面類：講桌、導師辦公桌、兩邊側邊櫃桌面。
 - C. 其他：門把、窗扣把手、班級書櫃把手、蒸飯箱把手、垃圾桶蓋把手處、水龍頭把手、內外走廊欄杆、餐用隔板。
5. 漂白水泡調製與使用方法： <泡消毒漂白水 P11-12>
 - (1) 一般環境:取 1000 毫升噴霧瓶空瓶，先加入 1000C.C.自來水再加入 1 瓶蓋(或 20C.C.)漂白水，可調製成 1000PPM 稀釋漂白水。
 - (2) 每日放學後與外堂課離開時，由負責消毒人員配戴口罩及塑膠手套，噴灑稀釋漂白水於每位學生課桌椅及班級內公共區域。
 - (3) 稀釋漂白水消毒需靜置至少 15 分鐘後才有消毒效果，15 分鐘後如需使用課桌椅，若有異味再請同學自行用抹布擦拭。
 - (4) 每天放學後的剩下大部分漂白水可以倒在辦公室地板上，再將辦公室關門離開即可，做地板消毒(因為隔天的漂白水就無消毒力了)。

(五) 中午用餐衛生與防疫-勤洗手、勿共食

1. 打菜期間

- (1) 打菜前務必先用肥皂洗手至少 30 秒才算完成。
- (2) 備餐人員全程需戴口罩、戴拋棄式塑膠手套，備餐人員需打完全班餐點再入座用餐（避免公用餐具被重複拿取）。
- (3) 同學排隊盛菜，途中禁止交談與嬉鬧。

2. 用餐期間

- (1) 用餐前後以肥皂清洗雙手至少 30 秒以上再沖水，減少病菌附著。
- (2) 其他人用餐前準備：取自己的用餐隔板，圍好隔板後，排隊打餐，打完餐坐在自己的位置上用餐（取下的口罩不可放書桌上）。
- (3) 不可與他人交換餐點、不可邊吃邊聊
- (4) 不共用餐具、水杯，平時用餐請用公筷母匙夾取食物。
- (5) 用餐結束先戴上口罩，再離開座位處理廚餘。

(六) 推動班級良好衛生習慣

1. 時間：每日 2 個時段進行廣播

- (1) 12：00 中午用餐時間，(2) 14：55 打掃時間

2. 內容：

- (1) 不共食：坐在自己位子並使用隔板再用餐，不聚在一起吃飯，更不要共用餐具或飲用水杯，因為經由唾液傳遞病原體，傳染力逼近百分百。為了自己也保護家人，勿將可能傳染的病菌體因共食而帶回家。
- (2) 勤洗手：以肥皂清洗雙手至少 30 秒【內、外、夾、弓、大、立、腕】再沖水，自我保護、萬無一失。<正確濕洗手 P7>

三、教職員員工及相關教育人員入校規定<新增的 from 金華國中>

- (一) 學校教職員工、特教助理員及工作人員等，應符合完成疫苗第一劑接種且滿 14 日之服務及入校條件；疫苗第一劑接種未滿 14 日或未接種者，首次進入校園服務前應提供 3 日內抗原快篩或 PCR 檢測陰性證明，之後每 7 日進行 1 次抗原快篩或 PCR 檢驗為原則。未檢測者不得入校。
- (二) 開學後，家長及訪客原則不入校，但經學校認定有入校必要者，比照教職員工辦理，且須實名制及更換出入證、量額溫、全程戴口罩。
- (三) 校外人士進入班級教學，均須提出疫苗施打 14 天以上證明或 3 日內 PCR 陰性證明給相關單位。

四、相關防疫事項將視疾管署及嚴重特殊傳染性肺炎中央流行疫情指揮中心疫情公布情形，隨時調整之。

防疫措施



石牌國中學務處衛生組

自我防護措施-戴+脫口罩

戴
口
罩



脫口罩步驟

1



洗

脫口罩前，用肥皂洗手或酒精消毒液乾洗手

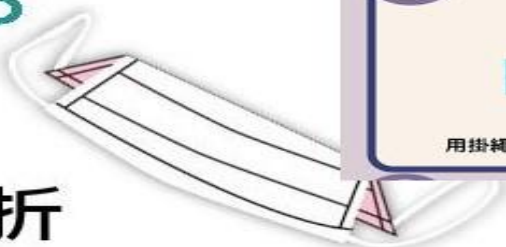
2



脫

手持兩端耳掛脫下口罩
勿接觸口罩表面

3



折

口罩由內向外折起
丟棄到有蓋垃圾桶
或放進夾鏈袋內封好

4

綁口罩



用掛繩將口罩綁好

5



洗

丟完口罩要馬上洗手或酒精消毒液乾洗手

自我防護措施-洗手 30 秒

細菌病毒遠離我

天才領袖

正確洗手10步驟



沖濕雙手



抹上洗手乳



搓揉手掌



搓揉手背



搓揉指縫



搓揉指節(背)



搓揉大拇指



搓揉指尖



搓洗手腕



沖洗後擦乾

上課窗戶開啟方式-無冷氣



窗戶全部開啟
保持空氣流通

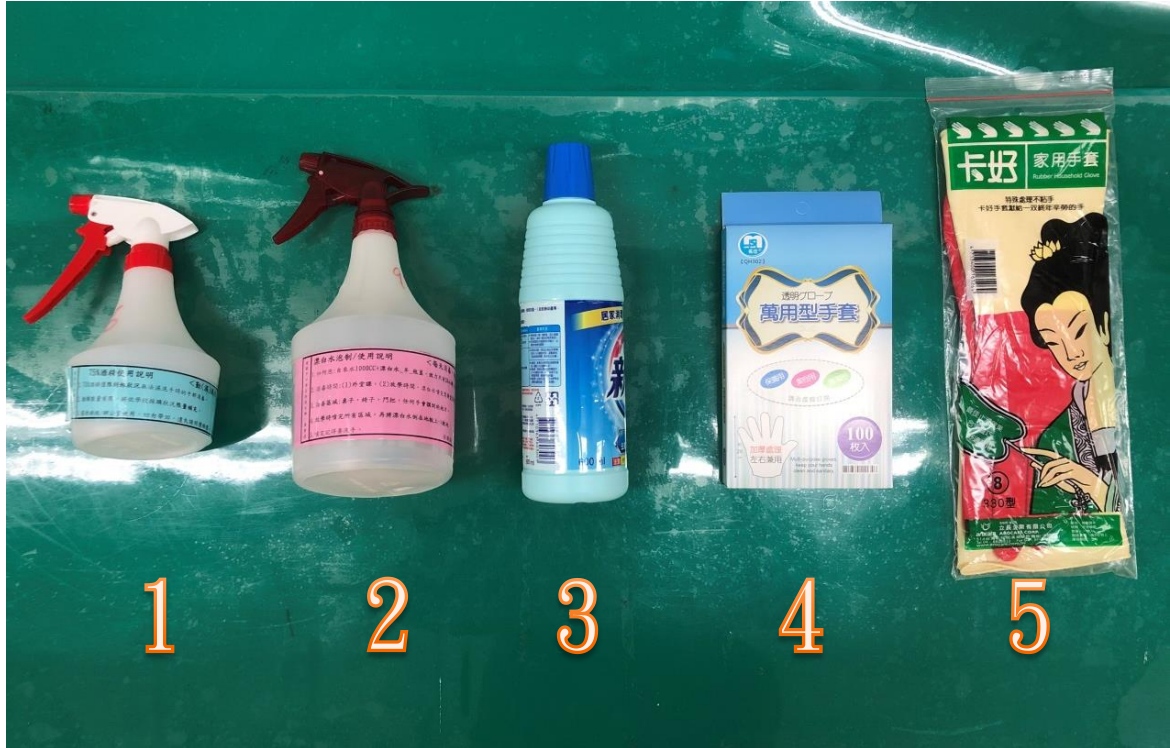
石牌國中衛生組

上課窗戶開啟方式(開冷氣或寒流時)

請保留拳頭大小隙縫(或 15 公分)，關閉氣窗



校方供應每班消毒設備一班級派專人管理



- 1 200 毫升酒精噴霧瓶一個。補充時須將瓶子帶到健康中心。
- 2 1000 毫升漂白水稀釋專用噴霧瓶一個。
- 3 1 瓶漂白水（600 毫升），每天用 20C.C，可使用 8 週。補充時須
將此空瓶帶到健康中心。
- 4 午餐打飯用免洗手套一盒（100 枚入）。
- 5 清潔用橡膠手套一副。

漂白水稀釋步驟 2-1



- 1.請先戴上橡膠手套
- 2.於水槽空曠處泡製
- 3.取 1000 毫升噴霧瓶，將其倒空。



4. 先加入 1000C. C.
自來水到瓶身黑線處

漂白水稀釋步驟 2-2



5. 再加入 1 瓶蓋
(或 20C. C.)漂白水



6. 輕搖即可調製成
1000PPM 稀釋漂白水

教室消毒-準備 4-1



1. 配戴橡膠手套
2. 使用稀釋漂白水噴霧瓶

教室消毒-課桌椅消毒 4-2

消毒時間：1. 每日放學後 2. 外堂課前



教室消毒-課桌椅消毒 4-3



桌子四下+椅子四下

總共噴八下

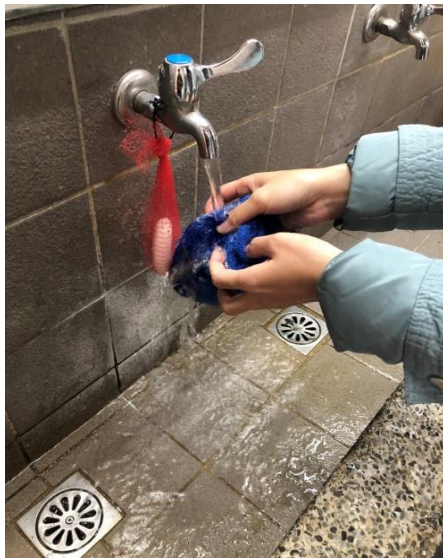
石牌國中衛生組

教室消毒-課桌椅消毒 4-4

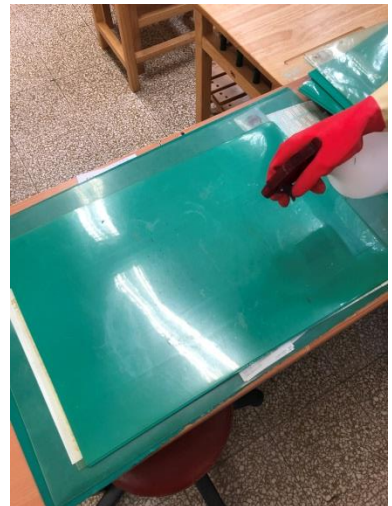
噴完漂白水至少靜置 15 分鐘後

才有消毒效果

15 分鐘後如需使用課桌椅，或有異味
請同學自行洗滌抹布後擦拭。



班級公共區域消毒 2-1



班級公共區域消毒 2-2

電器開關 **禁止** 直接噴灑漂白水

請噴在衛生紙上再擦拭

