

新北市中平國中補校108學年度第二學期

活動名稱	防疫宣導	活動地點	各班教室
活動時間	109年2月25日	活動對象	補校全體師生
活動目的	宣導防疫的重要性～保護自己也保護他人		
成果照片			
	會前宣導演練		
成果照片			
	各班宣導並示範正確洗手步驟		

簽呈

簽稿併陳

檔 號：109/8101/1
保存年限：3年

日期：中華民國109年2月11日
單位：夜補校

承辦人：陳文玲
電話：(02)29908092 分機805

附件：

主旨：陳補校108學年度第2學期註冊相關事宜，請核示。

說明：

一、依疫情指揮中心建議，為保障師生健康、落實防疫工作，本學期停辦開學典禮。

二、註冊日期：109年2月25日星期二

三、流程：

18:20~19:00各班學生量測體溫並完成體溫紀錄表

19:00~19:30註冊、核蓋註冊章、發課本

19:30~20:00各班導師宣導居家防疫及上課防疫注意事項

四、實施計畫如附件。

會辦單位：

第一層決行

承辦單位	會辦單位	決行
 		 228 115

實施計畫

新北市中平國中補校 108 學年度第二學期註冊及防疫宣導實施計畫

壹、依據：本校 108 學年度補校工作計畫

貳、目的：透過本活動，宣導防疫的重要性～保護自己也保護他人

參、實施日期：109 年 2 月 25 日（星期二）18:20~20:00

肆、實施地點：各班教室

伍、流程：

時間	流程	地點
18:20~19:00	各班學生量測體溫 並完成體溫紀錄表	各班教室
19:00~19:30	註冊、核蓋註冊章、發課本	各班教室
19:30~20:00	各班導師宣導居家防疫 及上課防疫注意事項	各班教室

陸、本計畫陳鈞長核可後實施，修正時亦同。

檢討及分享

因著武漢疫情（新冠病毒）的迅速蔓延與拓展，補校學生開學的日期遵循層峰的指示，隨著日校學生開學時日！縱然漫長的寒假，讓同學迫不及待地想快點開學，然而今年的開學典禮，畢竟有些許地異於往年，正好讓學生們為了對抗可怕的病毒，而做了一個好的示範：

【一】中平補校防疫策略 fight against COVID-19

◎到校前 BEFORE SCHOOL：自主量體溫：耳溫超過 37.5 度，在家休息！

◎到校門口 AT THE GATE：不論開車、騎車或走路的師生，一律在校門口停下，依續量測完體溫後，再進校門！

◎到校後 AT SCHOOL：入班前先在教室前測量體溫並記錄檢測表，再進教室！

◆上課期間，若出現不適症狀或有發燒感，馬上戴上口罩，並立即測量體溫，建議回家休息，不列缺席。

◆隨身自主準備個人衛生用品，例如口罩(2-3 個)、衛生紙、手帕。

◆保持個人清潔衛生，手部不接觸口鼻，用肥皂勤洗手，並用手帕擦乾。

◎放學後 AFTER SCHOOL：值日生用漂白水消毒電燈開關、門把、窗戶把手、桌椅，再離開教室。

◎新型冠狀病毒不可輕忽：上課時打開教室窗戶、氣窗，使空氣流通，天冷記得多加件衣服

◎疫情若持續，四月底前避免使用冷氣空調

★★★ 保健防疫 人人有責 防疫做的好 健康生活沒煩惱 ★★★

當然最最重要的是：做好自我居家環境的清潔、減少群聚感染的機會、「拱手不握手、有禮貌不擁抱！」

中平補校防疫提醒（一）口罩分類與用途

- ◆棉布印花口罩或紗布口罩：僅能過濾較大顆粒，可作為保暖、避免灰頭土臉與鼻孔骯髒等用途，清洗後可重複使用。
- ◆醫用口罩或外科口罩：一般醫療用，有呼吸道症狀、前往醫院等密閉不通風場所，或前往有呼吸道傳染病流行地區時配戴，可阻擋大部分的5微米顆粒，應每天更換，但破損或弄髒應立即更換。
- ◆活性炭口罩：可以吸附有機氣體、惡臭分子及毒性粉塵，不具殺菌功能，適合騎機車、噴漆作業、噴灑農藥等時機使用，一旦須費力呼吸或無法吸附異味時應立即更換。
- ◆N95 口罩：阻擋 95%以上的次微米顆粒，適合第一線醫護人員使用，因呼吸阻抗較高，不適合一般民眾長時間配戴，且應避免重複使用。

中平補校防疫提醒(二) 口罩使用時機

1. 有發燒、咳嗽、流鼻涕等呼吸道症狀。
2. 進出醫療院所。
3. 出入通風不良及擁擠密閉空間時。
4. 本身有慢性疾病的人。

中平補校防疫提醒(三) 口罩正確配戴方法

1. 開：開包裝，檢查口罩有無破損。
2. 戴：兩側鬆緊帶掛上耳朵，鼻樑片固定在鼻樑，口罩拉開到下巴。
3. 壓：輕壓鼻樑片，讓口罩與鼻樑貼緊。
4. 密：檢查口罩和臉部內外上下是否有密合。若眼鏡有霧氣，表示沒有密合。
5. 換：同一副口罩，只限同一個人重複使用；且應每天更換。

中平補校防疫提醒(四)正確脫口罩

1. 一般健康的人拿下口罩時，請抓著耳帶、橡皮帶取下口罩，並把外面那層包在內部進行反摺；
2. 生病的人當口罩沾到口鼻分泌物時，應立即更換並內摺放進塑膠帶綁好，丟進垃圾桶。
3. 脫下的口罩勿隨意放置桌上，請勿摺進包包，下次再用，一定要馬上丟棄。
4. 脫完口罩，一定要馬上洗手。
5. 口罩只要碰到水、分泌物或髒汙，就應立即更換，即便外觀乾淨，使用 6 至 8 小時也一定要換新的

中平補校防疫(五)提醒咳嗽禮節與手部衛生

1. 咳嗽、打噴嚏時，用衛生紙或手肘掩住口鼻，避免病毒或細菌隨飛沫傳播給別人。
2. 有呼吸道不適症狀應戴口罩。
3. 用肥皂勤洗手，保持手部清潔，避免接觸眼、口、鼻。
4. 手部接觸到呼吸道分泌物之後要執行洗手，請使用肥皂或酒精性乾洗手劑。
5. 與他人保持適當距離(至少 1 公尺)。
6. 拱手不握手。

中平補校防疫提醒(六) 增強免疫力

1. 維持充足睡眠至少 7 小時
2. 勿熬夜
3. 維持運動 533
4. 均衡營養，多喝水

完整洗手 7 字訣

