



# 新北市立明志國中

因應COVID-19 (俗稱武漢肺炎)

防疫教育宣導

# 什麼是冠狀病毒？

人類對冠狀病毒並不陌生！名字叫冠狀病毒是因為它們在電子顯微鏡下看起來有類似皇冠的突起

有些...



有些...



# 發病症狀

呼吸道感  
染造成

發燒



雖然少痰  
但會

咳嗽



可能造成  
四肢

無力



症狀

輕



發燒



呼吸道症狀



呼吸衰竭



肺炎

重

萬一疑似感染，馬上撥打1922防疫專線

# 傳染途徑

1. 大部分的人類冠狀病毒以**直接接觸帶有病毒的分泌物或飛沫傳染**為主。
2. 有部分動物的冠狀病毒會讓動物出現腹瀉症狀，可以在**糞便**當中找到病毒，可能藉此造成病毒傳播。



飛沫傳染



接觸傳染



## 沒發燒也具傳染力

不像SARS患者發燒後才有傳染力  
被2019新型冠狀病毒感染的病人  
輕微或無症狀也可能傳染別人

# 如何預防



平時養成  
量體溫的習慣



減少觸摸  
眼口鼻



勤洗手



若有發燒、咳嗽及呼吸急促等症狀  
就醫完後，務必在家休息  
不要到公共場所  
還要記得妥善處理口鼻分泌物喔

- 定期整理與消毒環境
- 良好的衛生習慣
- 提升免疫力
- 留意自己的身體狀況

# 定期整理與消毒環境

♥ 保持環境通風！



保持室內通風

♥ 每週至少消毒環境一次：

♥ 一般的環境消毒可以用1:100的稀釋漂白水(500ppm)擦拭常接觸之桌面、門把、窗戶、講桌、桌椅、電腦設備等，來消滅常見的細菌、病毒及真菌，待其自然乾燥就OK囉！



# 漂白水消毒範圍

勤洗手



戴口罩

勤洗手 重衛生

電腦設備

講桌

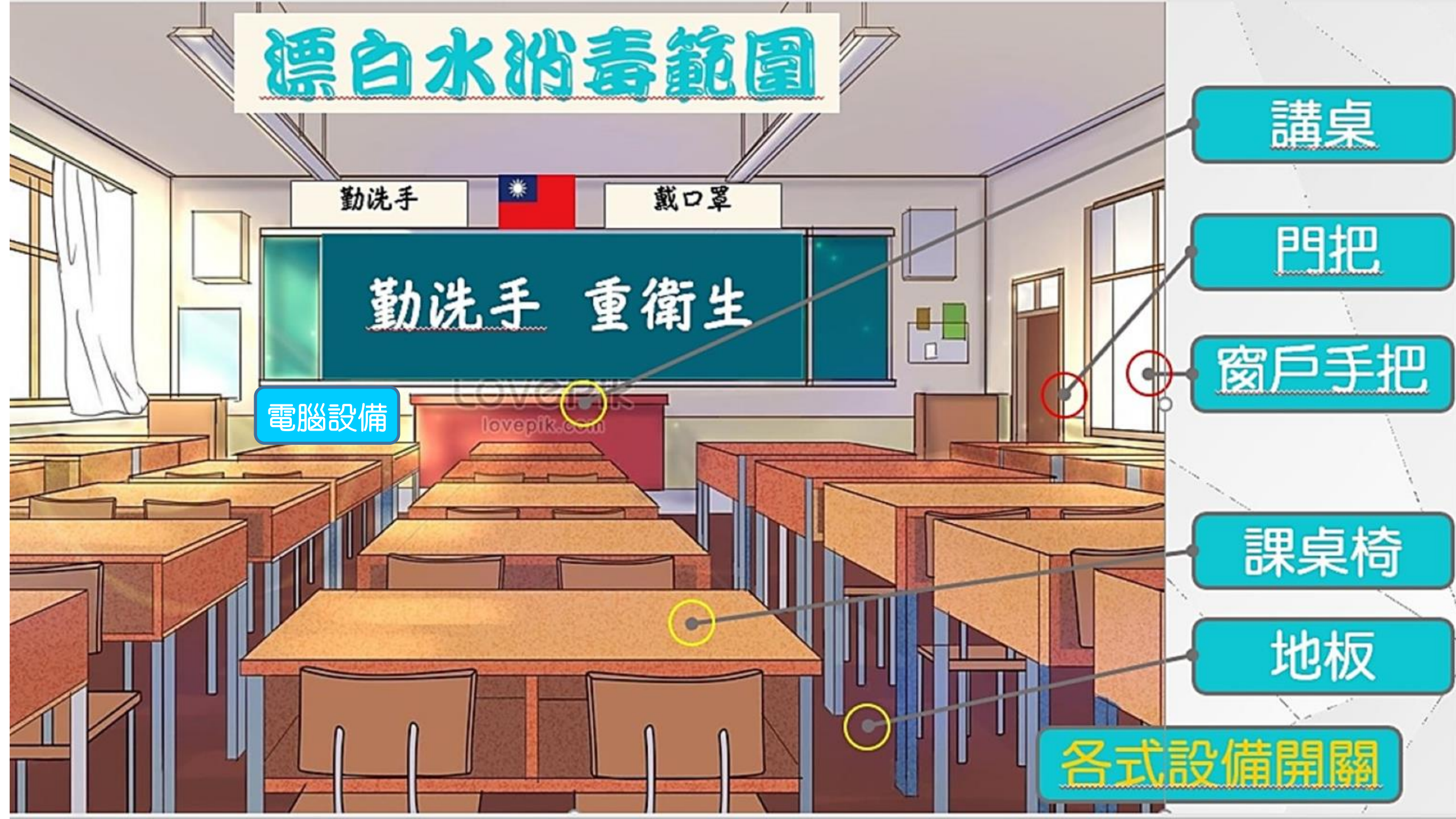
門把

窗戶手把

課桌椅

地板

各式設備開關



## ※ 小提醒：

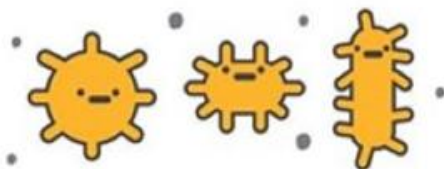
(1) 使用漂白水時記得要開窗，  
保持空氣流通！

(2) 當天調配當天使用最有效！

(3) 使用完畢請勿倒入花圃，  
避免危害其他生物。

稀釋後剩下的漂白水若要倒掉，請大量  
稀釋後或靜置一天再倒入排水系統，避  
免高濃度的漂白水破壞如化糞池內之生  
物分解能力，造成浩劫。

消滅對象：細菌、真菌、病毒



用途：一般環境、物品消毒



材料：  
市售含氯漂白水、清水

濃度：500ppm  
稀釋倍數：100倍



稀釋方法：

小量：10cc漂白水  
+1公升清水中



大量：100cc漂白水  
+10公升清水中



當天配製好要標示日期名稱  
未使用完在24小時後應丟棄喔！



# 良好的衛生習慣

**不**攜帶零食到校 (避免共食)



手部**不**觸摸眼口鼻



用餐及潔牙時間**不**交談



**不**以口就飲水機喝水



潔牙**不**交談

午餐打飯**要**做好防護措施



三大衛生防護措施(打餐員)

髮網帽



口罩



手套



正確濕洗手



# 洗手的時機



如廁後



看醫生後



用餐前



擤鼻涕後



入教室前



上課前

還有～



戴口罩

前

丟棄後

後

# 提升免疫力

吃飽、睡好、多運動，保持好心情！  
只要我們有良好免疫力，就不怕病毒找上我們！



## 營養

均衡飲食  
多攝取蛋白質



## 睡眠

小孩：9~12小時  
成人：7~9小時



## 運動

每週至少3次  
一次至少30分鐘



## 情緒

抒壓  
保持好心情



配合公共場所  
量體溫



出現發燒、咳嗽症狀  
立即就醫



有出入境紀錄請  
主動告知

# 留意自己的身體狀況

- 上課出門前，先量體溫，沒發燒再出門。
- 身體不舒服或有發燒情況(耳溫 $\geq 38$ 度)，不要逞強，請假在家休息。
- 請學生自行準備備用口罩放書包以備不時之需。
- 在校覺得不舒服或疑似發燒，請主動到健康中心外面複量體溫，發燒者立刻至家長會辦公室等待家長帶回就醫，就醫結果請記得回報!!
- 建議回家後先更換衣物及用肥皂洗手。
- 請同學增加保暖衣物，避免天冷門窗緊閉。

# 戴口罩時機



有發燒、呼吸道症狀



進出醫院



出入擁擠密閉空間



本身有慢性疾病



沒生病戴口罩代表尊重每個遇到你的陌生人  
但是在口罩短缺時，把口罩留給真正需要的人對大家更好

# 戴口罩的5個正確觀念

## 小心病菌 **藏** 在細節裡!!



# 注意平時的接觸史

Travel

## 旅遊史

14天內有到中國湖北地區及其他地區，或已有確診個案之國家

Occupation

## 職業史

於大陸經商、因工作常往返中國

Contact

## 接觸史

接觸疑似或確診個案，禽畜類動物或動物屍體

Cluster

## 群聚史

同間辦公室或同住一室的一群人都有類似的病症



## 居家隔離 & 居家檢疫 & 自主健康管理 差在哪裡？



### 居家隔離

確定病例接觸者

居家隔離14天  
(每日追蹤2次健康狀況)

#### 隔離期間：

- 需留在家中or指定地點
- 不能外出、搭乘交通工具、出境或出國

未配合者依法最高可罰30萬  
必要時強制安置



### 居家檢疫

具中港澳旅遊史(含轉機)者

居家檢疫14天  
(每日追蹤1-2次健康狀況)

#### 檢疫期間：

- 需留在家中或指定地點
- 不能外出、搭乘交通工具、出境或出國

未配合者依法最高可罰15萬  
必要時強制安置



### 自主健康管理

申請赴港澳獲准者/  
已檢驗陰性且符合解除  
隔離的通報個案

自主健康管理14天

#### 健康管理期間：

- 盡量避免外出、需外出應全程配戴口罩
- 每日早晚量體溫一次，落實咳嗽禮節
- 身體不適時撥打防疫專線1922依指示就醫

＝ 疑似有症狀時 ＝

# 莫驚慌

主動撥打 **1922** 諮詢專線，由專人評估症狀安排就醫（24小時在線，過年不休息）並主動告知醫師旅遊史及接觸史，以利及時診斷。

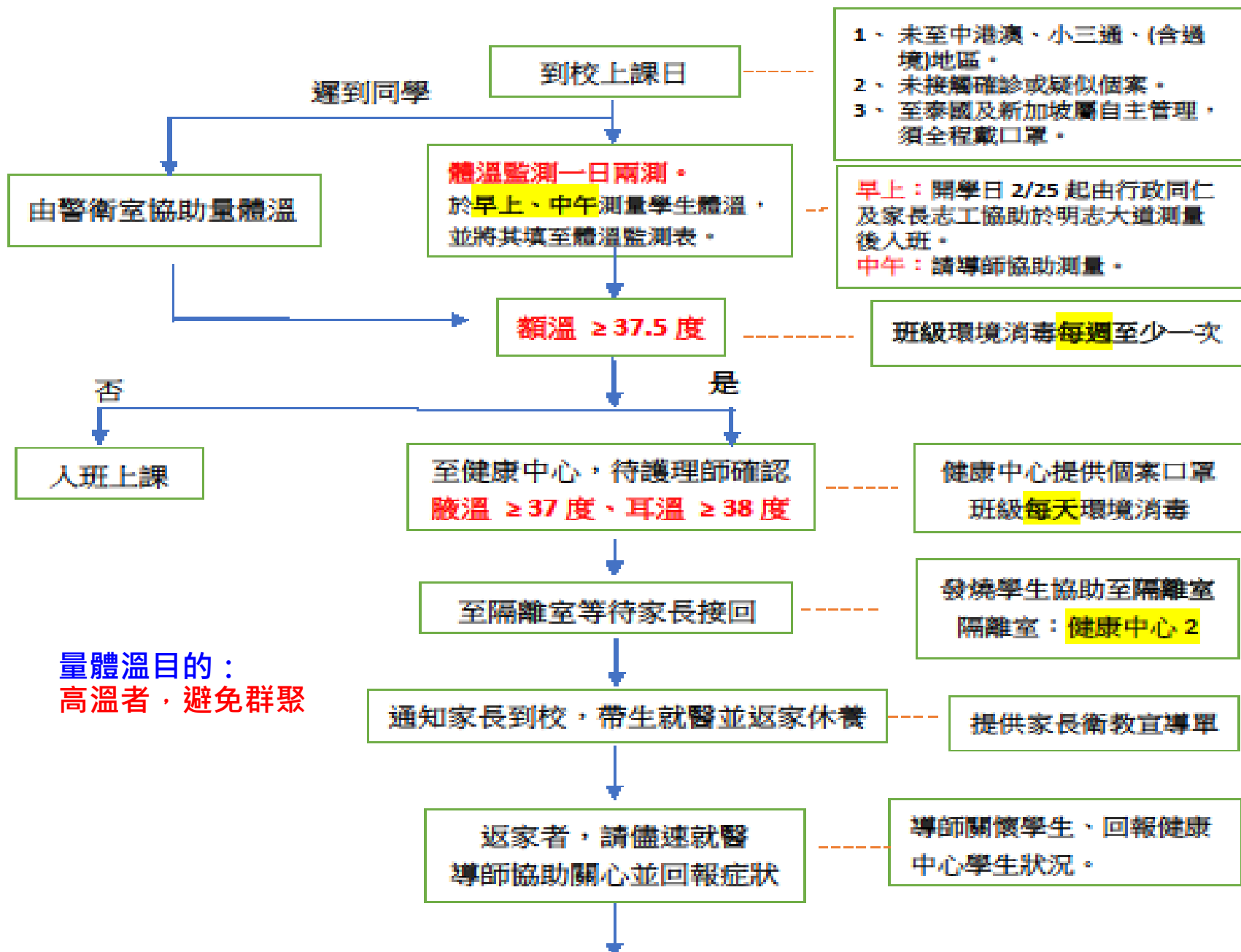
你或家人從病毒流行區返台  
有疑似症狀時……

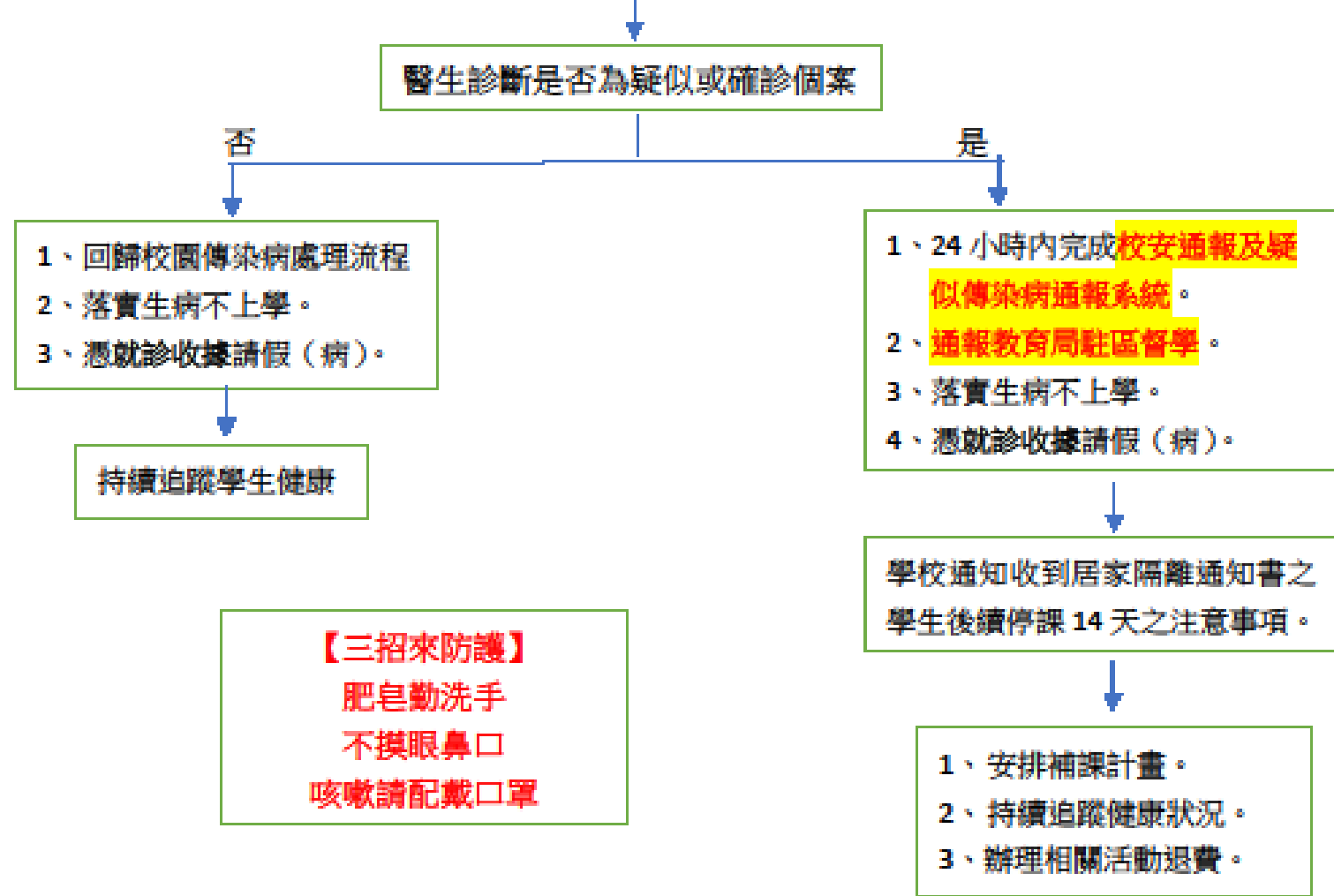


下飛機時身體不適→主動通報機場  
健康監測期間不適→撥打防疫專線



## 新北市立明志國中因應「2019 新型冠狀病毒」學生體溫管制 SOP





**【三招來防護】**  
肥皂勤洗手  
不摸眼鼻口  
咳嗽請配戴口罩

# 與導師有關

- 掌握學生**出缺席**狀況。
- 每日午休前量體溫**1次**。
- 隨時**關心**學生身體狀況。
- 協助**連繫**家長。
- 協助**衛教**宣導。
- 每周教室環境消毒**1次**。
- 打菜學生固定、午餐前一定要**用肥皂**洗手。
- 增加課桌椅間距，開窗戶及氣窗，**維持室內通風**(寒流來，開氣窗)。

## 新北市三級健康防護措施 一起守護孩子的健康

### 第一級

請家長每日**上學前**幫孩子量體溫



### 第二級

入校時**再次**量測體溫



### 第三級

在校掌握學生健康情形與出勤狀況



生病不上課不上學  
做好自主健康管理

## 面對防疫 老師們可以

2020.02.21 製圖



### 主動關心學生健康狀況

主動詢問學生身體健康狀況，若學生有不適症狀如：

發燒、咳嗽或非過敏性流鼻水等呼吸道症狀，可協助學生至健康中心確認身體健康狀況。



### 強化衛生教育宣導

協助學生建立個人良好衛生習慣：勤洗手、減少觸摸眼口鼻、注意呼吸道衛生及遵守咳嗽禮節等。



### 協助聯繫家長

提醒家長若學生身體不適，應請假就醫並在家休息；學生若於校內有身體不適狀況，應協助學生聯繫家長。



### 維持室內通風

維持室內空氣流通，打開教室窗戶、氣窗，檢查通風設備有無問題。



# 衛教直導

## 正確戴口罩4步驟



## 戴口罩3大時機

### 要戴 口罩

出入醫院時



有發燒或呼吸道症狀時



免疫力較差者



近距離、密閉空間長時間接觸人群時，可考慮配戴口罩

身體健康、戶外運動時不需要戴口罩

# 衛教宣導

**經常** 長期照護品質好  
**洗手** 不可少

洗手時要特別注意的地方

- 指頭
- 指縫
- 手掌
- 手背
- 手腕

**民眾洗手時機**

- 吃東西前
- 接觸病人前後
- 上廁所後
- 擤鼻涕、咳嗽或打噴嚏後
- 看病後..等

**正確洗手步驟**

- 濕**：用清水將雙手完全弄濕
- 搓**：抹上肥皂，手心、手背、手指互相搓洗至少20秒
- 沖**：用清水將雙手徹底沖洗乾淨
- 捧**：用水將水龍頭沖乾淨並記得關水龍頭
- 擦**：用紙手帕或紙巾將手擦乾

2020.02.20 製圖

## 關鍵防疫時刻 共同守護校園健康

**勤洗手** 減少觸摸眼口鼻 保持手部乾淨

吃東西前、上廁所後、玩遊戲後，出入醫療院所及公共場所前後，咳嗽打噴嚏後，都應確實肥皂洗手，並減少觸摸眼口鼻。

**濕 搓 沖 捧 擦**

**衛生禮節** 注意呼吸道衛生並遵守咳嗽禮節

打噴嚏、咳嗽需掩住口、鼻，擤鼻涕及咳嗽後要洗手，保持良好衛生習慣。

**主動告知** 身體不適應主動告知 儘速就醫並在家休息

**到校前** 應確認身體健康狀況，有發燒、咳嗽或非過敏性流鼻水等呼吸道症狀及身體不適者，應主動告知學校，儘速就醫並在家休息。

**到校後** 出現症狀，將由學校協助安置同學，並聯繫家長。

\*上述狀況請假不影響出缺勤

**個人衛生習慣主動做起 保護自己也守護他人**



### 明志國中班級環境清潔消毒紀錄表(請導師存查)

一、教室環境清潔及消毒範圍：桌面、椅子、門把、地板、窗台、開關、電腦等公用物品等

二、漂白水配置方式：一般環境消毒可用 1：100(500ppm)漂白水稀釋液進行擦拭。

三、注意事項：清潔消毒後請用肥皂或洗手乳勤洗手。

四、消毒時機：每週至少消毒一次，定期消毒建議訂為每週五，有消毒請打√。不定期消毒

是指各班有學生出現發燒或有傳染病確診個案時，如新型冠狀病毒(COVID-19)、腸病

毒、流感、病毒性腸胃炎或紅眼症等，則每日至少消毒二次，請上、下午各消毒一次。

班級：

導師：

定期消毒			不定期消毒			
週次	日期	請打√	日期	備註	日期	備註
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						

# 再來一個重要訊息



## 教育部公告

高級中等以下學校 108學年度  
第二學期

**延長寒假 縮短暑假**

2/15不補課 2/25開學 7/14休業

**支持家長照顧兒童  
家長可請防疫照顧假**

請假期間，雇主應予准假


國中會考 **日程不變**  
技專統測 **命題配合調整**  
大學指考 **不影響考生權益**





你必須十分努力，  
才能看起來毫不費力。

**Hard work to give off an appearance of effortless.**



**防疫視同作戰  
明志國中準備好**

**無發燒校園 無發燒教室**

# 資料來源

- 疾管署網站宣傳單張
- 親子天下X翻轉教育：武漢肺炎共學包
- 新北市衛生局 防疫衛教宣導簡報
- 新北市教育局 新型冠狀病毒校園衛教簡報
- 新北學Bar

## 武漢肺炎疫情 最新資訊這裡找

- ◆ 疾病管制署全球資訊網  
「嚴重特殊傳染性肺炎」專區
- ◆ Youtube搜尋疾病管制署，  
每日上傳疫情記者會直播影片

中央流行疫情指揮中心設立期間，流行疫情或防治措施等相關資訊都將由指揮中心統一對外公布。民衆接獲來源不明或未經證實之疫情資訊時，應先查證內容是否屬實，切勿隨意散播、轉傳，避免觸法。

中央流行疫情指揮中心

TAIWAN CDC  
2020/01/25 廣告