

桃園市103學年度山腳國民中學午餐輔導訪視項目及成果說明

五、營養衛生教育(二)

4. 實施潔牙、洗手教育及推行潔牙、洗手實際措施與紀錄。

4-3. 實施全校洗手教育，方式可行且有實施紀錄。

照片



說明：牆壁張貼正確洗手五步驟法和餐前便後洗手及飯後睡前潔牙標語提醒學生

照片



說明：張貼飯前便後洗手標語海報—由學生裝點設計外框



照片



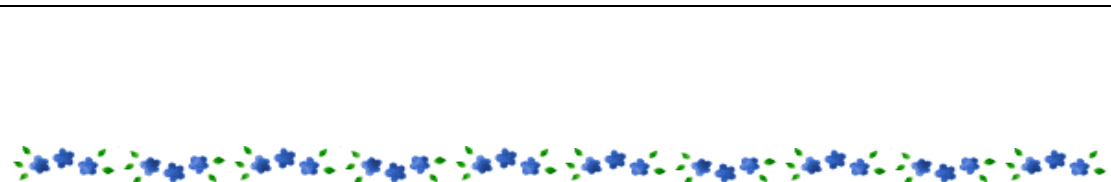
說明：在廁所外牆壁張貼餐前洗手及飯後潔牙標語提醒學生

照片



說明：在學校午餐專欄張貼張貼防疫 12 招從確洗手做起海報

照片





說明：在健康中心牆壁張貼正確洗手衛教

照片



說明：在水槽張貼提醒餐前洗手及飯後潔牙標語海報和正確洗手五步驟





說明：張貼正確洗手五步驟

照片



說明：張貼正確洗手五步驟及放置香皂提供洗手使用（一）



照片



說明：張貼正確洗手五步驟及放置香皂提供洗手使用（二）

桃園縣立山腳國民中學 103 學年度洗手教育實施計劃

壹、目的：

- 一、指導學生正確的洗手方法，保持個人衛生的良好習慣，更能有效地防止傳染並傳播。
- 二、推廣洗手運動，好的洗手方法容易學會，也能減少傳染病的傳播及感染。

貳、參加對象：全校師生。

參、辦理時間：

- 一、在觸摸你的眼眼睛、鼻子或嘴巴之前。
- 二、在你正在準備食物時。（準備食物之前或之後都應洗手）
- 三、在你吃飯之前或去上完洗手間之後。
- 四、在你接觸到其他人士(如握手)之後。
- 五、當班上有同學生病時，更要勤加洗手。
- 六、當你做完遊戲之後。
- 七、當你的手骯髒時。
- 八、當你碰觸過動物或植物之後。

肆、辦理地點：各班教室、各洗手臺。

伍、活動內容：

按照下列濕、搓、沖、捧、擦五個簡單步驟，保持雙手清潔：

- 一、用水先潤濕雙手。（如有熱水更佳）；



二、使用肥皂或洗手液，然後搓揉雙手，直到產生泡沫，最少做十秒鐘，之後小心沖走泡沫。做這步驟時，雙手須離開水龍頭，洗手時記緊要清洗手心和手背，也要清洗手指、指間、指甲和手腕。

三、用清水將雙手沖洗乾淨，在水龍頭下沖洗你的手，讓水流入水槽內，不要讓污水流到你的手肘。

四、捧水將水龍頭清洗乾淨，關掉水龍頭。.

五、用乾淨的毛巾或手帕將手擦乾淨。

陸、本計畫經校長核定後公佈實施，修正時亦同

