

桃園市莊敬國民小學一百零九學年度洗手教育實施計畫

壹、依據：本校健康促進學校計畫。

貳、目的：培養良好個人衛生習慣，促進學童健康，防治腸病毒與流感。

參、實施對象：全校學生

肆、實施期間：109年9月至110年7月

伍、實施內容：

一、請事務組於各洗手台設置香皂盒，並放置香皂，方便師生實用。

二、於洗手台面張貼洗手步驟單張，以加強宣導，防治腸病毒。

三、各洗手台香皂由負責打掃之班級隨時補充。

四、張貼宣導海報及利用朝會宣導，說明洗手之重要性及正確步驟。

陸、正確洗手方法

一、正確洗手方法包含下列五個步驟：

(一) 內：將雙手手心互相搓洗。

(二) 外：仔細搓洗手背。

(三) 夾：十指交錯仔細搓洗指縫。

(四) 弓：手指微微弓起，讓手指背與手心互相搓揉。

(五) 大：別忽略搓洗大拇指與虎口處。

(六) 立：指尖容易藏污納垢，可與手心互相搓揉。

(七) 腕：手腕處若有手錶、飾品可先取下，洗手時連手腕一併搓洗。

二、洗手的注意事項：

(一) 去除手部首飾：如手上戴了戒指，會使局部形成一個藏污納垢的特區，難以完全洗淨。

(二) 要使用肥皂：效果比單獨用水洗要好得多。

(三) 時間30秒：全部的洗手時間至少約需30秒，才能達到有效的清潔。

(四) 指甲須剪短：指甲縫並須隨時保持乾淨，已達洗手之成效。

(五) 洗手時機：吃東西前、上完廁所後、玩玩具後、擤完鼻涕後，均須洗淨雙手。

柒、本計畫經 校長核定後實施，修正時亦同。

衛生組長：

學務主任：

校長：