

大溪國民小學 111 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：

- 一、推動學生洗手運動，培養良好個人衛生習慣，促進學童健康。
- 二、教導學生正確的洗手方法及洗手的時機，避免感染腸病毒及其他疾病。

參、實施對象：全校學生

肆、實施期間：111 年 9 月至 112 年 6 月

伍、實施內容：

- 一、於洗手台面張貼洗手時機及正確洗手五步驟單張，以加強洗手教育宣導。
- 二、各洗手台香皂由負責打掃之班級隨時補充。
- 三、張貼、懸掛宣導標語及利用朝會宣導，說明洗手之重要性及正確步驟。
- 四、環境清潔消毒工作，落實班級晨間檢查，養成良好個人衛生習慣。

陸、正確洗手方法：

一、洗手的五個步驟：

- (一) 濕：在水龍頭下把手淋濕，包含手腕、手掌和手指均要充分淋濕。
- (二) 搓：雙手擦上肥皂，搓洗雙手之手心、手背、手指、指尖、指甲及手腕最少要洗 20 秒。
- (三) 沖：用清水將雙手徹底沖洗乾淨。
- (四) 捧：捧水將水龍頭洗乾淨，或用擦手紙包著水龍頭關閉水龍頭。
- (五) 擦：以擦手紙將雙手擦乾。

二、洗手的時機：

- (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。

柒、本計畫經 校長核定後實施，修正時亦同。

護理師：

護理師吳淑貞

衛生組長：

衛生組長邱逸群

學務主任：

學務主任林繼禧

校長：

大溪國民小學校長陶藝文

桃園市大溪國民小學 111 學年度健康促進學校成果照片

活動名稱：洗手宣導

活動日期：：111 年 9 月~112 年 6 月

活動地點： 健康中心、各班教室

活動照片



學生仔細洗手



老師指導學生洗手



老師指導學生洗手



洗手預防疾病宣導