～學務處新鮮報～

學務處工作團隊學校總機：(02)2665-6210

職稱	姓名	分機
學務主任	吳慧敏	31
訓育兼衛生組長	林家菱	32
生教兼體育組長	許筑瑋	33
護理師兼午餐秘書	陳虹妯	34

【訓育組】

一、 推動多元學生社團活動，本學期共開設七個社團，包含單車社、羽球社、四健會、擂鼓社、飛揚服務學習體驗社、曲棍球直排輪社以及美術設計研究社。

二、 109 年 6 月 6 日(六)將辦理校慶園遊會，邀請家長一同前來參與。

三、 二手制服捐贈：如貴子弟有穿不下的校服或是本學年度畢業生，懇請將穿不到的校服（狀況乾淨完整能穿著）捐贈給本校，學務處將再進行整理後提供給本校清寒學子認購或借用。

【衛生組】

一、 經過寒假過後，孩子的體重、視力、牙齒以及所有身體狀況要盡快調整回來，特別是需要醫師診斷介入治療的部分（如齲齒、近視…），請家長配合本校護理師發給孩子的「定期檢查報告回條聯」儘速專業醫療機構診療，以免延誤黃金醫療時機。

二、 防疫宣導

（一）非洲豬瘟：



牠的病毒只在豬隻間傳染嗎？還是也會傳染給其他動物？是否會人畜傳染？

發布日期：107-12-20

造成家豬及野豬的急性、惡性傳染病，所有品種和年齡的豬均可能感染。本病非人畜共通傳染病，故人不會感染。

（二）嚴重特殊傳染性肺炎（俗稱武漢肺炎）宣導簡報：





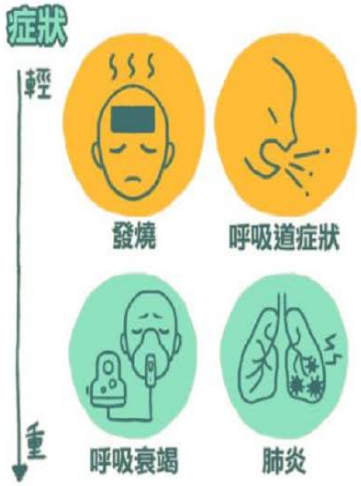
發病症狀

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





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



- 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!



※ 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。



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





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



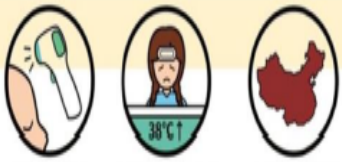
提升免疫力

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	睡眠	運動	情緒
均衡飲食 多攝取蛋白質	小孩：9~12小時 成人：7~9小時	每週至少3次 一次至少30分鐘	抒壓 保持好心情

留意自己的身體狀況



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

- 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≥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



=疑似有症狀時=

莫驚慌

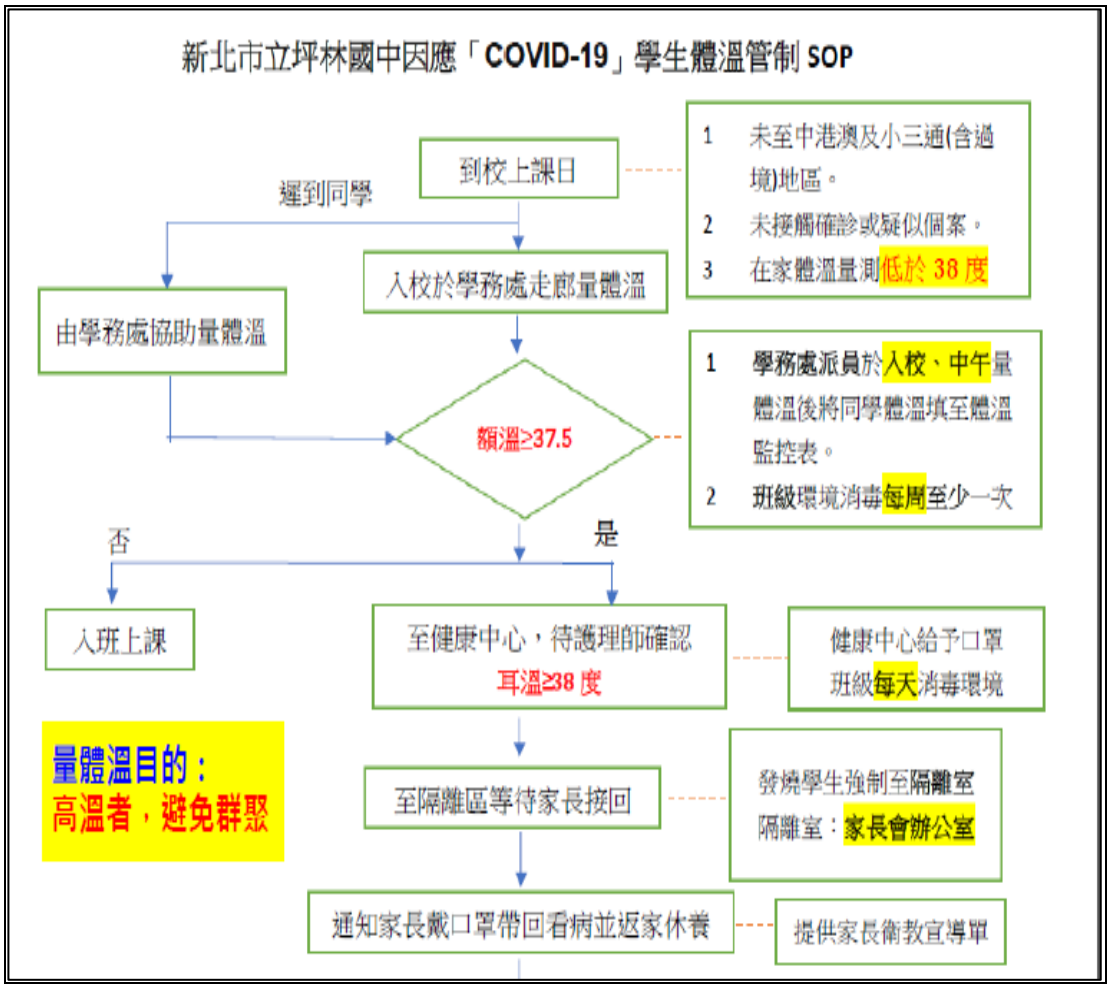
主動撥打 1922 諮詢專線，由專人評估症狀安排就醫（24小時在線，過年不休息）並主動告知醫師旅遊史及接觸史，以利及時診斷。

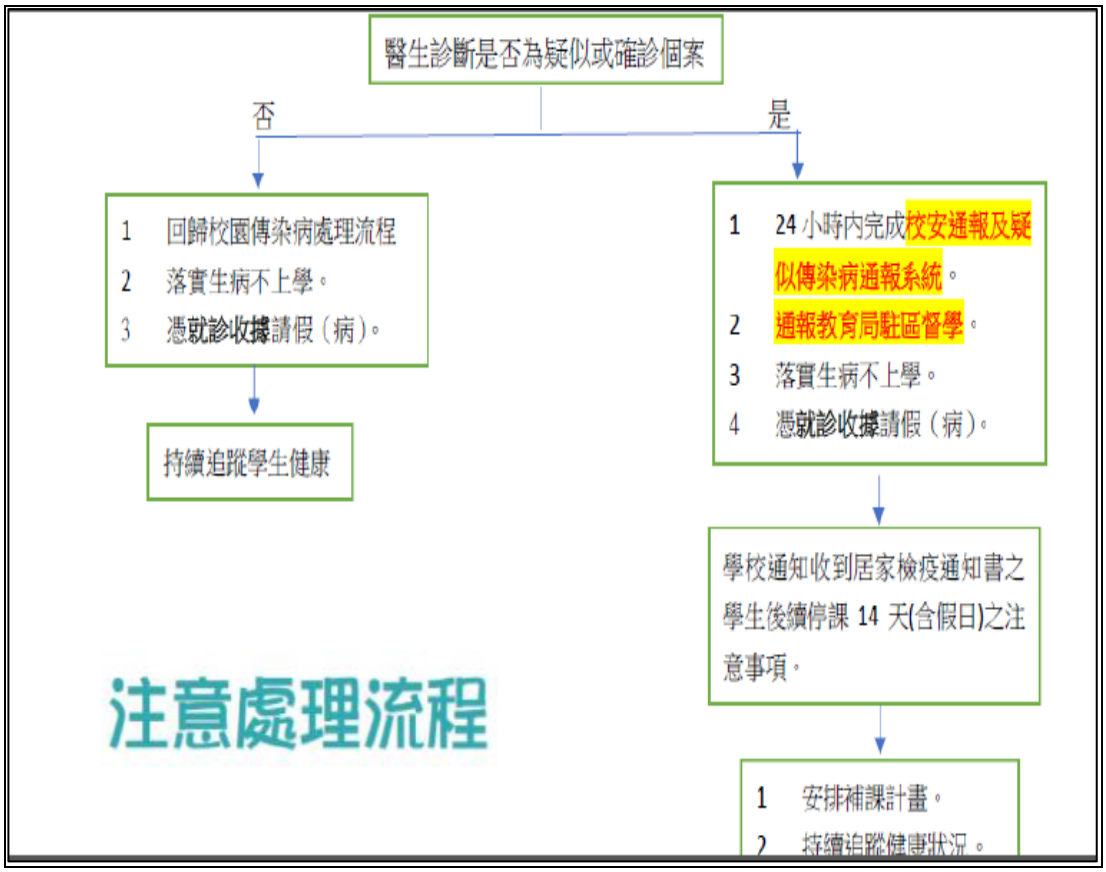
你或家人從病毒流行區返台有疑似症狀時……



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


新北市立坪林國中
Pinglin Junior High School Pinglin District,New Taipei City
積極．關懷．實踐 / 活力坪中人.健康WE世代
無發燒校園 無發燒教室


新北市立坪林國中因應「COVID-19」學生體溫管制 SOP
到校上課日
遲到同學
由學務處協助量體溫
入校於學務處走廊量體溫
額溫≥37.5
否
是
入班上課
至健康中心，待護理師確認
耳溫≥38 度
至隔離區等待家長接回
通知家長戴口罩帶回看病並返家休養
量體溫目的：
高溫者，避免群聚
1 未至中港澳及小三通(含過境)地區。
2 未接觸確診或疑似個案。
3 在家體溫量測低於 38 度
1 學務處派員於入校、中午量體溫後將同學體溫填至體溫監控表。
2 班級環境消毒每周至少一次
健康中心給予口罩
班級每天消毒環境
發燒學生強制至隔離室
隔離室：家長會辦公室
提供家長衛教宣導單



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)。

衛教宣導(A4請張貼在布告欄上)





衛教宣導(A4請張貼在布告欄上)





新北市立坪林國中健康自主管理體溫量測記錄表(每月一張，貼在聯絡簿上)

1. 因應嚴重特殊傳染性肺炎，為保護孩子們的健康，疫情期間請家長/監護人每天在您孩子上學前為他們量度體溫，如有發燒（發燒標準：額溫超過 37.5 度，耳溫超過 38 度）如達以上任一標準，**請立即向學校請假及就醫**。
2. 家長/監護人每天紀錄您孩子體溫後，**請在表上簽署**，然後由您的孩子交回導師查閱。
3. **放假期間仍請繼續填寫體溫量測記錄表**。
4. 防疫期間，若您的孩子出現身體不適、近日就醫或有發燒、服用藥物者，請家長主動通知導師或在本表「備註」欄註記，讓我們一同留意孩子健康狀況。
5. 入校門時請示出此單張，供校方人員查閱。

班級：_____　座號：_____　學生姓名：_____

日期	測量時間	體溫	家長簽名	備註	日期	測量時間	體溫	家長簽名	備註
2/26					3/15				
2/27					3/16				
2/28					3/17				
2/29					3/18				
3/1					3/19				
3/2					3/20				
3/3					3/21				

坪林國中班級環境清潔消毒紀錄表(請填完放回窗戶資料袋)

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

二、消毒水配置方式：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：清潔消毒時請戴長手套。

四、消毒時機：每週至少消毒一次，定期消毒定為每週五，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，則每日消毒 1 次；疑似或確診個案新型冠狀病毒（COVID-19），請上、下午各消毒 1 次。

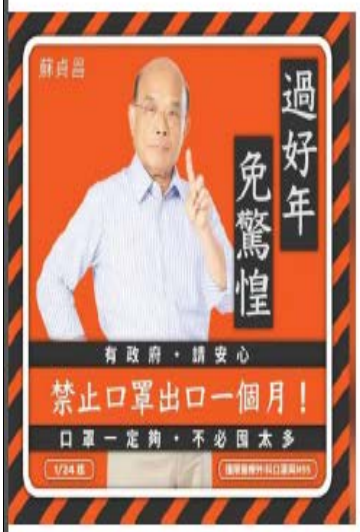
班級：　　導師：

定期消毒			不定期消毒			
週次	日期	請打✓	日期	備註	日期	備註
1	2/25					
2	3/6					
3	3/13					
4	3/20					
5	3/27					
6	連假					
7	4/10					
8	4/17					

新北市立坪林國中
Pinglin Junior High School Pinglin District,New Taipei City
積極．關懷．實踐 / 活力坪中人.健康WE世代

最後，想聊聊「情緒」

從「戴口罩」聊起





中央流行疫情指揮中心專家
台大醫師
張上淳、黃立民強調

一般學生無須戴口罩

若有發燒、咳嗽等症狀, 請在家休息

中央流行疫情指揮中心

再談「中港澳」居家隔離









N種「懶人包」







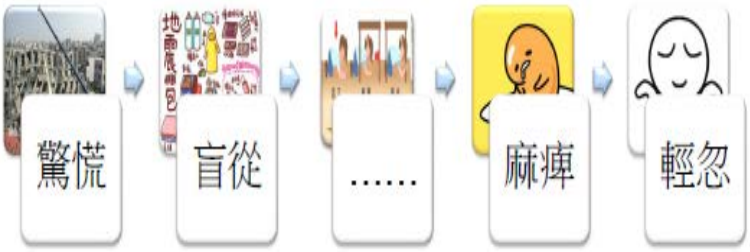


義大利、越南禁止台灣入境

再來一個震撼彈



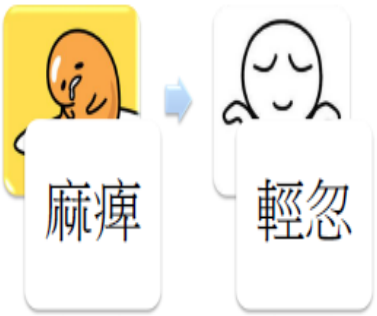
群眾面對危機的心理



群眾面對危機的心理

學校，是教育的地方

但請注意「邊際效用」：
聽10次之後，效果可能跟聽1次一樣



群眾面對危機的心理

更不要智商大幅降低

學生沒有經歷過SARS，他們會恐懼、他們需教導。
我們怎麼面對，在在影響學生的態度
言教，不如身教!



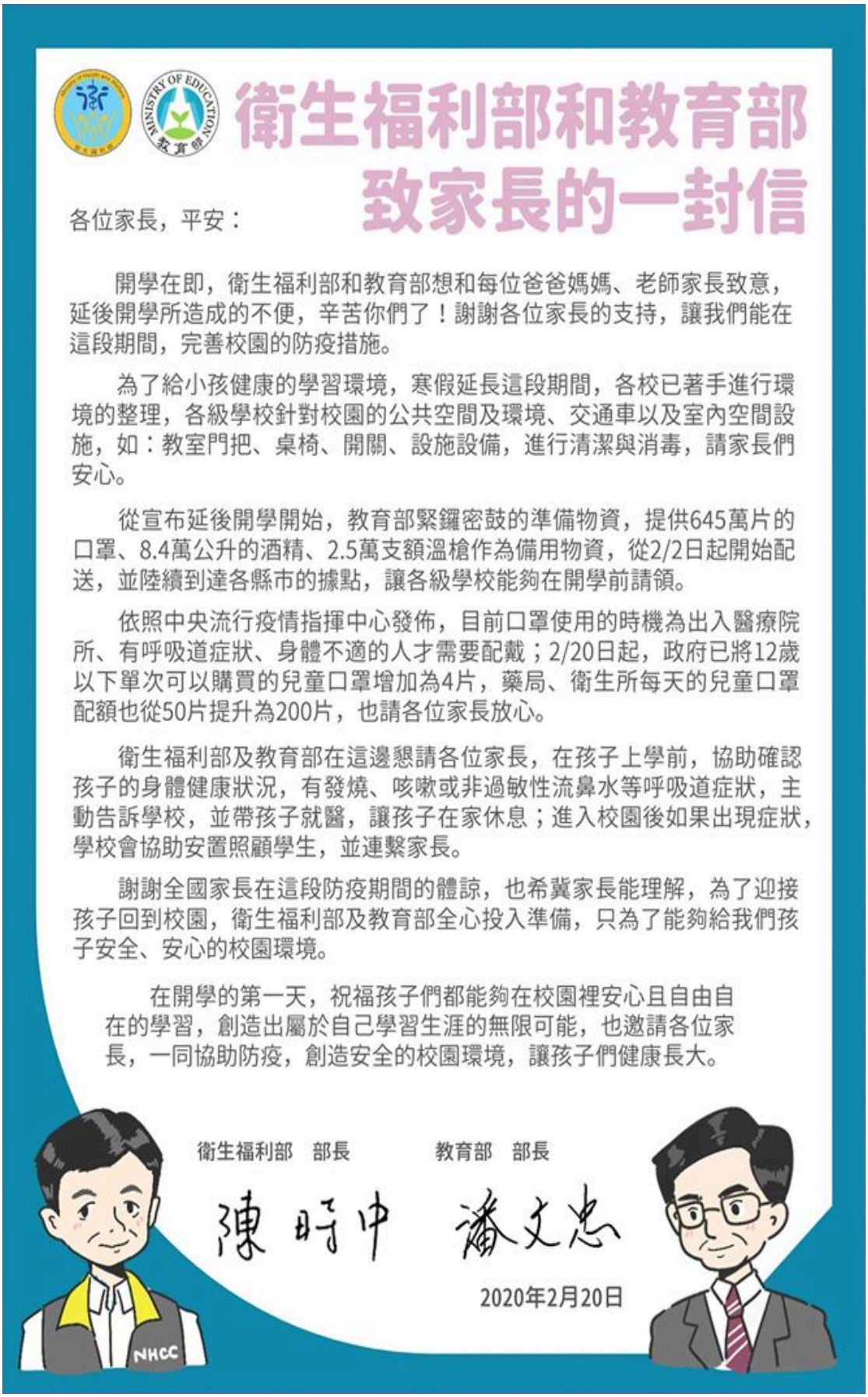


資料來源

- 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



（三）給家長的一封信：



衛生福利部和教育部致家長的一封信

各位家長，平安：

開學在即，衛生福利部和教育部想和每位爸爸媽媽、老師家長致意，延後開學所造成的不便，辛苦你們了！謝謝各位家長的支持，讓我們能在這段期間，完善校園的防疫措施。

為了給小孩健康的學習環境，寒假延長這段期間，各校已著手進行環境的整理，各級學校針對校園的公共空間及環境、交通車以及室內空間設施，如：教室門把、桌椅、開關、設施設備，進行清潔與消毒，請家長們安心。

從宣布延後開學開始，教育部緊鑼密鼓的準備物資，提供645萬片的口罩、8.4萬公升的酒精、2.5萬支額溫槍作為備用物資，從2/2日起開始配送，並陸續到達各縣市的據點，讓各級學校能夠在開學前請領。

依照中央流行疫情指揮中心發佈，目前口罩使用的時機為出入醫療院所、有呼吸道症狀、身體不適的人才需要配戴；2/20日起，政府已將12歲以下單次可以購買的兒童口罩增加為4片，藥局、衛生所每天的兒童口罩配額也從50片提升為200片，也請各位家長放心。

衛生福利部及教育部在這邊懇請各位家長，在孩子上學前，協助確認孩子的身體健康狀況，有發燒、咳嗽或非過敏性流鼻水等呼吸道症狀，主動告訴學校，並帶孩子就醫，讓孩子在家休息；進入校園後如果出現症狀，學校會協助安置照顧學生，並連繫家長。

謝謝全國家長在這段防疫期間的體諒，也希冀家長能理解，為了迎接孩子回到校園，衛生福利部及教育部全心投入準備，只為了能夠給我們孩子安全、安心的校園環境。

在開學的第一天，祝福孩子們都能夠在校園裡安心且自由自在的學習，創造出屬於自己學習生涯的無限可能，也邀請各位家長，一同協助防疫，創造安全的校園環境，讓孩子們健康長大。

衛生福利部　部長　陳時中

教育部　部長　潘文忠

2020年2月20日

市長給家長的一封信

親愛的家長，您好：

面對嚴重特殊傳染性肺炎(武漢肺炎)疫情，新北市政府於春節期間即已展開因應措施，召開數次跨局處應變會議進行防疫整備。而2月25日各級學校的開學，我們更是嚴陣以待，不僅教育局全局動員分組作業，更啟動跨局處的能量，包括衛生局提供防疫資訊、消防局指導學校防疫演練等，以防疫視同作戰的最高規格處理學校防疫工作。在這期間，感謝熱情的民間團體與公司捐贈額溫槍、消毒用品給學校，熱心家長提供物資採購的訊息，以及新北市學校護理人員協會協助製作衛教簡報供學校作為防疫教育參考。

匯集大家的力量，新北市用最嚴謹的態度迎接開學。開學前的防疫演練，我親自視察學校的防疫流程、要求教育局了解每一個步驟的真實狀況和細節，力求讓親師生都安心。開學後，我也要請大家配合校園的「三級防護、健康五原則」，一起來守護孩子的健康。

所謂三級防護，是大人們對孩子的守護，第一級是家長在孩子上學前先於家中量測體溫，第二級是進到校園時學校會做第二次量測體溫，而老師們在校園內隨時關照孩子的健康情形則是第三級。而健康五原則，是我們要教導孩子的：量體溫、勤洗手、正確戴口罩、生病不到校以及環境要通風，讓新北的學子都能獲得最完善的保護。

面對這次的疫情，學校將會透過各式簡報、影片等素材教育我們的孩子，讓公共衛生的概念在每位學子內心紮根，成為新一代的健康防疫小尖兵。



孩子是我們共同的寶貝，如有發現發燒(額溫≧37.5℃、耳溫≧38℃)或呼吸道症狀，請務必帶孩子就醫，請假在家休息，並主動告知導師，待孩子恢復後再返校學習。衷心期待您能與我們攜手防疫，讓孩子安心上學，共創安全校園。

敬祝您　闔家平安 健康

市長 侯友宜 敬上

109年2月23日

健康守護 安心就學

親愛的家長，您好：

為有效防範嚴重特殊傳染性肺炎(武漢肺炎)疫情的襲擊，新北市政府教育局已進行防疫整備，成立新北市教育體系防疫應變中心，整合人力、物力資源，協助教育系統快速執行疫情應變措施，隨時將防疫的重要決策、宣導訊息利用網站、社群媒體(FB、Line)立即傳遞給所有教育系統的親師生，讓新北市公私立各級學校、公私立幼兒園、補習班、安親班所有的親師生能做好各項防疫準備，讓新北的孩子能夠獲得最完善的保護與照顧！

特別呼籲請您主動關心子女健康，每日出門前，應幫子女量體溫並記錄，發現有發燒（耳溫大於 38℃）或呼吸道症狀(咳嗽、流鼻涕或喉嚨痛），請落實生病不上課，儘速配戴口罩就醫，以得到適切的診斷與醫療照護，就醫後請在家休養至恢復健康再返校上學，並隨時與學校保持聯繫，配合防疫相關作業。教育局重要的防疫訊息公告也將隨時更新於新北市政府教育局網站/防疫專區(網址：https://www.ntpc.edu.tw/)及教育局 FB 官方粉絲專頁 -新北學 Bar(網址：https://www.facebook.com/ntpcedugov/)，讓學校及家長們參考，孩子的健康需要你我共同守護，請您與我們攜手合作。

謹祝

諸事順遂　闔家平安

教育局局長　張明文 敬上

109 年 2 月 14 日

新北市最新防疫資訊都在「新北學 Bar」臉書粉絲專頁，歡迎親愛的家長傳送邀請所有好友加入，一起關懷守護孩子。



（四）家長宣導通知單：

新北市立坪林國中因應COVID-19（武漢肺炎）
家長宣導通知單

敬愛的家長：

您好，新春平安健康，今年寒假適逢武漢肺炎爆發，教育部及本市教育局為了避免疫情因群聚效應而威脅到孩子們的健康，因此將開學日延至109年2月25日（星期二）開學，造成您的不便，請您見諒。然目前疫情尚未穩定，為了維護孩子們的安全與健康，以下事項請您與我們一起努力：

一、 2/25(二)開始，風雅亭設置**額溫量測站**，一入校請至風雅亭依年級**自動排隊**接受測量額溫。如有體溫異常的學生(額溫等於或超過37.5度)，需要到健康中心給護理師再量一次耳溫，若耳溫超過38度，將通知家長盡快帶回就醫(如有困難者，將先安置家長會辦公室)。

二、 導師會發給每位學生一張**體溫自主測量記錄表**，請家長協助張貼於聯絡簿空白頁面，**上學前請家長先協助孩子在家裡量體溫並記錄簽名**，於入校門時至風雅亭出示紀錄。

三、 家長因重要且必要事情到校，請須配合量體溫並建議戴口罩，萬一有發燒狀況，學校則依防疫相關規定婉拒進入校園，以保障全校孩子健康，造成困擾，敬請見諒。

四、 學生入班後，導師將隨時注意學生的身體狀況，若學生出現上呼吸道症狀（發燒、頭痛、肌肉酸痛、咳嗽、流鼻水或喉嚨痛）時，會將學生先送至健康中心，請家長帶學生回家休息並就醫。

五、 請協力家庭防疫工作，為家人準備適量口罩，孩子若有過敏性鼻炎或上呼吸道症狀，請家長為孩子自備口罩。學校儲備的口罩只提供給突然出現咳嗽、發燒的學生使用，請您諒解。

六、 孩子如有出現發燒、呼吸道症狀時請立即就醫，並向學校導師回報，也請配合落實「生病不上學」之原則，以免反覆感染及加重病情。

七、 請家長務必指導孩子建立衛生習慣：隨時提醒孩子以肥皂仔細清潔雙手，勤洗手更要洗對手，執行「濕搓沖捧擦」洗手五步驟及「內外夾弓大立腕」搓手7 字訣，歡迎家長參考恩主公醫院小兒科許登欽醫師協助新北市拍攝的防疫宣導影片(網址： http://gg.gg/ntpcedu0210)，養成好的免疫力，請大家共同從自身做起。不咬指甲，不挖鼻孔，不揉眼睛。

八、 請隨時閱覽正確與即時資訊：衛福部新型冠狀病毒、新北市政府教育局及坪林國中防疫專區。

九、 諮詢電話：2665-6210分機34健康中心、32衛生組、31學務主任

您的孩子，我們視如己出，因此將以最嚴謹的措施來防範武漢肺炎的疫情，以確保每一位孩子都能在學校健康、安全的學習，如有不便之處，感謝您的諒解、配合與協助。

敬祝

闔家平安

學務處109.2.19

（五）坪林國中防疫期間學生上學流程：

新北市立坪林國中防疫期間學生上學流程

1. 出門前量測體溫

(建議請自備 1 個口罩備用)



2. 填寫「健康自主管理體溫量測記錄表」

(2/25 開學每位學生發放一張黏在聯絡簿上，如有發燒請就醫或在家休息，勿到校)

3. 到洗手台用肥皂洗手



4. 到風雅亭量測體溫

(額溫超過 37.5 度，須至確認區用耳溫再量測，複量耳溫超過 38 度，請戴上口罩，學校會派員陪同至指定隔離教室，等待家長接回就醫)



5. 入班

(入班後請安靜自習，不要聚眾聊天與共食)

（六）衛教文宣：



三級防護措施

新北 SWAG 學Bar

第1級

請家長上學前先幫孩子量好體溫，**生病不上學**唷。



第2級

入校時再次量測體溫。



第3級

隨時主動關懷學生健康情形。



正確測量體溫

新北Bar

額溫

測量時須保持額頭乾燥



額頭中心點距離1~2公分左右



37.5度C以上為發燒



耳溫

測量位置耳內貼近耳膜處



測量時耳朵稍往後並向上輕拉



38度C以上為發燒



經常 洗手 不可少

長期照護品質好





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

用清水將雙手澈底沖洗乾淨


捧

用水將水龍頭沖乾淨並記得關水龍頭


擦

用烘手機或紙巾將手擦乾

2016.06.08 版

衛生福利部疾病管制署 TAIWAN CDC
www.cdc.gov.tw
1922防疫達人
www.facebook.com/TWCDC
疫情通報及諮詢專線：1922
Taiwan CDC LINE@
社團法人台灣感染管制學會
www.nics.org.tw

廣告

預防
COVID-19(武漢肺炎)
進出機構務必
洗手

保護自己 保護他人

濕洗手
以肥皂澈底搓洗
雙手40-60秒





乾洗手
使用酒精含量
60%至80%的
乾洗手液搓洗
20-30秒

中央流行疫情指揮中心 關心您　疫情通報及諮詢專線：1922

廣告

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

中央流行疫情指揮中心

2020/02/17

預防
COVID-19(武漢肺炎)
進出機構務必
洗手

保護自己 保護他人

濕洗手
以肥皂澈底搓洗
雙手40-60秒





乾洗手
使用酒精含量
60%至80%的
乾洗手液搓洗
20-30秒

中央流行疫情指揮中心 關心您　疫情通報及諮詢專線：1922

廣告

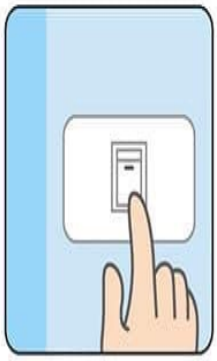
你知道該消毒那些地方嗎?

新北女 SWAG 學Bar

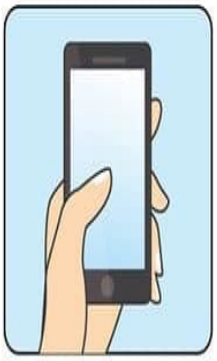




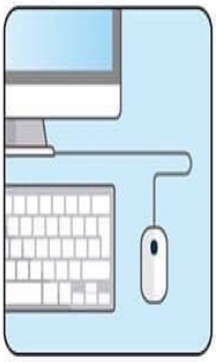
電梯按鍵



電燈開關



手機螢幕



鍵盤滑鼠



門把把手



隨身物品



記得多洗手不要摸臉唷!

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

【生教組】

一、若小孩不慎犯錯遭記警告或記過懲處，可向學務處生教組申請改過銷過，亦請家長鼓勵孩子積極銷過。若有相關疑問，可電洽生教組詢問。

二、接送子女上下學時，騎乘摩托車或是電動自行車者，請攜帶安全帽以維護安全。

三、適逢武漢肺炎疫情尚未穩定，為了維護孩子們的安全與健康，以下留意事項請您與我們一起努力：

（一）學生若感冒發燒、咳嗽、流感等症狀，請立即就醫並在家休息，落實「生病不上班、上課」政策，並請即時聯繫導師，隨時回報最新身體狀況。

（二）每日出門前確實測量學生體溫，如有發燒及咳嗽情形，則請假在家不上學。

（三）教導孩子要配戴口罩，鼓勵孩子自我保護。

（四）避免於車內談話、聊天，必要時請戴上口罩。

（五）疫情期間切勿帶學生到人多之處，平時鼓勵孩子多喝水、勤洗手。

（六）鼓勵孩子多運動、吃蔬菜增加抵抗力。

【體育組】

推動學期中進行 SH150 課間運動為，S 代表 Sports，H 代表 Health，每週運動 150 分鐘以上，鼓勵子弟進行體育活動，養成規律運動習慣。