

## 屏東縣勝利國小營養午餐教育-洗手教育實施計劃

### 壹、依據：

一、屏東縣學校午餐輔導訪視實施細則。

二、勝利國小營養午餐教育實施細則

### 貳、目的：

一、指導學童正確的洗手方法，落實於日常生活之中，達成午餐營養教育目的。

二、養成個人良好衛生習慣，有效預防傳染病。

參、參加對象：全校師生。

肆、辦理時間：102年5月8日。

伍、辦理地點：本校活動中心。

### 陸、活動內容

#### 一、正確洗手時機講解

(一) 在觸摸眼睛、鼻子或嘴巴之前。(二) 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。

#### 二、正確洗手方式教學

(一) 用水先潤濕雙手。(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，並用紙巾按著關掉水龍頭，然後將紙巾丟到正確的容器中。(五)用擦手紙、乾淨的毛巾或手帕將手擦乾淨，或者如果有乾手機，用它烘乾雙手。

柒、本計劃呈校長核准後實施，修正亦同。

#### 捌、活動心得

「飯前洗手，飯後刷牙漱口」是本校午餐營養教育中特別重視的環節，除了在各班級的洗手臺張貼正確洗手五步驟的貼紙，隨時提醒學生正確的洗手方式與時機之外，透過本次集會的重點宣導與實際的洗手方式教學，更可以加深學生對洗手教育的印象與了解，進而落實於日常生活之中，達到本校午餐營養教育的目標。

承辦：

主任：

校長：

屏東縣勝利國小營養午餐教育-洗手教育活動照片



本校護理師蔡慧敏小姐講解正確  
洗手時機與方式



洗手教育活動宣導看板



學生動手學習正確洗手動作



學生動手學習正確洗手動作



學生動手學習正確洗手動作



學生動手學習正確洗手動作