

致理科技大學 111 學年度第 2 學期
期初環保股長會議資料

112.2.20

- 一、簽到、領取開會資料。
- 二、主席報告。(略)
- 三、獎勵填寫聯絡簿認真負責之環保股長，本組頒發獎品 1 份。

☆ 111 學年度第 1 學期填寫環保股長-衛保組聯絡簿優良班級

| 學制 | 班級(學期填寫累計次數達 40 次以上) |
|----|---|
| 五專 | 三英 1(60)、五英 1(58)、一會 1(53)、四國 1(52)、五會 1(49)、三英 2(47)、二英 1(43)、四英 2(43) |
| 四技 | 休二 B(74)、企二 B(70)、資二 B(64)、金三 A(63)、企二 A(62)、金二 A(62)、會一 B(61)、設一 A(59)、休一 A(57)、企一 C(54)、資一 C(48)、資四 C(48)、會三 B(46)、會二 A(43) |

四、環保股長職責

(一) 確實執行垃圾分類及資源回收

請同學務必配合執行垃圾分類，垃圾桶上有圖示及文字說明(一般垃圾、資源回收及廚餘桶)，請環保股長宣導同學於丟垃圾前務必看清楚—「拆、看、分、丟」。

(二) 每天填寫環保股長—衛保組聯絡簿(因疫情影響請確實填寫以利追蹤)

環保股長每天需至健康中心登記班上因發燒、腹瀉及感冒(上述症狀可能是傳染病的症狀)，請假同學的名單，登記後由健康中心護理師進行追蹤，提供衛教防止傳染病散播。希望環保股長基於關心同學立場能確實執行，一起維護同學健康。

(若當天「沒課」，請事先填寫「沒課」)。

(三) 定期查看電子信箱及環保股長 LINE 群組

為了減少紙張浪費，衛保組舉辦的活動大多經由電子郵件宣導，提醒環保股長定期查看電子信箱，以免遺漏宣導事項。

(四) 宣導衛保組之活動，協助衛保組推動學校衛生教育工作。

本學期預定辦理健康週及健康促進樂活 1824 活動、性教育(含愛滋病防治)及藥物濫用(含菸害防制)等衛教宣導。

五、肺結核防治宣導

- (一) 肺結核病人只要規則服藥 2 星期後，就不具傳染力。所以無論是同學或親友得了結核病，不要怕他，不要躲他，要鼓勵、支持及陪伴他，遵從醫囑服藥。

- (二) 利用「肺結核 7 分篩檢法」自我檢測，咳嗽二周(2 分)、咳嗽有痰(2 分)、胸痛(1 分)、沒有食慾(1 分)、體重減輕(1 分)、如果有上列症狀達 5 分以上，建議可到鄰近醫療院所胸腔內科就診檢查。

六、愛滋病防治宣導

愛滋病是由愛滋病毒所引起的疾病。愛滋病毒會破壞人體原本的免疫系統，當免疫系統遭到破壞後，原本不會造成生病的病菌，變得有機會感染人類，嚴重時會導致病患死亡。

愛滋病毒有三大傳染途徑: 1. 性行為傳染 2. 血液傳染 3. 母子垂直感染。

性傳染病防禦措施(適用各種性傳染病)

1. 安全性行為(全程使用保險套、水性潤滑液)
2. 避免多重性伴侶
3. 勿共用針具

七、流行性感冒防治宣導

- (一) 維持個人清潔衛生：勤洗手，於進食前及如廁後加強洗手，並注意營養、均衡飲食、充分的運動及充足的睡眠，以增強身體免疫力。
- (二) 隨時關心與注意同學之健康與請假情況：如同學出現異常之請假狀況或請假聚集時，或有疑似傳染病症狀，請與健康中心聯絡，以進行必要之通報與預防措施。
- (三) 請配戴口罩，落實個人自主健康管理機制
 1. 維持教室等室內空間之空氣流通。
 2. 適當休息與補充水分，依醫師指示接受治療。
 3. 落實「生病不上課、不上班」原則，並盡量與家長溝通，讓學生在家休養直至症狀解除後 24 小時始可返校上課。
 4. 如出現呼吸短促、呼吸困難、發紺、血痰或痰液變濃、胸痛、意識改變、低血壓或高燒持續 48 小時以上等流感危險徵兆者，應盡速送醫院治療。

八、新冠肺炎 Covid-19 防治宣導

典型症狀：發燒、乾咳、疲勞、有痰、呼吸急促、肌肉或關節痠痛、喉嚨痛、頭痛、發冷、噁心或嘔吐、鼻塞、腹瀉、咳血、結膜充血。

如果出現以上症狀，尤其是有疫區旅遊史或新冠肺炎確症者接觸史的人，應立即就醫，由醫師篩選評估是否進一步做病毒檢查，早期發現，早期應對。

九、登革熱及茲卡病毒感染症 (Zika virus infection) 防治宣導

- (一) 臺灣可傳播茲卡病毒及登革熱的病媒蚊相同，皆為埃及斑蚊及白線斑蚊。
- (二) 避免被病媒蚊叮咬，徹底清除病媒蚊孳生源是防治登革熱及茲卡病毒最根本的方法。落實經常巡檢，避免戶內外積水；清除積水，必要的容器倒置；容器減量，清除不要的器物；刷洗容器，避免蟲卵再附著。
- (三) 如有發燒、頭痛、後眼窩痛、關節肌肉疼痛、出疹等症狀，應提高警覺儘速就醫，並告知醫師旅遊史、活動史等相關資訊。
- (四) 提醒於流行地區來(返)臺師生入境後，應自我健康監測 14 天，如出現發燒、頭痛、後眼窩痛、肌肉關節痛、出疹等狀況時，應儘速就醫並主動告知旅遊史；另離開茲卡病毒

流行地區後，請依循衛福部疾病管制署公布之「1+6原則」進行防護，並應暫緩捐血1個月，無論有無症狀，男性和女性都應採取安全性行為至少6個月，女性應延後懷孕至少6個月。

- (五) 目前無疫苗可預防，因此避免病媒蚊叮咬是最主要的預防方法。戶外活動時，建議穿著長袖淺色衣褲，使用經衛生福利部核可、含有 DEET 的防蚊液。

十、水痘防治宣導

- (一) 水痘為水痘帶狀疱疹病毒引起之高傳染性疾病，初期（紅疹出現前1-2天）輕微發燒、疲倦、食慾不振、頭痛及肌肉或關節痠痛等症狀，之後皮膚開始出現紅疹，發展成紅丘疹、水泡疹、膿泡疹而後結痂，由臉、頭皮往軀幹四肢延伸，全身性皮炎逐漸快速顯現隨後變成水疱，最後留下粒狀痂皮（通常約於二至四星期內痊癒）。
- (二) 水痘主要是由皮膚直接接觸、飛沫或空氣傳染，接觸到罹患帶狀疱疹患者之水疱，亦可能造成傳染。也可經由被水疱液和黏膜分泌物污染的器物間接傳染。痂皮則不具傳染性。
- (三) 若出現紅疹或水泡等病徵，請立即就醫治療，並落實「生病不上課、不上班」原則，在家休養直至水疱乾呈結痂後，始可返校上課。

十一、「門窗不緊閉-愛在呼吸裡」宣導

請各班環保股長負責將教室窗戶打開通風，維持門窗不緊閉，以確保空氣流通，感受陽光的溫暖及新鮮空氣的美好，更可預防呼吸道疾病的傳染。

十二、能源教育宣導

- (一) 請環保股長協助於班上宣傳節水省電行為，隨手關燈、拔插頭、栓緊水龍頭、冷氣使用維持溫度在26~28°C為宜。
- (二) 為響應環保愛護地球，請支持健康致理新生活，請環保股長協助宣導購物自備環保袋、餐具，減少一次性產品，從日常減少使用不必要的塑膠製品。

十三、健康週及健康促進樂活1824活動

本學期將舉辦健康週活動，時間及地點如下表，歡迎同學參加：

| 梯次 | 日期 | 時間 | 活動 | 地點 |
|----|-----------------|-----------------|-------------|------|
| 1 | 4/10(一)-5/12(五) | 10:00~ 16:30 | 「校園健走樂」集點活動 | 校園各地 |
| 2 | 3/28(二)-3/29(三) | 全天 | 行管系嘉年華 | 林蔭大道 |

註：3/28(二)可至系學會嘉年華-行管系攤位領取健康存摺，完成存摺上的活動就可兌換小禮物。

十四、討論議題：後疫情時代(口罩解禁後)，如何自我健康管理。

1. 高風險族群及場所戴
2. 口罩肥皂勤洗手、外出帶乾洗手
3. 不舒服量耳溫
4. 呼吸道衛生及咳嗽禮節
5. 選擇性社交距離
6. 聚餐用公筷母匙、聊天先遮嘴
7. 接種疫苗，生病看醫生
8. 養成良好生活型態

十五、若有任何問題歡迎至信義樓1樓健康中心或衛保組諮詢，分機:1215或1248。

請各位環保股長填寫環保股長資料、滿意度問卷及向同學宣導活動及體檢資訊，謝謝



環保股長資料填表



111 環保股長 Line 群組



環保股長滿意度問卷

學務處  衛生保健組