



「防疫基本功」學習單 (中年級適用)

一、小朋友，你知道嗎？常常用肥皂洗手，可以讓細菌、病毒不會留在我們身上。請你想一想，下面是屬於洗手好時機的，請在()中打「✓」。

- ① () 上廁所後。
- ② () 刷牙漱口後。
- ③ () 擤鼻涕後。
- ④ () 吃東西前。
- ⑤ () 看病前後。
- ⑥ () 洗完澡後。
- ⑦ () 打掃前。
- ⑧ () 跟小寶寶玩前。

二、正確洗手是一件很重要的事，請你想一想，我們要怎麼洗手，才會又正確又乾淨呢？請你在()中填入「1、2、3、4、5」的「洗手五步驟」。

- ① () 沖：用清水將雙手沖洗乾淨。
- ② () 擦：用乾淨毛巾或紙巾把手擦乾。
- ③ () 濕：打開水龍頭把手淋濕。
- ④ () 搓：用肥皂搓雙手20秒。
- ⑤ () 捧：捧水沖洗水龍頭並關閉水龍頭。

三、咳嗽、打噴嚏時該怎麼辦？下列方法中，正確的請在()中打「✓」。

- ① () 咳嗽、打噴嚏時，先用衛生紙或手帕遮住口鼻。
- ② () 咳嗽、打噴嚏時，如果來不及，直接對著對面的人咳嗽、打噴嚏是沒關係的。
- ③ () 生病期間咳嗽時一定要戴上口罩，以防病菌傳播。
- ④ () 手摸到自己的鼻涕，不必洗手沒有關係。
- ⑤ () 生病期間為了課業，一定要勉強自己來上學。
- ⑥ () 擤過鼻涕的衛生紙要丟進垃圾桶裡。

四、蚊蟲是百病之源，下列方法中，屬於恰當的防蚊措施的，請在()中打「✓」。

- ① () 澈底清除身邊各式的積水容器。
- ② () 住家裝設自動門方便進出，不必在乎紗門紗窗。
- ③ () 穿著短衣、短褲野外踏青，既涼爽又舒服。
- ④ () 多使用盛水容器種植水生植物，綠化美化環境。
- ⑤ () 適當使用衛生福利部核可的防蚊藥劑。
- ⑥ () 平時外出可穿著淺色長袖衣服與長褲。