

嘉義縣政府 函

地址：61249嘉義縣太保市祥和一路東段1號
承辦人：黃燕月
電話：05-3620123轉316
傳真：05-3620161
電子信箱：anyueh@mail.cyhg.gov.tw

受文者：嘉義縣民雄鄉東榮國民小學

發文日期：中華民國107年6月29日
發文字號：府教體字第1070128704號
速別：最速件
密等及解密條件或保密期限：
附件：見主旨(0128704A00_ATTCH1.pdf)

主旨：轉知交通部中央氣象局規劃自本（107）年6月15日起於氣象預報增加「高溫資訊」發布，請加強預防熱傷害之衛生教育宣導，請查照。

說明：

- 一、依據教育部國民及學前教育署107年6月26日臺教國署學字第1070068377號函辦理。
- 二、交通部中央氣象局規劃自旨述日起，每日17時發布各縣市隔日之高溫資訊，並依當日監測情形修正：
 - （一）黃燈：最高氣溫達攝氏36度以上。
 - （二）橙燈：最高氣溫達攝氏36度以上，且持續3天以上；或最高氣溫達攝氏38度以上。
 - （三）紅燈：最高氣溫達攝氏38度以上，且持續3天以上。
 - （四）前述高溫資訊，於該局網站（<http://www.cwb.gov.tw>）、「生活氣象」APP及Facebook「報天氣」粉絲專頁等處揭露。
- 三、為避免高溫危害教職員工生健康，請學校運用導師時間、行政會議等各項集會與網站、校刊、跑馬燈等相關媒介進



行個人防護衛教宣導，評估減少、調整或停止戶外課程活動，並注意高危險群人員身體狀況；如出現熱傷害徵兆，應儘速離開高溫環境，並施予緊急處置及送醫。說明如下：

(一)一般預防措施：

- 1、保持涼爽：穿著輕便、淺色、寬鬆、透氣的衣服；儘可能待在室內涼爽、通風或有空調之處；室內可加裝遮光裝置，避免陽光直接照射，並關掉非必要電器設備，避免產生更多熱量。
- 2、補充水分：不論活動程度如何，應隨時補充水分，養成每天喝足白開水之習慣，並可多吃蔬果；戶外工作或運動者建議每小時補充2至4杯（1杯為240c.c.）白開水；惟醫囑限制少量者，應與醫師確認應喝多少為宜。另應避免補充太過冰冷之白開水，以及含酒精或大量糖分之飲料。
- 3、戶外活動防護：利用寬邊帽或陽傘避免陽光直射臉、耳朵及脖子；選擇檢驗合格及適合臉型之太陽眼鏡以保護眼睛，並穿著舒適之棉質衣服或防紫外線照射之功能性衣服等，且於運動後更換乾爽衣服；外出前20分鐘建議使用防水且SPF（Sun Protection Factor）防曬係數30或更高防曬係數之防曬乳，並每2小時補充1次，並自備水瓶定時喝水。
- 4、提高警覺：應隨時留意自己及身邊同學、同事之身體狀況，適當休息並補充水分，避免中午高溫時段外出，如必須於室外移動，建議採必要防護措施，並注意

氣象局天氣預報，選擇氣溫較低之日期安排戶外活動。
。隨時了解室內溫度，應檢查校內空調相關設備是否正常運作。

(二)高危險群應加強防範：高危險群人員（包含65歲以上長者、嬰幼兒、孕產婦、戶外工作者、密閉空間工作者、運動員、慢性病患者、代謝疾病者、精神疾病患者、行動不便或生活無法自理、服用特定藥物、肥胖者等）因生理機能、工作環境、運動及服用藥物等因素，更易受到熱傷害，爰須加強注意環境溫度、身體狀況及補充水分等。

(三)緊急處置：如出現體溫升高、皮膚乾熱變紅、心跳加速，以及嚴重者徵兆，如無法流汗、頭痛、頭暈、噁心、嘔吐，甚至神智混亂、抽筋、昏迷等情形，應依「蔭涼」、「脫衣」、「散熱」、「喝水」、「送醫」急救5步驟，自行或協助該員迅速離開高溫環境，鬆脫衣物、用水擦拭身體或搨風等方式設法降低體溫，意識清醒者給予加少許鹽之冷開水或稀釋電解質飲料，並儘快就醫。

四、相關預防資訊可逕至衛生福利部國民健康署「預防熱傷害傳播專區」下載參閱，網址：<https://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=440>，內容如下：

(一)如需了解熱傷害產生、預防及處置完整資訊，可參閱預防熱傷害專文及「高溫？熱傷害？你需要知道的事！」。

(二)預防措施宣導可運用「熱傷害自我保護懶人包」。

(三)緊急處置宣導可運用「熱傷害別來 急救5步驟懶人包」

。

五、有關上述高溫資訊、宣導資料，以及學校、幼兒園交通車載運學生學童之相關注意事項，請逕至前項網站之專文查詢。

正本：嘉義縣各國民中小學(含永慶與竹崎高中)

副本：教育處體育保健科



裝

訂

線

