



ประกาศโรงเรียนเบญจมราชูทิศ จังหวัดจันทบุรี
เรื่อง แนวปฏิบัติสำหรับนักเรียน ระหว่างเปิดภาคเรียนในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด ๑๙

.....

เพื่อให้การดำเนินงานในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด ๑๙ โรงเรียนจึงประกาศแนวปฏิบัติสำหรับนักเรียนระหว่างเปิดเรียนภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๔ ตั้งแต่วันที่ ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๔ ในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด ๑๙ ดังนี้

๑. ติดตามข้อมูลข่าวสาร สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด ๑๙ คำแนะนำการป้องกันตนเอง และลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายของโรคโควิด ๑๙ จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้
 ๒. ดูแลตนเอง ปฏิบัติตน มีวินัย รับผิดชอบตัวเอง ปฏิบัติตามมาตรการอย่างเคร่งครัด
 ๓. สังเกตอาการป่วยของตนเอง หากมีอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อย หอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส ให้รีบไปพบแพทย์ และปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์
 ๔. มีและใช้ของส่วนตัว ไม่ใช้ร่วมกับผู้อื่น เช่น ช้อน ส้อม แก้วน้ำ แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ผ้าเช็ดหน้า หน้ากากอนามัย และทำความสะอาดหรือเก็บให้เรียบร้อย ทุกครั้งหลังใช้งาน
 ๕. กรณีนักเรียนดื่มน้ำบรรจุขวด ควรแยกเฉพาะตนเอง และทำเครื่องหมายหรือสัญลักษณ์เฉพาะไม่ให้ปะปนกับของคนอื่น
 ๖. ควรมีเจลแอลกอฮอล์พกติดตัว สำหรับใช้ล้างมือบ่อย ๆ
 ๗. หมั่นล้างมือบ่อย ๆ ด้วยวิธีล้างมือ ๗ ขั้นตอน อย่างน้อย ๒๐ วินาที ก่อนกินอาหาร หลังใช้ส้วม หลีกเลียงใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น รวมถึงสร้างสุขนิสัยที่ดีหลังเล่นกับเพื่อน เมื่อกลับถึงบ้าน ต้องอาบน้ำ สระผม และเปลี่ยนเสื้อผ้าใหม่ทันที
 ๘. สวมหน้ากากอนามัยขณะที่อยู่ในโรงเรียนและเมื่อออกจากโรงเรียน
 ๙. หลีกเลียงการไปในสถานที่ที่แออัดหรือแหล่งชุมชนที่เสี่ยงต่อการติดโรคโควิด ๑๙
 ๑๐. ดูแลสุขภาพให้แข็งแรง ด้วยการกินอาหารปรุงสุก ร้อน สะอาด อาหารครบ ๕ หมู่ และ ผัก ผลไม้ ๕ สี เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน รวมถึงออกกำลังกาย อย่างน้อย ๓๐-๖๐ นาที ทุกวัน และนอนหลับอย่างเพียงพออย่างน้อย ๘ ชั่วโมงต่อวัน
 ๑๑. กรณีนักเรียนขาดเรียน ควรติดตามความคืบหน้าการเรียนอย่างสม่ำเสมอ ปรึกษาครู เช่น การเรียนการสอน สื่อออนไลน์ อ่านหนังสือ ทบทวนบทเรียน และทำแบบฝึกหัดที่บ้าน
- จึงประกาศมาให้ทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๔

ว่าที่พันตรี

(กรุณา สืบอุดม)

ผู้อำนวยการโรงเรียนเบญจมราชูทิศ จังหวัดจันทบุรี