



ประกาศโรงเรียนเบญจมราชูทิศ จังหวัดจันทบุรี
เรื่อง แนวปฏิบัติสำหรับนักเรียน ผู้ปกครอง ระหว่างเปิดภาคเรียน ปีการศึกษา ๒๕๖๓
ในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด ๑๙

เพื่อให้การดำเนินงานในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด ๑๙ ตามคู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด ๑๙ ของภาคีเครือข่ายความร่วมมือ ๗ องค์กร โดยกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข และมาตรการความปลอดภัยในสถานศึกษา

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการกระทรวงศึกษาธิการ พ.ศ. ๒๕๔๖ มาตรา ๓๙ (๑) จึงประกาศแนวปฏิบัติสำหรับนักเรียน ผู้ปกครองนักเรียน ระหว่างเปิดภาคเรียน ปีการศึกษา ๒๕๖๓ ในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด ๑๙ ดังนี้

๑. ผู้ที่มีประวัติไข้หรือวัดอุณหภูมิร่างกายได้ ตั้งแต่ ๓๗.๕ องศาเซลเซียส ขึ้นไป ร่วมกับอาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง (มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส) และมีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยยืนยันในช่วง ๑๔ วันก่อนมีอาการ ถือว่า เป็นผู้สัมผัสความเสี่ยง (กลุ่มเสี่ยง) ต้องรีบแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขดำเนินการต่อไป

๒. หลักปฏิบัติในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด ๑๙

๒.๑) คัดกรอง (Screening) : นักเรียนและผู้ที่จะเข้ามาในสถานศึกษาทุกคน ต้องได้รับการคัดกรองวัดอุณหภูมิร่างกาย ณ จุดตรวจคัดกรอง บริเวณป้อมยาม

๒.๒) สวมหน้ากาก (Mask) : นักเรียนและทุกคนที่เข้ามาในสถานศึกษา ต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ตลอดเวลาที่อยู่ในโรงเรียน

๒.๓) ล้างมือ (Hand Washing) : ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำ นานอย่างน้อย ๒๐ วินาที หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ หลีกเลี่ยงการสัมผัสบริเวณจุดเสี่ยง เช่น ราวบันได ลูกบิดประตู เป็นต้น รวมทั้งไม่ใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น

๒.๔) เว้นระยะห่าง (Social Distancing) : เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย ๑-๒ เมตร รวมถึงการจัดเว้นระยะห่างของสถานที่

๒.๕) ทำความสะอาด (Cleaning) : เปิดประตู หน้าต่าง ให้อากาศถ่ายเท ทำความสะอาดห้องเรียน และบริเวณต่าง ๆ โดยเช็ดทำความสะอาดพื้นผิวสัมผัสของโต๊ะ เก้าอี้ และวัสดุอุปกรณ์ ก่อนเข้าเรียน ช่วงพักเที่ยง และหลังเลิกเรียนทุกวัน รวมถึงจัดให้มีถังขยะมูลฝอยแบบมีฝาปิดและรวบรวมขยะออกจากห้องเรียน เพื่อนำไปกำจัดทุกวัน

๒.๖) ลดแออัด (Reducing) : ลดระยะเวลาการทำกิจกรรมให้สั้นลงเท่าที่จำเป็นหรือเลื่อนเวลาทำกิจกรรมและหลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมรวมตัวกันเป็นกลุ่มลดแออัด

๓. การปฏิบัติสำหรับนักเรียน

๓.๑) ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด ๑๙ พื้นที่เสี่ยง คำแนะนำการป้องกันตนเองและลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายของโรคโควิด ๑๙ จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้

๓.๒) สังเกตอาการป่วยของตนเอง หากมีอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส รีบแจ้งครูหรือผู้ปกครองให้พาไปพบแพทย์ กรณีคนในครอบครัวป่วยด้วยโรคโควิด ๑๙ หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยงและอยู่ในช่วงกักตัว ให้ปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอย่างเคร่งครัด

/๓.๓ มีและใช้ของส่วนตัว...

๓.๓ มีและใช้ของส่วนตัว ไม่ใช้ร่วมกับผู้อื่น เช่น ช้อน ส้อม แก้วน้ำ แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ผ้าเช็ดหน้า หน้ากากอนามัย และทำความสะอาดหรือเก็บให้เรียบร้อย ทุกครั้งหลังใช้งาน

๓.๔ กรณีนักเรียนดื่มน้ำบรรจุขวด ควรแยกเฉพาะตนเอง และทำเครื่องหมายหรือสัญลักษณ์ เฉพาะไม่ให้ปะปนกับของคนอื่น

๓.๕ หมั่นล้างมือบ่อย ๆ ด้วยวิธีล้างมือ ๗ ขั้นตอน อย่างน้อย ๒๐ วินาที ก่อนกินอาหาร หลังใช้ ส้วม หลีกเลี้ยงใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น รวมถึงสร้างสุขนิสัยที่ดีหลังเล่นกับเพื่อนเมื่อกลับ ถึงบ้าน ต้องรีบอาบน้ำ สระผม และเปลี่ยนเสื้อผ้าใหม่ทันที

๓.๖ เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย ๑-๒ เมตร ในการทำกิจกรรมระหว่างเรียน ช่วงพัก และหลังเลิกเรียน เช่น เล่นกับเพื่อน ระหว่างทางอยู่บนรถ นั่งกินอาหาร เข้าแถวต่อคิว ที่โรงอาหารตามจุด ระยะห่างที่โรงเรียนกำหนด

๓.๗ สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่อยู่ในโรงเรียน

๓.๘ หลีกเลี้ยงการไปในสถานที่แออัดหรือแหล่งชุมชนที่เสี่ยงต่อการติดโรคโควิด ๑๙

๓.๙ ดูแลสุขภาพให้แข็งแรง ด้วยการกินอาหารปรุงสุก ร้อน สะอาด อาหารครบ ๕ หมู่ และผัก ผลไม้ ๕ สี เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ควรเสริมอาหารเข้ามาจากบ้าน หรือให้ผู้ปกครองจัดเตรียมอาหารกล่อง (Box Set) กินที่โรงเรียนแทน รวมถึงออกกำลังกาย อย่างน้อย ๓๐-๖๐ นาที ทุกวัน และนอนหลับอย่างเพียงพอ ๙-๑๑ ชั่วโมงต่อวัน

๓.๑๐ กรณีนักเรียนขาดเรียนหรือกักตัว ควรติดตามความคืบหน้าการเรียนอย่างสม่ำเสมอ ปรีกษาครู เช่น การเรียนการสอน สื่อออนไลน์ อ่านหนังสือ ทบทวนบทเรียน และทำแบบฝึกหัดที่บ้าน

๓.๑๑ หลีกเลี้ยงการล้อเลียนความผิดปกติหรืออาการไม่สบายของเพื่อน เนื่องจากอาจจะ ก่อให้เกิดความหวาดกลัวมากเกินไปต่อการป่วยหรือการติดโรคโควิด ๑๙ และเกิดการแบ่งแยกกีดกันในหมู่ นักเรียน

๓.๑๒ ให้นักเรียนทุกคนถือปฏิบัติเป็นสุนิษยกิจวัตรประจำวันอย่างสม่ำเสมอ

๔. บทบาทหน้าที่ของนักเรียนแกนนำด้านสุขภาพ

นักเรียนที่มีจิตอาสา เป็นอาสาสมัครช่วยเหลือสุขภาพเพื่อนนักเรียนด้วยกันหรือดูแลรุ่นน้องด้วย เช่น สถานักเรียน เด็กไทยทำได้ อย.น้อย ยุวอาสาสมัครสาธารณสุข (ยุว อสม.)

๔.๑ ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรค พื้นที่เสี่ยง คำแนะนำการ ป้องกันตนเองและลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายของโรคโควิด ๑๙ จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้

๔.๒ ช่วยครูตรวจคัดกรองวัดอุณหภูมิร่างกายของนักเรียนทุกคนที่มาเรียน ในตอนเช้า ทางเข้า โดยมีครูดูแลให้คำแนะนำอย่างใกล้ชิด เน้นการจัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย ๑-๒ เมตร

๔.๓ ตรวจดูความเรียบร้อยของนักเรียนทุกคนที่มาเรียน ต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากาก อนามัยมาด้วยและตลอดทั้งวันที่อยู่โรงเรียน

๔.๔ เผื่อระวังสังเกตอาการนักเรียน หากมีอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อย หอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้สึก ให้รีบแจ้งครูทันที

๔.๕ จัดกิจกรรมสื่อสารให้ความรู้คำแนะนำการป้องกันและลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจาย โรคโควิด ๑๙ แก่เพื่อนนักเรียน เช่น สอนวิธีการล้างมือที่ถูกต้อง การทำหน้ากากผ้า การสวมหน้ากาก การถอด หน้ากากผ้า กรณีเก็บไว้ใช้ต่อ การทำความสะอาดหน้ากากผ้า การเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล จัดทำป้ายแนะนำ ต่าง ๆ

๔.๖ ตรวจอุปกรณ์ของใช้ส่วนตัวของเพื่อนนักเรียนและรุ่นน้อง ให้พร้อมใช้งาน เน้นไม่ใช่ ร่วมกับผู้อื่น เช่น จาน ช้อน ส้อม แก้วน้ำ แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ผ้าเช็ดมือ

๔.๗ จัดเวรทำความสะอาดห้องเรียน...

๔.๗ จัดเวรทำความสะอาดห้องเรียน ห้องเรียนร่วม และบริเวณจุดสัมผัสเสี่ยงทุกวัน เช่น ลูกบิดประตู กลอนประตู ราวบันได สนามกีฬา อุปกรณ์กีฬา เครื่องดนตรี คอมพิวเตอร์

๔.๘ เป็นแบบอย่างที่ดีในการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรคโควิด ๑๙ ด้วยการสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ล้างมือบ่อย ๆ กินอาหารใช้จาน ช้อน ส้อม แก้วน้ำของตนเอง การเว้นระยะห่าง เป็นต้น โดยถือปฏิบัติเป็นสุขนิสัยกิจวัตรประจำวันอย่างสม่ำเสมอ

๕. การปฏิบัติสำหรับผู้ปกครอง

๕.๑ ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด ๑๙ พื้นที่เสี่ยง คำแนะนำการป้องกันตนเองและลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายของโรค จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้

๕.๒ สังเกตอาการป่วยของบุตรหลาน หากมีอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส ให้รีบไปพบแพทย์ ควรแยกเด็กไม่ให้ไปเล่นกับคนอื่น ให้พักผ่อนอยู่ที่บ้านจนกว่าจะหายเป็นปกติ กรณีมีคนในครอบครัวป่วยด้วยโรคโควิด ๑๙ หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยง อยู่ในช่วงกักตัวให้ปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอย่างเคร่งครัด

๕.๓ จัดหาของใช้ส่วนตัวให้บุตรหลานอย่างเพียงพอในแต่ละวัน ทำความสะอาดทุกวัน เช่น หน้ากากผ้า ช้อน ส้อม แก้วน้ำ แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ผ้าเช็ดตัว

๕.๔ จัดหาสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์ และกำกับดูแลบุตรหลานให้ล้างมือบ่อย ๆ ก่อนกินอาหาร หลังใช้ห้องน้ำห้องส้วม หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น และสร้างสุขนิสัยที่ดี หลังเล่นกับเพื่อน และเมื่อกลับมาถึงบ้าน ควรอาบน้ำ สระผม และเปลี่ยนชุดเสื้อผ้าใหม่ทันที

๕.๕ ดูแลบุตรหลาน จัดเตรียมอาหารปรุงสุกใหม่ ส่งเสริมให้กินอาหารร้อน สะอาด อาหารครบ ๕ หมู่ และผัก ผลไม้ ๕ สี และควรจัดอาหารกล่อง (Box Set) ให้แก่นักเรียนในช่วงเช้าแทนการซื้อจากโรงเรียน (กรณีที่ไม่ได้กินอาหารเช้ามาจากที่บ้าน) เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ออกกำลังกาย อย่างน้อย ๓๐-๖๐ นาที ทุกวัน และนอนหลับอย่างเพียงพอ ๙-๑๑ ชั่วโมงต่อวัน

๕.๖ หลีกเลี่ยงการพาบุตรหลานไปสถานที่เสี่ยงต่อการติดโรคโควิด ๑๙ สถานที่แออัดที่มีการรวมกันของคนจำนวนมาก หากจำเป็นต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ล้างมือบ่อย ๆ ๗ ขั้นตอน ด้วยสบู่และน้ำ นาน ๒๐ วินาที (ให้นักเรียนร้องเพลงแฮปปี้เบิร์ธเดย์ ๒ ครั้ง พร้อมกับล้างมือ) หรือใช้เจลแอลกอฮอล์

๕.๗ กรณีการจัดการเรียนการสอนทางไกล ออนไลน์ ผู้ปกครองควรให้ความร่วมมือกับครูในการดูแลจัดการเรียนการสอนแก่นักเรียน เช่น การส่งการบ้าน การร่วมทำกิจกรรม เป็นต้น

ทั้งนี้ ตั้งแต่บัดนี้ เป็นต้นไป

ประกาศ ณ วันที่ ๑๘ เดือนเมษายน พ.ศ. ๒๕๖๓



(นายสุวรรณ ทวีผล)

ผู้อำนวยการโรงเรียนเบญจมราชูทิศ จังหวัดจันทบุรี