

# 健康校園政策

最後更新日期：**2018 / 08**

## 目錄

	主題	頁數
1.	引言	6
2.	背景	
	2.1 學校背景	7
	2.2 政策理念	7
	2.3 目標	8
	2.4 組織架構	9
	2.5 職能及工作範圍	9
3.	內容	
	3.1 綱領	10
	3.2 健康學校政策	
	3.2.1 健康教育委員會	10
	3.2.2 健康校園政策	10
	3.2.3 健康校園約章	11
	3.2.4 平等機會指引	12
	3.2.5 學校膳食管理指引	16
	3.2.6 小食部管理指引	20
	3.2.7 學生自備午膳指引	27
	3.2.8 教職員自備午膳指引	31
	3.2.9 安全用藥指引	35
	3.2.10 危急及自然災害應變指引	38
	3.2.11 交通安全及事故指引	48
	3.2.12 職業安全及健康指引	51
	3.2.13 傳染病防治指引(預防、警戒、應變級別)	54
	3.3 環保校園政策(綠色學校獎、校園綠化、綠色廚房)	
	3.3.1 環保領導	60
	3.3.2 環保計劃及表現	63
	3.3.3 綠色學校教育發展總綱	69
	3.3.4 環境獎項	71
	3.3.5 校園綠化	71

	主題	頁數
	3.3.6 綠色廚房	72
	3.3.7 環境教育活動	73
	3.3.8 環境約章	73
	3.3.9 可持續發展校園報告	73
	3.4 活力校園政策	
	3.4.1 行政安排	75
	3.4.2 體能活動安排	76
	3.4.3 宣傳和溝通	76
	3.5 學校環境（和諧校園、安全校園、美化校園）	
	3.5.1 和諧校園	78
	3.5.2 安全校園	79
	3.5.3 校園安全及門禁守則	80
	3.5.4 美化校園	81
	3.5.5 職業安全和健康	81
	3.5.6 平等機會/照顧有特殊學習需要之學生	82
	3.6 校風與人際關係	
	3.6.1 班級經營	83
	3.6.2 雙班主任/班主任會/級聯絡人/級訓導	84
	3.6.3 成長導師	84
	3.6.4 全方位支援—營造關愛文化	84
	3.6.5 訓導工作	85
	3.6.6 輔導工作	85
	3.6.7 融合教育	85
	3.6.8 早會短講	85
	3.6.9 處理網絡欺凌指引	86
	3.7 健康生活技能與實踐	
	3.7.1 課程內的滲透和配合	89
	3.7.2 課程外的延伸學習	90
	3.7.3 健康飲食	92
	3.7.4 「一生一體藝」	92

	主題	頁數
	3.7.5 健康生活模式	93
	3.7.6 禁毒教育	93
	3.8 家校與社區聯繫	
	3.8.1 家長教師會	94
	3.8.2 輸入	95
	3.8.3 輸出	98
	3.9 學校保健與健康促進服務	
	3.9.1 學生個人健康紀錄	102
	3.9.2 學生疫苗狀況	103
	3.9.3 體適能測試	103
	3.9.4 學生保健（身體檢查、牙齒檢查、全校檢查統計）	103
	3.9.5 與家長跟進學生生長狀況、BMI 指標、參與保健服務及免疫狀況	104
	3.9.6 醫療設備	108
	3.9.7 急救應變	108
	3.9.8 健康教育資訊發放	109
4.	禁毒教育及預防工作	
	4.1 教育工作	111
	4.2 預防工作	112
5.	涉毒事故及處理程序	
	5.1 一般事故處理	115
	5.2 懷疑涉及毒品個案處理	115
	5.2.1 不同情況之處理程序	115
	5.2.2 法律顧問	117
	5.2.3 有關學生驗毒事宜	117
	5.2.4 個案跟進	118
	5.2.5 通報流程	118
	5.2.6 注意事項	119
	5.2.7 抗毒流程圖	120
	5.2.8 支援機構	120

	主題	頁數
	5.3 涉及有特殊學習需要學生的事故處理	121
6.	社區資源	
	6.1 恆常性聯繫之機構	122
	6.2 政府部門	123
	6.3 其他社區支援機構	124
7.	檢討機制	
	7.1 恆常性檢討會議	125
	7.2 審視及更新有關文件	125
	7.3 非恆常性檢討會議	125
	7.4 家長參與檢討及意見收集	125
8.	附錄	
	8.1 事故處理流程圖	126
	8.1.1 處理學生紀律問題流程圖	127
	8.1.2 處理學生欺凌事件流程圖	128
	8.1.3 有特殊教育需要工作流程圖	129
	8.2 支援機構聯絡一覽表	129
9.	附件	
	9.1 健康校園行動書	130
	9.2 健康校園約章	131
	9.3 教員室工作職安健	132
	9.4 學生個人健康紀錄使用及操作	145
	9.5 學生個人健康紀錄表	147
	9.5 傳染病個案情報及風險評估表	151
10	參考資料	153
	校長簽署	157

## 1. 引言

**1.1** 近年，香港的社會環境及健康文化正面對着各種不同的變化和挑戰，教育局於 2010 年鼓勵學校成立專責小組，瞭解、辨識和配合學生的需要，具體制訂包含禁毒元素的《健康校園政策》。本校秉承嶺南教育機構「弘基格致」的精神，向來關注學生及教職員的身心健康及全人發展，並透過不同導向的政策及多元化相關的教學活動，提供一個安全和具支援的學習環境，從而提升學生的學習成果及個人素養。

**1.2** 本政策之目的是藉著統整校內所有就發展學生「健康生活模式」範疇的政策，整合相關的資源，營造一個和諧、關愛互助、健康愉快的學習環境，以幫助學生發展及養成健康的生活習慣、建立正面的人生觀與價值觀、掌握充實的生活技巧，促進學生達致良好的生理、心理及社交狀態，使他們能遠離毒品，健康愉快地成長。

## 2. 背景

### 2.1 學校背景

本校始創於一九七八年，乃配合香港推行普及教育而設立的一所男女子全日制中學。為了標誌昔日廣州嶺南大學第一任華人校長鍾榮光先生對嶺南的偉大貢獻，本校特別定名為「嶺南鍾榮光博士紀念中學」。

本校秉承「嶺南」優良的傳統辦學精神，不但培養學生具備豐富的學識和技能，更著重幫助學生建立健全的人格，使他們成為「才德兼備」的良好公民，發揮紅灰兒女「學以為群」的高尚情操。

### 2.2 政策理念

根據世界衛生組織的定義，健康是指個人於體格、精神和社交三方面，均處於安寧美好的（well-being）狀態，而非僅僅祇是免於疾病或虛弱。健康是美好人生的重要基石，本校一向致力透過結合全方位、多元化的學習經驗，訓輔合一的活動，班主任及成長導師的啟導，讓學生成為一個擁有「正能量」及「抗逆力」的健康新一代。

本校的《健康校園政策》是藉著統整校內所有就發展學生健康生活範疇的政策，整合相關的資源，營造一個和諧、關愛互助、健康愉快的學習環境，以幫助學生發展及養成健康的生活習慣、建立正面的人生觀與價值觀、掌握充實的生活技巧，促進學生達致體格、精神及社交的良好狀態，使他們能遠離毒品，健康愉快地成長。

## 2.3 目標

本政策之目標依據本校《全人教育總綱》發展學生以下六個不同層面的潛能：

發展層面	項目	詳述
個人	整潔衛生 態度和價值觀 生活管理	注意儀容及個人衛生 用功學習、做事認真、積極進取、行為正直 均衡飲食、恆常運動、自律自愛
家庭	愛護家庭和家人	珍惜感恩、關心體諒、主動幫助
同儕（社交）	愛人如己 待人真誠	尊重、接納、包容、關愛 有情有義、互相支持和幫助
學校	愛護學校 尊師重道	愛惜校園、善用學校資源 敬愛師長、服從教導
社會/國家	關心社會 奉公守法 服務社會 心繫家國	認識及關心社區事務和國家事情 遵守法律及倫理法則、做個社會良好公民 積極參與義工服務、回饋社會 愛國、關心國家發展
世界	維護普世價值 愛護地球環境	人權、法治、平等、公義、仁愛 致力低碳、「可持續發展」生活模式

## 2.4 組織架構

顧問：朱蓓蕾校長

統籌：健康教育委員會

成員：健康教育委員會、訓導處、輔導處、德育及公民教育委員會、其他學習經歷委員會、危機管理委員會、教師專業發展委員會、有關學科、各班班主任、學校社工及教育心理學家

## 2.5 職能及工作範圍

- i. 辨識及配合本校學生的需要，制訂全年包含禁毒元素的《健康校園政策》計劃。
- ii. 負責策劃、協調和統籌一切有關推行並獲校方通過的《健康校園政策》事宜。
- iii. 了解各有關部門執行計劃之進展和成效，提供可行的支援以促進落實計劃之執行。
- iv. 檢視《健康校園政策》之內容，或檢討有關活動和計劃的成效，有需要時進行必要的優化或修訂或撰寫報告。

### 3. 內容

#### 3.1 綱領

本校根據「優質教育基金健康校園網絡計劃」的六大範疇，包括：(一) 健康學校政策、(二) 學校環境、(三) 校風與人際關係、(四) 健康生活技能與實踐、(五) 家校與社區關係及(六) 學校保健與健康促進服務，期望透過多個範疇的不同活動以規劃出本校的健康校園政策，藉以建造一個健康校園，讓學生健康成長。其主要有三個發展重點：

重點一：營造一個健康安全的校園環境

重點二：發展及培養學生的生活技能和健康及低碳生活模式

重點三：辨識需要幫助的學生和建立相關的支援機制（跟進及轉介）

#### 3.2 健康學校政策（包括政策、指引及具體措施）

《健康校園政策》乃全校有關健康教育及促進健康範疇的指導文件，本部包括健康教育委員會、健康校園政策及健康校園約章三個部份。學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

##### 3.2.1 健康教育委員會

本校於 2008 年成立「健康教育委員會」，其主要職能包括：根據世界衛生組織對健康的定義，重新檢視本校學生的整體健康情況，了解他們對健康的認知及需要；制定針對性的年度目標，設計相關和合適的教學活動、講座或工作坊、聯繫社區資源及專業支援等，以促進和改善本校學生的健康狀況。

##### 3.2.2 健康校園政策

2012 年，本校在朱蓓蕾校長的帶領和統籌下，指派健康教育委員會為首，加上多個不同的行政及學科組別，建基於以往的健康教育計劃、學生全人成長計劃、訓輔活動和其他相關活動等，配合校內及校外的社區資源和專業機構的支援，統整出一套完備、「全校參與模式」而包含禁毒元素的《健康校園政策》，並每年由健康教育委員會進行檢討、修訂，務求令本校成為一所健康校園。

本校先後於 2013-14 及 2014-15 學年參加「優質教育基金健康校園網絡計劃」進行「基線需求評估」及「認證評估」；並根據香港中文大學健康教育及促進健康中心建議，修訂《健康校園政策》，為完善校本健康促進工作跨進一大步。

### 3.2.3 健康校園約章

《健康校園約章》是健康促進學校正向發展的重要文件，標誌着本校承諾齊心建設健康校園，致力讓學生、教師、員工和家庭成員擁有豐盛和健康的人生，並將以世界衛生組織倡導的健康促進學校發展綱領為方針，推展各項具校本特色的健康活動和措施，帶領全體員生積極參與，上下一心實踐健康生活，為本區建立一所安全、和諧、活力、環保的健康校園，為下一代的健康及福祉奠定良好基礎。

2013 年 9 月先由健康教育委員會於擬定《健康校園行動書》，經校長核准並帶領副校長、老師等進行《健康校園約章》簽署儀式。2014 年 6 月獲香港中文大學健康教育及促進健康中心正式確認，並記錄於《健康校園名冊》。讓嶺鍾中成為全港 22 間(本區第 4 間)擁有此認證的中學。

2015 年 2 月，本校根據學校最新發展，修訂《健康校園約章》，除了原有的校長及副校長外，特別邀請家長教師會主席代表家長簽署約章，象徵家校一心為發展「健康促進學校」努力。詳情可參閱附連結。

[http://www.healthpromotingschool.org.hk/charter/subpage06\\_d.php?id=256](http://www.healthpromotingschool.org.hk/charter/subpage06_d.php?id=256)

### 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health? Retrieved October 15,2012, from <http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
- 教育局《健康校園政策》  
<http://www.edb.gov.hk/tc/edu-system/primary-secondary/healthy-sch-policy/index.html>

### 3.2.4 平等機會指引

#### 引言

本校以「人人生而平等」為信念，指定平等的概念是以尊重人類既有尊嚴為基礎。保護平等機會，就是確保每個人有平等權利，去接觸及參與每項公眾事務。本校有責任制定平等機會政策，並向學生、家長及教職員推廣平等機會，確保教職員及學生不會因其種族、國籍、膚色、語言、宗教、政見或其他主張、民族本源或社會階級、財產、出生或其他身分、性別、殘疾或家庭崗位等因素而被歧視或受到不平等的對待，共同促進融合教育，營造和諧及平等的校園環境。學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

#### 部門及職能

朱蓓蕾校長：	策劃及顧問
教務處：	統籌及指導學科課程內的照顧學習差異事務
健康教育委員會：	負責校內平等機會教育事務，擬訂《健康校園政策：平等機會指引》，並適時檢討及修訂。
融合教育委員會：	負責校內融合教育事務
輔導處：	支援校內有關平等機會的學生工作

#### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

本校制定政策時，參考了有關法例、教育局指引及平等機會委員會的意見，適用於取錄學生、課程設計、教學安排、家課及校內評估、學生資料、人事聘用及升遷、處理學生及員工等事宜，都以符合平等機會為原則。重點包括：

##### (一) 學生方面

- 取錄學生時，不設男女生配額；
- 學校不會因學生之特殊教育需要而拒絕接受其入學申請；
- 殘疾學生應有平等機會參與各項學習活動及使用學校設施；

- 學校確保特殊教育需要的學生，均得到適切的指導。當在學習上遇到困難時，學校會按其個別需要作出調適和配合。

## (二) 教師、員工方面

- 配合「全校參與」模式，支援有特殊教育需要的學生，所有教職員必須留意有關平等機會條例；
- 所有教職員（不論性別）必須互相尊重、以禮相待，細閱及遵守本校《防止性騷擾政策》之內容，以免引起不必要的誤會和紛爭。若有懷疑個案，於通知學校後會即時按照政策內之程序公正處理。
- 學校作出教職員招聘或升遷時，會確保遴選程序公開、公平及具透明度。例如：
  1. 學校會透過廣告及內部通告等公開招聘及接受申請；
  2. 學校會緊守「用人唯才」的遴選準則，不會因應申請者之性別、宗教、殘疾或其家庭崗位（如：單親家長）等理由而拒絕聘用。
  3. 學校不會因懷孕而與合約員工提前終止其合約，繼而另聘人選接任其職位。

## (三) 學校風氣及學生紀律

- 所有學生均享有在安全、秩序良好和互相尊重的環境中學習的權利。學校在訂定訓育政策時應以公平及平等為原則，但同時需考慮殘疾或長期病患學生的需要。教師在進行訓導工作時應避免帶有任何歧視態度或作出違反現行歧視條例之行為。若教職員有任何疑問，應與校長磋商或考慮徵詢法律意見。
- 學生不應因其性別、殘疾或家庭崗位而免責於其不當行為；但學校在施行懲處時，須謹慎考慮學生之特殊教育需要，避免因不恰當的懲處而添加其不必要的身體或精神上的負擔。
- 本校訂定清晰而明確的校服/儀容指引及規則，強調學生以「樸素、端莊」為主要基調，確保校服實用、舒適並能切合所進行的活動。有關校服/儀容的指引及規則每年均清楚地列明於《學生手冊》內，並請家長於閱讀及理解後簽署作實。

在制訂校服/儀容政策和相關規定時，會採取融合和透明

的程序，以尊重不同文化、宗教和種族背景為原則，仔細考慮有關族裔、殘疾、宗教或其他特殊情況的合理酌情要求。

本校會定期檢討校服/儀容指引及規則；進行檢討時，會盡量尋求並促進學生、家長、教師和合適社區代表之間的討論，達致以理性討論為基礎，並推行具靈活性的有關政策。

### 社區資源

- **賽馬會南葵涌青少年綜合服務中心**  
新界葵涌祖堯邨敬祖路 6 號 D 座三樓  
電話：27742123
  
- **香港融樂會**  
九龍大角咀榆樹街 1 號 13 樓 1303 室  
電話：2789 3246

### 結語

本校於《健康校園政策》內訂定《平等機會指引》履行教育及社會責任，向學生、家長及教職員推廣平等機會的訊息，並提升有關意識。減少歧視，一起促進共融文化，建立和諧、平等的校園環境。

### 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health?  
Retrieved October 15,2012, from  
<http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
  
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
  
- 平等機會委員會 (2014)《種族平等與校服》  
[http://www.eoc.org.hk/eoc/Upload/booklets/schoolUniform/2014\\_02.pdf](http://www.eoc.org.hk/eoc/Upload/booklets/schoolUniform/2014_02.pdf)
  
- 香港教育學院《殘疾歧視條例教育實務守則》  
[http://www.eoc.org.hk/eoc/otherproject/chi/color/youthcorner/education/cop\\_edu/cop\\_edu\\_b.htm](http://www.eoc.org.hk/eoc/otherproject/chi/color/youthcorner/education/cop_edu/cop_edu_b.htm)

- 香港融樂會 (2014 年)《少數族裔學生教師資源手冊》  
[http://www.unison.org.hk/DocumentDownload/Teaching%20Kit\\_Jun,14.pdf](http://www.unison.org.hk/DocumentDownload/Teaching%20Kit_Jun,14.pdf)
- 教育局《平等機會原則》通告 (EMBC03033C)

### 3.2.5 學校膳食管理指引

#### 引言

為配合全日制學習、學生健康飲食及安全，在不影響正常課堂前提下，本校作出以下膳食供應安排：

#### 部門與職能

朱蓓蕾校長：	總統籌及顧問
膳食管理委員會：	統籌學生、教職員日常校內膳食的事務、日常運作、與膳食供應商合約、操作、檢討及統計數據及其他相關的工作
健康教育委員會：	統籌校內健康飲食事務、監督膳食健康、安全與衛生情況、擬定健康校園政策、監督及執行與膳食有關的環境保護事務，包括食物份量、廚餘機等
總務處：	監督及協助膳食管理委員會處理有關總務方面事務

#### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

#### 行政安排

1. 成立午膳管理小組（總務處轄下），負責統籌、督導、檢討及改善膳食安排事宜；
2. 竭力為學生提供一個舒適清潔的用膳環境；
3. 為學生提供充裕的午膳時間；
4. 教導學生注意午膳時個人及環境清潔（餐前洗手，餐後妥善清潔地）；
5. 鼓勵教職員和學生吸取更多有關食物衛生、營養、均衡飲食和個人健康的知識，培育「惜食」文化；
6. 在午膳時間進行巡視，監察供應商的飯盒和服務，以確保膳食安排恰當；
7. 備有蒸／焗電熱爐，鼓勵家長可為子女準備飯盒，健康又溫暖。

8. 教導學生處理和善用廚餘，並要求供應商配合協助。

## 午膳供應

### (一) 選擇膳食供應商

- 膳食供應商必須持有食物製造廠牌照，並獲批准製造／配製飯盒的認可資格。本校會要求供應商出示食物製造廠持牌人文件，以茲證明。有關牌照同時監管供應商盛載和運送食物的方法。
- 膳食供應商由午膳管理小組經多方面考慮（試食結果、參觀廠房、家長意見等），審慎選出。
- 本校參照文件及查詢部門：

衛生署《選擇學校午膳供應商手冊》

[http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Supplier\\_Handbook\\_tc.pdf](http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Supplier_Handbook_tc.pdf)

衛生署《學校午膳營養指引》

[http://www.chp.gov.hk/files/pdf/lunch\\_guidelines\\_tc.pdf](http://www.chp.gov.hk/files/pdf/lunch_guidelines_tc.pdf)

### (二) 食物成份

主要關注「食物成份」和「烹調方法」兩大方面

- 避免選用生的食物或煮熟後仍需涉及多重人手處理的食品（例：手撕雞）；
- 食物能滿足學生的營養及熱量需要；
- 選用瘦肉和去皮的家禽類，並常配有葉蔬菜及水果；
- 選擇以烤、蒸、煮沸、焗或少油快炒方法烹調食物，盡量減低食物的脂肪含量；
- 避免選用肥膩或經高溫加工處理（例：煎、炸）的食物；
- 確保所有食物成份都經徹底煮熟。

### (三) 器皿和食具

- 配合香港發展及本校綠色校園方向，首選使用耐用器皿和食具之午膳供應商，減輕堆填區負荷及處理廢物成本；
- 使用可降解物料製器皿、安全而又適合包裝之供應商為選用最低要求；
- 積極教導學生食用前後徹底清潔食具。

## 午膳安排

1. 本校午膳時間為 12 時 50 分至 13 時 55 分
2. 初中級學生須參加「留校午膳計劃」<sup>1</sup>，與班主任共同用膳；
3. 高中級學生可自行選擇外出用膳、訂購供應商午餐、自備餐盒或留校享用「翻熱飯盒」服務。
4. 訂購供應商午餐程序  
不論任何年級學生，請參考校務處或總務處的相關文件。
5. 「翻熱飯盒」
  - 本校備有「乾焗」翻熱機 2 台，「濕蒸」翻熱機 1 台，供高中學生和教職員使用；
  - 本校非常鼓勵高中學生和教職員使用「翻熱飯盒」服務，既可避免吸收過多脂肪和油鹽糖，亦能多感受家庭溫暖；
  - 「翻熱飯盒」服務以鋁製耐用飯盒進行，既經濟又環保；校工亦會協助冷藏和翻熱程序，方便快捷。
  - 參加方法和程序參閱有關文件。

## 綠色午膳

本校非常關注「綠色廚房」在低碳健康飲食、惜食惜福及廚餘再生等方面的成效，特別委派健康教育委員會負責接手相關方面的監察及督導工作。計劃其中一個重要特色是於校內設置廚餘機，把校內產生的廚餘處理和加以運用，減少製造都市固體廢物，協助舒緩香港堆填區的壓力；此外，鼓勵和教導學生處理廚餘的知識技巧，有助建立正確對待食物及實行低碳生活的良好態度。

## 製作校本數據庫

本校自 2015 年 9 月起，收集每月廚餘數量以作為措施成效及改善的指標，部份月份更因為配合惜食活動，於初中級以班際形式收集有關數據。另一方面，健康教育委員會亦會進行「初中級午膳飯菜量意見統計」，每隔一至兩個月，收集初中學生對餐盤食物（包括：飯、麵食、蔬菜及魚肉四方面）數量的意見（選項包括：過多、合適及過少）。兩項數據的配合，便能夠反映學生對待食物、對惜食活動的態度和價值觀，設計更具針對性和成效的教育活動。

---

<sup>1</sup> 除向供應商訂購，亦可由家長親自送飯到校，或自攜保溫飯壺。

## 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health?  
Retrieved October 15,2012, from  
<http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
- 衛生署《學生小食營養指引》（適用於中、小學）  
[http://www.cheu.gov.hk/files/professional/nutritional\\_guidelines\\_on\\_snacks\\_for\\_students.pdf](http://www.cheu.gov.hk/files/professional/nutritional_guidelines_on_snacks_for_students.pdf)
- 衛生署《選擇學校午膳供應商手冊》  
[http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Supplier\\_Handbook\\_tc.pdf](http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Supplier_Handbook_tc.pdf)
- 衛生署《學校午膳營養指引》  
[http://www.chp.gov.hk/files/pdf/lunch\\_guidelines\\_tc.pdf](http://www.chp.gov.hk/files/pdf/lunch_guidelines_tc.pdf)
- 食物安全中心《享用安全的學校午膳有賴學校、家長、食物業及學生攜手合作》  
[http://www.cfs.gov.hk/tc\\_chi/multimedia/multimedia\\_pub/files/school\\_lunchbox.pdf](http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/multimedia/multimedia_pub/files/school_lunchbox.pdf)
- 食物安全中心《如何確保學校午餐安全指引》  
[http://www.cfs.gov.hk/tc\\_chi/multimedia/multimedia\\_pub/files/school\\_lunches\\_ordered\\_are\\_safe.pdf](http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/multimedia/multimedia_pub/files/school_lunches_ordered_are_safe.pdf)

### 3.2.6 小食部管理指引

#### 引言

本校為了應付學生及教職員的需求，於有蓋操場設置了食物和飲品售賣機多年。為了加強對員生的健康保障，於《健康校園政策》內加入《食物售賣機管理指引》，對供應商進行規管。

2014年9月，獲得環境及自然保育基金撥款興建「綠色廚房」，於校內進行「現場派飯」項目。本校藉此良機，重置小食部，並由膳食供應商營運。供應商需盡力按照衛生署《學生小食營養指引》及本指引之規定，為學生提供良好和適當之小食。

參照世界衛生組織的建議，本指引的目標是協助學生：

- 達至熱量的平衡及健康體重
- 增加進食水果和蔬菜
- 限制脂肪攝取量
- 限制鹽分（鈉質）攝取量
- 限制糖分攝取量

#### （一）小食分類指引

小食分類指引的重點在於小食的營養價值，參考食物營養標籤，並根據衛生署《學生小食營養指引》內的定義，為所有於校內售賣之小食進行分類。

- ☉ 「適宜選擇」的小食，又稱「綠燈小食」，指含較少脂肪、鹽和糖的小食，大多是新鮮的食物，鼓勵學生選擇此類小食；
- ⊖ 「限量選擇」的小食，又稱「黃燈小食」，含較多脂肪、鹽或糖。建議學生限制進食次數；
- ⊗ 「少選為佳」的小食，又稱「紅燈小食」，指脂肪、鹽或糖分含量高的食物，建議學生少吃為妙，以免影響健康及妨礙成長。

有關小食分類的營養準則，可參閱衛生署《學生小食營養指引》附件二。

#### （二）教職員角色與職能

健康教育委員會：

- 統籌修訂定本校《小食部管理指引》及負責有關跟進工作；

- 製作宣傳品(海報、標語等)並張貼於食物售賣機或週邊合適位置，推廣「適宜小食」；
- 積極推行教育工作，教導學生正確選擇小食，乃至建立良好飲食習慣；
- 舉辦試食活動(例：「滋味水果日日食」、「日式和『果』子製作班」)，讓學生嘗試不同口味的健康小食，作出多元化的選擇。
- 製作相關家長教材，協助家長教對子女；
- 協調有關部門、了解推行情況及積極跟進發展進度。鼓勵食物供應商、家長和學校教職員緊密合作，共同建立一個有助健康飲食的學校環境。

#### 家政科：

- 利用《小食分類營養準則》及《健康小食監察表》於每年 9-11 月全面檢視現行小食部售賣之小食和飲品；如有需要，可進行額外即時監察，以掌握有關最新情況。
- 將營養教育編入教育大綱，教導學生如何選擇健康的食物<sup>2</sup>。
- 於正規課向學生教授和培養有關知識、技能和態度，重點包括：
  - ◇ 學生應於主餐之間只進食一次小食及在主餐和小食以外的時間只飲用清水；
  - ◇ 正餐與小食的分別及堅決不能以小食代替正餐；
  - ◇ 認識及應用食物營養標籤、三項小食分類及其營養準則（包括飲品）；
  - ◇ 「適宜選擇」小食的好處；
  - ◇ 「限量選擇」小食的限制，以每星期五個上課天計，建議學生進食不多於兩次此類小食；
  - ◇ 「少選為佳」小食的風險及於不久後會被淘汰；
  - ◇ 每次小食分量不宜多於 125 千卡<sup>3</sup>熱量，飲品方面則以 250 毫升或以下為佳；
- 協助製作學生及家長教材，加強家校合作。

#### 膳食管理委員會：

- 向食物供應商介紹本校《小食部管理指引》及其相關限制；重點如下：
  - ◇ 選擇食品須以其營養價值為首要要求，並且須附有「食物營養標籤」；
  - ◇ 參考衛生署《學生小食營養指引》，供應商須先行為其售賣食品

<sup>2</sup> 可參考衛生署「營養教育生活事件教材」<http://school.eatsmart.gov.hk/b5/template/index.asp?pid=0&id=3039>

<sup>3</sup> 1 千卡 ≈ 4.2 千焦

和飲品進行分類（即綠黃紅燈分類）；

- ✧ 食物供應商需於食物/飲品售賣機清楚標示食物分類，或容許學校代行；
  - ✧ 食物擺放位置須依照以下規定，B、C、D 三行（共 12 格）必須擺放「適宜選擇」小食；A、E 兩行（共 8 格）可擺放「適宜選擇」或「限量選擇」小食而以前者為首選；F 行（共 4 格）仍然保留若干彈性以配合現實情況，唯最終會以禁絕「少選為佳」小食為本校目標。
  - ✧ 售賣飲品首選清水，其他類別，以「適宜選擇」飲品為主，暫時保留部份「限量選擇」飲品，並應即時停止「少選為佳」飲品；飲品容量以 250 毫升或以下為佳；包裝物料以罐裝為首選，盡量減少膠瓶裝飲品之選項。
- 要求現有食物供應商：
- ✧ 積極配合本校的《食物售賣機管理指引》的相關內容，評估食物的營養價值和出售的數量，避免購入「少選為佳」的小食/飲品。如有疑問，應諮詢學校及專業人士的意見。
  - ✧ 選擇方便攜帶、儲存和保質期較長的食物種類，例如：餅乾條、梳打餅、經超高溫處理的紙盒裝牛奶和紙包裝的乾果（提子乾、西梅乾、杏脯）。
  - ✧ 多吸引學生購買健康小食，例如為「適宜選擇」小食訂出低於其他小食的價格，或用臨時折扣刺激學生嘗試新的健康食品。
- 與新的膳食供應商洽談合作條款時，必須嚴格遵守《小食部管理指引》的相關要求。暫時保留因應現實情況而需要作出微調的彈性，但必須先與校長磋商並獲其批准。

#### 班主任：

- 向全班講解健康飲食、選擇小食和飲品的知識、技能，以培養其健康飲食習慣和態度。
- 因應學生之班級、特性，多留意學生的飲食習慣（包括：正餐、小食和飲料），有需要時積極地進行跟進、個別或小組的教導。
- 把握與家長接觸的機會，了解和溝通學生在校內、外的飲食習慣，並提醒家長，本校備有《健康校園政策》及《食物售賣機管理指引》，請家長好好配合，為學生之良好健康共同努力。
- 需要時，協助學校向家長派發並講解有關健康資訊。

#### 全校教職員：

- 清楚了解《健康校園政策》及《小食部管理指引》之內容並積極配合；
- 學校教職員對家長和學生應負有責任，不應允許在校內進行「限量選擇」或「少選為佳」小食的推廣活動，例如：
  - ◇ 食品公司籌辦的推廣活動；
  - ◇ 具有直接或間接廣告意圖的學校物資贊助；
  - ◇ 口頭鼓勵對某些食品的消費；
  - ◇ 在顯眼地點放置食品／推廣資訊／品牌名稱和標誌，如售賣機機身廣告等；
  - ◇ 將這些食品送贈予學校、師生或家長；
  - ◇ 將這些食品作為獎勵或獎品
  
- 時刻關顧並積極提醒學生的健康及飲食習慣，合力營造一個理想的校園營養環境。

## 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

### (三) 小食部申請售賣食物及飲品程序及守則

2017 年，因應實際情況，學校訂立《小食部售賣食物飲品程序》文件，明確規定有關程序和規定，供小食部供應商遵守。

#### A. 小食部營辦商在本校售賣之所有食品及飲品必須依從以下申請程序：

- (1) 小食部營辦商須於每年 8 月 20 日前，向本校膳食管理委員會提交「學校小食部售賣食物及飲品審核申請表格」，填寫所有於新學年建議售賣的食物、飲品，及其他相關資料。如營辦商於該學年下學期有其他額外建議售賣的食物或飲品，可於 12 月 20 日前再入表申請。
- (2) 膳食管理委員會主席收到申請表後，將召開校內審核會議以審核有關申請。
- (3) 審核準則將按照衛生署《學生小食營養指引》及《健康校園政策》(小食部管理指引)之規定，為學生及教職員提供優質的食物及飲品。如有需要，小食營辦商可諮詢衛生署、健康促進學校統籌老師、專業顧問醫師或註冊營養師之意見。
- (4) 校內審核會議成員包括：膳食管理委員會主席、總務主任或其指派代表、健康教育委員會主席或其指派代表、家政科主任及家長代表一名。審核結果將呈交校長簽署作實。如有任何爭議，由校長作最終決定。

#### B. 小食部營辦商在本校售賣之所有食品及飲品應遵守以下守則：

- (1) 供應售賣之食物及飲品，必須在審核會議中通過後，方可在校內小食部售賣予學生及教職員。
- (2) 如有未經審批的食物及飲品在校內售賣，一律視為營辦商違反合約內容(第六及第七項)及相關規定。營辦商會被勸喻、提醒甚或警告，重覆違規者，或會被即時終止合約及須對學校方面的損失作出賠償。

資料來源：膳食管理委員會

申請編號：\_\_\_\_\_（由校方填寫）

## 小食部供應商售賣食物及飲品審核申請

供應商：\_\_\_\_\_ 合約營運期：2017年9月至2019年7月

申請日期：\_\_\_\_\_ 申請項目數量： 食品\_\_\_\_項 飲品  
\_\_\_\_項

項目	品名	類別	生產商	營養標籤	售賣份量	售賣對象	售賣方式	價格	審核結果
例	蒸燒賣	點心	XXX公司	 <p><b>Nutrition Information 營養資料</b> Per 100 g 每 100 克 Energy / 能量 186 kcal/千卡 Protein / 蛋白質 11.3 g/克 Total fat / 總脂肪 9.5 g/克 - Saturated fat / 飽和脂肪 3.6 g/克 - Trans fat / 反式脂肪 0 g/克 Carbohydrates / 碳水化合物 13.7 g/克 - Sugars / 糖 3 g/克 Sodium / 鈉 570 mg/毫克</p>	6 粒/ 份 (850 克)	學生	恆常	\$5/ 份	

## 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health?  
Retrieved October 15,2012, from  
<http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
- 衛生署《學生小食營養指引》（適用於中、小學）  
[http://www.cheu.gov.hk/files/professional/nutritional\\_guidelines\\_on\\_snacks\\_for\\_students.pdf](http://www.cheu.gov.hk/files/professional/nutritional_guidelines_on_snacks_for_students.pdf)
- 衛生署《選擇學校午膳供應商手冊》  
[http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Supplier\\_Handbook\\_tc.pdf](http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Supplier_Handbook_tc.pdf)
- 衛生署《學校午膳營養指引》  
[http://www.chp.gov.hk/files/pdf/lunch\\_guidelines\\_tc.pdf](http://www.chp.gov.hk/files/pdf/lunch_guidelines_tc.pdf)

### 3.2.7 學生自備午膳指引

#### 引言

近年，隨着學校優化膳食配套措施，本校學生自備午膳的情況漸趨普遍，15-16 學年約有 20 位初中級及 60 位高中級學生自備午膳，特此制訂《學生自備午膳指引》，藉以給予學生及家長適切指導，確保自備午膳安全、健康。

#### 部門與職能

朱蓓蕾校長：	策劃及顧問
健康教育委員會：	擬訂《健康校園政策》及《學生自備午膳指引》內容，相關宣傳、教育及跟進事務
膳食管理委員會：	執行高中級學生自備午膳實際工作及有關配套設施的管理工作
初中級班主任：	執行初中級學生自備午膳實際工作及有關配套設施的管理工作
家政科：	教授及評核學生有關食物營養、食物安全及相關知識

#### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

家長為學生準備午膳時需跟隨以下指引內容：

- I. 食物營養和種類
  - i. 家長為子女安排食物，須關注食物種類均衡，詳情可參考以下文件；  
衛生署《飲食小百科》  
[http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Interesting\\_Tips\\_tc.pdf](http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Interesting_Tips_tc.pdf)
  - ii. 若子女自行預備午膳，家長亦應該予以適當的監督；
  - iii. 禁止以外賣食物、三文治、零食或其他小食作為午膳。
  - iv. 理想均衡的午膳需為學生提供約每天所需三分之一的營養素。

根據衛生署提倡的本地健康飲食金字塔建議，健康午膳提供穀物類（例如飯、麵）、蔬菜和肉類（及其代替品）佔飯盒容量的比例應是三比二比一。

註：把一個餐盒容量平均分為六格，穀物類應佔三格，蔬菜佔兩格，而肉類（及其代替品）則佔一格。換言之，穀物類、蔬菜和肉類（及其代替品）的分量比例是三比二比一。

v. 中學生的午膳建議份量

食物類別	女學生及中一至中二男學生的建議分量 <sup>2</sup>	中三或以上男學生的建議分量 <sup>2</sup>
穀物類	最少 5 份	最少 8 份
蔬菜類	最少 1½ 份	最少 1½ 份
肉、魚、蛋及代替品	1½ 至 2½ 份	2 至 3 份
水果類 <sup>3</sup>	最少 1 份	最少 1 份
油脂類 (在處理和烹調食物時所添加的脂肪和油分)	最多 2 份	最多 2 份

2 中學生正處於發育階段，無論生理需要、體能活動量各有不同，熱量需求差異頗大。學生可參考以上建議選擇午膳分量，若用膳後，仍有肚餓感，可額外進食穀物類和蔬菜；或另行選擇較合適的午膳分量。

3 建議中學生於校內攝取最少一份水果以達至全日攝取兩份水果的要求。若選擇供應無添加糖的果汁，應當作「限制供應的食品」，即以每週五個上課天計，不多於兩個上課天向學生提供無添加糖的果汁，並且每次不超過 180 毫升。

vi. 為使學生增加膳食纖維及減少脂肪的攝取，以避免吸收過多熱量及導致營養失衡，建議家長參考以下優良模式：

- ✧ 每天供應蔬菜
- ✧ 只採用少量健康且不經氫化的植物油（例如粟米油、芥花籽油、橄欖油、花生油）烹調
- ✧ 所有可見的動物脂肪（肥肉）及烹調所用的多餘油分必須

在供應前去除  
◇ 不供應甜品

## II. 食物安全

- i. 建議家長選用優質及新鮮食材預備學生午膳。
- ii. 使用清潔食物器皿盛載午膳。
- iii. 保存食物應冷藏於操作良好之雪櫃。
- iv. 進食前食物必須煮熟及徹底加熱。
- v. 初中級學生午膳須於早上煮熟及徹底加熱後放入保暖飯壺內；高中級學生須把食物放入指定金屬飯盒，早上抵達學校時即時存放於有蓋操場（綠色廚房）內之熱櫃內。
- vi. 因食物意外風險較高，禁止以壽司、魚生或其他冷藏食物作為午膳。

## III. 食具和食物器皿

- i. 食具和食物器皿使用前及用膳後必須徹底清潔洗淨。
- ii. 初中級學生家長選購保暖飯壺時須留意其安全性及保溫能力，定期視察保暖飯壺狀況，若發現嚴重折舊或損壞，應停止使用及從速更換；
- iii. 出現上述情況，如有需要，學校可以提供彈性校內訂餐服務。

## IV. 個人和環境衛生

- i. 學生於校內自備午膳，用膳前請先以皂液徹底清潔雙手。
- ii. 使用合適餐具。
- iii. 用膳後，妥善清潔桌面，保持環境清潔衛生。

## V. 綠色飲食

- i. 家長請按照學生食量預備午膳，避免剩食；
- ii. 廚餘請放入有蓋操場內（綠色廚房）之收集箱。
- iii. 避免使用即棄餐具和餐盒。

## 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health?  
Retrieved October 15,2012, from  
<http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
- 衛生署（2014）《學生午膳營養指引》  
[http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/lunch\\_guidelines\\_bi.pdf](http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/lunch_guidelines_bi.pdf)
- 衛生署《飲食小百科》  
[http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Interesting\\_Tips\\_tc.pdf](http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Interesting_Tips_tc.pdf)
- 食物安全中心《享用安全的學校午膳有賴學校、家長、食物業及學生攜手合作》  
[http://www.cfs.gov.hk/tc\\_chi/multimedia/multimedia\\_pub/files/school\\_lunchbox.pdf](http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/multimedia/multimedia_pub/files/school_lunchbox.pdf)
- 食物安全中心《如何確保學校午餐安全指引》  
[http://www.cfs.gov.hk/tc\\_chi/multimedia/multimedia\\_pub/files/school\\_lunches\\_ordered\\_are\\_safe.pdf](http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/multimedia/multimedia_pub/files/school_lunches_ordered_are_safe.pdf)

### 3.2.8 教職員自備午膳指引

#### 引言

近年，隨着學校優化膳食配套措施，本校教職員自備午膳的情況漸趨普遍，現時全校約有 30 位教職員自備午膳，特此制訂《教職員自備午膳指引》，藉以給予教職員適切指導，確保自備午膳安全、健康。

#### 部門與職能

朱蓓蕾校長：	策劃及顧問
健康教育委員會：	擬訂《健康校園政策》及《學生自備午膳指引》內容，相關宣傳、教育及跟進事務
膳食管理委員會：	執行教職員自備午膳實際工作及有關配套設施的管理工作

#### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

#### 教職員自備午膳時需建議跟隨以下指引內容：

- I. 食物營養和種類
  - i. 教職員安排食物，宜關注食物種類均衡，詳情可參考以下文件；  
衛生署《飲食小百科》  
[http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Interesting\\_Tips\\_tc.pdf](http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Interesting_Tips_tc.pdf)
  - ii. 若午膳由家傭預備，教職員亦應該予以適當的監督；
  - iii. 理想均衡的午膳需為成人提供約每天所需三分之一的營養素。根據衛生署提倡的本地健康飲食金字塔建議，健康午膳提供穀物類（例如飯、麵）、蔬菜和肉類（及其代替品）佔飯盒容量的比例應是三比二比一。  
註：把一個餐盒容量平均分為六格，穀物類應佔三格，蔬菜佔兩格，而肉類（及其代替品）則佔一格。換言之，穀物類、蔬菜和肉類（及其代替品）的分量比例是三比二比一。

iv. 成人的午膳建議份量

食物類別	女學生及中一至中二男學生的建議分量 <sup>2</sup>	中三或以上男學生的建議分量 <sup>2</sup>
穀物類	最少 5 份	最少 8 份
蔬菜類	最少 1½ 份	最少 1½ 份
肉、魚、蛋及代替品	1½ 至 2½ 份	2 至 3 份
水果類 <sup>3</sup>	最少 1 份	最少 1 份
油脂類 (在處理和烹調食物時所添加的脂肪和油分)	最多 2 份	最多 2 份

2 現代都市人生活節奏忙碌，無論生理需要、體能活動量各有不同，熱量需求差異頗大。可參考以上建議選擇午膳分量，若用膳後，仍有肚餓感，可額外進食穀物類和蔬菜；或另行選擇較合適的午膳分量。

3 建議教職員於校內攝取最少一份水果以達至全日攝取兩份水果的要求。若選擇供應無添加糖的果汁，應當作「限制供應的食品」，即以每週五個上課天計，不多於兩個上課天向學生提供無添加糖的果汁，並且每次不超過 180 毫升。

v. 為使教職員增加膳食纖維及減少脂肪的攝取，以避免吸收過多熱量及導致營養失衡，建議參考以下優良模式：

- ✧ 每天供應蔬菜
- ✧ 只採用少量健康且不經氫化的植物油（例如粟米油、芥花籽油、橄欖油、花生油）烹調
- ✧ 所有可見的動物脂肪（肥肉）及烹調所用的多餘油分必須在供應前去除
- ✧ 不供應甜品

II. 食物安全

i. 建議選用優質及新鮮食材預備午膳。

- ii. 使用清潔食物器皿盛載午膳。
  - iii. 保存食物應冷藏於操作良好之雪櫃。
  - iv. 進食前食物必須煮熟及徹底加熱。
  - v. 教職員須把食物放入指定金屬飯盒，早上抵達學校時即時存放於有蓋操場（綠色廚房）內之熱櫃內。
- III. 食具和食物器皿
- iv. 食具和食物器皿使用前及用膳後必須徹底清潔洗淨。
  - v. 使用保暖飯壺時須留意其安全性及保溫能力，定期視察保暖飯壺狀況，若發現嚴重折舊或損壞，應停止使用及從速更換；
  - vi. 使用微波爐翻熱食物，須留意器皿是否適用於微波爐；定期視察器皿狀況，若發現嚴重折舊或損壞，應停止使用及從速更換。
- IV. 個人和環境衛生
- iv. 教職員於校內自備午膳，用膳前請先以皂液徹底清潔雙手。
  - v. 使用合適餐具。
  - vi. 用膳後，妥善清潔桌面，保持環境清潔衛生。
- V. 綠色飲食
- iv. 建議教職員按照食量預備午膳，避免剩食；
  - v. 廚餘請放入有蓋操場內（綠色廚房）之收集箱。
  - vi. 避免使用即棄餐具和餐盒。

## 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health? Retrieved October 15,2012, from <http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>

- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
- 衛生署（2014）《學生午膳營養指引》  
[http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/lunch\\_guidelines\\_bi.pdf](http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/lunch_guidelines_bi.pdf)
- 衛生署《飲食小百科》  
[http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Interesting\\_Tips\\_tc.pdf](http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Interesting_Tips_tc.pdf)
- 食物安全中心《享用安全的學校午膳有賴學校、家長、食物業及學生攜手合作》  
[http://www.cfs.gov.hk/tc\\_chi/multimedia/multimedia\\_pub/files/school\\_lunchbox.pdf](http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/multimedia/multimedia_pub/files/school_lunchbox.pdf)
- 食物安全中心《如何確保學校午餐安全指引》  
[http://www.cfs.gov.hk/tc\\_chi/multimedia/multimedia\\_pub/files/school\\_lunches\\_ordered\\_are\\_safe.pdf](http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/multimedia/multimedia_pub/files/school_lunches_ordered_are_safe.pdf)

### 3.2.9 安全用藥指引

本校關顧學生的健康與安全，藥物使用是當中重要一環，因此，備有《安全用藥指引》，以協助家長、學生和教職員以嚴謹和負責任的態度去處理有關議題。

#### 教職員角色

1. 校務處：由當植職員或專職職員協助學生用藥、監察學生用藥情況和安全、協助聯絡家長。
2. 班主任：主要與家長保持緊密聯繫、了解學生病情及用藥情況、收集及查閱醫生證明文件。
3. 健康教育委員會：擬寫及修訂《安全用藥指引》，需要時聯絡健康促進學校專業顧問、教育局、衛生署及其他專業支援。

#### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。以下為於校內操作安全用藥時之重要原則：

#### 重要原則

##### （一） 「病向淺中醫」

本校建議任何人如感覺或懷疑身體不適，應該及早求醫，由註冊醫護人員（例如西醫、中醫等）診斷病情，提供專業支援。

##### （二） 按醫生指示服藥

病人應該以負責任之態度，按照醫生指示（定時定量）服藥。不應因為病徵消減而自行停藥。

##### （三） 反對任何形式不當使用藥物

本校反對任何形式的不當使用藥物。任何人在沒有專業醫護人員（註冊西醫、藥劑師）的指導下自行服藥，甚至「濫藥」是高風險和不負責任的行為，對自己和他人均可能構成極大的危險。

#### 個人藥物

- 短期病患藥物
- ✧ 若醫生未有建議病患學生或教職員在家休息，有關人士可如常回校上課，反之亦然；
- ✧ 若有關人士需要於校內按照醫生指示服藥，經主動提出，本校會予以協助和配合；
- ✧ 若有關人士忘記帶藥回校，本校可安排聯絡家長，並由家長交到校務處，再轉交病者。
  
- 長期病患藥物
- ✧ 不論在校上課或回家休息，有關病者／其家長必須向本校提交醫生證明書，並隨時更新最新情況；
- ✧ 有關學生家長須同時提出更新《學生個人健康紀錄》；
- ✧ 若有關人士需要於校內按照醫生指示服藥，經主動提出，本校會予以協助和配合；
- ✧ 若需長期或突發性使用之藥物（例如心臟病、哮喘藥），經家長提出並提交醫生證明書，可存放藥物於校務處，以備不時之需。

## 公用藥物

- 急救藥箱
- ✧ 校按教育局規定，於校務處、實驗室、家政室及設計與工藝室設置了急救藥箱，主要提供緊急性和外用藥品。
- ✧ 每個急救藥箱均備有《藥箱用品清單》及《藥箱檢查紀錄表》，由專人負責定期檢查和補給。
- ✧ 除特別情況，學生及教職員主要使用校務處內之藥箱，該處備有《校務處藥物取用記錄表》，由專職人員定期覆核和統計數據，並提交有關部門<sup>4</sup>跟進研究。
- ✧ 基於安全理由，急救藥箱並不存放和提供任何個人或口服之藥物。

## 藥物安全教育

本校不同科組會定期以不同形式教授學生有關藥物安全的知識，生命教育科、科學科等主要在課程內安排有關藥物安全的課題，例如：用藥應遵照醫生吩咐、妥善儲藏藥物及不要妄自購買藥物，藥石不可亂投等；通識科主要以個人成長及公共衛生等角度與學生探討不當使用藥物、濫藥等問題；健康教育組及訓輔組則會利用其他學習經歷和週會時間舉辦較大型的專題藥物安全教育講座或工作坊等，讓學生自小便養成安全用

<sup>4</sup> 總務處、健康教育委員會等

藥的良好習慣和態度。

## 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health?  
Retrieved October 15,2012, from  
<http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
- 衛生署 藥物辦公室（2013）《安全使用藥物和保健產品》  
[https://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/tc/consumer/consumer\\_safety\\_advisories/video\\_content\\_1.html](https://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/tc/consumer/consumer_safety_advisories/video_content_1.html)
- 衛生署 藥物辦公室（2006）《藥丸不明來歷 千萬別亂吃》  
[https://www.isd.gov.hk/chi/tvapi/13\\_md192.html](https://www.isd.gov.hk/chi/tvapi/13_md192.html)
- 衛生署 藥物辦公室（2013）《外遊購買藥物的注意事項》  
[https://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/tc/pharmaceutical\\_trade/other\\_useful\\_information/cautious\\_in\\_purchasing\\_medicines\\_abroad.html](https://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/tc/pharmaceutical_trade/other_useful_information/cautious_in_purchasing_medicines_abroad.html)
- 衛生署 藥物辦公室（2014）《藥物安全》  
[https://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/tc/consumer/news\\_informations/knowledge\\_on\\_medicines/handling\\_medicines\\_safety.html](https://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/tc/consumer/news_informations/knowledge_on_medicines/handling_medicines_safety.html)

## 3.2.10 危急及自然災害應變指引

### 3.2.10.1 引言

危急事故是指人在面對一個突如其來、既無法逃脫，且無法利用現有的方法和資源去解決的事件，包括自然災害或人為因素所引起的緊急事件，及其帶來的一段短暫心理失衡時期。學校有責任盡力定立適當的政策指引和措施，協助個人或學校整體安然渡過混亂事件的助人過程，使其能夠減少負面的影響程度。

### 3.2.10.2 目的

本指引旨在為學校制定處理危急事故及自然災害之原則和措施，列明有關部門的職能和權責，訂立相應對策及行動，以預防及處理危急事故及自然災害事件。倘事故發生後，學校能夠更有效調配資源處理，從而減低事件所帶來的負面影響，以盡快恢復校園正常生活及運作。

### 3.2.10.3 部門和職能

本校備有以下專責部門應對事故：

- 危機管理小組負責危急及自然災害應變範疇的決策和協調部門工作，小組成員在校長帶領下各有清晰和詳細的分工，備有《學校安全政策》（文件編號：ADM21/516）及《危機小組的工作分配》（文件編號：ADM24/516）以供參考；
- 訓導處、輔導處主要負責人事範疇的危急事故，例如：學生糾紛、家庭查詢、學童自殘等，備有《境外/戶外活動匯報指引》（文件編號：ADM25/516）、《處理學生簡易指引》(1516)以供參考；
- 總務處主要負責自然災害範疇的危急事故，例如：颱風及暴雨、水浸、校舍安全等，但由於危急事故往往有更高的複雜性，因此會與訓、輔導處共同處理，備有《颱風或暴雨訊號之上班指引》（文件編號：ADM23/516）以供參考；
- 學校安全委員會、實驗室安全委員會主要負責學校安全整體的預防和教育工作。
- 健康教育委員會主要負責擬訂、監督及檢討《危急及自然災害應變指引》、傳染病預防、監察和應變處理工作。

## 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

### 3.2.10.4 教職員危急事故處理程序

#### 理念原則

校長指派輔導處及社工專責處理教職員危急事故，必須考量以下原則<sup>5</sup>：

- 一、 以教職員利益、保障及救治生命安全為首位。堅守要以教職員整體利益、需要和職安健原則為行事的準則；
- 二、 作有效的溝通：避免因錯誤傳遞消息而產生不良的效應，加深危機的複雜性；
- 三、 有心理準備面對危機，作最好的準備、最壞的打算；時常抱樂觀態度，盡力而為；
- 四、 採動態的管理方式：危機往往是一個進行中的事故，想要進行危機控制，必須徹底打破固定事故的觀念。所謂固定事故，就是對於所發生的不幸事故，未能掌握到事故的現象及涉及範圍，將事故過早作定型化的分類。這種先驗假設的情形，實不利於危機的解決；
- 五、 有信心，冷靜而適當地和傳媒溝通：保證學校有信心、有能力及有具體的行動方案，足以應付有關問題及可能損害；要顯示出責任感及誠意，同時亦關心到有關人士受到直接或間接的損害。

輔導處制定《跟進受情緒困擾職工之程序》文件，以供遵照行事。

---

<sup>5</sup>鄭燕祥：〈學校危機的理念和管理：多元觀點的分析〉，《當代華人教育學報》第25卷第1期，瀏覽日期：2015-07-24。取自 <http://www.fed.cuhk.edu.hk/~hkier/jecc/jecc9809/jecc980907.htm>

## 跟進受情緒困擾職工之程序

1. 若校內員工及教師因工作安排、職務及教學問題而引起的情緒困擾，可根據以下程序尋求協助。

a.	校內職員及工友	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 可先向部門主管了解問題及反映意見。</li> <li>2. 透過部門主管與學校管理層磋商，並嘗試就相關問題達成共識。</li> <li>3. 就事件處理期間輔導處及社工對受困擾的員工提供心理上的支援。</li> <li>4. 若職工情緒問題仍未得到舒緩，應向醫生或專業人仕尋求協助*。</li> </ol>
bi.	教師(因職務問題而引起的困擾)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 可先向教師校董反映問題並尋求意見及支援。</li> <li>2. 若問題未能解決可交由法團校董會處理。</li> <li>3. 就事件處理期間輔導處及社工對受困擾的教師提供心理上的支援。</li> <li>4. 若教師情緒問題仍未得到舒緩，應向醫生或專業人仕尋求協助*。</li> </ol>
ii.	教師(因教學/學生問題而引起的困擾)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 可先向訓導處及輔導處尋求協助，相關部門應就教師於課堂內所面對的困難作出相對的安排。</li> <li>2. 就事件處理期間輔導處及社工對受困擾教師提供心理上的支援。教學心理學家亦可就相關個案提供意見。</li> <li>3. 若教師情緒問題仍未得到舒緩，應向醫生或專業人仕尋求協助*。</li> </ol>

2. 若職工因工作以外的問題而受情緒困擾，校方應體諒其處境並就個別的情況作出合適的處理。

\* 可聯繫的社區資源

- |                  |                     |
|------------------|---------------------|
| 1. 香港心理衛生會       | 25280196            |
| 2. 明愛向晴軒熱線       | 18288 (24 小時熱線)     |
| 3. 《即時通》精神健康支援服務 | 3512 2626 (24 小時熱線) |

### 3.2.10.5 學生危急事故處理程序

#### A. 理念原則

學校教職員處理危急事故，必須考量以下原則<sup>6</sup>：

- 六、 以學生利益、保障及救治生命安全為首位。堅守要以學生整體利益、需要和教育原則為行事的準則；
- 七、 作有效的溝通：避免因錯誤傳遞消息而產生不良的效應，加深危機的複雜性；
- 八、 有心理準備面對危機，作最好的準備、最壞的打算；時常抱樂觀態度，盡力而為；
- 九、 採動態的管理方式：危機往往是一個進行中的事故，想要進行危機控制，必須徹底打破固定事故的觀念。所謂固定事故，就是對於所發生的不幸事故，未能掌握到事故的現象及涉及範圍，將事故過早作定型化的分類。這種先驗假設的情形，實不利於危機的解決；
- 十、 有信心，冷靜而適當地和傳媒溝通：保證學校有信心、有能力及有具體的行動方案，足以應付有關問題及可能損害；要顯示出責任感及誠意，同時亦關心到有關人士受到直接或間接的損害。

#### B. 重大事故

1. 學校教職員如發現有任何危急事件（包括：自殺、意圖自殺、情緒極度失控、入侵校園、惡劣天氣、校內設施、校內環境及其他人為意外導致的危險事情）發生，應視乎情況立即致電 999 求助，並／或通知校長，以決定跟進行動。
2. 如事件涉及或受到生命危險，校長指示有關老師／職員負責：
  - a. 致電 999 求助；
  - b. 通知當事人家長／監護人；
  - c. 啟用危機處理小組<sup>7</sup>，召開緊急會議以決定跟進行動；
  - d. 由校長通知教育署／分區教育署／特殊教育組有關事件及諮詢意見。

<sup>6</sup>鄭燕祥：〈學校危機的理念和管理：多元觀點的分析〉，《當代華人教育學報》第 25 卷第 1 期，瀏覽日期：2015-07-24。取自 <http://www.fed.cuhk.edu.hk/~hkier/jecc/jecc9809/jecc980907.htm>

<sup>7</sup>如突發事件與學生有關，則可因應情況加入其班主任或與學生有更緊密連繫的老師進行商討。

3. 召開全體教職員會議，報告：
  - a. 事件發生經過；
  - b. 跟進措施；
  - c. 輔導及面對傳媒方法（避免由於資料不足而引致不必要的揣測及猜疑）
  
4. 如有需要，在適當時候，透過公共宣佈系統或緊急集會，通知學生有關項目 3 a、b 及 c。
  
5. 按嚴重性調整處理程序
  - **較輕微危急事故**（可能導致生命危險，但無傷亡事故發生）
    - ◇ 決定即時行動，如緊急疏散，停課等；
    - ◇ 如有需要，即時通知家長；
    - ◇ 維持校內秩序以待進一步行動；
    - ◇ 向學生及教職員報告事件的變化；
    - ◇ 如危機受控制，在安全情況下可解散學生；
    - ◇ 危機小組再召開會議，評估各方的反應，並對處理危機的程序作檢討。
  
  - **較嚴重危急事故**（有傷亡事故發生）
    - ◇ 立即致電 999 求助
    - ◇ 決定即時行動；
      - ✎ 收集有關事件資料；
      - ✎ 確定有關人物；
      - ✎ 分配工作人員以跟進有關人物。
    - ◇ 如有必要，決定公佈傳媒的內容；
    - ◇ 強調學校的正常運作，設立適當的渠道及場地讓學生抒發情緒；
    - ◇ 安排緊急教職員會議，檢察危機處理過程，並徵詢意見；
    - ◇ 安排學生緊急集會，報告有關事情的發展及舉行特殊儀式象徵事件的結束；
    - ◇ 安排家訪以示校方對受害人家庭的關注；
    - ◇ 定期舉行危機小組會議，以收集及修訂有關資料，並作出適當的跟進行動；
    - ◇ 讓時間慢慢療復創傷,並完成報告及評估。

### C. 意外受傷（中、輕程度）

1. 若有任何教職員、學生及一切在校內之人士如遇輕微受傷，須按情況先關顧傷者，並盡快（親自或請他人）向校務處要求支援；如屬嚴重傷害（例如出現暈眩情況），須立即（親自或請他人）通知校務處要求支援，切勿擅自移動傷者；
2. 校務處會盡快安排持有合格急救證書之教職員處理傷者，如有需要，會作進一步安排或致電 999 求助及通知家長。

#### D. 校內學生行為/情緒異常事件

1. 如發現學生行為/情緒異常，並可能受到生命安全威脅時，有關教職員應視乎情況立即致電 999 求助，並盡快（親自或請他人）向校務處要求支援。
2. 如發現學生行為/情緒異常，在確定學生沒有即時生命安全威脅情況下，有關老師須通知班主任/訓輔主任/學生輔導老師/校長及學童願意接觸的人士了解情況，對有關學生進行安撫，使他/她冷靜下來，任課老師切勿讓肇事學生獨處或離開，詳情參考訓導處《處理學生簡易指引》；
3. 通知家長事件，並緊密地保持聯繫，以便為學生作出最合適之處理安排；
4. 如學生有需要，可安排肇事學生有關的輔導轉介，並定期跟進和觀察其行為，以作出有關評估和報告。

#### E. 自然災害處理程序

##### （一）一般處理

1. 學校教職員如發現有任何危險事件(包括：爆炸、斜坡不穩、惡劣天氣、校內設施、校內環境及其他人為意外導致的危險事情)發生，應視乎情況立即致電 999 求助，並/或通知校長，以決定跟進行動。
2. 校長即時啟用危機處理小組，商討處理及應變方案。
3. 按事故性質而與全體教職員、學生及一切在校內之人士作適當安排及協調。
4. 如屬嚴重突發事故（如發現不明氣體或發生意外傷亡等，應迅速採取適當行動，以確保全校師生安全為首位，包括向提供緊急服務的機關求助、給予學生適當照顧、通知教統局區域服務處的高級學校發展主任，並應保存受影響的班級、人數、事發日期、地點及時間等詳細記錄。學校如接獲炸彈警報，校長應評估情況，並立即通知

警方。在任何情況下，校方任何人員均不應嘗試接觸或自行處理可疑物件)，當事件處理及安撫師生情緒後，小組須作出即時檢討，並向校董會及教育局提供詳細報告。若面對傳媒時，由校長或委派危機小組成員發言。

## **(二) 火警處理**

按照訓導處相關指引處理。

## **(三) 山泥傾瀉和泥石流**

本校校舍旁的斜坡和植披均由房屋署負責管理，為確保學生、教職員和所有校內人士的安全，本校會定期派人密切監察斜坡之情況（尤其是夏季多雨的時期），並與有關政府部門緊密聯繫和跟進。

### **山泥傾瀉的跡象**

1. 馬路及行人徑上有塌下的泥石；
2. 斜坡、擋土牆或路面上出現下陷或新的大裂痕；
3. 泥土、岩石、混凝土/磚石碎塊及連根拔起的植物等東西，從斜坡及擋土牆墮下；
4. 從斜坡及擋土牆流出的水突然改變顏色（由清澈轉成泥濁）；
5. 大量雨水集流於斜坡及擋土牆上；
6. 灰泥或混凝土斜坡護面鬆脫或有泥土沖蝕的跡象；
7. 渠管/排水井或引水道崩缺溢流；
8. 山坡地區積水泛濫；
9. 在斜坡或擋土牆上，突然出現大面積滲水。

### **山泥傾瀉警報**

遇有持續暴雨並預計將有山泥傾瀉發生時，天文台會同土木工程拓展署轄下土力工程處，將會透過電台及電視台發出《山泥傾瀉警報》，以提醒市民在這情況下極有可能發生山泥傾瀉。

本校會在有關警報生效時，更加留意有關斜坡之情況及提醒學生和教職員注意安全。

### **處理程序**

#### **A. 出現上述山泥傾瀉的跡象**

若教職員發現上述山泥傾瀉的跡象，按照以下程序處理：

1. 視乎情況立即致電 999 求助；
2. 須盡快通知校長和校務處；
3. 即時關閉校舍旁通道，並張貼告示；
4. 通知房屋署及其他有關部門，要求即時緊急檢討；
5. 獲校長批准後，開啟緊急通道（後門或操場）作臨時出入口並派校工駐守；
6. 待房屋署及其他有關部門確定安全後，重新開啟。

#### **B. 出現嚴重山泥傾瀉**

若教職員發現嚴重山泥傾瀉或泥石流，按照以下程序處理：

1. 立即致電 999 求助，同時盡量通知校長／校務處，以決定跟進行動；
2. 保持冷靜和鎮定，確保自身安全；
3. 在確定自身安全情況下，盡力確保學生生命安全；
4. 在確定學生及自身安全情況下，留意救援人員指示或按程序疏散全校員生，在許可情況下必須點算人數以確定全體安全；
5. 如有需要，校長即時啟動危機處理小組，指示有關老師／職員處理善後或其他工作（包括：通知房屋署及其他有關部門、通知教育署/分區教育署/特殊教育組有關事件及諮詢意見等）。

#### **接獲因山泥傾瀉危險而要疏散的通告**

如學校接獲因山泥傾瀉危險而要疏散的通告，或者，校方相信校園受到不穩固的斜坡/擋土牆或懸墜的大石所威脅的話：應立即安排遷往校園或其它安全的庇護地點。於山泥傾瀉警報生效期間，各民政事務處均開放轄下的臨時庇護中心。如有需要，請致電28351473 向民政事務總署查詢就近民政事務處的電話機臨時庇護中心的位置。

#### **山泥傾瀉警報牌<sup>8</sup>**

政府會在確定為低於安全標準或會有山泥傾瀉危險的斜坡/擋土牆附近，懸掛或豎立適當的山泥傾瀉警報牌。警報牌分為以下4類：

1. 人造斜坡
2. 天然山坡
3. 曾經發生多次山泥傾瀉的繁忙路段
4. 影響寮屋居民的斜坡

### **加強教職員專業發展**

---

<sup>8</sup> 土木工程處《對山泥傾瀉的認知及應變》[http://hkss.cedd.gov.hk/hkss/chi/awareness\\_landslide.aspx](http://hkss.cedd.gov.hk/hkss/chi/awareness_landslide.aspx)

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

## 加強「提升學生安全意識」教育工作

為了加強「提升學生安全意識」，學校每年均會舉辦多次安全活動及措施，務求大大加強本校學生及教職員的「安全網」。

### 一、安全課程

不同科組均會於課程中訂定部份安全元素，提高學生自我保護意識。科學科設定實驗室規則講解、實驗室火警及氣體洩漏事故演習內容；家政科教授學生火警時自救及事故演習。

### 二、事故演習

學校每年舉行一次火警演習，教職員和學生會按照火災逃生路線圖進行火警演習，事後亦會進行檢討。

### 三、安全設備

全校每個課室和特別室均設有火災逃生路線圖，校務處、工藝室、家政室等備有急救藥箱、滅火器等安全設備及使用守則，能夠有效地提升學生的安全意識。

### 四、教職員專業培訓

學校教職員會定期接受安全講座、工作坊，不但能夠加強老師的專業發展，亦能裨益學生。

## 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health? Retrieved October 15,2012, from <http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
- 土木工程拓展署《對山泥傾瀉的認知及應變》  
[http://hkss.cedd.gov.hk/hkss/chi/awareness\\_landslide.aspx](http://hkss.cedd.gov.hk/hkss/chi/awareness_landslide.aspx)
- 土木工程拓展署《山泥傾瀉警報生效期間，應怎樣確保安全》

[http://hkss.cedd.gov.hk/hkss/chi/person\\_precaution.aspx](http://hkss.cedd.gov.hk/hkss/chi/person_precaution.aspx)

- 教育局《學校危機處理- 危機善後介入工作及心理支援應用手冊》  
<http://edb.gov.hk/attachment/tc/student-parents/crisis-management/about-crisis-management/crisistc.pdf>
- 鄭燕祥：〈學校危機的理念和管理：多元觀點的分析〉，《當代華人教育學報》第 25 卷第 1 期，瀏覽日期：2015-07-24。取自  
<http://www.fed.cuhk.edu.hk/~hkier/jecc/jecc9809/jecc980907.htm>

### 3.2.11 交通安全及事故指引

#### 引言

本校非常重視學生及教職員之道路使用安全，在校園範圍做好交通安全之配套設施，教導學生成為良好的道路使用者，以及發生交通事故 / 意外時之處理指引。

#### 部門和職能

朱蓓蕾校長：	策劃及顧問
學校安全委員會：	負責學生及教職員之道路安全教育工作，校園範圍交通安全配套設施之檢查工作。
健康教育委員會：	擬訂《健康校園政策》內之《交通安全及事故指引》，適時進行檢討及修訂，協助學生及教職員之道路安全教育工作。
總務處：	負責校園範圍交通安全配套設施之建設及維修工作。

#### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

##### (一) 校園交通安全設施

- 本校備有《交通安全及事故指引》，列明學校規定之交通規定及安全要求，內容包括校園交通安全設施、交通事故處理指引及道路安全教育等。
- 所有進入校園範圍（包括：學校停車場及有關通道）之車輛車速要求 5 公里以下。
- 學校停車場及有關通道已經張貼上「小心學童」、「小心車輛」、「小心路面不平」及車速限制等標示。
- 學校停車場設有 24 小時閉路電視攝錄，以監察交通及安全情況。

- 學校停車場及學校通道已安裝道路安全反射鏡，以監察交通及安全情況。

## (二) 交通事故處理指引

### (A) 不幸發生交通意外

- 保持鎮定
- 致電 999 報警 或向途人呼叫
- 求助時應提供以下資料：
  - ◇ 發生意外的正確地點；
  - ◇ 受傷人數和傷勢的大致情況；
  - ◇ 牽涉的車輛數目和種類。

### (B) 目擊交通意外發生

- 保持鎮定
- 確定自己安全
- 求助：應派人打電話報警，或向消防員和救護員求助。如有需要，乘車到最近處撥電話。不妨多派一人分頭前去，以防首次派出的人撥不通電話，或途中因事延誤。
- 求助時應提供以下資料：
  - ◇ 發生意外的正確地點；
  - ◇ 受傷人數和傷勢的大致情況；
  - ◇ 牽涉的車輛數目和種類。

## (三) 道路安全教育

學校定期舉行週會或班主任課，教導學生道路安全知識，包括：

- 做個醒目行人、
- 公共交通車輛安全、
- 騎單車地點及單車配件知多點等

## 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health? Retrieved October 15,2012, from <http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>

- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
- 運輸署《做個醒目行人》  
[http://www.td.gov.hk/filemanager/en/content\\_182/rs\\_bulletin\\_35.pdf](http://www.td.gov.hk/filemanager/en/content_182/rs_bulletin_35.pdf)
- 運輸署《公共交通車輛安全》  
[http://www.td.gov.hk/filemanager/en/content\\_182/rs\\_bulletin\\_31.pdf](http://www.td.gov.hk/filemanager/en/content_182/rs_bulletin_31.pdf)
- 運輸署《騎單車地點及單車配件知多點等》  
[http://www.td.gov.hk/filemanager/en/content\\_182/rs\\_bulletin\\_32.pdf](http://www.td.gov.hk/filemanager/en/content_182/rs_bulletin_32.pdf)

### 3.2.12 職業安全及健康指引

#### 引言

根據《職業安全及健康條例》的規定，學校應該以高質素的安全管理為管理目標之一，發展及實施一套安全系統，協調校內各人的力量以管理安全及健康的工作環境。管理學校的安全及健康除了是法例上的責任；讓校內教職員均能有信心地執行職務；促進學生建立正確的職安健觀念外；更能合乎家長和社會的期望。

#### 承諾

校長帶領管理層致力保障全體學生和教職員的安全和健康，優化學校有關安全及健康的政策和措施。

#### 重要原則<sup>9</sup>

- (一) 學校須負責確保校內的地方、進出學校的通道及存放於校內的作業裝置或物料是安全及不會危害健康。
- (二) 所有教職員須在合理的情況下照顧自己及其他同事的安全。他們須與僱主合作，以便遵守安全及健康的規定。
- (三) 學生不得蓄意或罔顧後果地干擾或不當地使用法例規定設置的安全及健康事宜。

#### 部門及職能

朱蔭蕾校長：	學校安全及健康決策、顧問與總指揮
健康教育委員會：	統籌「健康校園」事務、擬訂《職業安全及健康指引》，跟進運作情況及定期檢討、尋求專業諮詢及社區支援
總務處：	統籌校內各項資源、運動流程；執行《職業安全及健康指引》，跟進運作情況及定期檢討
訓導處：	負責有關學生安全及其範疇之安全及風險管理（預防工作、事故處理、檢討改善等）
危險管理委員會：	統籌有關危急事故及其範疇之安全及風險管理（預防工作、事故處理、檢討改善等）
實驗室安全委員會：	有關實驗室及其範疇之安全及風險管理（預防工

<sup>9</sup> 勞工處《學校的職業安全及健康管理》頁 2

	作、事故處理、檢討改善等)
教師專業發展委員會：	負責安排教職員有關職安健的訓練，以提升整體的相關專業水平
升學及就業輔導委員會：	向學生介紹本校《職業安全及健康指引》及相關知識、職安健教育及提供有關資訊
融合教育關注組：	就學校安全及健康範疇，為有特殊教育需要之學生提供適切的調適、支援和協助。
教員室負責人：	負責提升有關教員室之安全水平、職安健風險管理、提醒教職員遵守相關規定

## 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

## 學校工作職安健

嶺鍾中開校三十五年，向來關心教職員的職業安全 and 健康；根據教育局、勞工處及其他政府部門的規定，制定多項有關文件以保障師生和教職員的安全和健康。

- 已有文件（校內工作）
  - ✧ 《學校安全政策》（ADM21/415）列明學校的安全使命和立場；
  - ✧ 《舉辦課外活動應該注意的事項》（ADM26/415）；
  - ✧ 《職員工友緊急疏散須知》（GA2/415）；
  - ✧ 《校園開放時間表》（GA3/415）附有《緊急逃生通道》路線圖；
  - ✧ 《保持教員室內通道暢通》（GA6/415）
  
- 已有文件（校外工作）
  - ✧ 《颱風或暴雨訊號之上班指引》（ADM23/415）；
  - ✧ 《境外或戶外活動匯報指引》（ADM25/415）；
  
- 新修訂文件《**教員室工作職安健**》
 

隨着時代轉變及學校發展，本校將會在需要時更新或加插新的文件，以更清晰和明確的條文，協助保障學生和教職員的安全和健康，豐富本指引之內容。

- 2014年7月新修訂《教員室工作職安健》文件（見附件），當中列出九項教師在使用新教員室時需注意的要點及遵守的規則；同時附有視察清單，方便負責管理人員能夠更快更準確掌握使用情況並進行跟進。

## 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health? Retrieved October 15,2012, from <http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
- 教育局《學校危機處理- 危機善後介入工作及心理支援應用手冊》  
<http://edb.gov.hk/attachment/tc/student-parents/crisis-management/about-crisis-management/crisistc.pdf>
- 勞工處《學校的職業安全及健康管理》  
<http://www.labour.gov.hk/tc/public/pdf/os/D/school.pdf>
- 職業安全健康局（2014）《辦公室員工的職業健康》  
<https://www.gov.hk/tc/residents/employment/safety/officeworkers.htm>

### 3.2.13 傳染病防治指引

傳染病防治是現代公共衛生的重要課題之一，全球化的趨勢，加上獨特的地利條件，令香港與世界各地的人士交往漸趨頻繁，增加傳染病感染和散播的風險。與本地大部份學校一樣，細小的空間、密集的人口與集中的教學活動，同樣讓學校近年面對一波又一波的傳染病風險的威脅。

為確保有效控制各類型傳染病，學校設有健康教育委員會專責傳染病預防、應變處理及有關教育工作，目的是要教導學生做好預防及風險管理，以及當出現疫症個案時，參照政策和專業意見，提供資料，協助校方作出適切的應變和處理措施，預防擴散，保障師生安全。

本校參考教育局、食物及衛生局、衛生防護中心指引，學校健康促進專業顧問的建議，根據學校實際情況制定《傳染病防治指引》。讓學校面對不同程度的傳染病威脅時，能夠以更合適和具針對性的措施處理情況。

#### 總綱

《指引》建議處理傳染病威脅可以按「傳播風險」、「學校疫情」及「政府警示」等因素，分為三個級別（預防、警戒、應變），每個級別需列明較清晰的條件以作識別；相關部門於不同級別情況出現時，需關注和處理的職務及跟進措施。

#### I. 預防級別

I 預防級別		
識別條件	<ul style="list-style-type: none"><li>■ 世界衛生組織呼籲全球關注有關疫症 /</li><li>■ 香港或周邊地區出現懷疑個案 /</li><li>■ 香港政府呼籲社會關注有關疫症威脅</li></ul>	
相關部門	<b>關注和處理事項</b>	<b>跟進措施</b>
健委會	<ul style="list-style-type: none"><li>■ 提醒師生注意疫情</li><li>■ 介紹個人預防方法</li><li>■ 繼續留意疫情發展</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>◇ 早會廣播、電郵</li><li>◇ 張貼有關海報</li><li>◇ 查看衛生防護中心網頁</li></ul>
總務處	<ul style="list-style-type: none"><li>■ 檢查防疫物資數量</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>◇ 口罩、體溫計</li></ul>
以往事例	2012年9月預防新型冠狀病毒感染	<ul style="list-style-type: none"><li>◇ 早會廣播</li><li>◇ 繼續留意疫情發展</li></ul>

## II. 警戒級別

II 警戒級別		
識別條件	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 世界衛生組織呼籲全球密切關注疫症威脅 /</li> <li>■ 香港或周邊地區出現確診個案 /</li> <li>■ 香港政府呼籲社會密切關注疫症威脅 /</li> <li>■ 政府向學校發出關注疫症通告或呼籲 /</li> <li>■ 本校出現疑似個案 /</li> <li>■ 校長認為有需要時</li> </ul>	
相關部門	關注和處理事項	跟進措施
健委會	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 提醒師生注意疫情</li> <li>■ 提醒個人預防方法</li> <li>■ 提醒及呼籲家長留意疫情</li> <li>■ 繼續留意疫情發展</li> <li>■ 管理外遊染病風險</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 早會廣播、電郵</li> <li>◇ 教職員內部文件</li> <li>◇ 擬定及派發家長信</li> <li>◇ 張貼有關海報</li> <li>◇ 查看衛生防護中心網頁</li> <li>◇ 學生及教職員外遊紀錄</li> </ul>
總務處	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 檢查防疫物資數量</li> <li>■ 加強全校清潔、消毒</li> <li>■ 特別人手安排</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 口罩、體溫計、消毒搓手液</li> <li>◇ 於校門量體溫</li> </ul>
訓導處	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 運作安排</li> <li>■ 人流、場地管理</li> </ul>	
以往事例	2015年2月流感高峰期、 2015年6月中東呼吸綜合症 威脅加劇	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 早會廣播、電郵</li> <li>◇ 教職員內部文件</li> <li>◇ 擬定及派發家長信</li> <li>◇ 張貼有關海報</li> <li>◇ 查看衛生防護中心網頁</li> <li>◇ 學生及教職員外遊紀錄</li> <li>◇ 全校課室添置消毒搓手液</li> <li>◇ 於校門量體溫</li> </ul>

### III. 應變級別

III.應變級別		
識別條件	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 世界衛生組織呼籲全球密切關注疫症威脅 /</li> <li>■ 香港或周邊地區出現確診個案 /</li> <li>■ 香港政府呼籲社會密切關注疫症威脅 /</li> <li>■ 政府向學校發出關注疫症通告或呼籲 /</li> <li>■ 本校出現（數宗）確診個案 /</li> <li>■ 校長認為有需要時</li> </ul>	
相關部門	<b>關注和處理事項</b>	<b>跟進措施</b>
校長	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 成立跨部門工作小組</li> <li>■ 指揮應變及處理工作</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 即時通訊群組</li> <li>◇ 召開跨部門特別會議</li> <li>◇ 召開教職員特別會議</li> </ul>
副校長	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 參與跨部門特別會議</li> <li>■ 處理因疫情而受影響之教學活動</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 擬定特別教學安排，包括課堂、考試</li> <li>◇ 與其他部門協助人手、場地安排</li> </ul>
助理校長	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 參與跨部門特別會議</li> <li>■ 處理因疫情而受影響之學生活動</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 擬定特別活動安排，包括校內、外學生活動</li> <li>◇ 與其他部門協助人手、場地安排</li> </ul>
健委會	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 搜集及提供疫症資訊</li> <li>■ 協助整理及追蹤疫情</li> <li>■ 提出停課安排建議</li> <li>■ 提醒師生密切留意疫情</li> <li>■ 提醒個人預防方法</li> <li>■ 提醒及呼籲家長留意疫情及協助防疫工作</li> <li>■ 繼續留意疫情發展</li> <li>■ 管理外遊染病風險</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 向校長提供相關資訊</li> <li>◇ 早會廣播、電郵</li> <li>◇ 教職員內部文件</li> <li>◇ 擬定及派發家長信</li> <li>◇ 張貼有關海報</li> <li>◇ 查看衛生防護中心網頁</li> <li>◇ 學生及教職員外遊紀錄</li> </ul>
總務處	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 檢查防疫物資數量</li> <li>■ 加強全校清潔、消毒</li> <li>■ 特別人手安排</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 口罩、體溫計、消毒搓手液</li> <li>◇ 於校門量體溫</li> <li>◇ 協調場地，配合特別教學及學生活動安排</li> </ul>
訓導處	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 運作安排</li> <li>■ 人流、場地管理</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 協調人手，配合特別教學及學生活動安排</li> </ul>

有關班主任	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 密切留意學生健康情況</li> <li>■ 向校長通報特殊情況</li> <li>■ 聯絡及了解</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 盡快通知學生有關特別安排</li> <li>◇ 盡快與家長聯絡及了解情況</li> </ul>
全體教師	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 參與教職員特別會議</li> <li>■ 盡力執行學校特別安排</li> <li>■ 向校長通報特殊情況</li> </ul>	
以往事例	2015年7月手足口病個案四宗	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 教職員特別會議</li> <li>◇ 早會廣播、電郵</li> <li>◇ 教職員內部文件</li> <li>◇ 擬定及派發家長信</li> <li>◇ 查看衛生防護中心網頁</li> <li>◇ 學生停課安排</li> <li>◇ 教學及學生活動特別安排</li> <li>◇ 全校課室添置消毒搓手液</li> <li>◇ 於校門量體溫</li> </ul>

以上三個級別為校本設計方案，I級「預防」為最低，III級「應變」為最高。

## 恆常措施

健康教育委員會會定期將衛生署衛生防護中心發放的各種傳染病的消息及最新通告向家長、學生、教職員及其他相關人士發放，並在校園當眼處張貼相關海報。校園一旦爆發流行性傳染病，將即時按衛生署衛生防護中心的指引，向學校管理層、教育局及衛生防護中心呈報，按病情配合應變措施，包括安排工友以一比四十九漂白水清潔課室、要求受影響的師生配戴口罩、為受影響的班別另行安排小息並按需要向有關當局匯報最新情況，即時向家長、學生、教職員發放最新通告；亦要求全體教職員和學生向健康教育委員會填寫假期外遊紀錄，加強防禦工作，把傳染病擴散風險減至最低，保障全校師生安全。

此外，各班之壁報板及樓層洗手間均貼上《注意個人衛生習慣》、《洗手的正確方法》指示卡，加強學生的個人衛生意識；全年均不定期轉貼教育局、衛生署等政府部門有關公共衛生及健康的資訊到全校各班，採取相應預防措施和宣傳教育工作。有關議題包括《注意流感高峰期及預防》、《認識及預防猩紅熱》、《認識及預防手足口病》及《夏日炎炎提防中暑》

等。

## 出現確診個案

學校訂立《傳染病個案情報及風險評估表》，一旦出現傳染病確診個案，由班主任聯絡病者及/或家長了解詳情，填寫後交予健康教育委員會專責教職員處理；該教職員經校長商討後，有需要時向衛生防護中心通報，再填寫《傳染病個案列表》及《疑似傳染病爆發應對措施》文件。病者之《學生個人健康紀錄》亦該由家長或專責教職員更新。

## 學校大型活動應變

針對學校大型活動前或期間，出現傳染病風險時之威脅性加強，學校訂明相關文件，以供活動管理人員參考及跟隨。文件包括：《傳染病防治指引—全校活動日應變安排》、《傳染病防治指引—專題研習日應變安排教職員通告》、《傳染病防治指引—陸運會應變安排》。

## 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

## 相關文件

日期	相關文件
2015年7月13日	《做個負責的人_注意個人清潔_守護公共衛生》
2015年7月8日	《家長通函 — 手足口病個案及應變措施》
2015年6月15日	《教職員通告 — 中東呼吸綜合症應變計劃》
2015年6月15日	《家長通函 — 中東呼吸綜合症應變計劃》
2015年6月12日	《有關中東呼吸綜合症早會宣布》
2015年6月11日	《全校通告 — 嚴防中東呼吸綜合症》
2015年6月11日	《家長通函 — 嚴防中東呼吸綜合症》
2015年6月3日	《關注中東呼吸綜合症電郵》
2015年3月6日	《出現猩紅熱確診個案內部文件》
2015年3月6日	《出現猩紅熱確診個案家長信》
2015年2月11日	《《學生農曆新年假期外遊紀錄》電郵》
2015年2月3日	《齊心防禦流行性感冒 (流感)家長信》
2013年4月10日	《防禦禽流感(H7N9)溫馨提示內部文件》

2013年4月8日	《提高警覺防禦傳染病禽流感_H7N9_家長信》
2013年4月6日	《提高警覺防禦傳染病禽流感(H7N9)內部文件》
2015年10月10日	《傳染病防治指引—全校活動日應變安排》
2015年11月24日	《疑似傳染病爆發應對措施》
2015年12月1日	《傳染病防治指引—專題研習日應變安排教職員通告》
2016年1月21日	《傳染病防治指引—陸運會應變安排》
2016年6月11日	《傳染病個案列表 2015-16》

## 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health?  
Retrieved October 15,2012, from  
<http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
- 衛生防護中心（2014）《學校／幼稚園／幼稚園暨幼兒中心／幼兒中心預防傳染病指引》  
[http://www.chp.gov.hk/files/pdf/guidelines\\_on\\_prevention\\_of\\_communicable\\_diseases\\_in\\_schools\\_kindergartens\\_kindergartens\\_cum\\_child\\_care-centres\\_chi.pdf](http://www.chp.gov.hk/files/pdf/guidelines_on_prevention_of_communicable_diseases_in_schools_kindergartens_kindergartens_cum_child_care-centres_child_are_centres_chi.pdf)
- 衛生防護中心（2015）《給學校預防「中東呼吸綜合症」(MERS)的健康指引》  
[http://www.chp.gov.hk/files/pdf/advice\\_to\\_school\\_on\\_prevention\\_of\\_middle\\_east\\_respiratory\\_infection\\_chi.pdf](http://www.chp.gov.hk/files/pdf/advice_to_school_on_prevention_of_middle_east_respiratory_infection_chi.pdf)
- 衛生防護中心（2013）《學校：預防及控制禽流感》  
[http://www.chp.gov.hk/files/pdf/management\\_ai\\_school\\_chi.pdf](http://www.chp.gov.hk/files/pdf/management_ai_school_chi.pdf)

### 3.3 環保校園政策

#### 引言

本校向來注重學生的全人發展，推動健康校園文化，透過全方位及多元化的活動培養學生良好之品德。「綠色生活」與「健康生活」有着非常密切的關係，掌握當中的「珍惜」、「善用」、「節約」和「可持續發展」的理念，再轉化於我們日常生活中，對健康是有莫大的裨益；「多菜少肉」、「棄車步行」，既是「低碳」又是「健康」的生活模式。因此，我們設有一系列的計劃和活動，培養和提升師生及教職員的環保健康意識、對可持續發展概念的認知及養成正面的生活態度。

#### 3.3.1 環保領導

##### 領導、政策及組織

朱蓓蕾校長自到任後便積極帶領着管理層檢視學校在環保及環境教育的現況，並委任健康教育委員會專職研究及制定《環保校園政策》，積極推動校園綠化、策劃多元化的環境教育活動，從制度和設施上建構完備的「環保網」，為同步推動學校環保教育奠下重要的基石。從上而下，以「全校參與」模式推動「綠色學校」政策。學校以「健康生活、綠色校園」為近年發展目標之一，於《健康校園政策》內備有《環保校園政策》。每年7、8月校長均帶領有關行政組別檢討和修訂《環保校園政策》目標與內容，由早年的回收分類，及後的節能惜水，到現時的低碳飲食、減少廚餘等，務求做到與時並進、精益求精。

本校環保計劃由校長策劃帶領，並委派健康教育委員會統籌不同科組、環境保護組、有機種植班等單位進行。學生則按級別擔任不同學會組織的隊長及成員，例如：健康軍團、環保大使、有機種植員及綠色學校大使等，透過多元化的環保活動，貫徹以「全校參與」模式推行環保教育。

##### 部門和職能

朱蓓蕾校長：	策劃帶領及顧問
健康教育委員會：	統籌《環保校園政策》擬訂及檢討，負責大型環保及環境教育活動，爭取具公信力的各級認證，審計學校整體耗電、耗水、固體廢物、回收廢物、

	廚餘及碳排放量，並進行跟進及改善建議；
環境保護組：	以屬會形式舉辦環保活動，例如一人一花、參觀環保展覽等，協助大型活動推行；
有機種植班：	以屬會形式舉辦環保活動，例如有機種植、有機食品分享等；
總務處：	配合學校環保發展，安排工友協助校園綠化、減廢減碳等推行。

## 環保溝通及培訓

學校每年均會參加不同類型的校內外環境及可持續發展活動，並按需要編寫不同規模之報告，旨在檢討及進行未來展望。15-16 年度之報告包括：《校園綠化計劃報告》、《綠色廚房計劃報告》、《校園齊惜福計劃報告》等。此外，學校定期舉行教職員會議收集他們對環保政策和活動的看法；此外，亦透過學校自評問卷調查及家長問卷調查，收集不同持分者（學生、家長等）對學校環保教育之意見和看法。

學校鼓勵教職員及學生參與環保項目，校長及推動環保教育之老師身體力行參與活動，並鼓勵其他同事參加；參與活動而表現傑出之學生均獲得獎狀、分數嘉許，甚或書卷作鼓勵。此外，本校透過緊密聯繫，家長教師會亦支持學校環保政策，經常舉辦低碳烹飪班、環保校服回收等家長環保活動。

## 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

## 環境教育

本校環境教育計劃由校長策劃帶領，並委派健康教育委員會（主席）統籌不同科組、學會、校外團體等單位進行。正規課程由教務處統籌，帶領各科組按照《環保校園政策》把綠色元素帶入課程中。除了傳統的地理、科學外，中、英、通、人文、家政乃至普通話均有不同程序的環保課程滲透。非正規課程，例如課外活動和其他學習經歷則希望透過不同的環保活動、講座及工作坊加強對環境保育方面的認識，讓學生由環保知識轉移到日常生活中。此外，校內的學會或學生組織亦會協助推動環保教育，讓學生按興趣選擇不同類型的環保活動。「健康軍團」向同

學推廣多菜少肉、常吃水果的低碳生活模式；「綠色學校大使」協助籌辦不同的環保教育活動；「有機種植學員」集中利用廚餘及堆肥實行有機種植活動；「環境保護大使」發起清潔香港和校園運動。

除教育局規定的環保課程外，學校以「全人教育總綱」為藍本，再建基於「珍惜」、「節約」、「減碳」等級本綠色生活概念為主題，全年透過不同類型的環境活動，教育學生實踐健康和低碳的生活模式。十月舉辦「清潔香港」，由成長導師帶領學生到社區內進行服務。十二月為環保月，透過「最綠聖誕十二月」及「無膠聖誕聯歡會」教導學生環保節慶習慣。五、六月分別參加「地球一小時」、「無膠樽日」及「世界地球日」活動。全年舉行「量度固體廢物重量」、「校園綠化計劃」、中秋月餅罐回收、新年利事封回收等環保教育活動。

## 持續改進的管理

學校正逐步加強在環境保護方面的社會責任，自 2013 年開始成為香港特別行政區政府發展局的「樹木綠化夥伴」，參與城市樹木發展管理工作；環境及自然保育基金撥款興建之「綠色廚房」已經投入服務，加上多項以「惜食」為目標的教育活動，全校全年的廚餘量已經下降。2016 年，學生正式簽署環境保護署的「惜食約章」，共同為政府近年減少廚餘及都市固體廢物之目標而努力。

學校近年致力發展為一所「綠色學校」就是要建立一個全面的「環保網」，從而為推動學校環保教育奠下重要的基石。在實際運作上，主要透過資料搜集、專家意見及夥伴合作三方面推行。本校定期收集水電費等資料，檢視使用情況及研究節省方法。近年透過香港地球之友協助安裝智能電標，更仔細監測二十四小時的用電情況，減少耗電；透過水務署為校舍安裝全校食水節流器。此外，香港地球之友、世界自然基金會、香港環保協會等經常到校舉辦環保講座及工作坊，為本校處理環保事務時提供專業而適切的意見。

學校備有《環保校園政策》，列明對環境保育的立場和環境目標，主要內容包括「珍惜」、「善用」、「節能」、「減碳」四方面。

**珍惜**是謹慎使用、避免浪費。內容包括：清潔香港、全校安裝食水節流器、綠色廚房、惜食講座等。

**善用**是物盡其用、延長物命及循環再造。內容包括：雙面用紙、電子通告、接收或轉贈社區物資、環保聖誕樹、無膠聖誕聯歡會、無膠樽日、環保校園回收計劃、月餅罐及利事封回收活動等。

**節能**是鼓勵師生節省能源。內容包括：智能電標監測用電量、全校安裝食水節流器、地球一小時等。

**減碳**是配合新趨勢，減少碳排放。內容包括：校園綠化計劃、有機種植活動、監測室溫，減少使用冷氣等。

學校以多元化的方式定期監察本身的環保表現，包括：統計及檢討全年耗電量、耗水量、固體廢物、回收廢物及廚餘的重量，利用有關資料以制訂改善建議和策略。本校已經連續三年參加香港綠色學校獎計劃，透過填寫當中的自評手冊，全方位監測學校的環保表現，了解不足再作出針對性的改善。此外，本校參與香港中文大學健康校園網絡計劃，其嚴格的「世衛級」指標反映學校在健康校園（包括環保校園方面）已經達到一定的世界水平。評核除了由學校自評，更會由學生、家長、教職員等持分者進行評核。

學校制定相關程序以應對不符合要求的情況，校長責成健康教育委員會統籌和督導學校每年的環保表現，委員會完成檢討後會直接向校長提交報告，與校長商議。校長會把改善方向及具體措施交予有關學校行政部門跟進。校長會給予合理和務實的時間進行，需要時亦會提供專業機構作為支援。

### 3.3.2 環保計劃及表現

#### 遵守法律規定

學校致力遵守環保法律規定。過去數年不單未有因不符合環保法律法規而收到任何法律通告或被起訴，反而因致力精進自我及與學界分享成果和經驗而得到表揚。

#### 能源與減碳

學校備有《環保校園政策》，列明對環境保育的立場和目標，主要內容包括「珍惜」、「善用」、「節能」、「減碳」四方面。

節能項目包括，記錄並跟進用電情況，留意異常狀況。參加「知慳惜電」節能比賽，為學校安裝智能電標，仔細監測每日用電情況。由有關委員會檢視資料，並向校長提出改善建議。在所有課室貼上節能標示，並向忘記關掉電器的班別發出「溫馨提示」。試行課室內放置溫度計，監察室溫，善用冷氣。全校正逐步制定「冷氣啟動密碼」，鼓勵師生盡量把冷氣溫度調至 25.5 度等。拍攝環保短片，加強教育工作。此外，本校

亦以「提高電器效能，減少能源消耗」為減碳措施，例如逐步以 T5 光管作主要照明、定期清洗冷氣及隔塵網。透過校園綠化計劃美化環境及增加校園綠化帶面積，減少碳排放。

為了進一步鼓勵在校內實施節能方案或減碳措施，自 2015 年起於鍾榮光花園逐步引入可再生能源設施，例如：太陽能戶外照明系統、太陽能捕蟲器、「零能耗」植物自動灌溉器及綠化牆定時自動灌溉系統等。除了切實達到節能減碳外，更具有象徵的教育意義。

## 節約用水及污水控制

本校積極實施節約用水或污水控制措施（包括相關教育工作），例如於《環保校園政策》內訂明節約用水及珍惜水資源為綠色學校遠景和目標之一；於校內所有洗手間張貼有關告示或標貼；與水務署合作，於全校洗手間、教學用房間安裝食水節流器，減少耗用食水；於鍾榮光花園安裝「零能耗」植物自動灌溉器及綠化牆定時自動灌溉系統等，均能有效控制耗用水量。

學校鼓勵在校內實施節約用水或污水控制措施，例如於《環保校園政策》內訂明節約用水及珍惜水資源為綠色學校遠景和目標之一；於校內洗手間張貼「節約用水」的標貼；積極探究和研發廢水回收再用設施、技術之可能性，並對其採用有關設施、技術抱持積極和開放之態度；定期邀請環保團體到校舉行相關講座。

## 廢物處理

學校訂立清晰減廢指引或程序，依次以 5R「Reduce 減少使用、Reuse 循環再用、Repair 延長物命、Refuse 拒絕浪費、Recycle 回收再造」作為減廢原則。具體例子包括：舉辦活動鼓勵學生和家長參與環保校服及舊書買賣；逐步以電子通告代替紙張通告、鼓勵教職員雙面列印、綠色廚房只使用耐用餐具、備有工友負責維修校內家具電器、接收社區人士捐贈貓沙桶作課室回收箱、拒絕使用即棄餐具、拒絕接收不必要之教材贈送、校內廚餘機把食物轉化為肥料、環保校園回收計劃等。

學校採取積極措施以減少廚餘，「綠色廚房」進行現場分飯項目，師生可按量要求食物份量，減少因「吃不完」而產生的廚餘和垃圾；部份於課室用膳的班別，每 2 個月進行「初中級午膳飯菜量意見統計」，收集有關白飯、麵食、蔬菜及魚肉方面份量的意見，以便供應商調節有

關食物份量。「綠色廚房」與供應商的合約訂明校內所產生的廚餘必須量重及進行統計，再運往認可之回收商處理再造；校內備有 2 台小型廚餘機，處理小食部產生之廚餘。有關部門會利用數據，進行檢討及作出改善建議。各班會進行廚餘量度，以比賽形式提高學生的惜食意識；全年參與多項惜食活動，例如：「少少廚餘大比拼」、「光盤行動」、「校園齊惜福」計劃等，推動有關教育工作；校內設有 2 台廚餘機把食物轉化為肥料，再進行校內綠化及有機耕種活動，教育學生培養惜食文化。

學校積極鼓勵在校內實施減少、重用、源頭分類和回收廢物等措施，以「珍惜」、「善用」、「節能」、「減碳」為宗旨，全年透過不同類型的環境活動，教育學生實踐健康和低碳的生活模式。九、十月舉辦「清潔香港」，由成長導師帶領學生到社區內進行服務。十二月為環保月，透過「最綠聖誕十二月」及「無膠聖誕聯歡會」教導學生環保節慶習慣。五、六月分別參加「地球一小時」、「無膠樽日」及「世界地球日」活動。全年舉行「環保校園回收計劃」、「有機種植」、中秋月餅罐回收、新年利事封回收等環保教育活動。

此外，本校按照教育局相關課程授課，亦嚴格地按照教育局相關指引處理化學廢物。

## 其他環境措施

### ➤ 噪音控制

學校實施以下措施避免或減少發出噪音，教員室及有需要的課室均已安裝雙層隔音窗戶，以防止外來環境噪音；另備有《健康校園政策》中《教員室工作職安健》文件，列明各項防止噪音指引和措施。

### ➤ 空氣質素控制

此外，學校採取積極措施維持及改善室內空氣質素，教員室及有需要的課室均已安裝雙層隔音窗戶及空氣調節系統，並派員定期檢討、清潔與維修，以維持良好的空氣質素；另備有《健康校園政策》中《教員室工作職安健》文件「1. 室內空氣質素及通風設備」，列明各項維持良好的空氣質素指引和措施。

學校積極鼓勵學生及老師以低碳的方式往返學校，例如使用公共交通工具、騎自行車、共用汽車或步行。措施包括：主動介紹學校附近公

公共交通服務資訊；積極協助政府、公營機構及公共交通公司處理有關乘車優惠之申請；於家長會向家長講解公共交通服務資訊；不為學生提供車位；有限度為教職員提供車位；為教職員提供環保車輛之資料，促成綠色選擇等；鼓勵同區居住之教職員共用汽車。

學校已採取措施提高運輸效率以及減少由車輛引起的污染問題，例如：主動介紹學校附近公共交通服務資訊；有限度為教職員提供車位；有限度為教職員提供車位；為教職員提供環保車輛之資料，促成綠色選擇等；鼓勵同區居住之教職員共用汽車；安排集中運送貨物於學校範圍監察及協助執法人員執行「停車熄匙」法例。

### ➤ 綠化校園

學校自 2012 年起連續多年舉辦校園綠化計劃，有系統地統整反擴大大校園綠化帶面積，主要部份包括：鍾榮光花園、天台農莊、正門花圃及通道綠化，詳情這參閱有關報告。此外，五樓天台農莊，提供場地及設施予師生進行有機種植活動。綠色廚房附設廚餘機，為有機種植提供由校內廚餘轉化之肥料，別具意義。

### ➤ 環保採購

本校備有《環保校園政策》制定有關環保採購指引，規定不同部門在採購物料和服務時，必須訂明相關環保要求，包括：購買一級能源效益標籤電器、首選大容量補充裝物品、有提供環保或綠色膳食之供應商、綠色廚房內洗碗碟機使用之清潔劑亦合附政府有關環保指引等。

學校備有《環保校園政策》制定有關環保採購指引，現時採用的環保產品和服務包括：購買一級能源效益標籤電器、首選大容量補充裝物品、可降解或有機洗手液、全校耐用餐具、部份地方使用 T5 光管及隔熱濾光窗貼、有提供環保或綠色膳食之供應商、綠色廚房內洗碗碟機使用之清潔劑亦合附政府有關環保指引等。

## 與持分者溝通

學校透過多元化的溝通交流方式，與不同持分者保持緊密聯繫，聽取他們對學校環保表現的意見。學校透過自評問卷調查向教職員、學生及家長了解他們的意見；每年一度的家長日家長可直接向校長及教職員反映意見，學校亦會利用家長問卷調查收集家長對學校環境政策的意見；

家長教師會更加擔任學校與家長間溝通的橋樑。本校與教育局、環境局經常溝通、出席研討會和工作坊，了解最新環保資訊和發展。學校更透過不同類型的活動與香港地球之友、綠色和平、長春社等環保團體交流，聽取他們的專業意見。

學校在批出物品和服務合約前，必須經過嚴謹的諮詢和審批程序，與有關供應商作出多輪面談溝通，增加彼此了解；服務期間亦會定期檢視各項準則（包括環保準則）的執行情況，必要時作出跟進行動。學校會積極回應持分者所關注的環境問題，接受到不同持分者意見後，於每年特定時段由校長帶領有關部門進行跟進和回應。優化已有項目、制定新的項目、修訂《環保校園政策》等。

學校經常參與非政府組織或政府舉辦的環保活動，近年更先後曾舉辦了 2 次台灣及 1 次韓國環保學術交流團，帶領學生到當地實地（包括首爾的垃圾焚化設置、台北迪化污水處理廠等）了解環保設施的運作、與社區的關係等。

## 影響學校持分者 - 學校成員及其家庭成員

學校非常支持學校成員（包括師生、教職員）及其家庭成員參與校內的環境決策或活動。除了上述提及家長對學校環保政策的參與外，家長教師會更主導和舉辦多項校內環保活動，例如：環保校服回收計劃、低碳烹飪班、水仙花綠化活動等。家長參與的清潔香港活動、低碳烹飪班、水仙花綠化活動等均設有多個獎項，能夠正向鼓勵他們持續參與學校環保活動。此外，本校透過參與香港中文大學「優質教育基金健康校園網絡計劃」利用得到的資助贊助低碳烹飪班、環保校服回收計劃等活動的開支。

## 影響學校持分者 - 供應商及承辦商

學校積極建議或教育供應商/承辦商(包括任何外判服務)實施環保措施，備有《環保校園政策》，當中列明本校的環保理念及具體推行方向，因此會要求所有有興趣為本校提供服務之供應商必須了解和承諾達到相關要求。即使新政策過度期內，有關部門會向供應商積極講解要求的理念和詳細情況，並鼓勵他們作出改變，共同向綠色學校的目標進發。

學校對供應商/承辦商訂立相關環保要求(包括任何外判服務)，並把

環保採購要求加入採購文件或投標標書中。本校備有《環保校園政策》制定有關環保採購指引，規定不同部門在採購物料和服務時，必須訂明相關環保要求，例如：購買一級能源效益標籤電器、首選大容量補充裝物品、有提供環保或綠色膳食之供應商、綠色廚房內洗碗碟機使用之清潔劑亦合附政府有關環保指引等，有關條文亦會寫入標書內。就以本校「綠色廚房」膳食供應商為例，標書內便列明膳食供應商必須定時按照實際用量調整食材用量，盡量減少產生的廚餘；而廚餘必須先用於校內 2 部廚餘機內製作肥料，餘下亦必須交予認可的廚餘回收商作有機處理。本校備有《環保校園政策》，訂明在採購過程中，本校會優先選擇環保產品或在環保方面負責任的供應商/承辦商。

## 午膳供應合約附錄

### 午膳供應合約附錄條款

本校備有《**健康校園政策**》（主要包括《健康學校政策》、《學校膳食管理指引》、《小食部管理指引》及《環保校園政策》），列明對健康促進及環境保育的立場和目標，膳食供應商（包括午膳及小食部）**必須**配合和遵守有關規定和要求。

#### 1. 健康飲食

除了達到有關政府部門的相關要求外，供應商（乙方）必須提供於食物和飲品種類、食物安全、食物衛生方面符合本校（甲方）《**健康校園政策**》要求的選擇。

#### 2. 飲食選擇

小食部（乙方）出售的所有食物和飲品**事前**必須得到學校（甲方）健康代表之批准。

#### 3. 現煮現分

供應商（乙方）必須以「現煮現分」方式製作午餐，若應學校（甲方）要求，或在特殊情況與學校（甲方）商議後，供應商（乙方）亦須以可循環再用之飯盒和餐具供應午餐。

#### 4. 供應商（乙方）必須在營運過程中做到「惜電、惜水、惜食」，節約用電及用水。學校（甲方）鼓勵供應商（乙方）採用智能電標等恆常監測用電量，安裝食水節流器等。

5. 供應商（乙方）須妥善控制食材數量，減少製造廚餘。學校（甲方）會定期把學生對食物份量的意見向供應商（乙方）反映，供應商（乙方）必須認真處理及跟進。
6. 供應商（乙方）於校內必須使用對環境無害之清潔劑，並盡力執行環保採購措施。
7. 供應商（乙方）必須使用學校（甲方）提供的耐用餐盤及餐具提供午餐，小食部亦需盡量使用耐用餐具及其他營業用品，減少使用不必要的膠袋及其他塑膠製品。
8. 供應商（乙方）必須配合學校（甲方）《健康校園政策》，供應商（乙方）負責 100%把學生膳後剩餘的食物及其他廚餘，集中處理妥當，再由供應商（乙方）負責把回收物料放到校內廚餘機，餘下的送往註冊環保公司處理，廚餘經殺菌消毒製成優質飼料產品或其他符合「可持續發展」方式處理的環保產品。
9. 供應商（乙方）必須定期為員工進行健康與環保的員工培訓工作，例如：妥善及安全使用校內廚餘機、工業安全培訓等。
10. 供應商（乙方）必須安排員工為每日產生的廚餘及固體廢物量度重量，進行月結並把結果於一個月內交予學校（甲方）。
11. 供應商（乙方）小食部若有提供食物或飲品自動售賣機，必須使用機身上沒有廣告及任何促進商業活動之自動售賣機；學校（甲方）亦有權於機身上張貼告示及活動推廣資料。
12. 供應商（乙方）必須配合學校（甲方）減少碳排放的發展理念，盡力協助學校推行校園綠化計劃、有機種植活動、監測室溫，減少使用冷氣等活動。
13. 供應商（乙方）必須配合學校（甲方）於學校大型活動（例如：聖誕聯歡會、畢業禮等）提供耐用餐具及清潔服務。

### 3.3.3 綠色學校教育發展總綱

學校以「培育『嶺鍾中人』生命素質」為近年的關注事項，並全力發展「綠色學校」，遂建基於「全人教育活動總綱」發展出「綠色學校教育

發展總綱」，以便更有效地配合綠色學校及學生發展。

### 綠色學校教育發展總綱

級別/ 核心價值	中一 (自律)	中二 (自愛)	中三 (誠信)	中四 (尊重)	中五 (關愛)	中六 (盡責)
綠色生活 主題	<b>減廢</b>	<b>惜福</b>	<b>節約</b>	<b>低碳</b>	<b>愛生態</b>	<b>可持續</b>
	Waste Reduction	Treasure	Saving	Low Carbon	Eco-friendly	Sustainable
教育活動	1. 綠色生活手冊 2. 「小豆芽」種植計劃	1. 綠色學校大使 2. 校園綠化計劃 3. 「冷氣機啟動密碼」計劃		1. Green Monday 2. 專題研習日 3. 野外生態考察活動 4. 獨立專題探究 5. 環保教育講座及工作坊 6. 清潔香港 7. 「街市食物回收團」		
	1. 初中級午膳飯菜量意見統計 2. 「惜飲惜食」大行動 3. 少少廚餘大比拼					
	1. 惜食天使 2. 香港水足印定向		1. 「綠得開心學校・智「惜」用電計劃」 2. 綠色能源夢成真			
	1. 「校園齊惜福」計劃 2. 綠色節慶系列：最綠聖誕十二月、月餅罐回收活動、利事封回收活動 3. 地球 1 小時 4. 無膠樽日 5. 環保校園回收計劃 6. 舊書買賣活動					
獎項認證	1. 香港環境卓越大獎 Hong Kong Awards for Environmental Excellence 2. 香港綠色學校獎 Hong Kong Green School Award 3. 咪嚟嘢校園減廢大獎 Waste Less School Award 4. 可持續發展學校獎勵計劃 Sustainable Development School Award Programme					
學校發展	1. 校園綠化計劃 2. 綠色廚房（環境及自然保育基金） 3. 智能電標監測系統安裝計劃 4. 節流器校園安裝計劃 5. 可再生能源設施引入計劃					
持分者參與	1. 教職員有機生活新體驗 2. 家長意見問卷調查 3. 環保校服計劃（家長教師會）					

### 3.3.4 環境獎項

#### 3.3.4.1 香港綠色學校銅獎

嶺鍾中在朱蓓蕾校長帶領下，自 2012 年起不斷在環境保護和環保教育方面努力發展。經過多年努力，於 2015 年 9 月獲得「第十三屆香港綠色學校獎」銅獎；於 2016 年 9 月獲得「第十四屆香港綠色學校獎」銀獎；並於 2018 年 9 月獲頒「第十五屆香港綠色學校獎」金獎，有關身份可維持三年。

#### 3.3.4.2 香港環境卓越大獎

香港環境卓越大獎（Hong Kong Awards for Environmental Excellence）由環境運動委員會、環保署及香港主要商會聯合舉辦，是香港最具公信力的環保獎項，有「環保界奧斯卡」之稱。獲獎的機構需要過五關斬六將，由填寫報告、實地評核至終極評審，過程極為嚴謹。主辦單位每年均會向不同界別在環保方面有傑出表現的公司或機構頒發不同獎項。本校於 2015 年度的表現得到大會肯定，獲頒發「香港環境卓越大獎 2015（中學界別）優異獎」，並於 2016 年再次獲得「香港環境卓越大獎 2016（中學界別）優異獎」。

2017 年，本校獲頒 2017 香港環境卓越大獎學校（中學）金獎，獎項由行政長官林鄭月娥女士頒發，顯示全體師生的努力得到社會各界的認同肯定。

### 3.3.5 校園綠化

本校多年來發展校園綠化，為全校師生營造環保、舒適的學習環境。備有「校園綠化計劃」，由健康教育委員會主理，包括正門花圃及綠化通道、一樓「鍾榮光花園」，除了美化校園外，更為學生提供學習、輔導及靈修的理想場所。

「天台農莊」位於五樓天台，由多個學科和屬會進行不同目的之種植研習活動。親親大自然之餘，也能增進師生情誼。

### 3.3.6 綠色廚房

「綠色廚房」計劃由環境及自然保育基金（學校現場派飯項目）於2014年10月確認贊助，有關贊助款項為1,444,456元，並由機電工程署負責有關工程部份。此外，朱蔭葦校長帶領工作團隊，獲法團校董會鼎力支持，額外增撥約800,000萬，為有蓋操場加裝恆溫空調、玻璃摺門、健身室及相關配套設施，打造區內中學獨有的「五星食堂」。

「綠色廚房」於2015年8月完成整個計劃，並於2015年10月正式投入服務。

### 3.3.7 環境教育活動

本校多年來堅持舉辦不同範疇的環保教育活動，教導學生愛護環境、珍惜和善用地球資源，學習和培養「低碳」及「可持續發展」的生活模式。

#### 校內項目

- 旨在全校推動健康環保意識，為社會培養「綠的」公民
- 環保校園回收計劃，以全校參與模式收集廢紙、膠瓶和鋁罐；
- 校園綠化計劃，為學生和教職員打造校內的綠色天地。
- 最綠聖誕十二月，項目包括：
- 無「膠」聖誕聯歡會，邀請各班由班主任帶領簽署「參與承諾書」，鼓勵全班每人自備耐用餐具（包括食物盒、叉匙及水杯）參與聖誕聯歡會，愛護地球、減少製造垃圾。
- 綠色聖誕裝置展覽、《關注瀕危絕種動物》展板等
- 環保月瓶罐回收、利事封回收大行動，帶出綠色節日、綠色消費的訊息。
- 「地球一小時」活動期間關掉校園內非必要的電燈。藉以教導學生珍惜資源、不要浪費。

#### 校外項目

- 清潔香港：既能清潔環保，亦可體現紅灰兒女服務社群的精神。
- 「『綠得開心學校』標誌計劃」成為綠得開心學校；「綠得開心『微電影』創作比賽」拍出最佳綠得開心「微電影」向社會大眾宣揚環保訊息。
- 響應「世界環保日」，參加「香港綠色日」-「著綠」校園計劃

- 及舉辦「無膠樽日」，實踐低碳生活。
- 「樂活葵青節能社區」低碳生活講座，為社區環保活動出一分力。

### 3.3.8 環境約章

學校制定《環保校園政策》，積極推動校園綠化、從制度和設施上建構完備的「環保網」；簽署《惜食約章》、《節能約章 2017》及《4Ts 約章》，承諾保護環境，為學生豎立榜樣，履行社會責任。

本校已簽署以下環保約章，包括：

- 《惜食約章》：參與「惜食香港運動」，推廣珍惜食物文化。
- 《節能約章 2017》：支持「香港氣候行動藍圖 2030+」，措施包括：進行學校碳審計、綠色採購、一級能源效益標籤、冷氣機啟動密碼、控制室內溫度及採用時間製開關等。
- 《4Ts 約章》：與不同學校持分者在「4Ts」框架下合作減少能源消耗，而「4Ts」是包括訂立目標、制定時間表、開放透明及共同參與。
- 《室內溫度節能約章》：承諾室內溫度調節於攝氏 23 至 25 度之間。

### 3.3.9 可持續發展學校報告

本校於 2017 年 9 月製作及發表《2016-2017 年度可持續發展學校報告》，主要內容包括：全年耗電量、耗水量、固體廢物、回收廢物、廚餘量等數據；及後亦新增「飲用水樽普查」數據，以檢視學生使用耐用及即棄水樽的情況。報告利用數據進行分析和評估，並提供優化學校環保設施及環保教育之建議。

## 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health?  
Retrieved October 15,2012, from  
<http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
- 環境及自然保育基金《香港環境卓越大獎及綠色機構認證》  
<http://www.hkaee.gov.hk/cindex.html>
- 環境保護署《惜食約章》  
<http://www.foodwisehk.gov.hk/zh-hk/food-wise-charter.php>

### 3.4 活力校園政策

#### 引言

本校致力向學生、教職員、負責體能活動安排的職員及家長持續推廣體能活動的重要性，建立一個健康活躍的環境，使學生養成恒常體能活動的習慣，並在生活中實踐。本校將執行下列措施以落實上述政策。

#### 部門與職能

朱蓓蕾校長：	策劃及顧問
健康教育委員會：	擬訂《活力校園政策》，適時檢討及修訂有關內容，支援及協助統籌校內外普及運動及其他活力校園活動。
課外活動委員會：	統籌及支援校內包括體育性質屬會及學校運動隊伍之活動和發展。
體育科：	負責全校各級體育課程編排，設計合適教學活動以提升學生體藝領域之知識、技能和態度；培養學生「終身運動」的良好健康生活模式。

#### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

##### 3.4.1 行政安排

- 學校委任健康教育委員會統籌一個包括家長的小組，協助制訂及執行體能活動政策；
- 每學年向教職員、家長和學生發出通告，介紹學校體能活動政策及各項措施；
- 每學年以問卷和會議的方式檢視學校的政策及各項措施的執行情況；
- 體能活動小組負責檢討及草擬需修訂的政策內容，並諮詢其他教職員及家長意見。修訂的政策內容須經校長通過後才實行；

- 學校會在上課時間表上作出合適安排，以確保提供學生足夠之體育課；

及

- 學校會向負責領帶體能活動的老師及職員提供支持，以便有充分的人手、資源及時間籌備活動及參與相關的培訓。

### 3.4.2 體能活動安排

- 設計和執行體能活動時，會以學生的年齡、技能發展、體能需要及所學的健康訊息為首要考慮因素；
- 訂立學生校內每天進行體能活動的平均時數，並通知家長有關的體能活動安排；並鼓勵家長配合學校，多為學童在課餘時安排足夠的體能活動，使學童於校內及課餘時合共每天有 60 分鐘或以上的體能活動量；
- 鼓勵學生參與體能及其他運動活動的設計工作；以發揮創意及吸引同儕的參與；
- 每學年最少兩次為學童量度身高和體重，然後參照「身高別體重圖表」（下超連結）瞭解學童的體重狀況，並向家長彙報結果。  
<http://school.eatsmart.gov.hk/b5/template/index.asp?pid=507&id=63>
- 妥善分配主餐和體能活動的時間，主餐後 1 小時內避免安排劇烈的體能遊戲（如跑步或跳繩）；
- 每次體能活動課期間或之後，鼓勵學生多喝清水；及不會對行為和紀律有問題的學童，以體能訓練作為懲罰。

### 3.4.3 宣傳和溝通

- 以不同的溝通途徑，包括學生手冊、通告、電郵及網頁等向家長報告學童的體能活動和遊戲情況，加深家長對學童在校內活動的瞭解；
- 鼓勵家長多反映學童在課餘時的體能活動及健康情況；

- 讓家長認識課外體能活動的重要性，鼓勵他們以身作則，於日常生活中實踐恒常體能活動的健康訊息；及
- 每學年最少推行一至兩項與健康體適能相關的活動，特別是促進家、校、社合作的活動（例如親子遊戲日，運動日）。

### 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health? Retrieved October 15,2012, from <http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
- 教育局《體能活動政策範例》  
[http://www.startsmart.gov.hk/files/pdf/%E9%AB%94%E8%83%BD%E6%B4%BB%E5%8B%95%E6%94%BF%E7%AD%96%E7%AF%84%E4%BE%8B\\_tc.pdf](http://www.startsmart.gov.hk/files/pdf/%E9%AB%94%E8%83%BD%E6%B4%BB%E5%8B%95%E6%94%BF%E7%AD%96%E7%AF%84%E4%BE%8B_tc.pdf)
- 衛生署《身高別體重圖表》  
<http://school.eatsmart.gov.hk/b5/template/index.asp?pid=507&id=63>

## 3.5 學校環境

### 引言

良好的學校環境和設施對學生愉快學習及教職員工作具有積極而正面的影響。因此，本校非常著重建立良好的學校環境，不但在硬件設施上進行加建和更新，更進一步利用有關設施進行學生實踐學習，促進學生發展「嶺鍾中人的生命素質」，例如：利用「綠色廚房」進行惜福惜食、廚餘重生的環境教育活動；透過「小教堂」的落成舉行靈修宗教活動，甚至為中一新生舉行留宿的「少年禮」，學習規劃自律，更快更好地融入中學生活。

### 部門和職能

朱蓓蕾校長：	策劃及顧問
健康教育委員會：	負責健康促進和健康教育事宜
總務處：	負責工程安排事宜
美化校園委員會：	負責美化校園、校園綠化及設施事宜
學校安全委員會：	負責學校安全事宜

### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

#### 3.5.1 和諧校園

本校著重關愛文化，鼓勵師生就校園生活不同事情（包括衝突）以合理及尊重為原則，多作溝通交流，訓導處亦設有《處理學生簡易指引》供教師參考。輔導處於每班課室及走廊當眼處放置了勉勵學生、振奮心靈的句子。

### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

### 3.5.2 安全校園

本校非常注重校園安全，以保障學生及教職員均享有安全而舒適的學習和工作環境。安全校園工作由學校安全委員會負責。學校安全委員會會定期巡查校舍內外及校園範圍之安全情況、填寫報告並作出跟進；並備有《危險處理政策》，詳列各項潛在事故風險、應對原則及處理程序；另設有危機管理委員會，負責處理任何突發和危急事件；總務處亦嚴格遵守教育局及房屋署對校內所有大小工程之要求規格和程序，校方亦為校園購買責任保險，保障師生安全。重點如下：

- 學校安全委員會每年兩次（上、下學期各一次）進行校園安全巡查；
- 上學期巡查本班課室由班主任負責，校園內其他地方（包括：特別室及校園公共空間）由學校安全委員會負責；下學期全校所屬範圍均由學校安全委員會負責；
- 課室的百頁簾及電腦檯為重點檢查項目；
- 兩次學校安全巡查均會以香港政府勞工處相關文件，並參考香港中文大學健康教育及促進健康中心「健康促進學校自我評估及監察系統」《員工學校環境視察表（中學適用）》。

2014年9月起為了進一步加強校園之保安，完善風險管理，會添加或改善以下措施：

- 關閉正門鄰校方向大、小二閘及操場灰閘，在必要或危急時（例如發生火警）才會開啟；
- 統一使用近停車場通道大閘，加設電動開關及閉路電視功能，提高門禁及保安效能；
- 接待處加設訪客登記紀錄表，所有進出之校外人士均必須先核實證件和確認身份，登記進入時間及戴上訪客證後始獲放行；離開前，亦須在接待處登記離開時間及交回訪客證；
- 教職員使用的全校園鎖匙亦會統一管理，加強防盜意識，詳情由訓導處跟進和執行。

### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

### 3.5.3 校園安全及門禁守則

2016年9月，學校進一步完善學校安全，制定《校園安全及門禁守則》，提高學校安全及保安人員專業性。

## 校園安全及門禁守則

(本守則閱讀對象為負責校園安全及門禁之主管、工友及保安人員)

主管：

1. 必須為校園安全及門禁安排 24 小時當值工友或保安人員當值。
2. 確保所有保安人員必須持有政府認可及有效之保安員牌照。
3. 確保所有工友及保安人員，必須仔細閱讀本守則並清楚了解其內容。
4. 必須訂明清晰而明確的通報機製，若有特別事故發生，保安人員（或其所屬保安公司）能夠快速而有效地通報學校主管人員；
5. 主管人員再按照學校相關政策文件或指引內步驟處理有關事故。
6. 為當值人員安排適當休息及用膳時間，並安排替補當值人員以確保沒有保安「空窗期」。
7. 定期為工友及保安人員提供專業培訓。
8. 定期檢討及適時修訂本守則之內容。

當值工友或保安人員：

1. 保安人員**必須**持有政府認可及有效之保安員牌照，並向校方申報。
2. 所有工友或保安人員必須仔細閱讀本守則並清楚了解其內容。
3. 日間當值工友或保安人員必須要求所有訪校人士出示工作證（如適用）、登記個人資料、通報校務處，並掛上訪客證。
4. 本校夜間一般不接受訪校人士（校長或部門主管批准除外），獲授權之訪客仍需登記個人資料及掛上訪客證。
5. 如發現訪校人士有不適當或違法行為，例如：吸煙、高聲叫喊、隨地拋棄垃圾。當值工友或保安人員可先作口頭勸喻；若有關人士仍然繼續，則向校務處及主管通報處理。
6. 當值工友或保安人員必須時刻緊守崗位、提高警覺；若有特殊情況和需要，必須先與校務處及主管通報處理。切忌擅離職守，影響學校及師生安危。
7. 定期接受有關方面的專業培訓。

### 3.5.4 美化校園

美化校園委員會及總務處時刻以改善校園環境，為學生製造更理想的學習環境為己任。校舍新翼設計及興建、宗教壁畫、馬賽克宗教壁畫、大型獎杯展覽櫃、操場觀眾席及綠化校園均令學生更享受在校園學習的愉快時光。

由 2013 年 5 月起由總務處聯同健康教育委員會聯合進行了兩個階段的「校園綠化計劃」，於正門和一樓平台成功打造了鍾榮光花園，讓師生進行了多個不同類型的學術、輔導和環保教育活動，例如：Green Monday、「滋味水果日日食」、成長導師聚會等。計劃亦於 5 樓天台整合出一個天台農莊，備有不同大小、高度的種植箱，由不同組別老師帶領學生享受都市農耕樂，有關組別包括有機種植班、環境保護組、地理學會等。詳情可參閱有關報告。

### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

### 3.5.5 職業安全和健康

學校管理層關注全體教層員的職業安全健康，備有《職業安全及健康條例》（見 3.2.1.10）。另於三樓設有教職員休息室、地下設有醫療室及急救藥箱，以供教職員需要時使用。此外，總務處嚴格遵守教育局的學校家具守則，為教師準備辦公桌和儲物櫃，亦時刻提醒教師保持通道暢通的重要性，注意職業安全。

2014 年 7 月，3 個全新裝修後的教員室投入運作，為教師提供更舒適和健康的工作環境；新修訂《教員室工作職安健》文件（見附件），當中列出九項教師在使用新教員室時需注意的要點及遵守的規則；同時附有視察清單，方便負責管理人員能夠更快更準確掌握使用情況並進行跟進，為本校的職安健發展進入一個新紀元。

### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

### 3.5.6 平等機會/照顧有特殊學習需要之學生

本校備有《平等機會指引》(見 3.2.1.5)，清楚列明本校有關方面的立場、信念和具體措施，確保教職員及學生不會因其種族、國籍、膚色、語言、宗教、政見或其他主張、民族本源或社會階級、財產、出生或其他身分、性別、殘疾或家庭崗位等因素而被歧視或受到不平等的對待，共同促進融合教育，營造和諧及平等的校園環境。

此外，本校校舍按照教育局的建議，裝設有輪椅升降機及電梯，電梯內備有供視障人士使用之按鈕及緊急通話系統。本校今年新備自動心肺復甦機及十五位已受訓使用之教職員，供緊急情況時使用及操作。

### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

### 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health? Retrieved October 15,2012, from <http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》

## 3.6 校風與人際關係

### 引言

本校銳意建立一個安全舒適、充滿活力及良好關愛氛圍的健康校園環境，因此，不論在課程內外、師生互動、校園環境乃至與家長和社區的聯繫均非常注重建立良好的校風及人際關係。

### 部門和職能

朱蓓蕾校長：	總統籌、策劃及顧問
學生事務助理校長：	統籌學校學生事務工作，包括課外活動、其他學習經歷、學生會、升呢活動、公開試打氣會、畢業營及相關工作
訓導處：	統籌學校訓育事務、學生獎懲、領袖生訓練、嶺鍾少年禮及相關工作
輔導處：	統籌學校輔導事務，包括學生輔導、大型輔導活動、關愛校園及相關工作
健康教育委員會：	統籌學校健康教育及促進健康事務、環保及環境教育事務、學生個人健康記錄、傳染病防治措施及相關工作
融合教育關注委員會：	統籌學生融合教育、照顧學習差異及相關工作
班主任：	照顧班內學生校園生活中的各項事務、發展班級經營、與班內學生家長保持緊密聯繫和良好溝通

### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

#### 3.6.1 班級經營

校方積極鼓勵班主任進行多元化及具針對性的班級經營活動，透過活動加強對各班學生的全人發展及情緒支援。

中一級：雙班主任、課後反思、學禮守規問答比賽

中二級：雙班主任、班際足球比賽、一班一火花

中三級：雙班主任、讚賞文化、班際回收大比拼、選科講座

中四至中六級：中四「升呢」大行動、成長導師、職涯規劃、歌唱

比賽、中六打氣會、畢業日營、放榜輔導等

### 3.6.2 雙班主任/班主任會/級聯絡人/級訓導

透過多層「安全網」加強加深對學生的了解和關心，減少誤入歧途的風險。

**雙班主任**：中一至中三級行雙班主任制，並且以男女組合為原則，增加教師與學生的互動及相互了解和默契，加強照顧學生身心靈均衡發展。

**班主任會**：訓導處要求各級聯絡人與同級教師需定時召開班主任會議，以增加同級教師的溝通和專業交流；各級亦會就着情況，製定統一的處事原則和準則。

**級聯絡人**：訓導處與各級聯絡人亦會需定期召開級聯絡人會議，以方便聆聽前線教師的意見和困難，然後作出跟進及改善。

**級訓導**：訓導處除了安排有關同事專門負責不同範疇的事務外，亦會指派訓導同事為級訓導，跟進有關該級學生的偏差行為，及時作出支援。

### 3.6.3 成長導師

為了協助學生適應新高中學制，輔導處於 2009 年開始舉行「成長導師」計劃，為每一位中四至中六級的學生以小組形式安排一位成長導師。導師會就着學生學業以外各方面的問題（例如：家庭問題、人際關係、職涯前途、甚至與異性相處等），進行聆聽、提供意見及情緒支援等協助。為學生對於人生階段的不同挑戰和誘惑，發放更多「正能量」和亦師亦友的支持。

### 3.6.4 全方位支援，營造關愛文化

#### 關愛校園獎

本校連續九年奪得關愛校園獎，肯定學校在過去日子營造校園關愛文化的努力。

#### 特色關愛活動

- i. 班際壁報比賽、清潔比賽、和諧課室比賽
- ii. 學生會選舉、團幹事選舉
- iii. 歌唱比賽、啦啦隊比賽
- iv. 國學週、英文週、數學週、普通話週、環保週、福音週
- v. 學生義工計劃
- vi. 科技教育工作坊（學生科技大使）

### 3.6.5 訓導工作

本校由訓導處負責統籌學校內訓育事務、學生獎懲、領袖生訓練、嶺鍾少年禮及相關工作，詳情可參考以下文件：

- Duties of the Discipline Section (ADM6/617)（教師手冊）
- 訓導處組織及分工（D1/617）（教師手冊）
- 《教師學校生活錦囊》（教師手冊）
- 《處理學生簡易指引》（教師手冊）
- 《處理學生紀律問題流程圖》（教師手冊）

### 3.6.6 輔導工作

本校由輔導處統籌學校輔導事務，包括學生輔導、大型輔導活動、關愛校園及相關工作，詳情可參考以下文件：

- Duties of the Guidance Section (ADM7/617)（教師手冊）
- 《教師學校生活錦囊》（教師手冊）
- 《處理學生簡易指引》（教師手冊）

### 3.6.7 融合教育

本校由融合教育關注委員會負責統籌學生融合教育、照顧學習差異及相關工作，詳情可參考以下文件：

- 學校《融合教育手冊》
- 《有特殊教育需要學生甄別 / 轉介政策與程序》（教師手冊）
- 《處理有特殊教育需要學生程序及個案轉介流程》（教師手冊）

### 3.6.8 早會短講

輔導處安排教師於星期一早會時段進行短講，內容包括學習經驗分享、個人成長、品德修養、聖經故事、時事新聞等，目的是希望讓學生對個人品德和待人處世之道有更多的借鏡和體會，促進全人發展。

### 3.6.9 處理網絡欺凌指引

#### 引言

互聯網為人們提供一個沒有時間、地域限制的交流平台，使人與人之間的溝通變得容易。隨著青少年接觸互聯網的機會愈來愈多，網絡對他們的影響亦相對提高。一旦有人惡意使用互聯網，將其當為欺凌工具時，不但會對受害人造成心理負擔及情緒困擾、更可能會引致嚴重及悲劇性的後果。

#### 部門及職能

- 朱蓓蕾校長： 策劃及顧問
- 訓導處： 處理與網絡欺凌有關的學生訓育及紀律事宜、安排有關教師專業發展
- 輔導處： 處理與網絡欺凌有關的學生輔導事宜、安排有關教師專業發展
- 健康教育委員會：擬訂《健康校園政策》中「處理網絡欺凌指引」，並按需要及實際情況進行修訂

#### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

#### 什麼是網絡欺凌？

網上欺凌一般指發生在資訊科技通訊平台上的欺凌事件，涉及故意使受害人不快的行為，其最大的特色，是除文字外，以不同形式如針對收件人的視聽資料來傳送明確或暗示的訊息。

#### 網絡欺凌透過什麼渠道發生？

網絡欺凌可透過電郵、討論區、聊天室、智能手機、社交網站等網絡通訊平台發生，例子包括：

- 向受害人傳送一些粗俗、騷擾、或恐嚇的資訊
- 假冒身分，竊取受害人的帳戶並作出令人不快的事情
- 張貼移花接木的相片或「改圖」，令受害人尷尬

- 匿名散播有關受害人的流言、捏造信息
- 公開取笑或指責的受害人，引起網絡公審
- 在社交網站或討論區以羞辱言語「洗版」
- 隨意公開別人的私隱，例如電話、住址

## 誰與網絡欺凌有關？

網絡欺凌一般涉及兒童及青少年。欺凌者可能是受害者身邊認識的人，例如朋輩及同學，亦有機會是隱藏身分的網絡使用者。由於網上欺凌資訊具有匿名、發佈容易迅速、傳達層面廣泛的特性，因此牽涉的人數可以很多。

## 為什麼會參與網絡欺凌？

有些欺凌者因為無聊，隨意找個對象，將欺凌當作惡作劇，亦可能藉欺凌他人宣洩不滿，取得快感；或誤解帶領朋輩欺凌別人會引起他人注意，使自己更受歡迎。無論如何，一切網上欺凌別人的解釋都是藉口，亦有機會觸犯誹謗、侵犯私隱等法律條例。

## 若遇上網絡欺凌應如何處理？

- Block（封鎖）：** 網上欺凌者往往是非理性的，拒絕作出回應或與對方爭辯，避免引發更多欺凌訊息。
- Stop（停止）：** 保持冷靜，立即離開網絡欺凌平台如討論區、聊天室、社交通訊網站等。
- Save（儲存）：** 任何網上欺凌的訊息日後可能成為證據，必要時可截圖保留、記錄並報警求助。
- Tell（傾訴）：** 向信任的人傾訴，尋求協助；適當時向互聯網服務供應商舉報，要求刪除不當言論。

現今的網絡影響力甚大，不再只是虛擬世界，每個人須為個人在互聯網的言行負責，要提防網上欺凌，應時刻保障自己的私隱，明白任何上載互聯網的資訊均有機會被公開。不應隨便打開 或回答陌生人的電郵、避免在任何網站上載私隱照片及對敏感資料如密碼等加以保密。同時，亦須留意自己在網上的表現及與人相處的態度是否合乎禮貌，應以自律及尊重為原則。即使是旁觀者，轉載、分享及「讚好」網上資訊時須謹慎小心，避免加深對受害者的傷害，墮入網上欺凌的惡性循環。

## 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health?  
Retrieved October 15,2012, from  
<http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
- 教育局（1999）《學生訓導工作指引》  
<http://www.edb.gov.hk/tc/teacher/student-guidance-discipline-services/principles-guidelines/guidelines-on-student-discipline/index.html>
- 教育局《確保學生接受教育的權利》通告第 1/2009 號
- 教育局《在校內搜查學生及其財物》通告第 67/1997 號
- 家計會（2014）《網上欺凌》  
[http://www.famplan.org.hk/sexedu/b5/classroom/classroom\\_details.asp?clID=239](http://www.famplan.org.hk/sexedu/b5/classroom/classroom_details.asp?clID=239)

## 3.7 健康生活技能與實踐

### 引言

本校根據學生不同的年齡和文化水平編訂合適而多元化的健康教育課程和活動，讓他們獲得與「十大健康主題」相關的知識及個人健康生活技能，建立健康的生活模式，讓他們可以健康快樂地成長。十大健康主題包括：個人健康；食物與營養；心理和情緒健康；家庭生活與性教育；疾病的防治；吸煙、酗酒、藥物使用與濫用；消費者健康；安全與急救；環境健康與保護；及生命、老化與死亡。

### 部門與職能

朱蓓蕾校長：	總統籌、策劃及顧問
學生事務助理校長：	統籌學校學生事務工作，包括課外活動、其他學習經歷、學生會、升呢活動、公開試打氣會、畢業營及相關工作
教務處：	統籌健康教育課程及相關工作
不同學科：	統籌科組內與十大健康主題的課程安排及相關工作
健康教育委員會：	統籌學校健康教育及促進健康事務、環保及環境教育事務、學生個人健康記錄、傳染病防治措施及相關工作

### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

#### 3.7.1 課程內的滲透和配合

**體育科**：各級均設有體育課，體育科為全體學生制訂體適能計劃，確保學生體魄得到充份發展，建立良好運動習慣。

**生物科**：生物科教授學生健康的身體，內容涉及食物營養、食物金字塔等與食物營養有關的資料。

**家政科**：家政科在健康飲食、生活管理和個人衛生等範疇上為學生提供

多元化的理論和實踐機會。

**跨學科**：在通識、物理、化學、生物、地理、歷史、綜合科學、旅遊與款待各科中均有環保及可持續發展之課題，增加學生對環境保護的認識，培養可持續發展之生活態度。

**綜合科學科**：在初中的綜合科學科及高中的生物科均有關繁殖的課程，而在生命教育科及週會中也有性教育的課題，讓學生在學習人體結構的同時，也有獲得正確的性知識及兩性關係。

### 3.7.2 課程外的延伸學習

**午間活動**：初中級學生留校午膳計劃，與班主任在班房內享用午膳，增加溝通機會。午膳管理委員會及家教會代表共同選擇午膳供應商、對食品價格、品質、款式、味道、營養均衡情況及價格作出監控及管理。輔導處及不同學科為學生安排不同類型午間活動，例如：個人活力大挑戰、學術週、團契活動等，豐富學生午膳校園生活。

**禁毒活動**：健康教育委員會舉辦「無毒 Bingo 抗毒教育講座及攤位遊戲」、「同心結力抗毒大行動」；其他學習經歷委員會和輔導處舉辦「無毒一樣 Cool 工作坊」等活動，加強學生對毒品的認識，了解濫藥的禍害，從而強化他們拒絕毒品的意志和決心。

**精神健康**：輔導處透過成長導師計劃全方位關注及支援學生的情緒及心理需要，而個案輔導則支援有需要的個別學生。此外，健康教育委員會安排學生參加「全港中學生心理健康常識問答比賽」及「OLE 精神健康講座」，讓學生更關心有關課題及自己的精神健康狀況。

**禁煙活動**：為了加強學生的禁煙意識，健康教育委員會安排學生組隊連續三年參加「無煙青少年大使領袖訓練計劃」，蟬聯「傑出無煙青少年大使團隊」**冠軍**殊榮，獲獎後先後接受 3 份報章採訪（明報、晴報、Young Post）、1 份報章刊登文章（南華早報）、2 個機構訪問（香港青年協會、新華社）及 2 間電台節目旁問（新城電台、DBC 數碼電台）。把無煙訊息推廣到社區，藉此加強參加學生的無煙意識；培訓他們的領導才能；向校內其他同學宣傳無煙訊息。

此外，本校在推廣無煙教育工作和經驗方面得到學界及業界的肯定。**朱蓓蕾**校長（計劃顧問）及 **5B 李靜雯**（無煙隊員）獲邀出席 2015 年 7

月 6 日於立法會舉行衛生事務委員會會議，就三項「加強控煙措施」，包括：

- 擴大煙包上的煙害圖像警示面積至 85%及款式數目
- 將隧道出入口範圍的巴士轉乘站劃為禁煙區
- 禁制電子煙

發表意見及提交書面意見書，**5B 張嘉誠**早前報章撰文亦一併提交，為建設「無煙香港」繼續貢獻一分力。

**環保教育**：「綠色校園」乃本校發展目標之一，我們鼓勵學生節約能源，從源頭減廢開始，減少製造垃圾。學校亦設置回收箱，鼓勵同學回收用品。

嶺鍾中在朱蓓蕾校長帶領下，自 2012 年起不斷在環境保護和環保教育方面努力發展。經過多年努力，獲得多項「**香港綠色學校獎**」，並於 2018 年 5 月獲頒「**2017 香港環境卓越大獎學校（中學）金獎**」。

### 校內項目

旨在全校推動健康環保意識，為社會培養「綠的」公民

- 環保校園回收計劃，以全校參與模式收集廢紙、膠瓶和鋁罐；
- 校園綠化計劃，為學生和教職員打造校內的綠色天地。
- 最綠聖誕十二月，項目包括：  
無「膠」聖誕聯歡會，邀請各班由班主任帶領簽署「參與承諾書」，鼓勵全班每人自備耐用餐具（包括食物盒、叉匙及水杯）參與聖誕聯歡會，愛護地球、減少製造垃圾。  
綠色聖誕裝置展覽、《關注瀕危絕種動物》展板等
- 環保月瓶罐回收、利事封回收大行動，帶出綠色節日、綠色消費的訊息。
- 「地球一小時 2014」活動，於 2014 年 3 月 28 日下午 5 時至 3 月 30 日晚上 12 時，關掉校園內非必要的電燈。藉以教導學生珍惜資源、不要浪費。

### 校外項目

- 清潔香港：既能清潔環保，亦可體現紅灰兒女服務社群的精神。
- 「『綠得開心學校』標誌計劃」成為綠得開心學校；「綠得開心『微電影』創作比賽」拍出最佳綠得開心「微電影」向社會大眾宣揚環保訊息。
- 響應「世界環保日」，參加「香港綠色日 2014」-「著綠」校園計劃及舉辦「無膠樽日」，實踐低碳生活。
- 「樂活葵青節能社區」低碳生活講座，為社區環保活動出一分力。

**關愛校園**：輔導處及成長導師計劃為全校營造溫暖、關心與祥和的關愛校園氛圍，培養學生愛護公物，對生命萬事萬物的尊重及欣賞。

**塑造「正能量」**：配合其他小組舉辦的活動，塑造「正能量」對抗社會上種種誘惑。

其他學習經歷(OLE)講座及工作坊：

- |                     |             |
|---------------------|-------------|
| 1. 反黑               | 2. 反吸煙/濫藥   |
| 3. 成癮行為預防           | 4. 倡廉互動話劇   |
| 5. 網上道德             | 6. 生命教育     |
| 7. 預防性騷擾            | 8. 選科攻略     |
| 9. 職業輔導及生涯規劃        | 10. 面試技巧工作坊 |
| 11. 模擬放榜            | 12. 減壓工作坊   |
| 13. 永不放棄（發揮所長、提升自信） |             |

### 3.7.3 健康飲食

從前有所謂「病從口入」的說法；現在人們都講求「吃得健康」，兩者都是強調健康飲食對良好身體素質的重要性。本校備有《學校膳食管理指引》(3.2.5)及《小食部管理指引》(3.2.6)加強學生健康飲食質素。

此外，家政科向來教導學生「均衡飲食」、「食物金字塔」、「三低一高」等健康飲食概念和習慣的重要性。家政科主任更身體力行，在烹飪課的教學內容、菜式設計，甚至選擇食材方面都靈活運用以上概念原則。

學校膳食管理委員會，帶領有關同事為中一至三級或其他級別有關的學生嚴選優質的午膳供應商、提供最能合乎健康飲食原則的午餐。

### 3.7.4 「一生一體藝」

本校向來鼓勵學生多經常性做運動，體育科除了在課堂向同學介紹傳統的球類和隊制運動項目外，亦會於專題研習日安排學生對課程外的項目（如：溜冰、保齡球、馬術）進行體驗學習活動，藉以引起學生對運動的興趣，長遠建立一生一體藝的健康生活模式。

### 3.7.5 健康生活模式

健康生活模式（Healthy Lifestyle）是全球關注人類健康及香港政府提倡的發展方向和趨勢，亦是本校健康校園的發展策略。健康教育委員會以此為跨年度的目標，透過不同的年度主題，逐步建立學生對健康生活模式的認知，提升他們實踐時的技巧，扶正和協助建立正面和健康的價值觀，把終極建構起來。

### 3.7.6 禁毒教育

生命教育科把有關毒品的知識、毒害、拒絕毒品方法及個人正面價值觀的內容融入課程中。健康教育委員會則於每年不同時段於午飯和 OLE 時間，跟社工或其他社福團體舉辦不同類型的抗毒活動和工作坊，例如同心結力抗毒大行動、無毒 Bingo 抗毒教育講座及攤位遊戲等。

### 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health? Retrieved October 15,2012, from <http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》

## 3.8 家校與社區關係

### 引言

本校著重與家長及社區的聯繫，成立家長教師會，積極鼓勵家長參與學校活動；此外，鼓勵社區參與學校活動，更會主動與其他學校和社區團體建立聯繫，分享健康教育訊息。

### 部門與職能

朱蓓蕾校長：	總統籌、策劃及顧問
健康教育委員會：	統籌學校健康教育及促進健康事務、環保及環境教育事務，透過社區團體的聯繫推廣健康生活及健康促進學校訊息及相關工作
家長教師會：	組織及協助家長參與學校活動，同時亦協助學校將健康訊息滲透到日常家庭生活中

### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

#### 3.8.1 家長教師會

嶺南鍾榮光博士紀念中學家長教師會成立多年，由本校家長及教師組成，促進家校合作，推動健康生活模式及健康訊息傳遞。家長教師會委員由本校家長和教師共同組成，不但會定期舉行會議，全年更會舉辦多項有益身心的健康親子活動，例如：親子大旅行、聖誕聯歡會。街坊墟、環保校服回收等更會由家長擔任義工，協助教師舉辦健康社區推廣活動。

##### i. 學校與家長聯繫

學校高度重要與家長的溝通和聯繫，尤其在學生健康資訊發放。備有家長通函、學生手冊及通告；學校網頁亦是發放資訊及與家長聯繫的重要平台，家長可以在學校網頁查看最新的電子通告、即日家課、健康資訊及學生活動消息。自 2016 年起本校增設手機應用程式，查看學生的出席情況及電子通告，讓學校與家長的聯繫更進一步。

**ii. 家長參與學校事務**

家長教師會委員由本校家長和教師共同組成，不但會定期舉行會議，更會為校內其他家長舉行活動，例如家長講座、家長學堂等。全年更會舉辦多項有益身心的健康親子活動，例如：親子大旅行、聖誕聯歡會。

**iii. 家長參與健康校園政策**

學校透過多個不同渠道收集家長對《健康校園政策》的意見，定期舉辦「與校長茶聚 —《健康校園政策》意見收集」活動，直接收集家長對《健康校園政策》、健康校園和綠色學校發展之意見，此外亦會於家長日講座向全校家長發出問卷調查，班主任亦會每年最少一次致電學生家長，了解他們對健康校園的意見；健康促進學校統籌老師更會定期與家長教師會代表見面，就健康校園發展深入了解家長的意見。

**iv. 家長參與學校義工**

家長教師會組織家長為學校大型活動如：街坊墟、環保校服回收等擔任家長義工，協助教師舉辦健康社區推廣活動。

**v. 家長擔任學校導師**

家長更會擔任義工導師，教授師生低碳烹飪煮食及新年水仙花製作班。

**vi. 與家長跟進學生生長狀況、BMI 指標、參與保健服務及免疫狀況**

學校會以《學生手冊》每年 2 次通知家長學生的生長狀況、BMI 指標；另會每年一次跟進學生參與學生健康服務（學童保健）及牙齒檢查；若發生學生因特殊情況（例如：小學階段並非於本港生活），或其他免疫狀況問題，會通知家長帶同子女就醫，作出合適的專業醫療跟進。

### **3.8.2 輸入**

多年來，本校深得足夠和恰當的社區支援，幫助學生健康成長、對抗毒品。

**i. 香港中文大學健康教育及促進健康中心**

自 2013 年起，本校加強「健康促進學校」(健康校園)的發展，

在朱蓓蕾校長帶領下參加優質教育基金與香港中文大學合辦的「優質教育基金健康校園網絡計劃」，在香港中文大學健康教育及促進健康中心團隊的專業支援下，逐步按世界衛生組織倡議的健康促進學校六大發展領域的概況推展和完備健康促進學校發展，先後成為計劃「夥伴學校」（2013-2014）及「資源學校」（2014-2015 及 2015-2016）。香港中文大學健康教育及促進健康中心透過他們的專業意見和支援，完備學校內與健康有關的軟、硬件配套，及提升本校的健康教育發展的全面性。一方面利用這個機會檢視本校在健康校園政策規劃及具體推行的情況；另一方面透過中大團隊的專業意見和回饋，提升本校健康教育發展的全面性，為其他有志於發展健康校園的學校，提供正面的經驗分享，發揮自助助人的精神，最終為香港整體的健康教育及健康校園文化貢獻一份力量。

## ii. 健康促進學校專業顧問

本校決志成為一所「優質健康促進學校」，進一步加強本校學生和教職員的「健康安全網」。以約一年時間籌備，在朱蓓蕾校長的領導下，成立「健康促進學校專業顧問」，邀請相關界別「具份量」的專業人士出任學校的義務專業顧問，為學校的《健康校園政策》及其他相關指引提供專業意見與支援。

### 郭俊傑醫生

本校自 2015 學年起有幸得到郭俊傑醫生成為首位「健康促進學校專業顧問」，為學校義務提供專業醫療意見及顧問服務。郭醫生畢業於香港華仁書院及香港中文大學醫學院，現於伊利沙伯醫院內科部任職心臟科副顧問醫生，為香港市民提供專業內科及心臟科醫療服務，亦會定期主持健康講座及於報章撰文提高市民健康知識。

## iii. 香港小童群益會駐校社工

香港小童群益會是本港歷史最悠久的社福慈善機構之一，服務範圍尤專注於兒童及青少年社群。她們與本校長年合作，甚為清楚本校學生之特性。駐校社工與學生已建立深厚的關係和默契，除了個案輔導外，亦參與很多校本的輔導及學生成長計劃。

## iv. 香港警務署學校聯絡主任

香港警務署特別安排專職警長為學校聯絡主任，與校方及訓導

處加強連繫和溝通，並就預防青少年濫毒、參加黑社會等議題進行預防性講座。

**v. 香港中文大學健康教育及促進健康中心**

本校透過參加「優質教育基金健康校園網絡計劃」，成為夥伴學校，一方面利用這個機會檢視本校在健康校園政策規劃及具體推行的情況；另一方面透過中大團隊的專業意見和回饋，提升本校健康教育發展的全面性，為其他有志於發展健康校園的學校，提供正面的經驗分享，發揮自助助人的精神，最終為香港整體的健康教育及健康校園文化貢獻一份力量。

**vi. 嶺南教育機構/嶺南大學**

嶺南教育機構是香港歷史最悠久的教育機構之一，亦是本校的辦學團體，向來給予本校全體師生最大力的物質和非物質上的支持。例如設立獎助學金、海外交流資助金，獎勵成就卓越及幫助有需要之學生；為教師設立進修基金，鼓勵教師持續進修包括禁毒的不同範疇的工作坊或教師培訓課程。

嶺南大學是嶺南教育機構內的高等教育學府，本着「嶺南一家親」的互助互惠精神，跟本校經常有合作的活動，例如：長者學苑、嶺步同行籌款日，為學生提供體驗大學生活氣氛的機會。

**vii. 政府部門：教育局、衛生及福利局、衛生防護中心**

教育局為本校提供學術上、專業發展上及危機管理方面的支援，其中透過「中學學習支援津貼」撥款，讓本校聘請專業人員，例如：職業治療師、言語治療師及社工，推行融合教育，照顧有特殊學習需要學生。衛生防護中心在傳染病風險管理和控制方面提供專業的意見。

**viii. 有關的專業/慈善/資助機構**

輔導處、OLE 管理委員會及健康教育委員會等明白與校外機構良好的協作和互動，對於學生的健康成長及抗毒事務是非常重要的。因此，過去亦曾經與很多校外機構合作，邀請她們到校進行講座、活動或工作坊。包括：  
香港小童群益會、香港青年協會、香港吸煙與健康委員會、香港心理衛生會、明愛容圃中心、香港進食失調康復會等。

### 3.8.3 輸出

另一方面，本校師生一直本着「紅灰兒女」的精神，取之社會、用之社會，透過全方位的學習經驗，服務社群、回饋社會。

#### i. 學生健康軍團獎勵計劃—地區支部學校

「學生健康軍團獎勵計劃」是香港中文大學健康教育及促進健康中心另一個聚焦於學生健康發展的計劃，旨在鼓勵學生參與校園健康促進，藉有效途徑分享如何推廣健康生活訊息。嶺鍾中自 2013 年起已經參與其中，多年來先後挑選出共 20 位在校內、外積極推動健康與綠色校園活動的學生，獲嘉許成為「健康軍團」成員。2015-2016 學年，本校獲邀成為「學生健康軍團獎勵計劃」新界西（葵涌）支部學校，協助區域內有意發展健康學校之中、小學提供培訓及支援。此外，中心亦委任梁國基老師成為支部幹事，聯繫區內及區外志同道合的學生和教師，凝聚力量共建健康社群。

#### ii. 生力軍培育計劃

2016 年 8 月，隨着優質教育基金撥款計劃完結，「優質教育基金健康校園網絡計劃」及「學生健康軍團獎勵計劃」圓滿完成，本校與香港中文大學健康教育及促進健康中心仍然與維持良好聯繫及夥伴合作關係。2016 年 10 月，中心獲得優質教育基金新一期的撥款，開展一項全新的兩年健康促進學校發展計劃—「生力軍培育計劃」，並由香港中文大學健康教育及促進健康中心統籌，與一群熱心健康促進和價值教育的教師和學校組成十個地區支部，培訓來自各區的兒童和青少年成為「生力軍」（稱為健康軍團），協助推廣正面價值和健康生活。本校於是項計劃中獲邀成為「地區支部」，朱蓓蕾校長獲邀為督導委員會成員，梁國基老師獲委任為支部幹事，共同為健康軍團培訓工作，協助培訓來自各區的兒童和青少年及推廣正面價值和健康生活而努力。

#### iii. 社區服務

教師和社工透過不同的義工計劃（獨居長者家居維修、探訪區內老人院的長者，並進行魔術、音樂等慈善表演、探訪少數族裔人士及了解其文化特色和生活習慣），鼓勵學生發揮守望相助的精神，服務社區中有需要的人士，維持美好、和諧的睦鄰關係。「無煙推廣在社區」活動中，學生在區內向社區人士募

簽，宣揚無煙訊息；更向吸煙人士派發「無煙溫馨提示卡」，推展愛與關心的紅灰精神。

**iv. 教學相長**

教育經常鼓勵學生學以致用，把在校學到的知識和技能回饋社會。科技教育工作坊、長者學苑等活動，讓學生在教導小學生和長者時，能夠溫故知新，鞏固所學的知識；同時也能為學生帶來成功感，增加自信心和抗逆力。

**v. 愛護環境**

環保教育是當今最重要的教育議題之一，教導學生愛護環境、珍惜資源，把「可持續發展」概念植根於學生心中。本校於有蓋操場全年均設有大型回收箱，鼓勵學生把可循環再造的物件回收；家長教師會及學生會每年均舉辦校服和舊書買賣，讓學生明白物盡其用道理時，亦可以幫助減輕家長的經濟負擔；植樹活動、清潔香港及全校大掃除等活動也能加強學生的環保意識。

**vi. 正面網絡資訊：推廣健康 貢獻社會**

本校學生於「無煙青少年大使領袖訓練計劃」及「『綠得開心學校』標誌計劃」等活動中拍攝與健康和環保有關的微電影，再上載於短片網站，於網絡傳遞正面健康的資訊，裨益社會；同時獲得不少獎項，為校爭光。部份作品名單：

 《煙仔害事》2012；

 《離奇三兇手》2013

<http://www.youtube.com/channel/UCqhcLduzwwlOWv-JvpiMUUQ>

 《綠嶺行動》2013

<http://www.youtube.com/watch?v=OZqOgJTgzfl>

 《以生命影響生命》2014

<http://www.youtube.com/watch?v=0nGzmcMF-d0>

 《兩個吸煙一個早死》2014

<https://www.youtube.com/watch?v=wMAUG-WF3Yk>

📺 《「愛家·愛香港」清潔香港運動》2014

[https://www.youtube.com/watch?v=dT2KfAV\\_hs0](https://www.youtube.com/watch?v=dT2KfAV_hs0)

📺 《嶺南鍾榮光博士紀念中學 2013-14 校本健康活動分享》  
2014

<http://www.youtv.com/partner/hps>

📺 《健康校園 環保設施》2016

<https://www.youtube.com/watch?v=BbpPJS6eivM>

📺 《健康教育組 無煙關西攻略》2018

<https://www.youtube.com/watch?v=qjKfhi0NCrw>

#### vii. 媒體報導 經驗分享

本校為「優質教育基金健康校園網絡計劃」的「資源學校」，與全港其餘 44 所資源學校攜手支援本地校園健康促進方面的發展，把實施經驗與其他學校分享。

本校曾經接受過的媒體專訪：

DBC 數碼電台校園台《非常班房》節目（2015 年 4 月）

<http://www.dbc.hk/radio4/programme-archive/ld/15468#tab1>

新城電台知訊台《百萬 U.S.B.》節目（2015 年 5 月）

[http://www.metroradio.com.hk/997/Archive/wmpopup\\_archive.asp?http://testmp3.http.akamai-trials.com/997/20150526/997\\_201505262030.mp3](http://www.metroradio.com.hk/997/Archive/wmpopup_archive.asp?http://testmp3.http.akamai-trials.com/997/20150526/997_201505262030.mp3)

明報、晴報、南華早報 Young Post 及新華社（2015 年 3 月）

《南華早報》（2015 年 5 月）

[http://www.scmp.com/comment/letters/article/1807079/e-cigarettes-should-be-banned-hk-protect-adolescents?utm\\_source=wisers&utm\\_medium=intranet&utm\\_campaign=syndication\\_campaign](http://www.scmp.com/comment/letters/article/1807079/e-cigarettes-should-be-banned-hk-protect-adolescents?utm_source=wisers&utm_medium=intranet&utm_campaign=syndication_campaign)

香港青年協會「讚好校園」網絡平台（2015 年 3 月）

<http://schoolike.hk/activity13.htm>

出席立法會衛生事務委員會會議（2015年7月）

<https://www.youtube.com/watch?v=59EesQQdFpo>

朱蓓蕾校長發言 1:12:55 — 1:16:04

李靜雯同學發言 1:21:21 — 1:24:25

## 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health?  
Retrieved October 15,2012, from  
<http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》

## 3.9 學校保健與健康促進服務

### 引言

為學生提供政府及志願機構提供之健康服務，保障學生的身心健康和發展，讓他們有良好的精神和體力應付學業上的需要，及建立理想的人際關係。本校的具體項目如下：

### 部門及職能

朱蔭蕾校長：	策劃、總統籌及顧問；
健康教育委員會：	統籌學生個人健康紀錄、學生及教職員外遊紀錄、學生保健整體跟進；
校務處：	負責學生病假跟進、文書處理；
校長秘書：	負責教職員病假跟進、文書處理；
班主任：	負責班內學生傳染病通報、聯絡家長、學生保健、疫苗狀況、病假跟進及文書處理
體育科：	負責全校學生一年兩次之身高、體重、BMI 量度、填寫學生個人健康紀錄及有關跟進事宜

### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

#### 3.9.1 學生個人健康紀錄

為了全面了解學生健康狀況，加強保障學生及提高有關危疾或受傷處理時的應變能力，本校自 2014 年 9 月起，為入學之每位中一新生，增設《學生個人健康紀錄》（見附件），供父母或監護人填寫學生詳細健康狀況及所需要的支援（如需要），並授權學校於需要時向醫護人員提供有關紀錄以協助救治。有關紀錄容讓家長或監護人逐年檢視、修改或加簽。

此外，為了確保有關資料得到正確的使用，保障學生的私隱。本校同時制訂《學生個人健康紀錄使用須知》（見附件），清楚和詳細列明有關文件的處理程序；負責處理教職員的名單和權責；以及存取位置等。

### 3.9.2 學生疫苗狀況

每名學生於中一入學前已經透過衛生署安排接受卡介苗、乙型肝炎疫苗、肺炎球菌疫苗及加強劑、白喉、破傷風、無細胞型百日咳及滅活小兒麻痺混合疫苗及加強劑、麻疹、流行性腮腺炎及德國麻疹混合疫苗等疫苗注射，學生和家長須把有關資料如實填寫。班主任若發現遺漏，應該與家長聯絡核實，並要求家長為學生補接有關疫苗或與家庭醫生聯絡，以作合適之跟進。

### 3.9.3 體適能測試

「強健的體格是成功的基石」，沒有健康的身體，很多人生的目標也沒辦法完成，因此本校向來關注學生的身體健康和成長情況，體育科為此重要的把關。體育科於每學期為所有男、女學生量度身高、體重及身體指標（BMI），並作仔細和系統性的紀錄，一方面可為每位學生標示出身體成長的情況，另一方面亦可以評估全校學生整體的身體狀況，針對性地為體育科的課程設計及教學評估作出調適。

此外，體育科亦會於全年不同時段，為學生進行體適能評估，評估項目包括心肺功能、肌力、肌耐力、柔韌性等，為學生的身體體適能狀況作更全面的了解和訓練。

### 3.9.4 學生保健

#### 身體檢查

本校每年委任老師配合政府安排，並派發衛生署學生健康服務的有關文件至各班主任轉呈學生及家長，並鼓勵積極參與；亦有跟進學生之出席情況。未有參與有關服務或因事未能出席者，亦會由班主任與學生或致電家庭了解未有參與/出席的原因，並鼓勵家長陪同學生由家庭醫生進行年度身體檢查，作為補充。

#### 牙齒檢查

鑒於政府為全港學童提供之免費牙科檢查服務未有覆蓋中學生層面，因此，本校除每年提醒學生與家長定期使用私人牙科檢查服務外，亦會主動了解及介紹由政府及志願機構提供之免費或優惠牙科檢查服務，例如由衛生署口腔健康教育組舉辦『「TEENS」健腔獎勵計劃—中學生促進口腔健康先導計劃』，方便學生及培養其「每年檢查牙齒及口腔

健康」之良好習慣。

### 全校檢查統計

為有效了解和掌握學生使用「學生健康服務」、「年度身體檢查」及「牙齒及口腔檢查」的情況，本校每年 4 月會由班主任向學生搜集有關資料，匯聚成全校數據，再交由校方參考及制定跟進和優化策略。統計活動由健康教育委員會統籌。

### 3.9.5 與家長跟進學生生長狀況、BMI 指標、參與保健服務及

#### 免疫狀況

學校會以《學生手冊》每年 2 次通知家長學生的生長狀況、BMI 指標；另會每年一次跟進學生參與學生健康服務（學童保健）及牙齒檢查；若發生學生因特殊情況（例如：小學階段並非於本港生活），或其他免疫狀況問題，會通知家長帶同子女就醫，作出合適的專業醫療跟進。

## 學生個人健康記錄

### 生長狀況

項目	學期	數據	日期	家長簽署
身高量度	上學期	厘米		
	下學期	厘米		
體重量度	上學期	公斤		
	下學期	公斤		
BMI 體重(公斤) / 身高 2(公尺 2)	上學期			
	下學期			

## 青少年健康 BMI 指標

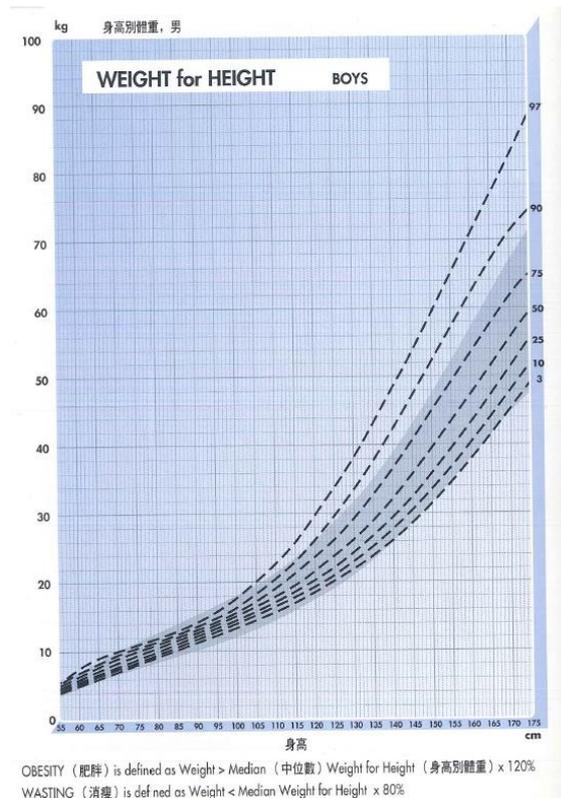
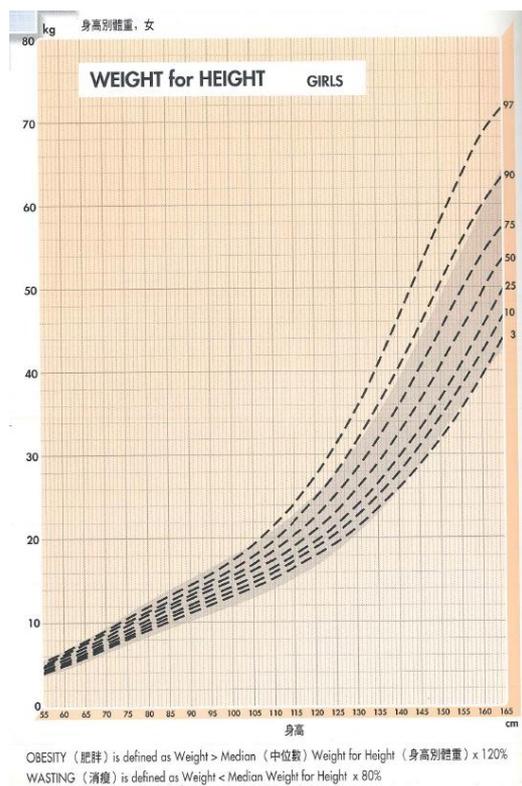
年齡	男性			女性		
	正常範圍 (BMI 介於)	過重 (BMI ≥)	肥胖 (BMI ≥)	正常範圍 (BMI 介於)	過重 (BMI ≥)	肥胖 (BMI ≥)
11	15.8-21.0	21.0	23.5	15.8-20.9	20.9	23.1
12	16.4-21.5	21.5	24.2	16.4-21.6	21.6	23.9
13	17.0-22.2	22.2	24.8	17.0-22.2	22.2	24.6
14	17.6-22.7	22.7	25.2	17.6-22.7	22.7	25.1
15	18.2-23.1	23.1	25.5	18.0-22.7	22.7	25.3
16	18.6-23.4	23.4	25.6	18.2-22.7	22.7	25.3
17	19.0-23.6	23.6	25.6	18.3-22.7	22.7	25.3
18	19.2-23.7	23.7	25.6	18.3-22.7	22.7	25.3

## 參與保健服務情況

	檢查日期	是否完成	家長簽署
學生健康服務 (學童保健)			
學童牙科保健服務 (牙齒檢查)			

## 免疫狀況

日期		教師簽署	家長簽署
	請家長盡快安排子女就醫，並查詢補充免疫接種。		



本表資料參照香港中文大學兒科學系梁淑芳教授(1995)編製之《兒童生長與營養評價指南》。體重適中是指按男女生的身高別體重常模，個別學童的體重介乎中位數的 80%至 120%之間，肥胖是指體重超過身高別體重中位數之 120%，而消瘦是指體重低於該中位數之 80%。假如男生身高超過 175 厘米或女生身高超過 165 厘米（超出指南提供之參照範圍），則採用世界衛生組織專家組 [World Health Organisation Expert Consultation](2004)為亞洲地區成人修訂的身體質量指數判斷界值 (Body Mass Index cutoffs for Asian populations)，將身體質量指數介乎  $18.5-22.9\text{kg/m}^2$  之間的學童判斷為體重適中。

## 跟進學生參與保健服務

此外，為了確保學生和家長更積極參與由衛生署提供之學生保健服務，提高參與率。本校由 2017-18 學年起由健康教育委員會聯同校務處統籌有關學生參與保健服務之跟進工作，包括：

1. 在班主任協助下，於學年初記錄全校學生之參與保健服務日期；
2. 於各「高峰期」前（通常會安排於長假期首天或特別學校假期）以全校廣播或個別班級通知方式（視乎人數而定）提醒學生前往參與；
3. 於學期或學年終結時，再在班主任協助下，記錄及統計學生有否出席及作出簡單跟進。

# 示例

## 2017-2018 學生健康服務檢查時間記錄表

班別	11月20日	12月20、21及22日	2月14及15日	人數
1A		2017年12月20日		27人
1B		2017年12月20及21日	2018年2月14日	25人
1C			2018年2月14及15日	23人
1D	2017年11月20日		2018年2月14日	23人
2A	2017年11月20日	2017年12月20日		25人
2B		2017年12月20日		23人
2C		2017年12月20日		22人
2D		2017年12月20日	2018年2月14日	18人
3A	2017年11月20日			25人
3B		2017年12月20日		20人
3C		2017年12月21及22日		17人
3D		2017年12月20日		18人
4A		2017年12月20日		16人
4B	2017年11月20日	2017年12月20日		25人
4C	2017年11月20日			16人
4D		2017年12月20日上午		23人
5A	2017年11月20日下午			9人
5B	2017年11月20日	2017年12月20日		24人
5C		2017年12月22日	2018年2月14日	19人
5D		2017年12月20日		24人
6A	2017年11月20日	2017年12月20日		20人
6B	2017年11月20日上午			25人
6C	2017年11月20日上午			19人
6D		2017年12月20日下午		22人
				508人

### 3.9.6 醫療設備

本校設有兩間休息室分別供教職員及學生使用，而在校務處也設有急救藥箱、口罩及耳穴式體溫計供一般身體抱恙的學生使用，另備自動心肺復甦機及十五位已受訓使用之教職員，供緊急情況時使用。每個急救藥箱均備有《藥箱用品清單》及《藥箱檢查紀錄表》，由專人負責定期檢查和補給。除特別情況，學生及教職員主要使用校務處內之藥箱，該處備有《校務處藥物取用記錄表》，由專職人員定期覆核和統計數據，並提交有關部門<sup>10</sup>跟進研究。

健康教育委員會備有電子血壓計及操作說明，供教職員使用，可保平安。在安全用藥方面，本校備有《安全用藥指引》，列明本校立場及訂定的相關措施，避免不恰當使用藥物及引起藥物敏感；急救藥箱並不存放和提供任何個人或口服之藥物，以保障學生和教職員的安全。

### 學生個人健康紀錄

為了全面了解學生健康狀況，加強保障學生及提高有關危疾或受傷處理時的應變能力，本校自 2014 年 9 月起為入學之每位中一新生，增設《學生個人健康紀錄》（見附件），供父母或監護人填寫學生詳細健康狀況及所需要的支援（如需要），並授權學校於需要時向醫護人員提供有關紀錄以協助救治。有關紀錄容讓家長或監護人逐年檢視、修改或加簽。

此外，為了確保有關資料得到正確的使用，保障學生的私隱。本校同時制訂《學生個人健康紀錄使用須知》（見附件），清楚和詳細列明有關文件的處理程序；負責處理教職員的名單和權責；以及存取位置等。

### 3.9.7 急救應變

遇有意外或緊急事故發生時，本校會委派持有有效急救證書的教職員對有需要人士施以急救，遇有需要送急症室時，將按情況由學校教職員陪同送院。現時，部份教職員持有有效急救證書，校務處職員則肩負支援工作，急救箱的用品將由指定技術人員定期檢查、更換。本校今年新備自動心肺復甦機及十五位已受訓使用之教職員，供緊急情況時使用及操作，亦設有急救藥箱、口罩、耳穴式體溫計及血壓計。

---

<sup>10</sup> 總務處、健康教育委員會等

### 3.9.8 健康教育資訊發放

健康教育委員會定期按身心發展需要，向各年級學生發放健康教育資訊並存有紀錄。此外，各班之壁報板及樓層洗手間均貼上《注意個人衛生習慣》、《洗手的正確方法》指示卡，加強學生的個人衛生意識；全年均不定期轉貼教育局、衛生署等政府部門有關公共衛生及健康的資訊到全校各班，採取相應預防措施和宣傳教育工作。有關議題包括《注意流感高峰期及預防》、《認識及預防猩紅熱》、《認識及預防手足口病》及《夏日炎炎提防中暑》等。

日期	健康主題	數量	對象
2014-09-18	學生健康服務	3	1A、1C、1D
2014-09-18	青少年戒煙	2	3C、3D
2014-09-18	Don't let your hands spread germs	2	3A、3B
2014-09-18	注意飲食衛生	2	2A、2B
2014-09-18	加入梘液 搓手 20 秒	2	2C、2D
2014-09-18	小心雙手	2	4A、4B
2014-09-18	預防中東呼吸綜合症	1	4C
2014-09-18	彩橋：減肥方程式	8	4D、5A、5B、5C、5D
2014-09-18	彩橋：網上欺凌	7	6A、6B、6C、6D、6E
2014-12-17	加入梘液 搓手 20 秒	1	1A
2014-12-17	小心雙手	1	1B
2014-12-17	預防流行性感冒	2	1C、1D
2015-04-08	潔手小冊子	20	F.1-F.5
2015-04-08	手足口病小冊子	20	F.1-F.5
2015-04-08	加入梘液 搓手 20 秒	5	1B、1C、1D、2A、2B
2015-04-08	預防手足口病	3	1A、1C、1D
2015-05-26	《紫外線不可不防》小冊子	3	體育科、OLE、社工
2015-05-26	《夏日炎炎慎防中暑》小冊子	3	體育科、OLE、社工
2015-05-26	《夏日炎炎慎防中暑》海報	2	OLE、社工
2015-05-26	《紫外線不可不防》小冊子 《夏日炎炎慎防中暑》小冊子	2	2A、2B

## 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health?  
Retrieved October 15,2012, from  
<http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
- 衛生署學生健康服務（2016）《健康生活》  
[https://www.studenthealth.gov.hk/tc\\_chi/health/health\\_hi/health\\_hi\\_ahl.html](https://www.studenthealth.gov.hk/tc_chi/health/health_hi/health_hi_ahl.html)

## 4. 禁毒教育及預防工作

本校為了推行理想而全面的健康教育，在教育及預防工作方面定立多個切入點。現分述如下：

### 部門與職能

校長：	總統籌、策劃及顧問
學生事務副校長：	統籌學校學生事務工作，監督學校禁毒教育及預防工作
訓導處：	統籌學校訓育事務、學生獎懲及禁毒教育及預防工作
輔導處：	統籌學校輔導事務，包括學生個別輔導、大型輔導活動、禁毒教育、預防及跟進工作
健康教育委員會：	統籌學校健康教育及促進健康事務、《健康校園政策》檢討與修訂、普及禁毒教育及預防工作
學校社工：	專職學生個別輔導、禁毒教育、預防及跟進工作
所有教職員：	關心、觀察及留意學生，出現異常情況之即時處理；定期接受有關之專門訓練

### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

#### 4.1 教育工作

##### 4.1.1 德育及公民教育

培養學生的個人品德，協助他們認識、接納和尊重自己，從而接納和尊重他人。讓學生認識他們在社群中的角色、應負的責任和應有的處事態度，加強學生的自律意識及公德意識。培養學生擁有關注環境保護的價值觀、態度和習慣。透過生活體驗，幫助學生培育出積極的人生觀，使成為良好公民。

##### 4.1.2 健康教育

讓學生能成為健康的人，是指生理上、心理上及精神上的完全安寧

美好狀態，而非僅僅祇是免於疾病或虛弱。本校能成為一所健康學校，為學生營造一個衛生、舒適、寧靜及愉快的學習環境，能塑造一群擁有健康體魄及優越成就的學生。

### **4.1.3 其他學習經歷及課外活動**

透過不同類型活動拓闊學生視野，發展其終身興趣，培育正面的價值觀及態度，實現全人及均衡發展的五育（德、智、體、羣、美）目標及發展終身學習的能力。

### **4.1.4 教師專業發展**

透過各類型活動，鼓勵教師自發地在教育專業發展中提升自我及教學技巧，對自己的專業發展負責，除了在教學工作上追求卓越表現之外，亦尋求個人品格和職涯上的成長。配合學校的發展需要及以《學習技能總綱》為依據，安排有質素的持續專業發展訓練，讓校內教師團隊與學校同步成長。鼓勵專業交流及同儕協作，建立團隊士氣，發揮群體精神，讓教師感到工作方面得到支持和鼓勵，認定教育工作為有意義的終生事業。

## **4.2 預防工作**

### **4.2.1 訓育**

訓導處負責維持學校良好的紀律及秩序，讓學生在一個愉快、和諧及關愛的環境下學習和成長。舉辦中一級步操訓練，培養學生自律、自覺和明辨是非的能力。中二、中三級舉辦秩序比賽，教導他們愛護學校、尊重他人、互助互愛，發展良好的個人素質。協助學生建立積極的人生觀及對社會的責任感，成為『才德兼備』的良好公民。

### **4.2.2 前線教師關注和通報**

教師可從日常校園生活中，多觀察和嘗試掌握學生的生活脈搏，如發現不尋常的訊號，例如與家人、朋友關係突變、經常精神萎靡不振、身上藏有不尋常的藥物或粉末，可嘗試作深入了解，或按已有機制向有關部門通報。

### **4.2.3 識別學生吸食毒品的訊號**

#### **i 學業方面**

- 經常無故遲到/缺席/逃學
- 精神無法集中/上課打瞌睡，無心聽講
- 記憶力不斷衰退
- 做事或讀書不專心/學業成績突然顯著退步

#### **ii 家庭及人際關係方面**

- 無故疏遠家人或朋友/孤立自己
- 與背景複雜的人交往
- 經常向家人/同學借錢

#### **iii 情緒方面**

- 情緒異常/喜怒反覆無常/煩躁不安/抑鬱
- 反應遲鈍呆滯/容易發脾氣
- 突然異常精力充沛/情緒失控

#### **iv 行為/生活習慣方面**

- 經常無故飲用大量清水/凍飲
- 行蹤神秘/行為怪異
- 不願意透露自己所做的事和行蹤

#### **v 身體方面**

- 飲食/睡覺習慣異常
- 有幻覺/幻聽
- 身體無故生瘡
- 體重暴減
- 經常躲在洗手間/尿頻
- 經常無故流鼻血

#### **vi 藏有物品方面**

- 藏有來歷不明的粉狀物質/藥丸/藥水樽/錫紙/手捲煙/膠藥袋
- 藏有盛載天拿水物品，如玻璃瓶/棉花/廁紙
- 藏有插兩支飲管的果汁盒
- 藏有異味的煙蒂

#### **vii 言語表達方面**

- 說話變得含糊不清
- 對答反對遲鈍

- 言談間經常夾雜吸食危害精神毒品文化用語/暗語(凍野/牛牛/五仔/B 左未/幾多劃等)

#### viii 其他備注

- 如懷疑學生吸毒，老師可嘗試查問學生一些簡單的問題，如日期等。如學生無法回答，多為吸食毒品後的特徵。
- 大部份情況下，吸毒的特徵只會在長期吸食的學生身上較明顯地出現。

### 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health? Retrieved October 15,2012, from <http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
- 保安局禁毒處《預防教育和宣傳》  
<http://www.nd.gov.hk/tc/preventiveeducation.htm>
- 香港賽馬會藥物資訊天地 <http://www.nd.gov.hk/tc/druginfocentre.htm>

## 5. 涉毒事故處理程序

本校對危機管理非常重視，並制訂《學校安全政策》、《危急及自然災害應變指引》及《防止性騷擾政策》文件，為不同類型事故訂定處理程序，以確保學生和教職員的人身和財物安全為首位。

### 部門與職能

校長：	總統籌、策劃及顧問
學生事務副校長：	統籌學校學生事務工作，危機處理工作
訓導處：	統籌學校訓育事務、學生獎懲及涉毒事故處理工作
輔導處：	統籌學校輔導事務，涉毒事故處理及跟進工作
健康教育委員會：	統籌學校健康教育及促進健康事務、《健康校園政策》檢討與修訂、涉毒事故處理及跟進工作
學校社工：	專職學生涉毒事故處理、個別輔導及跟進工作
所有教職員：	關心、觀察及留意學生，出現異常情況之即時處理；定期接受有關之專門訓練

### 加強教職員專業發展

學校鼓勵教職員在有關方面持續進修及專業發展，為健康校園政策往後發展奠定穩健而良好的基礎。

#### 5.1 一般事故處理

教職員如發現一般事故，例如：非構成傷亡或威脅人身安全之器材和家具損毀、遺失物品等，應先通知校務處，再按既定之程序和手續處理。詳情請參閱《危急及自然災害應變指引》文件及《教師手冊》內之通告。

#### 5.2 懷疑涉及毒品個案處理

##### 5.2.1 不同情況之處理程序

###### (一) 學生清醒的情況下的通知程序：

- 立即聯絡家長及校務處專職同事（李淑儀小姐），然後再按家長的意願決定需送院或通知警民關係科聯絡主任與否。
- 同時通知畢麗華副校長，由副校長通知校長，同時聯絡社工、

訓、輔主任與學生的班主任，以收集有關該學生的資料為大前題。

- 切勿讓學生喝水，以免導致哽塞。
- 家長到達後，可建議家長在同意書上簽署，由社工連同訓或輔主任及家長帶同學生到驗毒中心辦理驗毒事宜。

## (二) 在學生失去部份知覺的時候：

### 特徵

- 臉色急遽轉青或紅
- 嘔吐
- 呼吸出現困難
- 失去更多其他知覺
- 抽筋
- 不能控制身體肌肉或平衡
- 不能清楚回答問題，失去判斷力

### 處理方法

- 詢問學生(如能說話)曾服食何種藥物、份量及當時感覺如何
- 送學生往安全地方休息，並必須有專人(關家志先生、李永棠先生及校務處職員)照顧，直至其家人或醫護人員到場
- 提防學生隨時嘔吐，以防嘔吐物阻礙呼吸
- 保留嘔吐物(可行的情況下)
- 切勿讓學生喝水，以免導致哽塞。
- 如學生無需送院，家長到達後，可建議家長在同意書上簽署，由社工連同訓或輔主任及家長帶同學生到驗毒中心辦理驗毒事宜。

### 通知程序

- 立即聯絡家長及學校有急救證書的同事(關家志先生、李永棠先生)，然後再按家長的意願決定需送院或通知警民關係科學校聯絡主任與否。
- 同時間通知副校長，由副校長通知校長，同時聯絡社工、訓、輔主任與學生的班主任，以收集有關該學生的資料為大前題。

## (三) 在學生完全失去知覺的時候

- 立即聯絡家長並送院。

### 留意事項

- 留意學生氣管有沒有障礙物
- 學生有否受傷
- 不論之後有沒有甦醒均需立即送院檢查及通知家人

#### **在未送院前的處理方法**

- 送學生到安全地方，並必須有專人(吳漢東先生、丘嘉健先生)照顧直至其家人或醫護人員到場
- 檢查學生的呼吸、心跳情況及暈倒時有沒有受傷，根據情況進行適當急救，如清理嘔吐物，以免呼吸道受阻及包紮其他傷口。
- 跟隨醫護人員到醫院，給予有關學生的資料
- 保留嘔吐物(可行的情況下)

### **5.2.2 法律問題**

- 當發現學生管有毒品時學校應立即通知警民關係科聯絡主任(莊警長 61799115)。

### **5.2.3 有關學生驗毒的事宜**

- 驗毒的費用由家長付繳，校方必須事先與家長清楚說明。
- 如有任何學生及其家長同意驗毒，本校將安排學生及其家長赴(一)東頭邨明愛樂協會或(二)葵涌醫院藥物誤用評估中心進行驗毒，該中心將會為學生驗毒並跟進。

#### **(一) 東頭邨明愛樂協會**

地址: 東頭邨東發道耀東樓地下

電話: 2382 0267

開放時間: 星期一至三: 10am – 6pm

星期四及五: 10am – 10pm

星期六: 9am-1pm

收費: \$10 – \$40 (視乎檢驗項目而定)

如學生對驗毒結果不滿意，樂協會可安排學生到瑪嘉烈醫院重新驗毒，這項目需另外收費。

地址：九龍荔枝角瑪嘉烈醫院 K 座 10 樓

## (二) 葵涌醫院藥物誤用評估中心

地址: 葵涌醫院路 3-15 號葵涌醫院 L/M 座五樓 L5 病房

電話: 29598082

收費: 第一次\$100, 第二次跟進收費\$60 (申請綜援的學生可括免繳費)

### 5.2.4 個案跟進

- 為減省資源及簡化程序, 學生吸食毒品的跟進將由社工、成長及升學就業小組組長與學生進行詳細而深入話談, 與學生制訂戒除濫藥的可行方法。

### 5.2.5 通報流程

#### (一) 在學生清醒的時候:

通知副校 → 家長、校長(知悉) → 訓、輔主任 → 社工 → 班主任

#### (二) 在學生完全失去知覺或失去部分知覺的時候:

留在課室 → 通知校務處 → 通知有急救證書的同事 (吳漢東先生、丘嘉健先生)到課室 → 同時通知副校長(畢麗華副校長) → 家長 → 訓、輔主任 → 社工 → 班主任

#### (三) 當校長出外開會時:

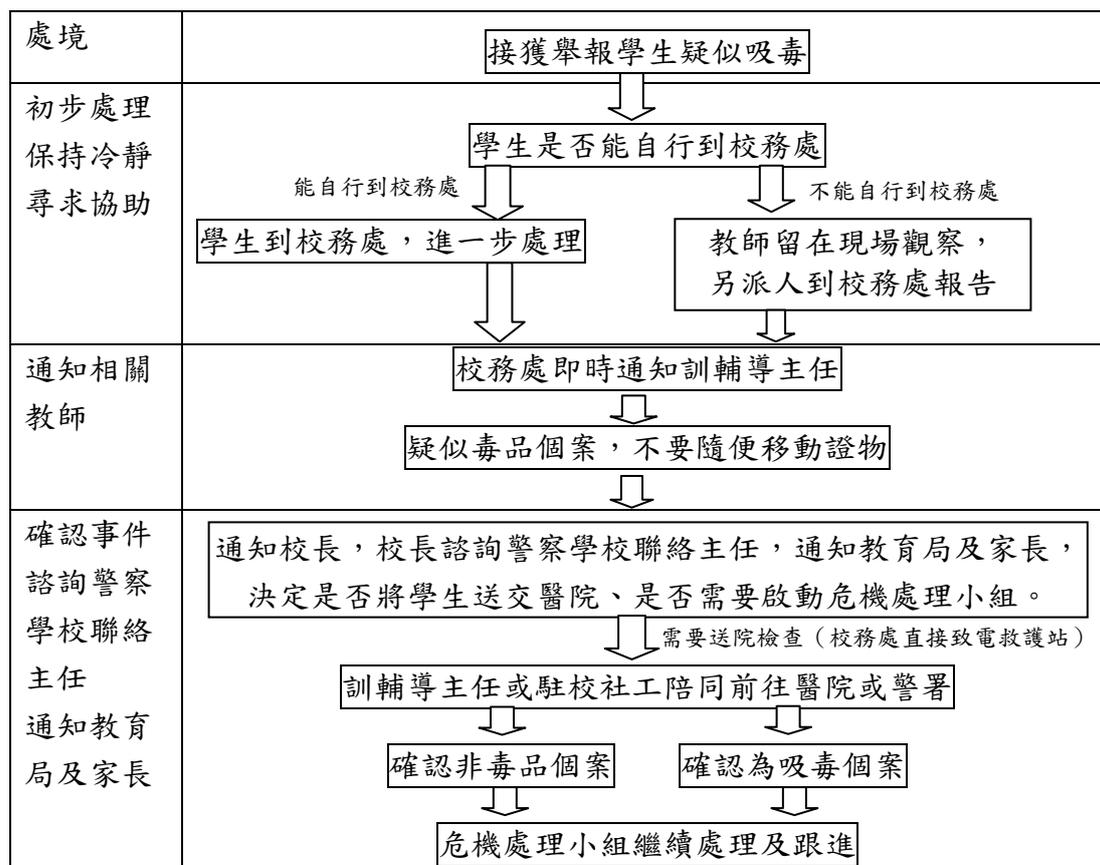
通知副校長 (畢麗華副校長) → 家長 → 訓、輔主任 → 社工 → 班主任

#### (四) 學生入院後 → 危機小組啟動

### 5.2.6 注意事項

注意事項	理念
1.確保懷疑吸毒學生及周圍學生的人身安全	安全至上
2.教師不應私下搜查學生或隨身物品，如需搜查學生財物或向學生搜身，應參照教育局(學校行政手冊)內的指引	尊重學生私隱
3.所有校內職員及教師，不應對任何學生吸毒事件作出評論，更不應公開有關學生姓名及其個人資料	注意保密情況
4.校長可安排適當同事諮詢警察學校聯絡主任及通知教育局	校內分工
5.校方應聯絡學生家長及警察學校聯絡主任，以便跟進	與家長及警方緊密聯繫
6.校方可聯絡救護總區，直接安排救護車	

### 5.2.7 抗毒流程圖(簡表)



### 5.2.8 支援機構

服務機構	服務範圍	聯絡電話
明愛容園中心	屯門、荃葵青	2453 7030
香港基督教服務處 PS33	九龍西	2368 8269
香港路德會社會服務處路德會青欣中心	大埔、北區	2660 0400
香港路德會社會服務處路德會青彩中心	九龍東	2330 8004
東華三院越峰成長中心	香港區	2884 0282
香港聖公會福利協會新念坊	沙田、大圍及馬鞍山	8202 1313
基督教香港信義會天朗中心	元朗、天水圍	2446 9226

### 5.3 涉及有特殊學習需要學生的事故處理

- 5.3.1 有「特殊學習需要」的學生如有失控問題。任課老師需請班長通知校務處或班長帶領學生完成登記。
- 5.3.2 校務處同事將通知訓導老師、特殊學習需要組老師、班主任或社工到課室支援或處理學生隔離冷靜的工作。
- 5.3.3 完成輔導後，協助處理學生的老師認為情況合適，可簽發「離開通知書」給學生，讓學生回課室先行上課。
- 5.3.4 協助處理學生同事可與提出增援的任課老師一起跟進事宜。提出增援的任課老師有需要時可填妥及交回訓、輔導個案轉介表格，以便對學生作出適切跟進。
- 5.3.5 訓、輔導個案轉介表格存於校務處，請同事盡快完成及交回相關部門跟進，建議在跟進前先跟特殊學習需要組了解有關學生，在處理時需特別注意的地方。
- 5.3.6 訓、輔導處如需預約有特殊學習需要學生作輔導或跟進，必發出一份通知給學生及受影响任課老師。完成後，亦需簽發「離開通知書」給學生，以免造成任何混亂。

## 6. 社區資源

### 6.1 恆常性聯繫之機構

#### 6.1.1 嶺南教育機構／嶺南大學

嶺南教育機構是香港歷史最悠久的教育機構之一，亦是本校的辦學團體，向來給予本校全體師生最大力的物質和非物質上的支持。例如設立獎助學金、海外交流資助金，獎勵成就卓越及幫助有需要之學生；為教師設立進修基金，鼓勵教師持續進修包括禁毒的不同範疇的工作坊或教師培訓課程。

嶺南大學貫徹着「嶺南一家親」的精神，為本校學生提供非常豐富而珍貴的學習和交流的經驗，例如：長者學苑、英語學習營等。

#### 6.1.2 香港中文大學健康教育及促進健康中心

本校透過參加「優質教育基金健康校園網絡計劃」，成為夥伴學校，一方面利用這個機會檢視本校在健康校園政策規劃及具體推行的情況；另一方面透過中大團隊的專業意見和回饋，提升本校健康教育發展的全面性，為其他有志於發展健康校園的學校，提供正面的經驗分享，發揮自助助人的精神，最終為香港整體的健康教育及健康校園文化貢獻一份力量。

#### 6.1.3 駐校社工

駐校社工羅詠詩姑娘每星期有四個工作天駐守本校，為學生提供個案輔導、活動策劃及社區支援等服務。多年的相處讓她與學生已建立深厚的關係和默契，除了個案輔導外，她亦參與很多校本的輔導及學生成長計劃。

#### 6.1.4 小童群益會

香港小童群益會是本港歷史最悠久的社福慈善機構之一，服務範圍尤專注於兒童及青少年社群。除了駐校社工，該會亦會安排其他團隊成員到校或外出，支援較大型的暑期活動、OLE 活動及歷奇體驗活動。

#### 6.1.5 駐校教育心理學家

本校利用教育局的撥款，聘請教育心理學家（Debby）每星期有兩個工作天駐校，專責照顧和跟進「特殊教育需要」學生，提升他們的學習效能、自理能力和社交技巧。此外，她亦會為有關「特殊教育需要」學生的事故提供更專業的意見及跟進。

## 6.2 政府部門

### 6.2.1 教育局

教育局為本學提供學術上、專業發展上及危機管理方面的支援。分區教育主任經常跟學校保持緊密的聯繫，以確保學校在需要時，得到足夠和合理的支援。此外，亦會透過「中學學習支援津貼」撥款，讓本校聘請專業人員，例如：職業治療師、言語治療師及社工，推行融合教育，照顧有特殊學習需要學生。

### 6.2.2 警務署

香港警務署特別安排專職警長為學校聯絡主任(張警長 65086972)，與校方及訓導處加強連繫和溝通，並就預防青少年濫毒、參加黑社會等議題進行預防性講座。

### 6.2.3 衛生防護中心

衛生防護中心在傳染病風險管理和控制方面提供專業的意見及最新的資訊。一些在學校環境較易傳播的傳染病，如：猩紅熱、手足口病、流行性感冒，均會提供特別資訊及宣傳教育物資，亦會透過網站及查詢熱線，與學校加強連繫。

<http://www.chp.gov.hk/tc/cindex.html>

### 6.2.4 禁毒處

禁毒處與學校同時肩負起禁毒教育的工作，她們亦能為學校提供研究資料及為教師舉行有關禁毒的工作坊、座談會。

### 6.3 其他社區支援機構

此外，本校亦會就不同年度目標、關注事項及學生需要，與不同的社區支援機構溝通、邀請到校講座或外借教育展版等，為本校學生確立一個全方位的健康人生保護網。

服務機構	相關範疇	聯絡電話
平和基金	賭博／成隱	25916690
平等機會委員會	平等機會	25118211
香港地球之友	環境及自然保育	25285588
香港吸煙與健康委員會	吸煙與健康	28388822
香港青年協會賽馬會媒體空間 M21	電子媒體製作	39790000
香港心理衛生會	心理健康	25280196
香港思覺失調學會	心理健康	60756504
香港進食失調中心	體重管理/減肥	21445838
香港防癆心臟及胸病協會	心臟及呼吸道疾病	25273466
香港新聲會	吸煙與喉癌	27790400
環境及自然保育基金	環境及自然保育	28401771
優質教育基金	教育資源	29218833
護苗基金	性教育	28899922 / 28899933

## 7. 檢討機制

### 7.1 恆常性檢討會議

健康教育委員會每年最少一次的專案會議，就着校長的指示、學校最新情況及相關資訊，檢視《健康校園政策》文件內容。

### 7.2 審視及更新有關文件

健康教育委員會就着校長的指示、學校最新情況及相關資訊，檢視《健康校園政策》文件內容，必要時會作出更新。若相關部份涉及校內其他科組或行政組，應先向其了解和諮詢校長，必要時可邀請有關部門主管或代表參與會議。若相關部份與政府政策或其他專業範疇（例如傳染病風險管理），應先諮詢校長，與校長相議尋求專業意見協助。

### 7.3 非恆常性檢討會議

遇有特殊或緊急情況，健康教育委員會於知會校長後，可召開非恆常性檢討會議，邀請相關部門主管或代表參與會議，一方面制定緊急應變方案，把全校師生傷亡減到最低；另一方面檢視《健康校園政策》文件內容，視乎情況，作出最必要的修改。

若健康教育委員會主席或代表被邀請參與其他部門領導的聯合會議時，有關人士則需同時聚焦於會議內容是否對《健康校園政策》文件內容構成影響（例如兩者不乎或引起抵觸），並需盡快向主席報告跟進。

### 7.4 家長參與檢討及意見收集

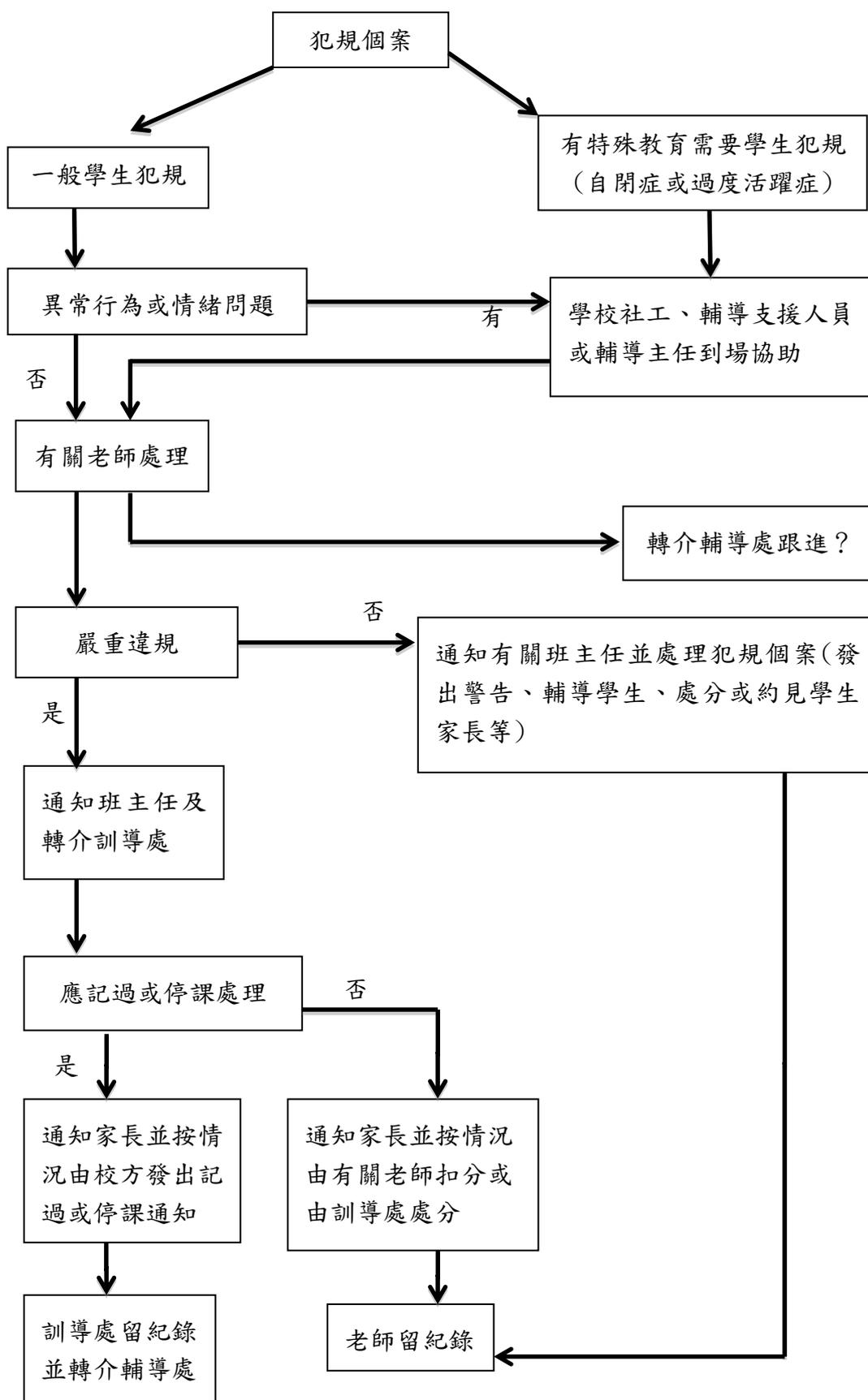
學校透過多個不同渠道收集家長對《健康校園政策》的意見，以便對本政策進行更全面的檢討，包括：

- 定期舉辦「與校長茶聚 — 《健康校園政策》意見收集」活動，直接收集家長對《健康校園政策》、健康校園和綠色學校發展之意見；
- 於家長日講座向全校家長發出問卷調查；
- 班主任亦會每年最少一次致電學生家長，了解他們對健康校園的意見；
- 健康促進學校統籌老師更會定期與家長教師會代表見面，就健康校園發展深入了解家長的意見。

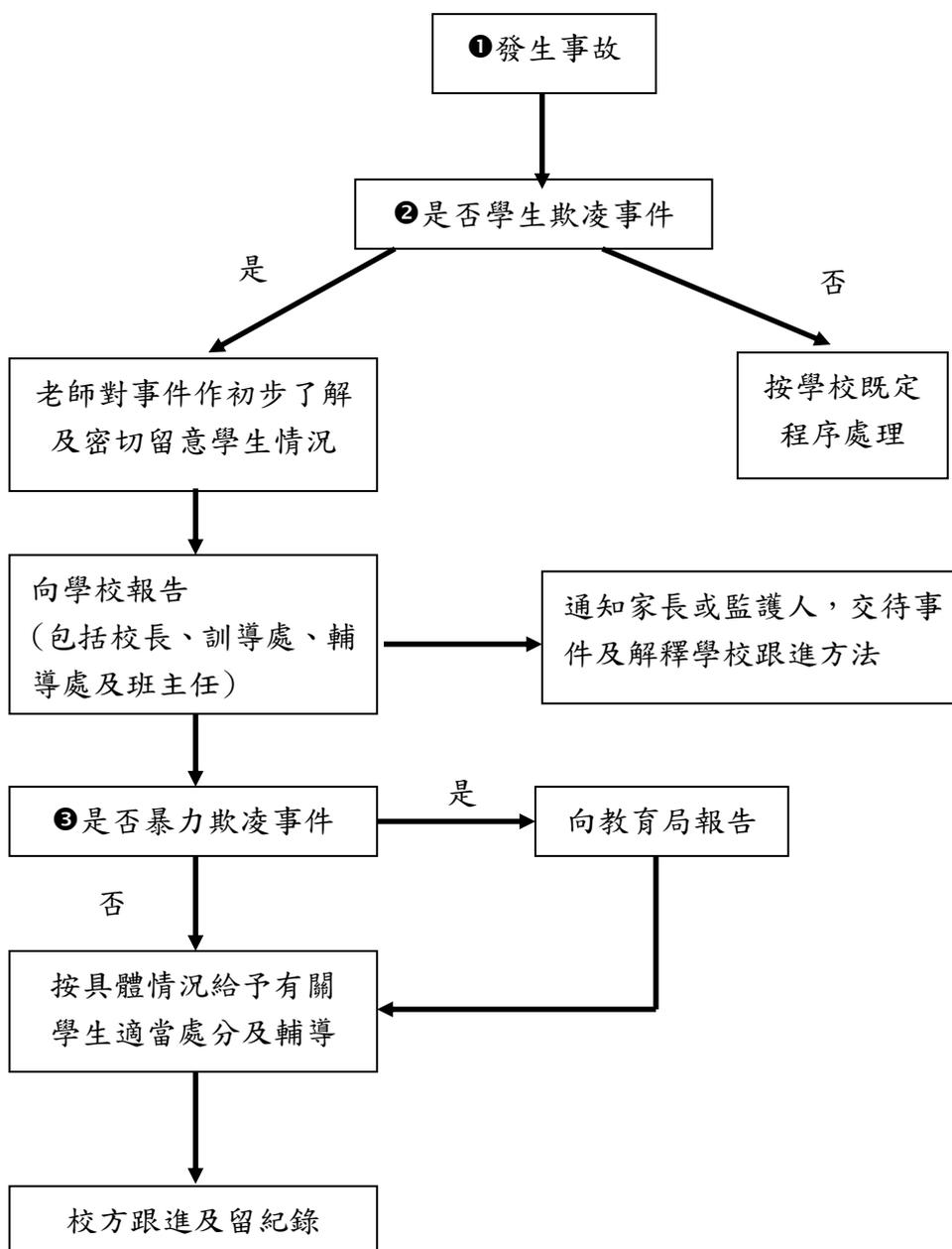
## 8. 附錄

### 8.1 事故處理流程圖

### 8.1.1 處理學生紀律問題流程圖

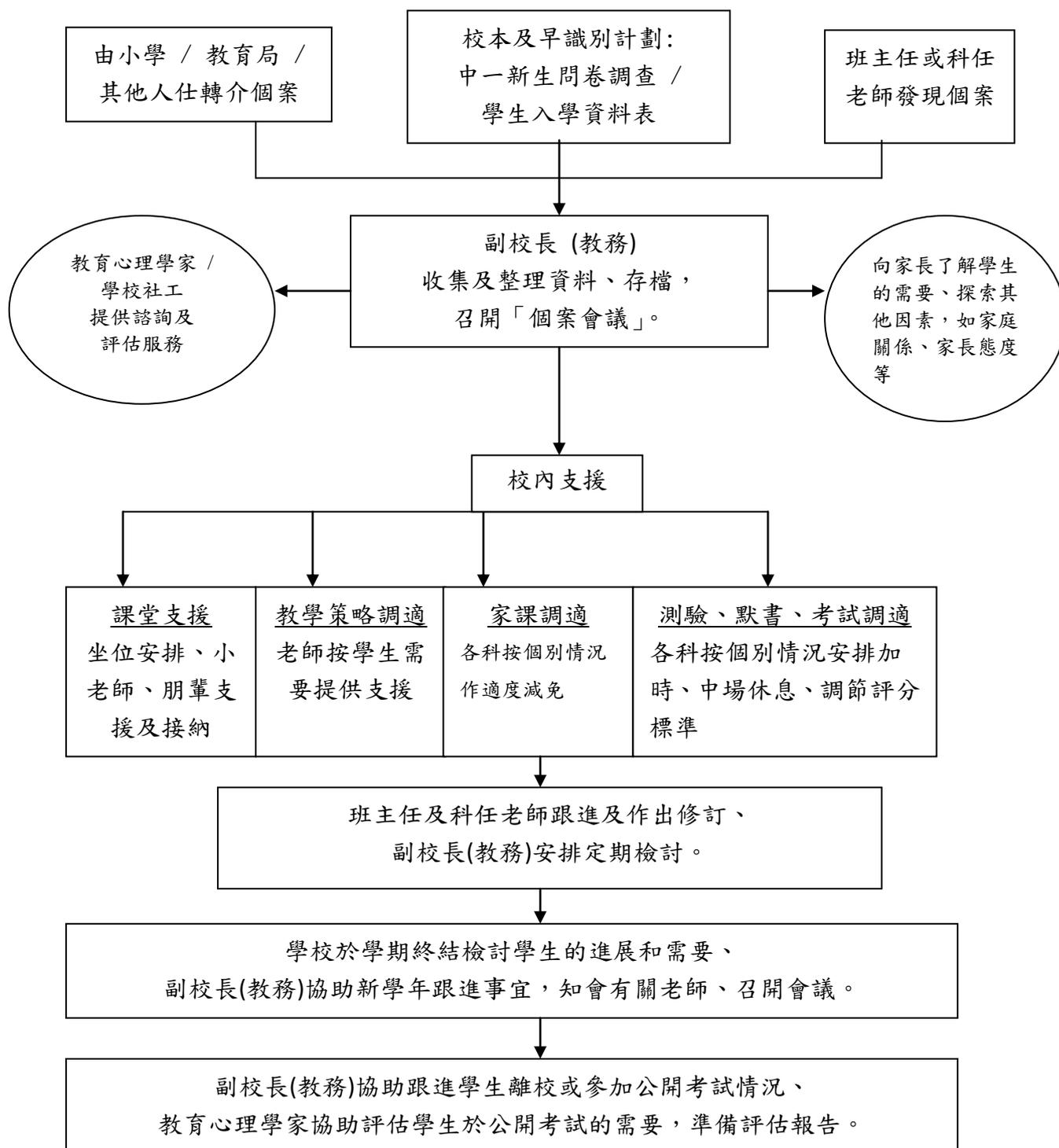


### 8.1.2 處理學生欺凌事件流程圖



備註：	①	若有需要，按一般突發事件處理，包括驅散圍觀者、保護學生、疏導學生情緒、如有需要將傷者送院或報警等。
	②	欺凌事件有三個特質：1. 欺凌者明顯地比受害者強，受害者無力或無法保護自己。 2. 事件持續發生。 3. 學生的身體、財物或心靈受到惡意傷害。
	③	暴力欺凌指惡意地使用暴力去傷害別人身體或毀壞其財物。

### 8.1.3 有特殊教育需要工作流程圖



### 8.2 支援機構聯絡一覽表

請參考本校《健康校園政策》文件

## 9. 附件

### 9.1 《健康校園行動書》

# 健康校園行動書 2018 / 2019

我校在未來一年將積極採取以下行動，致力建設健康校園，讓每位成員實踐健康生活：

1. 於正規及潛在課程中加強與健康生活相關的教育元素，因應學生的興趣和發展需要設計多元化的健康活動，並藉由合適的環境創設，讓學生在學習經驗中發展相關的知識、技能與態度。
2. 建立活力校園文化，以各項體適能測試、運動專區及運動日誌記錄，鼓勵學生參與所喜歡的運動。
3. 建設「綠色廚房」，推廣健康飲食政策，監管校內餐膳、小食和飲料供應的情況，並實施營養教育活動，鼓勵學生建立健康飲食習慣。
4. 提倡「綠色」校園，履行「珍惜」、「節約」和「減碳」的公民責任；設置資源回收措施，減少不必要的資源消耗，培養學生環保生活態度。
5. 推動關愛文化，教導及協助學生進行良好的情緒管理，加強精神健康及提升個人抗順逆力。
6. 實踐一人一職計劃，讓每位學生在班中或校內承擔至少一個崗位，培養責任心和服務他人的精神，並藉由組織學生健康大使，協助推展校園健康工作。
7. 優化校內各項衛生設施及加強傳染病預防工作，並實施衛生教育活動，鼓勵學生建立良好的衛生習慣。
8. 因應社會發展和當代學童的健康促進需要，協助學生建立健康的生活目標，預防有損健康的行為（如缺乏運動、網上沉溺及物質濫用等）。
9. 舉辦職安健活動，讓教師和員工提升健康意識和有舒展身心的機會，並定期進行校園環境視察，就安全、衛生、預防職業性勞損等方面進行評估。
10. 組織家長義工和舉辦親職教育活動，為學生家長安排相關健康培訓活動和提供義工服務機會，發展更緊密的家校協作關係。

我校各委員會和工作小組將通力合作，推展上述行動和其他健康促進工作，凝聚全體員生、家庭和社區的力量與資源，為實現健康校園的願景而不斷努力。

## 9.2 《健康校園約章》



# 嶺南鍾榮光博士紀念中學

## 健康校園約章

促進健康，全校啟航。  
為進一步提升優質教育，促進員生健康，

我校嶺南鍾榮光博士紀念中學在此承諾  
齊心建設健康校園，  
致力讓學生、教師、員工和家庭成員擁有豐盛和健康的人生。  
我們將以世界衛生組織倡導的健康促進學校發展綱領為方針，  
推展各項具校本特色的健康活動和措施，  
帶領全體員生積極參與，  
上下一心實踐健康生活，  
為本區建立一所安全、和諧、活力、環保的健康校園，  
為下一代的健康及福祉奠定良好基礎。

簽署：

朱蓓蕾女士  
校長

---

畢麗華女士  
副校長

---

楊健誠先生  
助理校長（學生事務）

---

梁國基先生  
學校健康學校統籌

---

二〇一五年二月二日

## 9.3 教員室工作職安健

# 教員室工作職安健

本文件之目的是協助校內教師正確使用教員室內之座位及公共空間，以保障校內教職員的職業安全和健康。文件分為「使用須知／規則」及「檢視清單」兩部份，以協助教師和管理人員暢順使用及進行風險評估工作。文件由健康教育委員會設計，由校長審理和核准，並會適時檢討。

### 基本裝備

每位教師獲分配約 4.5 乘 5 呎空間，備有 1 張書桌、8 格文件格、3 個抽屜及 1 張附有兩邊把手之油壓式辦公椅；每個座位以間格區分，間格板裝有網絡及電力插座以供使用。

## 一、 使用須知／規則

### 1. 室內空氣質素及通風設備

#### 1.1 常見的室內空氣污染物及其來源

- 工作人員本身的呼吸排出二氧化碳、吸煙釋放的煙霧、香水、及由其他員工傳播的過濾性病毒或細菌；
- 從傢俱、地毯或油漆散發出來的蒸氣；
- 由建築物料釋放的塵埃、玻璃纖維、石棉；
- 從清潔劑、溶劑、殺蟲劑、消毒物品及膠水散發出來的有機揮發化合物；
- 細菌、真菌、花粉、及於潮濕環境或污濁死水滋生的蚊蟲；
- 從影印機、電動馬達、靜電空氣清新機產生出來的臭氧；
- 久未清洗的冷氣風槽，內裏隱藏了很多塵埃及病菌，包括傷風感冒、肺結核、哮喘、退伍軍人症等等。

#### 1.2 辦公室常見引起空氣及通風問題的成因

- 裝修工程；
- 過於擠逼；
- 通風系統維修不足；
- 抽取新鮮空氣的入口位置接近空氣污染來源；
- 沒有妥善擺放會散發臭氧或化學氣體的辦公室儀器。

#### 1.3 改善方法

- 減少過於擠逼的環境；
- 將影印機及傳真機置於獨立地方；
- 定期檢查及清潔通風系統，包括通風管道、隔塵網等；

- 加強抽入新鮮空氣及更新空氣的頻率，以達到每小時更新空氣六至八次；
- 提防「三手煙」；
- 如患病或有流感病徵，請戴上口罩。

## 2. 照明

光線對於任何工作地方都十分重要。良好的照明不單可以提高員工的工作效率，使員工工作時看得清晰，減少眼部不適及避免意外發生。人們在差劣的照明環境下工作，除了影響視力系統，還很容易養成不良姿勢，從而出現頸部及肩膊酸痛等情況。普遍閱讀文件所需的光度約為 500 勒克司，電腦工作則為 300 勒克司。

### 2.1 電腦顯示熒幕設備及照明

- 假若沒有妥善調校光度及對比，可導致電腦顯示熒幕本身產生眩光；
- 另外物件的反光、閃亮的牆壁及任何直接光源（尤其窗戶及頭頂光線），均有可能導致眩光；
- 電腦顯示熒幕的影像質素，也是另一重要原因。

### 2.2 導致眼睛不適的因素

- 差劣照明；
- 不適當的工作環境；
- 由沒有遮蔽或未經過濾的光源所產生的眩光；
- 長時間維持同一或太接近的視程。

### 2.3 改善方法

- 以濾光罩隔濾光線，或把光度調暗；
- 在窗戶安裝可調校的窗簾；
- 熒幕背景宜選擇較淺顏色；
- 熒幕角度不可向著窗戶或光源，應與窗戶和光源成直角，避免出現眩光；
- 按個人需要調節熒幕光暗度及色差；
- 確保檯燈只照射文件而非照著熒幕。

## 3. 電腦及顯示熒幕設備

### 3.1 使用電腦及顯示熒幕設備引致的不適情況

每日長時間使用電腦及顯示熒幕設備，很容易感到手部和肩背疼痛，眼睛疲勞和全身疲倦。這些情況也會減低員工的工作效率。其實電腦及顯示熒幕設備本身未必會引起健康問題，這些問題大多與不正確使用方法有關。只要適當安排工作與環境，妥善使用電腦及顯示熒幕設備，便能有效預防各種健康毛病；一些使用者於長時間集中使用電腦及顯示熒幕設備後，即可能出現手部、手腕、臂、頸項、肩膊或背部酸痛的情況，長年累月可發展為「重複性勞損」。

### 3.2 導致因使用電腦而引致身體不適的因素

- 顯示螢幕上的眩光；
- 差劣的影像質素；
- 工作環境的壓力；
- 不習慣使用電腦及顯示螢幕；
- 長期觀看螢幕而沒有休息；
- 不正確姿勢；
- 或結合上述多項原因。

### 3.3 改善方法

- 休息或變化活動，我們應該把需要長時間使用電腦的工作分段來進行。至於休息的需要，則視乎工作性質與緊密程度，最理想當然是可自行決定須何時進行短暫休息。
- 配合個人需要，盡量利用現有設備，調節至最適合自己的狀態，以預防職業健康問題。
- 保持舒適
  - ◇ 調較椅子及顯示螢幕，找出最舒適的工作位置。普遍準則是：前臂（從手肘至手腕部份）約維持水平擺放，眼睛高度與螢幕頂端平齊。
  - ◇ 確保有足夠空間擺放所需文件與設施。
  - ◇ 嘗試多種擺放鍵盤、螢幕、滑鼠及文件的方式，以找出最適合自己的位置；可考慮使用文件夾，以避免眼睛從文件移至螢幕的活動。
  - ◇ 移動辦公桌與顯示螢幕以避開眩光或螢幕的反射光線，注意無論是工作者或是顯示螢幕，均不宜直接面對窗戶或強光；可選用窗簾或百葉簾，以調節過強的光線。
  - ◇ 移開辦公桌下任何障礙物如盒子、文件夾等，確保有足夠空間讓腿部伸展。
  - ◇ 避免椅子邊緣對腿部及膝蓋背面造成壓力，尤其個子矮小人士，可使用腳踏改善情況。
- 鍵盤輸入
  - ◇ 調較鍵盤至適當的輸入角度，最好在鍵盤之前留有空間，以便雙手停下來休息時用。
  - ◇ 良好的輸入方法非常重要：輸入時應盡量保持手腕平直，打字力度宜輕柔，以免手指過分拉緊。
  - ◇ 把滑鼠放在適當位置，盡可能靠近桌子端坐，確保使用滑鼠時手腕平直，並且不必過度伸展手臂；若毋須使用鍵盤，可將之移開。
  - ◇ 以桌子支撐前臂，不要把滑鼠握得太緊，手指應輕輕按著滑鼠鍵。
- 觀看螢幕

- ◇ 按辦公室的照明程度調較螢幕的光暗和色差。
- ◇ 選擇螢幕上文字的大小，以能清楚閱讀為原則；個別字體必須清晰，不可閃爍或搖動不停。

➤ 姿勢與休息

- ◇ 桌面高度與工作配合，使手臂在工作時可保持舒適自然狀態。
- ◇ 坐姿要常挺直、腰靠椅背。
- ◇ 切勿長時間保持同一坐姿，宜按實際需要而改變姿勢。
- ◇ 有些工作如整理檔案或影印，均提供了轉換工作，令眼睛或肌肉休息的好機會。

➤ 建議的工作間及工作姿勢

- ◇ 觀看角度  $15^{\circ} - 20^{\circ}$
- ◇ 觀看距離 35 – 60 厘米(cm)
- ◇ 前臂與手臂大約成  $90^{\circ}$
- ◇ 可調較高度及傾斜度
- ◇ 可調較的座位高度（對一般用者，座位高度最少應介乎 40 – 50 厘米；對較矮的用者，最少應介乎 38 – 48 厘米）
- ◇ 安裝有五個腳輪的椅底
- ◇ 如有需要，可使用穩固的腳踏
- ◇ 膝部前應有足夠空位
- ◇ 手部承托
- ◇ 螢幕與視線成直角
- ◇ 可調較文件架
- ◇ 手腕傾斜度不超過  $10^{\circ}$
- ◇ 螢幕支座，可調較作旋轉及傾側之用
- ◇ 可調較工作檯的高度



#### 4. 聲帶護養

長時間說話可令聲帶疲累受損，尤其以教師等因工作所需而必須長時間使用聲帶的人士更是身受同感。聲音沙啞是聲帶病變的訊號，教師們需多加留意。本部份旨在為長時間使用聲帶的人士保養聲帶提供建議。

##### 基本資料

聲帶是位於喉部的甲狀軟骨內兩條白色的條索狀結構，由肌肉、軟組織及黏膜組成，作用是保護氣管及負責發聲。聲音障礙與長期用聲過度、發聲不當或感染炎症有關。

##### 引致聲音障礙的原因

- ◇ 不良的發聲習慣：包括大聲說話、大聲哭泣或叫喊、說話速度過急、太勞氣、說話音調過

高或過低、以氣音不出聲說話、習慣性清喉嚨、長期咳嗽、用不適合自己的音調唱歌（如卡拉 OK）、因聽覺減退而缺乏自我控制用聲的能力

- ◇ 長期用聲過度：在嘈吵的環境下說話、長時間不必要地用聲、缺乏休息、因為工作需要長時間使用聲線、習慣說話過多、急促、無停頓、經常向遠處大喊
- ◇ 生理因素：聲帶病變 / 神經癱瘓、內分泌失調、變聲期的轉型
- ◇ 心理因素：壓力過大、情緒緊張
- ◇ 其他因素：吸煙、胃酸倒流、缺水、常飲咖啡濃茶、常服刺激性食物、藥物

### 常見的聲帶病變

聲帶、聲帶結節、聲帶瘰肉、微絲血管爆裂、肉芽腫、聲帶炎、聲帶水腫、聲帶囊腫、聲帶麻痺、喉腫瘤

### 聲帶檢查

- ◇ 聲線評估
- ◇ 喉纖維內視鏡
- ◇ 喉頻閃內視鏡、綜合嗓音門診

### 聲音障礙的治療

- ◇ 非手術治療：藥物、聲線保健、音聲語言治療、發聲技巧訓練
- ◇ 手術治療：喉內視鏡顯微手術、激光手術、聲帶注射整型手術、喉整型音聲外科手術

### 保護聲線 Do and Don't

- |  |  |
|--|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> 大叫大嚷，激烈和用力地說話      | <input checked="" type="checkbox"/> 用適當的音量,要輕鬆及溫柔地說話   |
| <input checked="" type="checkbox"/> 刻意把音調提高或壓低         | <input checked="" type="checkbox"/> 用適合自己的音調           |
| <input checked="" type="checkbox"/> 說話音量過大或過小          | <input checked="" type="checkbox"/> 說話速度要適中,多作停頓       |
| <input checked="" type="checkbox"/> 扮怪聲                | <input checked="" type="checkbox"/> 感冒或咳嗽應儘快延醫治理,並減少用聲 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 大力咳嗽               | <input checked="" type="checkbox"/> 多喝開水               |
| <input checked="" type="checkbox"/> 習慣性地清理喉嚨           | <input checked="" type="checkbox"/> 保持充足的睡眠和輕鬆愉快的心境    |
| <input checked="" type="checkbox"/> 吸煙、飲酒和吃刺激性的食物例如辣椒醬 | <input checked="" type="checkbox"/> 在安靜的環境下與人交談        |
| <input checked="" type="checkbox"/> 在嘈吵的環境中說話          | <input checked="" type="checkbox"/> 適當用咪               |

### 如有以下症狀，應盡早求診

- ◇ 聲音沙啞症狀持續兩週以上
- ◇ 咳血或吐血

- ◇ 呼吸困難
- ◇ 吞嚥困難

## 5. 精神健康

### 5.1 關注教職員的精神健康，建立優質工作間

學校提供良好而優質的教員室及課室教學設備，讓教師能夠更有效率地應付繁重的教學及行政工作。

### 5.2 定期舉辦教師專業發展活動，例如：「靜與定的力量」工作坊、各項興趣班提供忙裡偷閒的稍息機會。教師諮議會每年設置教師問卷調查，讓教職員反映對校政的各項意見；康樂組更會舉辦「靚湯」活動、節慶聯誼、每月之星生日會等，為教職員提供機會建議工作夥伴間的友誼，加強同事間的聯繫及支援。

### 5.3 學校在領導的層面，以下六項原則，以減少工作壓力：

- i. 有良好而清晰的架構，令員工工作時有清楚的問責渠道。
- ii. 工作性質、工作量、工作的分配盡量配對適當的員工處理。
- iii. 設立多向度的溝通渠道，使上情下達，下情上達，提高歸屬感及士氣。
- iv. 角色分明，權責地位亦分清，並要平衡權與責。
- v. 建立良好及尊重的人際關係，上司提出指示，下屬可作出迴響；平輩同事間可以互相合作，建立信任的關係；對工作有安全感，並有晉升機會。
- vi. 定時檢討。

## 6. 體力處理操作

體力處理操作可說是導致背部受傷及疼痛的最常見原因。有些員工甚至遭受永久的背部損傷，可能無法重操舊業，生活被嚴重擾亂。

### 6.1 引致背部受傷的危險因素

#### ➤ 工作性質

- ◇ 不正確的動作或姿勢—例如搬運重物時物件距離身體過遠、身體過份扭動、俯身彎腰、向上攀、提舉或下移物件過遠等；
- ◇ 操控重物—例如過度推、拉重物，或者運送距離太遠等；
- ◇ 搬運重物過於頻繁或時間過長，沒有足夠休息時間。

#### ➤ 物件

- ◇ 過重；
- ◇ 過大，又沒有方便提取的手挽；
- ◇ 須搬運之物件形狀不規則。

#### ➤ 工作環境

- ◇ 狹窄的空間使工人無法保持正確搬運姿勢；
- ◇ 不平坦、濕滑及不穩固的地面；
- ◇ 工作環境的氣溫及濕度不適當。

➤ 個人能力

- ◇ 未經訓練的員工；
- ◇ 懷孕或剛放產假完畢的女員工；
- ◇ 剛從手術康復人士，或身體有毛病者。

## 6.2 控制危害的方法

➤ 改善物品重量和形狀

- ◇ 把物件重新包裝至較細的尺寸，以減輕重量；
- ◇ 加上牢固的手挽或提柄。

➤ 改善工作場所設計

- ◇ 提供更多廣闊空間；
- ◇ 提供充足照明；
- ◇ 改變儀器及傢俱的位置。

➤ 重新安排物品搬運流程

- ◇ 縮短距離；
- ◇ 減低高度；
- ◇ 減少移動物品的時間。

➤ 改良工作方法

- ◇ 保持正確的動作及用力方法；
- ◇ 利用器械協助搬運；
- ◇ 重新設計工作流程。

➤ 工作分配

- ◇ 須接受專門訓練；
- ◇ 僱員的能力及身體狀況。

## 7. 辦公室儀器

辦公室儀器的危險性雖然相對較低，可是某些儀器還是存在著一定的危險，預防重點應放在了解設施操作及其潛在風險之上。必須對新入職僱員詳細解釋辦公室儀器的操作方法，以免因操作不當而導致意外；其次，在任何情況下，員工均不應嘗試自行修理辦公室設施。

應小心操作活動式文件組合櫃，避免讓移動的文件櫃碰傷或撞倒；使用者更應確保沒有其他人停留在活動式文件組合櫃中間，並在其上張貼警告告示。

碎紙機的入口部份容易對員工造成傷害，好像頭髮、領帶或衣服袖口等便有可能意外地捲進機器之中，使用者應小心預防。

影印機與鐳射打印機應放置於通風完善，且有足夠空間的地方，以預防熱氣積聚，並確保產生出來的臭氧能盡快消散。此外，影印機還會放出刺激眼睛的強光，故使用時遮光板宜覆蓋妥善。

影印機碳粉含有化學物質，可刺激皮膚，僱員須清楚了解有關處理方法，在進行更換及丟棄碳粉匣的時候應戴上手套避免直接接觸。

一般來說，除了像紙張卡住之類的輕微事故，員工不應自行處理辦公室影印機，任何機件故障均必須找專業技師維修。

## 8. 電力安全

電力可以致命，觸電後即使沒有生命危險，也可能導致嚴重或永久傷害；事實上，不單是電力使用者才有風險，很多因不妥善或錯誤安裝電器而產生的火災，已引致不少傷亡及財物損失。而這些意外事故其實均可以避免，秘訣在於審慎計劃與執行預防措施。

### 8.1 主要風險

- 身體接觸電力，引起觸電或灼傷（一般 220 伏特電力足可致命）；
- 錯誤使用電器引致火警；
- 有潛在易燃或爆炸危險的環境中，電力火花可成為觸發火災或爆炸的原因。

### 8.2 確保電力安置的安全

- 按正確的標準安裝電力裝置；
- 原有電力裝置須妥善維修；
- 提供足夠的電力插座避免因電力負荷過重引起火警。

### 8.3 提供安全及適當的設備

- 提供電力設備時必須確保它們是安全可靠的，也要注意安全保養；
- 在每台固定機器旁邊，須有清楚顯明的按鈕，以便於緊急時候能隨時切斷電源；
- 徹底更換電線損毀部份；
- 電器使用者若發現損毀情況，應立即報告。

### 8.4 安全操作

- 確保須使用電力人士均熟悉自己的工作，簡單如插上插頭之類的情況，也可以發生危

險，故必須確保員工清楚自己將要做甚麼，才可以開始工作。

## 9. 火警安全

### 9.1 走火通道

- 每一工作場所的建築物至少要有兩條走火通道，兩者有一定距離，供緊急情況時使用。
- 建築物走火通道必須暢通無阻，並且沿路有清楚的指示牌，指示離開大廈的路線。

### 9.2 手提滅火器

- 負責僱員必須清楚：有關操作滅火器的正確方法及於火警時應怎樣通知其他人士。
- 工作場所中只能使用合格的滅火器；此外，所有僱主均有責任保養及檢查滅火器，確保它們的效用。
- 僱主應先訂下緊急逃生計劃，並訓練員工熟習走火路線。

### 9.3 緊急逃生計劃

- 緊急逃生計劃規定僱員在發生火警時的逃生路線和程序。
- 計劃應訂明當火警發生時，會以甚麼方式通知員工，應發展一套僱員警報制度，並於緊急疏散時切實遵行。
- 訓練僱員面對緊急事故時應注意的事項。僱主還必須通知新入職員工有關計劃，以確保他們在緊急情況時的安全；當計劃有修改，須盡快通知全體員工。

### 9.4 預防火警計劃

- 僱主應落實預防火警計劃書，以輔助緊急逃生計劃，減少火警發生的機會。
- 妥善保養會發熱的設施，如燃燒器、焗爐、加熱器、微波爐等，注意保持清潔，不可積有易燃剩餘物。在這些設施旁邊，更不應放置易燃物品。
- 確保新入職僱員清楚有關計劃；若計劃有改變，應通知全體僱員。

## 10. 絆倒、滑倒、跌倒及被擊倒

絆倒、滑倒及跌倒是辦公室環境中最常見的工作意外。雖然並非死亡及嚴重工傷意外的最主要成因。但只要通過適當的安排，可減低員工失足跌倒及絆倒的事故。

### 10.1 良好工作及整理方法

首先應選擇適當的地板，確保工作間和通道有足夠照明，還須妥善劃清工作範圍和行人路線，以避免碰撞或過於擠逼。另外良好的工作場所整理有助保持工作環境整齊避免絆倒及跌倒意外。以下是預防絆倒、滑倒或跌倒應注意的事項：

### 10.2 清潔及維修

- 在清潔時應訓練員工正確使用各種清潔設施。注意不要因進行清潔反增加滑倒或絆倒

的風險。

- 執行所有維修步驟，包括定期檢查、測試、維修及清潔等，並將有關資料記錄下來，以便日後查察。

### 10.3 其他因素

- 適當的照明十分重要，必須讓僱員清楚看到障礙物或潛在跌倒危險的地方等，以便員工可安全工作；如照明設施損壞，便應修理或更換有關裝置。
- 須定期檢查地面是否存在鬆脫的部分、凹洞、裂痕、破爛的地毯及地墊等。若工作程序容易使地面積水或積塵，選擇地板種類時便應格外留心。
- 如果將障礙物或物件隨意擺放，便很容易引致絆倒的情形，所以最好保持工作環境整齊；假如不能移去障礙物，便要使用告示或路障，以提醒行人。
- 當需於高處拿取物件時，應使用穩固的扶梯。站在裝有滑輪的旋轉坐椅上是十分危險的。

### 10.4 注意事項

- 所有教師（包括最後排的座位）不得把任何物品放置於公共範圍，小型垃圾桶亦應該放於個人範圍內；
- 桌面上或座位後之空間擺放物品以間格版頂為高度上限，間格板之上方邊陲不得方置或加建對同事構成危險之物品；
- 個人文件格頂之斜面上，嚴禁擺放任何物品；
- 保持教員室寧靜舒適，離開座位前先把手機調到「靜音」模式；處理音訊或視訊教材，請使用耳機。
- 保持教員室寧靜舒適，請勿喧嘩。
- 保持教員室清潔，請於教師休息室（N3）進行聯誼或集體飲食活動。

## 11. 環保

配合學校「綠色校園」的發展方向，更有效地向學生推行環保教育，教師應該以身作則，減少用紙、珍惜資源。

### 11.1 減少用紙

- 教員室內每台打印機旁均放置 A4 及 F4 單頁回收紙箱，教師可按情況使用；另設一個廢紙回收箱，供教師放置已完全使用的廢紙；機頂會張貼「雙面列印」告示，提醒同事。
- 每台打印機 2 號紙匣均存有 A4 紙張，若教師欲印刷於 F4 紙張，可先選定 1 號紙匣，減少因錯誤列印而造成的紙張浪費。

### 11.2 知慳惜電

- 教師可因應實際情況，例如：天氣、溫度、人數及時間，調整空調的溫度或開啟的機

數。

- 最後離開的同事，可把教員室內電器全部關上。

## 二、 檢視清單

檢視清單方便各教師和管理人快速而全面地檢視教員室之使用狀況，從而作出跟進。建議教員室管理人每學期最少使用一次，把問題向有關部份反映；若使用狀況良好，或問題已經妥善處理，可交予健康教育委員會存檔，謝謝。

### 基本資料

教員室：003／004／009\*

檢視日期：\_\_\_\_\_

時間：\_\_\_\_\_ 至 \_\_\_\_\_

觀察員姓名：\_\_\_\_\_

天氣：晴天／陰天／雨天\*

\*請刪去不適用項目

請在適當方格內打✓

	優良	良好	滿意	有待改善
1. 教員室內空氣質素	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 教員室內通風系統操作	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 教員室內照明充足	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 教員室內照明舒適	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 教員室內使用電腦狀況	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 教員室內可使用空間狀況	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 教員室內打印機使用狀況	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 教員室內電力裝置使用狀況	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 教員室內通道暢通狀況	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 教員室內教師遵守物品貯存規則狀況	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 教員室內寧靜舒適	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 教員室內環保用紙的狀況	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 教員室內電器使用狀況	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

本校現共有 3 間教員室，即 003、004 及 009，分別有 16、15 及 24 個教師座位，全部於 2014 年 7 月裝修工程完成後投入服務。

#### 成員名單

策劃及統籌：校長

設計及工程：重修教員室委員會

職安健文件：健康教育委員會

管理負責人：馮志紅老師（003）、楊健誠老師（004）、邱萬光老師（009）

#### 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health? Retrieved October 15,2012, from <http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 何雅兒《聲線護理齊認識》[http://www.ihcr.cuhk.edu.hk/Events/pdf/seminarInformation\\_1.pdf](http://www.ihcr.cuhk.edu.hk/Events/pdf/seminarInformation_1.pdf)
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
- 勞工處《學校的職業安全及健康管理》  
<http://www.labour.gov.hk/tc/public/pdf/os/D/school.pdf>
- 職業安全健康局（2014）《辦公室員工的職業健康》  
<https://www.gov.hk/tc/residents/employment/safety/officeworkers.htm>
- 土木工程拓展署《對山泥傾瀉的認知及應變》  
[http://hkss.cedd.gov.hk/hkss/chi/awareness\\_landslide.aspx](http://hkss.cedd.gov.hk/hkss/chi/awareness_landslide.aspx)
- 土木工程拓展署《山泥傾瀉警報生效期間，應怎樣確保安全》  
[http://hkss.cedd.gov.hk/hkss/chi/person\\_precaution.aspx](http://hkss.cedd.gov.hk/hkss/chi/person_precaution.aspx)

## 9.4 學生個人健康紀錄使用及操作

### 《學生個人健康紀錄》使用及操作

**背景：**本校於 2013-2014 學年參加香港中文大學健康教育及促進健康中心舉辦「優質教育基金健康校園網絡計劃」，成為夥伴學校，終極目標是在學校政策、校園措施及健康生活文化上發展成更全面和完善的「健康校園」，不但讓全校師生及教職員身心康泰、生活愉快；更推而廣之，慧澤社區和學界，發揮嶺鍾中「服務社群」的精神，最終獲得世界衛生組織頒發的「健康校園認證」。為了實現有關遠景，本校於 2014 年 5 月中大團隊進行「學校探訪日」及「基線評估」後，在朱蓓蕾校長的帶領下進行了一系列的健康校園改善項目，當中包括完備學校政策、優化校園措施等，其中更新《學生個人健康紀錄》是重要項目之一。

**目標：**透過增刪內容、訂定原則、釐清權責和程序等步驟，建立一個裨益學生、合乎標準、能保障不同持份者權益、實際而校本的「學生個人健康紀錄」系統。

**原則：**

- 一、以學生整體健康和利益為首要考量，同時強調維護私隱；
- 二、配合本校辦學宗旨、理念、學校發展目標及健康校園政策；
- 三、參考香港中文大學「優質教育基金健康校園網絡計劃」的建議，合乎世界衛生組織的有關標準。

**推行時期：**2014-2015 學年（由該年中一級開始，逐年推展）

**有關部門及分工：**

校長（顧問及領導）

招世良副校長（教務處，科組統籌、融合教育小組、跟進特殊教育需要範疇）

梁國基老師（健康教育委員會，擬寫建議、統籌和協調流程）

郭思慧老師（輔導處，跟進心理健康範疇）

邱萬光老師（體育科，跟進身體健康、體能發展範疇）

李淑儀小姐（校務處，文件處理、跟進編班調配）

劉秀英小姐（校務處，印製全級《學生個人健康紀錄》A3 大小、文件存放）

**檢討及修訂：**

文件設計及操作流程將於一年後於健康教育委員會會議上進行檢討，歡迎各持份者提出意見。

健康教育委員會

## 示例

### 操作流程及重要日期（中一新生首年入學）

重要日期	操作流程	負責單位
2014年7月2日	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 完成擬寫《學生個人健康紀錄》更新建議</li> <li>➢ 完成修訂《學生個人健康紀錄》</li> </ul>	健康教育委員會 健康教育委員會
2014年7月7日前	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ （經修訂後）校長接納及批准</li> </ul>	
2014年7月8日前	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 影印足夠數量並交予教務處（包括《學生個人健康紀錄》及《授權及聲明》）</li> </ul>	校務處、健康教育委員會
2014年7月8-11日 中一新生註冊	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 向註冊新生派發《學生個人健康紀錄》</li> <li>➢ 家長<b>即時</b>填寫有關紀錄及授權聲明</li> <li>➢ 收回《學生個人健康紀錄》</li> </ul> *後補文件於7月15日繳交，例：醫生證明書	教務處、有關負責同事
2014年7月15日 中一新生入學測驗	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ （如需要）繳交後補文件</li> <li>➢ 把文件交予李淑儀小姐</li> </ul>	教務處、有關負責同事、校務處
2014年8月26日前	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 配對有關紀錄及後補文件</li> <li>➢ 按班別將有關紀錄分類</li> <li>➢ 已分班的紀錄交予體育科</li> </ul>	校務處
2014年9月30日前	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 檢視紀錄內容</li> <li>➢ 量度和計算上學期身高、體重及BMI值，並填寫於紀錄內</li> <li>➢ 整理《不適宜上體育課及需要進行教學調適之學生名單》</li> <li>➢ 備份名單到<b>校務處</b>及<b>健康教育委員會</b></li> <li>➢ 完成後交予李淑儀小姐</li> </ul>	體育科
2014年10、11月約 融合教育小組會議	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 確定《需要特別支援之學生名單》</li> <li>➢ 備份名單到<b>校務處</b>及<b>健康教育委員會</b></li> <li>➢ 於名單內學生之紀錄頁2，五標記</li> </ul>	教務處、融合教育小組 校務處
2014年10、11月	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 本年度中一級學生紀錄完成</li> <li>➢ 檢視各班學生之《學生個人健康紀錄》，完成後交予梁國基老師</li> <li>➢ 抽樣覆檢有關紀錄（每班人數20%），完成後交回校務處</li> </ul>	校務處交予班主任 班主任 健康教育委員會
2014年12月中	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 首年計劃完成</li> </ul>	
2015年2月	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 量度和計算下學期身高、體重及BMI值，並填寫於紀錄內</li> </ul>	體育科 / 校務處
全年	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 文件存放地點：校務處</li> <li>➢ 取閱權限：校長、副校、<sup>11</sup>部門主管及<sup>12</sup>獲授權教職員</li> </ul>	

<sup>11</sup> 健康教育委員會、輔導委員會、體育科

<sup>12</sup> 學校社工、校務處有關職員

## 9.5 學生個人健康紀錄表

S1A 座號：\_\_\_\_\_ 入學年份：2018

檔號：S62/718（首年入學連同《學生個人健康紀錄》填寫）

年份	班別	學號
1819		
1920		
2021		
2122		
2223		
2324		

### 嶺南鍾榮光博士紀念中學

家長通函 – 學生個人健康紀錄授權及聲明（進行課外活動及體育課事宜）

敬啟者：

為充分及全面了解學生之健康狀況，加強本校在進行課外活動及體育課之安全，敬請填妥本《學生個人健康紀錄》、授權及聲明回條，說明 貴子弟健康狀況，是否適宜進行課外活動及體育課程之訓練，如有任何疑問，請諮詢有關註冊醫生。如 貴子弟需要暫時或長期豁免參與課外活動及體育課，必須呈示註冊醫生之證明書，並須於七月十七日(星期二)交回監考老師。

此致

貴家長台鑒

校長



朱蓓蓓 謹啟

二零一八年七月十三日

### 授權及聲明

1. 本人 \*同意 / 不同意 校方於緊急情況下為敝子弟安排緊急醫療服務。
2. 本人 同意校方於有需要時按醫療人員指示提供本記錄表。
3. 本人 \*同意 / 不同意 敝子弟 \_\_\_\_\_ (姓名) \_\_\_\_\_ (班別) 參與

貴校於二零一八年至二零一九年度之課外活動及體育課。(請在適當方格內打✓)

- 本人認為\*他/她的健康正常，有能力參與課外活動及體育課之活動。
- 由於\*他/她患有下列疾病，請\*暫時/長期豁免其參與來年之課外活動及體育課程，現附上醫生證明書。\_\_\_\_\_

此覆

嶺南鍾榮光博士紀念中學校長

二零一八年七月十七日 家長姓名：\_\_\_\_\_ 家長簽署：\_\_\_\_\_

\* 刪去不適用者

## 嶺南鍾榮光博士紀念中學 學生個人健康記錄

### 使用說明

本記錄須由 貴家長或 貴子弟的醫生填寫，旨在讓本校知悉事 貴子弟的基本健康狀況，以協助本校安排和跟進校內健康促進及保健服務，並在緊急情況下向醫護人員提供有用資料，以助安排適切的救援和護理。

《個人資料私隱條例》訂明校方須獲取家長同意才可將學生資料對外發放。本校將以重要檔案形式保密處理所提供的學生健康資料，若然學生在校內發生事故而需送往醫療機構接受治療，為保障學生獲得適切的救援和護理，校方可能要向醫護人員提供有關健康資料。因此，本校敬請 貴家長每年至少更新一次「學生個人健康記錄」，並簽署授權本校在有需要時為 貴子弟安排緊急醫療服務和使用健康資料，否則校方將未能向醫護人員提供這些資料，以免抵觸相關條例。

為確保本記錄表所載的資料正確，如 貴子弟的健康狀況或服藥情況在學年期間有任何重大變化，敬希及早主動與校方聯絡，以更新本記錄的資料，並在「授權及聲明」部分簽署作實； 貴家長亦可於學年期間向校方查閱本記錄，如發現內容有遺誤，亦歡迎提出更正。

#### 一、學生個人資料

姓名：\_\_\_\_\_ (中文) \_\_\_\_\_ (英文)  
 性別：\_\_\_\_\_ 血型：\_\_\_\_\_ / 未能提供  (如屬此項請打 )  
 出生日期：\_\_\_\_\_ (年) \_\_\_\_\_ (月) \_\_\_\_\_ (日)  
 入學日期：\_\_\_\_\_ (年) \_\_\_\_\_ (月) \_\_\_\_\_ (日)  
 離校日期：\_\_\_\_\_ (年) \_\_\_\_\_ (月) \_\_\_\_\_ (日) (由校方填寫)

家長／監護人	姓名		電話	住宅
	地址			手提
緊急聯絡人	姓名		電話	住宅／辦公室
	地址			手提

#### 二、免疫狀況

請在合適的方格  內填上 ，表示已完成該項免疫接種 或附上 貴子弟的免疫記錄副本作為證明。

幼兒階段	小一階段	小六階段
● 卡介苗 <input type="checkbox"/>		
● 乙型肝炎疫苗 → 第一、二及三次 <input type="checkbox"/>		
● 肺炎球菌疫苗 → 第一、二、三次及加強劑 <input type="checkbox"/>		
● 白喉、破傷風、無細胞型百日咳及滅活小兒麻痺混合疫苗 (第一、二、三次及加強劑) <input type="checkbox"/>	● 白喉、破傷風、無細胞型百日咳及滅活小兒麻痺混合疫苗 (加強劑) <input type="checkbox"/>	● 白喉、破傷風、無細胞型百日咳 (減量) 及滅活小兒麻痺混合疫苗 (加強劑) <input type="checkbox"/>
● 麻疹、流行性腮腺炎及德國麻疹混合疫苗 (第一次) <input type="checkbox"/>	● 麻疹、流行性腮腺炎及德國麻疹混合疫苗 (第二次) <input type="checkbox"/>	

三、生長狀況 (此項於體育課填寫)								
由校方提供量度資料，或附上學生體適能測試報告作為參考。								
	學年	2018/19	20_____	20_____	20_____	20_____	20_____	20_____
	班別							
身高量度	上學期	厘米	厘米	厘米	厘米	厘米	厘米	厘米
	下學期	厘米	厘米	厘米	厘米	厘米	厘米	厘米
體重量度	上學期	公斤	公斤	公斤	公斤	公斤	公斤	公斤
	下學期	公斤	公斤	公斤	公斤	公斤	公斤	公斤
BMI 體重(公斤) / 身高 <sup>2</sup> (公尺 <sup>2</sup> )	上學期							
	下學期							
四、參與保健服務情況 (學期中由班主任填寫)								
若 貴子弟於該年度已參與由衛生署提供的「學生健康服務」和「學生牙齒檢查服務」，又或到其他私營醫療機構接受相關的兒童/青少年身體檢查、測試或牙科護理，請於相應的方格填上✓號。								
	學年	2018/19	20_____	20_____	20_____	20_____	20_____	20_____
	學生健康服務 (學童保健)							
	學童牙科保健服務 (牙齒檢查)							
五、慢性疾病或發展問題								
若 貴子弟經診斷患有以下慢性疾病或發展問題，並希望校方知悉，請註明情況。								
敝子弟患有以下慢性疾病或問題 (請在方格內打✓)					此情況由哪年開始出現? (年份)		備註 (可說明尋求治療的情況、痊癒年份和其他資料)	
沒有 <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> (如有，請列明。)								
哮喘 <input type="checkbox"/> 、糖尿病 <input type="checkbox"/> 、甲狀腺功能亢進 <input type="checkbox"/> 、癲癇 <input type="checkbox"/>								
先天性心臟病 <input type="checkbox"/> 、心律失常 <input type="checkbox"/> 、貧血 <input type="checkbox"/> 、地中海貧血 <input type="checkbox"/>								
扁平足 <input type="checkbox"/> 、脊柱側彎 <input type="checkbox"/> 、肥胖症 <input type="checkbox"/>								
其他 <input type="checkbox"/> (請註明: ) _____								
(由本校職員填寫) 需向教務處—融合教育小組索取報告 <input type="checkbox"/>								
六、較嚴重傳染病或急診								
若 貴子弟於本校就讀年間曾患上任何較嚴重的傳染病或急診，請註明情況。例子包括：嚴重受傷、骨折、中毒、燒傷、水痘、麻疹、猩紅熱、手足口病、肺炎、氣管炎等。								
敝子弟曾患以下傳染病和急診					年份/月份		備註 (可提供其他跟進或有用資料)	
沒有 <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> (如有，請列明。)								
註：如所患的屬於一般性常見傳染病或並非急診 (如傷風、流行性感冒、跌傷、少量流鼻血等)，可考慮無需填報。								

<p><b>七、心理及情緒需要</b></p> <p>若 貴子弟經診斷證實有任何心理及情緒上的特別需要並希望校方知悉，請註明情況。例子包括：焦慮、幻覺、抑鬱、情緒障礙、厭食、暴力傾向等。</p>		
<p>敝子弟有以下心理及情緒的特別需要</p> <p>沒有 <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> (如有，請列明。)</p>	<p>此情況由哪年開始出現？(年份)</p>	<p>備註(可說明跟進情況、或其他有用資料)</p>
<p>註：如有需要，可向學校社工或輔導老師尋求協助。</p>		
<p><b>八、其他健康需要</b></p> <p>敝子弟有以下健康需要，期望校方關注並在有需要時提供協助：</p>		
<p>沒有 <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> (如有，請列明。)</p>		
<p><b>九、醫療服務機構資料</b></p> <p>敝子弟曾於此校就讀期間因應上述健康狀況(包括慢性病、傳染病、急診、心理或其他發展上的需要)尋求以下機構所提供的治療及服務：</p>		
<p>沒有 <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> (如有，請列明。)</p>		
<p>醫院/診所/機構名稱</p>	<p>部門/專科名稱</p>	<p>備註(可說明開始就醫年份或其他有用資料)</p>
<p><b>十、長期服用藥物資料</b></p> <p>敝子弟有需要長期(半年以上)於在校期間服用以下藥物：(請在適當方格內打✓)</p>		
<p>沒有 <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> (學生可自行處理，不用列明) 有 <input type="checkbox"/> (需協助，請列明。)</p>		
<p>藥物名稱</p>	<p>服藥原因</p>	<p>自哪年起開始服用？(年份)</p>
		<p>備註(可說明是否已附上相關醫生證明、已填報「在校服藥申報表」或已在何年停藥等有用資料)</p>
<p><b>十一、過敏狀況和忌限</b></p> <p>若 貴子弟經診斷證實身體對某種藥物、食物或物質有過敏反應，或有以下飲食忌限希望校方知悉，請註明情況。例子包括：對蛋過敏、對甲殼類過敏、對海鮮過敏、對堅果和花生過敏、對青黴素過敏、對花粉過敏、不喝牛奶、不吃牛肉等。</p>		
<p>沒有 <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> (如有，請列明。)</p>		
<p><b>十二、授權及聲明</b></p> <p>註一：如聲明子女不適宜進行體育課或其他體能活動，請提供有效醫生證明文件。</p> <p>註二：為完整記錄學生的個人健康狀況，家長或校方可提供以下附件(如適用請填上✓號)：</p> <p><input type="checkbox"/> 有效醫生證明文件 <input type="checkbox"/> 出院記錄 <input type="checkbox"/> 體育科體適能測試報告 <input type="checkbox"/> 免疫記錄副本</p> <p><input type="checkbox"/> 其他資料：_____</p> <p>註三：「學生個人健康記錄」內容由香港中文大學健康教育及促進健康中心提供，經本校健康教育委員會修訂。</p>		

## 9.6 傳染病個案情報及風險評估表

### 傳染病個案情報及風險評估表

目的：當校內出現傳染病確診個案時，請有關學生所屬班主任向學生或家長查詢並填妥所有項目，以協助校方相關部門：

- 1. 評估個案學生之健康情況，以提供最適切的支援
- 1. 評估疫情及傳播風險級別
- 1. 採取合適及到位之防禦措施

確診日期：				傳染病名稱：		
個案姓名：		班別：		學號：		
發病日期：(感到身體不適或出現病徵)						
出現病徵： (請在適當方格內打✓)	發燒 <input type="checkbox"/>	咳嗽 <input type="checkbox"/>	流鼻水 <input type="checkbox"/>	身體出疹 <input type="checkbox"/>	嘔吐 <input type="checkbox"/>	
	其他 <input type="checkbox"/> (請列明)					
確診前3日的 告病假期：						
確診前3日曾 參與的課後 活動：	日期： 活動： 負責老師		日期： 活動： 負責老師		補充：	
懷疑曾緊密 接觸者： (包括學生 和老師)	接觸者 1	姓名：		班別：	學號：	
	接觸詳情：(請盡力填寫)					
	接觸者 2	姓名：		班別：	學號：	
	接觸詳情：(請盡力填寫)					
填寫日期：		班主任姓名：		班主任簽署：		

**\*填妥表格後盡快交回梁國基老師，多謝合作。**

**注意事項：**

1. 請班主任直接致電向學生或家長查詢，以確定確診個案是否屬實。
2. 提醒家長確診個案必須由香港註冊西醫判斷，如需要時，須提供有關之醫生證明書。
3. 提醒家長確診個案將會依照《健康校園政策》及政府相關指引跟進處理，詳情請參閱稍後發出之家長信。

## 10. 參考資料

- World Health Organization (2012). What is the WHO definition of health? Retrieved October 15,2012, from <http://www.who.int/suggestions/faq/en/index.html>
- 土木工程拓展署《對山泥傾瀉的認知及應變》  
[http://hkss.cedd.gov.hk/hkss/chi/awareness\\_landslide.aspx](http://hkss.cedd.gov.hk/hkss/chi/awareness_landslide.aspx)
- 土木工程拓展署《山泥傾瀉警報生效期間，應怎樣確保安全》  
[http://hkss.cedd.gov.hk/hkss/chi/person\\_precaution.aspx](http://hkss.cedd.gov.hk/hkss/chi/person_precaution.aspx)
- 平等機會委員會 (2014)《種族平等與校服》  
[http://www.eoc.org.hk/eoc/Upload/booklets/schoolUniform/2014\\_02.pdf](http://www.eoc.org.hk/eoc/Upload/booklets/schoolUniform/2014_02.pdf)
- 何雅兒《聲線護理齊認識》  
[http://www.ihcr.cuhk.edu.hk/Events/pdf/seminarInformation\\_1.pdf](http://www.ihcr.cuhk.edu.hk/Events/pdf/seminarInformation_1.pdf)
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康促進學校工作指引》
- 香港中文大學健康教育及促進健康中心《健康校園名冊》  
[http://www.healthpromotingschool.org.hk/charter/subpage06\\_d.php?id=230](http://www.healthpromotingschool.org.hk/charter/subpage06_d.php?id=230)
- 香港教育學院《殘疾歧視條例教育實務守則》  
[http://www.eoc.org.hk/eoc/otherproject/chi/color/youthcorner/education/cop\\_edu/cop\\_edu\\_b.htm](http://www.eoc.org.hk/eoc/otherproject/chi/color/youthcorner/education/cop_edu/cop_edu_b.htm)
- 香港融樂會 (2014 年)《少數族裔學生教師資源手冊》  
[http://www.unison.org.hk/DocumentDownload/Teaching%20Kit\\_Jun,14.pdf](http://www.unison.org.hk/DocumentDownload/Teaching%20Kit_Jun,14.pdf)
- 香港賽馬會藥物資訊天地 <http://www.nd.gov.hk/tc/druginfocentre.htm>
- 家計會 (2014)《網上欺凌》  
[http://www.famplan.org.hk/sexedu/b5/classroom/classroom\\_details.asp?cIID=239](http://www.famplan.org.hk/sexedu/b5/classroom/classroom_details.asp?cIID=239)
- 保安局禁毒處《預防教育和宣傳》

<http://www.nd.gov.hk/tc/preventiveeducation.htm>

- 食物安全中心《享用安全的學校午膳有賴學校、家長、食物業及學生攜手合作》

[http://www.cfs.gov.hk/tc\\_chi/multimedia/multimedia\\_pub/files/school\\_lunchbox.pdf](http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/multimedia/multimedia_pub/files/school_lunchbox.pdf)

- 食物安全中心《如何確保學校午餐安全指引》

[http://www.cfs.gov.hk/tc\\_chi/multimedia/multimedia\\_pub/files/school\\_lunches\\_ordered\\_are\\_safe.pdf](http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/multimedia/multimedia_pub/files/school_lunches_ordered_are_safe.pdf)

- 教育局《平等機會原則》通告（EMBC03033C）

- 教育局《確保學生接受教育的權利》通告第 1/2009 號

- 教育局《在校內搜查學生及其財物》通告第 67/1997 號

- 教育局《學校危機處理- 危機善後介入工作及心理支援應用手冊》

<http://edb.gov.hk/attachment/tc/student-parents/crisis-management/about-crisis-management/crisistc.pdf>

- 教育局（1999）《學生訓導工作指引》

<http://www.edb.gov.hk/tc/teacher/student-guidance-discipline-services/principles-guidelines/guidelines-on-student-discipline/index.html>

- 教育局《體能活動政策範例》

[http://www.startsmart.gov.hk/files/pdf/%E9%AB%94%E8%83%BD%E6%B4%BB%E5%8B%95%E6%94%BF%E7%AD%96%E7%AF%84%E4%BE%8B\\_tc.pdf](http://www.startsmart.gov.hk/files/pdf/%E9%AB%94%E8%83%BD%E6%B4%BB%E5%8B%95%E6%94%BF%E7%AD%96%E7%AF%84%E4%BE%8B_tc.pdf)

- 勞工處《學校的職業安全及健康管理》

<http://www.labour.gov.hk/tc/public/pdf/os/D/school.pdf>

- 運輸署《做個醒目行人》

[http://www.td.gov.hk/filemanager/en/content\\_182/rs\\_bulletin\\_35.pdf](http://www.td.gov.hk/filemanager/en/content_182/rs_bulletin_35.pdf)

- 運輸署《公共交通車輛安全》

[http://www.td.gov.hk/filemanager/en/content\\_182/rs\\_bulletin\\_31.pdf](http://www.td.gov.hk/filemanager/en/content_182/rs_bulletin_31.pdf)

- 運輸署《騎單車地點及單車配件知多點等》  
[http://www.td.gov.hk/filemanager/en/content\\_182/rs\\_bulletin\\_32.pdf](http://www.td.gov.hk/filemanager/en/content_182/rs_bulletin_32.pdf)
- 鄭燕祥：〈學校危機的理念和管理：多元觀點的分析〉，《當代華人教育學報》第 25 卷第 1 期，瀏覽日期：2015-07-24。取自  
<http://www.fed.cuhk.edu.hk/~hkier/jecc/jecc9809/jecc980907.htm>
- 衛生防護中心 <http://www.chp.gov.hk/tc/cindex.html>
- 衛生防護中心（2014）《學校／幼稚園／幼稚園暨幼兒中心／幼兒中心預防傳染病指引》  
[http://www.chp.gov.hk/files/pdf/guidelines\\_on\\_prevention\\_of\\_communicable\\_diseases\\_in\\_schools\\_kindergartens\\_kindergartens\\_cum\\_child\\_care-centres\\_child\\_are\\_centres\\_chi.pdf](http://www.chp.gov.hk/files/pdf/guidelines_on_prevention_of_communicable_diseases_in_schools_kindergartens_kindergartens_cum_child_care-centres_child_are_centres_chi.pdf)
- 衛生防護中心（2015）《給學校預防「中東呼吸綜合症」(MERS)的健康指引》  
[http://www.chp.gov.hk/files/pdf/advice\\_to\\_school\\_on\\_prevention\\_of\\_middle\\_east\\_respiratory\\_infection\\_chi.pdf](http://www.chp.gov.hk/files/pdf/advice_to_school_on_prevention_of_middle_east_respiratory_infection_chi.pdf)
- 衛生防護中心（2013）《學校：預防及控制禽流感》  
[http://www.chp.gov.hk/files/pdf/management\\_ai\\_school\\_chi.pdf](http://www.chp.gov.hk/files/pdf/management_ai_school_chi.pdf)
- 衛生署《學生小食營養指引》（適用於中、小學）  
[http://www.cheu.gov.hk/files/professional/nutritional\\_guidelines\\_on\\_snacks\\_for\\_students.pdf](http://www.cheu.gov.hk/files/professional/nutritional_guidelines_on_snacks_for_students.pdf)
- 衛生署《選擇學校午膳供應商手冊》  
[http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Supplier\\_Handbook\\_tc.pdf](http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Supplier_Handbook_tc.pdf)
- 衛生署《學校午膳營養指引》  
[http://www.chp.gov.hk/files/pdf/lunch\\_guidelines\\_tc.pdf](http://www.chp.gov.hk/files/pdf/lunch_guidelines_tc.pdf)
- 衛生署藥物辦公室（2013）《安全使用藥物和保健產品》  
[https://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/tc/consumer/consumer\\_safety\\_advisories/video\\_content\\_1.html](https://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/tc/consumer/consumer_safety_advisories/video_content_1.html)

- 衛生署 藥物辦公室（2006）《藥丸不明來歷 千萬別亂吃》  
[https://www.isd.gov.hk/chi/tvapi/13\\_md192.html](https://www.isd.gov.hk/chi/tvapi/13_md192.html)
- 衛生署 藥物辦公室（2013）《外遊購買藥物的注意事項》  
[https://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/tc/pharmaceutical\\_trade/other\\_useful\\_information/cautious\\_in\\_purchasing\\_medicines\\_abroad.html](https://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/tc/pharmaceutical_trade/other_useful_information/cautious_in_purchasing_medicines_abroad.html)
- 衛生署 藥物辦公室（2014）《藥物安全》  
[https://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/tc/consumer/news\\_informations/knowledge\\_on\\_medicines/handling\\_medicines\\_safety.html](https://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/tc/consumer/news_informations/knowledge_on_medicines/handling_medicines_safety.html)
- 衛生署學生健康服務（2016）《健康生活》  
[https://www.studenthealth.gov.hk/tc\\_chi/health/health\\_hl/health\\_hl\\_ah.html](https://www.studenthealth.gov.hk/tc_chi/health/health_hl/health_hl_ah.html)
- 衛生署（2014）《學生午膳營養指引》  
[http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/lunch\\_guidelines\\_bi.pdf](http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/lunch_guidelines_bi.pdf)
- 衛生署《飲食小百科》  
[http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Interesting\\_Tips\\_tc.pdf](http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/Interesting_Tips_tc.pdf)
- 衛生署《身高別體重圖表》  
<http://school.eatsmart.gov.hk/b5/template/index.asp?pid=507&id=63>
- 環境及自然保育基金《香港環境卓越大獎及綠色機構認證》  
<http://www.hkaee.gov.hk/cindex.html>
- 環境保護署《惜食約章》  
<http://www.foodwisehk.gov.hk/zh-hk/food-wise-charter.php>
- 職業安全健康局（2014）《辦公室員工的職業健康》  
<https://www.gov.hk/tc/residents/employment/safety/officeworkers.htm>

本政策文件經校長審定，並於學校教職員會議上通過。

---

招世良署任校長

首生效日期：23-02-2013

(政策於教職員會議通過) 最後更新日期：03-09-2018