

花蓮縣吉安鄉太昌國民小學游泳隊訓練防疫計畫

壹、依據：一、教育部 110 年 8 月 6 日臺教授體字第 1100027998 號函。

二、花蓮縣政府 110 年 8 月 10 日府教體字第 1100158096 號函。

貳、目的：因應國內嚴重特殊傳染性肺炎疫情，全國疫情警戒調降為二級期間，為確保本校游泳隊學生、教練與管理教師之健康，避免增加不必要的群聚感染，爰訂定本校游泳隊訓練防疫計畫，以降低疫情於學校發生機率與規模。未來並將依疫情發展狀況及中央防疫指引，持續滾動修正本計畫。

參、訓練地點：花蓮縣立太昌游泳池。

肆、實施期間：自 110 年 9 月 1 日起至 12 月 31 日。

伍、實施對象：本校游泳代表隊教練、管理教師與學生。

陸、實施方式：申請制，提交防疫計畫(附件 1)、參與者名冊(附件 2)及檢核表(附件 3)，經花蓮縣政府核備後，始得辦理。

柒、訓練規定：

一、訓練地點為花蓮縣政府所轄之縣立太昌游泳池，訓練水道於訓練時間專供本校游泳隊員使用，不與其他民眾混用水道。本校游泳隊人員造冊如附件 2，報請花蓮縣政府備查。

二、訓練前清潔消毒及健康情形調查：訓練前進行場域及相關設施設備之清潔消毒作業，訓練器材不共用，並準備充足之防疫設施及用品。訓練前所有游泳隊人員(包括游泳隊學生、教練及管理教師)填妥健康關懷問卷、量測體溫、消毒雙手，發燒或身體不適則不進行訓練。

三、游泳隊教練、管理人員及救生員須完成疫苗第一劑接種，始得訓練，如第一劑接種未滿 14 天，或未接種疫苗者，規定如下：

(一)首次訓練前應提供 3 日內抗原快篩(含居家快篩試劑)或 PCR 檢驗陰性證明。

(二)每 7 日進行 1 次抗原快篩或 PCR 檢驗(原則每 7 天篩檢，應變處置時得縮短為每 3 天篩檢)。

(三)抗原快篩或 PCR 檢驗結果陰性，僅能作為採檢時之疾病狀態判定，但無法排除尚在潛伏期之症狀前期之可能，因此仍應持續監測健康狀況。

(四)使用抗原快篩，應依「企業使用 SARS-CoV-2 快速抗原檢驗測試注意事項」或「民眾使用 COVID-19 家用快篩試劑指引」辦理。

(五)本校游泳隊教練及管理教師施打疫苗紀錄、快篩或 PCR 檢驗陰性證明由本校體育組逐次

留存紀錄。縣立太昌游泳池救生員之快篩或 PCR 檢驗陰性證明由本縣縣立體育場游泳池管理人員逐次留存紀錄，並造冊管理，以供查驗。

捌、人員管理：

- (一) 落實本校游泳隊人員(包括游泳隊學生、教練及管理教師)分流管理及造冊，訓練水道嚴格與其他泳客區隔。
- (二) 個人運動器具(如泳鏡、面鏡、浮具等)及淋浴用品不得互相借用，訓練完畢直接穿著衣服，不在游泳池淋浴間更衣。
- (三) 訓練期間，游泳隊學生、教練於水中未佩戴口罩期間應避免交談，且避免於場域吐水或清痰等易造成飛沫傳染之行為。
- (四) 本校游泳隊人員(包括游泳隊學生、教練及管理教師)未下水時，應全程佩戴口罩。
- (五) 游泳隊學生與教練應於訓練結束後立即上岸戴上口罩，盡可能減少未戴口罩時間，並儘速離場更衣。
- (六) 訓練前應確保每位本校游泳隊人員(包括游泳隊學生、教練及管理教師)皆已接收到防疫宣導訊息並已充分瞭解，並定期加強宣導及標示提醒警語，及訂定落實防疫之監督機制。
- (七) 飲水應使用個人裝備瓶裝水，不共用或分裝飲用，不使用游泳池場域飲水機。
- (八) 禁止在游泳池場域內飲食，如確有必要需飲食時，應至戶外，並保持 1 公尺以上社交距離，用餐以盒餐為原則，如返回教室用餐，應使用隔板，用餐時禁止交談。
- (九) 落實本校游泳隊人員(包括游泳隊學生、教練及管理教師)每日體溫量測、健康狀況監測及訓練期間身體狀況紀錄。
- (十) 本校游泳隊人員(包括游泳隊學生、教練及管理教師)若有出現發燒(額溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$;耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$)、呼吸道症狀、嗅覺味覺異常、不明原因腹瀉等疑似 COVID-19 症狀或符合「居家檢疫」、「居家隔離」、「加強自主健康管理」、「自主健康管理」情形者，暫不得前往游泳池場域並主動通知游泳池專責人員，儘速就醫接受評估及處置。
- (十一) 本校游泳隊人員(包括游泳隊學生、教練及管理教師)若有發燒及健康狀況異常，經就醫評估接受 COVID-19 相關採檢者，應落實「COVID-19 採檢後應注意事項」相關規定，自採檢醫療院所返家後，不可外出，在家中等待檢驗結果：於未使用退燒藥之情況下，退燒超過 24 小時且相關症狀(如：咳嗽、呼吸急促)緩解後，且檢驗結果為陰性，始可返回訓練。如檢驗結果為陽性，先留在家中不要離開，等候公衛人員通知，遵守一人一室

隔離並避免與其他同住者接觸或使用相同衛浴設備，務必佩戴口罩和注意手部衛生；若有就醫需求，禁止搭乘大眾運輸工具前往。

玖、訓練內容管理：

- (一) 游泳隊訓練依核定之訓練防疫計畫進行，陸上訓練及上岸後須戴口罩，訓練水道與其他泳客區隔，訓練方式嚴禁身體接觸。
- (二) 落實水道人流控管：每一水道同時段可使用之人數上限，25 公尺水道，每水道最高同時使用以 10 人為限；50 公尺水道，每水道最高同時使用以 15 人為限。
- (三) 泳池內人員應避免交談，並減少於池邊逗留時間。
- (四) 確實掌握並記錄選手訓練期間身體狀況，如發生緊急狀況，應確實依緊急流程處理。
- (五) 游泳隊學生應先取得家長同意書，並告知家長相關訓練防疫措施及應注意事項（包含風險告知）始得進行訓練。

拾、本校游泳隊若出現確診者應變措施：

- (一) 暫停訓練，通報主管機關、游泳池，並依規定停止訓練並。
- (二) 確診學生班級停課，若超過 2 名(含)學生，則全校停課。
- (三) 針對學校環境及游泳池進行環境清潔消毒。
- (四) 配合疫情調查，接受抗原快篩或 PCR 檢驗及自主健康管理。
- (五) 重新檢討評估游泳隊訓練之必要性。

拾壹、訓練相關防疫措施由本校體育組長、游泳教練、管理教師協助實施管理。

拾貳、本計畫奉核後依計畫實施，修正時亦同。

花蓮縣吉安鄉太昌國民小學游泳隊訓練防疫計畫

填表日期：110 年 8 月 20 日

學校名稱	花蓮縣吉安鄉太昌國民小學	活動名稱	太昌國小游泳隊訓練防疫計畫														
活動地點	花蓮縣立太昌游泳池	活動日期及時間	110 年 9 月 1 日至 12 月 31 日 下午 5:00~7:00														
活動內容	游泳代表隊集訓	參與人數	16 人														
聯絡人	王若竹	連絡電話	0927-815-321														
防疫作為	一、單一出入口管制作為： 1. 持單一出入口進出，所有參與者由花蓮縣立太昌游泳池正門口出入，入館後依照館方工作人員指示移動至游泳池。 進出執行管控流程表 <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td colspan="2">全體人員入場前統一先於入口處依據造冊名單逐一簽名報到。 (現場要維持社交距離)</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">▼</td> </tr> <tr> <td colspan="2">入口人員統一測量額溫，並強制施予酒精手部消毒清潔。</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">▼</td> <td style="text-align: center;">▼</td> </tr> <tr> <td>體溫正常</td> <td>體溫超過規定或有劇烈呼吸道症狀者(額溫標準為攝氏 37.5 度以上)</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">▼</td> <td style="text-align: center;">▼</td> </tr> <tr> <td>進入館內至指定區域進行訓練</td> <td>直接回家休養或協助就醫</td> </tr> </table> 二、動線規劃： 1. 本案練習場地使用花蓮縣立太昌游泳池，該游泳池為獨立空間。 2. 參與人員入館後，依現場工作人員指示移動至練習場地。 3. 人流限制以游泳池場域面積(須扣除未使用面積)室內每名人員至少 2.25 公尺以上，室外每名人員至少 1 平方公尺以上。 3-1. 太昌游泳池容留人數計算：太昌游泳池一樓平面可活動面積計算為長 60 公尺、寬 28 公尺總面積為 1680 平方公尺，泳池面積為寬			全體人員入場前統一先於入口處依據造冊名單逐一簽名報到。 (現場要維持社交距離)		▼		入口人員統一測量額溫，並強制施予酒精手部消毒清潔。		▼	▼	體溫正常	體溫超過規定或有劇烈呼吸道症狀者(額溫標準為攝氏 37.5 度以上)	▼	▼	進入館內至指定區域進行訓練	直接回家休養或協助就醫
全體人員入場前統一先於入口處依據造冊名單逐一簽名報到。 (現場要維持社交距離)																	
▼																	
入口人員統一測量額溫，並強制施予酒精手部消毒清潔。																	
▼	▼																
體溫正常	體溫超過規定或有劇烈呼吸道症狀者(額溫標準為攝氏 37.5 度以上)																
▼	▼																
進入館內至指定區域進行訓練	直接回家休養或協助就醫																

20 公尺 x 長 50 公尺=1000 平方公尺 總面積減泳池面積=可活動面積 1680 平方公尺減 1000 平方公尺=680 平方公尺，680 平方公尺 /2.25 公尺=可容納人數約為 302 人

4. 除正在進行訓練之選手外，所有人員均須全程佩戴口罩。
5. 訓練水道與其他泳客區隔不混用，50 公尺水道至多 10 人同時使用(本校租借兩條訓練水道，游泳隊人數遠低於水道人數使用上限)。
6. 不開放淋浴設備。訓練完畢，上岸著裝、戴口罩，立即離開泳池不停留。
7. 規劃泳池外，設置發燒個案之暫時隔離安置空間，並請家長立即帶回就醫。

三、人員防疫管理措施：

1. 落實本校游泳隊人員(包括游泳隊學生、教練及管理教師)分流管理及造冊，並嚴格管制進場人員。
2. 個人運動器具(如泳鏡、面鏡、浮具等)不得互相借用。
3. 訓練期間本校游泳隊人員(包括游泳隊學生、教練及管理教師)於水中未佩戴口罩期間應避免交談，且避免於場域吐水或清痰等易造成飛沫傳染之行為。
4. 本校游泳隊人員(包括游泳隊學生、教練及管理教師)陸上訓練應全程佩戴口罩。
5. 游泳隊學生應於訓練結束後立即上岸戴上口罩，盡可能減少未戴口罩時間，並儘速離場更衣。
6. 訓練前應確保每位本校游泳隊人員(包括游泳隊學生、教練及管理教師)皆已接收到防疫宣導訊息並已充分瞭解，並定期加強宣導及標示提醒警語，及訂定落實防疫之監督機制。
7. 飲水應使用個人裝備瓶裝水，不共用或分裝飲用，不使用游泳池場域飲水機。
8. 禁止在游泳池場域內飲食，如確有必要需飲食時，應至戶外，並保持 1 公尺以上社交距離，用餐以盒餐為原則，如返回教室用餐，應使用隔板，用餐時禁止交談。
9. 落實本校游泳隊人員(包括游泳隊學生、教練及管理教師)每日體溫量測、健康狀況監測及訓練期間身體狀況紀錄。
10. 本校游泳隊人員(包括游泳隊學生、教練及管理教師)若有出現發燒(額溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$;耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$)、呼吸道症狀、嗅覺味覺異常、不明原因腹瀉等疑似 COVID-19 症狀或符合「居家檢疫」、「居家隔離」、「加強自主健康管理」、「自主健康管理」情形者，暫不得前往游泳池場域並主動通知游泳池專責人員，儘速就醫接受評估及處置。
11. 本校游泳隊人員(包括游泳隊學生、教練及管理教師)若有發燒及健康狀況異常，經就醫評估接受 COVID-19 相關採檢者，應落實「COVID-19 採檢後應注意事項」相關規定，自採檢醫療院所返家後，不可外出，在家中等待檢驗結果：於未使用退燒藥之情況下，退燒超過 24 小時且相關症狀(如：咳嗽、呼吸急促)緩解後，且檢驗結果為陰性，始可返回訓練。如檢驗結果為陽性，先留在家中不要離開，等候公衛人員通知，遵守一人一室隔離並避免與其他同住者接觸或使用相同衛浴設備，務必佩戴口罩和注

意手部衛生;若有就醫需求，禁止搭乘大眾運輸工具前往。

四、訓練計畫(運動團隊名稱、人員名冊、訓練方式規劃及每日訓練內容)：

1. 運動團隊名稱：太昌國小游泳隊。
2. 教練：吳彥奇、呂建叡教練。
3. 管理：詹筆涵老師。
4. 選手：選手名單詳如(附件2)。
5. 訓練方式：訓練採分流方式進行，租借專用訓練水道2道，控管水道容留人數，禁止身體接觸的訓練方式。
6. 每日訓練內容：陸上操、伸展、熱身、下水熱身、基本動作練習、技術動作練習、心肺有氧訓練、轉身、跳水技術動作練習。
7. 水道分配：訓練依照選手程度分組進行，同一程度水道內全程維持10人以下人流限制。

四、健康監測計畫(含訓練前後足跡、社會接觸史及異常追蹤處理機制，附件4)：

1. 居家隔離、居家檢疫、居家自主健康管理者及有發燒、喉痛、頭疼、腹瀉、倦怠、流鼻水、嗅味覺異常、呼吸急促、呼吸道異常等症狀(1項以上)，禁止參加。
2. 參與者於活動前2週落實自主健康管理，有發燒、喉痛、頭疼、腹瀉、倦怠、流鼻水、嗅味覺異常、呼吸急促、呼吸道異常等症狀(1項以上)，一律解除其工作任務。
3. 宣導生病在家休息不參加訓練，以及宣導有呼吸道症狀者，儘速就醫後在家休養，避免參加訓練。
4. 全體人員每次進場前進行量測額溫落實自我健康狀況監測，若有發燒(耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ；額溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$)、呼吸道症狀或腹瀉者，現場立即強制其離開返家休息或進行就醫。
5. 本校游泳隊人員(包括游泳隊學生、教練及管理教師)進入練習場館前，皆須於入口處以酒精進行手部清潔消毒，現場並加強參與者接觸點噴灑酒精或消毒液擦拭。
6. 場內除正在進行訓練之選手外均須全程佩戴口罩並保持至少2公尺之社交距離。
7. 首次訓練前教練及管理人員皆備有3日內快篩或核酸檢驗陰性證明，且每3-7天定期快篩(原則每7天篩檢，應變處置時得縮短為每3天篩檢)。
8. 所有本校游泳隊人員(包括游泳隊學生、教練及管理教師)參加訓練前提供14日內足跡及參訓後每日足跡紀錄備查。
9. 全體本校游泳隊人員(包括游泳隊學生、教練及管理教師)全程禁止飲食，若需飲水補給，須與他人保持社交距離，或至室外進行。

五、場地及器材清潔消毒：

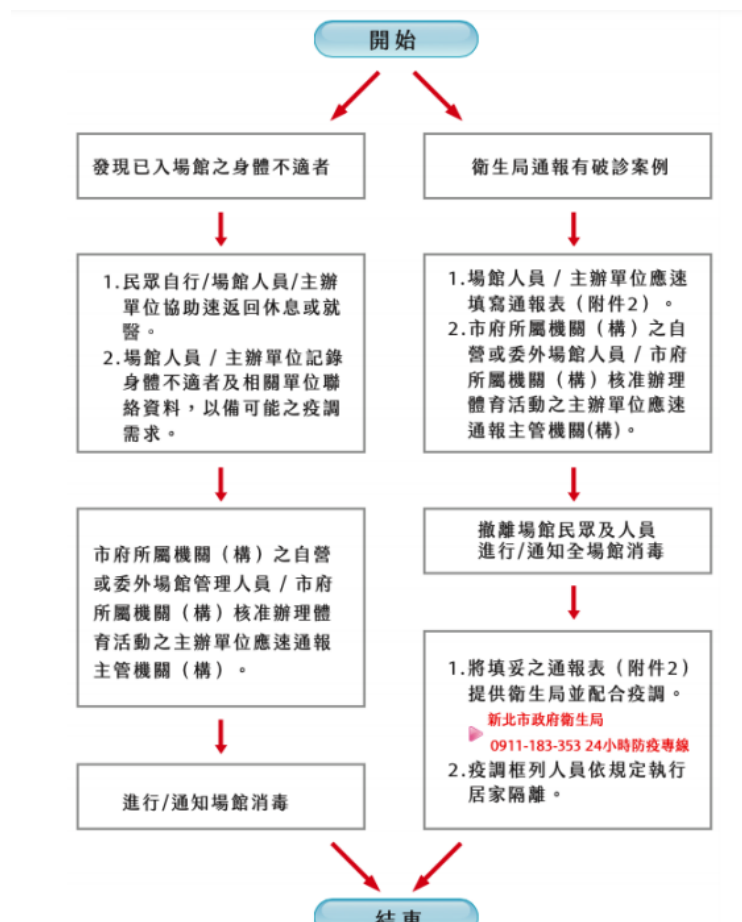
1. 每日落實廁所、盥洗空間衛生清潔及消毒，並視人員使用情形提升清及消毒頻率。

2. 每日定時（每個訓練時段之前、中、後）確實執行清潔消毒，並針對經常接觸之表面（如：電梯、手把、門把、桌椅把等）定時消毒擦拭（並視接觸頻率加強消毒）。

六、本校游泳隊若出現確診者應變措施：

1. 暫停訓練，通報主管機關、游泳池，並依規定停止訓練並。
2. 確診學生班級停課，若超過2名(含)學生，則全校停課。
3. 針對學校環境及游泳池進行環境清潔消毒。
4. 配合疫情調查，接受抗原快篩或 PCR 檢驗及自主健康管理。
5. 重新檢討評估游泳隊訓練之必要性。

新冠肺炎確診通報或身體不適者處理 SOP:



七、其他：

防疫應變小組任務表

職稱	任務
負責人 郝淑芬	1. 負責緊急狀況處理協調連繫窗口。 2. 確認相關應變人員皆瞭解及熟悉應變流程。 3. 訓練日現場人力調度。 4. 協助、指導防疫應變組員。
工作人員 吳彥奇 呂建叡	1. 協助防疫緊急狀況處理。 2. 協助執行健康監測。 3. 協助現場個人衛生防護、量測體溫作業。

	詹筆涵 黃逸清	4. 發現疑似個案時，通報防疫專線，引導醫護人員到達現場。 5. 主責訓練場域相關清消工作。	
	緊急連絡電話		
	項目	單位	電話
	督導單位	花蓮縣政府教育處	03-8462860
	訓練場館	花蓮縣立太昌游泳池	03-8580809
	執行單位	花蓮縣吉安鄉太昌國民小學	03-8571746
	衛生單位	花蓮縣政府衛生局 24 小時防疫專線	03-8226975
	醫院	花蓮慈濟醫院	03-8561825
	警察單位	花蓮縣政府警察局吉安分局太昌派出所	03-8569425

花蓮縣吉安鄉太昌國民小學游泳隊訓練參與人員及學生造冊

日期：110 年 8 月 20 日

編號	職稱	姓名	居住地	交通方式	簽名欄	體溫	身體健康狀況	足跡說明
1	教練	吳彥奇	吉安鄉	自行開車			☐ 無異狀：_____	☐ 住家往返：_____
2	教練	呂建勳	吉安鄉	自行騎車			☐ 無異狀：_____	☐ 住家往返：_____
3	管理	詹筆函					☐ 無異狀：_____	☐ 住家往返：_____
4	體育組長	王若竹					☐ 無異狀：_____	☐ 住家往返：_____
5	學生	梁品芮					☐ 無異狀：_____	☐ 住家往返：_____
6	學生	梁品艾					☐ 無異狀：_____	☐ 住家往返：_____
7	學生	吳恩豪					☐ 無異狀：_____	☐ 住家往返：_____
8	學生	武桓鋒					☐ 無異狀：_____	☐ 住家往返：_____
9	學生	曾舒蕾					☐ 無異狀：_____	☐ 住家往返：_____
10	學生	張苡暄					☐ 無異狀：_____	☐ 住家往返：_____
11	學生	張苡睫					☐ 無異狀：_____	☐ 住家往返：_____
12	學生	吳聲廷					☐ 無異狀：_____	☐ 住家往返：_____
13	學生	關羽恆					☐ 無異狀：_____	☐ 住家往返：_____
14	學生	仲李行					☐ 無異狀：_____	☐ 住家往返：_____
15	學生	林義守					☐ 無異狀：_____	☐ 住家往返：_____
16	學生	李章晟					☐ 無異狀：_____	☐ 住家往返：_____

備註：本資料依據「個人資料保護法」，僅供主辦單位防疫使用。

附表 3

高級中等以下學校運動團隊訓練防疫管理指引 自我查檢表（學校適用）

學校及運動代表隊名稱：_____

查檢項目	查檢內容	查檢結果
場域管制 及管理	單一出入口管制	☐ 是 ☐ 否
	每日量測體溫（禁止額溫 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$ 、耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ 者進入）	☐ 是 ☐ 否
	進場前須完成手部清潔消毒	☐ 是 ☐ 否
	進出人員實聯制登記	☐ 是 ☐ 否
	訓練地點為通風良好之室外場地或空氣流通之室內空間	☐ 是 ☐ 否
	不開放住宿	☐ 是 ☐ 否
人員管理 措施	訓練人員及學生皆已接受防疫宣導教育	☐ 是 ☐ 否
	訓練人員全程佩戴口罩（學校可視需求加強防護措施，如護目鏡或面罩），首次訓練前，未施打疫苗或疫苗接種未達 14 天者，須有 3 日內快篩或核酸檢驗陰性證明，且每 3-7 天定期快篩（原則每 7 天篩檢，應變處置時得縮短為每 3 天篩檢）。	☐ 是 ☐ 否
	建立每日參與訓練人員名冊	☐ 是 ☐ 否
	符合室內場館 20 人、室外場地 40 人以內限制	☐ 是 ☐ 否
	用餐或飲食時保持距離及設置隔板	☐ 是 ☐ 否
	飲用水瓶不得共用	☐ 是 ☐ 否
	落實個人衛生措施（訓練完畢立即洗手，返家後立即清潔消毒等）	☐ 是 ☐ 否
	每日健康狀況監測，如有身體不適，應立即停止訓練	☐ 是 ☐ 否
	參與人員如有符合「居家檢疫」、「居家隔離」、「加強自主健康管理」、「自主健康管理」情形者，不得參與訓練	☐ 是 ☐ 否

查檢項目	查檢內容	查檢結果
訓練場域 及器材清 潔消毒	訂定環境清潔及消毒計畫	☐ 是 ☐ 否
	訓練場所空調系統加強定期清潔	☐ 是 ☐ 否
	學校飲水機加強定期清潔	☐ 是 ☐ 否
	每次訓練前、中、後執行環境清潔及消毒	☐ 是 ☐ 否
	學校廁所、盥洗設備加強衛生清潔及消毒頻率	☐ 是 ☐ 否
訓練方式 管理	學校運動團隊訓練防疫計畫，應公告於學校官網首頁	☐ 是 ☐ 否
	全員佩戴口罩	☐ 是 ☐ 否
	訓練人員及學生固定且為學校內人員	☐ 是 ☐ 否
	每名學生每日訓練時間不得超過3小時	☐ 是 ☐ 否
應變處理 措施	建立緊急應變處理流程	☐ 是 ☐ 否
	應建立與當地衛生局之聯繫窗口及 COVID-19 通報流程	☐ 是 ☐ 否
	如有疑似 COVID-19 症狀，應協助就醫並立即通報	☐ 是 ☐ 否
	若遇天氣不適合訓練或學生身體不適等狀況，應立即停止訓練	☐ 是 ☐ 否
	適時提供中央流行疫情指揮中心公布之資訊給參與人員	☐ 是 ☐ 否
其他	未成年學生應經家長同意書（告知運動中佩戴口罩之風險，如有心臟血管疾病或呼吸道過敏者，請勿參加）	☐ 是 ☐ 否

註：學校應至少每日進行自我查檢，每週送查檢情形至主管機關備查。

查檢人員簽章：_____ 查檢日期： 年 月 日

花蓮縣吉安鄉太昌國民小學游泳隊訓練 嚴重特殊傳染性肺炎疫情

健康關懷問卷

填表日期：____年____月____日

姓名		出生日期	年 月 日
一、近期是否有以下症狀： ☐發燒（$\geq 38^{\circ}\text{C}$）☐咳嗽☐喘☐流鼻水☐鼻塞 ☐喉嚨痛☐肌肉痠痛☐頭痛☐極度疲倦感 ☐呼吸困難※如有上述症狀之一，請務必配戴口罩。 ☐以上皆無			
二、請問您最近 14 日內旅遊史（Travel）： ☐有國內旅遊，旅遊城市、景點與交通方式：_____ ☐無國內外旅遊			
三. 近一個月內群聚史(Cluster)： (1)同住家人正在 ☐居家隔離☐居家檢疫 ☐自主健康管理（到期日： 月 日） ☐以上皆無 (2)家人/朋友/同學狀況 ☐家人也有發燒或類流感症狀 ☐朋友也有發燒或類流感症狀 ☐同學也有發燒或類流感症狀 ☐其他：_____ ☐以上皆無			
四. 備註(請詳述)			

110 年花蓮縣吉安鄉太昌國民小學游泳隊訓練家長同意書

茲同意_____自 110 年 9 月 1 日起於花蓮縣立太昌游泳池進行游泳訓練，立同意書人已確實瞭解 110 年花蓮縣吉安鄉太昌國民小學游泳隊訓練期間之訓練方式及防疫規畫，並配合及叮囑參加者確實遵守「高中以下學校運動團隊訓練因應 COVID-19 防疫管理指引」與「游泳選手訓練因應 COVID-19 防疫管理指引」之相關規範。另訓練期間若全國疫情有所變化，為確保學生安全，可能暫停代表隊集訓，敬請配合。

◎集訓期間請參加者遵守防疫規定：

1. 每次訓練前量測體溫(額溫 $<37.5^{\circ}\text{C}$ ；耳溫 $<38^{\circ}\text{C}$)，配合酒精消毒、訓練期間全程配戴口罩並注意手部清潔、訓練休息期間保持社交安全距離、飲水應以個人用水壺或瓶裝水(不共用)。
2. 教練及管理人員首次訓練前皆備有3日內快篩或核酸檢驗陰性證明，且每3-7天定期快篩(原則每7天篩檢，應變處置時得縮短為每3天篩檢)
3. 參加者返家後訓練服裝立即清潔消毒、落實每日自主健康管理及狀況紀錄，如有發燒或呼吸道(咳嗽)症狀，應暫停訓練返家休息。
4. 集訓採固定人員方式，人數如有異動每週報備校方核可後實施。
5. 水中游泳訓練時未戴口罩有一定的健康風險，不強迫參加培訓，如有個人因素如心臟血管疾病或呼吸道過敏者請勿參加。

此致 花蓮縣吉安鄉太昌國民小學游泳隊 家長

學生(參加者)簽名：_____

家長(立同意書人)簽名：_____

與參加者關係：

電 話：

地 址：

中 華 民 國 1 1 0 年 月 日