



在 TK-12 學校內預防 COVID-19 適用於學生、家長和監護人的資訊

洛杉磯縣的小學、初中和高中可以在遵循 [《重新開放 K-12 學校的規定》](#) 的前提下重新開放。該規定列出了學校應遵循的規定和建議，這些規定和建議採取了多層級的保護措施，以防止 COVID-19 的傳播，並允許學校安全地全面恢復面對面授課。學校一直在與洛杉磯縣公共衛生局密切合作，以共同營造促進安全的校園環境。此外，加州於 2021 年 8 月 11 日發佈了一項 [衛生主管令](#)，要求所有學校的工作人員要麼出示已全劑量接種疫苗的證明，要麼每週至少進行一次 COVID-19 檢測。

家長和監護人可以透過瞭解 COVID-19 的安全規定和建議，來為孩子上學做好準備。向你的孩子解釋，當他們回到學校後會有哪些要求。這將有助於確保學校能度過一個安全和成功的學年。

為了每個人的安全，學校將要求：

無論疫苗接種情況如何，每個人都必須在室內佩戴口罩。

- 這包括在所有學校校舍內、公共和學校交通工具（例如校車和麵包車）上以及在室內上體育課時。
- 允許學生在進行以下活動時摘下口罩：
 - 吃飯、喝飲品、洗澡、游泳或小睡。
- **不應該佩戴口罩的人群。** 2歲（24個月）以下的兒童不應佩戴口罩。對於患有某些疾病，或存在精神健康問題，或身有殘障的人士，若被醫生告知不應佩戴口罩，則應遵循醫囑。由於身體疾病或精神健康狀況、殘障或聽力障礙而在學校免於佩戴口罩的資格認定，必須由有執照的醫生或在醫生執照下執業的其他醫療專業人員作出。要求免於佩戴口罩的自我證明和家長證明將不予接受。如果他們的身體情況允許，那些獲得免於佩戴口罩資格的人士必須佩戴防護面罩，且面罩的底部邊緣有布簾，以遮住頸部。
- 欲瞭解更多關於佩戴口罩的資訊，請訪問：ph.lacounty.gov/masks。

如果學生生病，或正受到隔離或檢疫令的限制，他們不得到校上課。

- 發燒或有其他生病跡象的兒童不應前往學校上課。有關 COVID-19 的症狀，請參閱：ph.lacounty.gov/covidcare。
- 當學生到達學校時，可能會接受症狀篩查，並進行體溫測量。如果他們有生病的跡象，將不允許他們進入學校。如果當天晚些時候學生開始出現 COVID-19 症狀，則將該學生單獨隔離，並可能讓其返回家中。
- 提前做好計劃。制定一項緊急兒童看護計劃，這樣如果你的孩子生病了，他們就可以安全地留在家裡不去上學。



在 TK-12 學校內預防 COVID-19

學校可以要求執行額外的安全措施。

以下安全措施旨在透過與他人保持身體距離、減少擁擠以及增加通風，來進一步降低 COVID-19 的傳播風險。每個人都必須遵守學校制定的規章制度。一定要與孩子的學校聯繫，瞭解他們採取了哪些安全措施。

學校可以選擇：

- 修改或錯開時間表，以降低在走廊發生擁擠的概率。
- 給學生和老師分配固定小組，讓他們在進行一天的大部分活動時都待在一起。
- 打開教室的門窗，以增加新鮮空氣的流通量，並改善通風。
- 對無症狀學生進行例行定期的 COVID-19 檢測（「篩查」）。或者，學校可以只安排出現 COVID-19 症狀的學生或是其他 COVID-19 患者的密切接觸者的學生接受檢測。
- 在室外上課和用餐，尤其是對於傳播 COVID-19 風險較高的活動。這包括體育、音樂、戲劇、舞蹈和歌唱課。需要摘下口罩的音樂活動（如吹奏管樂器）只能在室外以團體形式進行。
- 在室外進行表演、體育比賽和遊戲。學校應該遵循 [《適用於大型活動的最佳做法》](#) 中的要求。

在學校內，孩子們可以採取更多的安全措施來降低他們的風險。

除了遵循學校的安全規定外，你的孩子在學校還可以做其他的事情來幫助降低他們的風險。

- 如果他們年滿12歲或以上，請接種疫苗。
 - 接種疫苗是保護孩子免於感染COVID-19的最好方法。COVID-19疫苗是安全、有效且對每個人免費的。若你有任何擔憂，請與孩子的醫生交流。
- 在擁擠的室外場所佩戴口罩。
 - 這包括在排隊等候進入場所、離開場所、課間休息，或在吃飯時段沒有進食或喝飲品的時候。
- 讓口罩發揮最大的保護作用。
 - 最具防護性的口罩是你的孩子在室內可以一直舒適地戴在鼻子和嘴巴上的口罩。口罩應該緊貼著他們的鼻子和下巴，且臉的兩側不能留有大的縫隙。它應該由至少兩層緊密編織的透氣材料製成。
 - 有一些類型的口罩提供更高級別的保護。欲瞭解更多資訊，請訪問：ph.lacounty.gov/masks。請注意，口罩防護級別越高，你的孩子可能就更難做到全天內舒適地佩戴那種口罩。
 - 一個好辦法是讓你的孩子在家中測試口罩，以確保他們能夠舒適地呼吸，並能夠在學校的一整天內都佩戴口罩。在家裡讓他們在室內一次佩戴口罩至少幾個小時。
 - 為孩子準備好額外的口罩帶去學校，這樣當口罩變髒或變濕後，他們就可以更換口罩。

在 TK-12 學校內預防 COVID-19

- 與他人保持距離。
 - 和你的孩子談論如何避開成群的學生。在教室外如果可能的話，他們應該儘量與其他人保持至少2臂長（約6英尺）的距離。
 - 任何時候當他們身邊有其他人，並摘下口罩時（比如吃飯的時候），應與其他人保持距離。
- 保持良好的手部衛生習慣。
 - 他們應該經常用肥皂和水洗手，或使用酒精含量至少為60%的消毒洗手液。年幼的兒童只能在成人的監督下使用酒精消毒洗手液。這是為了確保他們在雙手完全變幹之前不吃任何東西，或者把手放進嘴裡。
 - 提醒他們避免用不乾淨的手拿東西吃，或者觸碰自己的臉。

欲瞭解更多提示，請參閱 [《為 12 歲以下兒童的父母準備的保持安全和防止病毒傳播的指南》](#)。

對於父母和監護人而言，若需瞭解更多關於如何降低風險和減緩 COVID-19 傳播的資訊（包括哪些情況下風險更高），請訪問 <http://ph.lacounty.gov/reducerrisk>。

接種疫苗是預防 COVID-19 的最佳做法。

所有 12 歲及以上的個人，無論其移民身份如何，都可以免費接種 COVID-19 疫苗。在洛杉磯縣，你無需預約，即可在許多地點接種疫苗。無法外出的個人可以在家中接種疫苗。

請訪問 VaccinateLACounty.com，點擊「[如何接種疫苗](#)」，找到你附近的疫苗接種點，或致電公共衛生局疫苗呼叫中心熱線：**833-540-0473**，服務時間為每天上午 8:00 至晚上 8:30。