



# 6 มาตรการหลัก

รองรับการระบาด  
ระลอกใหม่ของโรคโควิด 19  
ในสถานศึกษา  
DMHT-RC



**1 เว้นระยะห่าง (Distancing)**  
เว้นระยะห่างบุคคลอย่างน้อย 1-2 เมตร

**2 สวมหน้ากาก (Mask Wearing)**  
สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลา  
ที่อยู่ในสถานศึกษา

**3 ล้างมือ (Hand Washing)**  
ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำ นาน 20 วินาที  
หรือใช้เจลแอลกอฮอล์

**4 คัดกรองวัดไข้ (Testing)**  
วัดไข้ สังเกตอาการ ชักประวัติผู้สัมผัสเสี่ยงทุกคน  
ก่อนเข้าสถานศึกษา

**5 ลดการแออัด (Reducing)**  
ลดแออัด ลดเข้าไปในพื้นที่เสี่ยง  
กลุ่มคนจำนวนมาก

**6 ทำความสะอาด (Cleaning)**  
ทำความสะอาด พื้นผิวสัมผัสร่วม



# 6 มาตรการเสริม

รองรับการระบาด  
ระลอกใหม่ของโรคโควิด 19  
SSET-CQ



**1 ดูแลตัวเอง (Self-care)**  
ดูแลใส่ใจ ปฏิบัติตน  
มีวินัย รับผิดชอบตัวเอง  
ปฏิบัติตามมาตรการอย่างเคร่งครัด



**2 ใช้ช้อนกลางส่วนตัว (Spoon)**  
ใช้ช้อนกลางของตนเองทุกครั้ง  
เมื่อต้องรับประทานอาหารร่วมกัน  
ลดสัมผัสร่วมกับผู้อื่น



**3 กินอาหารปรุงสุกใหม่ (Eating)**  
กินอาหารปรุงสุกใหม่ร้อน ๆ  
กรณีอาหารเก็บเกิน 2 ชั่วโมง  
นำมาอุ่นให้ร้อนก่อนรับประทานอีกครั้ง



**4 ลงทะเบียน (Thai chana)**  
ลงทะเบียนตามที่รัฐกำหนด  
ด้วย app ไทยชนะหรือลงทะเบียนบันทึก  
การเข้า-ออกอย่างชัดเจน

**5 สำรองตรวจสอบ (Check)**  
สำรองบุคคล นักเรียน กลุ่มเสี่ยง  
การเดินทางมาจากพื้นที่เสี่ยง  
เพื่อเข้าสู่ระบบการคัดกรอง



**6 กักกันตัวเอง (Quarantine)**  
กักกันตัวเอง 10 วัน เมื่อเข้าไปสัมผัส  
หรืออยู่ในพื้นที่เสี่ยง  
ที่มีการระบาดของโรค