



垃圾帶回他的家，馬路不是垃圾桶！
道路整潔不髒亂，寶島美麗有國格！

請大家一起參與**六大主軸綠行動**。

省水抗旱保水源

每人每日用水250公升以下

節能減碳酷地球

每人每日減碳1公斤

資源循環零廢棄

廢棄物減量，資源回收再利用

去污保育護生態

消除污染，保護野生動植物

清淨家園樂活化

垃圾帶回家，美化環境
改變生活方式

捍衛國土勤檢舉

檢舉濫墾、濫建、濫伐
預防土石流

請上綠網建立部落格，通報檢舉

0800-066666 領取獎金

企業認養，使用綠網照顧厝邊行銷產品！

村里動員上綠網，寶島整潔有夠讚！

行政院環境保護署

如欲查詢詳細內容請至綠網公佈欄下載
網址 <http://ecolife.epa.gov.tw/>

103.11第一版第二刷
本印刷品使用取得環保標章驗證之紙張及黃豆油墨印製



定價：100

營造永續優質環境衛生計畫 之

清掃學習手冊

環保協查志工
柯伯武



社區環保義工
抹奇



挑別髒亂 檢舉亂丟上綠網

上網通報網址

<http://ecolife.epa.gov.tw/announce/announce.aspx>



序 言

環保署為了落實「去污保育護生態、清淨家園樂活化」的環境政策，推動環境整潔及綠美化與示範宣導工作，藉由推動5S運動：整理、整頓、清掃、清潔、教養，建立清淨作業的內部制度與文化，進而提升整體環境達到清淨家園營造永續優質環境生活環境品質，逐步達成14項環境衛生永續指標。

環保署為增進國人對環境清潔工作認知及清潔工具的正確使用方式，特編製本手冊，教導民眾清掃、清潔的正確方式，及正確的使用清潔工具與清潔劑。本手冊亦編列推廣環境清掃學習之「籌劃準備」及「活動進行」作業程序，提供各界於推廣時參考使用。

清掃學習運動源自於1993年日本皇帽創辦人鍵山秀三郎先生成立「美化日本協會」，透過清掃活動貫徹凡事澈底的精神，帶動社會良好風氣，養成積極、熱誠，且滿懷謙卑、惜福感恩的心靈。統一超商流通次集團徐重仁總經理於2003年8月9日成立「台灣清掃學習會」（2009年正式成立台灣美化協會），以清掃哲學來磨練員工心志，塑造凡事澈底的企業文化，並在同年9月26日由首阜企業管理顧問股份有限公司王文貴總經理成立「首阜企管清掃學習會」，持續把凡事澈底的精神帶進校園、政府、企業等各單位，讓惜福及感恩充滿每個人的心靈而使社會風氣更良好。本手冊在編輯期間，特別感謝台灣美化協會鼎力相助，使清掃學習手冊內容得以更完整呈現凡事澈底，感恩惜福。

本手冊中教導民眾清掃項目包括有：廁所清掃、巷道清掃、居家清掃、側邊溝清疏、植栽整理，並提供各類清潔劑的使用時機及使用方式。環保署希望透過推廣正確的清掃方式及正確的使用清潔劑，並落實在日常生活中，培養環境清潔的觀念，透過清掃過程「放下身段」、「謙卑學習」、「凡事澈底」、「磨練心志」、「感恩惜福」、「體恤辛勞」、「環境為本」的體驗，學習愛護我們賴以維生的生活環境，落實「環保心生活」運動，讓環境教育向下紮根，達到優質健康安全的生活環境。



行政院環境保護署 關心您

關心我們的環境

營造永續優質環境衛生計畫之清掃學習手冊

出版機關：行政院環境保護署

發行人：魏國彥

地址：10042 臺北市中正區中華路1段83號

電話：(02)2311-7722

編輯單位：環境衛生及毒物管理處

資料提供：台灣環保生活協會

文字編排：高典印刷有限公司

電話：(02)2242-3160

出版年月：中華民國103年11月發行

版(刷)次：第一版第二刷

定價：新台幣100元整(含稅)

GPN：1010302372

ISBN：978-986-04-3044-8



柯伯武、抹奇

環保代言人

「柯伯武」是變形金剛「柯博文」的弟弟，柯博文是化身來到地球的變形金剛首領，原形是大卡車變身的機器人，協助捍衛地球上人類的安全。「柯伯武」則是協巡捍衛地球環境安全的環保機器人，原形是一輛垃圾壓縮車，手持攝錄影機，代表「環保協查志工」，他的使命是巡察、規勸及舉發亂丟回收物、垃圾等污染環境整潔的行為；於志願照顧區內，定期定線對髒亂點情形及違規行為進行巡檢、登錄、通報權責單位或勸導住戶或違規者清理、對持續違規或拒絕清理者，以拍照攝影、上網張貼於巡檢日誌及追蹤處理結果。

「抹(・ΠΥ)奇(ㄩ一\」)是魔力女管家麻晃的妹妹，麻晃是人類為了和外太空的聖職者對抗所製造的女機器人，外表是溫柔可人的女管家，其實具有強大的力量可以保護地球，她打敗聖職者，使地球重新恢復了和平。「抹(・ΠΥ)奇(ㄩ一\」)是變形女管家戰鬥機器人，手持清潔拖把，代表「社區環保義工」，她是熱心公益的社區居民，主動不求報酬，輔導、動員及協助有責任的住戶及單位，清理公共區域的髒亂，定期整理、整頓、清掃、清潔教養、志願照顧區內的髒亂死角、清除違規小廣告或執行其它環保行動，並以「整理」、「整頓」、「清掃」、「清潔」、「教養」的5S行動，維護住家四周及社區環境整潔美麗。

環保協查志工
柯伯武



社區環保義工
抹奇





減碳雙熊的故事

白熊和黑熊是互通書信的筆友。白熊是生活在極地的北極熊，黑熊則是台灣特有的台灣黑熊。在網路及書信頻繁的往來下，他們成了無話不談的好朋友。

白熊從小居住在寒冷的北極，近年來他覺得冰山面積逐年減小，明顯威脅到他的生存空間，連尋找食物都日益困難。黑熊生長在台灣，也是瀕危動物，近年來也發現氣候異於以往，冬天不如往常寒冷，夏天溫度卻愈來愈高。在努力收集相關資料後，黑熊和白熊終於找到原因來自於「溫室效應」及「全球暖化」。減碳雙熊意識到全球暖化氣候異常變遷問題的嚴重性後，決定一起挺身對抗暖化，他們發現「減少二氧化碳」是對抗全球暖化的一大關鍵。那要如何減碳呢？黑熊和白熊開始研究各種減碳方法，終於發現十個最簡單的好方法。對減碳頗有心得的黑熊和白熊，組成了「減碳雙熊」，一起擔任環保署的減碳大使，並推出「十大減碳宣言」，希望大家能在日常生活中落實，一起為地球盡一分心力。





目錄 Contents

壹、環境清掃學習推動概述	01
一、緣起	01
二、清掃學習手冊的應用方法	02
三、清掃學習的啟示與意義	03
四、清掃學習的程序	05
貳、籌劃準備	10
一、籌劃準備（活動前2.5個月）	10
二、籌劃準備（活動前2個月）	12
三、籌劃準備（活動前1個月）	15
四、籌劃準備（活動前10天）	16
五、籌劃準備（活動前7天）	17
六、籌劃準備（活動前2天）	17
參、活動進行	20
一、活動進行（活動當天/活動報到前2小時）	20
二、活動進行（活動當天/報到時間）	20
三、活動進行（活動當天/開幕式及清掃時間）	20
四、活動進行（活動當天/閉幕式）	22
肆、清掃作業程序及工具使用注意事項	27
一、廁所清掃（由上而下，自內向外）	27
二、巷道清掃（由上而下，自內向外）	51
三、居家清掃（由上而下，自內向外）	59
四、側邊溝疏通（由上游而下游，自內向外）	69
五、植栽整理（由上而下，自內向外）	79
六、清潔劑	91
5S的操作型定義	94
掃路守則順口溜	95
清淨家園全民運動行動目標	96
14項環境衛生永續指標	97





壹

環境清掃學習推動概述

一、緣起

環保署為營造優質環保生活環境，協助村里社區執行環境清掃，全面推動5項環境清掃主題以提昇環境清潔，促進環境淨化與培養居民維護環境概念，達到營造優質健康的生活環境目標。

為增進學校、企業、機關、團體及社區民眾落實環境整潔工作，推廣廁所清掃、巷道清掃、居家清掃、側邊溝疏通、植栽整理等5項清掃規範，讓各界運用有效達到清淨家園營造永續優質環境生活環境品質，特編撰「環境清掃學習手冊」，以實用工具書的方式，使讀者可依本手冊中的圖解步驟重點來進行環境清掃工作。

藉由清掃學習教育推廣的過程中，讓國人於日常生活中都能以最簡單及隨手可得的工具，隨時隨地清掃環境，從居家開始，進而推廣至村里、社區團體，配合鄉鎮市區、地方政府共同推動環境整頓，透過清掃過程「放下身段」、「謙卑學習」、「凡事澈底」、「磨練心志」、「感恩惜福」、「體恤辛勞」、「環境為本」的體驗，學習愛護我們賴以維生的生活環境，落實「環保心生活」運動，讓維護環境的概念紮根，提升台灣環保生活文化。





二、清掃學習手冊的應用方法

我們希望透過這本手冊，將「清掃學習」活動的辦理方式及精神呈現出來，並且讓每個組織（機關、學校、企業、團體、社區或村里鄰）能參照手冊中的內容，辦理屬於自己的「清掃學習」活動。我們更關注的是，經由這本手冊，吸引人們開始關心周遭的環境，經過共同討論、策劃及執行的過程，凝聚人們之間的情感，並且透過清掃過程「放下身段」、「謙卑學習」、「凡事澈底」、「磨練心志」、「感恩惜福」、「體恤辛勞」、「環境為本」的體驗，學習愛護我們的生活環境，落實「環保心生活」運動。我們期望的是讓有心從事「清掃學習」的朋友，有一本從實務操作手冊，可為參考。

手冊的內容，分為下列三大部分

- 環境清掃學習推動概述
- 清掃學習的程序
- 清掃作業程序及工具使用注意事項

每個單位組織舉辦的「清掃學習」活動之規模不盡相同，主辦單位可依其規模及需求考量，參照本手冊之清掃學習之程序進行規劃，擬定適合自己籌劃時程的工作時程表，籌劃一個屬於自己的「清掃學習」活動。





三、清掃學習的啟示與意義

(一) 放下身段

膝蓋著地打掃廁所或清理側溝，無分貴賤。無論你是大公司老闆、販夫走卒、大人或小孩，都應在打掃時放下身段，不要認為打掃是不符合自己身分地位的事情，也許一開始很困難，例如要將手伸進馬桶內清洗，一旦開始，你就擁有一個跟放下身段之前完全不一樣的感受與視野。透過清掃學習，學習如何放下身段，未來面對人生困境時，身段柔軟、適時低頭者，可以更豁達面對。

(二) 謙卑學習

清掃活動是一種彎腰學習的過程，我們必須捲起袖子，拿著刷子，彎下腰來清掃居家或廁所的地板，把地板的每一角落來回清掃乾淨。在這個過程中，所有的心情鬱悶或煩躁都會變得微小，透過彎腰的過程，心境逐漸平和，可以讓人變得謙卑，並且透過勞動，整理自己的心緒。

無論人們擁有任何才能，一旦擁有傲慢的心，就不可能得到成長。所以學習成長最重要的條件就是要「謙虛」，彎腰清掃是達到謙虛的最佳捷徑。透過清掃的體驗，能讓心靈更豐富、更滿足。

(三) 凡事澈底

清掃學習最重要的理念就是凡事要澈底，例如清洗馬桶前，要先以海綿將馬桶底部的水吸乾，這樣才能看見馬桶內的水垢；又如刷洗馬桶表面時，要特別清潔角落不易看見的污垢或不易刷洗的頑垢。清掃時要自我要求每個細節，這就是凡事澈底的精神。





(四) 磨練心志

掃廁所是一般人厭惡的工作，藉由刷洗馬桶的過程中，磨練自己，澈底清潔，這就是磨練心志的意義。此外，藉由清掃的進行，讓人們得以美化內在心靈，只要內心存在美感，眼睛所看到的也自然充滿美麗。

(五) 感恩惜福

清掃時使用適量及不破壞環境的清潔劑或以不浪費水資源的方式清洗工具等，皆是表現節約惜福的作法。一個人的成就差異，關鍵在於是否養成浪費的習性，只要懂得惜福，自然會珍惜身邊一切而不浪費。清掃學習可養成惜福的個性，塑造成為一個感恩的人。

(六) 體恤辛勞

「垃圾帶回他的家，馬路不是垃圾桶」，唯有自己親身體驗清掃的過程，才能體會清潔隊或清掃人的辛苦，如此每個人都能把馬路當自己家，不隨地亂丟垃圾；使用公廁時懂得發揮公德心，注意維護乾淨，以避免影響下一位使用者。

(七) 環境為本

過去人類文明發展皆圍繞在「以人為本」的思維上，導致天災人禍不斷。人類其實是大自然及環境的一分子，環境需要吾人共同的維護，公共空間的廁所、街道、側溝等，我們在其中使用，雖不屬於我們，一旦髒亂卻會讓我們感到不方便和不愉快，因此透過清掃環境的過程，更能讓我們體認到「以環境為本」精神的重要。



四、清掃學習的程序

整個清掃學習的程序，分為籌劃準備及活動進行兩大部分，請參考下表，表格中清楚列出每階段需要的時間及工作內容，本手冊在下面章節中也將逐一說明每個工作事項應如何進行及應注意事項，再搭配表格中參酌的頁數，更深入地了解清掃學習程序進行的方法及步驟。

表1、清掃學習的程序

身分別 項目/時間	主辦單位	種子教師	與會學員	支援單位
籌劃準備(P.10) 活動前2.5個月	<ol style="list-style-type: none"> 1. 選定場地、日期 2. 聯繫場地管理單位 3. 活動現場第1次探勘 4. 初步規劃「清掃學習」事宜 5. 活動經費規劃 			場地管理單位 支援協助
籌劃準備(P.12) 召開第1次籌備會議 活動前2個月	<ol style="list-style-type: none"> 1. 確認場地清掃範圍 2. 工作分組、預估清掃組別及學員人數 3. 預估活動行政相關資源及器材 4. 預估清掃項目所需的工具及耗材數量 5. 選派種子教師（主辦單位、辦理區域中既有種子教師或從報名者中遴選） 6. 活動宣傳及報名 			<ol style="list-style-type: none"> 1. 醫護單位：醫護人員駐點協助活動當天意外救助（1,000人以上規模設置、1,000人以下則準備醫護急救箱） 2. 當地清潔隊：垃圾的清運（主辦單位提供活動當天清掃工具） 3. 社區環保志義工參與協助各小組 4. 飲食品之準備 5. 舞台設備

身分別 項目/時間	主辦單位	種子教師	與會學員	支援單位
籌劃準備(P.15) 召開第2次籌備會議 活動前1個月	<ol style="list-style-type: none"> 1. 「清掃學習」活動規劃佈達 2. 種子教師訓練規劃 3. 活動行政相關資源及器材準備 4. 清掃工具盤點及採購 5. 相關支援單位聯繫 6. 活動宣傳及報名 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 種子教師訓練報名 2. 了解清掃活動任務內容 3. 協助工具盤點 4. 活動宣導 	網路或傳真報名	場地管理單位
籌劃準備(P.16) 召開第1次行前會議 活動前10天	<ol style="list-style-type: none"> 1. 活動現場第2次探勘 2. 種子教師清掃實作及訓練 3. 與會人數統計及分組 4. 清掃工具整理清點及裝箱 5. 確認相關支援單位支援項目 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 活動現場第1次探勘 2. 種子教師清掃實作及訓練 3. 清掃活動任務確認 4. 協助清掃工具整理、清點及裝箱 	網路或傳真報名	<ol style="list-style-type: none"> 1. 場地管理單位 2. 清掃工具搬運
籌劃準備(P.17) 活動前7天	與會人員聯繫及行前通知(e-mail或電話)	組員人數的掌控	活動行前確認	<ol style="list-style-type: none"> 1. 當地醫護單位助活動當天意外救助 2. 清潔隊：垃圾的清運（主協辦單位提供活動當天清掃工具） 3. 社區環保志義工參與協助各小組 4. 飲食品之準備 5. 舞台設備

營造永續優質環境衛生計畫之清掃學習手冊

身分別 項目/時間	主辦單位	種子教師	與會學員	支援單位
籌劃準備(P.17) 召開第2次行前會議 活動前2天	<ol style="list-style-type: none"> 活動現場第3次探勘：清掃範圍、人力編制及需求、工具需求等確認 聯繫場地管理單位與會人員行前通知 確認相關支援單位支援項目及負責人員 確認已裝箱之清掃工具數量 活動當天工作小組任務指派及編組 	<ol style="list-style-type: none"> 活動現場第2次探勘 種子教師清掃活動任務確認 組員人數的掌控 	活動行前確認	<ol style="list-style-type: none"> 確認場地管理單位配合事項 確認醫護單位活動當天協助任務 確認清潔隊垃圾的清運 確認社區環保志義工參與協助各小組 確認飲食品之準備 確認舞台設備廠商配合事項
活動進行(P.20) 活動當天 活動報到前2小時	<ol style="list-style-type: none"> 所有人員及種子教師進行活動現場第4次探勘清掃範圍、人力編制及需求、工具等確認 所有人員場地布置 	<ol style="list-style-type: none"> 活動現場第3次探勘：清掃範圍、人力編制及需求、工具等確認 種子教師清掃活動任務確認 組員名單及人數的掌控 		<ol style="list-style-type: none"> 場地管理單位 醫護單位到場協助任務 清潔隊垃圾的清運 社區環保志義工參與協助各小組 飲食品到場 舞台設備到場
活動進行(P.20) 活動當天 報到時間	<ol style="list-style-type: none"> 招募組負責報到事宜 文宣組負責現場媒體接待 活動組負責麥克風、音響及舞台設備試音及安全確認 	組員名單及人數的掌控及導引組員報到	活動當天報到	<ol style="list-style-type: none"> 場地管理單位 醫護單位到場協助任務 清潔隊垃圾的清運 社區環保志義工參與協助各小組 飲食品到場 舞台設備到場

07 挑剔髒亂 檢舉亂丟上綠網 | 上網通報網址 <http://ecolife.epa.gov.tw/announce/announce.aspx>

身分別 項目/時間	主辦單位	種子教師	與會學員	支援單位
活動進行(P.20) 活動當天 報到時間	4. 救護組負責服務台及相關事宜 5. 場地器材組準備清掃工具及耗材，照相及錄影人員準備 6. 總務組準備餐食、飲料 7. 各組種子教師協助各組組員報到 8. 總召集人負責場控及機動性協助			
活動進行(P.20) 活動當天 開幕式 清掃時間	1. 開幕式參與團體及貴賓介紹 2. 帶領學員做暖身操 3. 活動現場場控及機動性協助	1. 小組長及副小組長工具及清掃解說隊呼 2. 清掃活動正式開始後由小組長帶開人員 3. 小組成員介紹 4. 分配小組成員清掃項目及範圍 5. 清掃現場心得分享 6. 注意學習時間的掌握	1. 做暖身操 2. 清掃學習體驗 3. 心得分享	社區環保志義工參與協助各小組
活動進行(P.22) 活動當天 閉幕式	場控及機動性協助	1. 結束後由小組長帶回人員 2. 指定分享人員	1. 小組心得分享、隊呼與交流 2. 全體合唱及合影	1. 場地管理單位 2. 醫護單位到場協助任務 3. 清潔隊協助垃圾清運 4. 社區環保志義工參與協助各小組 5. 輕食用品分送 6. 舞台設備廠商

表1、清掃學習的程序



營造永續優質環境衛生計畫之清掃學習手冊

NOTEBOOK

09 挑剔髒亂 檢舉亂丟上綠網 | 上網通報網址 <http://ecolife.epa.gov.tw/announce/announce.aspx>





貳 籌劃準備

一、籌劃準備（活動前2.5個月）

（一）選定場地、日期

辦理活動前須選定合適的辦理時間及場地，清掃學習活動的宗旨是希望不分男女老幼，全體總動員，因此選擇假日最為合適，或是選擇在4月22日世界地球日、6月5日世界環境日或4月至6月間的地球環境季、9月的第三個週末世界清潔日、10月22日的金秋地球日或9月至11月間的金秋環境季、每年除夕前一週國家清潔週或地方每月環境清潔日等有特殊意義的日子，不但符合「清掃學習」的活動理念，更能喚起社會大眾對綠色環保及周遭環境整潔的重視。

（二）聯繫場地管理單位

決定好場地及日期後，即可進行與場地管理單位聯絡的相關事宜。說明本次活動辦理的目的，確認該單位協助辦理「清掃學習」活動的意願，並約定現場探勘時間。

（三）活動現場第1次探勘

現場探勘時須填寫「清掃場地勘查表」（表2），統計清掃類別及範圍，並做出詳細平面圖，可利用 Google map 來做現場平面圖。「清掃場地勘查表」須包括的項目有：場地聯絡人、聯絡電話、場地地址及交通方式、場地平面圖及清掃點的數量統計等。





營造永續優質環境衛生計畫之清掃學習手冊

表2、清掃場地勘查表

勘查日期： 年 月 日

清掃日期： 年 月 日

清掃地點					
交通方式					
聯絡人		辦公電話		手機號碼	
職稱		E-mail			
清掃範圍平面圖					
清掃點統計	廁所清洗	_____ 處廁所 (同一位置，男廁+女廁+無障礙僅算1處)			
		馬桶數：_____、小便斗數：_____ 洗手台數：_____			
	巷道清掃	巷道數：_____、總長度：約 _____ 公尺 外牆數：_____、總長度：約 _____ 公尺 電桿數：_____			
	側邊溝	水溝蓋數：_____ 個			
	盆栽整理	須整理處：_____、盆栽數：約 _____ 株、 雜草面積：約 _____ 平方公尺			
室內清潔	房間數：_____、天花板(地板)坪數：_____、窗戶數：_____				

11 挑剔髒亂 檢舉亂丟上綠網 | 上網通報網址 <http://ecolife.epa.gov.tw/announce/announce.aspx>





(四) 初步規劃「清掃學習」事宜

第1次探勘後，除整理「清掃場地勘查表」外，並須開始著手撰寫「清掃學習」活動計畫書及規劃相關事宜，計畫書不但可運用於招募學校、社區團體學員時使用，更可透過計畫書撰寫過程了解活動整體進行方向。

計畫書的格式可包含：活動緣起、活動目標、活動內容、活動時地、活動辦理單位、宣傳方式及經費預算等項目。

(五) 活動經費規劃

經費預算是「清掃學習」體驗活動中很重要的部分，決定清掃範圍及清掃學員人數後，訂出須準備的清掃工具數量與交通、餐飲費用。清點現有的清掃工具數量後，估算尚須購買的工具數量，若經費籌措有困難，則修正是否縮小清掃範圍，或是尋求其他單位的經費或工具贊助與支持。

二、籌劃準備（活動前2個月）

召開第1次籌備會議是本階段的重點，此次會議須決定場地清掃範圍、行政相關資源、清掃工具項目及數量、工作人員分組、預估清掃組別及學員人數、選派種子教師及活動宣傳報名等相關事宜，須邀集各個支援團體共同與會，如當地環保局、清潔隊員、環保志工等，以下說明之：

(一) 確認場地清掃範圍

確認要清掃的基地範圍多大，是哪幾條街道、有哪些建築物，基地範圍內是否有巷道、馬路、側邊溝、廁所、電桿、外牆及植栽，因為依據建築類型及清掃類型的不同而有不同的清掃方式，所需的清掃工具可能不同。





(二) 工作分組、清掃組別預估及預計招募的學員人數

首先，主辦單位的工作人員須先分組，選出活動總召集人，並將人員分為：

1. 文宣組：負責文宣設計及宣傳，包含邀請函、感謝函等。此外，還要負責媒體宣傳事宜，例如新聞稿撰寫及發送、媒體聯繫等。
2. 招募組：主要負責報名及招募工作，含所有報名表製作、行前通知資料設計及通知學員與會事宜。
3. 活動組：負責當日活動規劃設計及流程掌控、主持工作、貴賓邀約、開幕式及閉幕式，並負責活動結案工作等。
4. 場地器材組：負責場地接洽、活動當日所需器材及清掃工具準備，負責當日活動照相、錄影等工作。
5. 總務組：餐食、飲水及文具用品的準備、聯絡清潔隊垃圾運輸事宜，以及財務、庶務工作。
6. 救護組：1,000人以上規模須請醫護人員到場，1,000人以下準備醫藥箱。

此外，清掃活動當天參與清掃人員應進行分組。須預估清掃組的數量及預計每組要招募的學員人數，各清掃組分別賦予清掃廁所、側溝、植栽、室內及巷道等任務。每組人數規模依據清掃的基地範圍而定，但每一小組最好10至15人一組，以利人員掌控，每一小組選出或選派小組長（種子教師）及副小組長各一人。

1. 小組長（種子教師）職責：本活動說明、清掃學習的宗旨及方式、活動流程說明、清掃解說。
2. 副小組長職責：規模較大的活動可設副小組長一職，以協助小組長的工作。協助清掃工具使用介紹、組員清掃及工作分派等工作。





(三) 預估活動行政相關資源及器材

預估活動當天所需準備的器材設備，大致包含：

1. 報到處、救護處所需資源及器材準備：報名區指示牌、報到桌、分組報到簽名表、文具用品、急救箱、引導指示牌等、急救箱等。
2. 各式文宣品：學員名牌（正面資料有小組別、姓名、單位及職稱、背面作為清掃心得卡片及合唱歌詞）、清掃學習手冊（給學員的教材）、種子教師手冊（給種子教師的備忘資料）。
3. 其他：相機、攝影機、麥克風、分享單元時使用的布告欄、無線對講機、擴音器等（相關物品可依據實際需求增減，例如人數不多就無需使用無線對講機或擴音器）。

(四) 預估清掃項目所需的工具及耗材數量

不同清掃項目須使用不同的工具，例如清掃廁所需要使用水管及水管固定環，以利沖刷牆壁；又如清掃巷道需要使用刮刀來清除口香糖沾黏及小廣告的問題。

(五) 選派種子教師

種子教師（小組長、副小組長）名單可從主協辦單位、辦理區域中既有種子教師口袋名單，或從本次活動的報名者中依據工作屬性及個人意願選派產生之。

(六) 活動宣傳及報名

製作文宣資料，開始對外發布活動報名訊息，由文宣組及招募組負責活動宣傳及報名事宜。大型活動甚至可製作活動海報定點張貼，亦可透過網路（如Facebook粉絲團）、eDM及免費刊物宣傳。報名方式則可透過網路或傳真報名方式為之。





三、籌劃準備（活動前1個月）

召開第2次籌備會議是本階段的重點，本次會議包含兩大部分，一是「清掃學習」整體規劃的佈達及種子教師的訓練課程規劃。以下分項說明本階段之工作內容：

（一）「清掃學習」活動規劃說明

由總召集人擔任主席，召開第2次籌備會議，邀集各組工作人員、種子教師及相關支援團體出席並說明。

（二）種子教師訓練規劃

規劃設計種子教師訓練課程，選定時間、場地及進行流程。

（三）活動行政相關資源及器材準備

前述預估活動當天所需準備的器材設備在此階段須備齊。

（四）清掃工具及耗材之盤點及採購

器材組須盤點檢查現有清潔工具及耗材的數量，如有不足之處必須立即採購。

（五）相關支援單位聯繫

聯繫場地管理單位再次確認場地使用、聯繫醫護單位當日支援、聯繫當地清潔隊垃圾的清運問題、飲品廠商活動當天飲品的提供、聯繫舞台音響設備廠商等。

（六）活動宣傳及報名

活動宣傳及報名事宜持續進行中，依據報名人數多寡決定宣傳力度是否要再加強。





四、籌劃準備（活動前10天）

召開第1次行前會議是本階段的重點，本次會議須確認報名截止後的與會人數、進行編組，以及確認各支援單位的支援項目。

（一）種子教師清掃實作及訓練

種子教師未來將擔任「清掃學習」活動的小組長及副小組長，角色重要。因此在正式活動開始前，將針對其作清掃實作訓練課程。通常課程進行以1天為宜，進行的程序如下(表3)：

表3、活動流程

時間	活動流程
20 分鐘	參與學員報到
10 分鐘	課程說明/活動總召集人
40 分鐘	工具及清掃解說/講師（資深種子教師）
10 分鐘	暖身操
80 分鐘	工具使用指導及演練/各小組帶開
60 分鐘	中午休息/用餐
150分鐘	清掃活動進行(含長官評分、巡視及鼓勵)
20 分鐘	心得分享
20 分鐘	講師回饋及建議
10 分鐘	閉幕典禮/總召集人致詞/頒發結業證書
10 分鐘	大合唱（感恩的心）/全體合照

（二）活動現場第2次探勘

除各組工作人員外，會同培訓過將擔任小組長、副小組長（種子教師）前來探勘，重新走一次清掃的基地範圍，確認清掃人力編制及需求工具項目數量的需求是否有所改變。





營造永續優質環境衛生計畫之清掃學習手冊

(三) 與會人數統計及分組

與會人員包含社區意見領袖（村里鄰長、社區發展協會理事長等）、種子教師、學員、社區志義工及各支援單位的人數統計，將報名的學員做分組。統計後再決定須準備的飲料及清掃工具實際所需數量。

(四) 清掃工具整理、清點及裝箱

準備好活動當日所需的清掃工具，整理、清點完畢後，即裝箱準備運輸至活動現場。

(五) 確認相關支援單位支援項目

再次確認相關支援單位的支援事項，例如：醫護單位的醫療支援、當地清潔隊垃圾的清運協助、飲品廠商活動當天飲品的提供、舞台音響設備等。

五、籌劃準備（活動前7天）

在活動前 7 天須聯繫與會人員，e-mail 或電話行前通知，以利統計報名參加人數。報名人數較多時可以 e-mail 進行，並請報名者收到後撰寫回條，確認是否如期參與。

行前通知內容包含活動流程表、報名時間、活動地點、服裝穿著及自備水杯提醒、交通資訊及場地地圖、活動聯絡人電話、確定參與回條。

六、籌劃準備（活動前2天）

召開第 2 次行前會議是本階段的重點，會議重點包含：再次確認活動當天所有流程及細節，以及活動當天工作小組任務指派與分組等。





(一) 活動現場第3次探勘

探勘重點包含各組清掃的基地範圍、各組人力編制及需求、工具需求等確認等。

(二) 聯繫場地管理單位與會人員行前通知

與場地管理單位再做最後確認；與會人員行前通知則持續進行中。

(三) 確認相關支援單位支援項目及負責人員

再次確認相關支援單位支援項目，並請各支援單位指派當日負責人員，由活動組製作當日各組人員聯繫表。

(四) 清掃工具整理、清點及裝箱再確認

再次確認及準備好活動當日所需的清掃工具，整理、清點完畢後，即裝箱準備運輸至活動現場。

(五) 活動當天工作小組任務指派及編組

原先籌備期的各組，在活動當日角色轉變為招募組負責報到事宜、文宣組負責照相及攝影、活動組負責活動主持及流程進行、救護組負責服務台及急救事宜。

(六) 檢核表準備

此乃活動當天所需物資備忘檢核表（如表4）。





營造永續優質環境衛生計畫之清掃學習手冊

表4、檢核表

序號	物品名稱	完備	序號	物品名稱	完備
1	名牌（學員及工作人員名牌）	<input type="checkbox"/>	12	新聞資料袋（新聞稿、照片）	<input type="checkbox"/>
2	雨衣（露天會場時需要）	<input type="checkbox"/>	13	各組人員工作流程表	<input type="checkbox"/>
3	組別標示牌/保持安靜標示牌/ 分區指示牌/報到區指示牌	<input type="checkbox"/>	14	各組工作人員聯絡表	<input type="checkbox"/>
4	麥克風 數量 * ____	<input type="checkbox"/>	15	清掃工具及耗材 （另外製表，逐一檢視）	<input type="checkbox"/>
5	大聲公 數量 * ____	<input type="checkbox"/>	16	桌椅	<input type="checkbox"/>
6	各組報名簽到表	<input type="checkbox"/>	17	無線對講機	<input type="checkbox"/>
7	教材（學員的學習手冊）	<input type="checkbox"/>	18		<input type="checkbox"/>
8	文具用品	<input type="checkbox"/>	19		<input type="checkbox"/>
9	餐具	<input type="checkbox"/>	20		<input type="checkbox"/>
10	飲料或飲水	<input type="checkbox"/>	21		<input type="checkbox"/>
11	教材（種子教師手冊）	<input type="checkbox"/>	22		<input type="checkbox"/>

※活動即將開始了，請檢查活動當天需要使用的器材資料是否完備，填寫時請在內打 。

NOTEBOOK

19 挑剔髒亂 檢舉亂丟上綠網 | 上網通報網址 <http://ecolife.epa.gov.tw/announce/announce.aspx>





參

活動進行

一、活動進行（活動當天/活動報到前2小時）

（一）活動現場第4次探勘

活動組小組長及副小組長進行活動現場第4次探勘，探勘重點包含清掃範圍、人力編制及需求、工具等最後確認。

（二）場地布置

全體工作人員提前2小時報到，共同進行場地布置最後確認及走位事宜。

（三）小組長活動前講習

總召集人為各個小組長及副小組長做活動前講習事宜，講習重點為活動任務與過程須達成及注意事項。

二、活動進行（活動當天/報到時間）

- （一）招募組負責報到事宜，由各小組長及副小組長負責各該小組簽到事宜，再回報給招募組即可，而招募組須將最終人數告知總務組及總召集人，以準備餐食及紀念品數量。
- （二）文宣組負責媒體接待及聯繫相關事宜。
- （三）活動組負責麥克風、音響及舞台設備試音及安全確認，開幕式準備及主持工作。
- （四）場地器材組準備清掃工具及清潔劑、垃圾袋等耗材；照相及錄影人員準備及就位。
- （五）總務組：餐食及飲料準備等庶務工作。
- （六）救護組負責服務台及相關事宜。
- （七）各小組長協助各小組組員報到。
- （八）總召集人負責掌控及機動性協助，例如交通停車及現場突狀況等。

三、活動進行（活動當天/開幕式及清掃時間）

這個階段是整個清掃學習活動的重頭戲，占整個活動流程的時間也最長，說明如下：





營造永續優質環境衛生計畫之清掃學習手冊

- (一) 開幕式：首先由主持人介紹本次參與團體及貴賓，總召集人致詞後邀請貴賓上台致詞。
- (二) 暖身操：在清掃活動開始前，為避免運動傷害，應先做暖身操活絡筋骨，由小組長及副小組長協助帶領學員做暖身操。
- (三) 小組長分配小組成員任務：各個小組成員被分配不同的清掃任務。
- (四) 記錄打掃區域現有物品。
- (五) 搬出須移動物品。
- (六) 由小組長及副小組長指導說明如何進行打掃及示範。
- (七) 各個小組成員領取清掃工具及耗材，正式進行清掃學習工作。
- (八) 清掃完畢後，搬回先前所移動的物品。
- (九) 集合與回報：各小組組員回報清掃工具狀況，以及統計需修繕點。
- (十) 損壞之設備名稱、損壞狀況回報小組長，小組長彙整給總召集人。
- (十一) 共同清潔、整理及清點清掃工具。
- (十二) 將清掃工具乾濕分離後，收回工具箱。
- (十三) 收集後的垃圾進行分類，現場僅分類可回收、不可回收兩類。

小組長的工作在本階段擔任重要的角色，其任務包含：

- (一) 清掃活動正式開始後由小組長帶開人員。
- (二) 領取清掃工具、小組帶領就位：領取清掃工具箱、先確認重點清潔工具是否足夠、組長帶領組員至清掃地點。
- (三) 分配小組成員清掃項目及範圍，確認每個組員都了解自己的任務。
- (四) 分組互動：小組長、副小組長要先自我介紹，並引導小組成員互相介紹、呼口號（隊呼），帶動團隊氣氛。

隊呼範例：

範例1：組長先大喊：第一組！其他組員就喊：我比別人還認真，我比別人還打拼，我掃得真乾淨，掃得真開心。組長再喊：第一組！組員：加油！加油！加油！

範例2：讚讚讚.....棒棒棒.....第二小組真正棒....有帥哥.....有美女.....清掃學習第一名！





- (五) 注意清掃學習時間及整個清掃流程的掌控，最後並針對學員清掃結果作最後的檢查。
- (六) 小組組員心得分享：小組長及副小組長要先提出分享心得，並引導小組成員逐一心得分享、呼口號（隊呼），帶動團隊氣氛。

四、活動進行（活動當天/閉幕式）

整個閉幕式的流程包含以下幾個項目，說明如下：

- (一) 各小組推派一人體驗分享。
 - (二) 長官致詞及評分頒獎：在清掃學習實作階段，長官即巡視現場並評分（評分頒獎亦可省略，或者可改為邀請來賓指導評語，不見得需要評分。）
 - (三) 大合唱：以適合清掃學習氛圍與容易瑯瑯上口的歌曲，例如「感恩的心」。
 - (四) 全體合照（人數太多時不適合全體合照，但各小組可合照）。
- 綜上所述，整個「清掃學習」活動以半天為宜，流程建議如下：

表5、活動流程

時間	活動流程
90分鐘	工作人員現場布置/小組長報到與活動前講習
30分鐘	學員報到
15分鐘	貴賓致詞
15分鐘	暖身操
90分鐘	清掃學習活動進行(含長官巡視及鼓勵)
60分鐘	閉幕式 (各小組體驗分享/長官致詞及評分頒獎/感恩的心大合唱/全體合照)

(五) 各組人員工作流程表

活動當天，工作人員每人應手持一份「工作人員工作流程表」，並確實瞭解自己所分配的工作，以及如何配合其他組的工作項目。



營造永續優質環境衛生計畫之清掃學習手冊

表6、工作人員工作流程表

時間	工作項目	負責人	備註	器材設備
0630 準備	個人完成報到 1.報到地點：○○場地 2.請準時0630前完成報到	各小組長及各組工作人員	1. 請提早出門 2. 輕便穿著 3. 行前活動說明提醒 4. 各組位置完成定位（活動組就位、場地器材組將清掃工具放到各清掃區域、報到組準備） 5. 小組長領取各小組資料夾及各小組標示牌	<input type="checkbox"/> 工作人員就位 <input type="checkbox"/> 布旗懸掛 <input type="checkbox"/> 桌子 <input type="checkbox"/> 文具用品 <input type="checkbox"/> 參加名單 <input type="checkbox"/> 簽到表 <input type="checkbox"/> 相機 <input type="checkbox"/> 急救箱 <input type="checkbox"/> 手機 <input type="checkbox"/> 清掃工具、垃圾袋 <input type="checkbox"/> 各小組標示牌 <input type="checkbox"/> 領取各小組資料夾（種子教師手冊、各小組人員簽到表、筆、心得分享便利貼等）
0730-0800 報到	協助小組學員報到 1. 07:30副小組長舉各小組標示牌就定位 2. 07:50副小組長回報實際報到人數給招募組 3. 指定小組內可協助工作之學員6位（舉小組標示牌及清掃工具整備） 4. 雨天（若是露天場地則發給學員雨衣）	各小組長 大規模活動可設副小組長一職減輕小組長的負擔	1. 實際報到人員統計回報給指定之招募組 2. 雨天備案（總務組發放雨衣）	<input type="checkbox"/> 小組長就位 <input type="checkbox"/> 雨衣

23 挑剔髒亂 檢舉亂丟上綠網 | 上網通報網址 <http://ecolife.epa.gov.tw/announce/announce.aspx>



時間	工作項目	負責人	備註	器材設備
0800-0830 活動進行	開幕式正式開始	活動組	1.主席致詞 2.表演節目及暖身操 (表演節目可視情況是否辦理)	<input type="checkbox"/> 活動組就位
0830-1030 清掃開始	清掃學習體驗開始，詢問學員是否要上洗手間（原場地），活動組協助動線引導 1. 引導到清掃場地（安排舉小組標示牌學員前導） 2. 請聽主持人及工作人員引導依序離開開幕式會場，前往清掃區域 3. 請小組長注意學員是否跟上 4. 清掃工具已就定位	依活動組 工作人員 安排 陸續 離開 會場	1. 請小組長做引言/工作分區 2. 請副小組長將廁所內垃圾桶及雜物移出，並做位置擺放紀錄 3. 請幫學員擦護手霜（依學員需求） 4. 0930-1020評審巡視各組	<input type="checkbox"/> 工作分區 <input type="checkbox"/> 說明活動意義 <input type="checkbox"/> 說明清掃及安全注意事項
1030-1040 返回閉幕式會場	清掃學習結束 1. 學員小組內心得分享 2. 指定學員回收清掃工具整理及垃圾清運（6位） 3. 引導學員至閉幕式會場 4. 閉幕會場入口處備有消毒酒精	小組長 活動組	1. 清掃工具曝曬場-○○場地，學校可選擇在操場較空曠處） 2. 小組長會同場地器材組人員清點工具，並將工具攤開曝曬 3. 活動組1020前將閉幕式會場布置及餐點放在各小組墊子上	<input type="checkbox"/> 場地器材組拍攝清掃情況 <input type="checkbox"/> 引導學員至閉幕式會場，清理之垃圾請攜回



營造永續優質環境衛生計畫之清掃學習手冊

表6、工作人員工作流程表

時間	工作項目	負責人	備註	器材設備
1040-1100	用餐及小組內心得交流時間 1. 確認學員是否皆回到會場 2. 確認餐點是否足夠 3. 心得分享-便利貼（寫完後交給小組長，貼於事先準備好的心得分享板上） 4. 用餐時間請席地而坐，勿站立或走動 5. 垃圾請分類分裝，由總務組到小組內回收處理 6. 小組長帶領練習隊呼	小組長 總務組	1. 用餐時間若有任何問題，請找總務組協助 2. 會場人數眾多，請小組長提醒學員勿隨意走動 3. 所有學員協助將垃圾與廚餘集中及分類	
1100-1200 閉幕式	閉幕式 心得分享 1. 人數規模大時，分享的學員大會事先指定 2. 該小組若有心得分享之學員請活動組1100前協助學員上台之準備（集合於舞台右下方） 3. 若有學員上台分享，小組長須帶領小組學員給予熱烈的隊呼 4. 大合唱，所有人員起立 5. 人數眾多超過百人以上，不做全體合影，部分貴賓合影	活動組 小組長	1. 學員上台分享心得，小組長帶領小組做隊呼 2. 心得分享時間-小組長維持秩序，學員保持安靜（場地組舉安靜指示牌） 3. 大合唱結束請學員、小組長及副小組長互相擁抱及握手道謝	<input type="checkbox"/> 人數較少時可進行全體合影(內容包括活動布旗/所有人員/垃圾成果)
1200 結束散場	活動組於會場外回收學員名牌因人數眾多，請小組長協助維護離場之秩序	活動組 小組長	1. 小組長請依照順序帶領學員離場，不得先行離開 2. 尚未安排到要離場之小組，請原地就坐等候依序離場	<input type="checkbox"/> 垃圾處理 <input type="checkbox"/> 活動器材設備整理及回收

25 挑剔髒亂 檢舉亂丟上線網 | 上網通報網址 <http://ecolife.epa.gov.tw/announce/announce.aspx>



隊呼範例

1. 東邊的流水西哩哩哩哩，西邊的流水嘩啦啦啦啦，西哩哩哩哩，嘩啦啦啦啦，第○組第○組頂呱呱。
2. 千里迢迢來打掃，多掃幾處又何妨，不管狂風或日曬，最後還是我最強，第○組，加油，加油，加油！
3. 123，321，1234567，用力掃，努力刷，第○組，讚啦！
(愛的鼓勵)拍手
4. one、two、three、four，大聲喊啊大聲喊，第○組，棒棒棒！！，
five、six、seven、eight，大聲說啊大聲說，第○組，讚讚讚！！
第○組，阿~讚啦！
5. 伸出你的左手，super、super，伸出你的右手，good、good，第○組
阿真活潑，第○組阿絕對猛，第○組，加油，加油，加油！

NOTEBOOK





肆 清掃作業程序及工具使用注意事項

一、廁所清掃（由上而下，自內向外）

（一）清掃前準備

1. 將廁所內無須清掃之物品移至他處，如衛生紙、垃圾桶、原廁所內掃除用具、牆壁吊掛物品（圖畫、文宣及植栽等）等，移出之物品應置於適當地點擺放整齊，以便之後歸位（圖1）。
2. 將領取之清掃工具組（箱）及清潔劑等耗材整齊擺放於地上的置物墊，以便於取用及結束後歸位（圖2）。
3. 在清洗廁所前先將地板清掃乾淨，並且將清潔劑稀釋，以達到節約目的。
4. 於廁所入口鋪上毛巾或乾布，避免過溼及人員滑倒（圖3）。
5. 換上輕便服裝、止滑拖鞋、雨鞋或防滑鞋套，避免滑倒。

作業方式示意圖

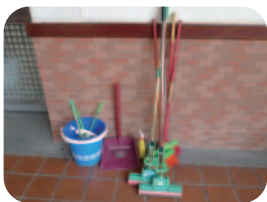


圖1



圖2



圖3



(二) 清掃工具簡介及使用說明

工具類

一般分為刷洗工具類、拆卸工具類及其他工具類，說明如下：

刷洗工具類：海綿、洗衣刷、鋼絲刷、銼刀等。

拆卸工具類：起子、尖嘴鉗、老虎鉗、鐵鎚、活動扳手等。

其他工具類：水管、毛巾、水桶等。

海綿



適用時機

此工具適用於污垢之清潔，包括：

1. 馬桶四周清洗。
2. 牆壁壁面清洗。
3. 洗手台清洗。
4. 玻璃及鏡子污垢之清潔。

使用方式說明

1. 扭乾海綿時應由兩旁往中間擠壓(如圖1、2)。
2. 避免用力扭轉而導致海綿破損(如圖3)。
3. 清潔玻璃及鏡子時，使用微濕海綿以劃圓方式由左至右、由上而下重複進行澈底清潔(圖4)。



圖1



圖2

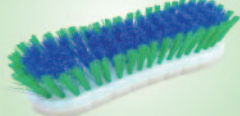


圖3



圖4

洗衣刷 或棕毛刷



適用時機

此工具適用於污垢之清潔，包括：

1. 地板磁磚及細縫處清洗。
2. 馬桶清洗。
3. 牆壁壁面清洗。
4. 洗手台清洗。

使用方式說明

1. 刷地板時應以一手一膝支撐地面，利於身體重心穩定及刷洗施力，起身時放慢速度，避免暈眩跌倒(如圖1)。
2. 右手在地面以畫圓方式刷洗(如圖2)。



圖1



圖2

水管



適用時機

1. 沖洗牆面時使用。
2. 為節約水源及避免噴水反彈，請勿以水柱垂直噴洗壁面。

使用方式說明

1. 以水管貼近壁面往下沖(如圖1)。
2. 為有效利用水管中的水，請將水管的另一端放置於離排水口最遠的地面(如圖2)。



圖1



圖2



毛巾或乾布



適用時機

擦乾物品、壁面、及地板用。

使用方式說明

1. 先將毛巾攤開(如圖1)。
2. 抓住毛巾中心點向上拿起(如圖2)。
3. 再將毛巾對折。
4. 雙手手臂彎曲平置於胸前，拇指朝上手掌朝自己反方向扭轉毛巾(如圖3)。
5. 扭轉時將雙手臂向外伸出打直，省力有效又可避免濺濕自己。



圖1



圖2



圖3

立可擦



適用時機

海綿無法清除之髒污處使用。此工具較適用於死角處之清潔以及金屬構造上，如小便斗上的金屬構件。

使用方式說明

如圖之方式細部清潔使用。



水管固定環

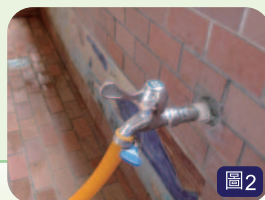


適用時機

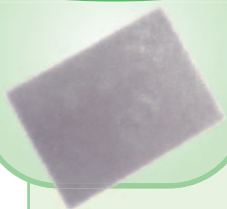
當水勢過強時可使用此工具固定水管，防止水管脫落。

使用方式說明

1. 使用於水管與水龍頭出水口連接處(如圖1)。
2. 鎖緊螺絲完成固定(如圖2)。



菜瓜布



適用時機

海綿、立可擦較無法清除之髒污處使用，此工具適用於頑垢之清潔。

使用方式說明

此工具可視髒污狀況兩面使用。



水砂紙



適用時機

此工具使用於便池及馬桶內頑強污處之清潔。

使用方式說明

1. 使用時須沾水擦，否則會毀損磁磚表面，切記不可用於（電鍍）金屬表面。
2. 使用時包住菜瓜布並摺疊，以免傷手，並可延長水砂紙的使用壽命。

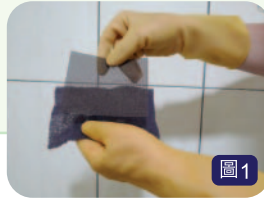


圖1



圖2

溼抹布



適用時機

玻璃污垢之清潔。

使用方式說明

1. 乾淨抹布完全浸濕（圖1）。
2. 擰乾抹布多餘水分（圖2）。
3. 以濕抹布由左至右、由上而下重複進行徹底清潔（圖3）。
4. 擰乾抹布的方法與擰乾毛巾一樣，參見P.30。



圖1



圖2



圖3

乾抹布



適用時機

玻璃污垢之清潔。

使用方式說明

以乾抹布由左至右、由上而下重複進行澈底清潔（如圖）。



報紙



適用時機

玻璃污垢之清潔。

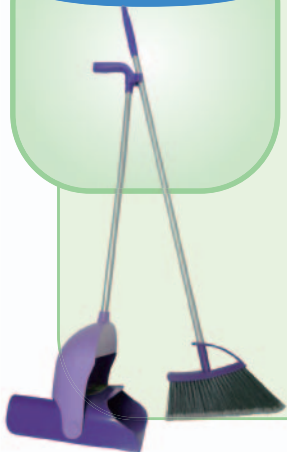
使用方式說明

1. 將報紙折成手掌大小。
2. 用水桶的水將報紙噴濕（圖1）。
3. 以報紙由左至右、由上而下重複進行澈底清潔（圖2）。





掃把及畚箕



適用時機

清掃地面灰塵及垃圾時使用，清掃廁所前應先將地面掃除乾淨。

使用方式說明

由內向外掃，如圖之方式使用。



水桶



適用時機

1. 清潔劑加水稀釋後以水桶盛裝，可用於清洗馬桶、壁面、玻璃等處。
2. 可盛清水清洗清掃工具。

使用方式說明

如圖之方式使用。



止滑拖鞋 或長筒雨靴



適用時機

1. 清掃時避免滑倒。
2. 防濕之用途。

使用方式說明

1. 視個人需求穿著使用。
2. 可使用長筒雨靴替代。



工作梯



適用時機

清潔高處或拆除燈具、抽風機時使用。

使用方式說明

使用時須有一人扶住梯子以確保梯子之穩固，如圖方式使用(如圖)。





刮刀

(寬、窄)



適用時機

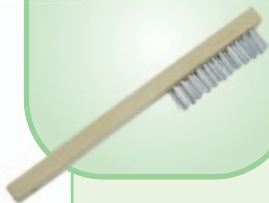
1. 清除牆壁、木門或地板等處之表面殘膠。
2. 亦可使用於口香糖沾黏處之清除（面積較大時）。

使用方式說明

1. 刮刀須與地面呈15度，刮刀斜面貼地由後往前，以利施力。運用刮刀前，先使用清水或柏油清潔劑噴灑於殘膠上，較易於殘膠之刮除（如圖）。
2. 清除完畢請勿再用水沖洗，直接使用毛巾擦拭乾淨。



鋼絲刷



適用時機

1. 馬桶貯水箱內部刷洗。
2. 排水孔之刷洗。
3. 當菜瓜布清潔頑垢不易時可使用此工具。
4. 此工具避免用於光亮金屬及磁磚表面之刷洗，以免傷及表面。

使用方式說明

如圖之方式清潔使用。



銼刀



適用時機

1. 當鋼絲刷無法清除頑垢時，可使用此工具清潔。避免用於光亮金屬及磁磚表面之刷洗，以免傷及表面。
2. 當小便池孔蓋無法拿起時可用此工具清除蓋內污。

使用方式說明

1. 如圖之方式清潔使用。
2. 使用時注意避免傷及他人。



起子



適用時機

1. 馬桶或便池內部堵塞物之清除。
2. 拆除物品時使用。

使用方式說明

如圖之方式使用。



尖嘴鉗



適用時機

拆除物品時使用。

使用方式說明

如圖之方式使用。





老虎鉗



適用時機

拆除物品時使用。

使用方式說明

如圖之方式使用。



闊嘴鉗



適用時機

轉動水管時使用。

使用方式說明

如圖之方式使用。



活動扳手



適用時機

轉開螺絲時使用。

使用方式說明

- 1.如圖之方式使用。
- 2.使用時需注意施力大小，以避免螺帽變形。



乳膠手套



適用時機

保護手部清潔及安全使用。

使用方式說明

直接套戴於手部，
如圖之方式使用。



置物墊



適用時機

清掃前將整理箱內工具拿出時可放置於上面，便於
解說工具使用方式。

使用方式說明

將工具整齊擺放此處，
以方便使用。



整理箱



適用時機

收納清掃工具之用。

使用方式說明

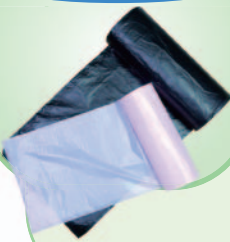
將工具整齊收納，
如圖之方式使用。





耗材類

垃圾袋



適用時機

盛裝垃圾之用。

使用方式說明

視狀況更換廁所內之垃圾袋。



肥皂



適用時機

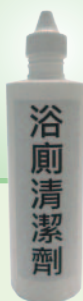
窗戶、鏡子等玻璃地方之清潔。

使用方式說明

1. 使用肥皂在玻璃及鏡子上等距適量畫線（每隔20~30cm）。
2. 注意肥皂使用量不用太多，適量即可。



浴廁清潔劑



適用時機

運用於浴廁頑垢處之清潔劑，可用於廁所牆壁、地板、馬桶及小便斗等。

使用方式說明

1. 將清潔劑直接噴於待清潔之表面。
2. 視髒污程度使用適當之清潔工具清潔。



金屬清潔劑



適用時機

廣泛運用於金屬物品表面之清潔，如金屬水管、水龍頭、大螺絲帽等處。

使用方式說明

1. 使用清潔工具直接沾上少許清潔劑，刷洗金屬表面之頑垢。
2. 請勿使用在窗戶或鏡面等玻璃用品上。





柏油清潔劑



適用時機

清除牆壁、木門或地板等處之表面殘膠。

使用方式說明

1. 使用清潔工具直接沾上少許清潔劑，刷除表面之殘膠。
2. 可搭配除膠刮刀使用。



萬能防鏽潤滑劑



適用時機

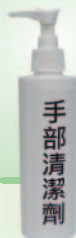
1. 金屬用具潤滑用。
2. 金屬用具防鏽用。
3. 亦可用於鬆脫或卸除螺絲帽時。

使用方式說明

1. 噴灑前需先擦乾去除金屬表面之水分。
2. 直接少量噴灑於金屬待潤滑或防鏽處。



手部清潔劑



適用時機

清潔手部及消毒使用。

使用方式說明

1. 如圖之方式使用。
2. 請勿噴灑到眼睛。



遮蔽膠帶



適用時機

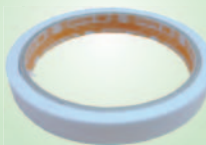
遮蔽小便斗感應器之用途。

使用方式說明

為避免清洗小便斗時觸動感應器而使用，如圖之方式使用（圖1、圖2）。



雙面膠帶



適用時機

拆除洗手間之文宣海報或書面訊息需再黏回去時使用。

使用方式說明

如圖之方式使用。





(三) 清掃標準作業方式 (由上而下，自內向外)

洗手台及牆壁

1. 若排水口阻塞時，先放水再用馬桶吸器將堵塞物吸出（非壓擠馬桶吸器），必要時可搭配使用馬桶專用之疏通溶劑，便於污水之順利排出。
2. 金屬物品如水龍頭及出（排）水口生鏽處利用菜瓜布或立可擦清潔後，可使用金屬清潔劑維持金屬表面光亮（如圖1）。
3. 洗手台可使用海綿、菜瓜布、水砂紙刷洗，頑垢可噴浴廁清潔劑後再用菜瓜布刷洗，下方水管與底槽污垢處須注意清潔（如圖2）；以肥皂及乾、溼抹布擦拭洗手台玻璃和鏡子。
4. 用海綿刷洗牆壁時，請使用海綿面積較大的部分進行上下左右之刷洗，善用刮刀、洗潔劑來清除殘膠、鏽漬（如圖3）。
5. 擦拭牆面或磁磚的聲音，一開始之沙沙聲表示尚有髒污，要擦拭至能聽到表面光滑之咕咕聲，才代表確實清潔。

作業方式示意圖



圖1



圖2

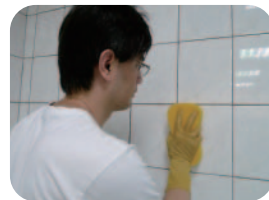


圖3





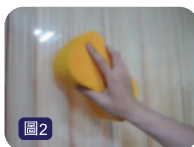
(三) 清掃標準作業方式

玻璃及鏡子清潔

(鏡子清潔方式請參照以下的玻璃清潔，兩者清潔方式相同)

1. 水桶裝水以1/2或2/3桶即可，以免水桶中的水過多，而在操作過程中濺濕地板。
2. 用肥皂在窗戶上每隔30公分畫一條線，使用肥皂時，以肥皂一角畫線即可。肥皂用法量請適量使用，若發生泡沫殘留過多以濕抹布多次重複擦拭清潔(圖1)。
3. 海綿沾濕由左至右、由上往下，以畫圓方式擦拭(圖2)。
4. 準備2條抹布，一溼一乾。第1條沾濕由左至右、由上往下擦拭。擦完後，再用第2條乾燥的抹布由左至右、由上往下擦乾玻璃。建議將抹布儘量折成手掌大小以利操作(圖3)。
5. 將1/4張大的報紙折成手掌大小沾水(微溼即可)，由左至右、由上往下擦拭。報紙噴濕用意在於讓報紙油墨微量釋放，在擦拭清潔過程可以增加玻璃亮度(圖4)。
6. 所有清潔用品(肥皂)及用具(海綿、抹布、水桶)在使用完畢後，需要澈底清潔及維持乾燥。

作業方式示意圖



天花板、抽風機、日光燈

1. 需利用工作梯作業，應一人手扶梯子確保穩固，另一人擦拭，(如下圖)。





2. 抽風機內之葉片及周遭污塵，利用濕毛巾清掃乾淨。
3. 日光燈燈管之灰塵利用乾毛巾清掃乾淨（清潔時需先關閉電源注意安全）。
4. 天花板之蜘蛛網、灰塵需清掃乾淨。



作業方式示意圖

地板（掃地及清潔）

1. 地板處以掃把和畚箕將灰塵及頭髮等清掃乾淨，以減少排水孔之堵塞（圖1）。
2. 由遠離排水口的地面開始刷洗，刷洗時注意用一手一膝支撐地面，以保持身體平衡，避免滑倒（圖2），起身時放慢速度，避免暈眩跌倒。
3. 為避免傷到磁磚，刷洗時使用洗衣刷或棕毛刷，以畫圓之方式刷洗（圖3）。
4. 排水孔之清潔，可使用鋼絲刷、洗衣刷、刮刀等工具清潔。
5. 利用菜瓜布刷洗地板排水口，清除污垢可利用銼刀。
6. 刷洗完畢後使用毛巾擦乾地板，離排水口最遠的地方攤開毛巾開始擦拭。

作業方式示意圖



圖1



圖2



圖3



馬 桶

1. 清洗馬桶前先刷洗貯水箱內部；為使污垢容易掉落，可先用熱水（或清水）將馬桶沖過，亦可直接用水箱之水沖洗馬桶。
2. 以海綿將馬桶底部的水吸乾，如此才能看清楚馬桶內的水垢痕跡（圖1、圖2）；使用海綿、菜瓜布或水砂紙等清潔工具，以刷洗馬桶表面，特別注意四周角落不易看見處之清潔（圖3）。
3. 水（污）垢處不易清潔處，需重複動作刷洗，直至卡垢處完全清潔乾淨；若有堵塞情形，可直接用手或起子等工具，將便池底部之堵塞物取出，或用馬桶吸器將堵塞物吸出（非壓擠馬桶吸器），必要時可搭配使用馬桶專用之疏通溶劑，便於污水之順利排出。
4. 清潔完畢後，可用手觸摸馬桶、用鼻子貼近聞是否殘留臭味，以確保馬桶內外之完全清潔。

作業方式示意圖

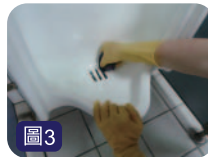


小 便 斗

1. 清洗前，先用遮蔽膠帶將小便斗感應器貼上，以免清潔當中，觸動感應器（圖1）。
2. 為使污垢容易掉落，可先用熱水（或清水）將小便斗沖過，亦可直接用清水沖洗小便斗。

3. 使用海綿、菜瓜布或水砂紙等清潔工具，以刷洗小便斗內外表面，特別注意四周角落及細縫處等不易看見處之清潔（圖2）。
4. 清洗小便斗排水孔蓋時，需先以起子將小便斗排水孔蓋取出。
5. 底部排水口處可使用菜瓜布、水砂紙或銼刀清洗（圖3、圖4）。
6. 小便斗上方金屬水管之污垢處，需使用菜瓜布、立可擦等適當工具澈底清潔，清潔完畢後，可用手觸摸、用鼻子貼近聞是否殘留臭味，以確保小便斗內外之完全清潔。

作業方式示意圖



沖水方式

1. 使用水管沖水時，務必將水管靠近沖洗點沖水，利用水管固定環以防止水管脫落及避免水花四處噴濺。
2. 沖洗需貼近壁面，由上而下沖洗。
3. 沖洗地面從離排水口最遠處開始沖水，以節省水資源。
4. 沖水順序：牆壁→馬桶→地板。
5. 收拾水管時，為有效利用水管中的水，請將水管的另一端放置於離排水口最遠的地面，從水龍頭端開始邊捲收邊擦拭。

作業方式示意圖



擦拭方式（由上而下，自內向外）

1. 擦拭順序：外面牆壁→洗手間牆壁→洗手間門→洗手台→馬桶→便池→地板（擦拭牆壁時由高往下擦拭）。
2. 擦拭地板時，由離排水口最遠的位置開始擦拭，毛巾要全面張開，雙手平拍，使毛巾平貼地面，兩手抓住毛巾角邊將積水往排水口集中，於排水口處將毛巾擰乾（圖1~圖3）。
3. 最後再用乾毛巾擦拭，注意避免留下腳印（圖4）。如果沒有乾毛巾，亦可將溼毛巾擰乾後將地板拭乾。

作業方式示意圖



圖1



圖2



圖3



圖4

環境整理及後續工作

1. 所有區域清掃完畢後，至廁所內各區域作檢視及確認。
2. 金屬工具使用完畢後需做好保養工作，擦乾以防生鏽。
3. 將清潔工具清洗、曬乾或擦乾後，依類別收置於整理箱中。清洗時以三桶水為原則，準備三桶水，先放於第一桶清洗後，才放入第二桶、第三桶水清洗，如果第一桶水太髒則換掉（只將上面髒水倒入排水槽或水溝，底部沉澱泥砂及固體應倒入垃圾袋），第二桶水變成第一桶水、第三桶水變為第二桶，新裝的水變為第三桶。
4. 廁所物品歸位及貼回張貼物。
5. 換新垃圾袋。
6. 手部清潔及消毒。
7. 集合小組人員，確認各項工作執行完畢，工具清點無誤，即完成清掃學習之工作。



二、巷道清掃 (由上而下, 自內向外)

*此部分不包含側溝清理, 側溝清理另闢章節討論, 參見P.69

(一) 清掃前準備

1. 清掃工具放置於地上, 並且排列整齊, 按照類別分好, 以能夠立即找到並且容易歸位為原則。
2. 換上輕便服裝及舒適的鞋子, 以利於清掃為原則。
3. 現場勘查清掃的基地範圍, 是否有任何影響清掃學習的因素, 例如汽車違停等。

(二) 清掃工具簡介及使用說明

刮刀

(寬、窄)



適用時機

此工具適用於刮除口香糖渣、細縫泥土。

使用方式說明

1. 清掃時單膝跪地或單手扶在地上以保持身體平衡, 起身時放慢速度, 避免暈眩跌倒 (圖1)。
2. 刮除口香糖時刮刀須與地面呈15度, 刮刀斜面貼地由後往前推刮, 以利施力 (圖2)。



圖1



圖2





保特瓶蓋



適用時機

此工具適用於刮除牆面及電線桿上的膠帶及雙面膠。

使用方式說明

1. 保特瓶蓋的材質較不會刮傷電線桿的金屬表面，此時切勿使用刮刀清除。
2. 將瓶蓋以大拇指與食指握緊，直接放在欲清理處緊貼移動。



鉗子

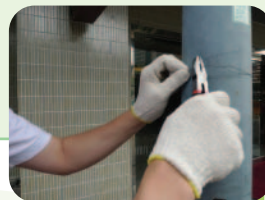


適用時機

剪斷電桿上綁小廣告的鐵線。

使用方式說明

如圖之方式使用。





掃帚及畚斗



適用時機

清掃地面灰塵及垃圾時使用，用畚斗將垃圾集中。

使用方式說明

1. 畚斗搭配中型垃圾袋，可增加裝運容量。
2. 掃除大範圍的塵土、樹葉及垃圾時，使用竹掃帚較有利清掃。
3. 使用掃帚時不要太大力，避免塵土飛揚。



剪刀



適用時機

剪斷電桿上綁小廣告的繩子。

使用方式說明

如圖之方式使用。



棉質手套



適用時機

清掃工作時使用，保護雙手。

使用方式說明

直接套戴於手部，
如圖之方式使用。





夾子



適用時機

1. 撿拾垃圾時使用，例如菸蒂、紙屑、檳榔渣、塑膠袋等。
2. 同時搭配中型垃圾袋，以方便集中垃圾。

使用方式說明

如圖之方式使用。



垃圾桶

或以紙箱代替亦可



適用時機

垃圾分類及集中時使用，分為可回收及不可回收兩類，所以至少須準備2個垃圾桶。

使用方式說明

使用時須標示可回收及不可回收的牌子。



整理箱



適用時機

收納清掃工具之用。

使用方式說明

將工具整齊收納，如圖之方式使用。



耗材類

垃圾袋

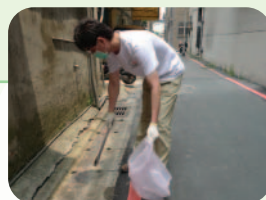


適用時機

盛裝垃圾之用。

使用方式說明

準備特大型及中型垃圾袋若干個，特大型垃圾袋放置清掃後之集中的垃圾；中型垃圾袋1~2人一個，方便垃圾即時收集。



手部清潔劑



適用時機

清潔手部後供消毒使用。

使用方式說明

1. 如圖之方式使用。
2. 請注意不要噴灑到眼睛。





(三) 清掃標準作業方式 (由上而下, 自內向外)

地面垃圾之清掃

1. 以掃把和畚箕將泥土、樹葉、菸蒂等垃圾清掃乾淨。若是掃除大範圍的塵土、樹葉及垃圾時, 使用竹掃帚較有利清掃, 並避免掃落於排水溝 (圖1)。
2. 使用掃帚時不要太大力, 避免不必要的塵土飛揚。
3. 另可使用夾子來撿拾菸蒂、紙屑、檳榔渣、塑膠袋, 同時配備中型垃圾袋, 以方便集中垃圾 (圖2)。

作業方式示意圖



地面口香糖渣清除

1. 清理地面口香糖渣時, 須單膝跪地及單手扶在地上, 以保持身體重心平衡, 由於長時間蹲在地上, 起身時要放慢速度, 避免暈眩跌倒 (圖1)。
2. 使用刮刀清理地面口香糖渣, 清理時手持刮刀的角度與地面呈15度, 刮刀斜面貼地由後往前推刮, 比較好施力 (圖2)。
3. 粗面地板口香糖渣之清除, 可使用一字起子, 左右推動, 將口香糖渣挖起 (圖3)。

作業方式示意圖





營造永續優質環境衛生計畫之清掃學習手冊

牆面、電線桿上的膠帶、雙面膠及小廣告清除

1. 使用鉗子剪斷鐵線或使用剪刀剪斷綁繩以清除小廣告（圖3）。
2. 使用刮刀清理黏貼小廣告之雙面膠，清理時手持刮刀的角度與牆或桿面呈15度，刮刀斜面貼牆或桿面由下往上推刮，比較好施力。請注意勿使灰塵碎屑掉落進眼睛，儘量不要在金屬表面上使用刮刀。
3. 以廢棄不用的保特瓶蓋來處理膠帶及雙面膠，非常方便，效果也不錯，特別是其材質不會刮傷電線桿的金屬表面。
4. 保特瓶蓋的清除方式是將瓶蓋以大拇指與食指握緊，直接放在欲清理處緊貼移動（圖4）。

作業方式示意圖



環境整理及後續工作

1. 所有街道範圍清掃完畢後，至各區作檢視及確認。
2. 清潔工具時以三桶水為原則，依工具骯髒程度，依序清洗鉗子、刮刀、掃帚、畚斗等工具。三個水桶各放滿1/2的清水，先放於第一桶清洗後，才放入第二桶、第三桶水清洗，如果第一桶水太髒則換掉（只將上面髒水倒入排水槽或水溝，底部沉澱泥砂及固體應倒入垃圾袋），第二桶水變成第一桶水、第三桶水變為第二桶，新裝的水變為第三桶。



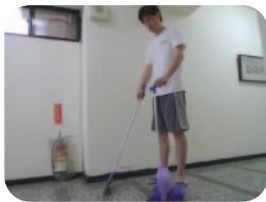


三、居家清掃（由上而下，自內向外）

居家清掃的項目眾多，本手冊以居家中清掃頻率最高的「玻璃清潔」及「地板清潔與打蠟」為主（其他請參閱相關章節），說明如下：

（一）清掃前準備

1. 將門窗打開，以使空氣流通（風大時請開背風門窗）。
2. 將清掃區域無須清掃之傢俱及物品移至他處，如桌椅、垃圾桶、雨傘、鞋子等，移出之物品應置於適當地點擺放整齊，以便之後歸位。
3. 準備好清掃工具，換上輕便服裝及手套。
4. 地板擦拭打蠟前，先將地板以掃把及畚斗打掃乾淨，掃除灰塵及紙屑，尤其不要殘留棉絮，以免影響擦拭打蠟效果。



作業方式示意圖



（二）清掃工具簡介及使用說明

工具類

- （1）玻璃清潔：水桶、肥皂、海綿、2條抹布、報紙等。





海綿



適用時機

此工具適用於玻璃污垢之清潔。

使用方式說明

1. 先將海綿完全浸溼（圖1）。
2. 擠乾海綿多餘水分（圖2）。
3. 使用時從中間擠乾海綿，切勿用力扭轉而導致海綿破損（圖3）。
4. 使用微濕海綿以畫圓方式由左至右、由上而下重複進行澈底清潔（圖4）。



圖1



圖2



圖3



圖4

溼抹布



適用時機

玻璃污垢之清潔。

使用方式說明

1. 乾淨抹布完全浸濕（圖1）。
2. 擰乾抹布多餘水分（圖2）。
3. 以濕抹布由左至右、由上而下重複進行澈底清潔（圖3）。
4. 擰乾抹布的方法與擰乾毛巾一樣，參見P. 30。

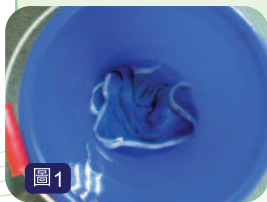


圖1



圖2



圖3



乾抹布



適用時機

玻璃污垢之清潔。

使用方式說明

以乾抹布由左至右、由上而下重複進行澈底清潔（如圖）。



報紙



適用時機

玻璃污垢之清潔。

使用方式說明

1. 將報紙折成手掌大小。
2. 用水桶的水將報紙噴濕（圖1）。
3. 以報紙由左至右、由上而下重複進行澈底清潔（圖2）。





水桶



適用時機

1. 盛裝清水作清潔玻璃之用。
2. 可盛清水清洗清掃工具。

使用方式說明

如圖之使用方法。



乳膠手套



適用時機

保護手部清潔及安全使用。

使用方式說明

直接套戴於手部，
如圖之方式使用。



工具類

(2) 地板清潔及打蠟：水桶、肥皂、海綿、抹布、塑膠手把、菜瓜布等。

束線帶



適用時機

整理居家電線時使用。

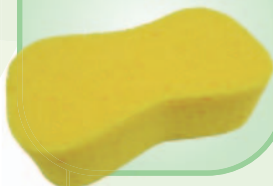
使用方式說明

如圖之方式使用。





海綿



適用時機

此工具適用於地板污垢之清潔。

使用方式說明

1. 海綿沾濕，將適量肥皂塗抹在海綿上（如圖）。
2. 塗抹肥皂的海綿以畫圓的方式進行地板清潔。



菜瓜布

（或附塑膠把手）

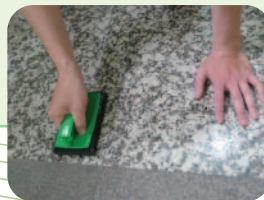


適用時機

此工具適用於海綿無法清除地板污垢時，可用菜瓜布結合塑膠把手的清潔工具。

使用方式說明

將肥皂塗抹在抗菌菜瓜布上，以四方形小區域逐步清潔，用力刷洗。





乾抹布及拖把



適用時機

擦乾地板之水分。

使用方式說明

準備打蠟前須用拖把及抹布將地面水分擦乾或拖乾。



水桶



適用時機

1. 盛裝清水作清掃地板之用。
2. 可盛清水清洗清掃工具。

使用方式說明

如圖之使用方法。



乳膠手套



適用時機

保護手部清潔及安全使用。

使用方式說明

直接套戴於手部，
如圖之方式使用。





營造永續優質環境衛生計畫之清掃學習手冊

耗材類

肥皂



適用時機

清潔玻璃上之灰塵及污垢。

使用方式說明

1. 使用肥皂塗抹在海綿上，或在玻璃上等距適量劃線(每隔20~30cm)。
2. 注意肥皂使用量不用太多，適量即可。



水蠟



適用時機

地板打蠟之用途。

使用方式說明

1. 地板清潔後並且擦乾。將水蠟搖動均勻後，倒適量均勻地噴灑地板。
2. 乾燥10-15分鐘後用乾燥乾淨的毛巾擦拭乾淨。



汽車蠟 (粗蠟)



適用時機

針對地板的頑強污垢使用。

使用方式說明

利用乾抹布適量局部擦拭，直到髒污乾淨為止。





(三) 清掃標準作業方式 (由上而下, 自內向外)

玻璃清潔

1. 水桶裝水以1/2或2/3桶即可, 以免水桶中的水過多, 而在操作過程中濺濕地板。
2. 用肥皂在窗戶上每隔30公分畫一條線, 使用肥皂時, 以肥皂一角畫線即可。肥皂用量請適量使用, 若發生泡沫殘留過多以濕抹布多次重複擦拭清潔(圖1)。
3. 海綿沾濕由左至右、由上往下, 以畫圓方式擦拭(圖2)。
4. 準備2條抹布, 一濕一乾。第1條沾濕由左至右、由上往下擦拭。擦完後, 再用第2條乾燥的抹布由左至右、由上往下擦乾玻。建議將抹布盡量折成手掌大小以利操作(圖3)。
5. 將1/4張大的報紙折成手掌大小沾水(微濕即可), 由左至右、由上往下擦拭。報紙噴濕用意在於讓報紙油墨微量釋放, 在擦拭清潔過程可以增加玻璃亮度(圖4)。
6. 所有清潔用品(肥皂)及用具(海綿、抹布、水桶)在使用完畢後, 需要澈底清潔及維持乾燥。

作業方式示意圖



地板清潔及打蠟

1. 地掃清掃過後，海綿沾濕，將適量肥皂塗抹在海綿上（圖1）。
2. 塗抹肥皂的海綿以畫圓的方式進行地板清潔，以小區域清潔方式進行（肥皂用量請適量使用，若發生泡沫殘留過多，以濕抹布多次重複擦拭清潔）（圖2）。
3. 以清水沾濕抹布擰乾，擦拭地板，直到泡沫擦乾淨，擦洗時以小區塊進行，清潔完一區塊，再換下一小區域（圖3）。
4. 抗菌菜瓜布沾濕黏在塑膠手把可以省力刷洗，然後將肥皂塗抹在抗菌菜瓜布，以小區域逐步清潔，用力刷洗（圖4）。
5. 以清水沾濕抹布擰乾，擦拭地板，直到泡沫乾淨，清潔完畢再換下一小區域。
6. 開始打蠟，打蠟前先用抹布將剛清潔完畢之地板水分擦乾，抹布盡量折成手掌大小以利操作（圖5）。
7. 局部區域噴灑水蠟。乾燥10-15分鐘後用乾燥乾淨的軟毛巾擦拭乾淨（圖6）。使用水蠟打蠟的地板會十分光滑，請特別注意行走安全。
8. 利用抹布或拖把擦乾地板（圖7）。
9. 另外，針對較頑強的污垢，使用汽車蠟利用乾抹布適量局部擦拭，直到髒污乾淨為止（圖8）。

作業方式示意圖





四、側邊溝疏通 (由上游而下游，自內向外)

(一) 清掃前準備

1. 清掃工具放置於地上，並且排列整齊，按照類別分好，以能夠立即找到並且容易歸位為原則。
2. 換上輕便服裝及舒適的鞋子，以利於清掃為原則。
3. 現場勘查清掃的基地範圍是否有任何影響清掃學習的因素，例如汽車違停等。

(二) 清掃工具簡介及使用說明

工具類

鐵槌



適用時機

此工具適用於敲鬆水溝蓋。

使用方式說明

敲打水溝蓋邊緣，如圖之方式使用。





鐵鉤



適用時機

此工具適用於打開水溝蓋。

使用方式說明

如圖之方式使用（圖1及圖2）。



圖1



圖2

刮刀 (寬、窄)



適用時機

此工具適用於刮除水溝蓋細縫內的泥土與垃圾。

使用方式說明

1. 清掃時單膝跪地或單手扶在地上以保持身體平衡，起身時放慢速度，避免暈眩跌倒。
2. 如圖之方式使用。



鋼絲刷



適用時機

1. 水溝蓋之刷洗。
2. 此工具避免用於光亮金屬表面之刷洗，以免傷及金屬表面。

使用方式說明

如圖之方式使用。



一字起子



適用時機

此工具適用於水溝孔堵塞時，將水溝孔中的堵塞物清除時使用。

使用方式說明

1. 清掃時須將堵塞物往上挖出來，儘量避免堵塞物掉入水溝。
2. 如圖之方式使用。



刮杓

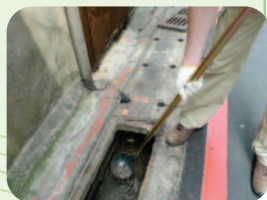


適用時機

此工具適用於明溝、下水道之污泥刮除。

使用方式說明

1. 如圖之方式使用。
2. 依水溝或溝蓋形狀，選用方形或圓形杓頭。





長柄刮刀



適用時機

此工具適用於暗溝、下水道污泥、髒污之刮除。

使用方式說明

如圖之方式使用。



圓鍬



適用時機

1. 水溝污泥之清除。
2. 泥水清除。
3. 每組1~2支。

使用方式說明

1. 依土質及深淺，選用不同的鍬頭，乾硬污泥用尖頭鍬頭處理，方形鍬形可用在較軟的污泥上。
2. 如圖之方式使用。





營造永續優質環境衛生計畫之清掃學習手冊

夾子



適用時機

1. 撿拾垃圾時使用，例如菸蒂、紙屑、檳榔渣、塑膠袋等。
2. 同時搭配中型垃圾袋，以方便集中垃圾。

使用方式說明

如圖之方式使用。



垃圾桶 或以紙箱代替亦可



適用時機

垃圾分類及集中時使用，除了分為可回收及不可回收兩類外，另分淤泥一類，所以至少須準備3個垃圾桶。

使用方式說明

使用時須標示淤泥、可回收及不可回收。





棉質手套



適用時機

清掃工作時使用，保護雙手。

使用方式說明

直接套戴於手部，
如圖之方式使用。



推車

可購買折疊式，更方便收藏、
運送與使用



適用時機

搬運工具與清運垃圾時使用。

使用方式說明

如圖之方式使用。



整理箱



適用時機

收納清掃工具之用。

使用方式說明

將工具整齊收納，
如圖之方式使用。



耗材類

垃圾袋



適用時機

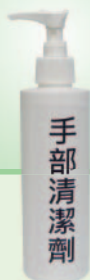
盛裝垃圾之用。

使用方式說明

準備特大型及中型垃圾袋若干個，特大型垃圾袋放置清掃後之集中的垃圾；中型垃圾袋1~2人一一個，方便垃圾即時收集。



手部清潔劑



適用時機

清潔手部後供消毒使用。

使用方式說明

1. 如圖之方式使用。
2. 請勿噴灑到眼睛。



(三) 清掃標準作業方式 (由上游而下游，自內向外)

1. 套上手套翻開水溝蓋戴上口罩，塗抹防蚊液。
2. 水溝蓋上之污塵，利用刮刀及鋼絲刷清除乾淨 (圖1)。若水溝孔堵塞時，則用一字起子清除乾淨，清掃時須將堵塞物往上挖出來，儘量避免堵塞物掉入水溝 (圖2)。
3. 利用刮杓及圓鍬挖起淤泥時，適當的讓污水排乾後才把淤泥清除出來 (圖3)。
4. 清掃時注意動作不要太大，以避免污水污物濺到四周及其他人身上。
5. 清理時注意保持身體重心平衡，才不會不小心掉進水溝裡。
6. 依水溝斷面形狀，選擇方形或圓形的鍬頭，或選用適合的刮杓清除污泥。
7. 另可使用夾子來撿拾側溝內的菸蒂、紙屑、檳榔渣、塑膠袋，同時配備中型垃圾袋，以方便集中垃圾 (圖5)。
8. 最後務必將水溝蓋蓋回原位，檢查水溝蓋是否與溝邊達到密合的程度 (圖6)。

作業方式示意圖



圖1



圖2



圖3



圖4



圖5



圖6



營造永續優質環境衛生計畫之清掃學習手冊

環境整理及後續工作

1. 所有側溝範圍清理完畢後，須作檢視及確認是否都達到整潔的程度。
2. 清潔打掃工具：清潔工具時以三桶水為原則，依工具骯髒程度，依序清洗刮刀、一字起子、夾子、刮杓、圓鏟等工具。三個水桶各放滿1/2的清水，先放於第一桶清洗後，才放入第二桶、第三桶水清洗，如果第一桶水太髒則換掉（只將上面髒水倒入排水槽或水溝，底部沉澱泥沙及固體應倒入垃圾袋），第二桶水變成第一桶水、第三桶水變為第二桶，新裝的水變為第三桶。
- 3 清洗完畢後，將工具放在陽光下曬乾或擦乾，以防生鏽發黴。最後依類別收置於整理箱中。
- 4 手部清潔及消毒：準備三個水桶，用第一桶水把手打溼並使用手部清潔劑搓揉，第二桶水作第一次清潔，第三桶水作第二次清潔，最後用藥用酒精殺菌消毒。
5. 集合小組人員，確認各項工作執行完畢，工具清點無誤，即完成清掃學習之工作。



五、植栽整理 (由上而下, 自內向外)

(一) 清掃前準備

1. 換上輕便服裝, 以利於清掃為原則。
2. 準備好植栽整理工具, 最好戴上手套以保護雙手。

(二) 清掃工具簡介及使用說明

工具類

花剪



適用時機

此工具適用於修剪枝葉, 切花及一般家用。



使用方式說明

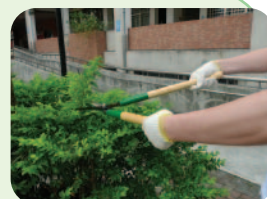
1. 如圖之方式使用。
2. 刀鋒銳利, 使用時注意安全。
3. 使用後請擦拭後上油保養, 延長使用壽命。

籬笆剪



適用時機

此工具適用於除草、修剪樹枝等。



使用方式說明

1. 如圖之方式使用。
2. 使用後請擦拭後上油保養, 延長使用壽命。





大鏟 (移植鏟)
小鏟 (植苗鏟)
三爪 (鬆土除草)



適用時機

家庭必備盆植工具，此三個工具適用於小花圃、花盆移植換盆，清理雜草之用途。

使用方式說明

如圖之方式使用。



花灑



適用時機

為植物澆水時使用。

使用方式說明

盛裝水後如圖之方式使用。



草耙



適用時機

打掃草地及花園時使用。

使用方式說明

如圖之方式使用。





營造永續優質環境衛生計畫之清掃學習手冊

鐮刀



適用時機

本工具適用於割除雜草時使用。

使用方式說明

如圖之方式使用。



棉質手套



適用時機

清掃工作時使用，保護雙手。

使用方式說明

直接套戴於手部，如圖之方式使用。



(三) 清掃標準作業方式 (由上而下，自內向外)

在整理植栽時，須先檢視植栽現況，再來決定如何處理。
檢視植栽現況時，可採用「環保署推動優質盆栽環境衛生管理」原則，包括健康、安全、美觀、衛生及合法五大管理，與不妨礙交通、不孳生蚊蟲、不製造髒亂等三不作為，並且由上而下，自內向外整理。
以下分項說明之：

81 挑剔髒亂 檢舉亂丟上綠網 | 上網通報網址 <http://ecolife.epa.gov.tw/announce/announce.aspx>





健康管理

1. 適當的日照：

日照是植物製造養分的重要條件之一，適當的日照可使花卉盛開，葉片更有光澤，但不同的植物所需的日照強度有所不同，大約可分為全日照、半日照及耐陰性三類。但要注意放在室內一段時間的植物，還需常常再接受自然界的光線，才能使其維持更久的觀賞價值。但切不可將一直放在室內的植物突然移到室外強烈的強光下，必須先於在屋簷下或樹蔭下，使其慢慢接受光線，再進一步接受較強的光線（圖1）。

2. 適時的澆水：

可以澆去盆樹葉面的灰塵促進呼吸，並可溶解土壤中的養分供盆樹根部吸收成長，澆水最好於早晚時施行，以一次澆透最好，少量多澆容易造成積水使盆樹根部窒息爛根，水量過少則會失水枯萎，一般最好是視盆面乾燥再澆水。澆水的多寡會影響植栽的生理，從根部吸收過多的水，葉面無法與陽光平衡作用，造成根部會慢慢失去功能，若再繼續澆水將使根部壞死或爛根至死亡（從葉面多水下垂可以看出）。缺水時大多都能觀察到葉下垂，焦葉的現象。某些樹種具有較為細長的根，枝比一般樹種多，葉也較薄，此類植物性喜潮濕需多加以留意。此外，中午及大太陽底下最好不要進行澆水，得一次澆濕土壤和盆面而不可澆於葉面（圖2）。

作業方式示意圖



圖1



圖2

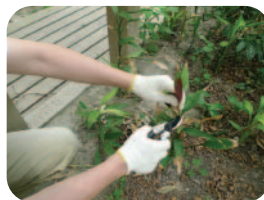




營造永續優質環境衛生計畫之清掃學習手冊

3. 適度的修剪：

修剪植栽是為了達到美觀目的及預防除治病蟲害，還有為了提高苗木移植存活率等目的。家中植栽修剪可利用隨手可得的剪刀，但若是枝桠較粗的植栽可購買園藝用剪，整體而言，居家的盆植修剪不像盆栽造景修剪那麼困難，因此請不時為家中植栽做修剪，幫植物換新裝，不但能使植栽與居家環境建築物等搭配的相得益彰，讓景物充滿靜中有動的和諧美觀景象，旁人看來也賞心悅目。



作業方式示意圖

4. 定期的換盆

要避免植栽受花盆限制，最終缺乏營養而死亡，定期換盆是非常重要的。為盆景植物更換花盆，並不會令植物保持細小，而會為植栽提供生長所需的新養分。



作業方式示意圖

5. 正確的施肥

一般在土壤種植、定植或換盆時應拌入廐肥或有機肥。種植於無土介質的觀葉植物，若生長快速，每週需施肥1-2次，才能滿足生長所需。但如果購買回來的觀葉植物，置於室內生長緩慢，沒有新葉長出，則1-2個月施一次液肥即可。





6. 病蟲害防治

治本之道是選擇抗病蟲害之植株。再者，生長旺盛的強健植株對病蟲害自然能增加抵抗力。如果植物已經被感染，初期可用人工去除病葉和害蟲。受害的植物應將其隔離或丟棄，避免其他健康植株受到傳染。

安全管理

1. 陽台、屋簷放置盆栽或吊盆時，首先要考慮的就是安全性。要防止因風大吹落或人為不慎摔落，因而傷及樓下的人、物。
2. 吊盆要經常檢查掛勾或繩子是否已經磨損，隨時準備更新，以免掉落而危及安全。
3. 陽台置放盆栽時，應考慮避難路線的暢通。
4. 盆栽不要放於變電箱或其它電力設備上，以防因澆水而觸電危險；且屋簷鐵皮不要放置過多盆栽，避免因過重、倒塌而壓傷民眾。

作業方式示意圖





營造永續優質環境衛生計畫之清掃學習手冊

美觀管理

1. 一致性

如花盆的一致性，將盆栽換成相同形式或顏色的花盆，可達簡單一致的整體美；另勿使用回收的容器，例如棄置的桶子、保麗龍盒、油漆空桶等隨意栽培（圖1）。

2. 層次感

盆栽的排列應以前矮後高，前淺後深的原則擺置，以充分表現層次之美；如利用櫃子、木架或空心磚，堆疊出不同高度，再將不同盆栽置放其上，表現出高低落差之層次（圖2）。

3. 立體感

利用吊盆，展現立體空間之綠意及懸吊的美感（圖3）。

4. 組合性

組合盆栽係為將不同植物搭配組栽以表現美感的技術或作品。包括僅在一個容器中擺置或種植多種植物，或以多數容器聚集擺出的景緻，提升盆栽價值感及營造各種內涵與意境（圖4）。

5. 日常維護管理

定期剪除黃葉、病葉，修剪下來的枝葉必需丟棄。空盆須重疊排列好，不要亂放而製造髒亂。

作業方式示意圖



85 挑剔髒亂 檢舉亂丟上綠網 | 上網通報網址 <http://ecolife.epa.gov.tw/announce/announce.aspx>





衛生管理

1. 水耕盆栽應定期換水，盆栽底盤須定期刷洗、保持乾燥，以免孳生登革熱病媒蚊。
2. 若使用有機肥料時須以土壤覆蓋掩埋，避免產生異味，招引蒼蠅孳生，影響環境衛生。
3. 切勿丟棄果皮於盆栽土面上，易招來蒼蠅，甚至螞蟻於盆內築巢危害、滋擾日常生活。

作業方式示意圖



合法管理（三不作為）

以下三種情形不可為之：

1. 不妨礙交通：不得在道路堆積、置放、設置或拋擲足以妨礙交通之物（如盆栽）。
2. 不製造髒亂：嚴禁於路旁、屋外或屋頂堆置有礙衛生整潔之物（如廢棄或髒亂盆栽、花盆）的行為。





營造永續優質環境衛生計畫之清掃學習手冊

3. 不孳生蚊蟲：登革熱發生區域，如高雄、屏東及台南等易有登革熱疫情地區，其水耕盆栽或底盤易孳生蚊蟲，登革熱之盆栽自我管理包括：

a. 盆栽底盤：能不用就不用，若需使用時，每週清洗刷乾淨，並保持乾燥，以免登革熱病媒蚊孳生。

b. 室外水耕盆栽：如種植睡蓮、水芙蓉、浮萍等，另外可養大肚魚、孔雀魚或蓋斑鬥魚，嗜吃孑孓，以防登革熱病媒蚊孳生。或者可以綁上細砂網，防蚊蟲產卵或孵化飛出（圖1）。

c. 室內水耕盆栽：如種植開運竹、黃金葛等。記得每週換水刷洗，盆口裝填細保麗龍，或在盆內裝五彩石或發泡煉石，水面不要超過該介質（圖2）。

作業方式示意圖



圖1



圖2

(四) 市售50種常見室內植物淨化室內空氣能力總表

★ 愈多表示滯塵能力或二氧化碳移除速率愈高

∨ 表示已有文獻證實具有淨化能力

— 表示尚未具實驗證據

資料來源：《淨化室內空氣之植物應用及管理手冊：居家生活版》

葉德銘編著，環保署出版，2010年4月。



表7. 市售50種常見室內植物淨化室內空氣

植物種類	單位葉面積 滯塵能力	二氧化碳移除速率	移除VOC (揮發性有機化合物/污染物)					
			甲醛	三氯 乙烯	氨	二甲 苯	甲苯	
鐵線蕨	★★★★★★	★★	V	—				
白馬粗肋草	★★★★	★★★★★	V	—				V
黑葉觀音蓮	★★★★★	★★★★★★★	—					
火鶴花	★★★	★★★	V	V	V	V	V	
金脈單藥花	★★★★★★	★★★★★★★	V	—				
臺灣山蘇花	★★	★★★★★★	V	—				
麗格秋海棠	★★★★★★★	★★★	V	—				
鐵十字秋海棠	★★★★★★★★★★	★★	—					
蝦蟆秋海棠	★★★★★★	★★★★★★	—					
孔雀竹芋	★★★★	★★★★★	V	V	V	—	V	
袖珍椰子	★★	★★★★★★★	V	V	V	V	V	
中斑吊蘭	★★	★★★★★★★	V	V	—	V	—	
娃娃朱蕉	★★★	★★★★★	—					
變葉木	★★	★★★★★★	V	V	—		V	
仙客來	★★★	★★★★	V	—		V	—	
秋石斛	★★★	★★	V	—		V	—	
盆菊	★★★★★★★	★★★★★★★	V	—	V	V	V	
噴雪黛粉葉	★★	★★★★★★★	V	V	—	V	V	
檸檬千年木	★★★★	★★★★★	V	V	—	V	V	
中斑香龍血樹	★	★★★	V	V	V	V	V	
彩虹竹蕉	★★★★★★	★★	V	V	—	V	V	
萬年竹	★★	★	—					
黃金葛	★★★	★★★★★★	V	V	V	—	V	
聖誕紅	★★★	★★★★★★★	V	—				
白斑垂榕	★★★★★	★★	V	—	V	V	V	

表7. 市售50種常見室內植物淨化室內空氣

植物種類	單位葉面積 滯塵能力	二氧化碳移除速率	移除VOC (揮發性有機化合物/污染物)				
			甲醛	三氯 乙烯	氨	二甲 苯	甲苯
印度橡膠樹	★★★★★	★★★★★★★★★★	V	V	V	—	V
琴葉榕	★★★	★★★★★	V	—			
薜荔	★★★★★★★★★★	★★★★★★	—				
白網紋草	★★★★★★	★★★★	—	V	—		V
非洲菊	★★★★	★★★★★★★★★★	V	V	—		V
擎天鳳梨	★★	★★★★★★	—	V	—	V	V
常春藤	★★★★	★★★★★★	—	V	—	V	V
繡球花	★★★★★	★★★★★★★★★★	—				
嫣紅蔓	★★★★★★★★★★	★★★★★★★★★★	—				
長壽花	★★★★★★	★★★★	V	—		V	—
龜背芋	★★	★★★★★★★★★★	—				
波士頓腎蕨	★★★★★★	★★★★★★★★★★	V	V	—	V	—
馬拉巴栗	★★★★★★	★★★★★★★★★★	V	—		V	—
西瓜皮椒草	★★★★	★★★	—				
皺葉椒草	★★★★★★★★★★	★★★★★★	—				
心葉蔓綠絨	★★★	★★★★★★★★★★	V	V	—		V
冷水花	★★★★★	★★★★★★	—				
鹿角蕨	★★★★	★★★★	—				
福祿桐	★	★★★★	V	V	—		V
西洋杜鵑	★★★★	★★★★★★★★★★	V	—	V	V	—
非洲瑾	★★★★★★★★★★	★★★★★★★★★★	—				
澳洲鴨腳木	★	★★★★★★	V	—			
大岩桐	★★★★★★★★★★	★★★	—				
白鶴芋	★★	★★★★★★★★★★	V	V	V	V	V
白蝴蝶合果芋	★★★	★★★★★	V	V	—	V	V



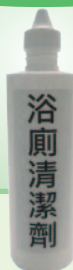
六、清潔劑

環保標章清潔劑，可上環保署網站查詢<http://greenliving.epa.gov.tw/GreenLife/>

清掃工具簡介及使用說明

耗材類

浴廁清潔劑



適用時機

可廣泛運用於污垢處之清潔。

使用方式說明

1. 將清潔劑直接噴於待清潔之表面。
2. 視髒污程度使用適當之清潔工具清潔。



金屬清潔劑



適用時機

廣泛運用於金屬物品表面之清潔，如金屬水管、水龍頭、大螺絲帽等處。

使用方式說明

1. 使用清潔工具直接沾上少許清潔劑，刷洗金屬表面之污垢。
2. 請勿使用在窗戶或鏡面等玻璃用品上。





柏油清潔劑



適用時機

清除牆壁、木門或地板等處之表面殘膠。

使用方式說明

1. 使用清潔工具直接沾上少許清潔劑，刷除表面之殘膠。
2. 可搭配除膠刮刀使用。



萬能防鏽潤滑劑



適用時機

1. 金屬用具潤滑用。
2. 金屬用具防鏽用。
3. 亦可用於鬆脫或卸除螺絲帽時。

使用方式說明

1. 噴灑前需先擦乾去除金屬表面之水分。
2. 直接少量噴灑於金屬待潤滑或防鏽處。



手部清潔劑



適用時機

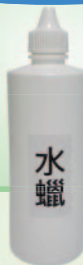
清潔手部及消毒使用。

使用方式說明

1. 如圖之方式使用。
2. 請勿噴灑到眼睛。



水蠟



適用時機

地板打蠟之用途。

使用方式說明

1. 地板清潔後並且擦乾。將水蠟搖動均勻後，倒適量均勻地噴灑地板。
2. 乾燥10-15分鐘後用乾燥乾淨的毛巾擦拭乾淨。



汽車蠟 (粗蠟)



適用時機

針對地板的頑強污垢使用。

使用方式說明

利用乾抹布適量局部擦拭，直到髒污乾淨為止。





5S的操作型定義

整理
(物品分類)

將不要的東西與要的分開，
不要的資源回收或清除。

整頓
(定位管理)

將要的東西放置於定位或加
標示，不常用的收藏好。

清掃
(定期摒掃)

每年安排年中及年尾大掃除
，澈底清理各死角髒亂。

清潔
(隨時保潔)

每日打掃生活環境的周遭，
注意物品隨時擺放整齊。

教養
(教育訓練)

建立一套教育訓練的計畫，
告知新來人員整潔規矩。





掃路守則順口溜

道路清掃要澈底

街塵皆落袋子裡

反光制服穿整齊

上班下班照規定

鄰地髒亂向上報

代掃代檢先代勞

樹林花圃勤撿拾

草叢騎樓別漏掉

垃圾不往溝裡掃

切勿棄置安全島





清淨家園全民運動行動目標

1. 沿路整潔無雜草，灌木叢中無垃圾。
2. 裸露空地植草皮，街道積塵常洗掃。
3. 道路平坦無坑洞，人行走道保暢通。
4. 騎樓機車放整齊，停車熄火不污染。
5. 路邊廢車勤拖吊，長期停放有保潔。
6. 設施建物無破損，表面外牆有清洗。
7. 排水溝渠常清疏，容器積水常清除。
8. 張掛廣告按規定，信箱廣告不露出。
9. 冷氣外掛要工整，冷凝水滴不落地。
10. 建築內外與空地，乾淨整潔綠美化。
11. 公廁乾爽無異味，遛狗繫鍊清狗便。
12. 河川山區齊巡防，資源回收零掩埋。
13. 溫室氣體要減量，節能措施逐項做。
14. 環保標章產品好，用過即丟我不買。
15. 垃圾煙蒂不亂丟，整潔環境共饗宴。
16. 健康永續樂活化，超日趕瑞新臺北。

超過日本，趕上瑞士，脫胎換骨，
就從清淨家園全民運動做起！
歡迎您擔任環保協查志工！
看到環保問題，就請拍照存證並請通報。
您的通報是各縣市競賽的成績，清淨家園的保證！





14項環境衛生永續指標

01. 公廁管理潔淨化
02. 遛狗清便風尚化
03. 在地環境舒適化
04. 清溝除污通暢化
05. 道路電纜整齊化
06. 居家外圍潔淨化
07. 景觀地標優質化

08. 空屋空地綠美化
09. 公共設施標準化
10. 公共空間公園化
11. 室內空氣清淨化
12. 路面無坑平坦化
13. 居家生活寧適化
14. 健康環境無毒化

