

# 要生活健康，就必須保持家居及四周環境清潔，並遵守良好的衛生習慣。

## 保持家居清潔

- 經常打掃及清洗地方，特別是地氈、梳化和毛製玩具等容易藏塵的物件。
- 清除積水，以免蚊蟲滋生。
- 使用有蓋的垃圾桶，並每天清倒垃圾。



- 將垃圾放入垃圾桶，不可將垃圾拋出窗外或棄置在樓宇的公共地方。
- 保持家居六米範圍內的公共地方清潔。
- 經常清理家居簷篷或遮光幕，以免垃圾堆積。



- 不可隨處棄置傢具及大件廢物，應通知管理處安排處理或運送到附近的垃圾收集站。
- 若家中飼養寵物，須定期為牠們及其住窩清潔。帶狗隻出外活動時，應使用狗廁所及狗糞收集箱。請帶備足夠紙張及清水，以便將狗隻糞便妥為包好，放入狗糞收集箱，以及把狗隻便溺弄污的地方清潔妥當。



## 遵守良好衛生習慣

- 如廁後即沖廁，並用肥皂洗手。
- 處理食物前和後要洗手。如手部有損傷，應用防水膠布敷裹。
- 不可隨地吐痰，痰涎要吐在廁盆或用紙巾包好才放入垃圾桶。



## 保持廚房清潔

- 保持廚房空氣流通。
- 保持廚房地面、牆壁、天花及貯物櫃清潔乾爽，並妥善維修。
- 定時清洗廚房設備如抽氣扇、抽油煙機、爐灶等。
- 乾貨和器皿應放在貯物櫃。
- 定期清潔和保養雪櫃。雪櫃下格的溫度應保持在攝氏4度或以下，而冰箱的溫度則為攝氏零下18度或以下。
- 排水管如有淤塞或損壞，應立即修理。



## 保持廁所清潔

- 保持廁所乾爽清潔。
- 不可將剩餘的飯鏟或硬物掉進廁盆，以免渠道淤塞。
- 妥善保養廁所設施，確保供水系統、沖廁系統等操作正常。



## 保持室內光線充足及空氣流通

- 盡可能打開窗戶和窗簾，讓室內光線充足及空氣流通。
- 室內應有足夠的照明，以應付不同活動的需要。
- 定時清潔風扇及冷氣機（特別是隔塵網）。同時，應確保冷氣機不滴水及不會產生過量噪音和熱氣，以免滋擾鄰居或途人。

