

花蓮縣豐濱鄉港口國小學校辦公室冷氣使用規則

- 一、學校辦公室冷氣使用規則旨在兼顧節能與舒適。
- 二、多數學校規定冷氣溫度應設定在 26 度至 28 度之間，需搭配電風扇或循環扇使用，且進出應隨手關門。
- 三、非上班時間嚴禁私自開啟，以落實節約能源。
- 四、以下為一般學校辦公室常見的規範重點：
 - (一)  溫度與設備設定溫度設定：冷氣溫度應設定於 26 度至 28 度之間，經濟部規範營業及辦公場所冷氣平均溫度不得低於 26 度。
 - (二) 空氣循環：務必搭配電風扇或循環扇使用，幫助冷氣均勻擴散，提升冷房效果。
 - (三) 節能與環境維護隨手關門：冷氣開啟時，依規定開啟對流窗，避免冷氣外洩造成電力浪費。
 - (四) 減少開關：避免頻繁開關冷氣，以免增加耗電量及縮短壓縮機壽命。
 - (五) 適度通風：長時間使用冷氣時，應視室內空氣品質適度開窗換氣，保持空氣流通。
 - (六)  使用時間與管理開放時間：通常限定於上班時間：每日上午 8:00 至下午 17:00（若日後統一於 16:00 下班改為 16:00）開放。非上班、上課期間或下班後，應將電源關閉，禁止私自使用。
 - (七)  溫馨提醒為落實節電考核，各校總務處會定期稽查。
 - (八)  其他：
 1. 室溫 30 度 的體感溫度大約落在 31 度到 41 度之間。
 2. 體感溫度會因為所在環境的濕度與空氣流通度而有極大差異：
 - 乾爽通風（濕度低於 50%、有風）：體感溫度約為 30 度到 31 度。
 - 悶熱潮濕（台灣常見，濕度 70% ~ 80%）：體感溫度約為 35 度到 37 度。身體會明顯感到黏膩與燥熱。
 - 極度悶熱（濕度 90% 以上、無風）：體感溫度甚至會飆升至 39 度以上，容易引發「室內中暑」。
 3. 降溫建議：由於室溫 30 度且濕度若超過 60% 時容易感到不適，建議開啟冷氣（設定 26 度 - 28 度）搭配循環扇加速空氣對流，能迅速降低體感溫度並達到省電效果。
- 五、以上參考政府機關及學校全面節能減碳措施、中央氣象署數位科普網及衛生福利部高溫資訊。