

## 宿舍管理 7S 理念篇

“7S”活动起源于日本，在“5S”的基础上完善而来，7S活动是企业现场各项管理的基础活动，它有助于消除企业在生产过程中可能面临的各类不良现象。“7S”是整理(Seiri)、整顿(Seiton)、清扫(Seiso)、清洁(Seikeetsu)、素养(Shitsuke)、安全(safety)和节约(save)这7个词的缩写，所以简称为“7S”，开展以整理、整顿、清扫、清洁、素养、安全和节约为内容的活动，称为“7S”活动。

### 一、7S 内容：

**1. 整理 (SEIRI)** ——将学习、生活、实训场所的所有物品区分为“有必要的”和“没有必要的”，除了有必要的留下来，其他的都消除掉。

**2. 整顿 (SEITON)** ——把留下来的必要物品按照规定位置摆放整齐，并加以标示。

**3. 清洁 (SEISO)** ——将学习、生活、实训场所内看得见与看不见的地方清洁干净，保持学习场所干净、亮丽环境。

**4. 清洁 (SEIKETSU)** ——随时关注自己在学习、生活、实训场所的行为，自我约束。

**5. 素养 (SHITSUKE)** ——每位学生养成良好的行为习惯，并遵守规范做事，培养积极主动的精神。

**6. 安全 (SECURITY)** ——重视学生安全教育，每时每刻树立“安全第一”观念，防范于未然。

**7. 节约 (SAVE)** ——就是对时间、空间、能源等方面合理利用，以发挥它们的最大效能，从而创造一个高效率的、物尽其用的学习和生活场所，重视师生的“节约”教育，注意自身节约，做好表率。

## 宿舍管理 7S 认识篇

### 1S——整理

原则：有必要的留存，没必要的不留存。

负责人：班主任、寝室室长

实施内容：

#### (1) 整理我们的床铺：

项 目	有必要	没有必要	处理结果
要用到的被褥和枕头	√		留存
床单和床罩	√		留存

备用的被子和毯子	√		留存
长时间不用的有用物品		√	移走他存
长时间不用的无用物品		√	遗弃
床铺板上的废品及垃圾		√	遗弃
已经脏的床上用品		√	移走清洗

#### (2) 整理我们的橱柜和鞋柜：

项 目	有必要	没有必要	处理结果
平时要看的书	√		留存
每天用的生活必需品	√		留存
待换洗的衣、裤、袜	√		留存
待换的床单、毛毯、枕巾	√		留存
每天晚上要穿的拖鞋	√		留存
一周内要用到的物品	√		留存
长时间不用的物品		√	移走他存
长时间不穿的鞋子		√	移走他存
生活垃圾		√	遗弃

#### (3) 整理我们的寝室：

项 目	有必要	没有必要	处理结果
个人每天的生活物品	√		留存
每天都要用的清扫工具	√		留存
破旧不能再使用的清扫工具		√	遗弃
长时间不用的有用物品		√	移走
长时间不用的无用物品		√	遗弃
学校规定寝室中不允许学生存放的物品		√	移走他存
打扫过程中废弃用品及垃圾		√	遗弃
寝室内的学生私自张贴物		√	遗弃
生活中废弃用品及垃圾		√	遗弃

### 2S——整顿

原则：让留下的物品在它的空间内有序摆放。

负责人：班主任、寝室室长

实施内容：

#### (1) 整顿我们的床铺

①被子放在床铺一角，四边朝外，开口与床栏杆开口保持一致；

②枕头放在被子的内侧；

- ③床单（凉席）平铺整齐无折痕；
- ④每天至少整顿二次，巩固和维持床铺整洁有序。

#### (2) 整顿我们的橱柜及鞋柜

- ①每周需要换洗衣服等叠整齐后放在橱柜的左边；
- ②平时要看的书籍放在物品柜第二格的里侧，并摆放整齐；

- ③使用频率高的放在物品柜的外面；
- ④使用频率底的放在物品柜的里面；
- ⑤鞋子有序的放在鞋柜里面，鞋尖朝里，由高到低摆放；

⑥其他有用的小的生活用品有序的放在鞋柜旁边的抽屉里面；

- ⑦把物品的摆放次序固定下来；
- ⑧列出日常生活用品摆放次序表，明确物品定位，经常提醒自己；

⑨每天至少整顿二次，巩固和维持橱柜及鞋柜的整洁有序。

#### (3) 整顿我们的寝室

①将日常要用到的卫生工具如扫把、拖把放在阳台墙角边；

②将脸盆放在脸盆架上，一律靠墙摆放；

③牙具都整齐的摆放在进门处的大理石台面上，牙膏、牙刷摆放时方向一致；

④洗发精、香皂、肥皂粉等都放在洗漱台上面的柜子里；

⑤热水瓶放在进门处的大理石台面的最右侧，按2排手柄朝外成45度角有序摆放；

⑥把物品的摆放顺序固定下来；

⑦卫生间镜子、洗刷台面保持明亮整洁；

⑧毛巾叠三折，开口朝内统一有序摆放；

⑨阳台周边无蜘蛛网，窗台瓷砖无积灰，地面干净，无杂物；

⑩每天至少整顿两次以上，巩固和维持寝室的整洁有序。

### 3S——清扫

原则：让留下的物品和它的空间清洁。

负责人：班主任、寝室室长

实施内容：

- (1) 清扫我们的床铺

- ①床铺架子每周至少擦拭二次；
- ②床单每次人走后必须铺平；
- ③被子每天早上起床后必须折叠；
- ④对床铺上多余的物品进行清除。

#### (2) 清扫我们的橱柜和鞋柜

- ①橱柜和鞋柜内一周清扫二次；
- ②对橱柜和鞋柜内外乱涂和乱张贴画进行清除；
- ③物品柜和鞋柜外面每天擦拭一次；
- ④爱护橱柜。

#### (3) 清扫我们的寝室

- ①每周至少组织一次大扫除；
- ②每天对洗漱台擦拭一次；
- ③每天至少拖二次地板；
- ④卫生间、阳台每天至少刷洗一次；
- ⑤每天至少清扫地面二次以上；
- ⑥电扇每学期清洁一次（后勤保障处负责）；
- ⑦门和窗户每周擦拭一次。

### 4S——清洁

原则：保持留下的物品和它的空间洁净。

负责人：班主任、寝室室长

实施内容：

#### (1) 清洁我们的床铺

- ①随时关注被褥、枕头和毯子，见脏就换洗；
- ②不在床上随意丢放东西；
- ③不在被褥、枕头和毯子等下面随便存放物品；
- ④随时注意床上是否留有不必要物品；
- ⑤爱护自己的床上用品。

#### (2) 清洁我们的橱柜和鞋柜

- ①随时关注橱柜和鞋柜物品摆放有序，乱了就理；
- ②不在橱柜和鞋柜内随意丢放物品；
- ③随时清除橱柜和鞋柜内不必要物品；
- ④爱惜自己的生活用品。

#### (3) 清洁我们的寝室

- ①随时关注寝室物品摆放有序，乱了就理；
- ②随时清除寝室内不必要的物品；
- ③不在寝室内随意丢放物品，随时保证寝室地面的干净；
- ④爱护自己的寝室物品。

## 5S——素养

原则：让规范和习惯来提升我们的素养。

负责人：班主任、寝室室长

实施内容：

- (1) 仪表仪容素养（具体见《学生手册》）
- (2) 礼貌用语素养（具体见《学生手册》）
- (3) 行为习惯素养

①不准向窗外、门外倒水、抛弃杂物，不准向下水道或厕所抛扔易造成堵塞的任何物品；不准在走廊里刷牙、倒水，不准在电风扇下挂衣服，晾衣服时待水干后再拿进寝室。

②讲究文明礼貌，不骂人、不说脏话，不侮辱他人，不打架斗殴，寝室成员间要互相团结，和睦相处。

③宿舍区内严禁打球、踢球、打闹嬉戏等；不准吸烟、喝酒，杜绝敲诈或变相敲诈；不准玩扑克，禁止赌博或变相赌博；不准看色情、凶杀、迷信书刊，创造文明、健康的寝室文化。自觉服从并配合安全卫生和纪律检查。

④住宿生应爱护公物，宿舍内水电设施、门窗、玻璃、家具、电扇、空调及其他设施、设备均为学校财产，要妥善使用和保管，不得私自拆装、调换和故意破坏。

## 6S——安全

原则：建立起安全的学习和生活环境。

负责人：班主任、寝室室长

实施内容：

- (1) 用电安全

①不使用电炉、电热杯、热得快、电夹板、电饭煲等大功率电器和电热设备；

②不私拉乱接电线和电源；

③做到人走灯灭，关闭电源；

④发现寝室或活动室的电器设备损坏或失灵，及时向后勤保障处报修。

- (2) 活动安全

①上下楼梯时有序缓慢靠右行；

②不在阳台上追逐嬉戏，身体不靠栏杆且使身体重心外倾斜或用力拉扯栏杆；

③严禁将棍棒、刀具、化学液体等各类管制物品带入宿舍区。

- (3) 财产安全

①随身携带自己的钥匙，最后离开寝室的同学要锁门；

②寝室不得留宿他人；

③养成随手关门、锁门的习惯，妥善保管好贵重物品。

- (4) 住校安全

①严禁非住校人员留宿宿舍，不得擅自调换寝室和床位，禁止合铺就寝；

②配合宿舍管理人员的工作；

③应严格遵守学校规定的作息时间，每天按时起床，按时就寝，养成良好的生活习惯；

④非休息时间不得进入宿舍区，特殊情况须办理相关手续；

⑤节假日住校需遵守学校管理；

⑥除工作人员因工作批准外，男女不许互串宿舍楼及寝室；

⑦住宿生不得将寝室钥匙借与他人，严禁私自调换门锁。丢失钥匙要及时报告宿管老师，由宿管科统一更换。

## 7S——节约

原则：物尽其用，发挥物品的最大效能。

负责人：班主任、寝室室长

实施内容：

- (1) 节水

①珍惜水资源，洗漱完毕及时关闭水龙头；

②爱护节水设施，严防滴漏；

③人走关闭水龙头；

④洗澡时禁止嬉戏、打闹、泼水等行为的发生。

- (2) 节电

①及时关闭电源，人走关灯；

②合理使用空调。