



**Hướng dẫn quản lý vệ sinh liên quan đến bệnh truyền nhiễm  
virus corona chủng mới trong trường học  
～ “Lối sống mới trong trường học” ～  
(3/12/2020 Phiên bản thứ 5)**

**[Sử dụng cho các trường dành cho người nước ngoài]**

## **Về các biện pháp ngăn ngừa lây nhiễm virus corona chủng mới trong trường học**

### ■ Quan điểm về việc ngăn ngừa lây nhiễm virus corona chủng mới trong trường học

Ngoài việc xây dựng “lối sống mới” để duy trì các biện pháp ngăn ngừa lây nhiễm cơ bản như tránh “3 chữ Mật”, “đeo khẩu trang trong trường học không giữ đủ khoảng cách được với người khác” và “vệ sinh tay như rửa tay v.v...”, tùy theo tình hình lây nhiễm tại địa phương, các trường cần phải cố gắng điều chỉnh nội dung học tập và nội dung hoạt động sao cho có thể duy trì được các hoạt động giáo dục như giảng dạy, hoạt động câu lạc bộ hay các sự kiện v.v... đảm bảo được việc học tập lành mạnh cho trẻ.

Kể cả trong trường hợp bắt buộc phải nâng mức độ cảnh báo như số người lây nhiễm không rõ nguồn lây tại địa phương tăng v.v... thì ngoài khả năng đóng cửa trường học, cần phải xem xét một cách tích cực đến khả năng học lệch giờ hay học trực tuyến để có thể duy trì được việc học tập.

Ngoài ra, trên thực tế, kể cả khi đã tiến hành bất kể biện pháp ngăn ngừa lây nhiễm nào đi chăng nữa thì cũng không thể làm cho nguy cơ lây nhiễm bằng không được, do vậy điều quan trọng là cần phải liên kết với Ủy ban giáo dục và cơ quan chủ quản chính về vệ sinh của địa phương hay liên kết với các chuyên gia như bác sĩ trường học, dược sĩ trường học để xây dựng lên một mạng lưới quản lý sức khỏe trong trường học sao cho có thể xử lý được một cách nhanh chóng và chính xác khi xác nhận được có bệnh nhân bị lây nhiễm.

Trường học xác nhận được có người của trường học bị lây nhiễm, cần phải lưu ý, quan tâm một cách đầy đủ để cho các học sinh là người bị lây nhiễm hay người có tiếp xúc gần không trở thành đối tượng bị phân biệt đối xử, bị thành kiến, bắt nạt, phỉ báng lăng mạ v.v...

■ **Tiêu chuẩn hành động cho từng khu vực**

Tiêu chuẩn hành động của trường học dựa trên “Lối sống mới”

Mức độ lây nhiễm của địa phương	Đảm bảo khoảng cách vật lý	Hoạt động giáo dục có nguy cơ lây nhiễm cao	Hoạt động câu lạc bộ (Hoạt động tham gia tự nguyện)
Mức độ 3	Cố gắng giữ khoảng cách khoảng 2m  (Tối thiểu là 1m)	Không tổ chức	Chỉ tổ chức các hoạt động ít có nguy cơ lây nhiễm như của cá nhân hay nhóm ít người trong thời gian ngắn
Mức độ 2	Giãn cách tối đa trong từng lớp. Lấy mục tiêu là 1m	<p style="text-align: center;">Dừng các hoạt động có nguy cơ lây nhiễm cao</p> <p style="text-align: center;">↑ Dịch lây lan rộng</p> <p style="text-align: center;">↓ Dịch đã được khống chế</p> <p>Tổ chức dần từ các hoạt động có nguy cơ lây nhiễm thấp</p>	Tổ chức dần bắt đầu từ các hoạt động có nguy cơ lây nhiễm thấp và các giáo viên cần phải kiểm tra triệt để tình hình hoạt động
Mức độ 1	Giãn cách tối đa trong từng lớp Khoảng 1m	Tổ chức sau khi đã tiến hành các biện pháp ngăn ngừa lây nhiễm hợp lý	Tổ chức sau khi đã thực hiện đầy đủ các biện pháp ngăn ngừa lây nhiễm

※ Dựa trên tình hình lây nhiễm của địa phương và tình hình của hệ thống y tế địa phương, người thành lập trường học (người chịu trách nhiệm quản lý cấp cao nhất) cần phải trao đổi với Cơ quan quản lý vệ sinh của chính quyền địa phương xem địa phương thuộc mức độ nào từ 1~3.

<Ví dụ về quy trình xác định trong trường hợp là trường công lập (trừ đại học)>

- ① Ủy ban giáo dục sẽ liên kết với Cơ quan quản lý vệ sinh của chính quyền địa phương, sử dụng “Hệ thống thông tin bệnh truyền nhiễm, người nghỉ học v.v... của trường học (Do Tổ chức pháp nhân công ích Hội sức khỏe trường học Nhật Bản vận hành)” để thu thập thông tin về tình hình lây nhiễm của địa phương.



- ② Dựa trên ① và tình hình của hệ thống y tế v.v..., trao đổi về phân loại khu vực với cơ quan chủ quản về vệ sinh của chính quyền địa phương.



- ③ Ủy ban giáo dục trao đổi với người đứng đầu của địa phương (tỉnh trưởng hay người đứng đầu của thành phố quận thị trấn làng) về phân loại khu vực.



- ④ Dựa trên các điều trên, quyết định phân loại khu vực.

## Chương 2 Về các biện pháp ngăn ngừa bệnh truyền nhiễm virus corona chủng mới cơ bản trong trường học

### ■ Hướng dẫn cho học sinh v.v...


Trong sinh hoạt trường học, những hành động của học sinh tại những nơi mà giáo viên không quan sát được như là vào giờ giải lao hay trong khi đến và rời trường v.v... có nguy cơ lây nhiễm cao. Trước hết, cần phải hướng dẫn cho học sinh hiểu được đúng về bệnh truyền nhiễm này, giúp học sinh tự biết được nguy cơ lây nhiễm để có những hành động tránh các nguy cơ này.

Đối với những trẻ em còn nhỏ chưa tự thực hiện được các biện pháp vệ sinh thì người lớn sẽ tiến hành quan tâm, giúp đỡ.

Ngoài ra, các học sinh cần phải mang theo các vật dụng thường ngày dưới đây để ngăn ngừa lây nhiễm...

**【Những đồ vật mỗi người cần mang theo】**

- Khăn tay, giấy ăn sạch
- Khẩu trang
- Túi giấy bóng hay vải sạch dùng để đựng khẩu trang



### ■ Thực hiện các biện pháp ngăn ngừa bệnh truyền nhiễm cơ bản

Tiến hành các hoạt động dựa trên 3 điểm về ngăn ngừa bệnh truyền nhiễm.

- Tiêu diệt nguồn lây nhiễm
- Tiêu diệt đường lây truyền
- Tăng cường sức đề kháng

#### (1) Tiêu diệt nguồn lây nhiễm

**Khi có các triệu chứng cảm lạnh như sốt v.v... thì kể cả học sinh lẫn giáo viên đều phải nghỉ dưỡng tại nhà (tại khu vực ở mức độ 3 và mức độ 2, kể cả trường hợp người nhà sống cùng có các triệu chứng cảm lạnh thì cũng không được đến trường).**

#### (2) Tiêu diệt đường lây truyền

Bệnh truyền nhiễm virus corona chủng mới thường **lây truyền qua đường giọt bắn** và **lây truyền qua tiếp xúc trực tiếp**. Khi nói chuyện với nhiều người ở khoảng cách gần trong một không gian kín thì kể cả khi không có các triệu chứng như ho hay hắt xì hơi vẫn được cho là có nguy cơ làm lây lan mầm bệnh. Để có thể tiêu diệt được đường lây truyền thì việc ① rửa

tay, ②phép lịch sự khi ho, ③vệ sinh, khử trùng là điều rất quan trọng.

① Rửa tay

## 6 thời điểm rửa tay

Khi bước vào lớp từ bên ngoài



Khi ho, hắt xì hơi  
hay xì mũi



Trước và sau  
khi ăn (ăn trưa)



Sau khi dọn vệ sinh



Sau khi đi vệ sinh



Sau khi sờ vào các vật  
dùng chung



**正しい手の洗い方**

手洗いの前に  
・爪は短く切っておきましょう  
・時計や指輪を外しておきましょう

- 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲をのぼすようにこすります。
- 指先・爪の間を念入りこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをねじり洗います。
- 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

首相官邸  
厚生労働省  
厚労省

## ② Phép lịch sự khi ho



## ③ Vệ sinh, khử trùng

○ Các điểm cần lưu ý khi làm vệ sinh, trừ trùng hàng ngày

- Với những chỗ mà nhiều người thường chạm vào (tay nắm cửa, tay vịn, công tắc v.v...), sau khi lau bằng khăn ướt, lau lại bằng khăn vải hay khăn giấy có tẩm dung dịch khử trùng mỗi ngày 1 lần.
- Với những đồ dùng chung như đồ dùng, dụng cụ hay dụng cụ làm vệ sinh v.v... không phải khử trùng sau mỗi lần sử dụng mà hướng dẫn học sinh rửa tay trước và sau khi dùng.

(Tham khảo) Hình ảnh các em nhỏ tự lau bàn của mình trước khi về



○ Về việc khử trùng khi có người bị lây nhiễm

- Khi phát hiện ra có học sinh hay giáo viên bị lây nhiễm, xác định phạm vi đã hoạt động của người bị lây nhiễm đó, khử trùng các đồ vật được cho là đã bị nhiễm khuẩn (những đồ vật mà người bị lây nhiễm chạm vào nhiều lần) bằng cồn ethanol khử trùng hay dung dịch khử trùng sodium hypochlorite 0,05%...
- Mặc dù có thay đổi tùy thuộc vào từng loại đồ vật bị dính vào, tuy nhiên thời gian sống sót của virus dính trên bề mặt đồ vật được cho là khoảng từ 24 ~ 72 tiếng, lưu ý tới thời gian sống sót này để áp dụng các biện pháp cấm ra vào những nơi không khử trùng được.

### (3) Tăng cường sức đề kháng

Để nâng cao khả năng miễn dịch, hướng dẫn học sinh lưu ý “ngủ đủ”, “vận động hợp lý” và “ăn uống đủ chất”.



#### ■ Đối phó với nguy cơ lây nhiễm tập thể

Đối với bệnh truyền nhiễm virus corona chủng mới,

- Không gian kín thông gió kém
- Địa điểm tập trung đông nhiều người
- Tình huống tiếp xúc gần có giao tiếp hay nói chuyện ở khoảng cách gần

ở những nơi có hội tụ 3 điều kiện trên (3 chữ Mật (mippei (Mật bé - không gian kín), misshu (Mật trung - tập trung đông người), missettsu (Mật tiếp - tiếp xúc gần)) được cho là sẽ làm tăng nguy cơ lây nhiễm tập thể. Việc tránh các tình huống có hội tụ cùng một lúc 3 điều kiện trên là điều đương nhiên, tuy nhiên kể cả trong trường hợp không hội tụ cả 3 chữ Mật này thì cũng cần tránh hết mức có thể từng yếu tố Mật để giảm nguy cơ rủi ro.

#### (1) Tránh “Mippei” ( Mật bé-không gian kín) (tích cực thông gió)

Tiến hành thông gió thường xuyên nếu điều kiện thời tiết cho phép, trường hợp không thực hiện được thường xuyên thì thực hiện nhiều lần (cứ 30 phút thông gió ít nhất 1 lần, trong khoảng vài phút, mở rộng toàn bộ cửa sổ), cố gắng mở cửa sổ ở 2 hướng cùng một lúc. Trong giờ học, không nhất thiết phải mở rộng cửa sổ nhưng tùy vào khí hậu, thời tiết, cách bố trí lớp học, mức độ thoáng gió có thể khác nhau, do vậy, nên trao đổi về phương pháp thông gió với được sĩ trường học v.v...nếu thấy cần thiết.

#### (2) Tránh “Misshu” (Mật trung-tập trung đông người) (Đảm bảo khoảng cách vật lý)

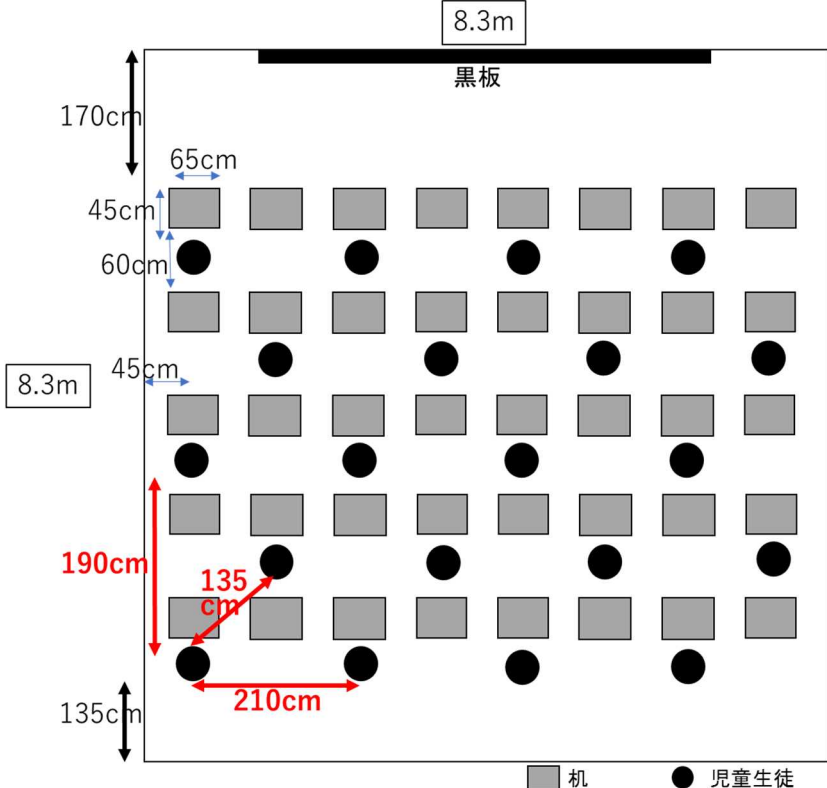
Trong “Lối sống mới” có khuyến khích nên cố gắng giữ khoảng cách 2 mét (ít nhất là 1 mét) với người khác. Kể cả tại những khu vực dịch đã tạm lắng xuống thì trường học vẫn là nơi dễ trở thành nơi hội tụ “3 chữ Mật”, do vậy, điều quan trọng là phải đảm bảo khoảng cách về mặt vật lý hết sức trong khả năng có thể.

Đối với những khu vực có số người lây nhiễm mới, số người lây nhiễm không rõ nguồn lây nhiều thì tính cấp thiết của việc tránh “3 chữ Mật” một cách triệt để càng cao, do vậy, đối với những khu vực ở mức độ 3 cần phải áp dụng hình thức học lệch giờ v.v... để ưu tiên đảm bảo

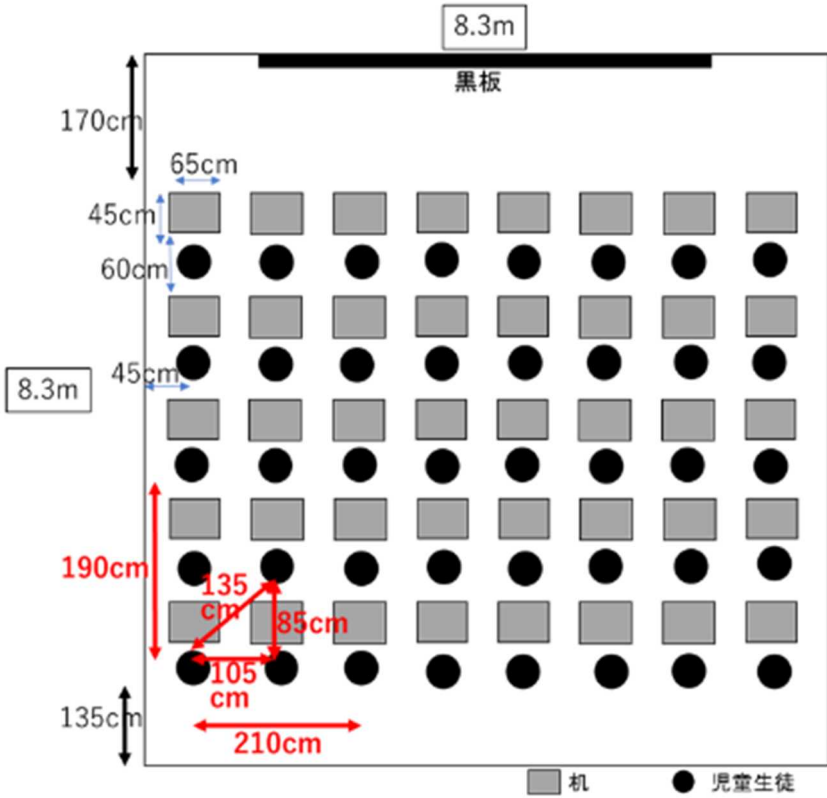


khoảng cách vật lý.

(Tham khảo) Khu vực ở cấp độ 3 (trường hợp 1 lớp có 20 học sinh)



(Tham khảo) Khu vực ở cấp độ 1, 2 (trường hợp 1 lớp có 40 học sinh)



### (3) Đối phó với tình huống “Missetsu” (Mật tiếp - tiếp xúc gần) (Đeo khẩu trang)

#### ① Về việc đeo khẩu trang

Trong các hoạt động giáo dục trường học, học sinh cũng như các giáo viên **nên đeo khẩu trang khi không đảm bảo được đủ khoảng cách vật lý.**

Tuy nhiên, không cần phải đeo khẩu trang trong những trường hợp sau.

1) Nếu đảm bảo được đủ khoảng cách vật lý thì không cần phải đeo khẩu trang.

**2) Trong những ngày có nhiệt độ, độ ẩm hay chỉ số nhiệt (WBGT) <sup>1</sup> cao, do có nguy cơ có thể xảy ra các thiệt hại về sức khỏe như sốc nhiệt v.v... vì vậy hãy tháo khẩu trang ra.**

Việc cho tháo khẩu trang cần phải được xử lý tại chỗ một cách linh hoạt tùy theo hình thức hoạt động cũng như tình trạng của học sinh v.v...

**Hướng dẫn để học sinh có thể tự phán đoán và xử lý được đúng như tháo khẩu trang hay tạm thời đeo một bên tai để thở khi bản thân học sinh đó thấy có cảm giác khó thở vì nóng quá v.v...**

**Đối với các em còn nhỏ thì giáo viên và người nhà cần phải lưu ý một cách thận trọng xem trẻ đã đeo khẩu trang đúng hay chưa, trẻ có bị khó thở khi đeo khẩu trang hay không.**

**3) Trong giờ học giáo dục thể chất không cần thiết phải đeo khẩu trang. Tuy nhiên, trong trường hợp không đảm bảo được đủ khoảng cách vật lý mà lại không có nguy cơ sẽ bị khó thở hay nguy cơ bị sốc nhiệt v.v... thì vẫn nên đeo khẩu trang.**

(Tham khảo) Về việc sử dụng tấm chắn che mặt, tấm chắn che miệng

Tác dụng phòng chống lây nhiễm của tấm chắn che mặt và tấm chắn che miệng được cho là thấp hơn so với khẩu trang, nếu chỉ dùng tấm chắn này tại trường học thì cần phải đảm bảo lấy đủ khoảng cách vật lý.

#### ② Về việc sử dụng khẩu trang

Khi tháo khẩu trang, cầm vào dây chun hay dây đeo để tháo khẩu trang ra, cố gắng không chạm vào bề mặt của khẩu trang để không bị virus v.v... dính vào tay, gập vào bên trong và để lên tấm nylon hay miếng vải để giữ gìn vệ sinh.

---

<sup>1</sup> Chỉ số nhiệt (WBGT) là chỉ số chỉ mức độ nóng bức gồm 3 yếu tố nhiệt độ, độ ẩm và nhiệt độ bức xạ, chỉ số này tương quan với việc xảy ra sốc nhiệt.

Kể cả khi rút khẩu trang, cố gắng không chạm vào bề mặt khẩu trang, cho khẩu trang vào trong túi giấy bóng, buộc kín miệng túi lại rồi mới rút.

### ■ Áp dụng tạm dừng đến trường v.v...

Với những trường hợp dưới đây, không coi là nghỉ học mà kể cả trong Hồ sơ hướng dẫn cũng ghi lại là “Tạm dừng đến trường”.

Trường hợp bị cấm đến trường	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Người được phát hiện là đã bị lây nhiễm</li> <li>• Người được xác định là người tiếp xúc gần với người bị lây nhiễm</li> <li>• Người tiếp xúc gần với người có các triệu chứng cảm lạnh như sốt v.v...</li> <li>• Người có người nhà sống cùng có các triệu chứng cảm lạnh như sốt v.v... (tại các khu vực mức độ 2 và 3)</li> </ul>
Trường hợp được coi là không cần đến trường	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trường hợp được cho là không nên đến trường đối với các trẻ cần được chăm sóc y tế hay những trẻ có bệnh nền.</li> <li>• Đối với những học sinh có nguyện vọng muốn được nghỉ do thấy lo lắng sẽ bị lây nhiễm, trường hợp được Hiệu trưởng quyết định là có lý do hợp lý khi địa phương đang có số bệnh nhân bị lây nhiễm mà không rõ nguồn lây tăng nhanh v.v... khiến cho phụ huynh cho rằng khả năng lây nhiễm đang tăng cao.</li> </ul>

### ■ Các biện pháp ngăn ngừa lây nhiễm dành cho giáo viên

Các biện pháp ngăn ngừa lây nhiễm dành cho giáo viên cũng được thực hiện tương tự như dành cho học sinh.

### ■ Các biện pháp ngăn ngừa lây nhiễm tại nhà ở tập thể hay ký túc xá

Nhà ở tập thể hay ký túc xá là nơi học sinh sinh hoạt tập thể, có nhiều cơ sở hạ tầng dùng chung v.v... và là nơi có nhiều người cùng sinh hoạt hàng ngày, do đó, cần phải kết hợp với bác sĩ trường học hay các tổ chức liên quan để xem xét và chuẩn bị một cách kỹ lưỡng về các biện pháp quản lý sức khỏe và các biện pháp ngăn ngừa lây nhiễm từ những lúc bình thường tới cách xử lý khi phát hiện ra có người bị lây nhiễm. Những điểm cần lưu ý chính như sau.

(Lúc bình thường)

- Trường hợp phòng dùng chung dành cho ít nhất 2 người, việc đeo khẩu trang thường xuyên trong phòng là điều không thực tế nên cần thực hiện một cách triệt để phép lịch sự khi ho và tránh nói chuyện to tiếng ở khoảng cách gần.
- Không dùng chung khăn lau tay trong nhà vệ sinh.
- Tiến hành khử trùng một cách định kỳ (mỗi ngày vài lần) những chỗ mà nhiều người hay chạm vào như các trang thiết bị dùng chung (máy lọc nước, máy bán hàng tự động v.v...), tủ giày, tay nắm cửa, nơi tiếp xúc trên mặt bồn cầu, cần gạt nước của bồn cầu, tay vịn vòi nước v.v...

(Trường hợp xuất hiện người bị sốt hay không được khỏe)

- Cách ly trong phòng (phòng riêng nếu được).
- Kể cả khi triệu chứng đã đỡ ngay nhưng vẫn cần phải cho ở trong phòng riêng và không được tham gia vào các hoạt động tập thể như hoạt động câu lạc bộ hay sinh hoạt tại khu nhà ở tập thể v.v... cho đến khi qua 2 ngày sau khi đã hết các triệu chứng chính.
- Trường hợp xuất hiện nhiều người bị ốm cùng một lúc (ví dụ như từ 3 người trở lên), cần phải trao đổi với bác sĩ trường học hay cơ sở y tế.

(Trường hợp xuất hiện người có nghi ngờ bị nhiễm virus corona chủng mới)

- Cách ly trong phòng riêng.
- Trường hợp không chuẩn bị được phòng riêng, yêu cầu người đó và những người ở cùng phòng đeo khẩu trang thường xuyên và tiến hành thông gió trong phòng. Giữ khoảng cách trên 1m và hạn chế tối đa việc nói chuyện hay tiếp xúc với nhau.
- Hạn chế hết mức việc sử dụng các khu vực công cộng, nếu sử dụng thì cần tránh khoảng thời gian mà những người ở cùng khác sử dụng, tiến hành khử trùng những đồ vật trước và sau khi người bị nghi ngờ sử dụng.

## Quy trình thực hiện khi phát hiện có học sinh hay giáo viên bị lây nhiễm

【Trường tiến hành liên lạc cho người thành lập, tạm dừng đến trường đối với người bị lây nhiễm v.v...】

Sau khi nhận được thông báo rằng học sinh hay giáo viên đã bị lây nhiễm, trường học sẽ,

- Liên lạc với người thành lập trường, thông báo tình hình hoạt động tại trường của người bị lây nhiễm.
- Trường hợp người bị nhiễm là học sinh thì sẽ áp dụng biện pháp **Tạm dừng đến trường** theo Điều 19 của Luật an toàn sức khỏe trường học.  
Nếu người bị nhiễm là giáo viên thì sẽ tạm cho nghỉ làm.

【Người thành lập trường trao đổi với Trạm y tế】

Người thành lập trường sẽ tiến hành trao đổi với Trạm y tế bao gồm cả việc có cần thiết phải tạm đóng cửa trường học hay không

【Điều tra của Trạm y tế】

Trạm y tế sẽ tiến hành thu thập các thông tin cần thiết (điều tra) để xác định những người tiếp xúc gần. Trường học và người thành lập sẽ cùng hợp tác để thực hiện điều tra trên.

【Người thành lập quyết định xem có cần thiết phải tạm thời đóng cửa trường học hay không】

Dựa trên ý kiến của của Trạm y tế và bác sĩ trường học, người thành lập trường sẽ xem xét xem có cần thiết phải đóng cửa một phần hay toàn bộ trường học hay không.

Trường hợp không thuộc bên phải

- Duy trì các hoạt động giáo dục trường học
  - Tùy theo tình hình, xem xét lại các hoạt động có nguy cơ lây nhiễm cao v.v...
- Trường hợp có người tiếp xúc gần,  
Nếu người tiếp xúc gần là học sinh thì sẽ áp dụng biện pháp **Tạm dừng đến trường**.  
Nếu người tiếp xúc gần là giáo viên thì sẽ tạm cho nghỉ làm.

Trường hợp có khả năng cao là dịch đang lây lan rộng trong trường v.v...

Căn cứ vào điều 20 của Luật an toàn sức khỏe trường học, tạm **đóng cửa một phần** hay toàn bộ trường học

Mô phỏng trường hợp có khả năng cao là dịch đang lây lan rộng trong trường (Ví dụ)

- Có nhiều người bị lây nhiễm không phải là do lây nhiễm trong gia đình
- Người bị lây nhiễm đã tiếp xúc ở khoảng cách gần với nhiều người khác nhau mà không đeo khẩu trang