



Manwal ng Pangangasiwa sa Kalinisan kaugnay sa

COVID-19 sa Paaralan

~ "Bagong Estilo ng Pamumuhay sa Paaralan" ~

(2020.12.3 Ver.5)

[Para sa mga Paaralang may mga Dayuhang Mag-aaral]

Ukol sa Mga Hakbang Laban sa COVID-19 sa Paaralan

■ Ukol sa Pag-iisip hinggil sa Mga Hakbang Laban sa COVID-19 sa Paaralan

Sa paaralan, kasabay ng pagpapasimula ng “bagong estilo ng pamumuhay” kung saan ipinagpapatuloy ang mga pangunahing hakbang laban sa pagkahawa tulad ng pag-iwas sa “3 Cs,” “pagsusuot ng face mask kung hindi makatamo ng sapat na pagitan sa mga tao,” “kalinisan ng kamay tulad ng paghuhugas ng kamay” at iba pa, kinakailangan ang pagsiguro ng masiglang pag-aaral ng mga bata sa pamamagitan ng pagpapatuloy hangga’t maaari ng mga aktibidad na pang-edukasyon tulad ng klase, aktibidad ng club, iba’t ibang kaganapan atbp., habang ginagawan ng mahusay na paraan ang nilalaman ng pag-aaral at nilalaman ng aktibidad batay sa kalagayan ng pagkahawa sa pook.

Kahit naman sa kasong kailangang itaas ang antas ng alerto tulad ng kapag dumarami ang mga nahawang taong hindi matukoy kung paano nahawa sa pook at iba pa, hindi lamang ang pansamantalang pagsasara, kundi aktibo ring talakayin ang posibilidad ng bukod-bukod na pagpasok sa paaralan, pag-aaral online atbp., at magsikap sa pagpapatuloy ng pag-aaral.

At sa saligan ng katotohanang hindi magagawang sero ang peligro ng pagkahawa kahit gaano pa ang isagawang mga hakbang laban sa nakakahawang sakit, mahalaga ang pakikipagtulungan sa Lupon ng Edukasyon at departamentong namamahala sa kalinisan sa loob ng lokal na pamahalaan, at pagtatatag ng sistema ng pangangasiwa sa kalusugan sa paaralan nang nakikipagtulungan sa mga dalubhasa tulad ng doktor ng paaralan, parmasyutiko ng paaralan atbp. upang makatugon nang mabilis at wasto, kung makumpirma ang nahawang tao.

Kung makumpirma ang pagkahawa ng taong may kinalaman sa paaralan, kailangan ang sapat na pagsasaalang-alang at pag-iingat upang hindi maging target ng diskriminasyon, prejudice, pambully, paninirang puri at iba pa ang nahawang tao at mga batang mag-aaral na nagkaroon ng malapit na pakikipag-ugnayan sa nahawang tao.

■ Batayan ng Pagkilos sa Bawat Pook

Batayan ng Pagkilos sa Paaralan batay sa “Bagong Estilo ng Pamumuhay”

| Level ng Pagkahawa sa Pook | Pagsiguro ng Pisikal na Distansya | Aktibidad na Pang-edukasyon na Mataas ang Peligro ng Pagkahawa | Aktibidad ng Club (Aktibidad na Sariling Kusa) |
|----------------------------|--|--|--|
| Level 3 | Hangga't maaari mga 2 m (minimum na 1 m) | Hindi magsagawa | Ilimita sa mga aktibidad na mababa ang peligro ng pagkahawa sa indibidwal o kaunting tao sa loob ng maikling oras |
| Level 2 | Dapat magkaroon ng maximum na pagitan sa loob ng klase nang 1 m ang pamantayan | <p style="text-align: center;">Yugto ng Pagsugpo ↓</p> <p>Unti-unting isagawa mula sa mga aktibidad na mababa ang peligro ng pagkahawa</p> <p style="text-align: center;">Yugto ng Pagkalat ↑</p> <p>Pagtitigil ang mga aktibidad na mataas ang peligro ng pagkahawa</p> | Unti-unting isagawa mula sa mga aktibidad na mababa ang peligro ng pagkahawa, maging masusi ang guro atbp. sa pagtiyak ng kalagayan ng mga aktibidad |
| Level 1 | Dapat magkaroon ng maximum na pagitan sa loob ng klase nang 1 m ang pamantayan | Isagawa matapos gawin ang naaangkop na mga hakbang laban sa pagkahawa | Isagawa matapos gawin ang sapat na mga hakbang laban sa pagkahawa |

* Dapat pagpasyahan ng tagapagtatag ng paaralan kung sumasailalim sa alinman sa Level 1-3 na pook, matapos makipagkonsulta sa departamentong namamahala sa kalinisan sa loob ng lokal na pamahalaan, batay sa kalagayan ng pagkalat ng sakit, kalagayan ng sistema ng pagbibigay ng serbisyong medikal atbp. sa pook.

<Halimbawa ng Proseso ng Pagpasya kung Pampublikong Paaralan (liban sa Pamantasan)>

- (1) Makikipagtulungan ang Lupon ng Edukasyon sa departamentong namamahala sa kalinisan sa loob ng lokal na pamahalaan, gagamitin ang “Sistema ng Impormasyon sa Taong Nag-absent sa Paaralan atbp. at sa Nakahahawang Sakit” (pinatatakbo ng public interest incorporated foundation na Japan Society of School Health) at iba pa, upang matipon ang impormasyon ng pagkahawa sa pook.



- (2) Batay sa kalagayan ng (1), sistema ng pagbibigay ng serbisyong medikal atbp., makikipagkonsulta sa departamentong namamahala sa kalinisan sa loob ng lokal na pamahalaan ukol sa klasipikasyon ng pook.



- (3) Makikipagkonsulta rin sa pinuno (gubernurador o pinuno ng munisipalidad) ang Lupon ng Edukasyon ukol sa klasipikasyon ng pook.



- (4) Batay sa mga nasa itaas, pagpapasyahan ang klasipikasyon ng pook.

Ika-2 Kabanata Ukol sa Mga Pangunahing Hakbang Laban sa COVID-19 sa Paaralan

■ Pamamatnubay sa Mga Batang Mag-aaral

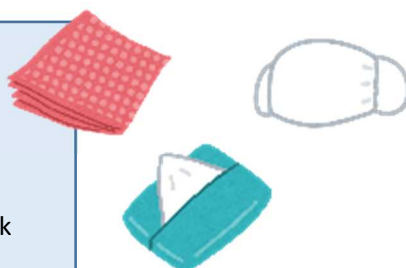
Sa pamumuhay sa paaralan, nagiging malaking peligro ng pagkahawa ang pagkilos ng mga batang mag-aaral sa lugar na hindi naaabot ng paningin ng mga guro o kawani tulad ng oras ng pahinga, pagpasok sa at pag-uwi mula sa paaralan at iba pa. Una sa lahat, kinakailangan ang pagsasagawa ng pamamatnubay upang wastong maunawaan ng mga batang mag-aaral ang nakahahawang sakit na ito, sariling makapagpasya tungkol sa peligro ng pagkahawa, at makakilos upang maiwasan ito.

Ukol naman sa mga batang hindi pa pumapasok sa paaralan, dahil mahirap ang sariling pagsasagawa ng sapat na mga hakbang sa kalinisan, ang taong nasa hustong edad ang gagawa ng pagtulong at pagsasaalang-alang.

At sa mga batang mag-aaral, kakailanganin sa karaniwan ang mga sumusunod na bagay bilang gamit na dadalhin para sa hakbang laban sa nakahahawang sakit.

[Kailangang Gamit na Dadalhin ng Bawat Isa]

- Malinis na panyo at tisyu
- Face mask
- Malinis na vinyl, tela atbp. na paglalagyan ng face mask



■ Pagsasagawa ng Mga Pangunahing Hakbang Laban sa Nakahahawang Sakit

Isasagawa ang pagsisikap batay sa 3 punto ng hakbang laban sa nakahahawang sakit.

- Pag-alis sa pinagmumulan ng pagkahawa
- Pagharang sa daan ng pagkahawa
- Pagpapalakas ng resistensya

(1) Pag-alis sa Pinagmumulan ng Pagkahawa

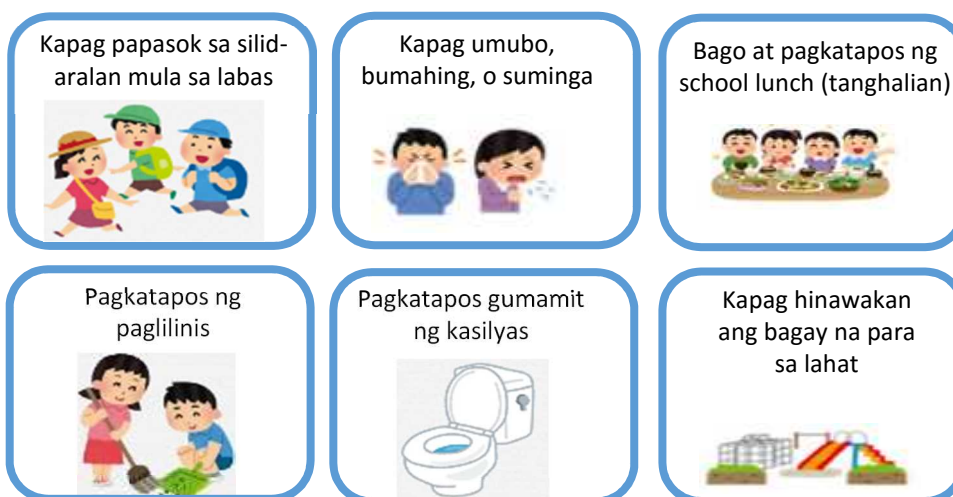
Kung may sintomas ng sipon tulad ng lagnat atbp., maging masusi sa pagpapahinga sa sariling bahay pareho ang mga batang mag-aaral, guro at kawani (sa Level 3 at Level 2 na pook, huwag ding papasukin sa paaralan kung may sintomas ng sipon ang pamilyang kasama sa tirahan).

(2) Pagharang sa Daan ng Pagkahawa

Karaniwang nahahawa sa COVID-19 sa pamamagitan ng pagkahawa sa maliliit na patak, at pagkahawa sa pakikipag-ugnayan. Sa kapaligiran kung saan magkalapit na nakikipag-usap sa maraming tao sa saradong espasyo, itinuturing na may peligro na magkalat ng pagkahawa kahit walang sintomas tulad ng pag-ubo, pagbahing at iba pa. Upang maharangan ang daan ng pagkahawa, mahalaga ang (1) paghuhugas ng kamay, (2) mabuting asal sa pag-ubo, at (3) paglilinis at pagdidisimpekta.

(1) Paghuhugas ng Kamay

6 na Timing ng Paghuhugas



(2) Mabuting Asal sa Pag-ubo



(3) Paglilinis at Pagdidisimpekta

o Mga Puntos para sa Pangkaraniwang Paglilinis at Pagdidisimpekta

- Sa mga lugar na madalas hawakan ng maraming tao (hawakan ng pinto, handrail, switch at iba pa), pagkatapos punasan ng basang basahan 1 beses sa 1 araw, punasan ng basahan o paper towel na binabad sa likidong pandisimpekta.
- Ukol sa mga bagay na ginagamit ng marami tulad ng mga aparato, kagamitan, kasangkapang panlinis at iba pa, patnubayan na hindi isagawa ang pagdidisimpekta sa tuwing paggamit, kundi isagawa ang paghuhugas ng kamay bago at pagkatapos ng paggamit.

(Sanggunian) Mga batang naglilinis ng sariling mesa sa oras ng uwian



o Ukol sa Pagdidisimpekta kung Magkaroon ng Nahawang Tao

- Kung matuklasan ang pagkahawa ng mga batang mag-aaral, guro o kawani, tutukuyin ang saklaw ng aktibidad ng kinauukulang nahawang tao, at didisimpektahin ng pandisimpektang ethanol o likidong pandisimpektang may 0.05% ng sodium hypochlorite ang mga gamit na tinatayang nakontamina (gamit na madalas hinawakan ng kinauukulang nahawang tao).
- Magkakaiba ang panahon ng pananatiling buhay ng virus na kumapit sa ibabaw

ng gamit ayon sa uri ng gamit na kinapitan, ngunit sinasabing mga 24 oras - 72 oras ito, at bilang pagsasaalang-alang sa panahon ng pananatiling buhay, maaari ring pag-isipan ang pamamaraan tulad ng pagbabawal ng pagpasok sa lugar na hindi pa nadidisimpekta at iba pa.

(3) Pagpapalakas ng Resistensya

Papatnubayan na tandaan ang “sapat na tulog,” “katamtamang ehersisyo” at “balanseng pagkain” upang mapalakas ang lakas na di-tablan ng sakit.



■ Pagtugon sa Peligro ng Maramihang Pagkahawa

Sa COVID-19, sa lugar kung saan magkakasama ang 3 kondisyong (3 Cs (Closed, Crowded, Close-contact))

- Saradong espasyo kung saan masama ang daloy ng hangin
- Siksik na lugar kung saan nagtitipon ang maraming tao
- Malapitang sitwasyon kung saan magkalapit na nag-uusap o nagsasalita

sinasabing tumataas ang peligro ng maramihang pagkahawa. Dapat lamang na iwasan ang lugar kung saan sabay na magkakasama ang 3 kondisyong ito, ngunit kahit hindi magkakasama ang 3 Cs, itinuturing na kanais-nais ang pag-iwas sa bawat C hangga't maaari upang mabawasan ang peligro.

(1) Pag-iwas sa "Sarado" (pagiging masusi sa pagpapadaloy ng hangin)

Sa pagpapadaloy ng hangin, gawin palagian hangga't maaari ayon sa klima, o kung mahirap ito, madalas na (ganap na buksan ang bintana sa loob ng mga ilang minuto 1 beses o higit pa tuwing 30 minuto) buksan nang sabay ang bintana sa dalawang direksyon. Hindi naman kinakailangang buksan nang malawak ang bintana habang may klase, ngunit dahil magkakaiba ang antas ng daloy ng hangin ayon sa klima, panahon, pagkakaayos ng silid-aralan at iba pa, ayon sa pangangailangan, makipagkonsulta sa parmasyutiko ng paaralan atbp. ukol sa paraan ng pagpapadaloy ng hangin.

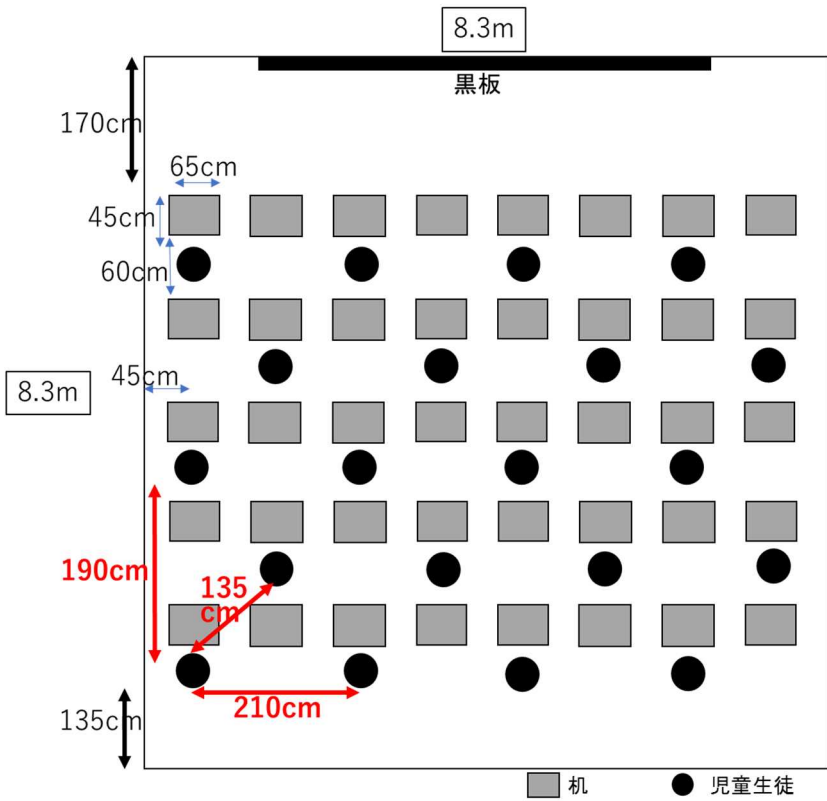
(2) Pag-iwas sa "Siksik" (pagsiguro ng pisikal na distansya)

Inirerekomenda sa "bagong estilo ng pamumuhay" ang paglalaan ng 2 metro

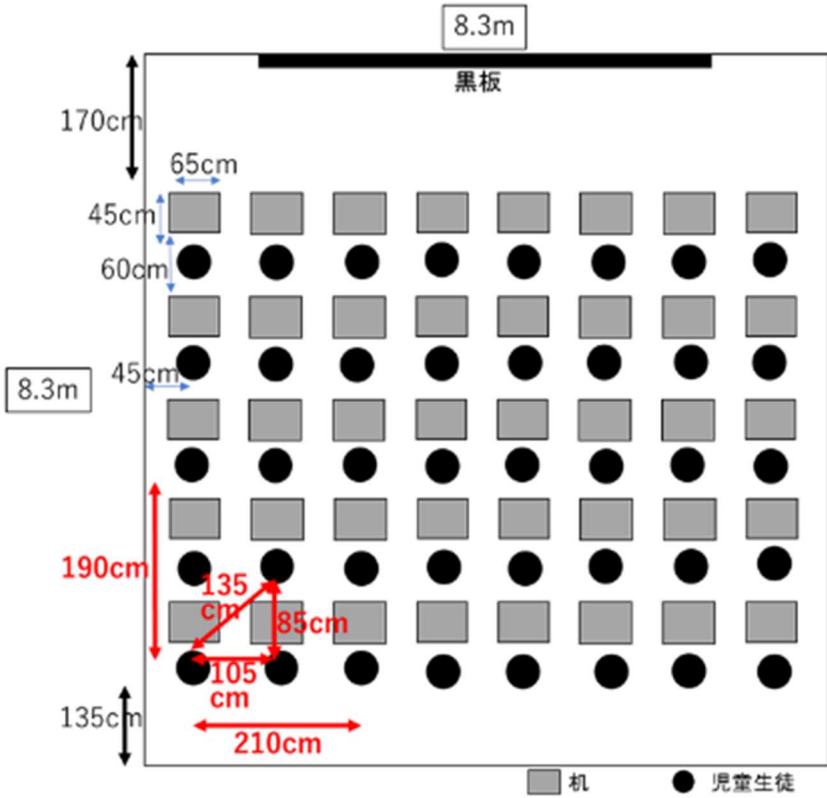
hangga't maaari (minimum na 1 metro) na pagitan sa ibang tao. Kahit sa pook kung saan panandaliang nasugpo ang pagkahawa, lugar pa ring madaling maging "3Cs" ang paaralan, at mahalaga ang pagsiguro ng pisikal na distansya hangga't maaari.

Sa pook kung saan nakumpirma ang maraming bagong nahawang tao at nahawang taong hindi matukoy kung paano nahawa, dahil tataas din ang pangangailangan ng masusing pag-iwas sa "3 Cs," sa Level 3 na pook, kailangang unahin sa lahat ang pagsiguro ng pisikal na distansya at magsagawa ng mahusay na paraan tulad ng pagpapasimula ng hiwa-hiwalay na pagpasok sa paaralan.

(Sanggunian) Level 3 na Pook (Halimbawa ng 20 katao sa 1 klase)



(Sanggunian) Level 1 at 2 na Pook (Halimbawa ng 40 katao sa 1 klase)



(3) Pagtugon sa "Malapitang" Sitwasyon (Pagsusuot ng Face Mask)

(1) Ukol sa Pagsusuot ng Face Mask

Sa mga aktibidad na pang-edukasyon sa paaralan, itinuturing na **dapat magsuot ng face mask kapag hindi makatamo ng sapat na pisikal na distansya** ang mga batang mag-aaral, guro at kawani.

Subalit hindi kailangang magsuot ng face mask sa mga sumusunod na kaso:

1) Kung makakasiguro ng sapat na pisikal na distansya, hindi kailangang magsuot ng face mask.

2) Sa araw na mataas ang temperatura, halumigmig at heat index (WBGT)¹, tanggalin ang face mask dahil may panganib na magdulot ng pinsala sa kalusugan tulad ng heatstroke at iba pa.

* Ukol sa pagtanggap ng face mask, mahalaga ang pagtugon nang natutugma sa aktuwal na lugar, batay sa pamamaraan ng aktibidad, kalagayan ng mga batang mag-aaral at iba pa.

*** Kapag nakaramdam ang mismong mga batang mag-aaral ng hirap sa paghinga dahil sa init, patnubayan upang makagawa ng nararapat na pagtugon sa sariling pagpasya tulad ng pagtatanggal ng face mask, paghinga habang pansamantalang nakasabit sa isang tainga lamang, at iba pa.**

*** Ukol sa mga batang hindi pa pumapasok sa paaralan, mahalaga ang sapat na pag-iingat ng guro, kawani at magulang o tagapag-alaga kung nakasuot ba nang wasto ang face mask, at kung hindi ba sila nahihirapan sa paghinga dahil sa pagsusuot ng face mask.**

3) Sa klase ng pisikal na edukasyon, hindi kailangan ang pagsusuot ng face mask. Subalit sa kalagayang hindi makatamo ng sapat na pisikal na distansya, at kung walang peligro na hindi makahinga nang sapat o makaranas ng heatstroke, magsuot ng face mask.

(Sanggunian) Ukol sa Paggamit ng Face Shield at Mouth Shield

¹ Palatandaan ang heat index (WBGT) na nagpapahiwatig ng tindi ng init kung saan inilangkap ang 3 elemento ng temperatura, halumigmig at init mula sa sinag ng araw, na maiuugnay sa pagdulot ng heatstroke.

Sinasabing ukol sa bisa ng pag-iwas sa pagkahawa ng face shield at mouth shield, mahina ang bisa kung ihahambing sa face mask, at kung magpapalipas ng oras sa loob ng paaralan gamit ang mga ito lamang, magpanatili ng pisikal na distansya.

(2) Ukol sa Pangangasiwa sa Face Mask

Kapag tatanggalin ang face mask, iipit sa hinlalaki at hintuturo ang goma o tali at tanggalin, huwag hawakan ang ibabaw ng face mask hangga't maaari upang hindi makapitan ng virus atbp. ang mga daliri, tiklupin paloob at ilagay sa malinis na vinyl o tela atbp. upang mapanatili itong malinis.

Kapag ibabasura rin ang face mask, huwag hawakan ang ibabaw ng face mask kundi ilagay ito sa vinyl na supot atbp., itali ang bunganga ng supot at isara nang mabuti bago ibasura.

■ **Pangangasiwa sa Pagsususpende ng Pasok atbp.**

Sa mga sumusunod na kaso, hindi ituturing na pag-absent, kundi itatala bilang “pagsususpende ng pasok” pati na rin sa talaan ng pamamatnubay.

| | |
|---|--|
| <p>Kasong ipagbabawal ang pagpunta sa paaralan</p> | <ul style="list-style-type: none"> · Taong natuklasan ang pagkahawa · Taong tinukoy bilang taong nagkaroon ng malapit na pakikipag-ugnayan sa nahawang tao · Taong nakikitaan ng sintomas ng sipon tulad ng lagnat atbp. · Taong nakikitaan ng sintomas ng sipon tulad ng lagnat atbp. ang pamilyang kasama sa tirahan (sa Level 2 o 3 na pook) |
| <p>Kasong ituturing na hindi kailangang pumunta sa paaralan</p> | <ul style="list-style-type: none"> · Kung pinagpasyahang hindi dapat pumasok sa paaralan ang batang nangangailangan ng medikal na pag-aalaga o batang may underlying disease · Ukol sa mga batang mag-aaral na nagkaroon ng konsultasyon na nais ipag-absent dahil sa pag-aalala sa pagkahawa, kung magpasya ang prinsipal ng paaralan na may makatuwirang dahilan para maisip ng mga magulang o tagapag-alaga na tumataas ang posibilidad ng pagkahawa dahil pook kung saan biglang dumadami ang mga pasyenteng hindi nalalaman kung paano nahawa |

■ **Mga Hakbang Laban sa Nakahahawang Sakit ng Mga Guro at Kawani**

Magsasagawa rin ang mga guro at kawani ng mga hakbang laban sa nakahahawang sakit katulad ng mga batang mag-aaral.

■ **Mga Hakbang Laban sa Nakahahawang Sakit sa Dormitoryo at Boarding House**

Lugar ang dormitoryo at boarding house kung saan namumuhay nang maramihan ang mga batang mag-aaral, marami ring pasilidad at iba pang ginagamit ng marami, at dahil lugar ito kung saan malaking bilang ng tao ang namumuhay sa araw-araw, kinakailangang talakayin kasama ng doktor ng paaralan at kinauukulang ahensya ukol sa pangangasiwa sa kalusugan at mga hakbang laban sa nakahahawang sakit mula sa karaniwan, at pagtugon sa oras na magkaroon ng nahawang tao, at maghanda nang may sapat na pag-iingat. Ang sumusunod ang mga pangunahing puntong dapat isaalang-alang.

(Normal na Panahon)

- Kung ginagamit ang silid ng 2 o higit pang tao, dahil hindi praktikal ang palagiang pagsusuot ng face mask sa loob ng sariling silid, maging masusi sa mabuting asal sa pag-ubo at iwasan ang magkalapit at malakas na boses sa pag-uusap.
- Huwag gamitin ng maraming tao ang tuwalyang pampunas ng kamay sa kasilyas.
- Isagawa ang regular (makailang beses sa 1 araw) na pagdidisimpekta ng mga kagamitang ginagamit ng maraming tao (dispenser ng tubig, vending machine at iba pa), lalagyan ng mga sapatos, hawakan ng pinto, hinahawakang bahagi ng inodoro, pang-flush ng inodoro, hawakan ng gripo at iba pang bahaging madalas hinahawakan ng maraming tao.

(Kung nagkaroon ng taong may lagnat o masamang kalagayan ng katawan)

- Ibukod sa loob ng silid (pribadong silid kung maaari).
- Kahit na gumaan kaagad ang mga sintomas, panatilihin sa pribadong silid atbp. hanggang lumipas ang 2 araw pagkatapos mawala ang mga pangunahing sintomas, at huwag pasalihin sa mga aktibidad ng maramihan tulad ng aktibidad ng club, aktibidad sa pamumuhay sa dormitoryo atbp.
- Kung nagkaroon ng higit sa isang taong may masamang kalagayan ng katawan (halimbawa, 3 o higit pa) nang magkasabay, makipagkonsulta sa doktor ng paaralan o sa medikal na institusyon.

(Kung nagkaroon ng pinaghihinalaang kaso ng COVID-19)

- Ibukod sa pribadong silid.
- Kung hindi makasiguro ng pribadong silid, palagiang pasuotin ng face mask ang mismong tao at taong kasama sa silid, at magsikap sa pagpapadaloy ng hangin sa kuwarto. Panatilihin ang distansya ng 1 m o higit pa, at iwasan hangga't maaari ang pag-uusap at pakikipag-ugnayan.
- Hangga't maaari huwag gamitin ang espasyong ginagamit ng maraming tao, at kung gagamitin, iwasan ang oras ng paggamit ng ibang taong nakatira, at isagawa ang pagdidisimpekta ng kinauukulang gamit bago at pagkatapos gamitin ng pinaghihinalaan.

Daloy kung Matuklasan ang Pagkahawa ng Mga Batang Mag-aaral, Guro o Kawani

[Komunikasyon sa Tagapagtatag mula sa Paaralan, Pagsususpende ng Pasok ng Nahawang Tao atbp.]

Kapag nakatanggap ang paaralan ng komunikasyon na nahawa ang mga batang mag-aaral, guro o kawani,

- Maghahatid ng komunikasyon sa tagapagtatag, at ipapaalam ang kalagayan ng aktibidad sa loob ng paaralan ng nahawang tao.
- Kung batang mag-aaral ang nahawang tao, hakbang ng pagsususpende ng pasok alinsunod sa Artikulo 19 ng Batas hinggil sa Kalusugan at Kaligtasan sa Paaralan. Kung guro o kawani ang nahawang tao, hindi papapasukin sa trabaho.

[Konsultasyon sa Pampublikong Sentro ng Kalusugan mula sa Tagapagtatag]

Kabilang ang pangangailangan ng pagpapatupad ng pansamantalang pagsasara, magkokonsulta ang tagapagtatag sa pampublikong sentro ng kalusugan.

[Pagsusuri ng Pampublikong Sentro ng Kalusugan]

Magtitipon ang pampublikong sentro ng kalusugan ng kinakailangang impormasyon (pagsusuri), at isasagawa ang pagtukoy atbp. sa taong nagkaroon ng malapit na pakikipag-ugnayan.

Makikipagtulungan ang paaralan at tagapagtatag sa pagsusuring nakasulat sa itaas.

[Pagpapasya ng Tagapagtatag kung Kailangan o Hindi ang Pansamantalang Pagsasara]

Tatalakayin ng tagapagtatag kung kailangan o hindi ang pansamantalang pagsasara ng buong paaralan o bahagi nito, batay sa opinyon ng pampublikong sentro ng kalusugan, payo ng doktor ng paaralan atbp.

Kung liban sa nasa kanan

· Ipagpapatuloy ang mga aktibidad na pang-edukasyon sa paaralan

- * Ayon sa kalagayan, muling pagsusuri atbp. ng mga aktibidad na mataas ang peligro ng pagkahawa
- Kung may taong nagkaroon ng malapit na pakikipag-ugnayan

Kung batang mag-aaral ang taong nagkaroon ng malapit na pakikipag-ugnayan, hakbang ng pagsususpende ng pasok.

Kung guro o kawani ang nagkaroon ng malapit na pakikipag-ugnayan, hindi papapasukin sa trabaho.

Kung mataas ang posibilidad na kumalat ang pagkahawa sa loob ng paaralan atbp.

Pansamantalang pagsasara ng buong paaralan o bahagi nito alinsunod sa Artikulo 20 ng Batas hinggil sa Kalusugan at Kaligtasan sa Paaralan

Paglalarawan ng kasong mataas ang posibilidad na kumalat ang pagkahawa sa loob ng paaralan (halimbawa)

- Nagkaroon ng maraming nahawang taong hindi nahawa sa loob ng tahanan
- Nagkaroon ng magkalapit na pakikipag-ugnayan nang hindi nakasuot ng face mask sa pagitan ng nahawang tao at hindi matukoy na maraming tao