

令和3年4月5日

大学院生及び学部生 各位

保健室

新型コロナウイルス感染症について

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するため、授業の実施にあたり、以下のことに留意してください。不明な点がございましたら、保健室へご連絡ください。

記

1. 登校前に体温測定等の健康観察を行い、発熱(微熱も含む)や風邪症状(咽頭痛、咳、倦怠感、鼻水、頭痛など)、味覚・嗅覚の異常のある場合は、登校せずに必ず大学へ電話連絡し、登校について確認を行ってください。

また、学内で症状が出た場合は、速やかに帰宅をお願いします。感染拡大防止のため、帰宅の際は公共交通機関を利用せず、できる限り同居者等の送迎をお願いしています。迎えが来るまでの間、指定の場所に待機していただきますので保健室へご連絡ください。

2. 濃厚接触者に指定された場合やPCR検査を受検した場合、同居者が濃厚接触者に該当したなど、新型コロナウイルス感染症への感染が疑われる場合等には、必ず大学へ連絡し、登校を確認してください。

1.2 の場合は、学校保健安全法に基づき、出席停止となっています

3. 手洗い、マスク着用など基本的な感染対策を行うこと。 ※裏面参照
4. 免疫力を高めるため、十分な睡眠、適度な運動やバランスの取れた食事を心がけましょう。
5. 基礎疾患がある等、新型コロナウイルス感染症が重症化しやすい可能性のある方は、特に感染症予防に留意するとともに、必要に応じて主治医等と相談してください。また、登校に不安のある方は、保健室へご相談ください。
6. 公共交通機関(特に高速バス)を利用する方は、乗車中は会話を控え、車中では食事をとらないようにしてください。また、降車後、学内に入る際は手洗いまたはアルコール消毒を徹底すること。
7. 人が集まるイベントや会食への参加は自粛し、感染リスクを下げる行動をお願いします。
8. 今後、感染状況によっては厳しい行動制限等をお願いする可能性もあります。大学からのメールやホームページを確認するようにしてください。

【基本的な感染症対策】

- ・ マスクの着用
- ・ 手洗いまたは、手指消毒の徹底
- ・ 人と人の距離はできるだけ2m(最低1m)離れる
- ・ 食事の際は対面を避け、会話を控える
- ・ 「3密」を避ける、大声を出さない
- ・ 感染リスクが高まる「5つの場面」に気をつける ※下図参照

感染リスクが高まる「5つの場面」

場面① 飲酒を伴う懇親会等

- ・ 飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- ・ 特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- ・ また、回し飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。



場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- ・ 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事に比べて、感染リスクが高まる。
- ・ 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



場面③ マスクなしでの会話

- ・ マスクなしに近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- ・ マスクなしでの感染例としては、昼カラオケなどでの事例が確認されている。
- ・ 車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。



場面④ 狭い空間での共同生活

- ・ 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- ・ 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。



場面⑤ 居場所の切り替わり

- ・ 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることもある。
- ・ 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。



新型コロナウイルス感染症対策分科会「忘年会・新年会・成人式等及び帰省についての提言」より

【各相談案内】

1. 今般の新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受け、家計が急変された方などを対象とした様々な修学支援制度があります。定められた条件を満たすことで支援を受けることができますので、学生支援課へご相談ください。
2. 新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、不安やストレスを抱えた場合、厚生労働省より、心のケアに関する相談窓口についての情報があります。大学の相談窓口とあわせて是非、参考にしてください。
 - ・ 本学学生相談室……………「学生相談室のご案内」を確認ください。
 - ・ 各自治体(都道府県)相談窓口 ……精神保健福祉センター等において、保健師・精神保健福祉士等の専門職が、面接や電話等により、新型コロナウイルス感染症のことが不安で眠れないといった悩みの相談を受け付けています。

参考

[メンタルヘルスに関する情報サイト](#)

- ・ みんなのメンタルヘルス総合サイト(厚生労働省)
- ・ コロナ心の支援情報(国立精神・神経医療研究センター)