

2020年7月10日

学生各位

学長 祖父江 憲治

夏期休暇に係る注意喚起について【通知】

新型コロナウイルス感染症については、自粛要請等の緩和が段階的に行われているところですが、大都市圏での感染者数の増加が連日報告されております。

学生諸君におかれましては、これから夏期休暇を迎えるにあたって帰省することなどにより、感染リスクが高まることを懸念しております。本学としては、「新しい生活様式」を参考に感染予防に努めること、特に下記の注意事項等を遵守するよう通知します。

記

【夏期休暇中の注意事項等】

- 県外への外出中（帰省含む）および帰県後14日間は、
自己検疫（毎朝の検温、症状の有無の確認）を行うこと。
- 感染が流行している地域への旅行は控えること。
- 海外への渡航は当面禁止とする。
- 「べからず5か条（集合・近接・接触・共有・飛沫を発生させること）」を遵守すること。
- 飲食を伴う会合は控えること。
- 外出時や公共交通機関の利用時等は、マスクを着用すること。
- 厚生労働省の「新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）」の使用を勧奨する。
- 医療系大学の学生としての自覚をもち、アンプロフェッショナルな行動は厳に慎むこと。
- 新型コロナウイルス感染症と診断された場合および濃厚接触者となった場合は、
速やかに健康管理センターへ連絡すること。

以上

「新しい生活様式」の実践例

(1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、**できるだけ2m（最低1m）**空ける。
- 遊びにいくなら**屋内より屋外**を選ぶ。
- 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**。
- 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、**症状がなくてもマスク**を着用
- 家に帰ったらまず**手や顔を洗う**。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- 手洗いは30秒程度**かけて**水と石けんで丁寧に**洗う（手指消毒薬の使用も可）

※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- 地域の感染状況に注意する。

(2) 日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに**手洗い・手指消毒**
- 咳エチケットの徹底
- こまめに換気
- 身体的距離の確保
- 「**3密**」の回避（**密集、密接、密閉**）
- 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



(3) 日常生活の各場面別の生活様式

買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

(4) 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務
- 時差通勤でゆったりと
- オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン
- 名刺交換はオンライン
- 対面での打合せは換気とマスク

※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成