

新型コロナウイルス感染症について

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

- ① □人との間隔は、**できるだけ2m（最低1m）**空ける
 - 人混みや近距離での会話、多数の者が集まる室内において大きな声を出すことを避ける
 - 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**
- ② □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着用する**
- ③ □登校し校内に入ったら、**まずは手を洗う**
 - 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）

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無理せず自宅療養

新型コロナウイルス感染症についての相談・受診の目安

1. 相談・受診の前に心がけていただきたいこと

★発熱等の風邪症状がみられるときは、学校やアルバイト等を休み外出を控えて、大学に連絡してください

★基礎疾患（持病）をお持ちの方で症状に変化がある方、新型コロナウイルス感染症以外の病気が心配な方は、まずはかかりつけ医等に電話でご相談ください

2. 帰国者・接触者相談センター等にご相談いただく目安

★少なくとも以下のいずれかに該当する場合は、すぐにご相談ください

①息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の症状のいずれかがある場合

②重症化しやすい方（※）で、発熱や咳などの比較的軽い風邪症状がある場合

（※）高齢者・糖尿病・心不全・呼吸器疾患（COPD）等の基礎疾患がある方や透析を受けている方・免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方

★上記以外の方で、発熱や咳など比較的軽い風邪症状が続く場合（症状が4日以上続く場合は必ずご相談ください。症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合にはすぐに相談してください。解熱剤を飲み続けなければならない方も同様です）

上記に該当する場合や、新型コロナウイルス感染症に罹患した疑いがある場合や罹患した場合、濃厚接触者の疑いのある場合は、**必ず大学に連絡**してください。