

新型コロナウイルス感染症について注意喚起

学生部 健康サポートセンター 保健室

新型コロナウイルス感染症については、公的機関の関連情報ウェブサイト等からの最新の正確な情報を入手し、予防措置等を継続してください。

大学からの情報は、ホームページや Web Campus・メールを定期的に確認してください。

1. 日常の健康管理について

① 人込み（濃厚接触）を出来るだけ避けましょう

無症状でも感染しているケースがあり、当面、不要不急の外出は控えてください。

外出する場合は、「換気の悪い密閉空間」「多数が集まる密集場所」

「間近で会話や発声する密接場面」を避けましょう。

必要な感染予防対策をせずに手で触れることや、お互いに手を伸ばしたら届く距離（目安として1メートル）で15分以上の接触があった場合は、濃厚接触と考えられます。

濃厚接触となりやすい場面を避けましょう。

② 咳エチケットが重要

飛沫感染を防ぐために、くしゃみや咳が出る場合はマスクを装着しましょう。

咳エチケット：咳・くしゃみをする際、マスクやティッシュ・ハンカチ等で口や鼻を押さえること。

③ 手洗いが重要

建物に入る時、外出後、トイレ後、食事前、調理の前後には、手洗いや手指消毒剤により衛生を保ちましょう。

また、共有するものや不特定多数の人が触れる場所は、こまめに消毒してください。

④ 換気を行いましょう

密閉空間に長時間滞在する場合は、空気中に含まれるウイルスで感染の可能性もあり、こまめな換気を行ってください。

⑤ 体調を崩さないために大事なこと

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るなど免疫力を高め、毎日自分の健康観察をこちらの[「健康チェック表」](#)を活用しながら行ってください。

⑥ 海外渡航について

海外渡航や旅行は、見直し（中止）することを強く推奨します。（外務省ホームページより）

2. 発熱等の症状がある場合の相談・受診の流れ

- ① 発熱等の症状が出た場合には、まずはかかりつけ医等の地域で身近な医療機関に、電話相談してください。
- ② 相談する医療機関に迷う場合には、「帰国者・接触者相談センター」に相談してください。
- ③ 以下のいずれかに当てはまる場合には、すぐに相談してください。
 - ☆息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱などの強い症状のいずれかがある場合
 - ☆重症化しやすい方（※）で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
（※）高齢者・糖尿病、心不全、呼吸器疾患など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を用いている方・妊婦の方
 - ☆上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合
（症状が4日以上続く場合は必ず相談してください。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。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です。）
- ④ 帰国者・接触者相談センターから医療機関を紹介された場合は、その指示に従ってください。

3. 新型コロナウイルス感染症に感染、または濃厚接触の疑いがある場合

- ① 診断の結果、新型コロナウイルスに感染していることが確認された場合は、登校せずに速やかに大学保健室に電話で連絡をしてください。
- ② 新型コロナウイルス感染症が疑われる者と同居あるいは長時間の接触（車内・航空機内等を含む）があった場合、手で触れることの出来る距離（目安として1メートル）で必要な感染予防策なしで、患者（確定例）と15分以上の接触があった場合（周辺の環境や接触の状況等個々の状況から患者の感染性を総合的に判断する）は、帰国者・接触者相談センターに相談するとともに大学保健室に電話で連絡をしてください。

4. 感染危険レベル1以上の地域からの帰国者について

- ① 帰国後、速やかに保健室に連絡をしてください。
- ② 帰国後から2週間は、体温を朝晩2回測り健康観察するとともに自宅待機してください。
- ③ 「体調管理チェック表」をメールで送りますので、記入をお願いします。
全て記入した後は、保健室（hoken@kufs.ac.jp）へメール添付で必ず提出してください。
- ④ 症状が出ずに、2週間経過した場合は経過観察が終了となります。
- ⑤ 帰国日の前後に発熱かつ呼吸器症状がある場合は、最寄りの帰国者・接触者相談センターに連絡してください。指示された医療機関で受診し、その結果を本学保健室へ連絡してください。

5. 連絡先

保健室：075-322-6024 / hoken@kufs.ac.jp