

# 尚絅学院大学 COVID-19 感染防止ガイドライン 改訂版(10月)

## 次に該当する学生は学内への立ち入りを行わず、学生生活課に連絡すること

学生生活課 Tel.:022-381-3307、mail: gakusei@shokei.ac.jp

- ・ 海外から帰国し、帰国後 14 日間以内の者
- ・ 1 ヵ月以内にクラスターの発生が確認された場所に、最近 14 日以内に立ち寄った者
- ・ 自身が PCR 検査等を受け、陽性が確認された者（保健所の指示に従うこと）
- ・ 陽性が確定した者との濃厚接触者となった者、および接触確認アプリ COCOA により接触確認通知があった者（保健所の指示に従うこと・・・濃厚接触者の場合は PCR 検査で陰性の場合も（濃厚接触が疑われる日から）14 日間の外出の自粛と健康観察を要する）

尚、陽性が確定した人との濃厚接触者となった人との濃厚な接触があった場合（同居する方が濃厚接触者となった場合等）については、濃厚接触者の PCR 検査が確定するまでは**自宅待機とし、外出を控え、学生生活課に連絡**すること。PCR 検査の結果、陽性が確定した場合は自身が濃厚接触者となるため、登校せず保健所の指示に従うこと。PCR 検査の結果、陰性であった場合は、**濃厚接触者となった人の健康状態に留意**しつつ、通常よりも体温測定などの回数を増やすなど自身の**体調の確認**や、**他者との接触を慎む**など感染防止に留意の上、登校して結構です。ただし、濃厚接触となった方あるいは本人に発熱や風邪に似た症状が少しでも現れた場合は、外出をしないで自宅療養に努めること。（濃厚接触者となった人に症状が現れた場合は保健所等へ連絡する必要があります）

また、発熱、倦怠感など COVID-19 の症状がある者、並びにそのような症状のある人と濃厚接触があった者は、自宅療養に努め外出・登校は自粛すること（ただし PCR 検査等を受けて陰性が確認された場合は医師等の指示に従うこと）

## 感染防止のための以下のチェック項目を確認し、十分に留意して行動すること

### □ 濃厚接触者にならないことを意識した行動に努めること：

**濃厚接触者の定義：** 新型コロナウイルス感染症の患者と感染可能期間\*<sup>1</sup>に接触した者のうち、次の範囲に該当する者(抜粋)

- ① 同居あるいは長時間の接触（車内・航空機内等を含む）
- ② 手で触れることのできる距離（目安として 1m）で、必要な感染予防策なしで、陽性者と 15 分以上の接触があった者（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）

\*<sup>1</sup>：COVID-19 を疑う症状を呈した 2 日前から隔離開始までの間

無症状病原体保有者の場合は、陽性確定に係る検体採取日の 2 日前から入院、自宅や施設等待機開始までの間

- ### □ 3密防止の徹底：
- ・ 密閉空間をつくらない・・・換気の徹底（概ね、通常の授業等においては 60 分ごとに 10 分、あるいは 30 分ごとに 5 分、あるいは常時窓やドアの一部を開け換気扇をつけて換気）
  - ・ 密集しない・・・社会的距離（できるだけ 2 m 以上、着席の場合は 1 m 以上）を保つ
  - ・ 密接の防止・・・至近距離（1 m 以内）および連続して長時間（10 分以上）の会話はしない  
短時間の会話の場合でも 1 m 以上の距離をとり対面は避ける  
長時間の会話の場合、シールド越し、または 2 m 以上距離をとり極力対面は避ける

\* 屋外で 2 m 以上の空間を空けている場合は、マスクを外してもよいが、その場合、会話・発声・激しい運動は慎むこと。

- **衛生管理の徹底**： ・ 外出の際の**マスクの着用、こまめな手洗い・手指の消毒**の徹底
- ・ 学内外を問わず、複数の人が触れる可能性があるものに触れた場合は、消毒をしないまま顔（目、口、鼻）に触れないように注意すること。
  - ・ 痰やつばなどを路上等へ吐き出さない。
  - ・ マスクや痰・鼻をかんだティッシュをそのまま放置しない。

**マスクや痰・鼻をかんだティッシュの廃棄**： マスクの面に直接触れないように紐の部分を持ち、ビニール袋などに入れ、できる限り空気を抜いてから、縛るなどしっかり封をしてゴミ袋などに入れる。鼻水や痰等が付着したティッシュ等も同様にして廃棄する。廃棄後は、必ず手洗いや手指の消毒を行う。

<外出時の鼻水や痰等が出た場合に備え、ティッシュや除菌シート、およびビニール袋等を携行しておく>

\* フェイスシールドやマウスシールドなどの飛沫拡散に対する防止効果は限定的なため、(少なくとも屋内では)マスクを着用することを原則とする。

- **体調把握の徹底**： ・ 学生生活課で作成した**体調チェックシート**を活用し、継続的に体温と体調を把握する。
- 学内に入構する場合は、体調チェックシートに原則として**入構前の 2 週間(少なくとも 1 週間)前**から記録していることが必要(求めに応じ提示しなければならない)。
- 平熱は個人により異なるため**チェックシートで平熱を把握**したうえで**発熱\*<sup>2</sup>** がある場合は**外出・登校を控え自宅療養に努めること**。

\*<sup>2</sup>： 体温には個人差があり、また気温などの外部環境や、測定される人の運動状況や、検温する時刻、食事などによっても異なってくる。通常およそ 1℃ 弱の変動はあるため、その範囲を超えた発熱があった場合（平均的な体温は 36℃ 後半なので一般的には 37.5℃ 以上で発熱とされている）。

○ **少なくとも以下のいずれかに該当する場合には、すぐにかかりつけの医療機関等\*<sup>3</sup>へ電話で相談すること。**

☆ **息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱等の強い症状**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(COPD 等)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の症状が続く場合**

(**症状が 4 日以上続く場合は必ず相談**かかりつけの医療機関等へ相談すること。症状には個人差があるので、強い症状と思う場合にはすぐに相談すること。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です。)

**\* 医療機関等へ相談した場合は、学生生活課にも連絡すること。**

これまでもときどき症状が現れる場合があった方は、その症状の変化(重篤さやほかの症状の有無など)も含めて判断の上、かかりつけ医などに相談をする。

尚、一時的に、平熱より体温が少し高くなり(例えば、平熱 36℃ 台の方で、37.0~37.4℃ 程度)、すぐに平熱に戻った場合は、および「**解熱薬を使用しない状態での解熱が確認でき、または、症状が改善して、それが 48 時間以上継続した状態**」の場合は、通常よりも体温測定などの回数を増やすなど**体調の確認**や、**他者との接触を慎む**など感染防止に留意の上、登校して結構です。

また、平熱より少し高い熱(例えば平熱 36℃ 台の方で、37.0~37.4℃ 程度)の日は数日間続いた場合は、医療機関を受診したうえで、**健康上問題がないことが確認**できた場合は登校して結構です。

\*<sup>3</sup>： 発熱等の症状がある場合の相談・受診の流れが 10 月より変更

① まずはかかりつけ医等の地域で身近な医療機関に電話で相談

② 相談する医療機関に迷う場合は「**受診・相談センター**」(宮城県・仙台市健康相談窓口)に相談する

□ 教室・施設等の利用のルールを守ること：

- ・ 不測の事態が生じた場合に対応するため、教室の利用については、原則として**受講する授業の教室のみ**を利用することとし、空き教室などを無断で利用しないこと。
- ・ 教室や食堂などを利用する場合は、**机・テーブル・椅子などを移動させたりしない**こと。
- ・ **食事中は会話を行わない**こと。また、食事をしている人がいる近くで会話したり、騒いだり、埃を立てるような行為は行わないこと。
- ・ 食堂や生協、事務室などで、列に並ぶときは**一定の距離**(少なくとも 1 m 以上)を開け、**対面状態での会話は行わない**こと。
- ・ 学内では**静穏な環境**を保つこと(学内で大きな声や奇声を出さない、騒がない)。
- ・ 学生は、教員研究室内へ立ち入らないこと。

□ 課外活動等における感染防止策の作成と徹底：

- ・ 課外活動などで学内施設・設備を利用する場合は、**活動内容および活動内容に準拠した感染防止策等**(利用した施設、設備の消毒を含む)を記入した**申請書**を、原則として**利用の 1 週間前までに、顧問等の承認**を得た上で「**学生生活課**」に提出し、許可を得ること。許可を得た活動を行う場合は、**感染防止策を参加者全員が共有・確認の上、遵守**すること。また、学外での活動(大会、イベントなど)についても同様に申請を行うこと。
- ・ 申請に際し、**感染リスクの高い活動(大きな発声や身体活動を伴う活動など)**を実施する場合は、当該活動の関わる協会・団体等が出している**感染防止ガイドライン等を参照**の上、実際の活動内容に照らし、**実効性のある感染防止対策**を作成すること。尚、**感染リスクの高い活動**の場合は**ウイルスを持ち込まない対策**が特に重要となるため、普段からの感染防止対策の徹底が特に求められる。

- \* 活動においては、万が一感染が確認された場合に備え、**活動日ごとの参加者を確認**できるようにしておくことが求められる。また、学生の責任者を決め、その責任者が、活動中の感染防止策が遵守されているかをその都度確認し、必要に応じて大学に報告できるようにしておくこと。グループに分かれて活動する場合も、グループ内の責任者を決めて活動すること。

□ 普段からの感染防止対策の徹底：

- ・ 厚生労働省の**感染確認アプリ COCOA** をダウンロードの上、活用すること(強く推奨)。
- ・ **感染リスクの高い行為・行動**(マスクをしない状態での会話やカラオケ、感染防止対策をしていない状態での会食、比較的長い時間(60 分以上)の会話等を伴う飲食(飲み会など)、マスクをした状態においても密閉された状態で大きな声で会話する等)を行わないことや、**感染リスクの高い場所**(長時間 3 密状態となる場所、クラスターが発生した場所、新規感染が一定以上発生している場所など)へ立ち入らないことなどを心がけること。
- ・ 普段からの**健康管理**に努めること(規則正しい生活、十分な休息・睡眠、バランスを考えた食事など)
- ・ バスや会計のレジ等を待つ際においても、少なくとも **1 m 以上の間隔**を保ち、**会話を慎んで整然と並ぶ**こと(間が空いているからといって決して割り込んではいけない)。
- ・ 公共交通機関等を利用する場合は、必ず**マスクを着用**するとともに、**車内での会話は慎む**こと。また、乗り合わせて自動車で移動する場合も、マスクの着用および換気に注意し、不必要な会話は慎むこと。

- \* バスなどの公共交通機関内で、大声で会話をすることは、周りの人に迷惑をかけるだけでなく、感染リスクを高めます。特に、持病のある方や高齢の方が感染した場合は重症化リスクが高くなるため、**強い不安と不快**を感じられている方も多くいます。**公共交通機関の利用では、マナーを守り、車内での会話は慎んでください。**