

# 新型コロナウイルス感染症予防対策

お互いの健康を守るために、大学へ通学する時のルールです。  
感染源、感染経路を断つために、新しい生活様式として実行しましょう。

## 一人ひとりの感染予防ルール

### 日々の健康観察

- ・毎朝、体温を測定、登校前に自分の健康をチェックし、記録しましょう。
- ・大学内で活動した場所、近距離で接触した人を把握しておきましょう。
- ・研究室・保健室が体温記録を確認することがあります。いつでも報告できるように携帯してください。

### マスクの着用

- ・登下校中及び大学構内ではマスクを着用してください。夏は熱中症にも注意しましょう。
- ・会話する時は真正面を避け、必ずマスクを着用してください。

### 手洗い

- ・こまめに手洗いをしてください。（30秒程度かけて水と石鹼で丁寧に洗う）

### 6つの タイミング

- |             |                 |              |
|-------------|-----------------|--------------|
| ①外から教室に入るとき | ②咳やくしゃみ、鼻をかんだとき | ③食事の前後       |
| ④掃除の後       | ⑤トイレの後          | ⑥共有のものを触ったとき |

### 手指消毒

- ・教室の使用前後、共用物をさわる前後は、手指を消毒しましょう。
- ・“事後の消毒より、事前に消毒してから触れる”方が安全です。
- ・ウイルスが付着しているかもしれない手で、目・鼻・口などを触らないようにしましょう。

## 大学構内でのルール・マナー

新型コロナウイルス感染症では、「換気の悪い密閉空間」「多数が集まる密集場所」「間近で会話や発声をする密接場面」という3つの条件【3つの密（密閉、密集、密接）】が重なる場で、集団感染のリスクが高まるとされています。

3密（密閉・密集・密接）を回避するよう心がけましょう。



換気

### 換気の徹底（換気の悪い密閉空間を回避する）

- ・なるべく2方向の窓・ドアを開け、常時換気しましょう。
- ・換気扇や扇風機も活用してください。



密集回避

### 距離の確保（多数が集まる密集場所を回避する）

- ・人との間隔はできるだけ2メートル（最低1メートル）空けてください。
- ・密集を避けるため、時間に余裕をもって、行動しましょう。



密接回避

### マスクの着用（間近で会話をする密接場면을回避する）

- ・十分に身体的距離が確保できない場合は、必ずマスクを着用しましょう。
- ・不織布マスクが推奨されています。

### 食事中の注意

- ・相手が話をしているときに、マスクを外し食事をしているとリスクがあります。
- ・食事をするときはマスクを外すため、周囲の人にも配慮して会話を控え、食事に集中しましょう。黙食を心がけましょう。
- ・食べ物、飲み物のシェアはしないようにしましょう。