令和３年４月１９日改訂

新型コロナウイルス感染症への対応（学生向けガイドライン）

学生の皆さん一人一人が十分に警戒し、自分自身の身の安全および周りの人々に感染を拡散しないように予防対策を確実に実施してください。

少しでも体調に異常を感じた場合は登校せずに外出を控え、自宅で経過観察を行ってください。

現在、全国各地でまん延防止等重点措置が発令されており、新規感染者数は再び拡大しています。宮崎県においても第４波への最大限の警戒が必要です。

コロナ禍が長期間に渡り、感染拡大防止に対する意識が緩んではいませんか？　いま一度、学生の皆さん一人一人が「感染しない」「拡散させない」という意識を持ち、学生生活を送ってください。

なお、状況によって対策を随時見直し、ホームページやポータルサイトに掲載していきますので、各自確認をお願いいたします。

１　体調管理と衛生管理について

・毎朝体温の確認を行ってください（別添：体調経過観察チェックシート）。
大学の『ＬＩＮＥ』で体調管理ができますのでＱＲコードで登録をお願いします。
※実家以外で一人暮らしの学生は、自分の体温計を確保すること。

・手洗い・うがい・手指消毒をしっかり行う。
・マスクを着用し、咳エチケットを守る。
・指で目・口・鼻を触らない（無意識に触ってしまうので十分注意してください）。
・他の人と共同で使用するものは消毒する。

２　授業について

・令和３年３月２６日付で公表した「令和３年度における授業受講にあたっての留意事項について」を熟読し、授業を受けてください。対面の場合、教室の窓や扉は開放し、十分に換気が行われるようにすること。また、教室では学生同士が密集し着席することがないように、座席の間隔を空けるなど可能な限りの工夫をすること。

３　キャンパス内での生活について　～　対面授業実施のため必ず守ってください　～

・キャンパス内では必ずマスクを着用すること。
・学生食堂内及び売店前スペースでの飲食、自習、休憩を可とするが、感染拡大を防止するため、使用する際は下記に留意すること。
　＊　手指消毒や手洗いをこまめに行う。
　＊　学生食堂内では、配置されているイスに座る（イスの場所を変えない）。
　＊　ゴミは所定のゴミ箱に入れる。
また、引き続き７階ラウンジでの食事は禁止する。
・凌雲会館及び一部の演習室（602, 608※）について、１部屋につき１人で行う就職活動の WEB 面接のみ利用可とする。ただし、他の演習室では教員が遠隔授業を実施している場合があるため、静穏な環境維持に努めること。（※）利用可能な演習室は、改訂日時点。
　＊使用時間：平日９時から１７時まで（凌雲会館は１９時まで、それ以降は要相談）
　＊利用方法：凌雲会館は地域研究センター、演習室は企画総務課窓口に事前に申請すること。

※学内でクラスターが発生した場合、対面授業の実施が困難になります。授業時間以外でも感染予防対策を必ず守ってください。

◎サークル等課外活動は以下の点に十分に気を付けて行うこと

＊一度に大人数で集まって「３密」（換気の悪い密閉空間、多数が集まる密集場所、間近で会話する発声する密接場所）にならないよう配慮する。

＊身体接触を伴う活動は行わないよう工夫する。

＊原則、活動場所は学内とし、合宿、他校との交流は行わないこととしますが、所属団体等が主催する対外試合等に参加する場合は、事前に顧問に相談し許可を得ること。

＊感染症防止対策が十分にとれない場合は、活動の実施を見合わせる。

＊クラブハウスは「３密」になりやすい空間のため、クラブハウス内での活動は禁止（道具の出し入れのみ可）。

＊課外活動は平日１８時（土日祝１７時）までとする。

※宮崎県内の感染状況によっては、課外活動を再度禁止する可能性があります。

4　外出および休日の過ごし方について

・不要な外出はしない。

・やむを得ず外出する場合は、「３密」（換気の悪い密閉空間、多数が集まる密集場所、間近で会話する発声する密接場所）（カラオケボックス、飲食店等）を避ける。

・授業がない日でも体温管理に努める。

・宴会、コンパは当面の間禁止する。多くの人が集まるイベント等へ参加しない。

・帰省や遠方への旅行を含め、宮崎県外への不要不急の移動は自粛するとともに、やむを得ない事情により宮崎県外へ移動した学生は、宮崎県に戻ってから、２週間は不要不急の外出は控えて、アパート等で体調管理に努めること。

※離県した学生は、帰宮後２週間は課外活動および学内外のイベント等への参加を自粛すること。

※ゴールデンウィーク期間における移動の自粛について

感染リスクを最小限に抑えるため、ゴールデンウィーク期間も、多くの人が集まる場所へ行かないなど責任ある行動を取るとともに、帰省を含め、宮崎県を超えての移動は控えること。

5　体調不良の場合

味覚嗅覚の異常や倦怠感・咳・のどの痛みなどの風邪の症状がある場合は、**外出せず自宅で安静に過ごしてください（特別欠席）**。

また、学内で**体調不良となった場合は、直接保健室は訪問せず、下記相談先に電話で相談**し指示を受けるようにしてください（り患していた場合、保健室が閉鎖されるため）。

＜相談先＞

○（体調に限らず）相談がある場合

宮崎公立大学学生支援課学生係　　０９８５－２０－４７４６

○味覚嗅覚の異常や倦怠感・咳・のどの痛みなどの風邪の症状がある場合

宮崎公立大学保健室　　０９８５－２０－４８４３

〇次の症状がある場合

１）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

２）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

３）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。）

新型コロナウイルス感染症健康相談センター　０９８５－７８－５６７０

6　新型コロナウイルス感染症にり患した場合

（１）出席停止（特別欠席）

新型コロナウイルス感染症と診断された学生は、**出席停止（特別欠席）**とします。

（２）り患した場合の報告

新型コロナウイルス感染症にり患した場合は、必要に応じて学内で感染の拡大を防止する措置を講じる必要があるため、速やかに、**学生支援課学生係**に次の事項の報告をお願いします。

＜報告事項＞

①診断日
②受診した医療機関
③現在の状況
④発熱及び咳などの呼吸器症状が現れた日
⑤診断日前１ヶ月以内における外国への渡航歴の有無（渡航歴がある場合は、期間、国名、都市名）
⑥症状が現れた日以降における本学の関係者との接触の状況（授業、会議等への出席の状況等）
⑦今後の見通し等に係る医師等の所見

7　濃厚接触者となった場合

（１）本人が濃厚接触者となった場合

保健所の指示に従い**自宅等で待機（特別欠席）**してください。また、**学生支援課学生係**に報告をお願いします。

基本的には、感染者と接触した日から１４日間の自宅等待機となります。その間、毎日朝・夜に体温を測るなどの健康状態に注意を払い、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には、医療機関受診前に新型コロナウイルス感染症健康相談センターへ相談するとともに**学生支援課学生係**に報告してください。

（２）家族が濃厚接触者となった場合

同居する家族が濃厚接触者となった場合、保健所の指示に従ってください。自身の健康チェックを十分に行い、**自宅等で待機（特別欠席）**してください。自宅等待機の期間は、上記（１）に準じます。

また、**学生支援課学生係**への報告をお願いします。

●「濃厚接触者」とは、「患者（確定例）」が発病した日以降に接触した者のうち、次の範囲に該当する者。

・患者（確定例）と同居あるいは長時間の接触（車内、航空機内等を含む）があった者

・適切な感染防護無しに患者（確定例）を診察、看護若しくは介護していた者

・新型コロナウイルス感染症が疑われる者の気道分泌液もしくは体液等の汚染物質に直接触れた可能性が高い者

・手で触れること又は対面で会話することが可能な距離（目安として２m）で、必要な感染予防策なしで、「患者（確定例）」と接触があった者（患者の症状などから患者の感染性を総合的に判断する）

・患者（確定例）が必要な感染拡大防止策（マスク着用、手の消毒など）をしていない状態で、２m以内で２分以上の会話や飲食を共にすることも該当（来訪者も含む）

※「濃厚接触者」は保健所が特定します。

ＰＣＲ検査を受けることになった場合は、下記まで必ずご連絡ください。

平日　８時３０分～１７時１５分　学生係　０９８５－２０－４７４６

土日・祝日、平日の時間外　大学の携帯　０９０－５４８９－６３３９

新型コロナウイルス感染症から身を守る

「新しい生活様式」ガイド

令和2年6月

保存版

日常生活での基本的な感染対策

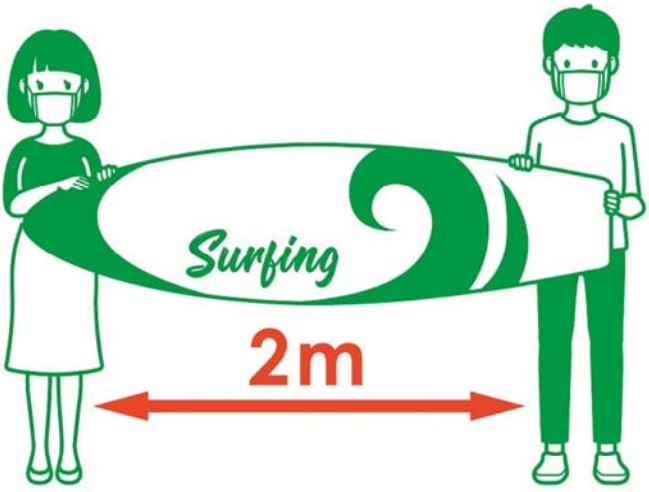
1 3密（密集、密接、密閉）の回避

2 症状がなくてもマスクを着用する

マスクをしていても
水分補給は忘れずに！

宮崎市観光イメージキャラクター
ミッシちゃん

3 人との間隔はできるだけ2m（最低1m）あける

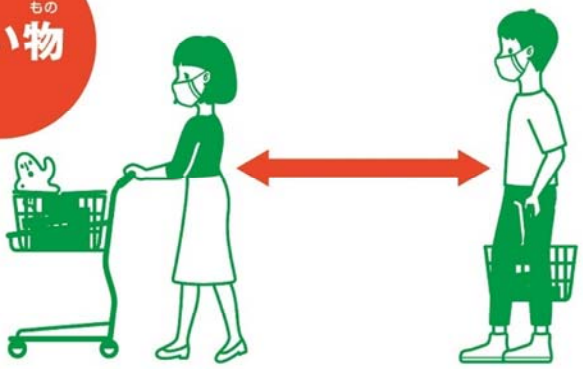


4 まめに手洗い、手指消毒

♪ハッピーバースデー トゥーユー
ハッピーバースデー トゥーユー
ハッピーバースデー ディアー○○~
ハッピーバースデー トゥーユー♪

×2回＝30秒

買い物



- □ 前後をあけてレジに並ぶ
- □ 少人数で空いた時間に
- □ 計画的に素早く済ます
- □ 電子決済の利用
- □ サンプル品など展示品への接触は控えめに

食事

- □ 対面でなく横並びに座る
- □ おしゃべりは控えめに
- □ 持ち帰りやデリバリーも
- □ 大皿は避けて料理は個々に
- □ 屋外空間で気持ちよく
- □ お酌や回し飲みは避ける

冠婚葬祭

- □ 多人数での会食を避ける
- □ 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

公共交通機関

- □ 会話は控えめに
- □ 混む時間帯は避けて
- □ 徒歩や自転車利用も併用する

働き方

- □ テレワークの活用を
- □ 時差出勤でゆったりと
- □ オフィスは広々と
- □ 会議はオンライン
- □ 対面での打合せは換気とマスク

娯楽

- □ 公園は空いた時間、場所を選ぶ
- □ ジョギングは少人数で
- □ すれ違う時、距離をとる
- □ 狭い部屋での長居は避ける
- □ 歌、応援は十分な距離かオンライン

新しい生活様式の実践で感染拡大を予防しましょう

MIYAZAKI CITY 宮崎市健康支援課　☎(0985)29-5286