

新型コロナウイルス感染拡大防止のためのガイドライン（第8版）

高知県立大学

令和3年度のスタートに際し、「新型コロナウイルス感染拡大防止のためのガイドライン（第7版）」の改定を行いました。

新型コロナウイルスは2020年1月に日本で初めての感染が確認されて以降、感染拡大の波が何度かありました。全国的な新規感染者数は減少傾向にあり、ワクチン接種も開始されましたが、変異株の出現や今後のリバウンドへの警戒など、引き続き感染防止対策を徹底するとともに、Withコロナの中、「新しい生活様式」にそって、社会活動の持続を図っていかなくてはなりません。

大学では、感染防止と学習機会の確保の両立を図ることが最も重要です。本学は、円滑に学生生活を送っていただけるよう引き続きできる限りの感染予防に努めて参ります。学生の皆さんには、本ガイドラインを遵守し、高知県立大学の学生としての自覚を持ち、責任ある行動をとるようにしてください。

目次

1 基本的な感染予防	2
2 居所について	2
3 健康管理	3
4 登校時及び大学滞在時の留意点	4
5 キャンパスへの立入制限について	6
6 課外活動等について	6
7 就職活動の留意点	7
8 アルバイト	7
9 日常生活における留意点	8
10 感染又は濃厚接触者となった場合	8
11 経済的支援などの相談窓口について	10
12 感染リスクが高まる「5つの場面」	10
13 生活・行動の基盤として遵守することを期待されている「新しい生活様式」	11
14 各種連絡先 及び個人情報の取扱いについて	12

1 基本的な感染予防

飛沫感染と接触感染に注意が必要です。

基本的な感染予防対策をひとり一人が着実に継続していくことが非常に重要です。

- ◆ 互いの社会的距離（約2メートル～最低1メートル）の確保
 - 3密（密閉・密集・密接）の回避
- ◆ マスクの着用、咳エチケット
- ◆ 石鹼での手洗い
- ◆ 換気の徹底
- ◆ 少しの体調不良であっても、人との接触を避ける
- ◆ 家族以外との食事は、大人数を避け、できるだけ時間を短く、静かに、お喋りしない
- ◆ 感染拡大地域との往来を避ける
- ◆ 「新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）」の利用

昨年11月9日の政府の新型コロナウイルス感染症対策分科会の緊急提言において、大学等では、若年層での感染のため、無症状や軽症の場合が多く「早期に探しにくいクラスター」が発生しており、授業そのものよりは、むしろ飲み会や寮生活、課外活動等といった場面で発生が確認されていることが明らかになりました。

知らない間に感染を広げてしまう危険と飲食を伴う人との接触を特に注意する必要があります。飛沫感染を防ぐには食事は黙食、会話はマスク着用を徹底してください。

【参考】新型コロナウイルス感染予防のために（厚生労働省HP）

https://www.mhlw.go.jp/stf/covid-19/kenkou-iryousoudan.html#h2_1

2 居所について

本学では、感染防止と学習機会の確保の両立を図ることを最優先としています。やむを得ない場合を除き、他県との往来はできるだけ控えてください。

- ◆ 高知の居所を離れ「感染拡大地域」又は「特別感染拡大地域」に行く場合

必ず事前に、大学（学年担当連絡先）に連絡してください。

（詳細は、3 健康管理）

- ◆ 「感染拡大地域」及び「特別感染拡大地域」に行き、高知に戻った場合

不要な外出は控え自宅等で2週間の健康観察期間を設けてください。

※なお「感染拡大地域」・「特別感染拡大地域」を短時間で経由する場合（乗換等）は、該当しません。

※「感染拡大地域」及び「特別感染拡大地域」については、毎週ポータルを通じてお知らせします。

※移動に際しては、「新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）」を利用してください。

「感染拡大地域」：直近1週間の人口10万人当たりの新規感染者数が2.5人以上

「特別感染拡大地域」：直近1週間の人口10万人当たりの新規感染者数が15人以上

及び「緊急事態宣言」対象地域

3 健康管理

感染予防対策の基本中の基本です。

毎日、健康状態を検温と「健康チェックシート」で確認してください。

* 「健康チェックシート」はポータルの「お知らせ」又は事務局で入手してください。

◆ 1項目でも症状等該当する項目がある場合

→ 人と接する全ての活動はやめ、自宅等で待機

→ 登校の有無に問わらず学年担当連絡先に必ず連絡

◆ 37.2°C以上発熱があった場合：解熱した翌日から3日間は自宅で健康観察

項目①～⑫に該当する場合 ★学年担当連絡先（学部-学年@cc.u-kochi.ac.jp）

に必ず連絡してください。（学年担当連絡先はP14に掲載）

* 連絡方法：健康チェックシート表面、裏面をよく読んで、

裏面の★健康チェックの連絡方法に従って連絡してください

全ての連絡を学年担当教員、健康管理センター、教務課、学生支援担当が確認しています。

- 必要に応じて、健康管理センター等から連絡します。

不安や心配などもお気軽にご相談ください。

- ①～⑪に該当する場合で、授業が受けられない場合は特別欠席として扱います。

この連絡先に連絡がない場合は、特別欠席の扱いとはなりません。ご注意ください。

- ⑫に該当する場合で、①～⑩の症状等がない場合に限り、対面授業の受講が認められます。この場合は、「〇〇から戻り症状がないため、〇月〇日の対面授業を受講します。」と連絡してください。

【健康チェックシート項目】

- ① 登校前の体温が37.2°C以上ある
 - ② 息苦しさがある
 - ③ 咳症状がある
 - ④ 強いだるさ（倦怠感）がある
 - ⑤ 喉の痛みがある
 - ⑥ 鼻水症状がある
 - ⑦ 嘔吐がある
 - ⑧ 下痢がある
 - ⑨ 急な味覚・嗅覚の障害がある
 - ⑩ 同居者に4日間37.5°C以上の発熱を伴う風邪症状がある
 - ⑪ 2週間以内に「特別感染拡大地域」に移動したことがある
 - ⑫ 2週間以内に「感染拡大地域」に移動したことがある
- * 花粉症、アレルギー症状を除く
- * 上記症状が慢性的にある場合は、特に症状が強くなった場合に限る

- 免疫力を高めるため、「十分な睡眠」、「適度な運動」、及び「バランスのとれた食事」を心がけてください。
- 基礎疾患があることにより重症化するリスクが高い人等は、主治医に相談の上、健康管理センターに申し出てください。状況もふまえ、遠隔授業を行うなどの対応を行います。
- 自宅等で待機する場合も感染リスクはあります。居室を分けるなど、感染予防をしてください。

【参考】ご家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合

家庭内でご注意いただきたいこと～8つのポイント～（厚生労働省 HP）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00094.html#gokazoku

◆ 症状がある場合の相談・受診について

下記の症状を感じたら、高知県新型コロナウイルス健康相談センター「088-823-9300」に相談し、指示を受けてください。

- ①息苦しさ（呼吸困難）、強いたるさ（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

※呼吸器疾患や糖尿病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などを用いている方など

- 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。）

◆ 相談・受診の結果、PCR検査等を受ける（た）場合

PCR検査を受ける（た）時点で、**学年担当連絡先に（休日、夜間の場合は学生就職支援課 088-847-8577 に電話で）お知らせください。**

また、結果が出次第、報告してください。

* 万一、陽性と判明した場合 → 9 感染又は濃厚接触者となった場合へ

* 保健所又は医療機関から陽性の連絡を受けた際に、アプリ（COCOA）に登録を希望する旨を伝え、保健所から「登録番号」を受け取り、速やかに登録してください。

登録は、利用者の同意が前提ですが、接触した可能性がある周囲の方が検査などのサポートをより早く受けられるようになりますので、ご協力をお願いします。

4 登校時及び大学滞在時の留意点

（1）「健康チェックシート」で必ずチェック

登校前に✓し、1つでも症状等があれば登校は控え、自宅等で待機してください。

（2）マスクを必ず着用

マスクを必ず着用し、「3密」での会話や発声は避けましょう。

※マスクを外すときは、ゴムやひもをつまみ、なるべくマスクの表面には触れず、内側に折りたたんで清潔なビニールや布に入れるなどして清潔に保ってください。

※マスクは学内のゴミ箱に捨てないでください。マスクの表面には触れずにビニール袋等に入れ、袋の口を縛って持ち帰ってください。

咳エチケット（厚生労働省 HP）

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000187997.html>

（3）手洗い、手指の消毒の徹底

石鹼で必ず手洗いをしましょう。

できない場合は、出入口のアルコールでしっかりと 30 秒、手指の消毒をしましょう。

- ・大学に来た時
- ・授業開始前後
- ・トイレ使用後
- ・食事前後
- ・咳やくしゃみ、鼻をかんだ後（授業時間中は除く）

※ハンカチを必ず持ち歩きましょう。お友達との貸し借りは厳禁です。

（4）入室前にもう一度、確認（体温、マスク、手洗い）

体温を測っていない場合は、教室に入る前に健康管理センター、事務局又は学部事務室で測ってください。

（事務局 池：教務課、学生・就職支援課、永国寺：教務課、学生支援課）

（5）使用した机・椅子の消毒

不特定多数の人が使用する教室等の机や椅子は、設置している住宅用洗剤で使用前・後に清拭をしてください。

（6）昼食時の留意点

学内で昼食をとるときは、大学が指定する場所でとるようにしてください。

- ・石鹼で手を洗う。
- ・対面で座らない。
- ・**黙食**で手早く済ませる。
- ・**お喋りしない。（少しでも話す場合は、食事中でもマスクをする。）**

※食堂以外の食事場所には、住宅用洗剤とペーパータオルを準備していますので、食事の前後に必ず自分で清拭してください。清拭した後は、必ず石鹼で手を洗ってください。

※食堂内及びオープンスペースの席は間隔をとって、並べていますので、絶対に移動させないでください。

（7）廊下や階段は右側通行

不必要的接触を避けるため、最低 1 メートルの間隔をとり、右側通行を心掛けましょう。互いの流れもスムースになります。

廊下等で立ち止まって、話すのはやめてください。

（8）エレベーター

必要な方を優先的に、また 3 密を避けるため、できる限り階段を利用しましょう。

(9) 登下校時

やむを得ず公共交通機関を利用する場合も、必ずマスクをしてください。
親しい友人と乗り合わせても、お喋りをしないでください。
できるだけ距離をおくなど注意してください。
乗り合わせた他の乗客にも感染のリスクがあります。責任ある行動をとりましょう。
登下校時に関わらず、公共交通機関を利用する際には、必ず注意してください。

(10) その他

大声で声をかけたり、話し合ったりしないでください。
授業時間以外でも密を避けて行動してください。

5 キャンパスへの立入制限について

- ◆ 「感染拡大地域」及び「特別感染拡大地域」（から高知に戻った場合には、原則、戻った日の翌日から2週間、構内に立入することができません。

ただし、以下の場合は対面授業を受講する場合に限り、入構を認めます。

* この場合も対面授業の受講後、構内に滞在することはできません。
速やかに退出してください。

- 行先が、「特別感染拡大地域」でないこと。
- 健康チェックシートの項目のうち、⑪を除き問題がないこと。
- 対面授業を受講する旨を学年担当連絡先に申し出ること。

* 演習科目や実習については、各学部の指示に従ってください。

6 課外活動等について

- ◆ 現時点では、活動制限許可を受けているサークルだけが活動できます。
活動に際しては、「新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）」の利用及び「新しい生活様式」を踏まえ感染予防対策を講じた活動計画等の提出及び許可が必要です。
- ◆ 高知県の新型コロナ感染症対応ステージや全国の感染状況によって、課外活動の制限や緩和を行います。
活動制限の下記ステップを変更する場合は、ポータルを通じてお知らせします。
- ◆ 学内関係者の感染がわかった場合は、全部又は一部活動を制限する場合があります。
その場合はポータルを通じて指示しますので、従ってください。

【ステップ1（学内で、学内関係者のみの活動に限る）】

禁止事項

- 1 原則、外部の方と接触のある活動
- 2 原則、学外施設の利用
- 3 長時間の活動（午前・午後をまたぐ活動）
- 4 3密【密閉、密集、密接】にあたる活動
- 5 大学から活動が許可されていないサークル団体の活動
- 6 新入生の歓迎や他の親睦を目的とした食事会や飲み会

【ステップ2（学外での活動制限を一部緩和）】

禁止事項

- 1 原則、県外から来る外部の方と接触のある活動（他大学の学生も含む）
- 2 原則、学外施設を利用する際も、県外から来る方との接触は禁止
- 3 3密【密閉、密集、密接】にあたる活動
- 4 大学から活動が許可されていないサークル団体の活動
- 5 新入生の歓迎や他の親睦を目的とした食事会や飲み会

※クラブ・サークル等の活動の詳細は、学生・就職支援課（池）、学生支援課（永国寺）で確認してください。

※「立志社中」については、地域連携課からのお知らせに従ってください。

7 就職活動の留意点

（1）活動地域の感染状況等を考慮

活動目的地の感染状況に応じて、移動も含め、自身で感染予防を講じましょう。

特に「特別感染拡大地域」での活動は、できる限り控えてください。

可能であれば、オンライン説明会への参加、Web面接等での活動を推奨します。

（2）活動中の感染リスクの低減対策

マスクの着用、咳エチケット、手洗いの励行

3つの「密」を避ける行動をとりましょう。

「新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）」を利用してください。

（3）インターンシップ

参加希望者は、必ず、インターンシップ先が受入可能か、感染予防対策が講じられているかを確認し、事前に担当部署にプログラム等の資料を添えて申し出てください。

詳細は、インターンシップに関するお知らせに従ってください。

・インターンシップの実施地域や内容によって、インターンシップ期間前後で健康観察期間を設けてもらうことがあります。

また、感染リスクが高いと判断した場合は、許可されない場合があります。

・インターンシップに参加する際は、必ず学年担当教員に申し出るとともに、ご家族にもお知らせください。

8 アルバイト

- ◆ アルバイトをする場合は、健康管理をしっかりと行い、感染予防に注意してください。
- ◆ 適切な感染予防対策がとられていないところでは、アルバイトを自粛してください。
アルバイト先が適切に感染予防対策を講じているかどうか、事前に必ず確認してください。

※参考：業種ごとの感染拡大予防ガイドライン（内閣官房新型コロナウイルス感染対策推進室）<https://corona.go.jp/prevention/pdf/guideline.pdf>

- ◆ クラスターが発生しやすい環境の施設や「3密」のある場所でのアルバイトは自粛してください。
(接待を伴う) 飲食店、カラオケ、ライブハウス、スポーツジムなど
- ◆ アルバイトに際しては、「**新型コロナウイルス接触確認アプリ (COCOA)**」を利用してください。
- ◆ 実習施設との取り決めで実習前の一定期間及び実習期間中のアルバイトを禁止する学部があります。各学部の指示に従うようにしましょう。

9 日常生活における留意点

- 学内に限らず、手洗い、うがい、換気、マスク着用が必要です。
- 「**新型コロナウイルス接触確認アプリ (COCOA)**」を利用してください。
- クラスターが発生しやすい環境の施設や「3密」のある場所への外出は控えてください。
- 特に、換気が悪く人が密に集まる場所への出入りは控えてください。
カラオケ、スポーツジム、ライブハウス、コンサート、観劇、接待を伴う飲食店など
- 多人数との会話や交流などは控えましょう。
夜間の飲食店や繁華街への外出は控えてください。
- 友人などと食事をするときは、黙食で、お喋りは必ずマスクを着けましょう！
- 休日等を含め、不要不急の外出は控え、「**感染拡大地域**」、特に「**特別感染拡大地域**」への旅行や帰省はしないでください。(「**感染拡大地域**」及び「**特別感染拡大地域**」から高知に戻った場合は、2週間の健康観察期間をお願いします。参照：2居所について)
- 無症状のまま他人に感染させてしまう可能性もあります。高齢者や基礎疾患のある方との接触はできる限り避けましょう。
- 濃厚接触者の調査が難航しているようです。感染が拡大している状況では、身の回りで感染が起こらないとは限りません。感染拡大防止に協力できるよう日頃から自分の行動をメモに残すなど記録をしておきましょう。
- 新型コロナウイルスの報道や日常生活の変化で不安を感じることは当たり前の反応です。一人で抱え込まず、友人や家族にも話してみましょう。健康管理センター保健師、学年担当などにメールや電話で相談してください。
- **差別・偏見・誹謗中傷をしない**

インターネット、SNS、噂等で、新型コロナウイルス感染症に関する様々な情報が流れていますが、中には事実に反するデマ情報、不確かな情報も含まれています。新型コロナウイルス感染症と闘っているのは、感染した患者さん、ご家族等です。公的機関等が発表する正確な情報に基づき冷静に行動し、デマ情報、不確かな情報に惑わされることのないようにお願いします。

新型コロナウイルス感染症は、誰もが感染しうる病気です。相手を思いやる気持ちを持ち、正確な情報を把握し、冷静に行動しましょう。

10 感染又は濃厚接触者となった場合

(1) 「**新型コロナウイルス接触確認アプリ (COCOA)**」で接触が確認された場合

症状の有無、身边に感染者がいる、いないに関わらず、大学に連絡してください。

アプリで示された連絡先に連絡し、PCR検査を希望し、受けてください。

結果が出るまで保健所の指示に従い、自宅等で健康観察。

PCR検査で陽性又は濃厚接触者と特定された場合

→ (2) 感染者又は濃厚接触者に特定された場合へ

* 陽性と判定されたら、保健所から「登録番号」を受け取り、速やかに登録してください。

(2) 感染者又は濃厚接触者に特定された場合

保健所の指示に従うとともに、速やかに大学に連絡してください。

* 感染者の大学における行動履歴把握や濃厚接触者の特定等のための調査が行われる場合には、本学も協力することになります。

* 健康管理センターから連絡をします。学内での必要な措置を講じるため、特定されるまでの状況等をお聞きしますので、協力をお願いします。

* 感染者に特定された場合は、人権に配慮し、個人情報を保護したうえで本学HPでの公表や報道等に情報提供をします。

* 設置主体である高知県や大学における感染者発生の情報等を収集・蓄積している文部科学省への報告も求められています。

(3) 2週間以内に感染者や濃厚接触者と接触したことが分かった場合

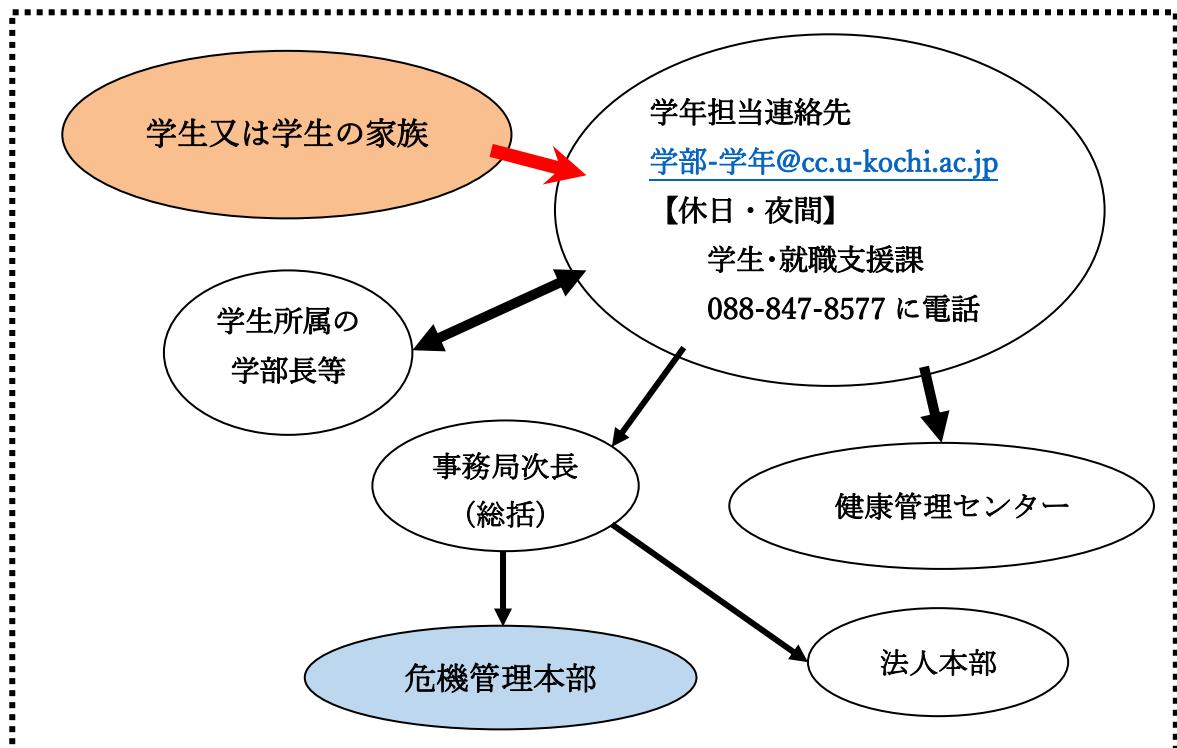
他の人との接触をできる限り避け、行動を自粛し、自宅等で待機してください。その際は、必ず、大学に連絡してください。

(4) 同居人が濃厚接触者に特定された場合

自身も2週間は自宅待機し、健康観察を行ってください。その際は、必ず、大学に連絡してください。

(5) 感染者あるいは濃厚接触者となった場合の連絡網

(COCOAで接触が確認された場合を含む)



11 経済的支援などの相談窓口について

本学では、国の修学支援制度、本学の授業料免除制度、授業料の分納・延納、日本学生支援機構の給付型奨学金、貸与型奨学金の他、高知県立大学同窓会しらさぎ会や高知県立大学後援会の奨学金など様々な経済的支援を利用していただくことが可能です。

各支援の申請の時期や方法については、ポータルやホームページを通じてお知らせしていますが、申請時期や内容も異なりますので、ご利用に際し不明な点などございましたら、お気軽にご相談ください。

■ 事務局 池キャンパス：学生・就職支援課 088-847-8577

永国寺キャンパス：学生支援課 088-821-7104

e-mail:gakusei1@cc.u-kochi.ac.jp

12 感染リスクが高まる「5つの場面」（新型コロナウイルス感染症対策分科会提言）

【参考】<https://corona.go.jp/proposal/>

【場面1】飲酒を伴う懇親会等

- ・飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- ・特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- ・また、回し飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。

【場面2】大人数や長時間における飲食

- ・長時間における飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事に比べて、感染リスクが高まる。
- ・大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。

【場面3】マスクなしでの会話

- ・マスクなしに近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- ・マスクなしでの感染例としては、昼カラオケなどの事例が確認されている。
- ・車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。

【場面4】狭い空間での共同生活

- ・狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- ・寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。

【場面5】居場所の切り替わり

- ・仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることがある。
- ・休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。

13 生活・行動の基盤として遵守することを期待されている「新しい生活様式」

○【参考】新しい生活様式（厚生労働省HP）別紙1

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html

「新しい生活様式」の実践例

(1) 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

- 人ととの間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける。
- 遊びにいくなら屋内より屋外を選ぶ。
- 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
- 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を着用
- 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）

※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- 地域の感染状況に注意する。

(2) 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）
- 毎朝で体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



(3) 日常生活の各場面別の生活様式

買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 歩くや自転車利用も併用する

食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

(4) 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務
- 時差通勤でゆったりと
- オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン
- 名刺交換はオンライン
- 対面での打合せは換気とマスク

※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成予定

14 各種連絡先

ガイドラインの項目番号	連絡事項	連絡先
3	健康チェックシートのチェック項目に1つでも症状等（該当項目）がある場合 ● 「感染拡大地域」、「特別感染拡大地域」に行くときの事前連絡（2 居所について関連） ● 「感染拡大地域」から戻り、対面授業を受ける場合（5 キャンパスの立入制限関連）	学年担当連絡先 学部名-学年@cc.u-kochi.ac.jp * 学年担当連絡先一覧参照
3	症状がある場合の相談・受診について	高知県新型コロナウイルス健康相談センター 088-23-9300
3	相談・受診の結果、PCR検査等を受ける(た)場合	学年担当連絡先 * 休日、夜間等は、学生・就職支援課（088-847-8577）にお電話ください。学生・就職支援課が不在の場合は、池CP警備室につながり、対応する職員と連絡が取れます。
6	課外活動等に関すること	池、永国寺 学生支援担当 gakusei1@cc.u-kochi.ac.jp 又は 池:088-847-8577 永国寺: 088-821-7104
9	新型コロナウイルスなど日常生活の変化に関する不安等の相談	
10	「新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCOA)」で接触が確認された場合	学年担当連絡先 * 緊急を要するため必ず連絡が取れるまで連絡をするようしてください。 ご本人から難しい場合は、ご家族からでも構いません。
10	感染者又は濃厚接触者に特定された場合	
10	2週間以内に感染者や濃厚接触者と接触したことが分かった場合	* 休日、夜間等の場合は、学生・就職支援課（088-847-8577）にお電話ください。学生・就職支援課が不在の場合は、池CP警備室につながり、対応する職員と連絡が取れます。
10	同居人が濃厚接触者に特定された場合	
11	経済的支援に関する相談 授業料免除、奨学金など	池、永国寺 学生支援担当

★個人情報の取扱いについて

当ガイドラインの各種連絡で得た個人情報は高知県公立大学法人個人情報保護規程に則して適切に管理し、目的外の利用又は提供は行いません。

★学年担当連絡先一覧

下記メーリングリストへのメールは、各学年担当教員+各学生支援担当に送られます。

学部（文化：永国寺事務室学生支援担当、看護・社福・健栄：池事務局学生支援担当）

大学院（看護学研究科：池事務局学生支援担当、人間生活学研究科：池事務局学生支援担当、永国寺事務室学生支援担当）

学部・研究科	学年等	メーリングリスト	
文化	1	bunka-1	@cc.u-kochi.ac.jp
	2	bunka-2	@cc.u-kochi.ac.jp
	3	bunka-3	@cc.u-kochi.ac.jp
	4	bunka-4	@cc.u-kochi.ac.jp
文化 (夜間主)	1	bunka-n1	@cc.u-kochi.ac.jp
	2	bunka-n2	@cc.u-kochi.ac.jp
	3	bunka-n3	@cc.u-kochi.ac.jp
	4	bunka-n4	@cc.u-kochi.ac.jp
看護	1	kango-1	@cc.u-kochi.ac.jp
	2	kango-2	@cc.u-kochi.ac.jp
	3	kango-3	@cc.u-kochi.ac.jp
	4	kango-4	@cc.u-kochi.ac.jp
社会福祉	1	shafuku-1	@cc.u-kochi.ac.jp
	2	shafuku-2	@cc.u-kochi.ac.jp
	3	shafuku-3	@cc.u-kochi.ac.jp
	4	shafuku-4	@cc.u-kochi.ac.jp
健康栄養	1	kenei-1	@cc.u-kochi.ac.jp
	2	kenei-2	@cc.u-kochi.ac.jp
	3	kenei-3	@cc.u-kochi.ac.jp
	4	kenei-4	@cc.u-kochi.ac.jp
看護学研究科	前期課程	kango-m	@cc.u-kochi.ac.jp
	後期課程	kango-d	@cc.u-kochi.ac.jp
人間生活学研究科	前期課程	ningen-m	@cc.u-kochi.ac.jp
	後期課程	ningen-d	@cc.u-kochi.ac.jp

接触感染に注意！

新型コロナウイルスの感染経路として
飛沫感染のほか、接触感染に注意が必要です。

人は、“無意識に”顔を触っています！



(参考文献)

Yen Lee Angela Kwok, Jan Gralton, Mary-Louise McLaws. Face touching: A frequent habit that has implications for hand hygiene. Am J Infect Control.2015 Feb 1; 43(2):112-114
(<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7115329/>)

手洗いのすすめ

水とハンドソープで、ウイルスは減らせます！



(参考文献) 森功次他：感染症学雑誌.80:496-500(2006)

手洗いの、5つのタイミング





感染症対策 へのご協力を お願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、
「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い

正しい手の洗い方

手洗いの
前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこります。



手の甲をのばすようにこります。



指先・爪の間を念入りにこります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

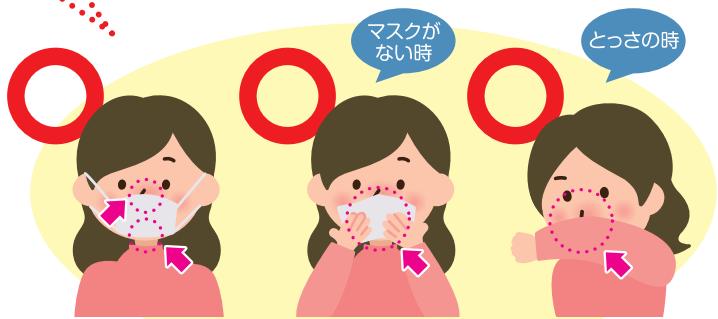
②咳エチケット

3つの咳エチケット

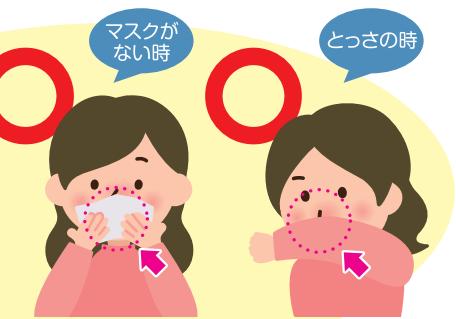
電車や職場、学校など
人が集まるところでやろう



何もせずに
咳やくしゃみをする



マスクを着用する
(口・鼻を覆う)



ティッシュ・ハンカチで
口・鼻を覆う
袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を
確実に覆う



2 ゴムひもを
耳にかける



3 隙間がないよう
鼻まで覆う

首相官邸
Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省

検索

