

令和2年12月1日

下線部：更新

学生各位

## 新型コロナウイルス感染症への対応について（第3版）

青森県立保健大学危機管理対策本部

北海道や首都圏、関西圏、中部圏における感染拡大及び令和2年12月1日から青森県内における医療機関への受診方法が新たな体制へ移行することに伴い、本学における対応を改めたので、以下に従って行動するとともに、別添の『「新しい生活様式」の実践例』を参考に感染拡大防止に留意してください。

なお、事態の進展に伴う対応は「青森県立保健大学における新型コロナウイルス感染症のフェーズに応じた対応方針」を基に本学の危機管理対策本部が随時決定していきます。

### 1 授業及び臨地実習について

#### (1) 対面授業について

対面授業を継続しますので、授業の際のマスクの着用及び換気について、教員等の指示に従ってください。

#### (2) 遠隔授業について

遠隔授業への移行については、感染拡大の状況を踏まえて、大学が判断し、学生・教員等に周知しますので、遠隔授業を受けられる環境の整備をしてください。

#### (3) 臨地実習について

臨地実習の受入れ先施設等が求める感染対策を遵守する必要があるため、担当教員の指示に従ってください。

### 2 県外等への移動と届出について

県外の感染拡大地域への不要不急の移動及び発熱等の症状がある場合の移動は控えてください。

なお、特に北海道や首都圏、関西圏、中部圏等における感染拡大地域への移動は慎重に判断し、不要不急の移動は控えてください。

感染拡大地域は日々変化することから、積極的に情報収集を行い、感染防止に努めてください。

#### (1) 県外への移動について

全ての都道府県への移動について制限はありませんが、移動先の感染状況を確認し、移動するリスク等を十分に理解し、感染対策を徹底して行動してください。

#### (2) 県内の移動について

##### ア 通学について

通学には制限はありませんが、マスクを着用する等感染対策を徹底してください。

##### イ 臨地実習について

実習施設によっては、受入れの条件として一部地域への移動を制限している場合がありますので、担当教員へ確認してください。

#### (3) 県外移動届の提出について

県外へ移動する際は、県外移動届を提出してください。これは、提出された届を基に各地でのクラスター感染発生時の注意喚起等を実施するものであり、2週間の出席

停止を求めるものではありません。

なお、実習先の受け入れ条件として健康観察等が必要となった場合は、学科から届出を基に学生へ連絡することがあります。

(提出方法)

以下のURL又はQRコードにアクセスし、必要項目を入力して送信してください。(大学のホームページからも提出が可能です。)

<https://bit.ly/2XEoGTl>



### 3 移動後の健康観察と記録について

- (1) 県外の感染拡大地域への移動後は、検温等の健康観察の結果を2週間記録してください。
- (2) 実習先の受け入れの条件として、県外又は県内の一部地域への移動後、一定期間の健康観察を求められる場合がありますので、担当教員の指導に従ってください。

### 4 外出について

- (1) 適切な感染防止対策が徹底されていない施設など、感染リスクの高い場所への外出は控えてください。

なお、外出する際は、屋内にいるときや会話をするときにはマスクを着用し、人との適切な距離(できるだけ2m、最低1m:ソーシャルディスタンス)を保ち、「3つの密」①換気の悪い密閉空間 ②多数が集まる密集場所 ③間近で会話・発声する密接場面を避けるとともに以下に留意してください。

ア イベント、会議、スポーツ、夜間の飲食等も含め、あらゆる場面において、「3つの密」が同時に重なる場を避けることを徹底してください。「3つの密」が重ならない場合でも、感染リスクを低減させるため、できるだけ「ゼロ密」を目指してください。

イ 会食等で飲食店等を利用する場合は、自己適合宣言マーク等の表示に留意するとともに、大人数での会食や飲み会は避け、大声を出す行動(大声で話す、カラオケやイベント、スポーツ観戦等で大声を出すなど)は自粛してください。

※自己適合宣言マークとは、感染防止のためのガイドラインを遵守している店舗に対し自治体等がステッカー等を配布し表示するものです。

青森県では、「あおもり観光新型コロナ対策推進宣言施設」の名称で表示していますが、都道府県や市町村によって、名称は異なります。

- (2) 公共交通機関は、混んでいる時間帯を避け、マスクを着用して利用してください。
- (3) 手洗い、咳エチケット等の感染対策を徹底してください。
- (4) 年末に向けて会食やイベント等の機会が多いシーズンとなります。感染拡大状況や必要性を十分に検討し、判断してください。参加に当たっては施設の感染防止対策等を確認してください。

### 5 自宅等における感染対策について

- (1) 毎朝、検温等の健康観察を行ってください。
- (2) 手洗い・手指消毒を徹底してください。

### 6 学内における行動について

- (1) 授業の際のマスクの着用及び換気について、教員等の指示に従ってください。
- (2) 密集、密接を避けるために交流センターの座席数を半分以下に減らしているこ

とから、コミュニティホール（C棟1階厚生棟）の積極的な利用の他、当分の間、昼休みに限り、教室（実験室、実習室及び床面がじゅうたん敷となっている教室を除く）での飲食を認めていますので、ルールを守り、分散して昼食をとってください。その場合でも対面での飲食は避けてください。

#### 7 アルバイト及び課外活動について

##### (1) アルバイトについて

接待を伴うアルバイト及び22時以降のアルコールを提供する飲食店でのアルバイトは自粛してください。

また、職種に限らず、アルバイト先が感染防止対策を十分行っているかを確認するとともに、手指衛生やマスク着用の徹底などに注意してください。

アルバイト先の感染防止対策に不安等がある方は、令和2年10月22日にキャンパスメイトでお知らせした「アルバイトの自粛について」を確認してください。

##### (2) 課外活動について

密閉、密集及び密接を避け、感染防止対策を十分に行った上で実施してください。

#### 8 感染が疑われる症状がある場合について

風邪症状や微熱を含む発熱その他の症状がある場合は、自宅待機の上、保健室又は教務学生課に連絡をして、体調等の聞き取り及び指示を受けてください。その場合、原則として出席停止となります。

連絡先 保健室：017-765-2112

教務学生課：017-765-2007

医療機関を受診する際は、以下のとおり対応してください。

##### (1) かかりつけ医又は学校医

かかりつけ医又は学校医に電話相談してください。

###### ①相談先が対応可能な場合

指定された時間に受診してください。

###### ②相談先が対応不可の場合

案内された他の診療・検査医療機関に相談してください。

##### (2) かかりつけ医等がない場合又は夜間の場合

県コールセンターに電話してください。

0120-123-801（24時間受付、土日祝日を含む）

※かかりつけ医とは、普段受診している医療機関をいいます。

#### ※出席停止について

##### ①出席停止とは

学校保健安全法により定められており、感染症に感染している、感染の疑いがある、又は感染する恐れがあるときは学校長が出席を停止させることができます。出席停止となる場合は、解除の指示があるまでは出席できません。

##### ②出席停止期間中の取扱いについて

学習の機会を確保します。

出席停止が解除された際に、担当教員へ相談してください。

## 9 PCR検査等に関する連絡と対応について

- (1) 以下の①～④に該当する場合は、下記に連絡してください。  
平日の場合 時間：8:30～15:30 連絡先：017-765-2112（保健室）  
上記に連絡がつかなかった場合 連絡先：017-765-2111（防災センター）  
防災センターからリスクマネジメント担当職員へ連絡します。
- ① 新型コロナウイルス感染症の疑いによりPCR検査等を受けることになった場合
  - ② 濃厚接触者となった場合
  - ③ 濃厚接触者ではないが、保健所の指示等により、PCR検査等を受けることになった場合
  - ④ 同居の家族等が②又は③に該当する場合（以下、濃厚接触者等という。）
- (2) 出席停止等の対応  
基本的に、PCR検査等の結果が陽性となった場合は、新型コロナウイルス感染症が治癒するまでの間、出席停止となります。また、陰性でも、健康観察期間（感染者と最後に接触があつてから2週間）が経過するまでは、保健所の指示等に従って、個別に出席停止等の対応を決定します。
- (3) 同居の家族等が、濃厚接触者等となった場合は、家庭内での感染対策を徹底し、家族等の健康観察中は、できる限り家庭内での接触を控えてください。

## 10 相談窓口について

メールによる以下の専用相談窓口を開設していますので、利用してください。（平日、日中の回答となります。）

また、教務学生課や総務課の窓口での相談も受け付けていますので、遠慮なく相談してください。

- (1) 奨学金、授業料の減免及び実習等宿泊助成について（教務学生課）  
新型コロナウイルス感染症対策学生支援窓口  
TEL:017-765-2007  
E-Mail: support2020@auhw.ac.jp
- (2) 授業料の納入猶予に関する相談について（総務課）  
TEL:017-765-2006  
E-Mail:gakuhi@auhw.ac.jp
- (3) ドミトリーへの宿泊の相談について（総務課）  
TEL:017-765-2005

## 11 LINE公式アカウント「青森県-新型コロナ対策パーソナルサポート」について

青森県では、新型コロナウイルス感染症に関する情報を配信するためのLINE公式アカウントを開設しています。

当該アカウントを「友達」に追加すると、青森県内における感染者の発生状況、その他新型コロナウイルス感染症に関する情報が配信されますので、御活用ください。

友達への追加は左記のQRコードをスキャンする、またはLINEで「青森県 コロナ」又は「@aomori.covid-19」と検索してください。



## 12 新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）の活用について

厚生労働省が開発した「新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）」を活用することで、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性がある場合に通知を受け取ることができ、それにより検査の受診など保健所のサポートを早く受けることや外出の自粛など適切な行動をとることができます。

なお、個人情報等は一切記録されず、プライバシーは十分に保護されます。

アプリのインストール方法等詳しくは、以下の URL 若しくは QR コードにアクセスし、確認してください。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa\\_00138.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa_00138.html)



## 13 情報共有について

本方針は基本的な事項を記載したものであり、具体的な取扱いは、各教員からの指示に従ってください。今後も、キャンパスメイトにより情報を配信しますので、毎日、確認してください。

## 14 対応の更新について

第 1 版 令和 2 年 10 月 9 日 制定

第 2 版 令和 2 年 11 月 11 日 改定

第 3 版 令和 2 年 12 月 1 日 改定

## 「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

#### 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
- 徒歩や自転車利用も併用する

#### 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

#### 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