

新型コロナウイルス感染症対策について（お願い）

世界各地で新型コロナウイルス感染症が流行しています。自分自身と周囲の人のために、正確な情報収集と以下の必要な感染予防対策を行ってください。また、デマや不安をあおる情報に惑わされることなく、冷静に行動してください。

1. 体調管理（自己チェックの強化）

- ・ 食前、トイレ使用後や外出から帰宅後などでは、石鹸で手洗いをこまめに丁寧にしてください。アルコール消毒（噴霧）も有効です。
- ・ 体調不良で、咳・発熱・全身倦怠感（だるさ）・症状の長引く人は、無理をせず安静にしてください。
- ・ 37.5℃以上の熱が続くときは、かかりつけ医または保健所に相談してください。
- ・ 普段から十分な睡眠と栄養で体調を整え、免疫力が下がらないように心掛け、健康管理をしてください。また、バランスのよい食事を摂り、睡眠時間を確保してください。

2. 授業中の換気

- ・ 教室等の換気は、授業前、授業後には窓等を全開して行ってください。授業中は45分経過（90分授業）を目処に、5分～10分間窓・ドア等を全開して下さい。
- ・ 授業後は、（晴れている場合）窓・ドア等を全開して移動してください。4時限修了後は窓の施錠を行ってください。

3. 学外生活

- ・ 人混みや繁華街への外出は、必要な時を除き、避けてください。
- ・ マスク等の咳エチケットには十分に留意してください。
- ・ 換気が悪く、人が密集して過ごすような空間（部屋）に集団で集まることは絶対に避けてください。
- ・ 不特定多数と接触する機会のある居酒屋、スポーツ施設などでのアルバイト等は控えるようにしてください。
- ・ 特に、「換気が悪く」、「人が密に集まって過ごすような空間」、「不特定多数の人が接触する恐れが高い場所」ではクラスター（集団感染）が発生する事例が報告されています。具体的には、ライブハウス、スポーツジム、カラオケボックスや総合娯楽施設などで、閉鎖的・密集した場所・施設の利用は避けてください。