

## 対面授業にあたっての感染防止策について

対面授業開始に伴い、3つの条件（換気の悪い密閉空間、多くの人々が密集、近距離での会話や発声）が同時に重なる場を避けることはもちろんのこと、1つ1つの条件が発生しないよう配慮することが求められています。（文科省：教育活動再開に関するQ&Aより）

新型コロナウイルス感染防止のために、今までの生活様式から「新しい生活様式」へ対応が求められています。学生の皆様にも、以下のような点に注意して感染防止にご協力頂きたいと思っております。

### 1) 日々の健康管理について

- ・朝、自宅で検温を実施し、**体温が37.5℃以上**の発熱やかぜ症状の人は無理せず自宅療養してください。

※新型コロナウイルスの症状：発熱、咳、全身の強いだるさ、のどの痛み、鼻汁・鼻閉、頭痛、下痢、関節・筋肉痛、嘔気・嘔吐、胸の痛み、味覚障害、嗅覚障害

### 2) 学内では必ず**マスク着用を徹底**する（飛沫感染予防）

- ・授業中はマスク着用してください。（屋外でソーシャル・ディスタンスが保てる場合は外しても良い）

### 3) 教室・研究室の換気について（密閉防止・エアロゾル感染防止）

- ・教室の窓とドアは常時開けて授業する、開けられない場合は10分間/h ドアと窓を開ける
- ・授業中の私語や大声は謹むこと

### 4) ソーシャル・ディスタンスの配慮について（密集・密接防止）

- ・空けた座席配置の徹底や向かい合っただけのおしゃべりはしないこと
- ・列に並ぶときは、2m くらい間隔を取ること
- ・エレベーター、エスカレーターは間隔をあけて乗ること  
（健康のため階段での移動をお勧めします）

### 5) 手洗い・手洗いでできないときは手指消毒の励行（接触感染防止）

- ・不特定多数が触れる場所や物品に触ったときは、手洗いまたは手指消毒をする  
（例：エスカレーターのベルト、エレベーターのボタン、ドアノブ、電気のスイッチ、コピー機、印刷機、マイク、本、文具、共有のPC、自動販売機、スマホ、お金など）
- ・授業中の物の共有はしないほうが望ましいが、共用が避けられない教材・器具・機器等を使用する際は、使用前後の手洗いや手指消毒を励行する

### 6) 体調不良学生への対応

- ・学内で体調不良の学生がおりましたら、各キャンパス保健室または学生総合支援センターにご連絡ください。

保健室：日野：本館1階（内線1454）、渋谷：3階（内線5331）

### 7) 体調不良や新型コロナウイルス感染症罹患者への配慮

- ・罹患者への人権とプライバシーには十分配慮をお願いします。

# 「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。
  - 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**。
  - 外出時や屋内でも会話をするとき、**人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスク**を着用する。ただし、**夏場は、熱中症に十分注意**する。
  - 家に帰ったらまず**手や顔を洗う**。  
人混みの多い場所に行った後は、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。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
- 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（エアコン併用で室温を28℃以下に）  身体的距離の確保
- 「**3密**」の回避（**密集、密接、密閉**）
- 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- 毎朝の体温測定、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、十分に人との間隔を  
もしく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
- 徒歩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

### イベント等への参加

- 接触確認アプリの活用を
- 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  対面での打合せは換気とマスク