

学生等の体調管理に対する留意点 (新型コロナウイルス感染症の対策として)

1 体調管理（自己チェックの強化）

- ・石鹸で手洗いをこまめに丁寧にしてください。
（食前、トイレ使用后、登学时）
- ・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。**
- ・マスク等咳エチケットに留意してください。
- ・日頃から体調管理に努め、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、授業後は窓等を全開して行います。授業中は**45分経過（90分授業）を目処に、5分間窓・ドア等を全開します**。その際、授業者・代議員が声をかけてください。
- ・授業後は窓・ドア等を全開して移動します。4時限終了後は窓の施錠を行ってください。

3 学外生活

○新型コロナウイルスの集団感染防止

- ・**人混みや繁華街への外出を避けてください**。換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間に集団で集まることを避けてください。
「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おそれが高い場所」が集団感染をおこしやすいです。特にライブハウスやスポーツジム、カラオケボックス、総合娯楽施設など閉鎖的で密集した場所の利用は控えてください。

- ・**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**。
- ・世界各地で新型コロナウイルス感染症が流行し、色々な情報が流れています。自身と周囲の人のために情報収集、感染予防対策に努めてください。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。