

新型コロナウイルス感染症について（第 3 報）

聖徳大学保健センター

専門家会議における最新の見解では、症状の軽い人も気付かないうちに感染を拡げていると報告されています。若年層は重症化する割合が低く、気づかないうちに感染を拡げてしまう恐れがあります。密集し換気の悪い場所（スポーツクラブやライブハウス等）で感染拡大の可能性が高いことが報告されているため、皆さんの行動が、感染拡大に大きな影響を与える可能性があります。以上のことを踏まえ、各自下記の点に留意し基本的な感染症対策の徹底と健康管理に努めるとともに、正しい情報に基づき、適切な判断・行動を取るようしてください。

【日常の留意事項】

- 手洗い、咳エチケットの徹底など、通常の感染症対策に努めてください。
（帰宅時や食事前などこまめに石鹸を使った手洗いを行い 清潔なハンカチやペーパータオルで拭き取る。
厚生労働省「[新型コロナウイルスを防ぐには](#)」参照）
- 十分な睡眠や適度な運動、バランスのよい食事など、日常の健康管理に努めてください。
- 人混みにはできるだけ行かないように、特にライブハウスやスポーツジム、カラオケボックス、自宅での大人数での飲み会など、屋内で人が集まる風通しが悪い場所は避けるようしてください。【更新】
- 毎日体温測定等健康観察を行い記録しておきましょう。（次ページの健康観察票をご利用ください）【更新】

【発熱等の風邪症状がみられる場合】

- 軽い風邪症状（のどの痛みだけ、咳だけ、発熱だけなど）でも登校・出勤せず、不要不急の外出を控え自宅療養しましょう。【更新】
- 風邪症状が続き下記に当てはまる場合は、最寄りの帰国者・接触者相談センターに相談しましょう。
※風邪症状や 37.5℃以上の発熱が 4 日以上続く場合（解熱剤を飲み続けている場合も含む）
※強いだるさや息苦しさがある場合
※糖尿病・心不全・呼吸器疾患の基礎疾患がある方や、免疫抑制剤や抗がん剤を用いている方、妊婦、高齢者の方は、重症化しやすいため上記が 2 日程度続く場合。
- 上記センターに受診を勧められた場合は、指示された医療機関に受診してください。受診した場合は大学保健センターへ電話あるいはメールにてご連絡ください。
- インフルエンザの心配がある場合はかかりつけ医等にご相談ください。受診する場合は、マスクの着用（咳エチケット）、手洗いを徹底してください。
※インフルエンザは、突然の高熱（38℃以上）、全身倦怠感、関節痛など全身症状が出る特徴があります。
- かかりつけ医等において、感染の疑いがあると言われた場合（PCR 検査等実施した場合）は、大学保健センターへ電話あるいはメールにてご連絡ください。【更新】

【新型コロナウイルス感染症に罹患した方の濃厚接触者となった場合】

- 保健所の指示に従い自宅待機していただき、大学保健センターへ電話あるいはメールにてご連絡ください。

【新型コロナウイルス感染症に罹患した場合】

- 新型コロナウイルス感染症は政令により指定感染症となりました。これにより、学校保健安全法に定める第 1 種感染症とみなされ、同法第 19 条の規定により出席停止となります。診断された場合は、大学保健センターへ電話あるいはメールにてご連絡ください。

<関連情報>

◇厚生労働省 (https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html)

◇文部科学省 (https://www.mext.go.jp/a_menu/coronavirus/index.html)

〈 問い合わせ・連絡先 〉 聖徳大学保健センター健康相談室

T E L : 047-365-1111 内線 4625/3616

E-Mail : 6205soudansitu@seitoku.ac.jp

健康観察票

日付	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
	朝	朝	朝	朝	朝	朝	朝
体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
解熱剤使用	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
咳	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
息切れ	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
痰	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
鼻汁	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
その他 ()	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜
体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
解熱剤使用	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
咳	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
息切れ	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
痰	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
鼻汁	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
その他 ()	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし

日付	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
	朝	朝	朝	朝	朝	朝	朝
体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
解熱剤使用	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
咳	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
息切れ	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
痰	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
鼻汁	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
その他 ()	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
	夜	夜	夜	夜	夜	夜	夜
体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
解熱剤使用	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
咳	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
息切れ	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
痰	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
鼻汁	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし
その他 ()	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし	あり・なし

※発熱等の風邪症状があるときは、登校(出勤)せず、不要不急の外出を控えてください。

軽い風邪症状(のどの痛みだけ、咳だけ、発熱だけなど)でも同様です。

※風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続く場合(糖尿病・心不全・呼吸器疾患がある方、免疫抑制剤や抗がん剤を用いている方、妊婦・高齢者の方は2日程度)、強いだるさや息苦しさがある場合は、最寄りの帰国者・接触者センターに相談しましょう。