

大学生活での  
新型コロナウイルス  
感染症対策  
ハンドブック

COVID-19



# ハンドブックの 発行にあたって

新型コロナウイルスは世界の隅々にまで被害をもたらし、歴史に残る感染症の大流行となっています。日本においても2020年は、未知のウイルスに戸惑い慌てふためきましたが、徐々に対処方法を見出し、感染予防のための行動が明らかになりました。100%とまではいきませんが、それらの行動が感染者数を大幅に減らすことがわかってきています。

それを受けて本学でも、学生向けのハンドブックを発行することにいたしました。通学時から大学滞在時までの注意点を、「手軽に」と「わかりやすく」をモットーに示しています。各項目を確認しながら、自己チェックしてください。個人にとっても大学全体にとっても一人一人の用心深い行動が大切です。皆さん頑張りましょう。

看護職を目指す皆さんは、感染症の専門家としても多方面から頼られるような人材となります。そのため在学中に臨床現場で実習する機会や地域住民と接する機会があります。そのような時のためにも日頃からこのハンドブックを念頭に置き、どのような場面でも応用できるようにすることが大切です。

また、新型コロナウイルス感染症は、大変恐れられ、否定的に捉えられてきました。そのため、感染者やその家族等が疎外感を味わった例も少なくありません。それに比べて皆さんは、科学的な見地から感染症を知り、偏見を排して平常心で接することのできる専門職となります。本ハンドブックもそのような科学的な根拠や状況証拠によってつくられたものです。

このハンドブックが皆さんの正しく感染症を知るきっかけになり、皆さんの成長を助ける存在となることを願っています。

令和3年4月

学 長 石 垣 和 子

## 1

## 大学での日常的な感染予防策

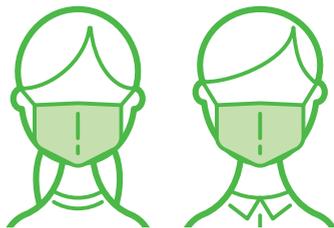


毎日  
「健康管理」と  
「行動管理」  
をしましょう



- 毎朝・夕の体温測定と症状の確認をしましょう。
- 「健康チェック表」に症状や薬の使用を詳しく書いてください。
- 「行動記録表」に出かけた場所を書いてください。

「マスク」を着用しましょう



- 常にマスクを着用しましょう。
- ただし、熱中症には気をつけましょう。

「手洗い・手指消毒」は  
こまめにしましょう



- 大学に入構する時には、手洗い、または手指消毒をしましょう。
- 共用物を触る前・触った後に手洗い、または手指消毒をしましょう。

フィジカル・ディスタンスを  
保ちましょう



- 人との会話はなるべく避け、可能な限り距離を保ちましょう。
- 飛沫感染防止のため、大声で話すことは控えましょう。

洗面所での感染に  
注意をしましょう



- 歯磨きをするときは、口に手をあて下を向いて飛沫が飛ばないようにしましょう。
- 人と人との距離は保ちましょう。
- 蛇口はペーパータオルで絞めましょう。

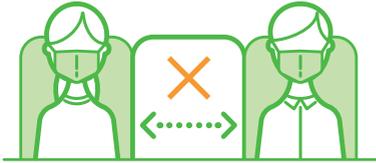
感染を拡げないためにも  
登校しないでください

- 新型コロナウイルス感染症(PCR検査陽性)に罹患した場合
- 新型コロナウイルス感染症の濃厚接触者になった場合
- 風邪症状や37.5℃以上の熱のある場合
- 海外渡航から帰国後や感染拡大地域へ移動した場合
- 不特定多数の人が集まる集会・イベントに参加した場合

詳細はHPにて確認してください



フィジカル・ディスタンスを保って食事をとりましょう



- 椅子は移動させないでください。
- 禁止マークの付いた座席には座らないでください。

「会話」は控えましょう

黙食



- 飛沫防止のために、食事が終わってから会話をしましょう。

食事以外は「マスク」を着用しましょう



- 会話の時は、マスクの着用を徹底しましょう。

「手洗い・手指消毒」をしましょう



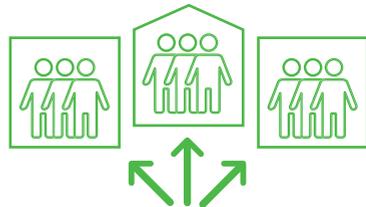
- 食事前後は、手を清潔に保ちましょう。

テーブルの上を消毒しましょう



- 食事前後に、食事するテーブル・机を消毒しましょう。

昼食場所の分散にご協力ください



- 食事場所は、食堂、各講義室、ガラスホール、センターホールをご利用ください。



### 教室の入室時・退出時に手指消毒をしましょう



- 入室前に、講義室前に設置されている手指消毒液で消毒しましょう。
- 退出時も手指消毒しましょう。

### 「換気」をしましょう



- 春～秋は常時、講義室のすべての窓と入口の扉を開けておきましょう。
- 冬季は講義室前後の窓と入口の扉を常に15cm程度開けておきましょう。
- 30分に一度、5分間程度、窓を全開にして換気しましょう。
- 冷暖房中も換気しましょう。

### 「マスク」を着用しましょう



- 常にマスクを着用しましょう。

### 机・キーボードの消毒をしましょう

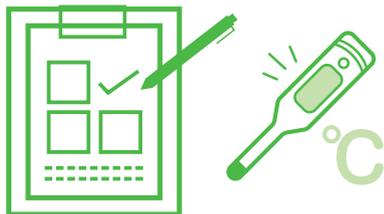


- 使用前後に除菌シート等で机を拭きましょう。
- 情報処理室や語学演習室でキーボード等を使用する場合は、使用前後に除菌シート等で拭きましょう。

# 4 技術演習時の感染予防策



## 2週間前後の「健康管理」と「行動管理」をしましょう



2Weeks

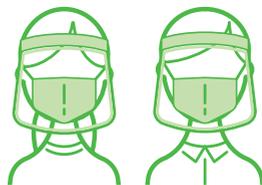
- ケアの性質上、フィジカル・ディスタンスがとりにくい場合があります。しっかり、健康管理と行動管理をしましょう。
- 「健康チェック表」や「行動記録表」の提出が求められることがあります。記録しておきましょう。
- 体調不良がある場合、演習担当の教員に相談しましょう。

## 「手指消毒」はこまめにしましょう



- 手洗いはこまめに行いましょう。
- 実習室・講義室へ入室時、退室時は、手指消毒を行いましょう。
- 技術演習中もこまめに手指消毒を行いましょう。

## 「マスク」と「フェイスシールド」を着用しましょう



- 「マスク（原則、不織布）」と「フェイスシールド」の両方を着用しましょう。

## 「机」や「器具」など、触れた物は消毒しましょう



- 除菌シート等で触れた物を消毒しましょう。
- 器具によっては除菌シートが使えませんので、教員に尋ねましょう。

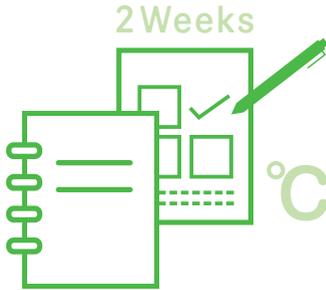
## 「換気」をしましょう



- 春～秋は常時、実習室のすべての窓と入口の扉を開けておきましょう。
- 冬季は実習室前後の窓と入口の扉を常に15cm程度開けておきましょう。
- 30分に一度、5分間程度、窓を全開にして換気をしましょう。
- 冷暖房中も換気をしましょう。



## 2週間前後の「健康管理」と「行動管理」をしましょう



- 実習先で「健康チェック表」や「行動記録表」の提示を求められることがあります。記録の上、携帯しましょう。
- 体調や行動で気になる点がある場合、実習担当の教員に相談しましょう。

## 看護専門職をめざす者として、行動を自粛しましょう



- 実習が始まる2週間前から
  - アルバイトは休みましょう。
  - 県外への移動は自粛しましょう。
- 実習先によっては、さらに行動の自粛を求められることもあります。

## 家族と協力して、感染予防を図りましょう



- 家庭内での感染予防について、話し合いましょう。
- 日常的な感染予防対策を、家庭内で取り入れましょう。
  - 検温・健康管理、換気、マスクの着用（夏場は熱中症に注意）
  - 咳エチケット、手洗いと消毒



## こんな時は

- PCR検査の受検が決定したとき
- 新型コロナウイルスに感染したとき
- 濃厚接触者に特定されたとき

## ここへ連絡

&lt;平日&gt;

①教務学生課:076-281-8304

②担任・副担任

③実習担当者

①~③のいずれかへ

&lt;時間外&gt;

①cosoudan@ishikawa-nu.ac.jp

②大学代表:076(281)8300 (守衛室)

①②のいずれかへ

- 登校にあたって、発熱や風邪症状等がみられる場合

自身の通常の体温とは異なる体温上昇、風邪症状、身体のだるさ、味覚や嗅覚に違和感、下痢など

- 症状が改善せず連続して大学を休むことになった場合

教務学生課:076-281-8304



毎日、大学の教務学生課に電話をしてください

※症状が改善して大学に来た場合は、講義室に入る前に必ず保健室または教務学生課に寄って回復した状況を知らせてください。

- 健康状態に不安がある場合の大学相談窓口

cosoudan@ishikawa-nu.ac.jp

## 大学生活での新型コロナウイルス感染症対策ハンドブック

編集: 石川県立看護大学 学生委員会 (2022年3月 初版第2刷 発行)



石川県立看護大学  
ISHIKAWA PREFECTURAL NURSING UNIVERSITY

〒929-1210 石川県かほく市学園台1丁目1番地  
TEL(076)281-8300 FAX(076)281-8319