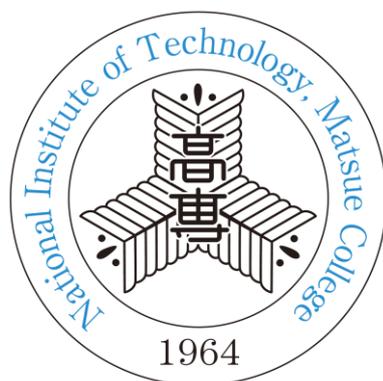


# 分散自主登校における 新型コロナウイルス感染症 対策指針

【1年生用】  
第1版



令和2年6月17日

松江工業高等専門学校

## はじめに

新型コロナウイルス感染症が全世界で蔓延し、WHOがこの流行状況について2020年3月11日にパンデミック相当との見解を示しました。

日本国内においても2020年1月16日に初めて感染者が確認され、その後、首都圏、関西圏、中京圏等いわゆる人口過密地域で感染者が急激に増加しました。その後、地方においても人の移動等による感染の広域拡大が確認され、岩手県を除く全都道府県で感染者が確認されたところです。

本校が所在する島根県松江市においては、クラスター感染などによる爆発的な感染者の増加があり、新型コロナウイルスが消滅しない限り、いつ、また、どこで感染者が発生するか全く予想ができないというのが現状です。

この指針は、1年生の自主登校を開始するにあたり、皆さんに安心して学校生活を送ってもらうことを目的に作成しました。

登校する学生の皆さんには新型コロナウイルスの特徴を理解し、正しく恐れ、適切な対応をしていただき、「感染しない」、「感染させない」を常に意識していただき、感染リスクを最大限抑える努力をお願いします。

## 自分の身は自分で守る！

これまで、新型コロナウイルス感染症対策について、国、県、市町村等が一丸となって取り組んだ結果、先月無事に緊急事態宣言が解除されました。しかし多くの人々が言うように、新型コロナウイルスとの闘いは長期戦になると見込まれ、再び感染が拡大する可能性は十分にあります。

本校は、今後も新型コロナウイルスの感染拡大防止に取り組むとともに、皆さんが健康で安心した学生生活を送ることができるよう、学校全体でみなさんをサポートしていくつもりです。特に、1年生は学校に5日しか登校できていない現状を考えると手厚くサポートする必要があると思っています。一方、皆さんも一人ひとりが、自分自身を、そして自分の大切な人を守るために、意識と行動を変え、「新しい生活様式」を日常生活及び学校生活のなかに定着させていく必要があります。

そこで、松江高専では、1年生の自主登校をするにあたり、新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の感染防止のため、『学校生活における「新しい生活様式」ハンドブック』を作成しました。本ハンドブックを参考に、「新しい生活様式」の定着に向けて、ご協力をお願いします。

最後に、本ハンドブックは、1年生の自主登校を行うために令和2年6月時点での知見に基づき作成したものです。今後、状況が変わった場合は、随時見直しを行うものであることを申し添えます。

## 1. 日常生活における基本的な生活様式

感染症対策の3つのポイントを踏まえ、取り組みを行いましょう。

- ① 感染源を断つこと
- ② 感染経路を断つこと
- ③ 抵抗力を高めること

### ① 感染源を断つこと

□ 毎日、検温及び風邪の症状を確認しましょう。

- ・ 発熱等の風邪症状のある場合は登校せず、学校に連絡しましょう。
- ・ 登校後に体調不良となった場合、保護者の迎えにて帰宅し、自宅で症状がなくなるまで休養しましょう。症状が回復した日を0日とし、4日目から登校可能ですが、地域の感染状況や本人の行動歴によって期間が変わることもあるので、学校へ確認してください。

### ② 感染経路を断つこと

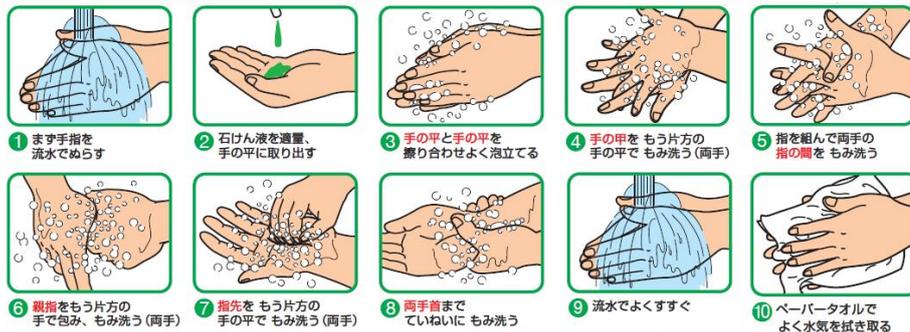
新型コロナウイルス感染症は、一般的に飛沫感染、接触感染で感染します。感染経路を断つためには、手洗い、消毒、咳エチケットが大切です。

□ こまめに手洗いと手指消毒をしましょう。

- ・ 手洗いは30秒程度かけて水と石鹸で丁寧に洗いましょう。

### ● 感染予防には手洗いが大切です！

手洗い手順（石けん液）



#### \* 手洗いのポイント

- ・ 手洗いは時間をかけて行いましょう。しっかり泡立てることで、手全体のしわなどに石けんが付きやすくなります。
- ・ 指先、指の間、爪の間は洗ったつもりでも洗えていない場合が多いです。右の図を参考に意識して洗いましょう。
- ・ 手首までしっかり洗うことも大切です。
- ・ ペーパータオルなどでしっかり乾燥させ;
- ハッピーバースデーの曲を石けんをつけてから2回、洗い流す時に1回歌い終わるくらいの時間をかけて手洗いしましょう。



## 手洗いの6つのタイミング



## 手指消毒は正しい方法で



- マスクを着用しましょう。



### ③ 抵抗力を高めること

- 生活習慣の乱れを防ぐため、十分な睡眠、バランスのとれた食事、適度な運動を心がける事によって体力や抵抗力を高め、感染しにくい状態を保つことが重要。

#### 【集団感染のリスクへの対応】

- 会話をする際は、可能な限り真正面は避けましょう。必ずマスクをしましょう。
- 人との間隔は、できるだけ空けましょう。
- こまめに換気をしましょう。
- 「3密」を避けることや周囲の人との距離(ソーシャルディスタンス)を保つことを意識しましょう。

#### 「3密」

- 1 換気の悪い密閉空間(空気の入れ替えのできない場所、窓のない場所)
- 2 多数が集まる密集場所(たくさんの人が集まる場所)
- 3 間近で会話や発声をする密接場面(人と人との間が近い場面)

- 不要不急の外出は控えましょう。
- やむを得ず「特定警戒都道府県」\*に移動する場合は、松江に到着した日から 14 日間は症状の有無にかかわらず自宅に待機し、体温測定するなどの健康観察を行きましょう。

\*その時点で指定されている場合

## 2. 登校の仕方

### 【登校前】

- 毎朝の検温及び風邪の症状を確認しましょう。  
→毎日朝夕に検温をし、健康チェックシートに記録しましょう。  
(体調不良時に平熱と比較するために必要です。また、健康チェックシートを確認することがあります。)
- \* 登校前に、発熱、咳、喉の痛みなどの風邪の症状や、味覚・嗅覚に異常がある場合には、登校せず、学校に連絡して、欠席しましょう。 教務係:0852-36-5132

- 登校時の持ち物を確認しましょう。
  - ① 健康チェックシート
  - ② 雑巾(タオル)を袋に入れて持参
  - ③ ハンカチとティッシュ、マスク
  - ④ ビニール袋
  - ⑤ 弁当(食堂はありません)
  - ⑥ イヤホン、ヘッドホンなど

#### 【各自に必要な持ち物】

- ・ 清潔なハンカチ・ティッシュ
- ・ マスク
- ・ マスクを置く際の清潔なビニールや布等



### 【登校時】

- 家を出るときは、マスクを着用しましょう。
- 通学時、公共交通機関を利用する場合は3密にならないよう、乗車の便の調整や他者との会話を控えるなどしてください。

## 3. 学校内の基本事項

- 食事や水分補給、運動等以外は、症状がなくてもマスクを着用しましょう。
- こまめに手洗い・手指消毒を行きましょう。
  - ・ 学内のトイレには消毒用のアルコールを設置しています。
  - ・ 教室にある消毒液では手指消毒をしないようにしてください。
- 会話をする際は、可能な限り真正面は避けましょう。
  - ・ 演習室などは座ることが可能な場所を指定していますので、指示にしたがいましょう。
- 登校後、体調不良がある場合には、速やかに保健室の看護師に申し出ましょう。
  - ・ 学校の指示に従い、速やかに保護者の迎えにより帰宅しましょう。

## 4. 学校内の過ごし方

### 【学校到着から始業前】

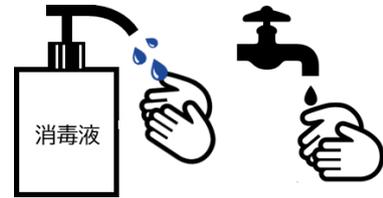
- 学生昇降口で、手指消毒(または手洗い)をしましょう。

### 【教室】

- 会話をする際は、可能な限り真正面は避けましょう。

### 【朝清掃】

- SHR後、自分の机を教室にある消毒液と持参の雑巾(タオル)を使用して消毒しましょう。



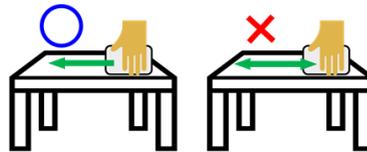
### 【演習室での清掃】

- 各自が使用する机やパソコンを、持参した雑巾(タオル)と消毒液で消毒しましょう。
- 使用したペーパータオルは各自で袋に入れて持ち帰りましょう。

雑巾に消毒液を噴霧



拭く方向は一方向



### 【授業中】

- 教室の換気を徹底しましょう。

換気は可能な限り常時、困難な場合はこまめに(30分に1回以上、数分程度、窓を全開にする)、教室の扉と前と後の窓を同時に開けて行うようにします。授業中は必ずしも窓を広く開ける必要はありませんが、気候、天候や教室の配置などにより異なることから、換気方法については、必要に応じて各自で判断してください。

- ・ 教室では、ロスナイ換気を常にオンにしましょう。
- ・ 換気を行うため、上着を持参するなど、各自で温度調節を行いましょう。

換気扇ON



窓を開ける



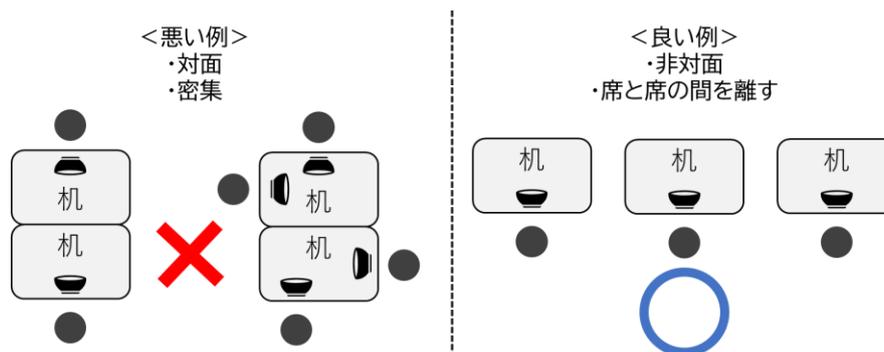
- 授業中はイヤホンやヘッドホンを使うなど、他の学生について十分配慮し静かに遠隔授業を受けましょう。

### 【休み時間】

- ゴミ箱は教室にあるものを使用せず2棟3階の自動販売機のところに設置していますのでそちらを利用しましょう。
- 洋式トイレでは便座の消毒をしてから使用しましょう(トイレに設置している消毒液をトイレットペーパーにつけ、便座を拭いてから使用してください)。
- 手洗い・手指消毒をしましょう。
- ロッカーや更衣室等を使用する場合は、密集しないよう気を付けましょう。
- 図書館や体育館、トレーニングルームといった施設は使用禁止です。

### 【昼休み・昼食時間(教室)】

- 食事前は、手洗い・手指消毒を行いましょう。
- 教室の換気を徹底しましょう。
- 食事時には対面ではなく、横並びに座りましょう。
- 会話をする際は、可能な限り真正面は避けましょう。



### 【放課後・掃除】

- 放課後は毎日、放課後は毎日、清掃（掃き掃除，拭き掃除，各自が使用した場所の消毒）を行いましょう。

## 5. 多数の学生が集まる活動の自粛

### 【課外活動】

- 16:30 までに必ず校内から撤収しましょう。16:30 以降に教員で消毒をします。
- 当面、平日での部活動は禁止します。
- 当面、平日での図書館・体育館・グラウンド・トレーニングセンターなどの施設の使用は禁止します。

学校生活で気を付けること

登校前	<input type="checkbox"/> 毎日朝夕に検温・風邪症状を確認し、健康チェックシートに記録する。
	<input type="checkbox"/> 登校時の持ち物を確認する。 <input type="checkbox"/> 健康チェックシート <input type="checkbox"/> 雑巾（タオル） <input type="checkbox"/> ハンカチ、ティッシュ <input type="checkbox"/> ビニール袋 <input type="checkbox"/> 弁当 <input type="checkbox"/> イヤホン、ヘッドホン
	<input type="checkbox"/> マスクはしているか
登校時	<input type="checkbox"/> 3密を避けて登校する（バスの便の調整など）。
始業前	<input type="checkbox"/> 教室に入る前に手洗い・手指の消毒をする。
	<input type="checkbox"/> クラスメイトと対面での会話を極力避ける。
	<input type="checkbox"/> 窓、換気扇を稼働させ換気する。
朝清掃	<input type="checkbox"/> SHR後、教室の自分の机を持参の雑巾（タオル）で消毒する。
	<input type="checkbox"/> 清掃・消毒に関する実施要項を確認。
授業時間	<input type="checkbox"/> 教室の換気を徹底する。
	<input type="checkbox"/> 演習室を使う者は、使用するパソコンや机などの消毒を行う。
	<input type="checkbox"/> イヤホン、ヘッドホンを使用して周囲の迷惑にならないよう注意する。
休み時間	<input type="checkbox"/> 教室の換気を徹底する。
	<input type="checkbox"/> 洋式トイレでは便座を消毒してから使用する。
	<input type="checkbox"/> トイレ後での手洗い・手指消毒をする。
	<input type="checkbox"/> 会話をするときには対面での会話は控える。
昼食時	<input type="checkbox"/> 各自の机の消毒、手洗い・手指消毒をする。
	<input type="checkbox"/> 昼食は特に対面にならないよう気を付ける。
	<input type="checkbox"/> 教室内で密集しないように気を付ける。
放課後	<input type="checkbox"/> 教室の清掃を行う。
	<input type="checkbox"/> 速やかに帰宅する。
	<input type="checkbox"/> 教室に残っての雑談、自主勉強はしない。
その他	<input type="checkbox"/> 体調不良の場合は保健室前のインターフォンで看護師を呼んで相談し指示を得る。 <input type="checkbox"/> すぐに帰宅できない場合には、迎えがあるまで保健室隣の学生相談室で待機する。

健康チェックシート

学生番号

クラス番号

氏名

月日	曜日	検温		該当症状に○をつけてください							
		AM	PM	倦怠感	咳	呼吸 困難感	咽頭痛	嗅覚 味覚障害	その他 風邪症状		
6月28日	日		°C		°C						
6月29日	月		°C		°C						
6月30日	火		°C		°C						
7月1日	水		°C		°C						
7月2日	木		°C		°C						
7月3日	金		°C		°C						
7月4日	土		°C		°C						
7月5日	日		°C		°C						
7月6日	月		°C		°C						
7月7日	火		°C		°C						
7月8日	水		°C		°C						
7月9日	木		°C		°C						
7月10日	金		°C		°C						
7月11日	土		°C		°C						
7月12日	日		°C		°C						