

令和3（2021）年12月22日

学生 各位

長野県立大学長 金田一 真澄

年末年始における適切な感染防止対策の徹底について

年末年始は、人の往来が活発となり、行事や会食の機会が多くなるだけでなく、気温の低下により換気も不十分になりがちです。

現在、長野県における新型コロナウイルスの感染状況は落ち着きを見せていますが、昨冬の1月に第3波のピークを迎え医療非常事態宣言が発出される危機となったことを踏まえると、学生の皆さんがどのように年末年始を過ごすかが、とても重要になります。次の感染の波を未然に防ぎ、安心して年明けの授業や課外活動等ができるよう、下記事項に留意いただき、感染拡大防止に向けた大学生として責任ある行動をお願いします。

記

I 感染防止のために

1 ウイルスを持ち込まない!

- (1) 帰省や旅行をする場合は、混雑する時期を避けるなど**時期の分散化を検討**するとともに、**帰省や旅行前は懇親会や飲み会等、感染リスクが高い行動を控え、体温や行動歴を記録**するようにしてください。
- (2) 帰省や旅行先の感染症対策の情報をあらかじめ調べるとともに、体調が悪くなった時の対応を考えるなど、事前の準備を心がけてください。
- (3) 帰省や旅行の10日前から当日までの間に体調に異変(発熱やせき、のどの違和感やだるさ等)がある場合には、家族等とよく相談したうえで帰省等を再検討してください。

2 ウイルスに感染しない!

- (1) お店や施設に入るときだけではなく、出る時も手洗い、手指消毒を心がけ、また、店内で物にさわるのは必要最低限にするなど、感染予防に努めてください。
- (2) 外出の際は、**混雑した場所や換気の悪い場所を避け、また、普段会わない人と会うときは慎重な対応をする**など、感染予防に努めてください。
- (3) 帰省や旅行中の**行動歴（時間、場所等）の記録**を心がけてください。

3 ウイルスの感染を広げない、持ち帰らない!

- (1) 基本的な感染防止対策（人と人との距離の確保、マスクの正しい着用、正しい手洗い・手指

消毒、十分な換気、ゼロ密（※）の意識）を改めて徹底してください。

※ 外出時は「密」を避けよう（「信州版 新たな旅のすゝめ」から）

- ①換気の悪い密閉空間 ②みんなが集まる密集場所 ③近くで話す密接場面
1つの密でも避ける「ゼロ密」を目指しましょう

(2) 帰省や旅行から帰宅後2週間程度は健康観察を行ってください。

(3) 帰宅前後に体調に異変を感じた場合には（※）、外出を控え、速やかに医療機関に相談するよう心がけてください。

（※ 発熱やせき、のどの違和感や鼻水、だるさ、味覚・嗅覚の異常などを自覚した場合）

4 懇親会・食事会・飲み会等には注意を!

同居の家族以外で行う懇親会や食事会、飲み会等については、感染対策の徹底が困難な場合には実施を控えてください。

県が推奨する「信州版“新たな会食”のすゝめ」感染防止の4つの基本

1 人との距離の確保

- ・ 人と人との間は1m以上空けるなど、相互に飛沫を避ける
- ・ おしゃべりをするときは飛沫防止パネル越しか、できるだけ真正面は避ける

2 マスクの着用

- ・ 会食前後のマスクの着用を徹底する
- ・ 周囲の状況に応じて適時マスクを活用する

3 こまめな手洗い・手指消毒

- ・ 食事の前後は、手洗い・手指消毒を徹底する
- ・ 消毒用アルコールを使った手指消毒が効果的

4 十分な換気

- ・ 屋内では30分に1回以上数分程度換気する

5 アルバイトについて

感染リスクの高い「接客を伴う飲食店」や「カラオケ」等のアルバイトは禁止しています。また、「3密」となりやすい飲食店、大声を出す行為等のリスクが高いと思われる職場、感染防止対策が取られていない職場でのアルバイトは自粛してください。

※寮生は、アルバイト職場等について厳しい制限があります。「令和3年度の寮における遵守事項改訂版①（寮の特別運営に関する行動ルール）」を再確認し、資料5「寮生のアルバイトについて」を遵守・徹底してください。

6 新年の授業開始について

令和4年1月6日（木）より、新年の授業が開始となります。1週間の全面オンライン授業はありません。通常通りの開講となります。

II 体調不良を感じた場合

1 かかりつけ医への相談

- (1) 日頃から健康観察を行い、発熱や咳など風邪症状等がある場合は**外出せず、ためらうことなく速やかにかかりつけ医等に相談・受診**してください。
- (2) 無症状でも人に感染させる可能性があるため、10日以内に風邪症状等があった場合は外出を控えるなど、**人に感染させないための行動を徹底**してください。
- (3) 発熱、咳などの風邪症状がみられる場合、対面授業を欠席し自宅で休養することとし、欠席の旨を学生サポートセンターへ連絡してください。

2 PCR検査対象者となった場合

濃厚接触者またはその疑いがあると保健所から連絡があった場合や、PCR検査の対象となった場合は、**速やかに下記連絡先へ連絡するようお願い**します。

なお、12月28日(火)から令和4年1月3日(月)まで大学休業期間となりますので、下記休日・夜間対応の連絡先へ連絡するようお願いいたします。

平日(8:30~17:15)	休日・夜間(17:15~翌日 8:30)	
026-217-5082 (学務課学生支援係)	第1連絡先	第2連絡先(第1不通時)
	070-4918-0314 (学生支援係公用携帯)	070-4918-0324 (学務課長公用携帯)

学務課学生支援係, 教務係
電話 026-217-5082, 5081
Mail gakusei@u-nagano.ac.jp
kyomu@u-nagano.ac.jp