

令和2年4月8日

帯広畜産大学学生寄宿舍  
寮生 各位

危機管理室長

### 寮生活における新型コロナウイルス感染症対策の注意事項

寮生活をするにあたっては、次の指針に従って予防及び感染拡大の防止に努めていただくようお願いいたします。

1. 規模の大小に関わらず、風通しの悪い空間で人と人が至近距離で会話する機会（懇親会、食事会、合宿等）は中止や延期していただくとともに、イベント（例：ライブハウス、クラブ、カラオケボックス等）に行かないようにしてください。
2. 咳エチケットや手洗い、基本的な感染症対策を徹底して行って下さい。また、発熱等の風邪症状（鼻水、のど痛、咳、たん、倦怠感等）がある場合は、大学を休み外出を控えてください。発熱のない風邪症状の際も同様に対応し、風邪症状が見られたら、保健管理センターに連絡し、毎日体温を測定して記録してください。
3. 共同利用スペース（大浴場、コモンルーム、食堂、洗濯室など）の利用にあたっては、換気に注意し、短時間の利用、一度に集まる人数を減らす、咳エチケットや手指の消毒等のほか、本学保健管理センター作成の感染症対策（2ページ目参照）に従って、健康状態の自己管理につとめてください。また、屋外の活動においても、参加の自粛を検討し、不要不急の外出を控えるようにしてください。

※寮生活について不明な点がある場合は寮長と相談するとともに、学生支援課にもご相談ください。

今後の状況により活動自粛要請の内容が変化することがあります。大学ホームページで発信する最新情報に注意を払うようにしてください。

## 感染症への各自の対応：

### ●感染しない（予防）

①手洗い	帰宅時、食事前などこまめに手を洗う。
②普段の健康管理	十分な睡眠とバランスのよい食事、運動を心がけ、免疫力を高めておく。
③適度な湿度を保つ	加湿器などで適切な湿度（50～60％）を保ち、乾燥による「のど粘膜」の防御機能低下を防ぐ。
④感染リスクの回避	密閉空間、密集場所、密接場面の3条件が重なる場を避ける。

### ●うつさない（感染拡大防止）

⑤咳エチケット	<ul style="list-style-type: none"> <li>・咳・くしゃみをする際、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖、肘の内側などを使って、口や鼻をおさえる。</li> </ul>
⑥自宅安静	<ul style="list-style-type: none"> <li>・発熱等の風邪症状（鼻水、のど痛、咳、たん、倦怠感等）があるときは、大学や職場を休み外出を控える。</li> <li>・発熱のない風邪症状の際も同様に対応する。</li> <li>・風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録する。</li> </ul>
⑦帰国者・接触者相談センター（保健所）への相談基準	<ul style="list-style-type: none"> <li>・風邪の症状や 37.5℃以上の発熱が4日以上続いている。（解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます）</li> <li>※高齢者や基礎疾患等のある方は、上の状態が2日程度続く場合。</li> <li>・強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある。</li> </ul> <p>相談先：帯広保健所（帯広市東3条南3丁目1 十勝合同庁舎内）            TEL:0155-26-9084（平日8時45分～17時30分）            北海道保健福祉部地域保護課 TEL:011-204-5020            （平日17時30分～8時45分、土日祝24時間）</p>

※⑥⑦に該当する者（自宅安静者、保健所相談者）は、保健管理センターに連絡する。

TEL: 0155-49-5315, 5793（平日8時30分～17時15分）

Email: hokekan■obihiro.ac.jp（保健管理センター）（■を@へと変更）