

新たな学校生活の取り組み  
～新型コロナウイルス感染症との共存を目指して～

令和2年5月19日

仙台青葉学院短期大学保健委員会

5月14日付で新型コロナウイルスの緊急事態宣言が39県で解除されたことを受け、短大としても順次登校が再開される予定となりました。

新型コロナウイルス感染症対策は長いマラソンに例えられ、大事なことは「感染症との共存」という考え方になってきます。

今までは人に会う機会を減らして感染のリスクを抑えてきましたが、これからは学校や職場などで人と人が会う場所でも、感染のリスクを抑えた生活をしていくことが課題になってきます。

しばらく自粛生活を送ることによって、ストレスなどが溜まっているところではあると思いますが、感染拡大を食い止めるために基本的には、引き続き「行動の変容」が求められます。

国の専門家会議の提言では、「新しい生活様式」に切り替える必要があるとして具体的な実践例が示されました。

「新しい生活様式」の実践例（一部抜粋）

**感染防止の3つの基本**

- ①身体的距離の確保：できるだけ2m（最低1m）
- ②マスクの着用：症状がなくてもマスクを着用
- ③手洗い：30秒程度かけて、水と石鹸で丁寧に洗う（手指消毒の使用も）

**移動に関する感染対策**

- ◇感染流行地域からの移動や、感染流行地域への移動は避ける
- ◇帰省や旅行は控えめに
- ◇誰とどこであったかメモの習慣など

**日常生活**

- ◇まめな手洗い・手指消毒      ◇咳エチケットの徹底      ◇こまめな換気
- ◇身体距離の確保                      ◇3密（密集・密接・密閉）の回避
- ◇毎朝の体温測定、健康チェック。発熱・風邪症状のある場合は無理せず自宅で療養

**生活場面ごとの例**

- ◇公共交通機関の利用：混んでいる時間帯を避け、会話は控えめに
- ◇買い物：1人または少人数で空いている時間に、電子決済も利用  
レジに並ぶときのスペース確保
- ◇食事：対面ではなく横並びに、おしゃべりは控えめに、デリバリーや持ち帰り活用
- ◇趣味・スポーツ：公園は空いた時間や場所を選ぶ      等

上記以外に働き方の新しいスタイルについては業種ごとに作成し、短大としては「新しい学校生活での様式」を考えながら実践していくこととなります。

5月15日付でSeiyoポータルやLMSで発信した対面授業の開始にあたっての留意事項が、いわゆる「新たな学校生活の取り組み」になります。保健委員会としても改めてお伝えいたします。

### 「短大における新たな学校生活」の取り組み

特に学校の教室などは、**3密状態**が生まれやすく感染リスクが大きくなる場所です。意識して「**人との距離**」をあけたり、「**会話**」を控えたり、「**換気**」を行うなどが重要になります。

移動の際の「エレベーター」も3密になりますので、それぞれのエレベーターの広さを考慮した利用人数の目安をエレベーターの前に提示しますので守ってください。4階くらいまではなるべく階段による昇降を意識してください。

対面授業開始後もしくは、滞在時間や人数を減らすなど様々な工夫がなされますので、ご理解ください。

#### 登校にあたって

1. **毎朝の体温測定**及び健康チェックを行う
2. **マスクを着用**して登校し、授業に臨む
3. **手洗いを励行**し、**手指消毒**を行う
4. 感染が流行している地域からの移動などを行った場合は、事前に短大に連絡して指示を仰ぐ
5. 朝から体調が悪いと感じた場合は、無理して登校せず、必ず事務局または保健室に電話連絡をする

### 「短大における新型コロナウイルスに対するマニュアル」の追加・変更点

#### 新たな相談・受診の目安

従来の「**37.5℃以上の発熱が4日以上続く**」の基準は**削除**（5月8日より）



いずれかに当てはまる場合はすぐに相談

- ① 息苦しさ・強いだるさ・高熱など強い症状のいずれかがある
- ② 高齢者や基礎疾患がある人など、重症化しやすい人で、発熱や咳など、比較的軽い風邪の症状がある
- ③ 上記症状以外の人で、発熱や咳など、比較的軽い風邪の症状が続く

#### 宮城県・仙台市の相談窓口増設（24時間対応）

022-211-3883 及び 022-211-2882

検査方法の追加（5月13日より）

「**抗原検査**」が保険適用になり、実施可能

これからは、感染症と共存していくための新たなチャレンジになってきます。

学生の皆さん一人ひとりが正しい知識をもって行動し、それを粘り強く続けていくことが感染拡大を防ぎ、健康な生活を守ることに繋がっていきます。

外出自粛生活や慣れないオンライン授業などに対するストレス等、疲れが出てくるころだと思いますが、少しリラックスしながら、外に出て運動不足を解消する等免疫力を高めていくことも心がけてみてください。

朝起きる時間を一定にして、起きたら朝日を浴びで深呼吸などしながら、生活リズムを整えてより健康な学校生活を送りましょう。

健康面については「保健室」に、また主に精神面での不安等については「学生相談室」にて支援します。一人で悩まずにいつでも何なりとご相談ください。

【保健室】 五橋キャンパス 022-399-6801  
長町キャンパス 022-393-5778  
中央キャンパス 022-395-5030

【学生相談室】 [https://seiyogakuin.ac.jp/upd\\_dir/naws\\_20200520001409.pdf](https://seiyogakuin.ac.jp/upd_dir/naws_20200520001409.pdf)