

新型コロナウイルス対策として

学内施設を使用するときに気をつけること

日本赤十字秋田看護大学・日本赤十字秋田短期大学
危機対策本部

I. 新型コロナウイルス感染症について知りましょう！

- ◆ 新型コロナウイルスの大きさは、 $0.2\ \mu\text{m}$ ($2/1000\text{mm}$)。ちなみに、サージカルマスクは $5\ \mu\text{m}$ の粒子までしか防御できません。
- ◆ 新型コロナウイルスに感染すると、2~14日の潜伏期間を経て発熱・倦怠感・咳・くしゃみ・鼻水などの症状が出ます。感染しても無症状のこともあります。高年齢者・糖尿病・慢性肺疾患・免疫不全などの基礎疾患のある人は重症化する可能性があります。
- ◆ 新型コロナウイルスは、飛沫感染（会話中に出るつばき・咳やくしゃみの飛沫など）と接触感染（ウイルス等が付いた場所に触れた手で口・鼻・目などに触る）で感染します。

II. 新型コロナウイルスの感染予防をしましょう！

- ◆ 「手洗い」や「うがい」をこまめに行うこと。
【理由】手に付いたウイルス等は、石けんで30秒程度のしっかりした手洗いで洗い流せます。また、新型コロナウイルスはアルコールに弱いので講義室にあるアルコールで手指消毒することも有効です。
- ◆ 三密（密閉、密集、密接）を避けること。
【理由】新型コロナウイルスは飛沫感染と接触感染で感染するので「密閉」「密集」「密接」を避けることが大切です。
- ◆ マスクを着用すること。
【理由】サージカルマスクを着用してもウイルス等はすり抜けてしまいますが、飛沫の飛散を抑える効果があります。また、症状のない人もマスクを着用することによって手で口や鼻に触る機会を減らし予防につながります。

III. 上記のことを理解して学内施設を使用するときには以下のようにしてください。

- ◆ ゼミ室は予約して使用すること。
【理由】万が一、学内で感染者が出た場合、感染経路の追跡や濃厚接触者の特定等が難しくなります。
- ◆ ゼミ室で飲食をするときは対面にならずに横並びで使用し、一室2名以下で使用すること。その際には窓とドアを開けておくこと。また、講義室で昼食を摂るときは机を移動せず対面にならないようにすること。廊下のテーブルを使用して飲食をする際にも対面にならず横並びに距離を取って座ること。学食では「×」印の付いている席は使用しないこと。

【理由】 飲食をするときにはマスクを外しますので、飛沫感染の危険性が増します。また、密集・密接を防ぐためです。

- ◆ ゼミ室を使用する際には窓とドアを開けておくこと。また講義室は休み時間ごとに窓とドアを開けて5分程度の換気をする事。

【理由】 密閉をさけ換気をする必要があります。

- ◆ 使用済みマスクや鼻をかんだティッシュ等は、必ず講義室等にある蓋付きのゴミ箱に捨てること。

【理由】 マスクやティッシュに付着したウイルス等を拡散させないためです。



ここに使用済みマスク等は捨てないで！

使用済みマスクや鼻をかんだ後のティッシュ等はここに！



- ◆ 健康科学教室は使用しないこと。

【理由】 スポーツジムで感染が確認されており自粛が要請されています。

IV. その他

- ◆ エレベーターの使用は控えること。

【理由】 エレベーターのボタンが感染源になる可能性があります。1号館のエレベーターは障害者と運搬専用になっているため、もともと使用できません。

- ◆ 正しいマスクの着脱と手洗いの仕方を学びましょう！

【理由】 マスクの使い方を間違えると感染源になります。装着しているマスクの表面には触ってはいけません。また、正しく手洗いをする事が重要です。

参照 <https://www.youtube.com/watch?v=FRht6vGVaus>

- ◆ スマートフォン等が感染源になることも！

【理由】 汚染したところに触れた手でスマートフォン等に触り、その手で口・鼻・目に触れることで感染する可能性があります。スマートフォン等を清潔にし、使用時に目、鼻、口に触らないようにしましょう。OA教室等のキーボードやマウス等も同様です。触れた後は手洗いをしましょう。新型コロナウイルスは物体の表面で数時間あるいは数日間にもわたって生存すると言われていています。