

(11月17日以降の取扱い)

別添

学生の皆さんへ ～感染対策の基本を守り、無理せずに～

新型コロナウイルスの感染拡大の中で始まった令和2年度も、後期の授業の中盤を迎えました。前期は、対面での講義等が中止になり、いまだキャンパスでの授業を受けられずにいる新入生や入国さえ出来ない留学生、アルバイト収入の減などで深刻な影響を被っている学生、環境激変下での就職活動を余儀なくされている学生など、不安や孤独な思いをされている方もおられると思います。本学は、心のケアや経済的支援、キャリア支援などを通じて皆さんをサポートしていきますので、一人で悩まず相談してください。また、このコロナ禍にあって学生教職員みなで支え合い乗り切っていきたいと思います。

さて、新型コロナウイルスに関しては、感染拡大の防止と社会経済活動の両立が目標になっていますが、感染者は全国で再び拡大し、警戒が必要な状況です。感染リスクが高まる場面には、①飲酒を伴う懇親会等、②大人数や長時間におよぶ飲食、③マスクなしでの会話、④狭い空間での共同生活、⑤居場所の切り替わり（休憩室、更衣室など）があるといわれています。下記にある基本的感染対策をし、感染リスクの高い活動をしないことを徹底してください。

また、帰省や旅行などの移動に当たっては、移動先の感染状況を確認の上、感染防止対策がとられていない場所への立ち入りを避けるなど、感染予防を徹底してください。また、感染拡大地域からの帰県後は2週間の健康観察を徹底してください。

新型コロナウイルスは、口・鼻・目に入ることによって感染します。主な経路は、感染している人の咳・くしゃみ・会話で生じる飛沫が口・鼻・目に入る飛沫感染と、ウイルスの付着した手が口・鼻・目に触れる接触感染です。したがって、基本的な感染防止対策は、

- ①飛沫が到達しない“身体的距離の確保”（密集、密接の回避）
- ②飛沫を拡散させない“マスクの着用”（密接の回避）
- ③飛沫を滞留させない“換気”（密閉の回避）
- ④手に付着したウイルスを除去する“手洗い・手指消毒”

です。マスクは感染した手を口や鼻に触れにくくするためのものでもあります。

このウイルスは、自身が軽い症状や無症状であっても、気づかずに、周囲の人に感染を広め、その人の命を奪ってしまうこともあります。決して「自分は大丈夫」と思わず、一人ひとりが、感染から身を守りながら、人にうつさないよう、皆さんの責任ある行動を改めてお願いします。

秋から冬はインフルエンザや風邪などの感染症が流行する時期です。新型コロナウイルスの症状は風邪などと似ています。健康を保つために上記の感染防止対策を実践すること

が重要ですが、風邪かなと思ったら、軽いものでも、無理せず休んでください。大学に連絡があれば欠席にはなりません。皆さんにも、無理をしない、無理をさせない環境づくりを心掛けていただくようよろしくお願いします。

(学生に係る対応について)

1. 日常生活で守っていただくことについて

- (1) 少しでも風邪症状や倦怠感、味覚・嗅覚の異常があれば、自宅で静養してください。
このような症状があるときは、**アルバイトも絶対に行かないでください。**
- (2) 毎日の検温を含め体調管理に努め、健康状態やその日の行動を記録するよう心がけてください。(下記 URL に掲載している健康行動記録票を参考に、ご自身のアプリや手帳などに工夫して記入してください。)

健康行動記録：

https://www.shinshu-u.ac.jp/news/upload_file/20200910health_record.xlsx

また、感染拡大を防止するためには、感染の可能性をいち早く知ることが重要なことから、厚生労働省が開発した「新型コロナウイルス接触確認アプリ (COCOA: COVID-19 Contact Confirming Application)」の活用をお願いします。

詳細はこちら→https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa_00138.html

- (3) 家から出る時は**マスクを着用し、マスクなしに会話をしないでください。**ただし、屋外で人と十分な距離(2 m以上)を確保できる場合には、マスクを外して構いません。(マスクが手に入らない場合は、下記 URL 等を参考にしてマスクを自作するなどしてください。)

文科省 HP：https://www.mext.go.jp/a_menu/ikusei/gakusyushien/mext_00460.html

- (4) 家から出る時は、意識して人との接触を減らし、**人との距離(できるだけ2 m, 最低1 m以上)をとるようにしてください。**
- (5) **換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間に絶対に集まらないでください。**カラオケ、ライブハウス、居酒屋、アパート、下宿先などの場所を問わず、換気の悪い空間に人が集まって、大きな声を出したり、歌ったり、呼気が激しくなる運動をしたり、飲食をしたりする場所で過ごすことは、厳に慎んでください。
- (6) **家族以外の人と多人数で又は長時間にわたって会食することは避けてください。**少人数、短時間の会食であっても、体調が悪い人は参加しない、させないようにするとともに、箸やコップの使い回しはせず、会話する時はなるべくマスクを着用してください。
- (7) **臨地の実習など学外の多人数との接触の機会がある場合は、2週間前から家族以外の人との会食を避けてください。**
- (8) 建物に出入りする時、調理や食事をする前、家に帰った時などは、必ず、**石鹸で手を洗うかアルコールで手指を消毒し、常に咳エチケットを守ってください。**

2. 風邪症状などがある場合の対応について

- (1) 風邪症状、倦怠感、味覚・嗅覚異常などがあれば、軽い症状であっても、症状消失後2日を経過するまで、出席停止です。登校せず、健康観察(体調と体温の記録)を行い、自宅で静養してください。その際は授業の有無、休業期間に関わらず速やかに総合健康

安全センター又は各キャンパスの保健室に連絡してください。また、健康状態の観察に必要なため、症状が出た際と症状が消失した際には、速やかに「新型コロナウイルス感染者等情報カード」を作成の上、総合健康安全センターへメール送信してください。
新型コロナウイルス感染者等情報カード：

https://www.shinshu-u.ac.jp/news/upload_file/20200910information_covid19_inspection.xlsx

- (2) 息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがある場合、重症化しやすい者¹で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合、それ以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合は、まずは、電話でかかりつけ医等身近な医療機関、総合健康安全センター（各キャンパスの保健室を含む）または受診・相談センター（保健所）へ相談してください。（強い症状と思う場合にはすぐに相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です。）
- (3) **医療機関を受診する時は、必ず、事前に連絡をした上で、マスクを着用してください。**
インフルエンザ又は新型コロナウイルスの検査を求めて医療機関を受診することは厳に慎んでください。
※症状があるのに、事前連絡なしに受診すると医療機関は他の患者の診療を行えず、仮に新型コロナウイルスに感染していた場合は地域の皆さんに多大なご迷惑をおかけすることになります。
- (4) どうすればよいか不明な場合は、総合健康安全センター又は各キャンパスの保健室にまず相談してください。

学内関係部署の連絡先一覧

	連絡先
総合健康安全センター (情報カード受付窓口)	kenkouc-covid19@shinshu-u.ac.jp
総合健康安全センター（松本）	0263-37-2157 (休日緊急連絡 090-3143-4650 全キャンパス共通)
教育学部保健室	026-238-4055
工学部保健室	026-269-5077
農学部保健室	0265-77-1312
繊維学部保健室	0268-21-5312
学生相談センター	0263-37-3165
キャリア教育・サポートセンター	0263-37-3164, 0263-37-2186

¹ 高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患（COPD等）等の基礎疾患がある者や透析を受けている者、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている者

学業等に関する学部等の連絡先一覧

学部	連絡先
人文学部	jgakumu1@shinshu-u.ac.jp
教育学部	kyouiku_gakumuk@gm.shinshu-u.ac.jp
経法学部	k_gakumu@shinshu-u.ac.jp
理学部	rigaku-renraku@shinshu-u.ac.jp
医学部医学科	igakumu01@shinshu-u.ac.jp
医学部保健学科	hogaku2@shinshu-u.ac.jp
工学部	kou_kinkyu@shinshu-u.ac.jp
農学部	ngakumu@shinshu-u.ac.jp
繊維学部	fgakusei@shinshu-u.ac.jp
全学教育機構（共通教育窓口）	acacia@shinshu-u.ac.jp

* 共通教育科目については、共通教育窓口ご連絡してください。

* 大学院生は、所属するキャンパスの担当窓口へご連絡してください。

長野県受診・相談センター（保健所）

※24 時間対応

電話相談窓口	管轄市町村	電話番号
佐久保健福祉事務所（佐久保健所）	小諸市, 佐久市, 南佐久郡, 北佐久郡	0267-63-3178
上田保健福祉事務所（上田保健所）	上田市, 東御市, 小県郡	0268-25-7178
諏訪保健福祉事務所（諏訪保健所）	岡谷市, 諏訪市, 茅野市, 諏訪郡	0266-57-2930
伊那保健福祉事務所（伊那保健所）	伊那市, 駒ヶ根市, 上伊那郡	0265-76-6822
飯田保健福祉事務所（飯田保健所）	飯田市, 下伊那郡	0265-53-0435
木曾保健福祉事務所（木曾保健所）	木曾郡	0264-25-2227
松本保健福祉事務所（松本保健所）	松本市, 塩尻市, 安曇野市, 東筑摩郡	0263-40-1939
大町保健福祉事務所（大町保健所）	大町市, 北安曇郡	0261-23-6560
長野保健福祉事務所（長野保健所）	須坂市, 千曲市, 埴科郡, 上高井郡, 上水内郡	026-225-9305
北信保健福祉事務所（北信保健所）	中野市, 飯山市, 下高井郡, 下水内郡	0269-67-0249
長野市保健所平日（8：30～17：15）	長野市	026-226-9964
長野市保健所 休日・夜間（17：15～8：30）	長野市	026-226-4911

3. 感染症患者の発生と接触者の扱いについて

- (1) 新型コロナウイルス感染症の検査の結果、患者「確定例」²となった学生又は「疑似症患者」³と診断された学生は、総合健康安全センターが許可するまで出席停止です。速やかに総合健康安全センターに連絡するとともに、保健所及び医療機関の指示に従い

² 「臨床的特徴等から新型コロナウイルス感染症が疑われ、かつ、検査により新型コロナウイルス感染症と診断された者」を言います。

³ 「臨床的特徴等から新型コロナウイルス感染症が疑われ、新型コロナウイルス感染症の疑似症と診断された者」を言います。

療養してください。

- (2) 患者（確定例）と濃厚接触⁴したと特定された学生も、最後に濃厚接触した日の翌日から2週間、出席停止です。保健所及び医療機関の指示に従うとともに、速やかに総合健康安全センターに連絡し、当該期間は、健康観察（体調と体温の記録）を行い、自宅待機（学修）してください。
- (3) その他濃厚接触者となる可能性がある場合など、保健所や総合健康安全センター等の判断で外出制限の対象となった学生も、その期間は出席停止です。(2)と同様、自宅待機（学修）してください。
- (4) (2)又は(3)の対象となった学生に対し、所属学部等が提供する e-learning を活用した授業や課題研究等を履修できるよう配慮します。

4. 不要不急の海外渡航の禁止と帰国・入国時の対応について

- (1) 外務省感染症危険情報のカテゴリ「レベル2」以上の国・地域への不要不急の渡航は禁止です。真にやむを得ず渡航する場合は、私事の渡航も含め、2週間前までに（乗継地を含め）海外渡航届により所属学部等に届け出るとともに、外務省海外旅行登録「たびレジ」への登録も行ってください。

海外渡航届：ACSU ログイン後「グローバル化推進センター」欄を参照

- (2) 私事の渡航も含め、(1)の国・地域からの帰国・入国者は、健康状態を正しく検疫所に申告するとともに、所属学部等に連絡の上、検疫所長が指定する場所（自宅等）において帰国・入国した日の翌日から2週間待機（学修）してください。その際、宿舎・寮などのトイレや浴室など、複数の人が共同で使用する場所がある施設は指定場所の対象外であり、また、指定場所へは、公共交通機関を使用することができませんので注意してください。この期間、所属学部等が提供する e-learning を活用した授業や課題研究等を履修できるよう配慮します。

⁴ 「患者（確定例）」（「無症状病原体保有者（臨床的特徴を呈していないが、検査により新型コロナウイルス感染症と診断された者）」を含む。以下同じ。）の感染可能期間（患者（確定例）：発熱及び咳・呼吸困難などの急性の呼吸器症状を含めた新型コロナウイルス感染症を疑う症状を呈した2日前から隔離開始までの間、無症状病原体保有者：陽性確定に係る検体採取日の2日前から入院、自宅や施設待機開始までの間）に接触した、以下に該当する場合は言います。

- ・患者（確定例）と同居あるいは長時間の接触（車内、航空機内等を含む）があった者
- ・適切な感染防護無しに患者（確定例）を診察、看護若しくは介護していた者
- ・患者（確定例）の気道分泌液もしくは体液等の汚染物質に直接触れた可能性が高い者
- ・その他：手で触れることの出来る距離（目安として1メートル）で、必要な感染予防策なしで、患者（確定例）と15分以上の接触があった者（周辺の環境や接触の状況等個々の状況から患者の感染性を総合的に判断する）

※ 空港から検疫所長が指定する場所への移動手段を確保できない場合は、次の URL を確認してください。

(厚生労働省 HP : 「ホームページリンク掲載に関する基準を満たすハイヤー会社またはハイヤーを調達できる旅行会社の紹介」参照のこと。)

URL : https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/newpage_00020.html

(3) この間に発熱などの風邪症状などが生じた場合には、最寄りの長野県新型コロナウイルス感染症有症状者相談窓口で電話で受診の相談をした上で、医療機関に連絡し受診してください。

5. 渡日できない留学生への対応について

(1) 母国の出国制限や日本国の入国制限により渡日できない留学生に対し、所属学部等が提供する e-learning を活用した授業や課題研究等を履修できるよう配慮します。

(2) 令和 2 年 4 月 3 日の入国制限が発効する前に日本国外にいた留学生が、国際的な往来再開に伴い入国する際の待機に伴う費用について、信州大学知の森基金を活用した支援をいたします。

(3) 正規留学生（大学院生）の場合は、入学時期の変更（来年 4 月 1 日付け）について配慮します。

(4) 想定外の大幅な渡日の遅延により前期中に入学辞退を申し出た正規留学生（学部生・大学院生）については、授業料及び入学料を返還します。

6. 不要不急の感染拡大地域との往来について

(1) 当分の間、長野県が公表している直近 1 週間の人口 10 万人当たりの新規感染者数が 5.0 人を上回っている都道府県への往来については、往来そのものを慎重に検討すること、また、それ以外の都道府県への往来については慎重な行動をとる等、不要不急の往来は、慎重に対応し、帰県した日の翌日から 2 週間は、徹底した健康観察（体調、体温等）を行ってください。なお、臨地の実習など学外の多人数との接触の機会がある場合は、2 週間前から、「往来そのものを慎重に検討」としている都道府県との往来は控えてください。

(長野県 HP : 「他都道府県での新型コロナウイルス感染症の感染状況のモニタリングについて」参照のこと。

<https://www.pref.nagano.lg.jp/hoken-shippei/monitoring.html>)

7. 授業等の取扱いと学生の入構について

(1) 自宅等の通信環境が整わない学生には、所属学部等に連絡があれば、特定の教室での Wi-Fi 利用を可能としています。

(2) 対面で行う実験・実習等の授業は、感染拡大を防止する対策を行いながら、各学部等の方針に基づいて実施しています。

(3)上記のほか、研究指導や卒業研究、図書館等の利用、活動可能な課外活動その他の用事のない学生の入構は原則禁止です。

8. 欠席の取扱いと履修上の配慮について

(1) 次のいずれかに該当する学生は、出席停止とし、所属学部等への連絡があれば、欠席扱いにはなりません。

- ・少しでも風邪症状や味覚・嗅覚の異常がある者
- ・新型コロナウイルス感染症患者「確定例」、「疑似症患者」となった者
- ・患者（確定例）と濃厚接触したと特定された者その他濃厚接触者となる可能性など、保健所や総合健康安全センター等の判断で外出制限の対象となった者
- ・外務省感染症危険情報のカテゴリ「レベル2」以上の国・地域から帰国・入国した者

(2) 次のいずれかに該当する学生は、通学困難事由に該当し、所属学部等への連絡があれば、欠席扱いにはなりません。

- ・母国の出国制限や日本国の入国制限により渡日できない留学生
- ・自宅等の通信環境が整わず学内にも入構できない中で授業等の履修ができない者

(3) (1)又は(2)に該当する者には、e-learning を活用した授業、追試験の実施やレポートの活用や提出期限の延長等に対応し、履修上不利益とならないよう対応します。

9. 困難な状況にある学生への支援について

(1) 新型コロナウイルスによる社会の変動が学生に与える長期的な影響を考え、信州大学知の森基金を活用した経済支援をいたします。

第1回新型コロナウイルス緊急学生経済支援申請期限：11月18日

URL：

https://www.shinshu-u.ac.jp/campus_life/studentsupport/news/2020/11/149061.html

(2) オンライン授業や実験・実習支援、学生サポートなどの様々な業務を、学生の積極的活用によって支えるために、信州大学サポート・フェロー制度を整備しました。

(3) 新型コロナウイルス感染症拡大の影響で世帯の家計が急変した場合には、日本学生支援機構給付奨学金及び貸与奨学金に家計急変後の収入見込みで随時申請することができます。

(4) 学生支援についてのお問い合わせその他お困りのことは、所属学部等又は学生総合支援センターにご相談ください。

URL：https://www.shinshu-u.ac.jp/campus_life/studentsupport/index.html

(5) 修学支援以外の制度のうち、経済的に困難な場合に活用できる制度等については次のURLよりご覧ください。

URL：https://www.shinshu-u.ac.jp/news/upload_file/202008shugakushienigainoseid

[o.pdf](#)

なお、「新型コロナウイルス感染症対応休業支援金・給付金」の詳細については次の URL よりご確認ください。

URL : <https://www.mhlw.go.jp/stf/kyugyoshienkin.html>

10. 就職活動における対応について

- (1) 新型コロナウイルスの感染拡大に伴う企業の業績不振に起因する内定取消しや、採用・入職時期の延期の連絡等を受けた場合は、キャリア教育・サポートセンターに相談してください。

11. 新型コロナウイルス感染症に関する心のケアについて

- (1) 総合健康安全センター、各キャンパスの保健室及び学生相談センターでは、学生のメンタルヘルスや健康相談を行っています。新型コロナウイルスの関係で、不安なこと、心配なことがあれば相談してください。

12. 学生健康診断について

- (1) 新型コロナウイルス感染拡大のため、学生定期健康診断を延期していましたが、学部新入生を対象に、7月以降順次実施しています。対象者には、実施日時等を個別にメール連絡しています。詳細は、総合健康安全センターHP「学部新入生の健康診断の実施について」を参照してください。なお、学部新入生以外の健康診断の実施は未定です。詳細が決定し次第、連絡します。
- (2) 就職活動等において、健康診断証明書の提出を求められる場合がありますが、学生が個別に医療機関で健康診断を受けることも、医療機関の置かれた状況を鑑みると推奨することはできません。このため、HPに掲載した企業・団体宛ての要請文などを用い、事情を説明の上、本年度分の提出を留保いただくようお願いしてください。
ただし、相手先企業・団体へ健康診断証明書提出の留保をお願いしたにも関わらず、提出を求められた場合には、①仮に健康診断証明書を提出する場合、昨年度の検査結果に基づく証明書でも支障ないか、及び②証明書において必要な検査項目を先方へ確認の上、総合健康安全センター又は各学部保健室へご相談ください。

13. 学生寄宿舍、国際交流会館における対応について

- (1) 学生寮利用者は次のことを必ず守ってください。
 - ・マスクを用意してください。(マスクが手に入らない場合は、下記 URL 等を参考にマスクを自作するなどしてください。布マスクなどの場合、数枚用意し、毎日洗濯、交換してください。)
 - 文科省 HP : https://www.mext.go.jp/a_menu/ikusei/gakusyushien/mext_00460.html
 - ・2人部屋では換気を頻回に行い、2m以上の距離がとれない場合は常時マスクを着用してください。

- ・他の寮生の部屋には入らないでください。
- ・帰宅時，食事（飲料や茶菓を含む）前，入浴前後の手指の消毒を徹底してください。
- ・マスクをせずに2m以内で話をしないでください。絶対に大声を出さないでください。
- ・向かい合って，話をしながら食事をしないでください（外食時でも）。
- ・共用スペースでは常時，人混みへの外出時(買い物も含む)にもマスクを着用してください。
- ・少しでも体調に不安を感じたら直ちに管理者に連絡し相談してください。

(2) 食堂，共用スペース，風呂

場の利用について，3「密」回避のため，利用の制限や分散化を徹底します。なお，食堂における3「密」回避の対策が実施できない場合には，弁当の提供などにより対応します。

14. 課外活動について

- (1) 課外活動は，「信州大学の関係する団体の活動及び大学施設を利用する活動に関する感染拡大防止対策の指針」に基づき，行うことができます。