

新型インフルエンザの感染等の防止

学 生 各 位

夏季・秋季休暇中の注意

1. 体温計とマスクは必需品です。マスクは最低1週間分は用意しましょう。
2. いつでも医療機関を受診できるように、健康保険証または遠隔地証明書を準備しておきましょう。
3. 万一、インフルエンザに罹患して自宅安静や外出自粛となってもよいように最低1週間分の食料（カップめんや缶詰、飲料水等）を用意しておきましょう。
4. 自宅や居住地周辺の医療機関やその診察時間、電話番号などをあらかじめ書き留めておきましょう。

自宅での注意

1. 手洗い・うがいなども励行してください。
2. 咳やくしゃみをする時は、ハンカチやティッシュで口を覆い、他の人がいない方向を向いてしましょう。その後速やかに手を洗うよう心がけてください。
3. 不必要に人混みに出ることを避けましょう。
4. 自宅には体温計を買っておき、体調の悪い時は検温してください。
5. 37.5℃以上の発熱がある場合は、
医療機関を受診し、適切な治療を受けてください。
クラブ活動は休み、大学に登校せず、自宅で療養してください。
6. もし、A型インフルエンザと診断された場合は、
 - ①医師の指示に従うこと、また、少なくとも解熱後2日（可能なら4日の方が望ましい）が過ぎるまで自宅で療養してください。
 - ②クラブ活動やサークル活動には参加しないでください。
 - ③買い物などどうしても外出する必要がある場合はマスクを着用してください。
 - ④A型インフルエンザに罹患したことを必ず大学（保健・健康推進本部健康管理室03-5841-1936）に連絡してください
 - ⑤インフルエンザと診断された方で一人暮らしの場合は、定期的に携帯電話等で家人か友人から連絡をしてもらうようにしてください。

平成21年8月12日

東京大学新型インフルエンザ対策本部