

(別添2)

# 東京大学の学生・教職員のみなさんへ ～新型コロナウイルス感染拡大防止のために～

大学のキャンパスを安心して研究・教育活動を行うことのできる場所とするために、  
学生・教職員のみなさんは以下の指針に沿った行動をお願いします。

**【重要】登校日・出勤日には必ず検温してください。体がだるい、熱があるなどいつもと体調が異なる時は登校・出勤を控えてください。健康管理のために、専用サイトへの入力を推奨します。**

◎東京大学新型コロナウイルス健康管理報告サイト

<https://www.u-tokyo.ac.jp/ja/general/healthcheck.html>

## 1. 日常生活での注意事項

### (1) 基本的な感染防止対策の徹底

- 出来るだけ効果の高い不織布マスクの正しい着用、こまめな手洗い・手指消毒、3密の回避



### (3) 外出時・休日の過ごし方

- 学内の感染報告では、会食や飲み会などに起因した感染事例が多く、無症状者からの感染拡大事例も報告されています。会食をする場合は自治体の出す基準を参照し人数を絞り、かつ**食事中も会話する時は必ずマスクを着用する。**
- 飛沫感染やエアロゾル感染が起きやすい活動は控える。どうしても実施が必要な場合は、最大限の感染防止対策。
- 帰省や旅行は「密」回避のため、期間をずらすことなどを検討。



### (2) キャンパス内での生活

- 登校日、出勤日には、各自で**キャンパス内での行動履歴を記録。**  
例: 立寄り先(教室、実験室、会議室、居室等)、接触者(概ね1m以内で15分以上の近接した状態の可能性があった人)
- 教室等は、窓や扉を開けて十分**換気。**
- 教室等では前後・隣の人と間隔を空けて着席するなど、密集を避ける。
- 食堂では、対面を避けて着席。食事中は会話を控える。
- 食堂、図書館、休憩スペース等の共有空間利用時は、手洗いや手指消毒をこまめに行う。



## 2. 新型コロナウイルス感染症に罹患したとき

速やかに**所属部局の連絡窓口**に報告してください。

< 報告時に所属部局から確認される主な事項 >

- 発症の時期・症状、陽性判明日
- 感染の原因・出来事等
- 保健所・医療機関から本人への指示(自分自身や周囲の人に対する)
- 発症の**2日前**、陽性確定に係る検体採取日以前の**過去2日間**のキャンパス内での行動履歴(立寄り先、接触した人など)
- 担当の保健所・相談センター、医療機関(名称、担当者の氏名・連絡先)

## 3. 濃厚接触者、濃厚接触の疑いになったとき

### (1) 自分が濃厚接触者になったとき

- ・自宅等で待機し、保健所から指示があった場合はそれに従ってください。
- ・速やかに**所属部局の連絡窓口**に報告してください。
- ・基本的には、感染者と**最後に接触した日から7日間**の自宅待機となります。その間、毎日朝・夜に体温を測るなど健康状態に注意を払い、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には、医療機関受診前に保健センターに電話で相談してください。夜間・休日等で学外の相談窓口(4に記載)に先に連絡した場合は、その結果を所属部局の連絡窓口<sup>①</sup>に報告してください。なお、10日間が経過するまでは、検温などにより自身による健康状態の確認や、リスクの高い場所の利用や会食等を避けること、マスクを着用すること等の感染対策をお願いします。

### (2) 自分が濃厚接触である可能性が高いとき

- ・保健所から濃厚接触者である通知がない場合でも、**同居する家族が感染した場合など**、感染可能期間中の**感染者に以下の「濃厚接触者」の定義に該当する接触をした場合**には、**出勤せずに自宅等で待機し、速やかに所属部局の連絡窓口**に報告してください。

#### <「濃厚接触者」の定義>

国立感染症研究所「新型コロナウイルス感染症患者に対する積極的疫学調査実施要領

(2020年5月29日暫定版)<sup>②</sup>

- \* 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。
- \* 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)

### (3) 同居する家族が濃厚接触者になったとき

- ・自身の健康状態の管理を継続してください。**登校、出勤を避けられる場合には自宅で待機してください。**
- ・濃厚接触者である家族に体調不良が現れた場合、自宅等で待機するとともに、自身の対応についても保健所に相談してください。

### (4) 厚生労働省の新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCONA)で通知があったとき

- ・アプリの画面の指示に従って、アプリ上、または電話にて相談して、その案内に従ってください。
- ・相談先から受診や検査の指示があったら速やかに**所属部局の連絡窓口**に報告してください。

## 4. 体調が悪いとき

- ・倦怠感・咳・のどの痛みなどの風邪の症状や味覚・嗅覚の異常がある場合  
⇒まず**所属部局の連絡窓口**に報告してください。
- ・検査、治療を含めた受診の要否などについては、保健センターで相談を受け付けます。

○東京大学保健センター

【本郷健康管理室】03-5841-2579(内線22579)

【駒場健康管理室】学生:03-5454-6180(内線46180)、教職員:03-5454-6166(内線46166)

【柏健康管理室】04-7136-3040(内線63040)

- ・夜間、休日など保健センターで対応できない場合は、以下の相談窓口<sup>③</sup>に電話で相談してください。

○新型コロナ受診相談窓口

東京都 <https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryu/kansen/coronasodan.html>

【平日(日中)】各保健所、【土日祝・夜間】03-5320-4592

千葉県 <https://www.pref.chiba.lg.jp/kenfuku/kansenshou/corona-soudancenter.html>

【平日(日中)】各健康福祉センター(保健所)、【土日祝・夜間】0570-200-613

埼玉県 [https://www.pref.saitama.lg.jp/a0701/covid19/consulting\\_service.html](https://www.pref.saitama.lg.jp/a0701/covid19/consulting_service.html)

【24時間(土日・祝日も実施)】県民サポートセンター 0570-783-770

神奈川県 <https://www.pref.kanagawa.jp/docs/ga4/covid19/support.html>

【無休(24時間)】帰国者・接触者相談センター受付窓口 045-285-1015

※横浜市、川崎市、相模原市、横須賀市、藤沢市、茅ヶ崎市・寒川町は各市町HP参照

外国人旅行者向けコールセンター [https://www.mlit.go.jp/kankocho/news08\\_000311.html](https://www.mlit.go.jp/kankocho/news08_000311.html)

【365日、24時間、多言語】日本政府観光局(JNTO)「Japan Visitor Hotline」050-3816-2787

○最寄りの医療機関、かかりつけ医など

- ・相談先からの指示で医療機関を受診した場合は、受診や検査結果等を所属部局の連絡窓口<sup>①</sup>に報告してください。