

(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。

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

- ・こまめな手洗い・手指消毒、3密の回避
- ・マスク(不織布マスクを推奨)の正しい着用
* 屋外で、人との距離が確保できる場合や、距離が確保できなくても、
会話を行わない場合は必ずしもマスクの着用を求めない。



(2) キャンパス内での生活

- ・教室等は、教室等は、機械換気や窓・扉の開閉などによる適切な換気。
- ・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。



こまめな換気

(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。個人的に複数人で飲食をする場合は、

自治体の認証を取得した飲食店で、人数を絞り、短時間で実施し、食事中も会話をすることは必ずマスクを着用するなど、感染防止に努めてください。また、体調が悪い時は会食への参加を控えてください。

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(教室、実験室、会議室、居室等立寄り先、1m以内で15分以上の近接した状態の可能性があった人など)
- ・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)

<自宅療養・療養解除について>

- ・療養期間は保健所・医療機関から指示があった場合はそれに従ってください。
- ・保健所・医療機関からの明示的指示がない場合は下記の国の指針を目安に自宅療養・療養解除を行ってください。

【症状がある場合】発症日＝症状が出現した日から、7日以上かつ症状軽快後24時間経過後(または症状軽快後24時間以上空けて2回PCR等の検査を行い、陰性だった場合)に療養解除となる(★)
(入院をしている者は10日以上かつ軽快後72時間経過後に療養解除)。

【症状がない場合】検体採取日から7日経過後に療養解除となる。また、5日目の検査キットによる検査で陰性を確認した場合には、5日間経過後に解除可能(★)。

【無症状者が途中症状が出た場合】当初無症状の人であっても、途中で症状が出現してしまったら、発症から10日間は感染性があるとされているため、発症日が起算日となる。

(★)症状がある場合は10日間、症状がない場合は7日間が経過するまでは、感染リスクがあります。検温など自身による健康状態の確認や、感染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、自主的な感染予防行動の徹底をお願いします。

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。
 - ・保健所からの明示的指示がない場合、**基本的には、感染者と最後に接触した日を0日目として5日間の自宅等待機**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、かかりつけ医や自治体がホームページ等で公開している相談先に相談してください。受診した結果、新型コロナウイルスに感染していることが明らかになった場合には所属部局の連絡窓口に報告してください。なお、2日目及び3日目に医療機関における検査もしくは抗原定性検査キットを用いた検査(注)で陰性を確認した場合は、業務上または教育上やむを得ない事由がある場合に限り、検査結果を所属部局の連絡窓口に報告のうえ、3日目から登校・出勤可能とします。
ただし、上記のいずれの場合であっても7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。
- (注)検査には、必ず国に承認された体外診断用医薬品または第1類医薬品の表示がある抗原定性検査キット(鼻咽頭検体又は鼻腔検体を用いるもの)を使用すること。検査費用は自費とする。

(2) 自分が濃厚接触である可能性が高いとき

- ・同居する家族が感染した場合や感染者と会話の際にマスクを着用していないなど感染対策を行わずに飲食をともにしたなど、感染可能期間中(発症日の2日前から新型コロナウイルス感染症の診断を受けた後に隔離などをされるまでの期間、無症状の場合は検体採取日の2日前から新型コロナウイルス感染症の診断を受けた後に隔離などをされるまでの期間)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、登校・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(2021年11月29日)」

- * 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。
- * 適切な感染防護なしに患者(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. 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、自宅近所の発熱外来の他保健センターでも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/iryo/kansen/coronasodan.html>

【24時間(土日祝日も実施)】東京都発熱相談センター 03-5320-4592または03-6258-5780

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

【24時間(土日祝日も実施)】千葉県発熱相談コールセンター 0570-200-139

埼玉県 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)】新型コロナウイルス専用ダイヤル 0570-056774

※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/kankochu/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に報告してください。