

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～

(1) 基本的な感染防止対策について

- ・「三つの密」の回避、「人と人との距離の確保」、「手洗い等の手指衛生」、「換気」等の実施
- ・マスクの着用は、個人の主体的な選択を尊重し、個人の判断に委ねることを基本とします。
ただし、以下の場合には適切に対応してください。
 - * 授業の形態、方法等により着用する必要があるものと授業担当の教員が判断する場合や授業の運営に支障があると授業担当の教員が判断した場合
 - * 2月10日付で政府の新型コロナウイルス感染症対策本部が決定した「マスク着用の考え方の見直し等について」においてマスク着用が効果的な下記の場面
 - ・受診時や医療機関・高齢者施設などを訪問する時
 - ・通勤ラッシュ時など混雑した電車・バスに乗車する時
 - ・重症化リスクの高い方が感染拡大時に混雑した場所に行く時等
- ・いつもと体調が異なる時は、登校、出勤を控えてください。

(2) 新型コロナウイルス感染症に罹患したとき

外出を控えるかどうかは、個人の判断に委ねられます。その際、以下の情報を参考にしてください。

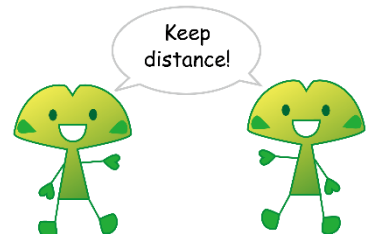
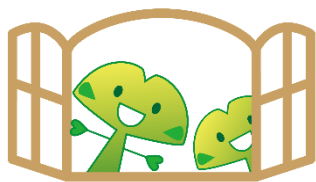
■外出を控えることが推奨される期間

- ・特に発症後5日間は他人に感染させるリスクが高いことから、発症日を0日目として5日間は外出を控える。
- ・やむを得ず外出する場合でも、症状がないことを確認し、マスク着用等を徹底する。5日目に症状が続いていた場合は、症状が軽快して24時間程度が経過するまでは、外出を控え様子を見るのが推奨されます。
- ・症状が重い場合は、医師に相談してください。

■周りの方への配慮

- ・10日間が経過するまでは、ウイルス排出の可能性があることから、不織布マスクを着用したり、高齢者等ハイリスク者と接触は控える等、周りの方へうつさないよう配慮しましょう。
- ・ご家族、同居されている方が新型コロナウイルス感染症にかかったら、新型コロナにかかった方の発症日を0日目として、特に5日間はご自身の体調に注意してください。

※学生・教職員が同時期に同活動単位内で、従来の目安である5名以上の罹患者が集団で発生し、教育・研究・大学運営活動に影響が大きいと考えられる事案が発生した場合、所属部局の窓口には人数、日時、場所、経緯、代表者の連絡先をご連絡ください。



体調が悪いときの相談先

- ・最寄りの医療機関の他、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 月～金(祝日、大学行事、年末年始を除く) <https://www.hc.u-tokyo.ac.jp/>
【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)
- ・新型コロナウイルスに関する都道府県の相談窓口等の情報 (厚労省HPより)
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html
- ・外国人旅行者向けコールセンター 【365日、24時間、多言語】日本政府観光局(JNTO)「Japan Visitor Hotline」 050-3816-2787
https://www.mlit.go.jp/kankocho/news08_000311.html

Guidelines to Prevent the Spread of COVID-19

(For all UTokyo students, faculty and staff)



(1) Implementation of basic infection control measures

- **Avoiding the “Three Cs”, “Ensuring distance between people”, “Hand hygiene such as washing hands”, “Ventilation”, etc.**
- **Wearing a mask is based on respecting the subjective choice of individuals and entrusting it to individual judgment. However, please respond appropriately in the following cases.**

*When the instructor in charge of the class determines that it is necessary to wear masks due to the style or method of the class, or not wearing one when the instructor in charge of the class determines that masks interfere with the operation of the class.

*The following situations where wearing a mask is effective in the "Review of the concept of wearing a mask" decided by the government on February 10.

- When visiting medical institutions or facilities for the elderly, etc.
- When travelling on crowded trains or buses, such as during rush hours.
- When a person with a high risk of becoming seriously ill goes to a crowded place during a period when infection is spreading, etc.

- **If you feel unwell, please refrain from going to school or work.**



(2) If you become infected with the coronavirus infection

Whether or not to refrain from going out is a personal decision. Please refer to the following information.

- **Period during which it is recommended to refrain from going out**

Since the risk of infecting others is particularly high during the first 5 days after the onset of symptoms, refrain from going out for 5 days, counting the day of onset as day 0. Even if you have no choice but to go out, make sure that you do not have any symptoms and wear a mask. In addition, if symptoms persist on the 5th day, it is recommended that you refrain from going out until about 24 hours have passed from when the symptoms have eased. If the symptoms are severe, consult a doctor.

- **Consideration for those around you**

It is possible for the virus to be discharged until 10 days have passed, so please take care not to spread it to those around you, such as by wearing a non-woven mask and refraining from contact with high-risk people such as the elderly.

If a family member or a person cohabiting becomes infected with the coronavirus, assuming that the date of onset of the coronavirus is day 0, please pay attention to your physical condition especially for 5 days.



*If a group of students, faculty or staff are affected at the same time and within the same activity unit, which is the conventional guidelines of an outbreak (5 or more affected people in the same activity unit at the same time), and an incident occurs that is considered to have a significant impact on the education, research or administrative activities, please contact the contact point of your department with the number of people, the date, time, place, background, and the contact information of the representative.

Consultation when feeling unwell

- In addition to the nearest medical institution, consultation is also available at the university health center.

The University of Tokyo Health Service Center (Monday to Friday (excluding public holidays, university events, year-end and New Year holidays) <http://www.hc.u-tokyo.ac.jp/en/>

[Hongo] TEL: 03-5841-2579

[Komaba] (Students) TEL: 03-5454-6180, (Faculty and Staff) TEL: 03-5454-6166

[Kashiwa] TEL: 04-7136-3040



- Information on prefectural consultation desks regarding coronavirus (from the Ministry of Health, Labour and Welfare website)

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html

- Call center for foreign travelers <https://www.mlit.go.jp/kankochu/content/001327108.pdf>

[24 hours, 365 days] Japan Visitor Hotline TEL: 050-3816-2787