

令和2年（2020年）5月22日

学生のみなさんへ

長野保健医療大学  
学長 岩谷 力

遠隔授業を始めて2週間が過ぎました。勉強は順調でしょうか。不都合はありませんか。

さて、去る5月14日に国は警戒宣言を解除しました。長野県でもそれを受けて自粛要請を緩和し、社会活動が徐々に再開されました。

大学では、6月5日までの間は、現在行っている授業は遠隔授業で行います。

また、この間でも、感染予防、蔓延防止対策に加え、分散登校、時差登校などの対策を取った上で、病院実習が中止となった4年生に対して、学内実習に切り替えて対応するなど、実技習得が必要な実習系授業は大学構内での授業が一部開始されています。

6月8日以降は、遠隔授業とともに新型コロナウイルス感染症の警戒レベルに配慮しつつ、徐々に面接授業を増やします。その際、始業時間を30分遅らせ、9時30分から1限目の授業を始めます（3限・4限は変わりません）。

また、大学は構内の備品の整備、清掃・消毒を実施するなど、学生の皆さんの受け入れ準備を進めていますので、皆さんも面接授業実施にあたって、別紙の「面接授業の受講についての注意」と「大学生活における感染症対策」を熟読の上、ひとり一人が感染防止に努め面接授業に臨んでください。

面接授業開始に向けて、居住地を移った場合は郵送物の送付先の変更を大学に知らせるなど、必要な登校準備を進めてください。授業予定や評価、課題提出等については送付の最新版シラバスに記載されていますので、しっかり確認してください。詳細・変更等は科目担当者から連絡があります。

なお、これらの措置は現下の感染症流行状況に対する緊急避難的な措置です。授業態勢は今後の状況により、変更があることは今までどおりです。

コロナの第2波、第3波がくることも予想されています。皆さんは、規則正しく日常生活をおくり、健康管理に注意してください。

何か心配等があれば、早めに大学まで相談してください。

## 面接授業の受講についての注意

### 1 授業前後

- (1) 学生間の密な身体接触を避けるようにする。
- (2) 大声での会話を避ける。
- (3) ロッカー使用時は、入室前の手洗い、マスクの着用、短時間の使用とする。

### 2 教室の使い方

- (1) 各教室の学生数は座席数の概ね 1/2 とする。
- (2) グループに分けて行う授業は複数の教室で行うことがある。

### 3 授業実施上の注意

#### (1) 講義形式

- ① 教員と学生の距離は 2 m 以上開ける。
- ② 学生間の距離は最低 1 m とし、対面では着席しない。
- ③ 換気は 30 分に 5 分程度行う。
- ④ 講義の中でグループワークを行うときは、下記の (2) 演習、実習形式 に準じる。

#### (2) 演習、実習形式（身体の接触、会話を伴う）

- ① グループに分けるときは 1 グループあたりの人数を 10 名以下とする。
- ② 2メートル以内での対人接触又は会話を要する演習では、マスクの着用と 1 行為ごとの手洗いをを行う。
- ③ 会話は最小限とし大きな声を出さない。
- ④ グループワークや技術演習の担当教員は、常に同じグループ学生を担当する。
- ⑤ 使用した器具は消毒する。

#### 授業時間

1 限	9 : 30 ~ 11 : 00	2 限	11 : 10 ~ 12 : 40
3 限	13 : 00 ~ 14 : 30	4 限	14 : 40 ~ 16 : 10

\* 終了後は速やかに下校する

## 学生の皆さんへ

### 大学生活における感染症対策

新型コロナウイルス感染症対策として、学生は「誰が感染しているかわからない」、「どこにウイルスが付着しているかわからない」、ことを念頭に個々人が感染リスクを低減するための行動をしてください。

基本的な考え方は、  
1) 不特定他者からの感染を避け  
2) 他者に感染を広げないこと であり、

この二点を守った上で、いわゆる3密を避ける、すなわち、  
**密集**を避ける

**密閉空間**を避ける（ライブハウス、スポーツジム 等）

**密接な場面、対面、間近での発声や食事、**を避ける

ことに留意する必要があります。

これは、3つの密の条件が重なる場面・機会を避ければよいということではありません。1つの密でも感染のリスクはあり、3つの密が揃うと、リスクが高まるということを意味します。

5月4日に国の専門家会議の示した「新しい生活様式」の実践例に基づき大学生活における感染症対策をお知らせしますので、各事項をしっかりと確認し適切な行動をしてください。

#### 【感染症対策】

##### 1 健康観察シートの記載

- (1) 毎日、体温測定および体調把握を行い、健康観察シートに記入してください。
- (2) 健康観察シートに当てはまる項目が一つでもあれば登校を控え、本館事務局学務部まで電話で連絡してください。電話番号：026-283-6111
- (3) 登校後に体調不良となった場合は以下の対応とします。
  - ①学生は、身近な教職員に体調不良を伝えてください。
  - ②学生は、直ちに人混みを避けて帰宅することを原則とします。
  - ③翌日には帰宅後からの状況を保健科学部は担任、看護学部はアドバイザーである各教員のメールアドレスに送信し今後の登校について相談してください。メールには署名の記載を忘れないでください。

##### 2 大学の通常の生活における学生への感染症予防対策について

- (1) 手洗いの励行：
  - ①流水と石鹸によりこまめにかつ丁寧に手洗いをします。

- ②手は自分のハンカチで拭きましょう。他人との共用をしないこと。
- (2) 咳エチケットの順守
- ①咳やくしゃみは、ティッシュやハンカチで口と鼻を覆いましょう。
  - ②ティッシュやハンカチがない時は、衣類の袖で口と鼻を覆いましょう。
  - ③手に咳やくしゃみが付いた時にはすぐに手を洗いましょう。
- (3) 通学における注意
- ①公共交通機関(電車、バス)は、すいている時間帯に利用できる工夫をしてください。
  - ②利用する際は、できるだけ他者との距離を取り対面しないよう注意しましょう。
  - ③手すりやつり革等多くの人が触れる物の使用を極力避けるとともに、触れた手で顔(目、鼻、口)を触らないように、習慣づけましょう。
  - ④登校時帰宅時共に他者との接触を極力少なくしましょう。
- (4) マスクの着用
- ①できるだけマスクを着用し、着用したマスクは毎日交換しましょう。
  - ②布マスクは毎日洗います。
  - ③マスクの外側(鼻、口に接しない側)が不潔です。マスクを取り外す時は、マスクの外側に触れないようにしましょう
- (5) 近距離での大声でのおしゃべり、内緒話、ひそひそ話はやめましょう。話をするときには、1～2mの間をあけましょう。
- 3 授業では、教員の指示に従って感染症予防に適した行動をとりましょう。**
- 4 昼食時には以下のことを注意してください。**
- (1) 四徳ホールの利用時間は、11:00～14:00とします。
  - (2) 飲食時の会話は最小限とし、携帯電話の利用及び食べ物の共有は禁止します。
  - (3) 四徳ホール、学生ホール、廊下での歯磨きは禁止します。歯磨きはトイレのみで行ってください。
  - (4) 四徳ホール、学生ホールの人の密集を緩和するため、椅子を一定数減らしているため、学生は一定の距離を保って着席してください。
  - (5) 四徳ホールの利用者が一定数を越えた時は利用を終了とします。当面の間、四徳ホールの利用は学生及び教職員に限ります。
- 5 上記以外の注意事項**
- (1) 粘膜がウイルスの侵入ルートのため、無意識に清潔でない手で顔を触ることがないように注意してください。(2の(3)③と関連)
  - (2) 携帯電話、タブレットの表面はウイルスが付着しやすいと言われていきますので、貸し借りや共有を避けてください。食事をしながら、携帯電話やタブレットを触ることのないよう注意してください。
  - (3) 大学での滞在時間は必要最小限とします。
  - (4) 図書館の利用方法については別途通知します。

(参考：専門家会議の示す新しい生活様式実践例)

## 「新しい生活様式」の実践例

### (1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける。
- 遊びに行くなら屋内より屋外を選ぶ。
- 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
- 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、症状がなくてもマスクを着用
- 家に帰ったらまず手や顔を洗う。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う（手指消毒薬の使用も可）

※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

### 移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- 地域の感染状況に注意する。

### (2) 日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに手洗い・手指消毒  咳エチケットの徹底  こまめに換気
- 身体的距離の確保  「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- 毎朝で体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



### (3) 日常生活の各場面別の生活様式

#### 買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

#### 娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

#### 公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

#### 食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

#### 冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

### (4) 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務  時差通勤でゆったりと  オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン  名刺交換はオンライン  対面での打合せは換気とマスク

※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成予定