

学生、教職員のための

大学における感染予防対策の手引き

横浜市立大学 保健管理センター

2022年4月1日

はじめに

感染予防の基本は体調管理と手洗い、咳エチケット、人込みを避けることです。「自分が感染しない」、「人に感染させない」ために、感染対策を実行しましょう。

1 熱がある、体調が悪いときは登校しない

登校前には体温を測り、発熱している、咳が出る、だるいなど体調が悪いときは登校を控えましょう。熱や体調を記録しておいてください。

登校後、体調がすぐれないときはすぐに帰宅、または医療機関を受診してください。感染症が疑われる場合は、保健室（保健管理センター）でのベッド休養ができません。

2 登校、通勤時の注意

咳エチケット、飛沫感染予防のためにマスクを着用してください。できるだけ交通機関が混雑する時間を避けましょう。



3 手を洗いましょう

せっけんによるこまめな手洗いを徹底してください。

- ・学校登校時 ・ 飲食の前 ・ 鼻をかんだり咳をした後
- ・ 共有のものを触った後 ・ トイレの後 など

手指消毒液は、手洗い後の使用が効果的です。



4 受講、勤務時の注意

① 換気の励行

換気は2方向の窓を開け、30分ごとに数分が目安です。

換気システムがあれば常に換気をしてください。

冷房時にも換気が必要です。

② 人と人との間隔をあける

2メートル以上（最低1メートル）の距離をあけることが望ましいです。

対面を避けるよう席の並びを工夫します。

エレベーターは人との距離が近くなるので、できるだけ階段を使用しましょう。

③ 人がよく触る場所の消毒

ドアノブ、スイッチなどよく触る場所の消毒をしてください。

消毒の方法（web ページ参照）



5 食事の時の注意

食事はマスクを外したり歓談したりして、感染がおきやすい場面です。

できるだけ個別で食事をとり、同席する際は対面にならない席で、近距離での会話を避けましょう。

料理、飲み物のシェアは控えてください。

6 部活動、サークル活動など

活動内容は大学の指示に従ってください。

できるだけ個人の用具を使用し、貸し借りはしないでください。

器具を共有する場合は、使用前後の手洗いや消毒をしてください。

活動後の飲み会は控えてください。

（部室での注意）

一度に使用する人数を制限する、着替えは交代とするなど、人が多く集まらないようにしてください。

部室内での複数での飲食は控えてください。

消毒、清掃がしにくいので、整理整頓を心がけてください。

7 こんな時は保健管理センターへ連絡、ご相談ください

新型コロナウイルス感染症と診断された（学生は公欠の手続きができます）

新型コロナウイルス感染症にかかったか心配

濃厚接触者になったかもしれない、登校してよいかわからない

執務室の環境整備を相談したい

（横浜市 WEB 特設ページ参照）



横浜市立大学保健管理センター

電話・FAX 045（787）2270

Email : hokekan@yokohama-cu.ac.jp

参考 学校における感染症予防マニュアル（文部科学省）

