

京都工芸繊維大学  
新型コロナウイルス感染症拡大予防マニュアル  
(第6版)

令和5年4月1日改訂

新型コロナウイルス感染症対策本部

## はじめに

京都工芸繊維大学は、新型コロナウイルス感染症に対し、令和2年1月23日の注意喚起にはじまり、随時「新型コロナウイルス感染症に関する対応について」等の通知を発出してきました。令和2年2月26日には、新型コロナウイルス感染症対策本部を設置し、入試・授業・研究活動への対応、学位記授与式や入学宣誓式等の行事の中止、京都府からの緊急事態措置としての大学に対する休止（施設の使用制限）要請への対応を行ってきました。

令和2年5月21日をもって、京都府は新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言の区域から解除されましたが、今後、本学における通学・対面授業による教育活動等の再開にあたっては、可能な限り感染拡大のリスクを低減させ、①学生が安心して学業に専念できる学修環境、②教職員が安心して教育研究活動・学生支援活動に従事できる環境、③大学周辺の地域住民にも安心していただける環境を整備することが重要となります。

そのため、京都府が定める「大学等の再開に向けた感染症拡大予防のためのガイドライン」に基づきこの感染拡大予防マニュアルを作成し、学生及び教職員の協力のもとに万全の感染症対策を実施します。

大学の教育研究活動を本格的に再開するにあたり、学生、教職員の皆様は、このマニュアルに基づいて行動していただくようお願いします。

新型コロナウイルス感染症は、いまだ不明な点が多い感染症であり、国内外の感染状況を見据えると、社会全体としての長期的な対応が必要となることを見込まれます。

皆様には、引き続き、日常生活においても、「3つの密」を徹底的に避ける、「人と人との距離の確保」「マスクの着用」「手洗いなどの手指衛生」などの基本的な感染対策を実施するとともに、「新しい生活様式」を積極的に実践し、自らの健康を守ると同時に他者にも感染させないよう徹底いただくようお願いいたします。

### 第6版 改訂にあたって

新型コロナウイルス感染症について、マスク着用の考え方の見直し等が示されるなど、国や地方自治体からの指示が変更されたことから、それらの内容を踏まえ、マニュアルの改訂を行いました。学生、教職員の皆様は、引き続き、本マニュアルに基づいて行動いただくようお願いします。

新型コロナウイルス感染症対策本部長

森 迫 清 貴

## 目 次

1. 感染症対策の基本的事項	1
(1) 3密（密閉、密集、密接）の回避	
(2) 手洗い、消毒の徹底	
(3) 咳エチケット	
(4) 「新しい生活様式」の実践	
(5) 「5つの場面」の回避	
(6) 風邪症状がある場合の対応	
(7) 感染が疑われる場合の対応	
2. 授業	3
(1) 授業一般	
(2) 実験・実習	
3. 研究活動	4
(1) 研究室活動	
(2) その他の研究活動（共同研究、フィールドワーク等）	
4. 課外活動	5
5. 食堂	6
6. 図書館	7
7. 美術工芸資料館	8
8. 窓口業務	9
9. イベント・行事・集会等	9
10. その他（日常生活等）	10
別添資料	12
・ 3つの密を避けるための手引き	
・ マスクの着用について	
・ 「新しい生活様式」の実践例	
・ 感染リスクが高まる「5つの場面」	
・ 自己健康管理票	
・ 感染が疑われる場合の対応フロー図	

## 1. 感染症対策の基本的事項

学生、教職員の皆様は、下記の感染症対策の基本的事項について、十分に理解し、実践してください。

### (1) 3密（密閉、密集、密接）の回避 ※別添「3つの密を避けるための手引き」参照

#### ① 換気の徹底（密閉の回避）

- 気候上可能な限り、常時換気を行うこと。
- 常時換気が困難な場合は、こまめに数分間程度2方向の窓を同時に開けて換気すること。

#### ② 人と人との距離の確保（密集の回避）

- 人と人との接触を避け、人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空けること。
- 密集が予測される場合には、間隔表示や人数制限など行い、間隔を確保すること。
- オンライン等を活用し、できるだけ人との接触機会を減らすこと。

#### ③ マスクの着用（密接の場面への対応）

- マスクの着用は、原則、個人で判断すること。ただし、マスク着用が効果的な場面では、マスク着用を検討すること。※別添「マスク着用について」参照  
大学や事業者が感染対策上又は事業上の理由等により、教職員又は利用者にマスクの着用を求める場合は、その指示に従うこと。

### (2) 手洗い、消毒の徹底

- 随時、ハンドソープ等による手洗いやアルコールによる手指消毒を励行すること。
- 各部屋のドアノブ等、複数の人の手が触れる箇所は定期的に消毒すること。
- 装置や物品等を共用する場合は、使用後に消毒するとともに、手洗いを徹底すること。

### (3) 咳エチケット

- 咳・くしゃみをする際、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖、肘の内側などを使って、口や鼻をおさえること。

### (4) 「新しい生活様式」の実践 ※別添「新しい生活様式」の実践例」参照

- 国の新型コロナウイルス感染症対策専門会議で示された「新しい生活様式」を積極的に実践すること。

(5) 「5つの場面」の回避 ※別添「感染リスクが高まる「5つの場面」」参照

- 国の新型コロナウイルス感染症対策分科会で示された「感染リスクが高まる「5つの場面」」を十分に認識のうえ、慎重に行動すること。

(6) 風邪症状がある場合の対応

- 咳、発熱など風邪症状がある場合は、登校・出勤をせず、自宅療養すること。また、別途、医師からの指示がある場合は、その指示に従うこと。
- 咳、発熱など風邪症状がある場合は、別添「自己健康管理票」に体温や症状等を記録し、必要に応じ、保健管理センター(075-724-7173)に相談すること。

(7) 感染が疑われる場合の対応 ※別添「感染が疑われる場合の対応フロー図」参照

※自治体によって取扱いが異なるので、居住自治体のホームページ等で確認すること

- 次のいずれかに該当する場合には、すぐに居住地の「帰国者・接触者相談センター」(地域によって名称が異なる。以下同じ。)に相談すること(これらに該当しない場合の相談も可能)。

①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

②重症化しやすい方(※)で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合(※)高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPD等)の基礎疾患がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方

③上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い症状が続く場合

(症状が4日以上続く場合は必ず相談すること。症状には個人差があるので、強い症状と思う場合にはすぐに相談すること。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様。)

\* 妊婦の方については、念のため、重症化しやすい方と同様に、早めに「帰国者・接触者相談センター」に相談すること。

きょうと新型コロナ医療相談センター 受付時間：365日24時間 電話番号：075-414-5487
---

※京都府においては、風邪の症状があるときは、まず、身近な医療機関に電話で相談する取扱いとなっている。

- 帰国者・接触者相談センターで相談の結果、新型コロナウイルス感染の疑いのある場合には、専門の「帰国者・接触者外来」の紹介が受けられるので、同センターの指示に従い、マスクを着用し、公共交通機関の利用を避けて受診すること。
- 帰国者・接触者相談センターに相談した場合、感染者の濃厚接触者に特定された場合、及び感染が確認された場合は、学生の場合は学生支援・社会連携課学生生活係に、教職員の場合は総務企画課総務企画係に電話で報告すること。

<b>【学生】</b> 学生支援・社会連携課 学生生活係 電話番号：075-724-7144	<b>【教職員】</b> 総務企画課 総務企画係 電話番号：075-724-7014
≪夜間・休日等で電話が繋がらない場合≫ E-mail : covid-kinkyu[at]kit.ac.jp    [at]を@に変換してください ※返信に時間を要することがあります	

## 2. 授業

学生、教職員の皆様は、授業の実施・受講にあたっては、「1. 感染症対策の基本的事項」のほか、下記の事項にも従ってください。その他、別途個別に指示がある場合には、当該指示にも従ってください。

### (1) 授業一般

#### 【大学が実施する対応】

- 原則対面授業とするが、ハイフレックス授業（講義室の授業を同時にオンライン配信する授業）または、場合によりオンライン授業を行うことも可とする。
- 原則、講義室等の入室人数を、試験定員以下とする。
- 講義室等に手指消毒用のアルコール消毒液及び机上消毒用の除菌シートを設置する。
- 1日1回、講義室等の机を消毒する。
- 講義室等を適切に換気する。
- 学内でオンライン授業を受講できるよう、全ての授業科目に講義室を割り当てる。
- 持病がある等、感染した場合に重症化するリスクの高い学生に対し、可能な限り配慮する。
- 感染者となった、感染者の濃厚接触者に特定された、発熱や風邪症状があった等の理由で授業に出席できなかった学生に対し、可能な限り配慮する。

#### 【学生が遵守する事項】

- 授業出席の2週間前から、体温を計測するなど、体調管理を行うこと。
- 咳、発熱など風邪症状がある場合は、対面授業に出席しないこと。また、別途、医師からの指示がある場合は、その指示に従うこと。
- 教職員等の指示に従うこと。
- 講義室等への入室前は、必ず手指の消毒を行うこと。

- 講義室等への入退室時は、出来るだけ周りの人と距離を保つこと。
- 不必要な会話は控えること。
- 退出時に机上、アクリル板等を消毒すること。
- 指定された場所に着席すること。
- 原則、講義室等では食事をしないこと（熱中症予防のための水分摂取は除く）。ただし、昼休みに食堂が混雑している場合に限り、講義室で食事をする場合は可とする。その場合、人との間隔を2 m以上空け、会話を控えること。また、食事後は、使用した机や椅子を消毒すること。
- 授業間の空き時間や休憩時においても、多人数で集まる等の3密（密閉、密集、密接）の状態が発生しないよう十分留意し、大声での発声、近距離での長時間の会話等を行わないこと。

## （2）実験・実習

### 【大学が実施する対応】

- 入室者間の距離を2 m以上確保することに努め、やむを得ず2 m以内となる場合には、その状況に応じた感染防止対策を行う。
- 換気扇の稼働や窓の開放等により、各部屋を十分に換気する。

### 【学生が遵守する事項】

- 教職員等の指示に従うこと。
- 入室者間の距離を2 m以上確保することに努めること。

## 3. 研究活動

学生、教職員の皆様は、研究活動の実施にあたっては、「1. 感染症対策の基本的事項」のほか、下記の事項にも従ってください。その他、別途個別に指示がある場合には、当該指示にも従ってください。

### （1）研究室活動

#### 【大学が実施する対応】

- 研究室で活動する学生は最低限の人数とする。
- ゼミ・研究会等は、可能な範囲でオンラインで行う。
- 研究室での活動時間は、原則、8時50分から19時30分までとする。
- 入室者間の距離を2 m以上確保することに努め、やむを得ず2 m以内となる場合

には、その状況に応じた感染防止対策を行う。

- 換気扇の稼働や窓の開放等により、各部屋を十分に換気する。
- 各部屋の消毒に用いる弱酸性次亜塩素酸の錠剤（希釈して使用）を提供する。  
※施設環境安全課環境安全係（内線：7961）より提供。

#### 【学生が遵守する事項】

- 教職員等の指示に従うこと。
- 大学以外で実施が可能な研究活動（データ整理、論文・資料・図面の作成や閲覧、その他デスクワーク等）は、可能な範囲で在宅で行うこと。
- 入室者間の距離を2 m以上確保することに努めること。
- 各部屋のドアノブを定期的に消毒するとともに、利用実態に応じて、キーボードやスイッチ等の消毒を行うこと。
- 随時手洗いを励行すること。

#### （2）その他の研究活動（共同研究、フィールドワーク等）

##### 【大学が実施する対応】

- 可能な限り、オンライン会議・打合せ等を活用し、接触機会を減らす。
- 活動においては、対象企業・自治体・団体等と十分調整し、相手方の感染拡大予防ガイドラインを遵守する。
- 活動にあたり、対面が必要な場合は、マスク着用や消毒等の感染防止対策を徹底する。

## 4. 課外活動

学生、教職員の皆様及び課外活動団体は、課外活動の実施にあたっては、「1. 感染症対策の基本的事項」のほか、下記の事項にも従ってください。その他、別途個別に指示がある場合には、当該指示にも従ってください。

##### 【大学が実施する対応】

- 活動を希望する課外活動団体に対し、活動内容の特性を踏まえた感染防止対策マニュアルの策定・提出を求め、その内容を審査・承認する。
- 活動を希望する課外活動団体に対し、感染防止対策マニュアルを遵守した計画書の提出を求め、その内容を審査し、適切な対策を講じている団体に対してのみ、一定の条件の下、活動を許可する。



- 課外活動施設の利用に際し、課外活動団体間で3密（密閉、密集、密接）の状態が発生しないよう調整する。
- 万が一感染が発生した場合に備え、課外活動団体に活動日ごとに参加者の氏名を記録した活動記録の作成を義務付ける。
- 課外活動内での飲食を伴う行事（懇親会等）は禁止する。
- 課外活動団体の責任者から、定期的に感染防止対策マニュアル及び計画書の遵守状況の報告を求める。
- 学生と教員の共同プロジェクトやその他の学生団体についても、上記に準じて対応する。

#### 【課外活動団体及び参加学生が遵守する事項】

- 教職員等の指示に従うこと。
- 課外活動団体は、活動を希望するときは、感染防止対策マニュアルを策定し、計画書を提出のうえ、活動の許可を受けること。
- 課外活動に参加する学生は、感染防止対策マニュアル及び計画書を遵守すること。
- 課外活動団体は、活動日ごとに参加者の氏名を記録した活動記録を作成すること。
- 課外活動団体は、咳、発熱など風邪症状がある者、または体調が良好でない者の参加を認めないこと。
- 課外活動への参加者は、日々の健康状態を記録するとともに、咳、発熱など風邪症状がある場合、または体調が良好でない場合は、課外活動団体へ報告のうえ、課外活動に参加せず、自宅療養すること。
- 課外活動における、学内外での飲食を伴う行事（懇親会等）は行わないこと。
- 課外活動団体は、定期的に感染対策防止マニュアル及び計画書の遵守状況を報告すること。
- 学生と教員の共同プロジェクトやその他の学生団体についても、上記に準じて対応すること。

## 5. 食堂

学生、教職員の皆様は、食堂の利用にあたっては、「1. 感染症対策の基本的事項」のほか、下記の事項にも従ってください。その他、別途個別に指示がある場合には、当該指示にも従ってください。

#### 【大学及び事業者が実施する対応】

- 食堂従業員の健康チェック及び手指洗浄・消毒を徹底する。
- 食堂内の定期的な換気及び床・テーブル・飛沫防止のためのアクリル板の清掃・消毒を実施する。
- 食堂出入口等に手指や机の除菌用のアルコール消毒液を設置し、利用者に使用を推奨する。
- 座席数を削減し、座席間隔を拡張する。
- 状況に応じ、過密状態とならないよう入場制限を行う。
- レジにおける混雑回避及び現金を介した接触を減らすため、レジでのプリペイドカード利用を推奨する。

#### 【利用者が遵守する事項】

- 教職員等の指示に従うこと。
- 咳、発熱など風邪症状のある場合や体調が良好でない場合は、食堂を利用しないこと。
- 入場時に手指の洗浄・消毒を行うこと。
- 飛沫防止のためのアクリル板が設置されていない座席では、座席の間隔を2 m以上確保すること。
- 食事中は会話せず、食事を終え次第、速やかに退室すること。
- 混雑ピーク時（12:00～12:30）の利用を極力控えること。
- 混雑時は、臨時の食事場所（大学会館ホール等）を利用し、指定された場所以外では食事をしないこと。
- 極力プリペイドカードを利用すること。

## 6. 図書館

学生、教職員の皆様は、図書館の利用にあたっては、「1. 感染症対策の基本的事項」のほか、下記の事項にも従ってください。その他、別途個別に指示がある場合には、当該指示にも従ってください。

#### 【大学が実施する対応】

- 館内入口及び閲覧室等に手指消毒用のアルコール消毒液及び机上消毒用の除菌シートを設置する。
- 図書館内の定期的な換気及び机・PCの清掃・消毒を実施する。

- 座席数を削減し、座席間隔を拡張する。
- 一定の範囲で、利用時間の制限、学外者の利用制限等を行う。
- 状況に応じ、過密状態とならないよう入場制限を行う。

#### 【利用者が遵守する事項】

- 教職員等の指示に従うこと。
- 入館時に手指の消毒を行うこと。
- 座席の間隔をできるだけ2 m（最低でも1 m）以上確保して着席すること。
- 着席時に、机上を消毒すること。
- 出来るだけ滞在時間が短くなるよう工夫すること。

## 7. 美術工芸資料館

学生、教職員の皆様は、美術工芸資料館の入館にあたっては、「1. 感染症対策の基本的事項」のほか、下記の事項にも従ってください。その他、別途個別に指示がある場合には、当該指示にも従ってください。

#### 【大学が実施する対応】

- 館内入口に手指消毒用のアルコール消毒液を設置する。
- 受付に飛沫感染防止用つい立てを設置する。
- 入館者に対し、検温、手指の消毒を依頼する。
- 館内入口と一部展示室の窓の常時開放により換気する。
- 館内の受付机、階段手すり、ドアノブ、エレベーターのボタン等を定期的に消毒する。
- チケット・金銭・資料等は、受け皿トレイや机の上に置いての授受を徹底する。
- 万が一感染が発生した場合に備え、入館者の氏名・連絡先等を記録する。

#### 【入館者が遵守する事項】

- 教職員等の指示に従うこと。
- 入館時は、検温を実施し、手指の消毒を行うこと。
- 鑑賞の際は、隣の人と2 m以上の間隔をあげ、会話は行わないこと。
- 入館時には、氏名・連絡先等を記入すること。

## 8. 窓口業務

学生、教職員の皆様は、対面の窓口での対応にあたっては、「1. 感染症対策の基本的事項」のほか、下記の事項にも従ってください。その他、別途個別に指示がある場合には、当該指示にも従ってください。

### 【大学が実施する対応】

- ▶ アルコール消毒液を設置するとともに、ドアノブやカウンターなど複数の人の手が触れる場所を定期的に消毒する。
- ▶ 多数の者（学生、教職員、業者等）と対面する窓口は、ビニールシートやプラスチック板などで遮蔽する。
- ▶ 予め窓口が混み合うことが想定される場合は、密集を回避するために、間隔表示や人数制限など行う。

### 【利用者が遵守する事項】

- ▶ 窓口に来る前に、手指の消毒を行うこと。
- ▶ 整列方法等については、掲示や窓口対応職員の指示に従うこと。

## 9. イベント・行事・集会等

学生、教職員の皆様は、多人数が参加するイベント・行事・集会等の主催又は参加にあたっては、「1. 感染症対策の基本的事項」のほか、下記の事項にも従ってください。その他、別途個別に指示がある場合には、当該指示にも従ってください。

### 【大学が実施する対応】

- ▶ 開催にあたっては、イベント等の開催形態に応じて、3密（密閉、密集、密接）の状態が発生しないよう十分留意する。
- ▶ イベント等の感染対策上の理由等により、参加者にマスク着用を要請することがある。
- ▶ 大声での発声、近距離での長時間の会話等を行わないよう注意喚起する。
- ▶ 飲食を伴うイベント等は禁止する。
- ▶ 万が一感染が発生した場合に備え、主催者に参加者の氏名及び連絡先を記録した名簿の作成を義務付ける。
- ▶ イベント等の開催にあたり、主催者に感染症対策を記載した実施計画書の作成を義務付ける。

#### 【主催者及び参加者が遵守する事項】

- 教職員等の指示に従うこと。
- イベントの主催者は、十分な感染症対策を行うこと。
- イベントの主催者は、参加者の氏名及び連絡先を記録した名簿を作成すること。
- イベントの主催者は、イベント等の開催にあたり感染症対策を記載した実施計画書を作成すること。なお、学内施設の利用を申請する場合は、申請時に当該実施計画書を提出すること。
- イベントの主催者は、実施計画書に従って運営するとともに、感染拡大のリスクを高める行動をする者に対し、適切な指示を行うこと。
- イベントの参加者は、主催者の指示に従うこと。

## 10. その他（日常生活等）

学生、教職員の皆様は、日常生活等その他の活動においても、「1. 感染症対策の基本的事項」のほか、下記の事項にも従ってください。その他、別途個別に指示がある場合には、当該指示にも従ってください。

#### 【大学が実施する対応】

- 公私の如何を問わず、感染症拡大予防に努める。

#### 【学生・教職員が遵守する事項】

- 常日頃から、定期的に体温を計測するなど、体調管理に努めること。
- 通学・通勤等の移動時もマスクを着用するなど感染防止に努めること。
- 情報科学センター等の各組織においては、本マニュアル以外にも、個別に感染防止対策を定めている場合があるので、当該組織で活動する際には、予め確認のうえ、当該指示に従うこと。
- 授業、研究活動、課外活動、勤務等の終了後は速やかに帰宅し、大学構内で不必要な行動を行わないこと。
- 外出にあたっては、感染リスクの高い場所、特に、クラスターが発生しやすい環境の施設や3密のある場所は避けること。
- 高齢者や肺炎腫などの肺疾患、糖尿病、免疫不全症候群などの基礎疾患のある人などに会う場合は、特に慎重に行動すること。
- 出張、帰省、旅行等にあたっては、混雑する日時、時間帯を避けること。

- 飲み会、懇親会、コンパ等、多人数が一堂に会しての長時間の飲食は控えること。
- 業種別に定められた感染拡大予防ガイドラインを遵守していない店舗は利用しないこと。
- 出張、旅行等で宿泊する場合は、個室を利用し、2名以上が同室で宿泊しないよう留意すること。
- アルバイトを行う場合は、勤務先の業種別に定められた感染拡大予防ガイドラインに従うこと。
- 国や地方自治体からの要請に従い、感染拡大リスクを高める行動により感染を拡大させることのないよう、慎重な行動をとるよう努めること。
- 緊急事態宣言や緊急事態措置など、国や地方自治体から当該マニュアルの規定より厳しい行動の制限が要請されている場合は、当該要請に従うこと。

# 3つの密を避けるための手引き!

- 新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、咳エチケット、手指衛生等に加え、**「3つの密(密閉・密集・密接)」**を避けてください。
- 3つの密が重ならない場合でも、リスクを低減するため、できる限り**「ゼロ密」**を目指しましょう。
- 屋外でも、密集・密接には、要注意。人混みに近づいたり、大きな声で話しかけることなどは避けましょう。

首相官邸 厚生労働省 厚生労働省フリーダイヤル  
厚労省 コロナ 検索 **0120-565653**



## ①「密閉」空間にしないよう、こまめな換気を!

「部屋が広ければ大丈夫」、「狭い部屋は危険」というものではありません。カギは「換気の程度」です。WHOも、空気感染を起こす「結核・はしかの拡散」と「換気回数の少なさ」の関連を認めています。

### 窓がある場合

- 風の流れてできるよう、**2方向の窓を、1回、数分間程度、空開**にしましょう。換気回数は**毎時2回以上**確保しましょう。
- 窓が1つしかない場合でも、入口のドアを開ければ、窓とドアの間に空気が流れます。扇風機や換気扇を併用したり工夫すれば、換気の効果はさらに上がります。



### 機械換気がある場合

- 窓がない施設でも、建物の施設管理者は、法令により感染症を防止するために合理的な換気量を保つような維持管理に努めるよう定められています。  
注)ビル管理法により、不特定多数の方が利用する施設では、空気環境の調整により、一人当たり換気量(毎時約30m<sup>3</sup>)を確保するよう努めなければなりません。
- したがって、地下や窓のない場所の施設であっても、換気設備(業務用エアコン等)によって換気されていることが通常のため、過剰に心配することはありません。
- しかし油断は禁物です。換気量をさらに増やすことは予防に有効です。冷暖房効率は悪くなりますが、窓やドアを開けたり、換気設備の外気取入量を増やしましょう。また、一部屋当たりの人数を減らしましょう。
- 通常の家庭用エアコンは、空気を循環させるだけで、換気を行っていません。別途、換気を確保してください。また、一般的な空気清浄機は、過剰する空気量が換気量に比べて少ないことから、新型コロナウイルス対策への効果は不明です。

### 乗り物の場合

- 乗用車やトラックなどのエアコンでは、「内気循環モード」ではなく**「外気モード」**にしましょう。
- 電車やバス等の公共交通機関でも、**窓開け**に協力しましょう。

首相官邸 厚生労働省 厚生労働省フリーダイヤル  
厚労省 コロナ 検索 **0120-565653**



## ②「密集」しないよう、人と人の距離を取りましょう!

- 他の人とは互いに手を伸ばして届かない十分な距離(**2メートル以上**)を取りましょう。
- スーパーのレジなどで列に並んでいるとき、前の人に近づきすぎないように注意しましょう。
- 飲食店の座席では、**隣の人と一つ飛ばしに座る**と、距離を確保しやすいです。  
また、真向かいに座らず、**互い違いに座る**のも有効です。  
店舗の責任者は、椅子の数や配置を工夫して、十分な距離を保ちましょう。
- エレベーターでは、多くの人が密集しがちです。混みあっているときは、一本遅らせましょう。また、健康のためにも、階の上下には階段の利用に努めましょう。



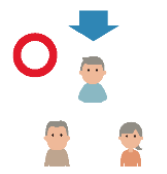
- 職場は、工夫してテレワークへ転換しましょう。導入に向けた支援策もあります。  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\\_00001.htm#hatarakukata](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.htm#hatarakukata)

首相官邸 厚生労働省 厚生労働省フリーダイヤル  
厚労省 コロナ 検索 **0120-565653**



## ③「密接」した会話や発声は、避けましょう!

- 密接した会話や発声は、ウイルスを含んだ飛沫を飛び散らせがちです。WHOは「5分間の会話で1回の咳と同じくらいの飛まつ(約3,000個)が飛ぶ」と報告しています。
- 対面での会議や面談が避けられない場合には、**十分な距離を保ち**、マスクを着用しましょう。
- エレベーターや電車の中などでは、距離が近づかざるを得ない場合があります。**会話**や、携帯電話による**通話を慎みましょう**。
- 飲食店では、マスクを外す時間が長くなりがちです。外している間に飛沫が飛ぶことを抑えるには、例えば多人数での会食のように、大声にならざるを得ない催しは慎みましょう。家族以外の多人数での会食などは避けましょう。  
注)「多人数」とは10人以上を想定していますが、なるべく少ない方がよいです。
- スポーツジムなど、多人数かつ室内で呼気が激しくなるような運動を行うことは避けましょう。
- 喫煙も、近くにいる人との「密」に、このほか注意して下さい。



首相官邸 厚生労働省 厚生労働省フリーダイヤル  
厚労省 コロナ 検索 **0120-565653**



これまで屋外では原則不要、屋内では原則着用としていましたが

**令和5年3月13日から**

**マスク着用は個人の判断が基本となります**

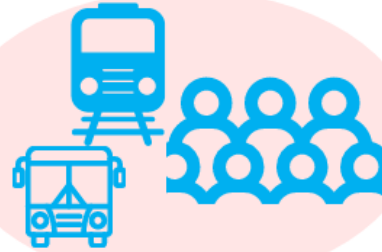
ただし、以下のような場合には注意しましょう

周囲の方に、感染を広げないために

マスクを着用しましょう



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

ご自身を感染から守るために

マスク着用が効果的です



高齢者



慢性肝臓病  
がん  
心血管疾患 など

基礎疾患を有する方



妊婦

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

本人の意思に反してマスクの着脱を強いることがないよう、  
個人の主体的な判断が尊重されるよう、ご配慮をお願いします

※事業者の判断でマスク着用を求められる場合や従業員がマスクを着用している場合があります





## 「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。
  - 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**。
  - 外出時や屋内でも会話をするとき、**人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する**。ただし、**夏場は、熱中症に十分注意**する。
  - 家に帰ったらまず**手や顔を洗う**。  
人混みの多い場所に行った後は、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。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
- 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（エアコン併用で室温を28℃以下に）  身体的距離の確保
- 「**3密**」の回避（**密集、密接、密閉**）
- 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- 毎朝の体温測定、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、十分に人との間隔を  
もしく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

#### イベント等への参加

- 接触確認アプリの活用を
- 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  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

## 感染リスクが高まる「5つの場面」

政府の新型コロナウイルス感染症対策分科会では、以下のような感染リスクを高めやすい具体的な場面が示されています。

(令和2年10月23日(金)新型コロナウイルス感染症対策分科会)

### 場面① 飲酒を伴う懇親会等

- 飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- 特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- また、回し飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。



### 場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事と比べて、感染リスクが高まる。
- 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



### 場面③ マスクなしでの会話

- マスクなしに近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、昼カラオケなどでの事例が確認されている。
- 車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。



### 場面④ 狭い空間での共同生活

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。



### 場面⑤ 居場所の切り替わり

- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることもある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。



## 自己健康管理票

学生番号／職員番号 ( ) 所属 ( )  
 氏名 ( ) 年齢 ( 歳 ) 性別 ( 男 ・ 女 )

	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )
朝	体温 ( )℃	体温 ( )℃	体温 ( )℃	体温 ( )℃
	鼻汁 ( +・- )	鼻汁 ( +・- )	鼻汁 ( +・- )	鼻汁 ( +・- )
	咳 ( +・- )	咳 ( +・- )	咳 ( +・- )	咳 ( +・- )
	痰 ( +・- )	痰 ( +・- )	痰 ( +・- )	痰 ( +・- )
	倦怠感 ( +・- )	倦怠感 ( +・- )	倦怠感 ( +・- )	倦怠感 ( +・- )
	息切れ ( +・- )	息切れ ( +・- )	息切れ ( +・- )	息切れ ( +・- )
	下痢 ( +・- )	下痢 ( +・- )	下痢 ( +・- )	下痢 ( +・- )
	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )
晩	体温 ( )℃	体温 ( )℃	体温 ( )℃	体温 ( )℃
	鼻汁 ( +・- )	鼻汁 ( +・- )	鼻汁 ( +・- )	鼻汁 ( +・- )
	咳 ( +・- )	咳 ( +・- )	咳 ( +・- )	咳 ( +・- )
	痰 ( +・- )	痰 ( +・- )	痰 ( +・- )	痰 ( +・- )
	倦怠感 ( +・- )	倦怠感 ( +・- )	倦怠感 ( +・- )	倦怠感 ( +・- )
	息切れ ( +・- )	息切れ ( +・- )	息切れ ( +・- )	息切れ ( +・- )
	下痢 ( +・- )	下痢 ( +・- )	下痢 ( +・- )	下痢 ( +・- )
	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )

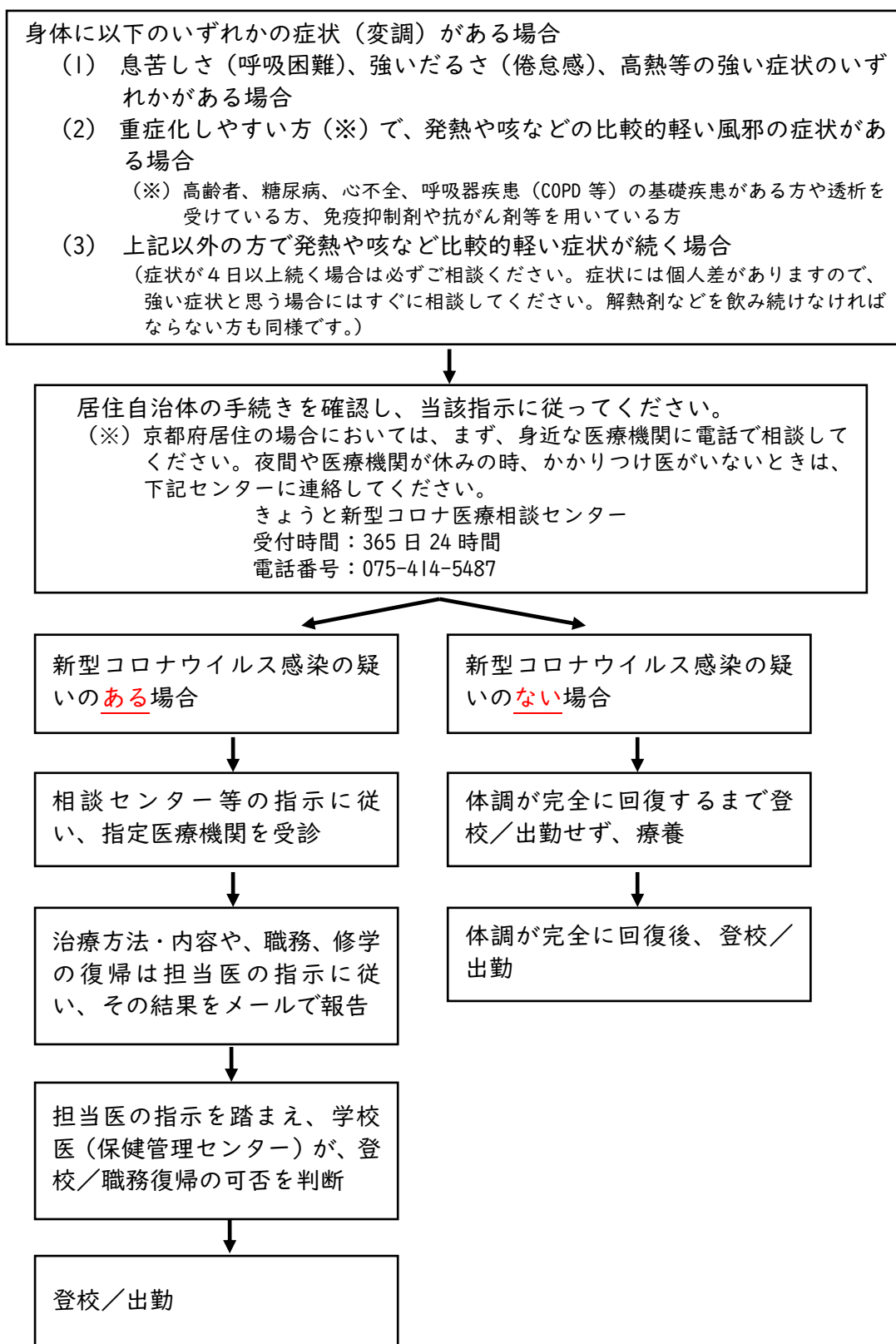
	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )	月 日 ( )
朝	体温 ( )℃	体温 ( )℃	体温 ( )℃	体温 ( )℃
	鼻汁 ( +・- )	鼻汁 ( +・- )	鼻汁 ( +・- )	鼻汁 ( +・- )
	咳 ( +・- )	咳 ( +・- )	咳 ( +・- )	咳 ( +・- )
	痰 ( +・- )	痰 ( +・- )	痰 ( +・- )	痰 ( +・- )
	倦怠感 ( +・- )	倦怠感 ( +・- )	倦怠感 ( +・- )	倦怠感 ( +・- )
	息切れ ( +・- )	息切れ ( +・- )	息切れ ( +・- )	息切れ ( +・- )
	下痢 ( +・- )	下痢 ( +・- )	下痢 ( +・- )	下痢 ( +・- )
	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )
晩	体温 ( )℃	体温 ( )℃	体温 ( )℃	体温 ( )℃
	鼻汁 ( +・- )	鼻汁 ( +・- )	鼻汁 ( +・- )	鼻汁 ( +・- )
	咳 ( +・- )	咳 ( +・- )	咳 ( +・- )	咳 ( +・- )
	痰 ( +・- )	痰 ( +・- )	痰 ( +・- )	痰 ( +・- )
	倦怠感 ( +・- )	倦怠感 ( +・- )	倦怠感 ( +・- )	倦怠感 ( +・- )
	息切れ ( +・- )	息切れ ( +・- )	息切れ ( +・- )	息切れ ( +・- )
	下痢 ( +・- )	下痢 ( +・- )	下痢 ( +・- )	下痢 ( +・- )
	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )	その他 ( )

※発熱 (37.5℃以上) と呼吸器症状 (咳、痰、息切れなど) がある場合は、下記へ連絡してください。

**【問い合わせ先】**

京都工芸繊維大学保健管理センター  
 TEL 075-724-7173  
 E-mail hcsc[at]jim.kit.ac.jp  
 (※[at]を@に変換してください)

## 感染が疑われる場合の対応フロー図



令和2年	9月	7日	初版策定
令和2年	11月	17日	第2版に改訂 (感染が疑われる場合の対応を改訂。)
令和3年	4月	1日	第3版に改訂 (第3版改訂にあたってを追記。「5つの場面」の回避を追記。 授業・研究活動の実施方法等を改訂。緊急事態措置等への対応を追記。その他語句修正。)
令和4年	4月	1日	第4版に改訂 (第4版改訂にあたってを改訂。授業の実施方法を改訂。昼休み延長を削除。)
令和4年	6月	7日	第5版に改訂 (第5版改訂にあたってを改訂。マスク着用に係る記載の変更。 イベント等開催時の人数制限の解除。その他語句修正。)
令和5年	4月	1日	第6版に改訂 (第6版改訂にあたってを改訂。マスク着用に係る記載の変更。 「COCOA」、「こころ」等終了サービスの削除。その他語句修正。)