

学生各位

青森公立大学 学長 香取 薫

青森公立大学の学生のコロナ対策について【冬休み版③】

新型コロナウイルス感染症については、全国各地でオミクロン株への急速な置き換わりが進み、加速度的に感染が拡大し、**青森市内においても新規陽性者が急増していることから、今後、より一層感染防止対策を徹底し、自己管理に努めてください。**

また、コロナ対策の長期化により気の緩みが指摘されていますが、マスク（「不織布」を推奨）の「正しい着用」も意識してください。

- 大学内外を問わず、必ず正しくマスク（「不織布」を推奨）を着用すること。
- 規則正しい生活を送り、毎日検温するなど体調管理に努めるとともに感染症対策を徹底すること。
- 感染症患者が多数発生している地域との往来については慎重に判断すること（ただし、就職活動を除く）。
（移動した場合） ・移動先では不要不急の外出を控えるなど感染対策を徹底すること。
・帰青後2週間程度は、感染対策を徹底し、人との接触を最小限にとどめること。
- 友人等多人数での集団旅行や、いわゆる宅飲み等、感染リスクの高い行動はしないこと。
- 混雑が予想されるイベント等への参加は十分に留意すること。

【サークル活動について】

当面の間、サークル活動を禁止いたします。

【アルバイトについて】

感染防止対策を適切に行っている事業者を選び、その感染防止対策に従うこと。

【注意点】

- 新型コロナウイルスに感染した場合はもちろんですが、同居者が感染（感染疑い含む）した場合など感染が疑われる場合（「行動フロー」参照）も早急に事務局に連絡してください。また事務局では、皆さんが安心して学生生活が送れるよう様々な相談に応じていますので、ストレスや不安を抱えたとしても決してひとりで悩まず、気軽に相談してください。
- 今後の新型コロナウイルス感染拡大の状況により、大学からの緊急のお知らせがある場合がありますので、日々ホームページ及びメールを確認してください。
- 3月29日（火）からオリエンテーションが始まりますので、実家に帰省するなど県外に滞在している方は、3月14日（月）頃までに青森市内アパート等での生活を始めるようにし、検温など健康観察を徹底してください。**
- 「新型コロナウイルスワクチン未接種」の学生については、現在青森県が実施している県営広域接種で予約を受け付けていますので利用してください。

- ・モデルナ社ワクチン接種 https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kenko/hoken/covid_19-vaccine_modernacenter.html
- ・アストラゼネカ社ワクチン接種 https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kenko/hoken/covid_19-vaccine_astrazeneca.html

県民の皆様への注意喚起

基本を徹底してください

○基本的な感染防止対策



○医療機関に相談

風邪症状などがあり、体調がすぐれない方は登校・出勤等を控え、速やかに医療機関に相談



密を避けてください

○「密」自体を避ける

- ・いわゆる三つの密と言われる「密集・密閉・密接」のどれか一つでも感染する可能性
- ・屋外でも油断しない



移動・外出を控えてください

○不要不急の都道府県間の移動

- ・不要不急の都道府県間の移動はできるだけ控える

○人との接触機会を低減

- ・普段の生活でも、できるだけ不要不急の外出を控え、混雑を避けるなど、人との接触機会を低減



会食等での感染を避けましょう

○普段一緒にいる人と

- ・普段一緒にいる人と、できるだけ少人数で会食し、大声、長時間の飲酒は避ける

○マスクを着用

- ・会話する際は必ずマスクを着用



感染リスクが高まる「5つの場面」

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、短時間の食事に比べて、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

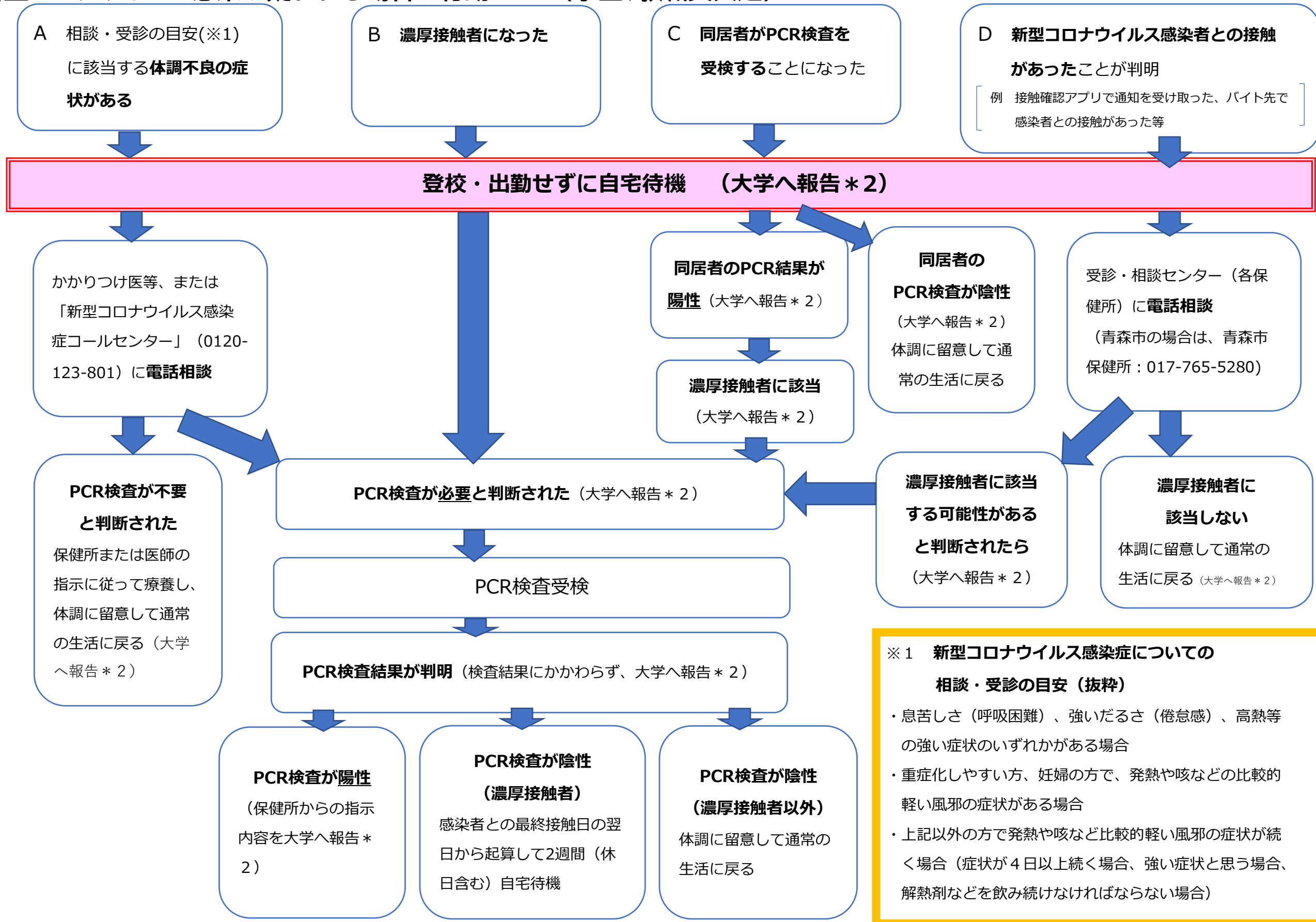
- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることもある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。



【感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫（分科会からの提言）】

- 飲食するのであれば ①少人数・短時間で、
②なるべく普段一緒にいる人と、
③深酒・はしご酒はひかえ、適度な酒量で。
- 箸やコップは使いまわさず、一人ひとりで。
- 座の配置は斜め向かいに。（正面や真横はなるべく避ける）
- 会話をするときにはなるべくマスク着用。
- 換気が適切になされているなどの工夫している、ガイドラインを遵守したお店で。
- 体調が悪い人は参加しない。

新型コロナウイルス感染が疑われる場合の行動フロー(学生、教職員共通)



※1 新型コロナウイルス感染症についての相談・受診の目安(抜粋)

- ・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
- ・重症化しやすい方、妊婦の方で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
- ・上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合(症状が4日以上続く場合、強い症状と思う場合、解熱剤などを飲み続けなければならない場合)