

(11月8日以降の取扱い)

別添1

学生の皆さんへ ～ 感染対策の基本を守り、無理せずに ～

日本国内の新型コロナウイルス新規感染者は、昨年の夏以降で最も低い水準となっており、長野県内においても、新規感染者がゼロとなる日もあり、変異株（デルタ株）が猛威をふるった第5波は、ほぼ収束したと考えられています。一方、今後は、気温が低下していくことにより、屋内での活動が増え、換気が疎かになる時期となるため、気を緩めずに基本的な感染防止対策を一人ひとりが徹底するようにしてください。

また、今の時期、長野県は寒暖の差が激しく、体調を崩しやすい時期になりますので、体調管理に留意し、少しでも体調が悪い場合は、無理をせず自宅で療養するようにしてください。

後期授業開始の時期は、学内の感染リスクが高まるため、「新型コロナウイルス感染症拡大防止のための信州大学の行動基準」の段階を「4」とし、10月以降段階的に「3」まで引き下げておりましたが、県内の感染状況を鑑み、11月8日から「2」に引き下げます。

前述のとおり、感染状況は落ち着いておりますが、県内でも散発的に感染者が発生しておりますので、下記の基本的な感染防止対策を一人ひとりが徹底するとともに、特に次のことを徹底してください。

- ・会食は、長野県が示す「信州版“新たな会食”のすゝめ」に従い、感染対策を徹底すること。
- ・アパートなど室内で人が集まる時には、飲食の有無にかかわらず、換気と不織布マスク、手指消毒を徹底し、それができない場合は集まりを控えること。
- ・サークルボックスの換気は徹底すること。
- ・風邪症状などがあれば、軽いものであっても、通学せずに自宅療養すること（連絡があれば欠席にはせず不利益にならないように配慮します）。
- ・家（寮などの自室）の外では、常に不織布マスクを正しく着用すること。
- ・建物に入る前、食事前、トイレの後には必ず手洗い又は手指消毒すること。

#### 【基本的な感染防止対策について】

新型コロナウイルスは、口・鼻・目に入ることによって感染します。主な経路は、感染している人の咳・くしゃみ・会話で生じる飛沫が口・鼻・目に入る飛沫感染と、ウイルスの付着した手が口・鼻・目に触れる接触感染です。したがって、基本的な感染防止対策は、

- ①飛沫が到達しない“身体的距離の確保”（密集、密接の回避）
- ②飛沫を拡散させない“不織布マスクの着用”（密接の回避）
- ③飛沫を滞留させない“換気”（密閉の回避）

④手に付着したウイルスを除去する“手洗い・手指消毒”

です。マスクは感染した手を口や鼻に触れにくくするためのものでもあります。

このウイルスは、自身が軽い症状や無症状であっても、気づかずに、周囲の人に感染を広め、その人の命を奪ってしまうこともあります。決して無理をせず、風邪症状、倦怠感、味覚・嗅覚異常などがあれば、軽い症状であっても、通学せずに自宅で療養してください。連絡があれば欠席にはせず不利益にならないように配慮します。

また、不安なことがあれば、一人で悩まず大学に相談してください。

本学では7月5日からワクチンの職域接種を実施し、多くの学生教職員に接種を行いました。ワクチンの接種はあくまで本人の希望に基づくもので、接種を強制したり、接種の有無で不当に扱われたりすることはありません。一方、ワクチンの接種は世界中で進められ、新型コロナウイルス感染症の発症や重症化を防ぐ効果が認められています。また、多数の人が接種を受けることで集団全体を感染から守る効果もあると言われています。

大学での授業には実習など学外で行われるものもあります。その他にも、就職活動や課外活動、アルバイトなども含め、私たちの活動は様々な形で社会と接しています。また、寮など共同生活をしている学生も多くいます。ワクチン接種は私たち自身とともに社会を守るためのものでもありますので、未接種の方は、長野県や総合健康安全センターのHPに掲載してある情報を確認し、必要に応じご家族とも相談され、できるだけ早く接種についてご検討をお願いいたします。

このウイルスは誰もが感染する可能性があるものです。感染者をはじめ関係者を責めたりせず、ともに支えあって、活力のある大学を一緒になって築いていきましょう。また、不安なことがあれば、一人で悩まず大学に相談してください。

(学生に係る対応について)

## 1. 日常生活で守っていただくことについて

- (1) 少しでも風邪症状や倦怠感、味覚・嗅覚の異常があれば、自宅で静養してください。  
このような症状があるときは、**アルバイトも絶対に行かないでください。**
- (2) 毎日の検温を含め体調管理に努め、健康状態やその日の行動を記録するよう心がけてください。(下記 URL に掲載している健康行動記録票を参考に、ご自身のアプリや手帳などに工夫して記入してください。)

健康行動記録：

[https://www.shinshu-u.ac.jp/news/upload\\_file/20200910health\\_record.xlsx](https://www.shinshu-u.ac.jp/news/upload_file/20200910health_record.xlsx)

また、感染拡大を防止するためには、感染の可能性をいち早く知ることが重要なことから、厚生労働省が開発した「新型コロナウイルス接触確認アプリ (COCOA: COVID-19 Contact Confirming Application)」の活用をお願いします。

COCOA：

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa\\_00138.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa_00138.html)

- (3) マスクは**不織布マスク**を使用するようにしてください。また、家から出る時は**マスク**を正しく着用し、**マスクなしに会話をしないでください。**ただし、屋外で人と十分な距離(2 m以上)を確保できる場合にのみ、マスクを外して構いません。
- (4) 家から出る時は、意識して人との接触を減らし、**人との距離(できるだけ2 m、最低1 m以上)**をとるようにしてください。
- (5) 換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間に**絶対に集まらないでください。**カラオケ、ライブハウス、居酒屋、アパート、下宿先などの場所を問わず、換気の悪い空間に人が集まって、大きな声を出したり、歌ったり、呼気が激しくなる運動をしたり、飲食をしたりする場所で過ごすことは、厳に慎んでください。
- (6) 家族以外の人との会食は、長野県が示す「信州版“新たな会食”のすゝめ」に従い、**少人数、短時間(2時間以内)**とし、**長野県のガイドラインを遵守した店舗**を利用すること。また、**少人数、短時間の会食**であっても、**体調が悪い人は参加しない、させないようにするとともに、箸やコップの使い回しはせず、会話するときはマスクを着用してください。**  
(長野県 HP:「信州版“新たな会食”のすゝめ」参照のこと。)

<https://shinshu-anshin.net/#banner05>

- (7) 建物に出入りする時、調理や食事をする前、家に帰った時などは、必ず、**石鹸で手を洗うかアルコールで手指を消毒**し、常に**咳エチケット**を守ってください。

参考：信州の寒い冬場の感染防止対策について長野県がまとめていますので、下記 URL を参考にしてください。

<https://www.pref.nagano.lg.jp/hoken-shippei/kenko/kenko/kansensho/documents/susumewinter.pdf>

## 2. 風邪症状などがある場合の対応について

(1) 風邪症状、倦怠感、味覚・嗅覚異常などがあれば、軽い症状であっても、症状消失後2日を経過するまで、出席停止です。授業の有無、休業期間に関わらず速やかに ACSU の感染症等報告システムから症状を報告し、登校せず、健康観察（体調と体温の記録）を行い、自宅で静養してください。また、健康状態の観察に必要なため、症状が消失した際も、速やかに ACSU の感染症等報告システムから症状を報告してください。

※ 感染症等報告システム：ACSU ログイン後「新型コロナウイルス感染症関係」欄の「【学生用】感染症等発生・消失報告」をクリック

(2) 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、重症化しやすい者<sup>1</sup>で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合、それ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は、まずは、電話でかかりつけ医等身近な医療機関、総合健康安全センター（各キャンパスの保健室を含む）または受診・相談センター（保健所）へ相談してください。（強い症状と思う場合にはすぐに相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です。）

(3) **医療機関を受診する時は、必ず、事前に連絡をした上で**、不織布マスクを着用してください。インフルエンザ又は新型コロナウイルスの検査を求めて医療機関を受診することは厳に慎んでください。

※症状があるのに、事前連絡なしに受診すると医療機関は他の患者の診療を行えず、仮に新型コロナウイルスに感染していた場合は地域の皆さんに多大なご迷惑をおかけすることになります。

(4) どうすればよいか不明な場合は、総合健康安全センター又は各キャンパスの保健室にまず相談してください。

### 学内関係部署の連絡先一覧

	連絡先
総合健康安全センター（松本）	0263-37-2157
教育学部保健室	026-238-4055
工学部保健室	026-269-5077
農学部保健室	0265-77-1312
繊維学部保健室	0268-21-5312
学生相談センター	0263-37-3165
キャリア教育・サポートセンター	0263-37-3164, 0263-37-2186

<sup>1</sup> 高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患（COPD等）等の基礎疾患がある者や透析を受けている者、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている者

学業等に関する学部等の連絡先一覧

学部	連絡先
人文学部	jgakumu1@shinshu-u.ac.jp
教育学部	kyouiku_gakumuk@gm.shinshu-u.ac.jp
経法学部	k_gakumu@shinshu-u.ac.jp
理学部	rigaku-renraku@shinshu-u.ac.jp
医学部医学科	igakumu01@shinshu-u.ac.jp
医学部保健学科	hogaku2@shinshu-u.ac.jp
工学部	kou_kinkyu@shinshu-u.ac.jp
農学部	ngakumu@shinshu-u.ac.jp
繊維学部	fgakusei@shinshu-u.ac.jp
全学教育機構（共通教育窓口）	acacia@shinshu-u.ac.jp

\* 共通教育科目については、共通教育窓口にご連絡してください。

\* 大学院生は、所属するキャンパスの担当窓口へご連絡してください。

長野県受診・相談センター（保健所）

※24 時間対応

電話相談窓口	管轄市町村	電話番号
佐久保健福祉事務所（佐久保健所）	小諸市、佐久市、南佐久郡、北佐久郡	0267-63-3178
上田保健福祉事務所（上田保健所）	上田市、東御市、小県郡	0268-25-7178
諏訪保健福祉事務所（諏訪保健所）	岡谷市、諏訪市、茅野市、諏訪郡	0266-57-2930
伊那保健福祉事務所（伊那保健所）	伊那市、駒ヶ根市、上伊那郡	0265-76-6822
飯田保健福祉事務所（飯田保健所）	飯田市、下伊那郡	0265-53-0435
木曾保健福祉事務所（木曾保健所）	木曾郡	0264-25-2227
松本保健福祉事務所（松本保健所）	塩尻市、安曇野市、東筑摩郡	0263-40-1939
大町保健福祉事務所（大町保健所）	大町市、北安曇郡	0261-23-6560
長野保健福祉事務所（長野保健所）	須坂市、千曲市、埴科郡、上高井郡、上水内郡	026-225-9305
北信保健福祉事務所（北信保健所）	中野市、飯山市、下高井郡、下水内郡	0269-67-0249
長野市保健所平日（8：30～17：15）	長野市	026-226-9964
長野市保健所 休日・夜間（17：15～8：30）	長野市	026-226-4911
松本市保健所	松本市	0263-47-5670

3. 感染症患者の発生と接触者の扱いについて

(1) 新型コロナウイルス感染症の検査の結果、患者「確定例」<sup>2</sup>となった学生又は「疑似症患者」<sup>3</sup>と診断された学生は、総合健康安全センターが許可するまで出席停止です。速やかに総合健康安全センターに連絡するとともに、保健所及び医療機関の指示に従い療養してください。

<sup>2</sup> 「新型コロナウイルス感染症の臨床的特徴を有し、かつ、検査により新型コロナウイルス感染症と診断された者」を言います。

<sup>3</sup> 「臨床的特徴等から医師が新型コロナウイルス感染症を疑うが、新型コロナウイルス感染症の確定診断が得られていない者」を言います。

- (2) 患者（確定例）と濃厚接触<sup>4</sup>したと特定された学生も、最後に濃厚接触した日の翌日から2週間、出席停止です。保健所及び医療機関の指示に従うとともに、速やかに総合健康安全センターに連絡し、当該期間は、健康観察（体調と体温の記録）を行い、自宅待機（学修）してください。
- (3) その他濃厚接触者となる可能性がある場合など、保健所や総合健康安全センター等の判断で外出制限の対象となった学生も、その期間は出席停止です。(2)と同様、自宅待機（学修）してください。
- (4) (2)又は(3)の対象となった学生に対し、所属学部等が提供する e-learning を活用した授業や課題研究等を履修できるよう配慮します。

#### 4. 不要不急の海外渡航の禁止と帰国・入国時の対応について

- (1) 外務省感染症危険情報のカテゴリ「レベル2」以上の国・地域への不要不急の渡航は禁止です。真にやむを得ず渡航する場合は、私事の渡航も含め、2週間前までに（乗継地を含め）一般学生は「海外渡航届」、留学生は「一時帰国・出国届」により所属学部等に届け出るとともに、外務省海外旅行登録「たびレジ」への登録も行ってください。

※ ACSU ログイン後「海外渡航届／一時帰国・出国届」欄を参照

- (2) 私事の渡航も含め、(1)の国・地域からの帰国・入国者は、健康状態を正しく検疫所に申告するとともに、速やかに ACSU の感染症等報告システムにて大学へ連絡の上、検疫所長が指定する場所（自宅等）において帰国・入国した日の翌日から2週間待機（学修）してください。その際、宿舎・寮などのトイレや浴室など、複数の人が共同で使用する場所がある施設は指定場所の対象外であり、また、指定場所へは、公共交通機関を使用することができませんので注意してください。この期間、所属学部等が提供する e-learning を活用した授業や課題研究等を履修できるよう配慮します。

---

<sup>4</sup> 「患者（確定例）」（「無症状病原体保有者（臨床的特徴を呈していないが、検査により新型コロナウイルスを保有していることが確認された者）」を含む。以下同じ。）の感染可能期間（患者（確定例）：発熱及び咳・呼吸困難などの急性の呼吸器症状を含めた新型コロナウイルス感染症を疑う症状を呈した2日前から退院又は宿泊療養・自宅療養の解除の基準を満たすまでの期間、無症状病原体保有者：陽性確定に係る検体採取日の2日前から退院又は宿泊療養・自宅療養の解除の基準を満たすまでの期間）において当該患者が入院、宿泊療養又は自宅療養を開始するまでに接触した、以下に該当する場合は言います。

- ・患者（確定例）と同居あるいは長時間の接触（車内、航空機内等を含む）があった者
- ・適切な感染防護無しに患者（確定例）を診察、看護若しくは介護していた者
- ・患者（確定例）の気道分泌液もしくは体液等の汚染物質に直接触れた可能性が高い者
- ・その他：手で触れることの出来る距離（目安として1メートル）で、必要な感染予防策なしで、患者（確定例）と15分以上の接触があった者（周辺の環境や接触の状況等個々の状況から患者の感染性を総合的に判断する）

※ 空港から検疫所長が指定する場所への移動手段を確保できない場合は、次の URL を確認してください。

(厚生労働省 HP : 「ホームページリンク掲載に関する基準を満たすハイヤー会社またはハイヤーを調達できる旅行会社の紹介」参照のこと。)

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/newpage\\_00020.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/newpage_00020.html)

(3) この間に発熱などの風邪症状などが生じた場合には、最寄りの受診・相談センターに電話で受診の相談をした上で、医療機関に連絡し受診してください。受診後は、授業の有無、休業期間に関わらず速やかに総合健康安全センター又は各キャンパスの保健室に連絡してください。(連絡方法は2.(1)を参照)

## 5. 留学による渡日・渡航の対応について

- (1) 母国の出国制限や日本国の入国制限により渡日できない留学生に対し、所属学部等が提供する e-learning を活用した授業や課題研究等を履修できるよう配慮します。
- (2) 新規渡日又は令和2年4月3日の入国制限が発効する前に日本国外にいた留学生の国際的な往来再開に伴う最初の入国の際の待機に伴う特別な費用について、信州大学知の森基金を活用した支援をいたします。
- (3) 大学間協定・学部間協定に基づく交換留学においては、派遣先大学等との調整が取れ、本学が定める渡航条件を満たす場合、渡航を認める特例措置を設けることとしましたので、所属学部等に確認してください。

## 6. 感染拡大地域との往来について

- (1) 感染拡大地域(直近1週間の人口10万人当たり新規陽性者数が15.0人を上回っている都道府県)への移動はできるだけ控えてください。移動が必要な場合も前後2週間は感染リスクの高い行動を特に控え、健康観察を徹底し、体調に異変を感じた場合は外出せず、速やかに医療機関に相談してください。

(長野県 HP : 「他都道府県での新型コロナウイルス感染症の感染状況のモニタリングについて」参照のこと)

<https://www.pref.nagano.lg.jp/kansensho-taisaku/kenko/kenko/kansensho/joho/corona-taken.html>

## 7. 授業等の取扱いと学生の入構について

- (1) 令和3年度の授業は、感染防止対策を講じた上で、原則対面で実施しますが、オンライン授業又はオンラインと対面を併用した授業も活用します。
- (2) 自宅等の通信環境が整わない学生には、所属学部等に連絡があれば、特定の教室でのWi-Fi利用を可能としています。

## 8. 欠席の取扱いと履修上の配慮について

- (1) 次のいずれかに該当する学生は、出席停止とし、感染症等報告システムにて大学へ連絡があれば、欠席扱いにはなりません。
  - ・少しでも風邪症状や味覚・嗅覚の異常がある者
  - ・新型コロナウイルス感染症患者「確定例」、「疑似症患者」となった者
  - ・患者（確定例）と濃厚接触したと特定された者その他濃厚接触者となる可能性など、保健所や総合健康安全センター等の判断で外出制限の対象となった者
  - ・外務省感染症危険情報のカテゴリー「レベル2」以上の国・地域から帰国・入国した者
- (2) 次のいずれかに該当する学生は、通学困難事由に該当し、所属学部等への連絡があれば、欠席扱いにはなりません。
  - ・母国の出国制限や日本国の入国制限により渡日できない留学生
  - ・国、居住する地方自治体からの外出又は往来自粛要請に従い、通学できない者
- (3) (1)又は(2)に該当する者には、e-learning を活用した授業、追試験の実施やレポートの活用や提出期限の延長等に対応し、履修上不利益とならないよう対応します。

## 9. 困難な状況にある学生への支援について

- (1) 新型コロナウイルスの感染拡大の影響を受けて経済的に困窮している学生が、学業の継続を断念することのないよう、信州大学知の森基金を活用し令和3年度新型コロナウイルス緊急学生経済支援を実施します。申請期間は終了しました。申請者には11月10日（水）に選考結果を通知する予定です。
- (2) オンライン授業や実験・実習支援、学生サポートなどの様々な業務を、学生の積極的活用によって支えるために、信州大学サポート・フェロー制度を整備しました。
- (3) 学生支援についてのお問い合わせその他お困りのことは、所属学部等又は学生総合支援センターにご相談ください。

[https://www.shinshu-u.ac.jp/campus\\_life/studentssupport/index.html](https://www.shinshu-u.ac.jp/campus_life/studentssupport/index.html)

- (4) 修学支援以外の制度のうち、経済的に困難な場合に活用できる制度等については次のURLよりご覧ください。

[https://www.shinshu-u.ac.jp/news/upload\\_file/20210519\\_shugakushienigainoseido\\_5.pdf](https://www.shinshu-u.ac.jp/news/upload_file/20210519_shugakushienigainoseido_5.pdf)

なお、「新型コロナウイルス感染症対応休業支援金・給付金」の詳細については次のURLよりご確認ください。

<https://www.mhlw.go.jp/stf/kyugyoshienkin.html>

## 10. ワクチン接種について

- (1) 新型コロナウイルスワクチンの職域接種は終了しました。ワクチン未接種の方で接種を希望する方は、各自治体の接種会場や一部の医療機関で接種可能ですので、お住まいの自治体の情報をご確認ください。なお、一部自治体では接種会場が減少しております



ので、早めの接種をご検討ください。

※長野県が設置するワクチン接種会場では、住民票の住所が長野県以外でも接種券があれば接種可能ですので、下記サイトをご確認ください

<https://www.pref.nagano.lg.jp/kansensho-taisaku/vaccine/kensessyu.html>

- (2) ワクチン接種後は副反応の症状（発熱・倦怠感など）が現れることがあります。接種当日から翌々日（接種当日を0日目とカウントして2日目）までは様子を見てください。ただし、咳や息苦しさなど副反応ではない症状が出現した場合は医療機関に相談して下さい。3日目以降も症状が続く場合は、ACSUの感染症等報告システムから症状とワクチン接種の日を入力してください。また、症状が消失した際は速やかに報告してください。
- (3) 接種後の副反応の症状により授業に出席できない場合（感染症等報告システムから報告した場合を除く）は、所属学部等（共通教育の授業の場合は全学教育機構）の指示に従ってください。欠席扱いとはせず、履修上不利益とならないよう対応します。なお、接種後、特に体調に問題がない場合は、通常通り授業に出席して構いません。

#### 11. 就職活動における対応について

- (1) 新型コロナウイルスの感染拡大に伴う企業の業績不振に起因する内定取消しや、採用・入職時期の延期の連絡等を受けた場合は、キャリア教育・サポートセンターに相談してください。

#### 12. 新型コロナウイルス感染症に関する心のケアについて

- (1) 総合健康安全センター、各キャンパスの保健室及び学生相談センターでは、学生のメンタルヘルスや健康相談を行っています。新型コロナウイルスの関係で、不安なこと、心配なことがあれば相談してください。

#### 13. 学生健康診断及び健康診断証明書の発行について

- (1) 令和3年度の定期健康診断は終了しました。再検査又は精密検査が必要な場合を除き、健康診断証明書は証明書自動発行機から発行できます。

#### 14. 学生寄宿舍、国際交流会館における対応について

- (1) 学生寮利用者は次のことを必ず守ってください。
  - ・不織布マスクを使用してください。
  - ・2人部屋では換気を頻回に行い、2m以上の距離がとれない場合は常時不織布マスクを着用してください。
  - ・他の寮生の部屋には入らないでください。
  - ・帰宅時、食事（飲料や茶菓を含む）前、入浴前後の手指の消毒を徹底してください。
  - ・マスクをせずに2m以内で話をしないでください。絶対に大声を出さないでください。

- ・向かい合って、話をしながら食事をしないでください（外食時でも）。
  - ・共用スペースでは常時、人混みへの外出時(買い物も含む)にも不織布マスクを着用してください。
  - ・少しでも体調に不安を感じたら直ちに管理者に連絡し相談してください。
- (2) 食堂，共用スペース，風呂場の利用について，3「密」回避のため，利用の制限や分散化を徹底します。なお，食堂における3「密」回避の対策が実施できない場合には，弁当の提供などにより対応します。

#### 15. 課外活動について

- (1) 課外活動は、「信州大学の関係する団体の活動及び大学施設を利用する活動に関する感染防止対策の指針」に基づき，行うことができますが，活動再開にあたり，松本キャンパスは学生総合支援センター，他キャンパスは各学部学務担当窓口に許可を求めてください。