

新型コロナウイルスの感染を防ぐために

2020. 5. 19
危機対策本部WG

学生・教職員の皆様へ

新型コロナウイルスの感染が確認された症状のある人のうち、大多数が軽症であることがわかっています。特に若い人は、症状が出にくく、重症化する恐れが低いため、感染していても気がつかないうちに、他人に感染させる可能性があります。

このことにより、家族や友人、社会に感染を広め、場合によっては、基礎疾患等を有することで重症化する恐れのある人に感染させる危険性もあります。

感染拡大を防ぐため、また、自身が感染しないためにも、意識的に、一人一人が日頃から、以下にあげた感染防止の対策を心がけてください。

手指衛生

- ✓ こまめに石鹸で手を洗う（特に帰宅時、調理前後、食事前）
- ✓ こまめにアルコール消毒を行う
- ✓ 洗っていない手で目、鼻、口を触らない

咳エチケット

- ✓ マスクは正しく着用する（鼻と口を覆う）
- ✓ マスクが無いときの咳やくしゃみは、手でおさえず、ハンカチや袖でおさえる

外出

- ✓ 不要不急であれば控える
- ✓ 人が密に集まって過ごす空間は避ける
- ✓ 帰宅後は手洗い、うがい、アルコール消毒

換気

- ✓ 風通しを良くする

体調管理

- ✓ 睡眠と栄養を十分にとる