

## 健康管理センターからのお願い

新型コロナウイルスは、感染していても自覚症状がない場合もあり、知らないうちに他の方に感染させてしまう可能性があります。そのため、自分が感染しないように、周りの方に感染させないために、不要・不急の外出を控え、自宅で体調を整えてください。

### 健康管理の方法

#### ◎健康日記アプリの活用

- 1) 毎朝、体温計で体温を測定する
- 2) 健康日記アプリに体温、自覚症状の有無等を入力する
- 3) 指定されているアドレスに健康日記アプリのデータを送信する

※授業再開後も当面の間は健康日記での健康観察を継続することとなりますので、今のうちから習慣づけておいてください。

#### ◎感染予防の徹底

- ・ こまめに手洗いをする
- ・ マスクを着用する
- ・ 感染の恐れのあるところに行かない
- ・ 咳エチケットを徹底する

## 新型コロナ対策 Q&A

Q1：発熱しています（37.5℃以上）。どうしたら良いですか？（※解熱剤を内服し続けなければならない場合も含む）

A1： 風邪症状や37.5℃以上の発熱がある場合は、外出せず自宅待機してください。この症状が4日以上続く場合あるいは、強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある場合は、電話で最寄りの保健所に相談し、必ずその指示に従ってください。

医療機関を受診する場合は、受診前に医療機関へ電話で相談してください。また、出来る限りマスクを着用し、手洗いと咳エチケットを徹底しましょう。

次の様な症状が見られた場合は、早めに医療機関を受診してください。

- 呼吸が苦しいとき
- 意識状態が朦朧としてきたとき
- 食事が食べられない、水分摂取できないとき

Q2：学校が休校中の過ごし方はどうしたらいいですか？

A2： 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のための休校です。不要・不急の外出は控えてください。栄養、水分、睡眠を十分取り、規則正しい生活を心掛けましょう。また、体調管理、健康観察に努め、健康日記アプリのデータを指定されているアドレスに送信してください。

Q3：新型コロナウイルス感染症（疑いを含む）と診断されました。どうしたらいいですか？

A3： 感染症またはその疑いと診断された場合は、医学部生は学生課へ、保健看護学部生は保健看護学部事務室へ、速やかに電話で報告してください。また、保健所や医療機関の指示には必ず従ってください。

{ 学生課：073-447-2300（代表）  
保健看護学部事務室：073-446-6700

Q4：新型コロナウイルス感染症の濃厚接触者と判断されました。どうしたらいいですか？

A4： 濃厚接触者と判断された場合は、医学部生は学生課へ、保健看護学部生は保健看護学部事務室へ、速やかに電話で報告するとともに外出を控え、自宅待機してください。また、保健所の指示には必ず従って下さい。

{ 学生課：073-447-2300（代表）  
保健看護学部事務室：073-446-6700