

(3月7日以降の取扱い)

別添

学生の皆さんへ ～まん延防止等重点措置解除後も感染対策の徹底を～

新型コロナウイルスの新たな変異株(オミクロン株)による感染症の急激な拡大を受け、長野県では1月27日から県全域でまん延防止等重点措置が適用となっておりましたが、長野県発表により、3月6日で同措置が解除される見込みとなりました。これに伴い、1月27日から「4.5」に引き上げておりましたが、「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」を、3月7日から「4」に引き下げることとします。

長野県のまん延防止等重点措置は解除となりますが、オミクロン株による感染症は今後も十分に警戒する必要があります。帰省や旅行、歓送迎会など人の移動や会食で感染リスクが高まる場面が多くなるこの時期、卒業、入学というかけがえのない時期を平穏に迎えるためにも、引き続き、下記の基本的な感染防止対策を一人ひとりが徹底し、基本的な感染防止対策とともに、特に次のことを徹底してください。

- 同居の家族以外との会食を避けること。
- 喉の痛みなど少しでも風邪症状がある場合や倦怠感、味覚・嗅覚の異常があれば、人と接しないよう外出せず、自宅で静養すること。その際は必ず大学に申し出ることとし、許可があるまでは登校又は出勤しないこと。
- 複数人による車での移動は、特に3「密」になりやすいことを考慮し、不織布マスクの着用や換気を徹底すること。
- 研究室内の休憩や下宿での勉強会においても、手指消毒やマスクの着用等、基本的な感染対策を徹底すること。
- 課外活動は全面禁止。ただし、大会出場等のやむを得ない事情に限り、許可を得て実施可能。
- 長野県外への移動は極力中止又は延期。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。

また、感染拡大地域への移動はできるだけ控えてください。必要な場合もその前後に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。

#### 【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。

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) **同居の家族以外の人と会食することは避けてください。**
- (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/document/s/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 （休日緊急連絡 090-3143-4650 全キャンパス共通）
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

#### 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	jgakumul@shinshu-u.ac.jp

<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

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）  
応

※ 24時間対

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	070-2828-6398
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7日間、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ー「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、海外からの帰国・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7日間待機（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) 長野県外への移動は極力中止又は延期するようにしてください。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。

#### 7. 授業等の取扱いと学生の入構について

- (1) 授業は原則、感染リスクの高い内容の授業を除き、感染防止対策を講じた上で、対面で実施としますが、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) 実験、実習、研究指導等の感染リスクの高い内容の授業については禁止です、ただし、不可欠なものに限り、部局長の許可を得て十分な対策をとった内容に変更し実施することとします。
- (3) 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。
- (4) 上記のほか、研究指導や卒業研究、図書館等の利用、活動可能な課外活動等を除き、用事のない学生の入構は禁止です。

## 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
- (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で対応し、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) 学生等の学びを継続するための緊急支援金（二次募集）については、2月16日（水）に締め切り、3月1日（火）に大学のメールアドレス（@shinshu-u.ac.jp）に選考結果を通知しました。
- [https://www.shinshu-u.ac.jp/campus\\_life/studentsupport/news/2022/02/162541.html](https://www.shinshu-u.ac.jp/campus_life/studentsupport/news/2022/02/162541.html)
- (2) 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した。
- <https://www.shinshu-u.ac.jp/research/donation/covide19.html>
- (3) 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。
- (4) 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/studentsupport/index.html](https://www.shinshu-u.ac.jp/campus_life/studentsupport/index.html)
- (5) 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) 3月4日（金）から松本、長野（工学）、伊那、上田のキャンパスにおいて職域接種



による3回目の新型コロナウイルスワクチン接種を開始しました。対象者は2回目接種を完了して6か月以上の間隔がある者で居住する市町村から発行された接種券が手元にある方です。4月に住所変更を予定している方はご注意ください。

接種を希望される方は、ワクチン接種予約サイトの注意事項を確認の上、同サイトの「予約リンクシート」から希望する日時の予約可能数の数字をクリックして申し込んでください。ただし、ワクチンの供給状況により接種予定が変更になる可能性があります。

ワクチン接種予約サイト：<https://sites.google.com/gm.shinshu-u.ac.jp/yoyaku>

※ワクチン接種予約サイトは信州大学が付与したメールアドレス（「@shinshu-u.ac.jp」）又は「@gm.shinshu-u.ac.jp」のみアクセス可。

※本サイトは、スマートフォン、タブレットでも閲覧できますが、スプレッドシートを利用しているため、PCでの閲覧を推奨します。

(2) 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>

(3) 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。

(4) 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。

### 1 1. 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。

### 1 2. 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。

### 1 3. 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。

### 1 4. 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。

### 1 5. 課外活動について

- (1) 課外活動は、当面の間、禁止します。
- ただし、競技団体が開催する感染防止対策が徹底された大会等に参加するなど、延期しがたい事情がある場合は、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。