

重要

保健・学生相談委員会からのお願い

必読

ガイダンス資料 2020年 10月

新型コロナ感染症の感染拡大が続いています。いつ収束するのか？先が見えない状況が続いています。本学のホームページでは学生の状況や感染対策、学生相談の受け方など様々な情報を提供しています。不安なことがある場合や疑問がある場合ぜひご確認ください。

★学内入構時 ルールが守れない場合は入構できません

マスクの着用、体温計測(健康記録の記入)、こまめな手洗い消毒、

人との距離の確保(2m)、大声を出さない

三密の回避の徹底を常に意識して行動しましょう。

1. 感染対策アプリについて

学内に入る前に接触確認アプリ(COCOA)の利用登録を行きましょう。

https://www.mhlw.go.jp/stf/covid-19/kenkou-iryousoudan.html#h2_1

アプリで感染者と接触があったことがわかったら、体調を確認し無理して授業に参加することはやめましょう。

2. 心の健康について

(1) ストレス状況でおこる心理的反応について知ろう

恐怖や不安、倦怠や孤独、フラストレーション、悲しみなどの心理的反応が起こることがあります。

(2) ストレスや不安への対処方法を知っておこう

信頼できる情報を持ち、自分の心身をいたわりましょう。また日々の生活リズムを維持しましょう。

愛知東邦大学学生相談室はいつでも相談できます。予約が必要です。下記までどうぞ
soudan@aichi-toho.ac.jp

3. 新しい生活様式を実行しましょう

手洗い励行、アルコール消毒(接触感染の予防)

咳エチケットのためのマスク着用(飛沫感染の予防)

健康状態の確認(体温測定等)

授業中は1時間に10分程度換気をしましょう。エアコンを使用中でも窓を開けましょう。



<https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.go.mhlw.covid19radar> 厚生労働省ホームページ

4. 感染しない、させないためにできること

- (1)「人にうつさない」「人からうつされない」「自分が感染しているかもしれない」という意識を持つことが大事です。私たちが感染をさせていることもあります。
- (2)外出に当たっては、自身の健康状態、目的地の感染状況、利用する施設の感染防止対策を確認し、その必要性を今一度考えて判断しましょう。
- (3)感染拡大地域への旅行はできるだけ自粛しましょう。帰省もよく考えて行いましょう
- (4)大人数での会食や飲み会やカラオケ、バーベキューなどは避け、リモート飲み会など楽しみ方も工夫しましょう
- (5)飲食店等の利用の際は、感染防止対策がしっかり講じられている店舗を選びましょう。
- (6)大声を出す行動(カラオケやイベント、スポーツ観戦等で大声を出すなど)を自粛しよう。

5. 最後をお願い 感染者への誹謗中傷は絶対しない

感染した人やその家族、対応している医療関係者などに対して、不当な差別・偏見・誹謗中傷・いじめがあってはなりません。

不確かな情報に惑わされ人権を侵害することのないよう、関係省庁の正確な情報を入手し、冷静な行動をお願いします。

つらい想いをする人を増やさないために、一人ひとりにできることを改めて考えてみましょう。

相手を思いやる気持ちを持ち、冷静に行動しましょう。

本学の人権委員会へもご相談いただけます。

みんなの人権110番
0570-003-110



http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken02_00022.html

法務省ホームページ