― 解説版―

新型コロナウイルス感染症対策ハンドブック

2022年８月８日改訂(第９版)

解説版目次

感染経路、潜伏期間、症状について	1
対策１：手洗い　（手洗いのタイミング、正しい手の洗い方）	2
対策２：マスク着用・ユニバーサルマスキング（正しい着脱方法、着用の考え方）	3
対策３：共有場所・共有物の消毒	4
対策４：新型コロナウイルスワクチン接種	
ワクチンに関して	5
接種後の副反応	7
接種後の留意点	8
対策５：学内における感染予防行動	9
対策６：体調管理	12
対策７：感染の早期把握	12
対策８：体調の経過観察	14

感染経路

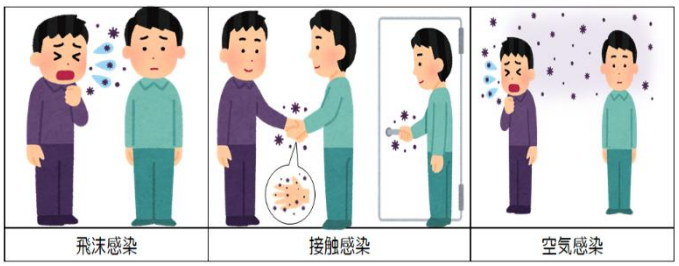
現時点では、**飛沫感染**と**接触感染**により伝播すると考えられています。

飛沫感染

- 感染者の咳やくしゃみ等による飛沫によってウイルスが放出され、他者がウイルスを口や鼻から吸い込むことで感染します。
  ※換気の悪い環境では咳やくしゃみ等の症状がなくても感染を拡大するリスクがあるとされています。

接触感染

- 感染者がウイルスの付着した手で周囲に触れ、その場所を他者が触ることによりウイルスが伝播し、その手で鼻・口・目などに触れることで、粘膜から体内に入り感染します。



潜伏期間

- 感染から発症までの**潜伏期間**は **14 日以内**であり、曝露から 5 日程度で発症することが多いといわれています。
- ただし，オミクロン株は潜伏期が 2～ 3 日，曝露から 7 日以内に発症する者が大部分との報告があります。
- 感染可能期間は，症状出現 2 日前から発症後 7 ～10 日間程度と考えられています。

参考：新型コロナウイルス感染症（COVID-19）診療の手引き 第 7.2 版

症状について

- 発症時の症状は、**発熱**（52 %）、**呼吸器症状**（29 %）、**倦怠感**（14 %）、**頭痛**（8 %）、**消化器症状**（6 %）、**鼻汁**（4 %）、**味覚異常**（3 %）、**嗅覚異常**（3 %）、**関節痛**（3 %）、**筋肉痛**（1 %）の順に多くみられた。
  2020 年 1 月 25 日～2021 年 5 月 6 日までに入院した 770 例の患者の積極的疫学調査による。

- オミクロン株による感染では、ウイルスが上気道で増殖しやすい特性に伴い、鼻汁、頭痛、倦怠感、咽頭痛などの感冒様症状の頻度が増加し、嗅覚・味覚障害の頻度が減少した。

- **無症状**の場合や**軽症**の場合もあります。
  無症状や軽症者が、気づかないうちに感染を広めてしまう可能性が大きいと報告されています。

- **高齢者**、糖尿病・慢性呼吸器疾患・免疫不全などの**基礎疾患**を有する人は、**重症化**のリスクが高い傾向にあります。

感染させない、感染しないためには、**複数の対策を組み合わせて**行う必要があります。

対策１：手洗い

接触感染の予防に**最も重要なのは、手指衛生**です。こまめな手洗いに心がけましょう。

- 流水と石けんで洗うか、手指消毒用アルコールで消毒します。
- なるべくペーパータオルを使います。手を拭く**タオルを共用するのは止めましょう。**
- ウイルスに汚染された手で、目・鼻・口などに触ると、粘膜から感染する可能性があります。**不用意に口・鼻・目、顔を触らないように**注意しましょう。

手洗いのタイミング

- 外出先から戻ったとき
- 登校したとき
- トイレの後
- マスクを外したとき
- 咳・くしゃみ、鼻をかんだ後
- ドアノブやつり革など不特定多数の人が触れる場所を触ったとき
- 調理の前
- 食事の前
- 症状のある人の世話をした後　など

正しい手の洗い方

- 爪は短く切っておきます。
- マニキュアやつけ爪はやめましょう。
- 時計や指輪は外しましょう。
- 手荒れは洗い残しの原因になるため、ハンドケアをしましょう。

洗い残しが起こりやすい部位

- 親指
- 指先
- 爪の間
- 指と指の間
- 指の付け根
- 掌のしわ
- 手首

対策２：マスク着用・ユニバーサルマスキング

● **咳やくしゃみの飛沫**は 1.5～2mの距離まで届きます。

● **ユニバーサルマスキングの実践**

症状出現の２日前から他者に感染させる可能性があることから、発熱や咳などの症状の有無に関わらず、すべての人が屋内や人の距離が保てない環境では常時サージカルマスクの着用が推奨されています。

日頃から「ユニバーサルマスキング」を実践しましょう。

● マスクは咳やくしゃみによる飛沫を防ぎます。咳やくしゃみなどの症状がある人は、**マスク**を着けましょう。（症状がある時は登校停止です）

● マスクの予防効果は完全でないことを認識しましょう。
● **マスクがないとき**はハンカチやティッシュ、洋服の袖（腕の内側）で**口や鼻を覆います。**
● 咳やくしゃみをするときは、他人から顔をそむけ、距離を保ちます。

マスクの正しい着脱方法

■装着の手順

①マスクの上下を確認する

プリーツが上向きだと、ほこりやウイルスの受け皿になるので、下向きになるように顔に当てる。
つける前に鼻のワイヤーを曲げておくと、つけた時に隙間ができにくい。

②隙間ができないように密着させる

鼻のカーブに沿って隙間ができないように密着させる。顎の下までマスクを伸ばしてマスクと顔面の隙間をなくする。

■はずす手順

表面に触れないように、ゴムをつかんで外し、ゴミ箱に捨てる。外した後は、手を洗う。

※誤ったマスクのかけ方

鼻が出ている　顎に下げている

マスク着用の考え方

新型コロナ対策の「基本的対処方針」（令和４年５月23日改訂）より

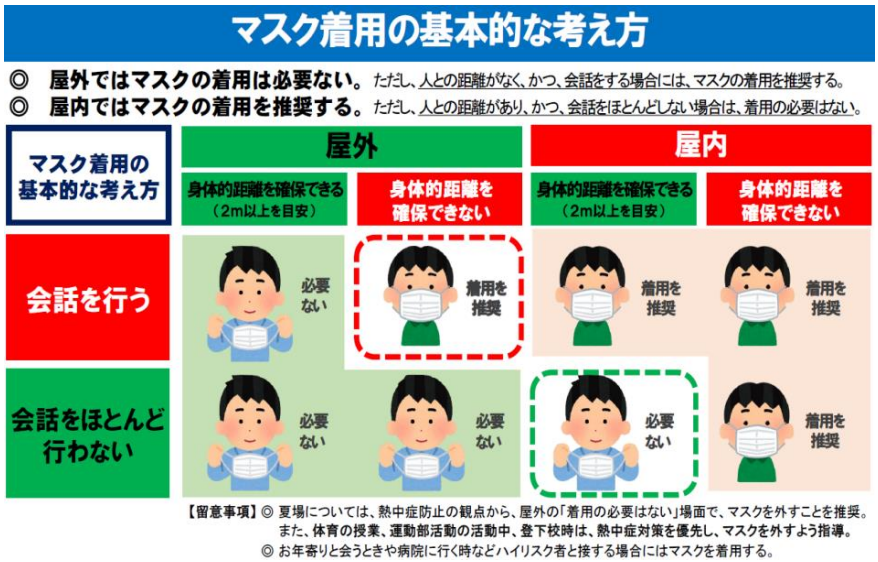
● 新型コロナウイルス感染症の基本的な感染対策として、マスク着用は極めて重要。

マスク着用が必要

・屋外・・・人との距離（２メートル以上が目安）を確保できない場面で会話を行う場合
・屋内・・・多くの場面でマスク着用が推奨。
特にラッシュの電車内や人混みのように距離を確保できない場面では必須。

マスク不要な状況

・屋外・・・人との距離（2m以上を目安）が確保できる場合
距離が確保できなくても、会話をほとんど行わない場合
・屋内・・・換気が十分なされており、人との距離（2m以上を目安）も確保されている空間で、換気が十分にされている、かつ会話をしない場合



※
マスクは布やウレタンよりも、不織布の方が効果が高いことが示されています。
すき間がないよう顔にフィットさせ、正しく利用ください。

対策３：共有場所・共有物の消毒

汚染した手で机・テーブル・ドアノブなどに触れると、ウイルスが物体表面に付着し、それを他の人が触ることで感染する可能性があります。

● **大勢が触れる場所**を１日1～2 **回程度**、アルコールまたは薄めた漂白剤（※）で**消毒**します。

※ 漂白剤（0.05%次亜塩素酸ナトリウム水溶液）
濃度が５～6%塩素系漂白剤を用いる場合、漂白剤５㎖（キャップ１杯）を水500㎖で薄め、ティッシュやキッチンペーパーなどに含ませて用いる。拭いた 場所が錆びるおそれがあるため、消毒後は水拭きする。

● 大学内は学部や利用場所の指示に従い、講義室の机、椅子、ドアノブ、スイッチなどをアルコールタオルにより各自で清拭し、消毒後はよく手洗いをします。

● 消毒ができない場合は、不用意に口・鼻・目、顔を触らないように注意しましょう。

対策４：ワクチン接種

新型コロナワクチンには、重症化を防いだり、発症を防いだりする効果があり、重症者や死亡者が減ることが期待されています。
接種後の副反応として、接種部位の痛み、頭痛・倦怠感、筋肉痛などが報告されているほか、ごくまれに、接種後のアナフィラキシー（急性のアレルギー）が報告されています。

ワクチン接種のメリット・デメリット

メリット
- 大切な方と自分自身の健康と命を守る
- 地域におけるウイルスへの防御を高め、安全で安心感のある社会生活・学校生活を送ることができる
- 変異ウイルスの発生確率を減らすことができる

デメリット
- ワクチン接種後、発熱などの副反応やアナフィラキシー（急性アレルギー反応）が発生することがある

参考：北海道リーフレットより

国内外の数万人のデータから、発症予防効果などワクチン接種のメリットが、副反応などのデメリットよりも大きいことを確認して、接種をお勧めしています。

ただし、接種は強制ではなく、あくまで**ご本人の意思に基づく接種**です。周りの人に接種を強制したり、未接種の人に差別的な扱いをしたりすることのないようにしましょう。

※承認後に実際に接種された人の情報を集めた研究等によると、いずれのワクチンも 90%以上の重症化予防効果を示す報告等があります.

● ワクチンの種類と接種回数について

現在、下記のワクチンが、予防接種法に基づく接種の対象となっています。
ワクチン接種に関しては流行状況等に応じて対策が検討されるため、最新の情報を確認してください。
右記の QR コード（厚生労働省ワクチンナビ）からも確認できます。

ワクチンナビ（厚生労働省）

60 歳以上の方と 18 歳以上 60 歳未満で基礎疾患を有する方や重症化リスクが高いと医師が認める方は４回、それ以外の方は３回の接種が必要です。

種類		ファイザー	モデルナ社	ノババックス	アストラゼネカ
ワクチン名		コミナティ	スパイクバックス	ヌバキソビッド	バキスゼブリア
製法		メッセンジャーRNAワクチン	メッセンジャーRNAワクチン	組換えタンパクワクチン	ウイルスベクターワクチン
接種間隔	1⇒2回目	通常3週間	通常4週間	通常3週間	通常4～12週
	2⇒3回目	5か月以上	5か月以上	6か月以上	―
	3⇒4回目（※）	5か月以上	5か月以上	―	―

● 大学でのワクチンの接種について

大学での３回目接種は 2022 年６月末で終了しました。
推奨されている接種回数を終えていない方は、医療機関での接種となります。
右のＱＲコードから接種可能な医療機関を探してください。

● 住民票所在地以外でのワクチンの接種について

ワクチンは住民票所在地の市町村が指定した医療機関等での接種になります。
一人暮らし開始の際に住民票を移していない方は、住民票変更の手続きまたは住所地以外の接種手続きが必要になります。
自治体または保健管理センターにお問い合わせください。
右のＱＲコードからも確認できます。

● 罹患歴がある人のワクチン接種について

罹患歴がある人もワクチン接種は可能です。罹患治癒後の再感染事例の報告もあり、また自然に感染するよりもワクチン接種の方が新型コロナウイルスに対する血中の抗体の値が高くなること、多様な変異に対する抗体が産生されるなど報告されています。
１回目、２回目は体調が回復すれば感染からの期間にかかわらず接種可能、追加接種（３回目、４回目）は暫定的に罹患後３か月を一つの目安に接種可能です。不明な場合は、保健管理センターへご確認ください。

● 新型コロナワクチン接種記録書(予防接種証明書)

ワクチン接種後に接種記録書が発行されます。発行後に必ず、氏名・住所・生年月日を記載し、次のワクチン接種の際には忘れずに持参してください。
ロット番号のシールが貼付された記録表（接種日・接種場所・ワクチン情報記載）は、接種した記録となりますので大切に保管してください。

● 大学外で接種する場合

下記の手順に沿って対応してください。

１．学務課に接種日予定日と使用ワクチンを報告します。
２．接種の証明書類は各自で管理します。紛失しないように留意してください。
３．接種が終了したら、学務課に接種日を報告します。

※接種後の副反応が出現した場合は、学内接種と同様の対応をします。
　この場合、登校再開後に接種証明書(写)を提出してください。

連絡先：学務課学務･学生支援係 内線 21870、E-mail：gakum@sapmed.ac.jp

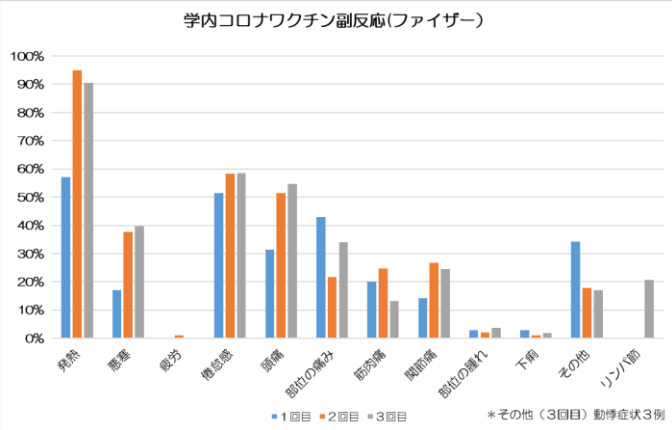
接種後の副反応

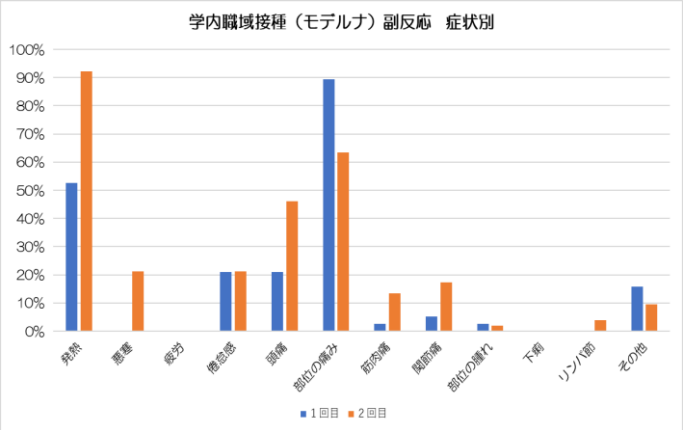
● 主な症状と発現割合

注射した部分の痛み、頭痛、関節や筋肉の痛み、疲労、寒気、発熱等があります。
まれにアナフィラキシーや血管迷走神経反射が起こることもあります。
副反応の詳細や対処法は QR コードから確認してください。

接種後に気になる症状を認めた場合は、接種医、またはかかりつけ医に相談してください。

● 学内接種による副反応報告状況 （2022 年３月末までの副反応出現者の症状の内訳）





● 副反応が出た時（20 ページも参照）

1．ワクチン接種後 48 時間以内に副反応（注射した部位の痛み・腫れを除く）が生じた場合は自宅で療養してください。（登校不可）

2．kansatsu@sapmed.ac.jp へ報告をします。

【報告内容】

件名
■初回報告の場合→副反応報告 ■相談希望の場合→件名に【要相談】を追加 ■経過報告の場合→副反応・経過報告 ＊初回報告と比べて「改善」「悪化」「変わりなし」が分かるように記載
報告事項
■学籍番号 ■氏名 ■連絡先 ■接種日：○月○日　　●回目接種 ■症状の経過：○○時から●●出現… ■現在の症状：●●、●●、●● ■症状の程度：・起きている or 横になっている ・飲食可 or 飲食不可（状況と程度） ・その他生活面での支障 ■内服の有無：なし or あり（解熱鎮痛剤等） ■居住状況：家族と同居 or 一人暮らし ＊一人暮らし → 家族への報告の有無 ■基礎疾患：なし or あり ＊あり → 疾患名を可能な範囲で記載

3．欠席の報告をします。
◆医学部：学生自身で関係教員等に直接連絡
◆保健医療学部：学生自身で関係教員等に直接連絡
欠席届を教務係宛に提出

4．<u>症状消失日の翌日から登校が可能</u>です。

ただし、発熱以外に咳や咽頭痛、味覚・嗅覚の消失、息切れ等の症状がある場合は、ワクチン接種によるものではない可能性があるため、学務課に連絡をして指示を受けます。
（指示があるまで自宅待機）

連絡先：学務課学務･学生支援係
内線 21870、E-mail：gakum@sapmed.ac.jp

接種後の留意点

● 他のワクチン接種時期について

新型コロナワクチンとその他のワクチンは、互いに、片方のワクチンを受けてから**２週間後に接種できます。**

例）4/1 に新型コロナワクチンを接種した場合、他のワクチンを接種できるのは、4/15（2 週間後の同じ曜日の日）以降になります。

● ワクチン接種後の感染対策

ワクチン接種後は、新型コロナウイルス感染症の発症を予防できると期待されていますが、他者への感染をどの程度予防できるかはまだ分かっていません。そしてワクチンを受けた　人もワクチンを受けていない人も、共に社会生活を営んでいくことになります。そのためワクチン接種した後も、従来通りの**感染対策を継続する必要**があります。

対策５：学内における感染予防行動

登下校

- 公共交通機関の利用は、マスクを着用して混雑の少ない車両を選びます。
  つり革や手すりに触れた手で目・鼻・口を触らないようにします。
- 飛沫感染防止のため、大声での会話は控えます。

登校後

- **登校したら手を洗います。**その後も適宜手洗いします。
- 大学内では常にマスクを着用します。
- ロッカーは学部の指示に従って使用します。室内は密閉・密集・密接の３条件が揃う空間なので、混雑状況を確認しながら利用します。長居はせずに、すぐに退室します。

講義中

- **講義中に１回、休み時間に１回は窓を開け、5～10 分間換気します。**
  窓と入り口の最低　２カ所空け、空気の流れを作ります。
  ＊ 当番を決めるなどして確実に実施してください。

休憩時間や昼休み

- 会話の際は、必ずマスクを着用しましょう。（屋外で 2m以上の距離が保たれる場合を除く）
- マスクは不織布マスクを選択し、正しく着用して会話をしましょう。顎マスク厳禁です。
  ※マスクなしで会話をした相手が陽性になった時は、濃厚接触者として経過観察が必要となります。
- 食事は決められた場所でとり、黙食をしましょう。
- 小規模な患者の集団(クラスター)のリスクが高くなるため、３条件を避けるよう意識して過ごしてください。

課外活動

- 「札幌医科大学行動指針」の制限レベルに基づいて決定します。
  札幌医科大学学生委員会からの指示に従ってください。

その他

- 国の接触確認アプリ（COCOA）　も活用しましょう。（次ページ参照）

新型コロナウイルス接触確認アプリのインストールをおねがいします

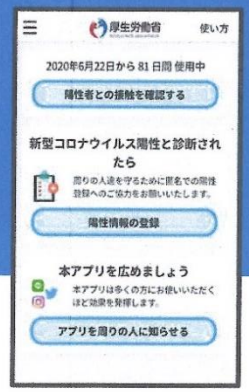
自分をまもり、大切な人をまもり、地域と社会をまもるために、接触確認アプリをインストールしましょう。

厚生労働省

新型コロナウイルス接触確認アプリ

（略称：COCOA）

COVID-19 Contact Confirming Application



＊画面イメージ

接触確認アプリは、新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について、通知を受け取ることができる、スマートフォンのアプリです

○本アプリは、利用者ご本人の同意を前提に、スマートフォンの近接通信機能（ブルートゥース）を利用して、お互いに分からないようプライバシーを確保して、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性について、通知を受けることができるアプリです。

○利用者は、陽性者と接触した可能性が分かることで、検査の受診など保健所のサポートを早く受けることができます。利用者が増えることで、感染拡大の防止につながることが期待されます。

1メートル以内、15分以上の接触した可能性

・接触に関する記録は、端末の中だけで管理し、外にはでません
・どこで、いつ、誰と接触したのかは、互いにわかりません

※端末の中のみで接触の情報（ランダムな符号）を記録します
※記録は14日経過後に無効となります
※連絡先、位置情報など個人が特定される情報は記録しません
※ブルートゥースをオフにすると情報を記録しません

iPhoneの方はこちら　App Store からダウンロード

Androidの方はこちら　Google Play で手に入れよう

詳しくはこちら　厚生労働省ウェブサイト

厚生労働省　内閣官房 新型コロナウイルス感染症対策推進室 情報通信技術(IT)総合戦略室

新型コロナウイルス接触確認アプリ　利用者向けQ&A

問1　接触確認アプリとは、どのようなものですか。

利用者ご本人の同意を前提に、スマートフォンの近接通信機能（ブルートゥース）を利用して、お互いに分からないようプライバシーを確保して、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性について、通知を受けることができます。なお、本アプリはApple社とGoogle社が提供しているアプリケーション・プログラミング・インターフェイス(API)を元に開発しています。

問2　アプリを利用することで、どのようなメリットがありますか。

利用者は、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性が分かることで、検査の受診など保健所のサポートを早く受けることができます。利用者が増えることで、感染拡大の防止につながることが期待されます。

問3　他の利用者との接触をどのように記録するのですか。

スマートフォンの近接通信機能（ブルートゥース）を利用して、ほかのスマートフォンとの近接した状態（概ね１メートル以内で15分以上）を接触として検知します。近接した状態の情報は、ご本人のスマートフォンの中にのみ暗号化して記録され、14日が経過した後に自動的に無効になります。この記録は、端末から外部に出ることはなく、利用者はアプリを削除することで、いつでも任意に記録を削除できます。

問4　個人情報が収集されることはないですか。

氏名・電話番号・メールアドレスなどの個人の特定につながる情報を入力いただくことはありません。他のスマートフォンとの近接した状態の情報は、暗号化のうえ、ご本人のスマートフォンの中にのみ記録され、14日経過した後に自動的に無効になります。行政機関や第三者が接触の記録や個人の情報を利用し、収集することはありません。

問5　位置情報を利用するのですか。

GPSなどの位置情報を利用することはなく、記録することもありません。

問6　他の利用者との接触を検知する目安はありますか。

ご利用のスマートフォン同士が、概ね１メートル以内の距離で15分以上の近接した状態にあった場合、接触として検知される可能性が高くなります。機器の性能や周辺環境（ガラス窓や薄い障壁など）、端末を所持する方向などの条件や状態により、計測する距離や時間に差が生じますので、正確性を保証するものではありません。

問7　利用はいつでも中止できますか。

いつでも任意にアプリの利用を中止し、アプリを削除することで、すべての過去14日間分までの記録を削除できます。

問8　アプリでは、どのような通知がきますか。

新型コロナウイルス感染症の陽性者が、本人の同意のもと、陽性者であることを登録した場合に、その陽性者の感染可能期間で、最大過去１４日間に、概ね１メートル以内で15分以上の近接した状態の可能性があった場合に通知されます。通知を受けた後は、アプリの画面に表示される「検査等の相談先を探す」ボタンを押すと、都道府県ごとに受診・相談センター等の連絡先が表示され、そちらにご連絡いただくと検査の受診などが案内されます。

問9　新型コロナウイルス感染症の陽性者がアプリで登録したら通知はすぐにきますか。

利用者への通知は、１日１回程度となっております。アプリへの登録のタイミングによっては、すぐに通知されない場合があります。

問10　新型コロナウイルス感染症の陽性者と診断されましたが、アプリで登録しなかったらどうなりますか。

陽性者と診断された場合に、アプリへの登録は、利用者の同意が前提であり、任意です。登録いただくことで、あなたと接触した可能性がある方が、検査の受診など保健所のサポートを早く受けることができます。

問11　陽性者との接触の可能性が確認されたとの通知を受けたら、何をすればいいですか。

アプリの画面に表示される「検査等の相談先を探す」ボタンを押すと、都道府県ごとに受診・相談センターなどの連絡先が表示され、そちらにご連絡いただくと検査の受診などが案内されます。

問12　厚生労働省ではアプリで得た情報を何に利用するのですか。

厚生労働省では、アプリにより、利用者のデータを利用し、収集することはありません。利用者に氏名・電話番号などの個人情報を入力いただくこともありません。

「新しい生活様式」の実践例

（１）一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の３つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

□人との間隔は、できるだけ２ｍ（最低１ｍ）空ける。
□会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
□外出時や屋内でも会話をするとき、人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する。ただし、夏場は、熱中症に十分注意する。
□家に帰ったらまず手や顔を洗う。
人混みの多い場所に行った後は、できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
□手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う（手指消毒薬の使用も可）。

※　高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

移動に関する感染対策

□感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
□発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
□地域の感染状況に注意する。

（２）日常生活を営む上での基本的生活様式

□まめに手洗い・手指消毒　□咳エチケットの徹底
□こまめに換気（エアコン併用で室温を28℃以下に）　□身体的距離の確保
□「３密」の回避（密集、密接、密閉）
□一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
□ 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養

（３）日常生活の各場面別の生活様式

買い物

□通販も利用
□１人または少人数ですいた時間に
□電子決済の利用
□計画をたてて素早く済ます
□サンプルなど展示品への接触は控えめに
□レジに並ぶときは、前後にスペース

娯楽、スポーツ等

□公園はすいた時間、場所を選ぶ
□筋トレやヨガは、十分に人との間隔をもしくは自宅で動画を活用
□ジョギングは少人数で
□すれ違うときは距離をとるマナー
□予約制を利用してゆったりと
□狭い部屋での長居は無用
□歌や応援は、十分な距離かオンライン

公共交通機関の利用

□会話は控えめに
□混んでいる時間帯は避けて
□徒歩や自転車利用も併用する

食事

□持ち帰りや出前、デリバリーも
□屋外空間で気持ちよく
□大皿は避けて、料理は個々に
□対面ではなく横並びで座ろう
□料理に集中、おしゃべりは控えめに
□お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

イベント等への参加

□接触確認アプリの活用を
□発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

（４）働き方の新しいスタイル

□テレワークやローテーション勤務　□時差通勤でゆったりと　□ オフィスはひろびろと
□会議はオンライン　□対面での打合せは換気とマスク

※　業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成

対策６：体調管理

体調チェックと記録

毎日**体温測定**をしましょう。**自覚症状**の有無とともに記録に残し、
体調管理に役立てます。

- 登校前に体調を確認して、任意のアプリまたは用紙に記録します。
- 体調の記録は、**求められたときに提示できるように毎日持参**します。
- 体調記録の定期的な提出は原則不要としますが、状況に応じて提出を求めることがあります。自己管理を徹底してください。
- **発熱や自覚症状があるとき**は、**欠席**してください。登校後に、**発熱**や**自覚症状が出現した時**は、**早退**します。
- 判断に迷う場合は、自己判断で登校せずに学務課や保健管理センターに確認をしてください。

対策７：感染の早期把握

≪大学に報告が必要な状況≫

下記の状況が判明したときは学務課へ報告してください。報告内容の詳細は次ページ参照)

↓

A：発熱や症状など体調不良（疑似症状）が出現した時（報告内容①）

B：何らかの理由で PCR 検査等が必要となった時　（原因が自身の時①　他者②）

C：陽性が判明した時　（報告内容①）

D：濃厚接触者となった時（陽性者と同居）　（報告内容②）

E：濃厚接触者となった時（陽性者と別居）　（報告内容②）

F：濃厚接触の相手が PCR 検査等の対象となった時　（報告内容②）

G：ワクチン接種後に副反応が生じた時　（報告内容③）

H：病院見学、学会参加、帰省等で北海道外に滞在する時（報告内容④）

I：同居家族に体調不良が認められた時　（報告内容②）

J：同居家族が濃厚接触者になった時　（報告内容②）

（1）学務課への報告

【報告先】学務課学務･学生支援係

電　　話 ：011-611-2111（内線 21870）
E-mail ： gakum@sapmed.ac.jp
休日対応電話　090-1526-9785（臨床実習中もしくは緊急時に限る）

【報告内容】

報告内容①　（A、B、C・・・自分が体調不良になった時）

- 学籍番号、名前、臨床実習の有無（有の場合は実習先）
- 現在の状況　：（体調不良、検査実施（結果待ち、陰性、陽性）
- 症状出現日時　：（報告時●℃、最高●℃（●日●頃））
- 体温
- 症状　：（呼吸苦、強い倦怠感、のどの痛み、咳など全て）
- 基礎疾患の有無　：（有の場合は可能な範囲で教えてください）
- ワクチン接種年月日
- 過ごし方　：（横になっている、起きているなど）
- 食事・水分摂取　：（取れていない、いつもより少ない、いつもと同様など）
- 対処法　：（受診済、受診予定、市販薬内服　その他（具体的に））
- 生活状況　：（一人暮らし、家族と同居）：
- 体調不良者との接触
- ３密環境の滞在
- アルバイト状況　：（直近の出勤日、仕事の内容や環境）
- サークル活動状況
- 発症２日前の行動　：発症２日前に接触した人（学内関係者の場合は相手の学籍番号、名前）

報告内容②　（D、E、F、Ｉ、Ｊ・・・濃厚接触の相手や家族関すること）

- 学籍番号、名前、臨床実習の有無（有の場合は実習先）
- 自身の体調　：（体調良好、症状あり（自覚症状を記載））
- 相手の状況　：（陽性・体調不良、濃厚接触、検査を実施）
- 相手との関係　：（同居者、学外の人、学内関係者（誰））
- 相手との接触状況　：（マスク着用有無、距離、時間、場所の環境）

報告内容③　（G・・・ワクチン接種後に副反応が生じた時）

７ページに記載

報告内容④　（H・・・病院見学、学会参加、帰省等で北海道外に滞在する時）

● 出発前に行程表を学務課に提出してください

↓

その後の経過観察や体調報告の方法は状況に応じて異なります。
報告を受理した後、学務課から説明します。

対策８：体調の経過観察　　保健管理センターへの体調報告

Ａ：発熱や症状など体調不良（疑似症状）が出現した時
Ｂ：何らかの理由で PCR 検査等が必要となった時
Ｃ：陽性が判明した時
Ｄ：濃厚接触者となった時（陽性者と同居）
Ｅ：濃厚接触者となった時（陽性者と別居）
Ｆ：濃厚接触の相手が PCR 検査等の対象となった時
Ｇ：ワクチン接種後に副反応が生じた時

Ｈ：病院見学、学会参加、帰省等で北海道外に滞在する時
Ｉ：同居家族に体調不良が認められた時
Ｊ：同居家族が濃厚接触者になった時

- Ａ～Ｇは学校安全保健法施行規則第 19 条による「出席停止」です。
- Ｈ～Ｊは登校しながら体調の経過観察です。
  登校しながら経過観察の場合は、普段以上に感染予防対策を徹底しましょう。
  - 不織布マスクの着用。手洗い・手指消毒の徹底。
  - 授業や実習など、登校の目的が終了したらすぐに帰宅。
  - 近い距離、長時間の会話の場面は控える。
  - 飲食の際は黙食とし、食事後マスクを着用して会話をしてください。
  - 経過観察期間中のサークル活動は禁止です。

【体調報告の内容】

１）報告先：hokekan@sapmed.ac.jp または kansatsu@sapmed.ac.jp
２）件　名　：状況（前ページＡ～Ｊの下線部分）、学籍番号
３）報告内容：学籍番号、氏名、体温、症状の有無
　　体調不良の場合は、内服の有無、過ごし方、食事摂取の状況
４）報告は午前中にお願いします。
５）土日・祝日の体調は自己管理として、休み明けの平日初日にまとめて報告をしてください。
６）最終報告は登校日の朝までです。
７）報告メールは全員確認しますが、お返事は必要な方、必要な状況のみとします。

重要!

出席停止の場合は、

対策 ７：大学（学務課）への報告、対策８：保健管理センターへの日々の体調報告 の実施を前提に、本学では補講・追試の実施やレポートの活用等弾力的に対応し、進級に不利益がないよう修学上の配慮を行うことになっています。
上記が実施されない場合は配慮を受けられません。充分に留意してください。

※医療系大学の学生は医療従事者に準じた健康管理が求められるため、一般の大学より厳密な対策となっています。
　感染症対策の重要性を充分理解のうえ行動しましょう。

A：発熱や症状など体調不良（疑似症状）が出現した時

- 学校安全保健法施行規則第 19 条による「出席停止」です。
- 原因にかかわらず登校しないでください。　登校後に症状が出現した場合は早退します。
- 疑似症状が出現した際は**速やかに** 学務課学務･学生支援係に報告してください。
（臨床実習中の場合は平日、土日、祝日を問わない）

A：体調不良が出現した時（疑似症状者）

	登校の可否	判明時の附属病院検査	自宅待機	登校・実習再開	復帰前の検査	体調報告先と期間 午前中に体調報告	その他
附属病院で実習中	不可	必要	発症日を0日として 4日目まで	5日目　かつ 症状軽快72時間経過	必要 8日目以降は不要	hokekan@sapmed.ac.jp 登校再開日の朝まで	10日目までは 健康観察
臨床実習なし	不可	不要	発症日を0日として 7日目まで	8日目　かつ 症状軽快72時間経過	不要	hokekan@sapmed.ac.jp 登校再開日の朝まで	10日目までは 健康観察

●附属病院以外の医療機関で実習の場合・・・実習先の指示に従う。

- 受診の際の注意点

①かかりつけ医がいる方は、かかりつけ医に電話してから受診

②かかりつけ医がいない方は、下記の相談窓口に電話してから受診（※以外は、他は 24 時間対応）

○札幌市　札幌市救急安心センターさっぽろ　電話：011-272-7119
または　電話：0570-085-789（※9 時～21 時）
○小樽市　発熱者相談センター　電話：0570-080185
○旭川市　健康相談窓口　電話：0166-25-1201
○函館市　受診相談センター　電話：0120-568-019
○上記以外　北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター
電話：0120-501-507

参考：札幌市の場合
（札幌市のホームページ）

受診・相談 web

札幌市　受診・検査WEB案内

発熱外来マップ

札幌市発熱外来マップ

B：何らかの理由でPCR等の検査が必要になった時

- **学校保健安全法施行規則第19条により「出席停止」**となります。
- **検査を実施することになった時**は、**速やかに** 学務課学務･学生支援係に報告してください。
  （臨床実習中の場合は平日、土日、祝日を問わない）

- 十分な対策をせずに接触をした相手に**速やかに**連絡が必要です。（※下記参照）

誰に⇒**発症日を０日として２日前**に接触をした人

何を⇒・自宅待機が必要であること

・学務課(011-611-2111　内線21870)に報告すること（土日の場合は月曜日）

・体調不良時は受診相談窓口に相談すること

・**臨床実習中の場合は実習先や担当の教員に報告すること**

- 状況に応じて「別紙１：行動確認票」の提出を求めることがあります。

新型コロナウイルス感染症対策ハンドブック　新型コロナ

大学ホームページリンク先

https://web.sapmed.ac.jp/jp/news/topics/jmjbbn0000012dgi.html

- 実習の有無にかかわらず対応は同じですとします。

  検査結果が陽性の場合は下記Ｃの対応、陰性であれば検査実施の理由に応じた対応になります。

B：何らかの理由でPCR検査等が必要となった時

	登校の可否	判明時の附属病院検査	自宅待機	登校・実習再開	復帰前の検査	体調報告先と期間 午前中に体調報告	その他
附属病院で実習中 臨床実習なし ともに	不可	検査決定済	検査実施の理由により決定	検査実施の理由により決定	検査実施の理由により決定	検査実施の理由により決定	―

C：感染（陽性）が判明した時

●学校保健安全法施行規則第 19 条により治癒するまでは「出席停止」となります。

● 感染（陽性）が判明した時は、**速やかに** 学務課学務･学生支援係に報告してください。

（臨床実習中の場合は平日、土日、祝日を問わない）

● 十分な対策をせずに接触をした相手に連絡が必要です。

→１６ページの 内を参照

● 状況に応じて「別紙１：行動確認票」の提出を求めることがあります。

大学ホームページリンク先
https://web.sapmed.ac.jp/jp/news/topics/jmjbbn0000012dgi.html

●自宅療養の場合は家庭内の感染予防対策を徹底してください。

※参考：札幌市作成資料（QR コードから確認ください）

● 札幌市に居住の方は『札幌市新型コロナウイルス感染症療養判定サイト』に登録が必要です。

※札幌市ホームページ

C：陽性が判明した時

	登校の可否	判明時の附属病院検査	自宅待機	登校・実習再開	復帰前の検査	体調報告先と期間 午前中に体調報告	その他
附属病院で実習中	不可	検査で陽性を確認済なので不要	発症日を0日として 10日目まで ※無症状の場合も同様 ※免疫抑制者は20日目まで	11日目 免疫抑制者は21日目 かつ 症状軽快72時間経過	不要	hokekan@sapmed.ac.jp 登校再開日の朝まで	―
臨床実習なし	不可	検査で陽性を確認済なので不要	発症日を0日として 10日目まで ※無症状の場合は7日目まで ※免疫抑制者は20日目まで	11日目 無症状の場合は8日目 免疫抑制者は21日目 かつ 症状軽快72時間経過	不要	hokekan@sapmed.ac.jp 登校再開日の朝まで	―

●附属病院以外の医療機関で実習の場合・・・実習先の指示に従う。

● **療養解除の基準**

≪症状がある場合≫

症状が出現した日を０日として、10 日以上経過かつ症状経過から
72 時間以上経過しするまでの期間（検査なしで復帰可能）

≪症状が無い場合≫

検体採取をした日を０日として、７日間経過するまでの期間

D：濃厚接触者となった時（陽性者と同居）

- 学校安全保健法施行規則第 19 条による「出席停止」となります。
- 濃厚接触者となった時は、**速やかに** 学務課学務･学生支援係に報告してください。
  （臨床実習中の場合は平日、土日、祝日を問わない）
- 陽性者と同居の場合は、家庭内の完全隔離は困難として、大学では陽性者が自宅療養の場合は、【最終接触日】を【療養終了日】としています。
- 経過観察の期間中に発症する可能性があるため、不要不急の外出は控えてください。
  検査で陰性を確認した場合も同様です。
- 家庭内での感染予防対策をしてお過ごしください。濃厚接触者間の対策も実施してください。

D：濃厚接触者となった時（陽性者と同居）

	登校の可否	判明時の附属病院検査	自宅待機	登校・実習再開	復帰前の検査	体調報告先と期間午前中に体調報告	その他
附属病院で実習中	不可	必要	陽性者の隔離解除の基準を満たした日を0日として4日目まで	陽性者の隔離解除の基準を満たした日を0日として5日目から	必要	kansatsu@sapmed.ac.jp 登校再開日の朝まで	10日目までは健康観察
臨床実習なし	不可	不要	陽性者の隔離解除の基準を満たした日を0日として5日目まで	陽性者の隔離解除の基準を満たした日を0日として6日目から	不要	kansatsu@sapmed.ac.jp 登校再開日の朝まで	―

●附属病院以外の医療機関で実習の場合・・・実習先の指示に従う。

- 経過観察中に何らかの症状が認められた時は・・・・

・<u>受診や検査が必要です</u>
・発症日を０日として、２日前に臨床実習をしていた場合は、実習先または実習担当教員に連絡をしてください。（平日、土日、祝日を問わない）
　⇒上記に当てはまらない場合は、救急安心センターさっぽろ等に受診の相談をしてください。
　相談の際は濃厚接触者であることを伝えて下さい。
・<u>十分な対策をせずに接触をした相手に連絡が必要です。（※下記参照）</u>
（※）誰に⇒発症日を０日として２日前に接触をした人
　何を⇒・自宅待機が必要であること
　・学務課(011-611-2111　内線 21870)に報告すること（土日の場合は月曜日）
　・体調不良時は受診相談窓口に相談すること
　・臨床実習中の場合は実習先や担当の教員に報告すること
・大学にも報告をしてください（土日・休日の場合は休み明けに）
　電話　011-611-2111（内線 21870）　または　メール　gakum@sapmed.ac.jp

※濃厚接触者とは（患者とは確定例を指す）
<u>患者に症状が出現した２日前から隔離開始までの間に接触した者のうち、下記に該当する者。</u>
・患者と同居あるいは長時間の接触があった者（車内、航空機内等を含む）
・適切な感染防護無しに患者を診察、看護、介護していた者
・患者の気道分泌液、体液等の汚染物質に直接触れた可能性が高い者
・手で触れることの出来る距離（目安として 1m）で、必要な感染予防策なしで、
　患者 15 分以上の接触があった者
ただし
濃厚接触者は発症リスクが高いため、大学では感染拡大防止対策の観点から、接触の環境や個々の状況を確認して総合的に判断します。速やかに、正確に、正直に状況を報告してください。

参考：
濃厚接触者となった時
（札幌市ホームページより）

札幌市　濃厚接触者となった方

E：濃厚接触者となった時（陽性者と別居）

- 学校安全保健法施行規則第 19 条による「出席停止」となります。
- 濃厚接触者となった時は、**速やかに** 学務課学務･学生支援係に報告してください。
  （臨床実習中の場合は平日、土日、祝日を問わない）
- 経過観察の期間中に発症する可能性があるため、不要不急の外出は控えてください。
  検査で陰性を確認した場合も同様です。
- 家庭内では感染予防対策をしてお過ごしください。
- 一人暮らしの場合は家族にも報告し、連絡を取り合ってください。
  食料品等生活上必要な物は誰かに届けてもらいましょう。(玄関先に置いてもらい接触は避けましょう)

E：濃厚接触者となった時（陽性者と別居）

	登校の可否	判明時の附属病院検査	自宅待機	登校・実習再開	復帰前の検査	体調報告先と期間 午前中に体調報告	その他
附属病院で実習中	不可	必要	陽性者との最終接触を0日として4日目まで	5日目から	必要	kansatsu@sapmed.ac.jp 登校再開日の朝まで	10日目までは健康観察
臨床実習なし	不可	不要	陽性者との最終接触を0日として5日目まで	6日目から	不要	kansatsu@sapmed.ac.jp 登校再開日の朝まで	10日目までは健康観察

●附属病院以外の医療機関で実習の場合・・・実習先の指示に従う。

- 経過観察中に何らかの症状が認められた時は・・・・。

・受診や検査が必要です

・発症日を０日として、２日前に臨床実習をしていた場合は、実習先または実習担当教員に連絡をしてください。(平日、土日、祝日を問わない)

⇒上記に当てはまらない場合は、救急安心センターさっぽろ等に受診の相談をしてください。
相談の際は濃厚接触者であることを伝えて下さい。

・十分な対策をせずに接触をした相手に連絡が必要です。（※下記参照）

（※）誰に⇒発症日を０日として２日前に接触をした人
何を⇒・自宅待機が必要であること
・学務課(011-611-2111　内線 21870)に報告すること（土日の場合は月曜日）
・体調不良時は受診相談窓口に相談すること
・臨床実習中の場合は実習先や担当の教員に報告すること

・大学にも報告をしてください（土日・休日の場合は休み明けに）
電話　011-611-2111（内線 21870）　または　メール　gakum@sapmed.ac.jp

※濃厚接触者とは（患者とは確定例を指す）
患者に症状が出現した２日前から隔離開始までの間に接触した者のうち、下記に該当する者。
- 患者と同居あるいは長時間の接触があった者（車内、航空機内等を含む）
- 適切な感染防護無しに患者を診察、看護、介護していた者
- 患者の気道分泌液、体液等の汚染物質に直接触れた可能性が高い者
- 手で触れることの出来る距離（目安として 1m）で、必要な感染予防策なしで、患者 15 分以上の接触があった者

ただし
濃厚接触者は発症リスクが高いため、大学では感染拡大防止対策の観点から、接触の環境や個々の状況を確認して総合的に判断します。速やかに、正確に、正直に状況を報告してください。

参考：濃厚接触者となった時
（札幌市ホームページより）

札幌市　濃厚接触者となった方

F: 濃厚接触をした相手が PCR 検査などの対象となったとき

●臨床実習の有無にかかわらず、濃厚接触をした相手が PCR 検査等の対象となった時は、結果が確認されるまで**学校安全保健法施行規則第 19 条による「出席停止」となります。**

● **検査が必要となった時は、速やかに 学務課学務･学生支援係に報告してください。**

●濃厚接触の相手とは、同居家族、会食をした相手、近い距離で長時間一緒に過ごした相手などを指します.

●相手の検査の結果が

【陽性の場合】・・・「濃厚接触者」となります。

【陰性の場合】・・・自宅待機を終了し、登校・実習再開可能です。

F：濃厚接触の相手(※）がPCR検査等の対象となった時

	登校の可否	判明時の附属病院検査	自宅待機	登校・実習再開	復帰前の検査	体調報告先と期間 午前中に体調報告	その他
附属病院で実習中 臨床実習なし 問わない	不可	不要	相手の検査結果 【陰性】が確認されるまで	相手の陰性確認後	不要	―	―

●附属病院以外の医療機関で実習の場合・・・実習先の指示に従う。

G：ワクチン接種後に副反応が生じた時

● 実習の有無にかかわらず下記の対応とします。

● 詳細は８ページを確認して下さい。

● 咳、咽頭痛、鼻水等の呼吸器症状がある場合は、疑似症状とみなします。

A：発熱や症状など体調不良（疑似症状）が出現した時　の対応をしてください。

G：ワクチン接種後に副反応が生じた時

	登校の可否	判明時の附属病院検査	自宅待機	登校・実習再開	復帰前の検査	体調報告先と期間 午前中に体調報告	その他
附属病院で実習中 臨床実習なし 問わない	不可	不要	副反応の症状（接種部位の痛みや腫れを除く）が消失するまで。	症状消失の翌日から	不要	kansatsu@sapmed.ac.jp ①初回報告 ②経過報告	咳、咽頭痛、鼻水等の呼吸器症状がある場合は学務課に報告

●附属病院以外の医療機関で実習の場合・・・実習先の指示に従う。

注目!

医療系大学の学生は医療従事者に準じた健康管理が求められるため、一般の大学より厳密な対策となっています。
感染症対策の重要性を充分理解のうえ行動しましょう。

H：病院見学、学会参加、帰省等で北海道外に滞在する時

【出発前】

- 大学が北海道外の病院見学を許可していることが前提です。
- 学務課学務･学生支援係に事前に行程を届け出してください。
- 移目的地の流行状況、移動制限の有無を事前に把握し慎重に行動してください。

【北海道外滞在中】

日常と異なる環境となり、感染予防対策に油断が生じやすくなります。
感染リスクの高まる場面として、場所の切り替え時があります。
医療系大学の学生として自覚をもって行動しましょう。

- マスクの着用や手指衛生の徹底、三密回避等、感染リスクを低減する行動を徹底してください。
- 見学先の病院の指示に従ってください。（不織布マスク着用を推奨）
- 体調管理を継続し、体調不良を認めた時は、見学先の病院や学務課学務・学生支援係に連絡をしてください。
- 行動履歴がわかるように各々で記録に残してください。

H：病院見学、学会参加、帰省等で北海道外に行く時

	登校の可否	判明時の附属病院検査	自宅待機	登校・実習再開	復帰前の検査	体調報告先と期間 午前中に体調報告	その他
附属病院で実習中	可	—	帰札後検査で陰性が確認されるまで	—	**必要** 帰札後指定の日時に検査	kansatsu@sapmed.ac.jp 帰札日を0日として8日目まで	10日目までは健康観察
臨床実習なし	可	不要	不要	—	—	自己管理 症状出現時は学務課に報告	10日目までは健康観察

●附属病院以外の医療機関で実習の場合・・・実習先の指示に従う。

注目！ 登校しながら経過観察の場合は、普段以上に感染予防対策を徹底しましょう。

- 不織布マスクの着用。手洗い・手指消毒の徹底。
- 授業や実習など、登校の目的が終了したらすぐに帰宅。
- 近い距離、長時間の会話の場面は控える。
- 飲食の際は黙食とし、食事後マスクを着用してお話をしましょう。
- 経過観察期間中のサークル活動は禁止です。
- 症状が出現した場合は欠席・早退して学務課学務･学生支援係に報告してください。

Ｉ：同居家族に体調不良が認められた時

- 体調不良になった同居家族の陰性が確認された後、登校可能です。
- 附属病院実習中の場合は、学生本人の陰性を確認するために検査を実施します。
- 感染予防対策を徹底し経過観察をしながら登校します。
  症状出現時は直ちに学務課に報告します。

Ｉ：同居家族に体調不良が認められた時

	登校の可否	判明時の附属病院検査	自宅待機	登校・実習再開	復帰前の検査	体調報告先と期間 午前中に体調報告	その他
附属病院で実習中	条件あり	要	体調不良の同居家族と学生本人の陰性が確認されるまで	同居家族・学生本人の陰性確認後	―	kansatsu@sapmed.ac.jp 家族の体調が回復するまで	・感染予防対策の徹底 ・症状出現時は学務課に報告
臨床実習なし	条件あり	不要	体調不良になった同居家族の陰性が確認されるまで	同居家族の陰性確認後	―	自己管理 家族の体調が回復するまで	・感染予防対策の徹底 ・症状出現時は学務課に報告

●附属病院以外の医療機関で実習の場合・・・実習先の指示に従う。

Ｊ：同居家族が濃厚接触者になった時

- 濃厚接触者になった同居家族の陰性が確認された後、登校可能です。
- 附属病院実習中の場合は、学生本人の陰性を確認するために検査を実施します。
- 感染予防対策を徹底し経過観察をしながら登校します。
  症状出現時は直ちに学務課に報告します。

Ｊ：同居家族が濃厚接触者になった時

	登校の可否	判明時の附属病院検査	自宅待機	登校・実習再開	復帰前の検査	体調報告先と期間 午前中に体調報告	その他
附属病院で実習中	条件あり	要	濃厚接触者になった同居家族と学生本人の陰性が確認されるまで	同居家族・学生本人の陰性確認後	―	kansatsu@sapmed.ac.jp 家族の自宅待機終了するまで	・感染予防対策の徹底 ・症状出現時は学務課に報告
臨床実習なし	条件あり	不要	濃厚接触者になった同居家族の陰性が確認されるまで	同居家族の陰性確認後	―	kansatsu@sapmed.ac.jp 家族の自宅待機終了するまで	・感染予防対策の徹底 ・症状出現時は学務課に報告

●附属病院以外の医療機関で実習の場合・・・実習先の指示に従う。

注目！ 登校しながら経過観察の場合は、普段以上に感染予防対策を徹底しましょう。

- 不織布マスクの着用。手洗い・手指消毒の徹底。
- 授業や実習など、登校の目的が終了したらすぐに帰宅。
- 近い距離、長時間の会話の場面は控える。
- 飲食の際は黙食とし、食事後マスクを着用してお話をしましょう。
- 経過観察期間中のサークル活動は禁止です。
- 症状が出現した場合は欠席・早退して学務課学務･学生支援係に報告してください。