

新型コロナウイルス感染症に感染したら、濃厚接触者になったら
～大学への連絡方法と自宅待機について～

厚生労働省感染確認アプリ COCOA の登録

スマートフォン端末に厚生労働省接触確認アプリCOCOAの登録をしておきましょう。
陽性者と15分以上、1m以内の距離にいた人が陽性者の登録を行った場合に接触情報の通知が届きます。通知が届いたときは、保健所に通知があったことを連絡して、保健所の指示に従ってください。



北16条保健センター：011-736-5099 ・ 花川保健センター：0133-74-7063

発熱や風邪症状があったら・病院でPCR検査を受けることになったら

発熱や風邪症状があるときや健康面で不安なときは、保健センターに連絡しましょう。また、病院を受診してPCR検査を受けることになったときも保健センターに連絡しましょう。

濃厚接触者になったら・家族やアルバイト先など身近な人が濃厚接触者になったら

感染症感染者との濃厚接触者になったり、家族や同居人、アルバイト先など身近な人が濃厚接触者になったりしたときは、保健センターに連絡をしてください。保健センターに電話がつかないとき、休日などは、Googleフォームの「濃厚接触者連絡フォーム」に登録してください。
https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeWd1JvMULFVz-1QX-h2ZsHdLMGj9HuVofI9q4iViqHCy7Vug/viewform?usp=sf_link

→ 陽性者や濃厚接触者の近くにいる濃厚接触者に特定されるかもしれない場合は、まだ特定されていなくても保健センターに連絡し、指示に従ってください。



自宅待機するように言われたら

自宅待機するように言われたときは、不要不急の外出は自粛してください。詳しくは、「自宅待機を指示された場合の対応について」を参照してください。

PCR検査を受けたら

病院や保健所でPCR検査を行った人は、その結果について陽性、陰性にかかわらずGoogleフォームの「新型コロナウイルスPCR検査実施者連絡フォーム」に登録してください。
https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdLIyxzEAh-ewuR1JpGxT58fRdIgSVVRcKxwVybixRoKkAkyA/viewform?usp=sf_link



- ①万が一陽性だった場合は、保健センターにも必ず連絡を入れてください。受付時間外や休日などは、連絡フォームの登録確認後、大学から折り返し連絡します（夜の登録は翌日の連絡になりますので、ご了承ください）。
- ②陽性だった方に大学施設利用歴がある場合は、学内で接触者がいないか調査しますので、体調管理票に使用した座席番号や利用した場所を必ず記載してください。同じ教室や図書館等で一緒にいたりした人には自宅待機をお願いすることがあります。
- ③厚生労働省接触確認アプリCOCOAに陽性情報の登録をしましょう。保健所等公的機関から登録に必要な処理番号を発行してもらってください。

※PCR検査の結果が陰性であった場合でも、保健所から2週間の健康観察が必要とされた場合は、毎朝夕の検温と体調変化を記録してください。健康観察期間中、平熱で無症状の状態が続いたら、翌日より自宅待機は解除されます。

☆マスク着用、手洗い、アルコール消毒、換気等3密回避で感染防止対策を行いましょう。友達やサークルなど複数人での長時間の会食やカラオケなどから感染が広がっている傾向があります。また、家族内感染も多くなってきています。外出時だけでなく、ご家庭内でも手洗いと換気を行って感染リスクを減らしましょう。

自宅待機を指示された場合の対応について

藤女子大学

◆自宅待機について

新型コロナウイルスの PCR 検査で陽性になった人と接触もしくはそばにいた場合、保健所が濃厚接触者を特定するまで、自宅待機をお願いすることがあります。保健所から濃厚接触者に特定された場合、また、濃厚接触者に特定された人との接触もしくはそばにいた人も、自宅待機をお願いすることがあります。

◆自宅待機を指示されたら

- ①不要不急の外出はできる限り控えてください。
 - ・通学は許可がでるまでできません。
 - ・アルバイト、友人との会食などは自粛してください。
- ②一人暮らしの場合
 - ・食料品の買い出しなどの外出も出来るだけ少なくし、やむをえず外出する際は、電車・バス・タクシーなどの公共交通機関は極力避け、マスクの着用と手指消毒などの感染予防策を必ず行ってください。
- ③家族や同居の方がいる場合
 - ・できるだけ他の人と別の部屋で、安静に過ごしてください。
 - ・部屋を分けられない場合には、少なくとも 2m 以上の距離を保ったり、仕切りやカーテンなどを設置したりすることをお勧めします。
 - ・食事は別室でとってください。
 - ・トイレ、バスルームなど共有スペースの利用は最小限にし、同居者とタオルを分けてください。
 - ・タオル、衣類、食器、箸・スプーンなどは、通常の洗濯や洗浄でかまいません。感染者の使用したものを分けて洗う必要はありません。
 - ・心臓、肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが感染者のお世話をするのは避けてください。
- ④健康観察
 - ・体温測定を 1 日朝夕 2 回行い、発熱の有無を確認してください。
 - ・風邪症状や味覚・嗅覚異常、呼吸が苦しくなるなどの症状の有無を確認してください。
- ⑤体調と環境の管理
 - ・こまめに手洗いを行ってください。
 - ・十分な睡眠や栄養をとるようにしてください。
 - ・部屋の換気を行ってください。
 - ・ドアノブやスイッチなど共用部分はこまめに消毒してください。
 - ・マスクや体液がついたティッシュなどは、ビニールに密閉してください。
- ⑥咳や発熱などの症状が出たら
 - ・大学の保健センターへ電話連絡し、濃厚接触者の疑いにより自宅待機中であることを伝え、指示を受けてください。

【参考】厚生労働省通達