

# 自身の「命と健康を守る」ための 「新生活スタイル実践」

北翔大学 学生生活支援委員会

## 体調が悪い(だるさ、風邪の症状、息苦しさ)発熱(37.5以上)を感じる

ときは、家族や大学に相談し、無理な**登校・出勤は控えて**ください。

※校舎は換気を良くするため、窓やドアを開けます。寒くならない服装での登校をお願いします。

### <学内での実践！>

### 「マスク着用」・「手を洗う」・「3密をさけて」・「距離を取って」

学内では**マスクを着用し**、消毒液の利用、**手洗い**など衛生管理を徹底してください。人との接触では触れ合いを避け、距離を取っての行動をお願いします。

1. マスク・ハンカチを持参し、学校では手洗いを一日数回行ってください。
2. 校舎内各所に消毒液が設置されています。利用してください。
3. **密閉・密集・密接**を避け、**自分の場所は**衛生的に管理してください。
4. 休憩時間などの会話は距離をおいて、触れ合いは避けてください。
5. 食事は対面を避け、少し離れるか同方向を向いて食事をしてください。
6. 休憩場所での食事は「換気を良くし」、食後は**衛生的な清掃**をしてください。
7. 課外活動は「学内での注意」を基本とし、顧問・指導者の指示に従ってください。
8. 学内で**友人・知人の体調不良は**学科教員・事務室に**連絡**願います。
9. 食堂は可能な範囲で時間短縮の利用に協力をお願いします。

### <私生活での実践！>

「手を洗う」・「換気をしよう」・「検温チェック」・「集団会食は控えて」  
**十分な睡眠・食事と毎日の検温**を心掛け、**集団会食は控えて**ください。

繁華街で仲間との飲食が原因で感染拡大が発生しています。自粛をお願いいたします。

もし、自身が感染された場合は家族や友人へ感染し、生命の危険を与えることになります。

**次の緊急事態**を起こさないため、**自身が考え行動する**よう要請いたします。