

対面授業（感染拡大防止）ガイドライン（Ver.3）

2022年4月版

学生、教職員の皆さんへ

北星学園大学・北星学園大学短期大学部
全学危機管理委員会

対面授業（感染拡大防止）ガイドライン

北星学園大学では、感染予防と教育効果の最大化を図るために、「対面授業（感染拡大防止）ガイドライン」を策定して授業を実施しており、これまで授業での感染者は発生していません。

しかしながら今後も、より感染力の強いオミクロン株の「B A.2」など、新たな変異株による感染の流行が来ることを想定し、気を緩めずに感染予防意識を持ち、教育活動との両立を図っていかねばなりません。

引き続き不織布マスクの着用、手洗いや手指消毒、換気、ソーシャルディスタンスの確保などの基本的な感染防止対策の徹底に、ご理解とご協力をお願いいたします。

2022年度の授業についても、引き続き本学の危機管理ステージに従って授業展開を行います。大学に登校して対面授業を受講する場合や、対面授業の前後に学内で遠隔授業を受講する場合は、本ガイドラインを遵守して行動するようお願いいたします。

【北星学園大学危機管理ステージでの授業展開】

ステージ3（制限-小） 以下の場合、新しい生活様式と感染拡大防止対策を継続して実施しながら、対面授業の実施を基本とし、感染予防の観点やその他の必要性に応じて非対面授業（遠隔授業／オンライン授業）を取り入れる

ステージ4（制限中） 以上では、非対面授業（遠隔授業／オンライン授業）の実施を基本とし、授業の特性や必要性に応じて対面授業を取り入れ、さらに事態が悪化すれば全ての授業科目を遠隔授業に切り替える判断を行う場合もあり

なお、本ガイドラインは、2022年3月時点での、北海道及び北星学園大学の状況をもとにしています。今後の政府による緊急事態宣言の動向や、北海道・札幌市からの要請、大学内での感染拡大が確認される事態などでは対面授業の実施が難しくなる場合も想定されます。そのよう場合、本学の危機管理ステージを引き上げ、本文書の内容も変更されますので、大学のウェブサイト、ポータルサイト（n★s t a r）<https://pota.hokusei.ac.jp/campusweb/top.do>で随時、確認してください。

《 目 次 》

1. 対面授業の実施における感染拡大防止措置（登校・入館・教室・授業での注意事項）	3
① 登校時、②キャンパス内入構・入館、③教室・情報実習室利用、④対面授業	
2. 大学における感染拡大防止対策と環境	6
①共用部の感染防止対策、②センター棟の利用、③体育館（トレーニングルーム）、④学生会館（サークル棟）の利用	
3. 大学会館（店舗と生協食堂）の利用と昼食について	7
①1階店舗、②3階生協食堂、③センター棟1階カフェ、④50周年記念ホール昼食会場開放	
4. 図書館の利用についての注意事項	9
5. 感染した、濃厚接触者になった場合の大学への報告 【感染症報告システム】	11
6. 保健所の積極的疫学調査への協力	11
7. 体調管理と日常生活の過ごし方	11
8. その他【サークル課外活動について】	12

1. 対面授業の実施における感染拡大防止措置（登校・入館・教室・授業での注意事項）

① 登校時の注意事項

- 毎日、自分の体調確認と登校当日朝の検温を必ず実施してください。

体調管理表: [https://cgw.hokusei.ac.jp/hgu/wp-content/uploads/2020/05/体調管理表\(学生\).pdf](https://cgw.hokusei.ac.jp/hgu/wp-content/uploads/2020/05/体調管理表(学生).pdf)

平熱が高い場合、入館時にサーマルカメラで熱が高いとチェックされることがあり、入構できない可能性があります。この場合に備え、平熱が高いことを示すため、自身が記録した体調管理表を携帯してください。

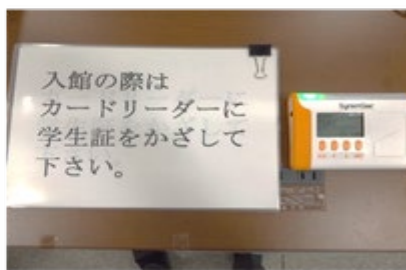
- 体調に少しでも異変を感じた場合は、登校を控えてください。
- 公共交通機関を利用する場合、なるべく混雑を避け、必ず不織布マスクを着用してください。
- 体調不良により授業を欠席する場合は、授業開始時間より前にMoodle のコースに科目ごとに示された方法で担当の先生に連絡してください。

【体調不良により欠席した場合の情報保障】

体調不良により対面授業を欠席した場合は、Moodle を活用するなど、欠席した学生が授業の情報を得られるように対応します。詳細は担当の先生に確認してください。

② キャンパス内の入構、校舎入館にあたっての注意事項

- 通学した日に学内で利用した施設や教室については、「行動記録表」に記録しておいてください。
<https://cgw.hokusei.ac.jp/hgu/wp-content/uploads/2020/07/行動記録表.pdf>
- キャンパス内では、人との距離を1～2m保ち、不織布マスクを着用してください。
- 対面授業にあたり、不織布マスクをしてこなかった場合は、その日に限り、大学の備蓄マスクをお渡しいたしますので、C館の守衛受付に申し出てください（布マスクに不織布の組合わせ可）。
- 校舎入館時には、玄関に設置している手指消毒用アルコールで消毒してください。授業の前後にも、こまめに手洗いと手指消毒を実施してください。



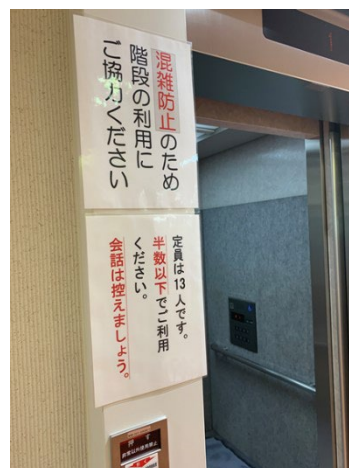
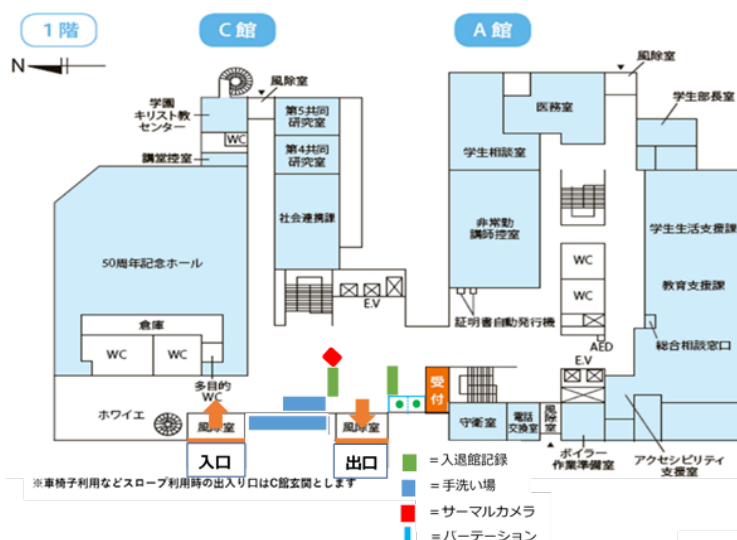
- ステージ4以上の場合、校舎（A・B・C館、図書館）への入館はC館玄関に、退館する場合はA館玄関に限定（下図参照）します。図書館棟玄関も施錠しますので、C館玄関から入館してください。ステージ3以下の場合はB館入口や図書館棟玄関も利用できます。
- 本学の危機管理ステージにより入構記録が必要な場合（ステージ4以上）は、学生証をICカードリーダーにタッチして入退館願います。学生証を忘れた場合は記録簿に学籍番号、氏名等の必要事項を記入してください。

- C館玄関にサーマルカメラを設置します。入館時、本人画像で体表温を確認し、高温であれば学生受付に申し出て保健師のチェックを受けてください。体表温を確認する際は立ち止まらずに通過し、画面上で自分の顔の枠線が赤くなっていた場合や、守衛から声をかけられた場合は立ち止まって指示に従ってください。発熱等の体調異常を認められた場合及び保健師の勤務時間外や不在で健康観察ができない場合は、入館できませんので欠席の連絡等をしてください。守衛も別モニターでサーマルカメラの画面を確認できるようになっています。なお、B館入口にも体温計つき手指消毒器を設置していますのでご利用ください。

普段から、平熱が高い人は、平熱が高いことを示すために「体調管理表」を提示してください。そこで普段から熱が高いことがわかれば入構できますので、登校時には測定した記録を携帯するようにしてください。「体調管理表」は新型コロナウイルス感染症に関する特設ページからダウンロードできます。https://www.hokusei.ac.jp/covid-19_2021/

- 体育館やセンター棟など校舎以外を利用する場合も、まずC館玄関のサーマルカメラにて体表温を確認してください。本学の危機管理ステージにより入構記録が必要な場合（ステージ4以上）は、ICカードリーダーによる入退館記録の確認を行ってください。
- 校舎内ではエレベーターやトイレの手洗い場、教室前の廊下等、狭い場所での私語を控え、飛沫感染のリスクを抑えてください。また、エレベーターは密を避けるため利用人数を制限しています。可能な限り階段を利用しエレベーター内の混雑回避に努めてください。

【2022年度の校舎開錠状況図】



※車椅子でスロープを利用される方や、台車利用の方はC館玄関から退館してください。

③ 教室、情報実習室などの利用についての注意事項

- 教室・情報実習室での対面授業では、三密を回避するよう『使用禁止』の張り紙等がされている机には着席せず、お互いに距離を保ってください。また担当教員の指示に従ってください。
- 普通教室の収容人数は、定期試験体制の人数（教室の座席数の1/2）程度としています。
- 情報実習室、CALL 教室で隣り合って座る全座席に飛沫防止のアクリルパーテーションを設置しています。キーボード・マウスを使用しますので、入室前には必ず石鹸で手を洗うか手指消毒を行ってください。必要に応じて消毒効果のある洗剤と拭き取り用ペーパーで消毒を実施してください。



- 水分補給を含め、情報実習室、CALL 教室等での飲食は一切できません。水分補給等を行う場合は、一旦教室の外に出てください。
- 授業中は可能な限り常時窓を開け換気をするか、担当教員の指示に従い、窓側に着席されている学生は約 30～45 分毎に窓を開け教室内の換気に協力をお願いします。
- 授業時間の始業・終了時にはチャイムが鳴りますので、速やかに退出して、次の授業に備えてください。ホッとしたい休み時間の感染リスクが高いと言われていいますので、私語に注意して手を洗うか、消毒液で手指の消毒をしてください。学内の各所に手指消毒液を設置しています。



- 換気のため、天候によっては寒いことがありますので、各自、服装で調節してください。
- 情報実習室の利用時間は、平日（8：45～20：00）、土曜日（8：45～16：45）です。状況により閉室することもありますので、必ず総合情報センターHP（<https://cgw.hokusei.ac.jp/ipc/>）で利用時間を確認してください。
- 対面授業の前後に遠隔授業がある学生は、情報実習室、CALL 教室の他、無線 LAN 環境のあるスペース（A 館・C 館のラウンジ、図書館、大学会館 2 階ホール）などを利用して、他の人と距離を保ちつつ、イヤホン等を使用して授業を受講してください。
 - 声を出す必要のある授業を受けている学生もおり、話し声が聞こえることがありますので、各自で授業の音声が聞きやすいように音量を調整してください。
 - 遠隔授業を受けられる場所については、以下の資料もご参照ください。
- ☆ <https://cgw.hokusei.ac.jp/hgu/wp-content/uploads/2021/05/8CampusMAP.pdf>

④ 対面授業での注意事項（教職員は以下の注意を守って対面授業を行います）

- 基本的に「着席禁止」の座席は利用しないでください。
 - ただし、やむを得ない事情により着席禁止の席を一時的に利用する場合は、至近距離での会話をしないなど、感染防止対策を徹底してください。
- 対面授業の実施時は、何らかの方法で出席者の着席位置を記録してください。
 - あらかじめ座席を指定して出席者を記録する、着席自由とし授業内で着席位置を把握するなどの方法が考えられます。
 - 学生の皆さんは、自分が座った位置（座席番号や場所）を、念のため自分でも記録しておいてください。
 - 授業中に座席を移動した場合にも、着席位置を記録しておいてください。15 分以上その席にとどまることが記録の目安となります。
- グループワークや発表など、学生の発話を伴う授業や、やむを得ず身体の接触を伴う授業については、換気を行いつつ、以下の点を遵守してください。

➤ <発話を伴う授業>

- ☆ 不織布マスクを必ず着用し、発話者同士の距離を最低1m以上確保する。
- ☆ ホワイトボードなどの用具を使用する場合は記入する担当者を決め、ペンなどの道具を使いまわさない。また消毒効果のある洗剤と拭き取り用ペーパーを教育支援課から借用し、必要に応じて使用の前後に手指や用具の消毒を行う。
- ☆ 発話時に大きな声を出さないようにする。

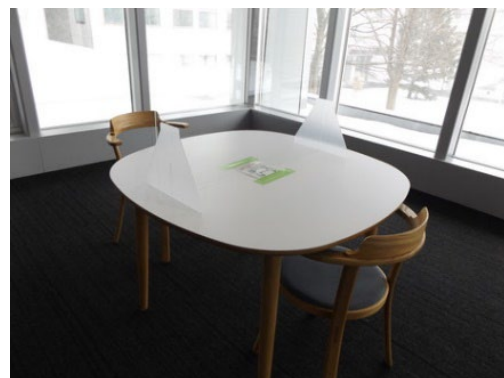
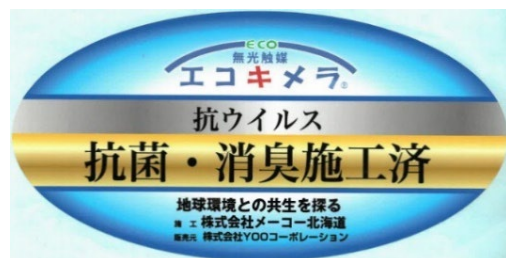
➤ <身体との接触を伴う授業 ※可能な限り避けてください>

- ☆ 必ず不織布マスクを着用し、顔と顔が向き合うような状態にならないようにする。
- ☆ 消毒効果のある洗剤と拭き取り用ペーパーを教育支援課から借用し、必要に応じて、接触前後に身体や器具の消毒を行う。
- ステージ3以上では感染リスクの高い活動は控えてください。
- 臨時充電コーナー ～ C館入口ホワイエ（50周年記念ホール前）に臨時充電コーナーを用意しているので、必要に応じて利用してください。

2. 大学における感染拡大防止対策と環境

① 共用部の感染防止対策

- 学内のエレベーターや、A館・B館・C館の教室・実習室等のドア・窓・スイッチパネル及びラウンジのテーブル・椅子、体育館のロッカー室やフィットネスルームなどに抗菌・抗ウイルスコーティングを施しています。
- 学内の各要所に手指消毒液を設置しています。
- 対面授業を行う教員は、不織布マスクを着用しています。必要に応じフェイスガードも利用します。
- すべての教室は、換気システムと欄間の開放により常時換気しています。廊下やラウンジは窓を開けて適宜換気しています。窓を閉めないでください。
- 教室の机は、毎日、放課後に消毒効果のある洗剤で清掃を実施しています。
- 校舎内の共用部（エレベーターのボタン、階段手摺など）は、1日1回以上、消毒効果のある洗剤で清掃を実施しています。
- 昼食等の飲食は、感染防止のために社会的距離を保って、黙食をしてください。C館のラウンジや、センター棟1階の国際交流ラウンジ、C館1階の50周年記念ホールを開放する予定です（後述）。
- 各ラウンジや、フリースペースは座席数を減らし、テーブルに飛沫防止用のパーテーションを設置しています。社会的距離を保って利用してください。対面でマスクを外して話をしないようにしてください。
- 感染防止のため教室内のゴミ箱は全て撤去します。ゴミは各自持ち帰って処分してください。
- 水を飲むためのウォータークーラー（冷水機）は当面、利用を中止しています。



窓口・施設等の対応状況 https://www.hokusei.ac.jp/covid-19/facility_status/

※ステージの変動により急遽変更されることがありますので、必ず、上記 HP にて確認してください。

② センター棟の利用 ⇒開館情報は、ポータルサイト（n★star）で確認してください

<https://pota.hokusei.ac.jp/campusweb/top.do>

1. カフェ（1階）は授業期間の平日、10:00～14:00で営業を行う予定です。今後も状況によって営業時間の変更および休業する場合がありますので、大学生協 HP

（<https://www.hokkaido.seikyou.ne.jp/hokusei/>）にてご確認ください。

2. 国際ラウンジ（1階）の座席は利用できます。

3. ラーニング・コモンズ（2階）開館時間

学習サポートセンターの開館スケジュールをご確認ください。

※いずれの場所も人との距離を保って利用してください。

③ 体育館（トレーニングルーム）の利用

原則、授業及びサークル課外活動のみ認められていますが、トレーニングルームは一般学生も利用可能です。詳細は学生生活支援課までお問い合わせください。



④ 学生会館（サークル棟）の利用

学生部作成の「課外活動に関するガイドライン」に従い、短時間の利用となり、飲食や、長時間滞在は禁止となります。詳細は、北星学園大学における危機管理ステージ下での課外活動に関するガイドライン(2021.10.01版)を参照してください。



3. 学生会館の「① 1階店舗」と「② 3階生協食堂」の利用と昼食について

大学生協や食堂のある学生会館に入館する時にも、不織布マスクの着用、石鹸による手洗いまたはアルコールによる手指消毒を必ず行ってください。

営業時間は、大学生協 HP（<https://www.hokkaido.seikyou.ne.jp/hokusei/>）にてご確認ください。

① 1階店舗【購買・書籍・旅行カウンター】

- 営業は、平日 10:00～17:00 で行います。今後も状況によって営業時間変更および休業する場合があります。
- 商品陳列棚、レジでは他の人と距離（1～2m）をとり、間隔を空けてください。

1階店舗においての主な防止対策・取組状況



学生会館入口 アルコール設置箇所感染防止対策の啓蒙POP



カウンターに飛沫防止用 塩ビ板の設置



カウンターレジまでの列のスペース確保サイン貼付け



最寄レジに飛沫防止用 塩ビ板の設置



最寄レジまでの列のスペース確保サイン貼付け



旅行カウンター 飛沫防止用アクリル板の設置

② 3階生協食堂（黙食厳守）

- 営業は、感染予防を徹底し、平日 11:00～13:30で行います。
- 食堂の利用は、「黙食」厳守となり、職員による巡回指導を行っていますので、ご理解くださいますようお願いいたします。なお昼休み時間の 12:00～13:00 は混雑が予想されますので、II 講目～III 講目と講義が連続しない場合は混雑を避け、比較的空いていると予想される 11:00～12:00 の間や、13:00 以降に利用ください。
- 必ず、石鹸での手洗いまたはアルコールによる手指消毒を行ってから利用してください。箸・スプーン・調味料は配膳カウンターにてお渡しいたします。特に、箸・コップなどの食器類は共用で提供していますので、手指の衛生に十分に注意して利用してください。 「マイ箸」などの持参を推奨します。

食堂における主な防止対策・取組状況



- 配膳カウンター、レジでは他の人と距離（1～2m）をとり、間隔を空けて並んでください。
- 給茶機（無料のお茶サービス）を利用する場合は、アルコールによる手指消毒を行ってから利用してください。
- 座席の間隔を空けるため利用不可の座席を設けて、テーブルには飛沫防止のパーテーションを設置します。食事中（マスク非着用時）の会話は控え、「黙食」を厳守し、極力一人で食べてください。
- 食堂に入れる人数が限られています。座席の利用はなるべく 15 分程度とし、食事を終えたら速やかに席を譲ってください。
- 食堂にて提供する食事以外の目的での座席利用や、持参の弁当を食べることは出来ません。



③ センター棟1階のカフェ

- カフェの営業は、授業期間の平日 10:00～14:00 で行います。今後も状況によって営業時間の変更および休業する場合があります。生協ホームページで「営業時間」などを確認してください。

④ 50周年記念ホールの昼食会場の開放予定について（持参の弁当など、昼食会場）

- 学生の通学状況によって C館1階の50周年記念ホールを12:00～12:50、開放する予定です。開放については財務課からポータルサイト（n★star）や掲示などでお知らせいたします。昼食時の生協混雑を避けるため、弁当の持参を奨励します。

【50周年記念ホール 昼食会場利用 開放時の注意事項】

利用時間を厳守：平日 12:00～12:50 （開放状況は財務課からポータルサイトにて周知）

- ホールは換気システムにより常時換気を行い、必要な空気の入替が行われています
- アルコールによる手指消毒を行ってから入館してください
- 利用前後に各自、消毒効果洗剤と拭き取り用ペーパーでテーブルを清掃してください
- 必ず「黙食」を実践し、1つ置きの座席に着席するなど社会的距離をたもってください
- カップ麺などのスープのある食べ物は絶対に食べないようにしてください
- 弁当の食事以外は不織布マスクをし、食事後は速やかに退出してください

4. 図書館の利用についての注意事項

【図書館の利用について】

- 図書館の開館時間は大学危機管理ステージにより異なります。

2022	大学危機管理ステージ	平日	土曜	日曜・祝日
開館時間	—	平日 8:45～22:00	土曜 8:45～20:00	日・祝 12:00～17:00
	ステージ 1	平日 8:45～22:00	土曜 8:45～20:00	授業期間の日曜のみ 12:00～17:00 上記以外：日曜・祝日 休館
	ステージ 2	平日 8:45～20:00	土曜 8:45～16:45	日・祝 休館
	ステージ 3	平日 8:45～20:00	土曜 休館	日・祝 休館
	ステージ 4	平日 8:45～16:45	土曜 休館	日・祝 休館
	ステージ 5	平日 8:45～16:45	土曜 休館	日・祝 休館
	ステージ 6	平日 休館	土曜 休館	日・祝 休館

- 状況により変更することもありますので、必ず図書館HP（<https://opac.hokusei.ac.jp/library/>）で開館時間を確認してください。
- 大学危機管理ステージが4以上の場合、図書館棟の玄関は閉鎖となります。C館から入構し、2階チャペル前の渡り廊下を通して図書館に入館してください。

- 図書館2階入館ゲート手前に「手指用アルコール消毒液」を設置しています。入館前と退館後に使うのはもちろんのこと、必要に応じて適宜ご利用ください。また、館内各所にも「手指用アルコール消毒液」を設置しています。こちらもご利用ください。
- 図書館2階貸出カウンターに除菌効果のある洗剤と拭き取り用ペーパーを用意しています。適宜ご利用ください。
- また日曜日は消毒作業が行われません。閲覧机を使用する際は、各自上記の洗剤を使って消毒をお願いします。



- 図書館内で利用可能な貸出用ノートパソコンやヘッドセット（マイク付きヘッドホン）を用意しています。利用希望者は申込書に必要事項を記入の上、学生証と合わせてカウンターに提出してください。
- 新館4階はマイクを使用し発話を伴う遠隔授業専用のフロアです。座席に卓上パーテーションを設置してある席を利用してください。また、窓側の個人キャレルも利用できます。なお、マイクを使用しない遠隔授業では、新館4階以外のフロアで受講してください。
- 図書資料の貸出は原則として『セルフ貸出機』をご利用ください。雑誌や付録を利用する資料などに関しては、図書館のカウンターにて貸出を行います。
- 送料実費負担での郵送貸出も行っています。詳しい返却方法や条件等について図書館ホームページのお知らせ (<https://opac.hokusei.ac.jp/library/?q=ja/node/1128>) をご覧ください。
- 郵送貸出か対面貸出かを問わず送料を元払いしている場合に限り、ゆうパックでの郵送返却も認めています。詳しい返却方法や条件等について図書館ホームページのお知らせ (<https://opac.hokusei.ac.jp/library/?q=ja/node/1213>) で紹介していますので、郵送貸出と合わせてご確認ください。
- 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当面、本館2階『話せる学習エリア』を通常の閲覧席としています。
- 新館2階『休憩室』と4階『グループ学習室』は換気することができないため閉鎖しています。それに伴い、休憩室内の自動販売機も利用できませんのであらかじめご了承ください。
- 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、館内での水分補給を含む飲食は一切できません。水分補給等を行う場合は、貴重品と学生証を持ち館外でお願いします。
- カバン等にしまっておくことのできない飲料品や食品は図書館に持ち込まないでください。
- 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ブランケットや荷物入れの貸し出しは行っておりませんのでご了承ください。
- 図書館主催の各種ガイダンス（卒論・ゼミ論応援コースやデータベースの使い方など）はZoomで行っています。大学危機管理ステージによっては対面でも実施します。希望者は図書館 (etsuran@hokusei.ac.jp) までお問い合わせください。なお、ガイダンスの内容等はこちら (https://opac.hokusei.ac.jp/library/?q=ja/search_support) からご確認ください。
- VPN 接続サービス（学外から学内専用データベースを利用する方法）については、こちら (<https://opac.hokusei.ac.jp/library/?q=ja/node/1189>) で解説しております。なお、利用している

パソコンの OS によりソフトウェアの導入方法が異なります。ご注意ください。

- 図書館やデータベースの利用方法などを図書館活用ガイド「助太刀くん」で解説しています。こちらのページ (<https://opac.hokusei.ac.jp/library/?q=ja/sukedachi>) で公開していますので、ご利用ください。

5. 感染した、濃厚接触者になった場合の大学への報告 【感染症報告システム】

- 学生の皆さんが、コロナウイルスに感染した、濃厚接触者になった場合は、ポータルサイト（n★star）にある「北星学園大学 新型コロナ感染症報告システム」にて、速やかに報告を行ってください。当日以降、医務室等から確認の連絡をいたします。

6. 保健所の積極的疫学調査への協力

- 教室の座席間の距離、換気などの環境は文科省のガイドラインを満たしていますが、学内で同時に多数の感染者が発生し、感染拡大の場となっている可能性が高い場合は保健所等と相談し、陽性と確認した人と同じ教室にいた学生及び教員を対象に PCR 検査を行う場合があります。
- 課外活動中及びその前後には特に感染予防に努めてください。

7. 体調管理と日常生活の過ごし方

○新しい生活様式を取り入れましょう。（右図参照）

国が示した「新しい生活様式」を取り入れ、一人ひとりが感染防止に努めてください。基本は①「三密（密集、密接、密閉）」を避けること、②マスクを着用すること、③こまめな手洗いや手指消毒を実施することです。ただし、夏場のマスク着用は熱中症予防の観点で、柔軟な対応が求められています（厚生労働省ホームページより ※1）。

○日常生活で守っていただくこと

- ・風邪の症状や味覚・嗅覚の異常、だるさなどの症状が少しでもあれば自宅療養し、「学生・教職員の疑い者発生時の対応フロー」（※2）に従って対応してください。
- ・体調管理のため、毎日検温し「体調管理表」（※3）に記録を付けてください。アプリの活用もおすすめです。（※2、※3の必要なフロー、記録用紙は新型コロナウイルス感染症に関する特設ページからダウンロードできます。https://www.hokusei.ac.jp/covid-19_2021/）
- ・換気が悪く、人が密になって集まるような場面や空間には行かないでください。
- ・狭い場所でマスクを着けずに話をするのはやめましょう。
- ・医療機関を受診する際は、必ず事前に連絡をしてから受診してください。
- ・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）」をインストール（不具合

「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。
 - 会話をしている際は、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、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

- こまめに手洗い・手指消毒 □咳エチケットの徹底 □身体的距離の確保
- こまめに換気（エアコン併用で室温を28℃以下に） □「三密」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無理せず自宅で療養



（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 □計画を立てて早早く済ます □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	公共交通機関の利用 □会話は控える □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
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 □予約制を利用したりと □狭い部屋での長居は兼用 □歌や応援は、十分な距離かオンライン	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、グラスやお箸の回し飲みは避けて
（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 □会話はオンライン □対面での打合せは換気とマスク	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

※ 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

が見られることがありますので、最新版をダウンロード）して活用しましょう。

（スマホのBluetoothを利用して近接したスマホ同士の記録を取ります（14 日間保存）。新型コロナウイルスの陽性者がアプリに陽性であることを登録すると、その陽性者と過去 14 日間近接した可能性がある人に通知されます。）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa_00138.html

- ・北海道庁の「北海道コロナ通知システム」も活用しましょう。

（施設利用やイベント参加の際、QRコードからEメールアドレスを登録し、同日、同施設を利用した他の人から新型コロナウイルスの感染者が確認された場合、北海道からEメールが来るシステムです。）

<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/kz/kks/coronaalertsystem.htm>

（※ 1）https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html

8. その他【サークル課外活動について】

- サークル課外活動は「危機管理ステージ」状況により、別途「課外活動に関するガイドライン」に則った活動となります。詳細は、ポータルサイト（n★star）を参照してください。

https://cgw.hokusei.ac.jp/guide_news/246787/

- 不明な点等は、学生生活支援課に尋ねて下さい。