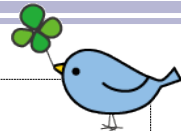


保健室だより

東北学院大学
学生総合保健支援センター
保健室 2020年9月発行



後期授業がまもなく始まります。遠隔授業も継続しますが、前期より対面授業が増える予定です。安心して授業を受けられるように、感染予防・健康の保持増進を意識した生活を心がけましょう。

◆ 大学に登校する際の注意点・お願い

- 登校前に自宅で検温をしてきてください。体温が 37.5℃以上ある時・風邪のような症状がある時・体調不良時は登校せずに自宅で休養しましょう。
- 同居のご家族で同様の症状がみられる場合にも登校は控えて、遠隔授業を受けるようにしてください。
- 基礎疾患（持病）がある人は、登校について事前に主治医に相談しておきましょう。

◆ 登校時の持ち物

- 清潔なハンカチ・ティッシュ・マスク・マスクケース（清潔な袋など）を持参しましょう。

◆ 大学入講時について

- マスクの着用をお願いします。
- 入構時に検温します。37.5℃以上ある場合には入講できません。

◆ 新型コロナウイルス接触確認アプリ（cocoa）インストールのススメ

- 利用者本人の同意が前提です。
- スマートフォンの Bluetooth 機能を利用し、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。
- 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防止につながることを期待されています。

（アプリのインストール方法や詳細はこちら↓）

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



◆ 学校生活における Q&A

Q 感染が心配です。どのような事に気をつけるべきですか？

A 各自が予防のための行動をしっかりとることが大切です。感染予防の資料を大学ホームページに掲載していますので、確認しておいてください。

<https://www.tohoku-gakuin.ac.jp/info/pdf/yobou.pdf>



Q マスクは息苦しくて苦手です…。

A 大学構内では原則マスク着用をお願いしていますが、暑さなどで息苦しいと感じた時には、身体的距離を保った状況で一時的にマスクを外す、片耳にかけて呼吸をするなどして適切に対応してください。ただし、会話をする際は必ずマスクをしましょう。

Q 遠隔授業による、目の疲れや肩こりに困っています。

A 遠隔授業を PC などの電子機器で受ける際の注意点を『保健室だより 6月号』に掲載していますので参考にしてください。

https://www.tohoku-gakuin.ac.jp/info/content/200604-2_2.pdf

Q 家族や友人と会える機会が減り、憂うつです。昼夜逆転もしています。

A このような状況が続いていることで、ストレスがたまり、気が滅入るのは自然な反応です。気分転換ができるように、趣味やリフレッシュできる時間を大切にしましょう。また、起床・就寝はいつも同じ時間にするなどして、規則正しい生活を意識してください。『保健室だより 4月号』も参考にしてください。

https://www.tohoku-gakuin.ac.jp/info/content/200416-1_2.pdf



『Web 健康調査・問診』の回答期限間近です！！

『Web 健康調査・問診』の回答期限は、9月16日（水）17:00です。学部新生を除く全学生が対象です。まだの方は至急回答をお願いします。
<https://www.tohoku-gakuin.ac.jp/facilities/center/health/healthcare.html#shindan>