

# 自己健康管理票

学生/職員番号( \_\_\_\_\_ ) 学部/部局名( \_\_\_\_\_ )

氏名( \_\_\_\_\_ ) 年齢( \_\_\_\_\_ 歳) 性別( 男・女 )

|   | 月 日( )     |
|---|------------|------------|------------|------------|------------|
| 朝 | 体温( )℃     |
|   | 鼻汁( +、- )  |
|   | 咳( +、- )   |
|   | 痰( +、- )   |
|   | 息切れ( +、- ) |
|   | その他( )     |
| 晩 | 体温( )℃     |
|   | 鼻汁( +、- )  |
|   | 咳( +、- )   |
|   | 痰( +、- )   |
|   | 息切れ( +、- ) |
|   | その他( )     |

|   | 月 日( )     |
|---|------------|------------|------------|------------|------------|
| 朝 | 体温( )℃     |
|   | 鼻汁( +、- )  |
|   | 咳( +、- )   |
|   | 痰( +、- )   |
|   | 息切れ( +、- ) |
|   | その他( )     |
| 晩 | 体温( )℃     |
|   | 鼻汁( +、- )  |
|   | 咳( +、- )   |
|   | 痰( +、- )   |
|   | 息切れ( +、- ) |
|   | その他( )     |

※ 発熱(37.5 度以上)と呼吸器症状(咳、痰、息切れなど)がある場合は、別紙のとおり連絡してください。

**新型コロナウイルス(COVID-19)感染症への対策について [2月14日改訂版]**  
**～各自のリスクに応じた対応をお願いします～**

既に1月24日から全学一斉メールや本学ウェブサイトで繰り返し通知されているように、新型コロナウイルス感染症については、公的機関の関連情報ウェブサイトや大学からの連絡等による最新の正確な情報の入手や予防措置等を継続してください。

新型コロナウイルス感染症の国内外の発生状況を踏まえ、各自のリスクに応じて、以下の場合分けに従った対応をして下さい。既に新型コロナウイルス感染症について保健所や医療機関から直接の指示を受けている場合には、個別の指示を優先し、その状況を大学にご報告ください。

また、不安なことがありましたら、保健管理センター(下記連絡先)に電話で相談して下さい。

**I. 新型コロナウイルス感染症と診断された人と濃厚接触した場合**

**1. 接触後2週間以内で、症状(発熱(37.5度以上)または呼吸器症状)がある場合**

本人から「帰国者・接触者相談センター」(⇒V参照)に電話相談し、案内された医療機関を受診してください。受診結果(診断と指示)は電話で大学に報告して下さい(⇒VII)。

**2. 濃厚接触2週間以内で症状がない場合**

(1)濃厚接触後2週間は、健康観察を行い、外出を控え自宅に滞在して下さい。

(2)濃厚接触後2週間以内に咳や37.5度以上の発熱などの症状が出た場合

上記I-1.の合と同様に受診して報告してください(⇒VII)。

3. 濃厚接触後2週間以上経過した場合は、IV(I、II、IIIに該当しない場合)と同様

**II. 流行地(中国湖北省・浙江省)に滞在したか、流行地(同)在住の方と濃厚接触した場合**

**1. 帰国や接触後2週間以内の時点で症状(37.5度以上の発熱および呼吸器症状)がある場合**

他の人との接触を避け、マスクを着用するなどし、入国時には空港の検疫所で申告して指示に従ってください。日本国内では、本人から「帰国者・接触者相談センター」(⇒V参照)に電話相談し、案内された医療機関を受診してください。受診結果(診断と指示)は電話で大学に報告して下さい。(⇒VII)

**2. 帰国や濃厚接触直後の時点で症状(37.5度以上の発熱および呼吸器症状)がない場合**

(1)帰国や濃厚接触後2週間は、健康観察を行い、外出を控え自宅に滞在して下さい。

(2)帰国や濃厚接触から2週間以内に、咳や37.5度以上の発熱などの症状が出た場合

発熱および呼吸器症状が現れた場合は上記II-1の国内の場合と同様です。

3. 帰国や濃厚接触後2週間以上経過した場合はIV(I、II、IIIに該当しない場合)と同様

### Ⅲ. 中国本土(湖北省、浙江省以外)から帰国したが、両省の在住者の方と接触がない場合

#### 1. 帰国後2週間以内の時点で症状(37.5度以上の発熱かつ呼吸器症状)がある場合

入国時には空港の検疫所で申告して指示に従ってください。他の人との接触を避け、マスクを着用するなどし、医療機関に予め電話した上で受診し、受診結果(診断と指示)を電話で大学に報告して下さい。(⇒VII)

#### 2. 帰国直後の時点で症状がない場合

(1)帰国後2週間は、厳重な健康観察を行ってください。

(2)帰国後、咳や37.5度以上の発熱などの症状が出た場合

上記Ⅲ-1.と同様です。

3. 帰国後2週間以上経過した場合はⅣ(I、II、IIIに該当しない場合)と同様

### Ⅳ. I, II, IIIのいずれにも該当しない場合

- ①基本的な感染症予防策である、手洗い・咳エチケットを励行してください。咳や鼻水が出る人は、マスクを着用してください。
- ②規則正しい生活で、体力を保ちましょう。
- ③多数の人が触れる場所は清潔に保ち、触れたらまめに手を洗いましょう。
- ④多数の人が出入りする場所は、まめに換気しましょう。

### V. 健康観察の期間中は、次のように行動して下さい。

- ①基本的な感染症予防策である、手洗い・咳エチケットを励行してください。  
咳や鼻水が出る人は、マスクを着用してください。
- ②健康状態のチェックをお願いします。(大学HP掲載の様式を活用してください。)
  - ・14日間は毎日、体温測定を行い、発熱の有無を確認してください。
  - ・激しい咳や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。
  - ・身近な方の健康状態にも注意を払ってください。
- ③不要不急の外出は控えてください。

### VI. 「帰国者・接触者相談センター」を知るには

“自治体名、帰国者・接触者相談センター”で検索

(各自治体に、専用電話番号又は地域管轄保健所の電話番号が用意されています)

自治体に帰国者・接触者相談センターの設置されていない場合は、地域を管轄する保健所にご相談ください:保健所管轄区域案内(厚生労働省)

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/hokenjo/](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/hokenjo/)

参考:2020/02/13 現在の自治体 帰国者・接触者相談センター:最新情報をご確認ください

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryou/covid19-kikokusyasessyokusya.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/covid19-kikokusyasessyokusya.html)

## VII. 新型コロナウイルス関連肺炎に感染している疑いがあると診断された場合

登校せず、電話連絡にて必ず大学に報告してください。

- ・学生の連絡先: 学生課総務係 ☎ 050-5525-2065
- ・教職員の連絡先: 総務課人事係 ☎ 050-5525-2016
- ・夜間、休日連絡先(学生、教職員共通) **Web フォームから報告して下さい。** [Web フォームへ\(リンク\)](#)  
※夜間、休日について、教職員は部局で定めている緊急連絡先に報告することも可。

(参考)濃厚接触者とは

- ・新型コロナウイルス感染症が疑われるものと同居あるいは長時間の接触があったもの
- ・適切な感染防護無しに新型コロナウイルス感染症が疑われる患者を診察、看護 若しくは介護していたもの
- ・新型コロナウイルス感染症が疑われるものの気道分泌液若しくは体液等の汚染 物質に直接接触した可能性が高いもの

### 【本件連絡先】

保健管理センター

上野校地 (開室時間 8:45~16:45) ☎050-5525-2456

取手校地 (開室時間 10:30~17:00) ☎050-5525-2547