

## 新型コロナウイルス感染症について

昨年12月以降、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の発生が報告されて以来、世界中に感染が拡大し、特効薬やワクチンの研究・開発が進められているところです。

日本国内では新規感染者の報告数は減少しているようですが、感染しても症状が現れない人もいて、知らないうちに感染させることがあり、いつ収束するか見通しが立たない状況です。

自分もかかる（かかっている）かもしれない、他の人を感染させるかもしれないという意識を持ち、手洗いや咳エチケットなどの感染防止対策を続けるとともに、不要不急の外出や集団で集まることを避けるなど、一人ひとりの心がけがとても重要です。

### 新型コロナウイルス感染症とは？

ウイルス性のかぜの一種で、発熱やのどの痛み・咳が1週間前後続くことが多く、強いだるさを訴える人が多いことが特徴です。かかっても軽症であったり、治癒する例も多いとされている一方で、重症度は、致死率がきわめて高い感染症ほどではないものの、季節性インフルエンザと比べて高いリスクがあります。特に、基礎疾患（呼吸器系や循環器系の慢性疾患・糖尿病・免疫抑制状態など）をお持ちの方や高齢の方では重症化するリスクが高まります。

感染した人の咳やくしゃみのしぶき（飛沫）に含まれるウイルスを吸い込むこと（飛沫感染）と、感染した人が咳やくしゃみを手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスがつき、他の人がそれに触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ること（接触感染）によって粘膜から感染します。

潜伏期間は1日から14日（平均5～6日）とされています。

### 日常生活で気をつけること

#### ●石けんやアルコール消毒液などによるこまめな手洗いを

外出先から戻った時や調理の前後、食事前、咳やくしゃみをした後、口・鼻・目などに触る前などには手洗いを徹底しましょう。

#### ●咳やくしゃみなどの症状がある時は咳エチケットを

咳やくしゃみなどの症状がある場合には、積極的にマスクを着用し、咳やくしゃみをする際には、口元をマスクやティッシュペーパー・ハンカチ・衣類の袖、肘の内側などを使って、口や鼻を押さえましょう。特に電車や学校など、人の集まる場所で行うことが重要です。

#### ●換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間に、集団で集まること（3密）を避けましょう

集団感染の共通点は、換気が悪い密閉空間・人が間近で会話したり発声するような場面・不特定多数の人が集まり接触するおそれが高い場所と言われています。自分だけは大丈夫！ということはありません。

#### ●睡眠・栄養をとり、自宅などで過ごす時も適度に体を動かすよう心がけましょう

#### ●発熱等のかぜの症状がみられるときは、学校や仕事を休み、外出を控えましょう

かぜの症状がみられたら、学校や仕事などは休み、毎日体温測定して記録をつけ、自宅でゆっくり休養しましょう。やむを得ず外出する場合にはマスクを着用してください。

### 新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口

受診の目安にあるような症状があり、新型コロナウイルス感染症を疑われる方は、まずかかりつけ医に電話相談していただき、かかりつけ医のいない方は、各都道府県の保健所等にご相談ください。

自治体によって、一般的な相談窓口と感染が疑われる場合の相談窓口を時間帯によって分けている所や同一の窓口で24時間対応している所、ファクシミリなどでも相談できる所など違いはありますが、利用しやすい体制が少しずつ整えられています。詳細は、各都道府県のホームページでご確認ください。

埼玉県新型コロナウイルス感染症県民サポートセンター：0570-783-770（24時間受付）

千葉県新型コロナウイルス感染症コールセンター：0570-200-613（24時間受付）

神奈川県新型コロナウイルス感染症専用ダイヤル：045-285-0536（土日祝日含む9時～21時）

横浜市新型コロナウイルス感染症コールセンター：045-550-5530（土日祝日含む9時～21時）

厚生労働省電話相談（コールセンター）：0120-565653（土日祝日含む9時～21時）

## <東京都>

新型コロナコールセンター（一般相談窓口）：0570-550571（土日祝日含む9時～21時）

〔相談内容〕 感染の予防に関することや味覚障害・嗅覚障害（においや味が弱くなっているなど）の心配な症状が出た時の対応など、新型コロナウイルス感染症に関する相談

〔対応言語〕 日本語・英語・中国語・韓国語

※聴覚に障がいのある方など電話での相談が難しい方向け(FAX番号)：03-5388-1396

（回答に日数を要する場合がありますので、ご了承ください）

各保健所（最寄りの保健所）（一般相談及び受診相談）（平日9時～17時）

※清瀬市・東久留米市・東村山市・小平市・西東京市の場合 → 多摩小平保健所：042-450-3111

新型コロナ受診相談窓口（感染が疑われる場合）：03-5320-4592（平日17時～翌9時、  
土日祝日24時間）

## 受診の目安

- 「息苦しさ（呼吸困難）」・「強いだるさ（倦怠感）」・「高熱」等の強い症状がある
- 発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続いている

（解熱剤を飲み続けなければならないときも含まれます。）

※基礎疾患をお持ちの方・高齢の方・妊婦の方は、比較的軽い風邪の症状がある場合

## 感染が疑われる方は…

コールセンター等でご相談の結果、新型コロナウイルス感染の疑いのある場合には、専門の「帰国者・接触者外来」を紹介されます。マスクを着用し、公共交通機関の利用を避けて受診してください。

新型コロナウイルス感染症は、政令により「指定感染症」に指定され、学校保健安全法に定める「第一種感染症」とみなされました。感染した場合は、治癒するまで出席停止となります。

受診後は、結果を学生支援課または保健室へご報告ください。

\*情報は随時更新・変更されますので、適宜ご確認ください。

～新型コロナウイルス感染症に関する最新の情報は、下記の関連リンク等もご参照ください～

「新型コロナウイルス感染症について」（東京都福祉保健局ホームページ内）

<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryu/kansen/shingatakorona.html>

「新型コロナウイルス感染症について」（厚生労働省ホームページ内）

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html)

学生支援課 TEL.042-496-3110

保健室 TEL.042-496-3117