

保健センターだより 12月号

看護学科3年
齋藤百歌 佐藤瑞季

段々と上着が手放せない気温となってきましたが、体調はいかがですか？新型コロナウイルスの感染者数が11月から急増し、「第3波」が到来したと言われています。皆さんは十分な感染対策はとっていますか？対面授業が増え、大学に来校する学生もいるかと思えます。構内でのクラスターが起きることを防ぐために、もう一度コロナ禍における構内の使い方を見直しましょう。

きほんの“き”

- ① こまめに手を洗う。必ずハンカチなどを携帯する。
- ② 構内では必ずマスクを着用する。
- ③ 教室ではこまめな換気を心がける。
- ④ 使用後は机やイスを消毒する。
- ⑤ 構内での滞在時間は、必要最低限にする。
- ⑥ 構外でも県大生の自覚を持って節度ある行動をとる。

(参考)埼玉県立大学 新型コロナウイルス対策について
https://www.spu.ac.jp/Portals/0/Newsfile/kikaku/korona/jugyoujisshi_200828.pdf

感染リスクが高いのは食事の時です！！

特に限られた時間に多くの学生が集中するため、
食堂を利用する際は注意が必要です！

食堂のルールを守り、学食を積極的に
利用しましょう！



きほんをふまえた上で【食堂でのルール】

Ⓛ1 テーブルに1人！！

(食堂以外では、対面や隣同士は飛沫が付着する可能性が高いため、斜め向かいに座る)

Ⓛ テーブルやイスの移動は禁止！

Ⓛ 席取りのためにテーブルやイスに各自の荷物を置くことは禁止！

Ⓛ 食事中の会話は控えめに。

11/2 から情報センターの利用方法が、来館時受付制に変わりました。

- ◎必ず学生証を持参。
- ◎各時間帯ごとに「情報センター来館時受付申込用紙」の記入が必要。
- 座席使用前には、館内備え付けの消毒液で机上进行を拭く。
- 館内で利用した本は書架に戻さず、2か所に設置された専用のブックトラックに置く。
- 飲食は厳禁。
以上を確認してから利用しましょう。

[3つの時間帯入替制]

- ① 9:00~12:30(月~土)
 - ② 13:00~16:30(月~土)
 - ③ 17:00~21:30(平日)
- ※21:20 最終受付

(参考)埼玉県立大学

https://www.spu.ac.jp/Portals/0/News%20file/johocenter/karenda/kannai_2020_11.pdf

With コロナの忘年会のカタチ



コロナの終息が見えない中、これまでと同じように忘年会をするということが難しくなっています。With コロナの忘年会の形はどのように変化しているのでしょうか。

テイクアウト/デリバリー忘年会

来店して行う忘年会ではなく、テイクアウトで料理や飲み物を揃えて感染リスクを減らして行う方法。人数に合わせて広い場所や外などでも行うことができるのがメリット。

時間は短めに

開催時間を短縮して忘年会を行うところも多いよう。少しでも感染リスクを減らすために、時間を2時間などと決めての開催するのの一つの方法です。

オンライン忘年会

テレビ電話を活用して、忘年会もリモートで行うというのも一つの方法です。リモートであれば、移動に時間を取られることもなく、テレビ電話を利用して、家でくつろぎながら楽しめるというのも魅力ですよね。

「5つの小」を守ろう

- ・「少人数」で
- ・できれば「小一時間」
- ・「小声」で楽しんで
- ・料理は「小皿」に分けて
- ・「小まめ」に換気や消毒をする



[【2020年】ウィズコロナの忘年会で気をつけるべきこと！密を避ける余興やゲームもご紹介 | \(supenavi.com\)](#)

12月1日は「世界エイズデー」

世界エイズデー（World AIDS Day：12月1日）は、世界レベルでのエイズのまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を目的に、WHO（世界保健機関）が1988年に制定したもので、毎年12月1日を中心に、世界各国でエイズに関する啓発活動が行われています。

“**レッドリボン**（赤いリボン）”は、もともとヨーロッパに古くから伝承される風習のひとつで、病気や事故で人生を全うできなかった人々への追悼の気持ちを表すものでした。

この“レッドリボン”が現在の意味で使われるようになったのは、1980年代の終わりごろ。この頃、アメリカではエイズで死亡する有名アーティストが急増しました。このことをきっかけに、彼らに対する追悼の気持ちと、この病気に苦しむ人への理解と支援の意思の象徴として始まったのがレッドリボン運動です。現在では世界中に広がり、**UNAIDS(国連合同エイズ計画)**のシンボルマークとしても使われています。

レッドリボンは、あなたが**エイズに関して偏見をもっていない、エイズとともに生きる人々を差別しない**というメッセージです。

レッドリボンの意味を知り、これを身につけることによって、今どんなことができるか真剣に考えていきましょう。

[12月1日は「世界エイズデー」 \(mhlw.go.jp\)](#)

