

令和2年4月15日

東工大の皆様へ

新型コロナウイルス感染症対策本部副本部長	佐藤 勲
保健管理センター長	藤野 公之
保健管理センター 学校医・産業医(内科)	三平 満司
	福岡 俊彦

新型コロナウイルス感染症への対応等について

【もし新型コロナウイルスにかかったかもしれないと思った場合や不安な場合】

もし発熱、咳、咽頭痛等の風邪様症状が出てきて、新型コロナウイルスにかかったかもしれないと思った場合や、下記の「受診・相談の目安」に該当しないが不安な場合は、**大学を休み、外出を控えて**、以下のサイトを参考にし、まずは各都道府県の保健所などの、帰国者・接触者相談センターに相談してください。

その結果、検査適応とされた場合は、帰国者・接触者相談センターの指示に従ってください。

新型コロナウイルス感染症と診断された場合は、直属の上司及び保健管理センターにメールにて連絡してください。→nurses@jim.titech.ac.jp

検査適応外とされた場合は、その旨を医療機関に伝えて、医療機関受診を検討ください。受診された場合は、その医療機関の指示に従ってください。

【日本語】

厚労省 受診・相談の目安、電話相談窓口について（下へスクロールしてください）

受診・相談の目安や電話相談窓口について記載があります。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00094.html#soudan

厚労省 新型コロナウイルスに関する帰国者・接触者相談センター

ダイレクトに知りたいときはここをクリックください。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html

東京都福祉保健局 新型コロナウイルス感染症にかかる相談窓口について

どうすべきかの流れはこちらの方が分かりやすい。ただし相談先は東京都。

<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/kansen/coronasodan.html>

NHK 特設サイト 新型コロナウイルス

厚労省のサイトよりも分かりやすいと思います

<https://www3.nhk.or.jp/news/special/coronavirus/>

NHK 相談・受診の目安は？

簡潔にまとまっています。帰国者・接触者相談センターのリンクもあります。

<https://www3.nhk.or.jp/news/special/coronavirus/consultation/>

厚労省 新型コロナウイルスについて

新型コロナウイルスについて網羅されているが、多すぎて欲しい情報にたどり着けないかもしれません

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

【英語】

厚労省 英語サイト Q & A on Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)

Q8 : If it is suspected that I might have been infected with the virus, which medical institution should I consult with to receive testing and treatment?

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00014.html

NHK WORLD-JAPAN (英語) Multilingual coronavirus hotlines in Japan

<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/en/news/backstories/1019/>

東京都福祉保健局 英語サイト ここに COVID-19 について知りたい場合のサイトの案内が出ています。

<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/english/index.html>

本学 HP 英語版 キャンパス付近の医療機関リストがあります

大岡山キャンパス Clinics near the Ookayama campus

https://www.titech.ac.jp/english/enrolled/health/pdf/clinic_Ookayama_english.pdf

すずかけ台キャンパス Clinics near the Suzukakedai campus

https://www.titech.ac.jp/english/enrolled/pdf/clinic_suzukakedai_english.pdf

【感染予防の基本について】

- ・手洗い(一番重要)
- ・マスクを着用(咳エチケット)
- ・人込みを避ける。特に以下の3つ(「3つの密」(3密))を避ける
 - (1)換気の悪い密閉空間
 - (2)多くの人が密集
 - (3)近距離での会話や発声(密接)
- ・十分に栄養と休養を取り、過労を避ける。

※手洗い方法、マスク着用方法については、以下に示す参考ホームページもぜひ参照ください。

※マスクは他者からのくしゃみや痰から出たしぶきの防御や、自身から出たくしゃみや痰の捕捉(つまり拡散防止)に有用。

【注意点】

現在までの報告では、重症化や死亡例は何らかの基礎疾患(※)を持っている方や喫煙者の方に多いとされています。喫煙されている方や基礎疾患のある方は十分ご注意ください。

基礎疾患のある方は、主治医にあらかじめご相談しておくこともよいようです。また禁煙をお勧めします。

※基礎疾患とは：

治療中または定期的に経過観察中の疾病。(例)糖尿病、肺疾患、心臓疾患、脳疾患、腎疾患、がんなど悪性疾患、膠原病などの免疫系の疾患、その他治療のため免疫抑制剤などを使用中の方、など。

【手洗い、マスク、咳エチケットなど感染対策について参考となるものを挙げておきます】

【手洗い方法とマスク着用方法の動画(日本語)】

厚労省 国民の皆さまへ(新型コロナウイルス感染症)

下へスクロールすると手洗い方法とマスク着用方法の動画があります。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00094.html#yobou

【手洗い方法について 動画(英語)】

USCDC Clean Hands Help Prevent the Flu

<https://www.youtube.com/watch?v=XHISh559oho>

USCDC What you need to know about handwashing

<https://www.youtube.com/watch?v=d914EnpU4Fo&feature=youtu.be>

【感染対策について】

厚労省 感染症対策について パンフレット

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000593493.pdf>

英語版パンフレット

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000597148.pdf>

厚労省 3つの密を避けましょう パンフレット

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000614802.pdf>

英語版パンフレット Avoid the “Three Cs”!

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000619576.pdf>

April 15, 2020

To: All Tokyo Tech Members

From:

Isao Satoh, Deputy Director of the COVID-19 Task Force

Tadayuki Fujino, Deputy Director of the COVID-19 Task Force

Mitsuji Sanpei, Director, Health Support Center

Toshihiko Fukuoka, Industrial Physician and School Doctor, Health Support Center

SUBJECT: Useful Information regarding Measures against 2019 Novel Coronavirus (“2019-nCoV”)

<When you suspect that you might have been infected with the novel coronavirus, or when you are not sure about your symptoms>

If you develop cold-like symptoms including fever, cough, and sore throat and suspect that you might have been infected with the virus, or when you are not sure if your conditions could possibly apply to the symptoms explained in the website of the Ministry of Health, Labor, and Welfare (https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/dengue_fever_qa_00014.html) :

First, stay at home and do not go out.

Second, consult a “Consultation Center for People with Potential Exposure to COVID-19,” set up at your nearest public health center.

When the consultation center determines that you should proceed to the testing, please follow the center’s instructions.

If you test positive for COVID-19, please report to your direct supervisor and Health Support Center via email.

→nurses@jim.titech.ac.jp

If the consultation center does not ask you to proceed to the testing, please consider seeing a doctor. Please make sure to inform the clinic/medical institution before physically visiting the location that you have consulted the consultation center. If you visit a doctor, please follow the doctor’s instructions.

<Useful links provided in English>

For related information in English provided by responsible authorities, etc., please visit the links listed below:

Q & A on Coronavirus Disease 2019 (COVID-19), by the Ministry of Health, Labor, and Welfare:

Q8: If it is suspected that I might have been infected with the virus, which medical institution should I consult with to receive testing and treatment?

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00014.html

Multilingual coronavirus hotlines in Japan, by NHK WORLD-JAPAN:

<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/en/news/backstories/1019/>

Bureau of Social Welfare and Public Health, Tokyo Metropolitan Government

<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/english/index.html>

You can find general information, FAQs, and updates from the Tokyo government about COVID-19.

A list of medical clinics located near Tokyo Tech campuses is available from the Tokyo Tech website:

For the Ookayama area, please visit:

https://www.titech.ac.jp/english/enrolled/health/pdf/clinic_Ookayama_english.pdf

For the Suzukakedai area, please visit:

https://www.titech.ac.jp/english/enrolled/pdf/clinic_suzukakedai_english.pdf

<Everyday preventive action>

- Wash your hands (the most important step)*
- Wear a facemask (coughing etiquette)**
- Avoid crowded places, especially the following “Three C” situations:
 1. Confined spaces with poor ventilation
 2. Crowded places (with many people)
 3. Close-contact settings and interactions
E.g., parties, large gatherings, karaoke
- Eat healthily, get plenty of rest, and avoid becoming overworked

*For more information on handwashing and the use of masks, please refer to the links listed below.

**Facemasks are effective in protecting people from droplets or splashes of infected fluids from coughs and sneezes, and in preventing the spread of infection by wearers.

- Precautions

Those with underlying diseases and smokers may need to take extra precautions as many of the severe or fatal cases caused by the coronavirus have involved such individuals according to recent reports. Additionally, people with underlying diseases may be recommended to seek medical advice from their family doctor in advance. Smokers are also encouraged to stop smoking.

Underlying diseases are health problems that require treatment or regular follow-up visits. Conditions include diabetes, lung disease, heart disease, brain disease, kidney disease, malignant

diseases such as cancer, immune disorders such as connective tissue disease, etc. People taking immunosuppressive medications are also included.

<Tips for proper handwashing - refer to the following video links>

USCDC: Clean Hands Help Prevent the Flu

<https://www.youtube.com/watch?v=XHISh559oho>

USCDC: What You Need to Know about Handwashing

<https://www.youtube.com/watch?v=d914EnpU4Fo&feature=youtu.be>

<What you can do to prevent infection>

(Information provided by the Ministry of Health, Labor, and Welfare)

Prevention Measures against Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) (in English)

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000597148.pdf>

“Avoid the ‘Three Cs’!” leaflet (in English):

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000619576.pdf>