

# 新型コロナウイルス感染症対策について

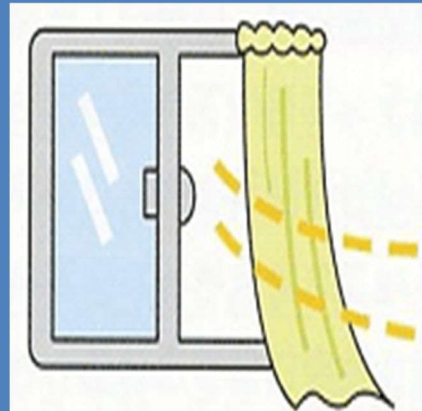
感染拡大防止と予防のために取り組んでいただきたいこと

## ①手洗い・手指消毒



建物内に入る時、トイレを利用した時などは、手が口や鼻に触れる前にこまめに手洗いをしましょう

## ②適度な換気



定期的に窓や扉を開けて換気を行い、空気を新鮮に保ちましょう

## ③咳エチケット

### 3つの咳エチケット



①マスクを着用する  
(口・鼻を覆う)

②ティッシュ・ハンカチ  
で口・鼻を覆う

③袖で  
口・鼻を覆う

## ④人混みを避けましょう



不要不急の外出を控え、外出の際は混雑した場所を避けるようにしましょう



## ⑤自宅で健康観察

発熱等の風邪症状が見られるとき、体調に不安があるときは、大学を休み、自宅で健康観察をしてください。

# Measures Addressing the New Coronavirus

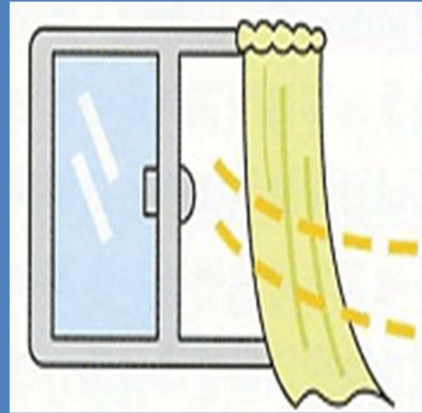
## How you can help to prevent the spread of infection

### ① Hand Washing and Disinfection



When entering a building and after using the bathroom, wash your hands carefully before they touch your mouth and nose.

### ② Ensure Proper Ventilation



Open windows and doors regularly to keep the air fresh

### ③ Be Careful when Coughing

#### Three Guidelines to Follow



① Cover your nose and mouth with a mask

② Use a tissue or handkerchief if you have no mask

③ When coughing suddenly, use your elbow

### ④ Avoid Crowds



Avoid unnecessary and non-urgent journeys and avoid crowded places when you do go out



### ⑤ Keep an Eye on your Health at Home

If you have a fever or other symptoms suggesting a cold, or if you are uneasy about your general health, take a break from coming to the university and keep an eye your health at home.

# 新型冠状病毒肺炎防控措施

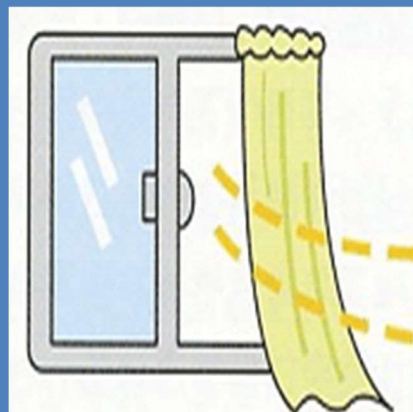
为防止新型冠状病毒肺炎的感染，请采取以下预防措施

## ①洗手·消毒手指



进楼或上完洗手间，在用手触摸鼻、口之前，请务必仔细洗手

## ②勤换气通风



定期开窗、开门换气通风，保持室内空气新鲜

## ③咳嗽礼仪

### 三项咳嗽礼仪



## ④不去人群拥挤的地方



尽量减少外出。外出时，请注意避开人群拥挤的地方

## ⑤居家观察自己的健康状况

出现发热等感冒症状，或感到身体不适时，请不要到校学习或工作，居家监控自己的身体状况。



# 新型コロナウイルスの感染拡大 防止と予防にご協力ください

- 閉鎖空間では十分なスペースを確保
- 換気、咳エチケット、石けんや手指消毒用アルコールによる手洗い
- 不要不急の外出の自粛、外出の際もできる限り混雑した場所は避ける

## ●体調に不安があるとき

発熱等の風邪症状が見られるとき、体調に不安があるときは、大学を休み外出を控えてください。自宅での健康観察中は、毎体温を記録するようお願いします。

## ●次の症状があるとき

風邪の症状や 37.5 度以上の発熱が 4 日以上続く方、強いだるさや息苦しい等の症状が見られた場合は、宮城県・仙台市コールセンターに相談し、医療機関を受診するよう指示が出された時は、マスクを着用し公共交通機関の利用は控えてください。

宮城県・仙台市コールセンター TEL 022-211-3883（日本語対応 24 時間受付）



みやぎ外国人相談センター TEL 022-275-9990（月～金曜日 9 時～17 時受付）



## ●新型コロナウイルスに感染したとき

学生は、所属部局の教務担当係か保健管理センターへ、教職員については、所属部署の総務担当係もしくは環境・安全推進センターへ報告してください。

東北大学 HP「新型コロナウイルス感染症への対応について」





# Help us Prevent the Spread of the New Coronavirus

- Ensure you have enough personal space in closed areas
- Ensure adequate ventilation, cover your mouth when coughing, and wash your hands with soap and disinfectant
- Do not make any unnecessary or non-urgent journeys and avoid crowds as much as possible when going out

## ● If you are uneasy about your general health

If you have a fever or other symptoms suggesting a cold or are uneasy about your general health, take a break from attending/working at the university and refrain from going outside. While staying at home, please keep an eye on your condition and record your body temperature daily.

## ● If you have the following symptoms

If you have a cold or a fever of 37.5 degrees or more for over four days, or if you have any symptoms such as severe fatigue or breathlessness, you should consult the Miyagi Prefecture and Sendai City Call Center and visit a medical institution. Please wear a mask and refrain from using public transport when you make your visit.

Miyagi-Sendai Consultation Call Center Tel 022-211-3883 (24 hours, in Japanese)



Miyagi Support Center for Foreign Nationals TEL 022-275-9990 (Mon-Fri, 9:00 to 17:00)



## ● When infected with the new coronavirus

Students should report to the Educational Affairs Section within their department or to the Student Health Care Center. Faculty members should report to the General Affairs Section within their department or to the Center for Environmental Conservation and Research Safety.

Tohoku University's Website: "COVID-19 Information and Preventive Measures"



# 关于防控新型冠状病毒性肺炎的重要通知

- **请务必在密闭空间与他人保持一定距离**
- **勤通风换气；公共场合咳嗽时注意文明礼貌；使用肥皂勤洗手，使用酒精消毒手指**
- **请停止不需要或不紧急的一切外出活动。外出时，请务必避开人群拥挤的地方**

## ● 若身体出现不适

若出现发热等感冒症状或身体不适，请不要到校学习或工作，尽量避免外出，居家自我隔离，监控身体健康状况。居家自我隔离期间请务必每天测量体温，并做好记录。

## ● 若身体出现以下症状

连续四天以上出现感冒症状或发热在 37.5℃ 以上，出现身体极度乏力或呼吸困难，请拨打宫城县及仙台市咨询热线，若希望您前往医疗机构就诊时，请务必佩戴口罩，请勿乘坐公共交通工具。

宫城县及仙台市咨询热线 电话：022-211-3883（24 小时服务 可使用语言：日语）



宫城县外国人咨询中心 电话：022-275-9990（星期一～星期五 9:00～17:00）



## ● 若感染上新型冠状病毒性肺炎

学生请务必与所在院系或保健管理中心取得联系；教职员工请务必与所在部门的总务科或环境・安全推进中心取得联系。

东北大学主页「关于近期防控新型冠状病毒性肺炎的通知」

