

新型コロナウイルス感染症について

感染症に関連するストレスについて

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の流行について、みなさんの中には、不安や心配などを感じている方がいらっしゃると思います。以下を読んでいただき、心配なことがあれば、学内の相談機関をご利用ください。

* ストレスは自然な反応です

どうなるかわからないような状況におかれたとき、ストレスや心配、不安を感じ、こころとからだにいつもと違うような反応がおこることは自然なことです。信頼できる人と話をしたりすることで、こうしたストレスをある程度やわらげることができます。

* このようなきこそ、生活リズムに気をつけましょう

睡眠・食事をしっかりととり、適度な運動をして、生活リズムの維持に気をつけましょう。

* 正確な情報を手に入れるよう心がけましょう

本学のホームページにある「新型コロナウイルス感染症に関する特設ページ」や保健センターのWEB ページで情報を確認しましょう。

立命館大学 新型コロナウイルス感染症に関する特設ページ

<http://www.ritsumei.ac.jp/news/detail/?id=1679>

立命館保健センター

<http://www.ritsumei.ac.jp/mng/gl/hoken/medical-j.html>

* 心配なことや不安に思うことがあれば、遠慮なく相談してください

学生サポートルームなど、学内の相談機関を活用していただけます。
新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、面談・相談等の対応は柔軟に検討します。

詳しくは、各窓口までお問合せください。

立命館大学 学生相談の総合案内

<http://www.ritsumei.ac.jp/drc/sougou/>

なお、学生サポートルームへの相談を希望される方は、以下の点に留意してご利用ください。

学生サポートルームをご利用の皆様へ

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、下記の対応にご協力をお願いします。

- 咳、発熱等の体調不良の際には、来室を控えてください。
- 入室時に手指のアルコール消毒、または手洗いの徹底をお願いします。

【カウンセリングについて】

現状では、面談の頻度を下げる、電話相談に切り替えるなどで感染予防に努めています。今後の状況次第で、さらに相談予約の延期や面接時間の短縮などの対応をとらざるをえない可能性もあることをご了解ください。

【電話相談について】

新型コロナウイルス感染拡大防止期間に限り、自宅や下宿からの電話相談も受け付けています。希望される方は、所属キャンパスの学生サポートルームにお電話ください。

衣笠・朱雀	075-465-8174
BKC	077-561-3952
OIC	072-665-2130
月～金	9:30～17:00

学生サポートルーム ホームページはこちらです。

<http://www.ritsumei.ac.jp/ssr/>

【利用者に万一感染が確認された場合】

もし来室者やスタッフに新型コロナウイルス感染が確認された場合には、感染拡大を防止するために保健所や大学の関連部署にサポートルーム利用者のリストを提出しなければならなくなることが想定されます。情報提供先の機関、関係者のすべてに守秘義務が課されますが、このような可能性についてご了承ください。

変更については、随時 HP でお知らせします。