

寮生活における感染対策

コロナ感染を防ぐ!～寮生活のツボ

学校医 教授 木村 聡

新型コロナウイルス(COVID-19、以下「コロナ」)が大流行しています。我々が富士吉田キャンパスも脅威に曝されています。大学では総力をあげ感染予防に努めますが、寮でクラスターが起こらぬよう、学生諸君の協力が絶対に必要です。

コロナはインフルエンザとここが違う!

- ・重症化しやすく後遺症を残しやすい
- ・感染しても発症しない人がかなり存在する
- ・症状がない人でも感染源になり得る→知らない間に感染を拡げる
- ・潜伏期が長く、2週間後に発症する場合もある
- ・潜伏期のうちに感染力が現れる
- ・タミフルのような特効薬がない

ウイルスはどこにいるか?

- ・唾液、鼻汁をはじめとする体液の中
- ・体液の付着した物(スイッチ、ドアノブ、手すりなど)
- ・感染者の吐息

どうすると感染するか?

- ・至近距離の会話、対面方式の会食
- ・握手、ハイタッチなど身体の接触
- ・感染者がいた空間の空気吸引
(粘膜から侵入するので、口を閉めていても眼球からウイルスは入ります)

かからない、うつらないためには?

- ・3密を避ける!
 - ・密集→症状だけでは誰が感染者か分からないため、社会的距離を保つ
 - ・密接→マスク、フェイスシールドの正しい着用
 - ・密閉→換気(部屋の全空気が1時間に2回以上入れ替わるように)
- ・食事、飲食の前には必ず石鹸か、アルコール洗浄剤を、充分(ノズルの上から下まで)押し出して手を洗う
- ・寮生活のHOT SPOTを知る
 - ・寝室、ラウンジ、風呂、洗濯室→常に換気に心がける
 - ・飲食前には必ず手を洗う
 - ・お化粧前、コンタクトレンズ着脱前にも手を洗う
 - ・タオルや衣類を共用しない
 - ・毎日検温し寮監に報告する
 - ・体調不良時は無理せず寮監や指導担任に報告する
- ・入寮前および入寮中必要時にPCRまたは抗原検査でウイルス陰性を確認する

徹底的な検査と三密を避けた「昭和大学方式」で「コロナに強い寮生活」を確立しましょう。

参考文献:厚労省 新型コロナウイルス感染症の予防法
<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000622211.pdf>

令和2年度の寮生活について

例年ですと4月には富士吉田キャンパスで寮生活を始めるはずでしたが、新型コロナウイルスの影響により、令和2年度の新入生は変則的な大学生活を送ることになりました。前期の授業は遠隔授業となり自宅での大学生活でした。後期から富士吉田での寮生活が始まりましたが、この寮生活も例年とは大きく異なりました。まず、入寮するかしないかの選択制であったこと、感染リスクを考慮して学生はキャンパス敷地から外出ができなかったこ

食堂対策

食堂でのコロナ対策

栄養士 天野 ひでみ ・ 宮下 友里

新型コロナウイルスの影響で現在でも多くの大学生が大学に通えずオンラインによるリモート授業での大学生活を送っています。富士吉田キャンパスでは本来の4月入寮が延期され、8月末に希望学生全員が無事入寮することができました。寮生活は授業だけでなく、寝食を共にするため密になりやすく、ソーシャルディスタンスを保つことが非常に難しく、クラスター発生の危険性が極めて高いと言えます。このような環境下で食事提供を行うにあたり、まずは食堂におけるコロナ対策のマニュアルを作成、それをもとに教職員で意見を出し合い、大学全体のマニュアルも併用し健康管理、感染制御に万全を尽くし学生を迎えました。



対面飲食をさせない座席や人の交差を避けるため出入口を別にするなど、食堂のレイアウトを大幅に変更しました。また密を避けるため指定時間に寮ごとに分散して食事を摂る交代制としました。配膳時はカウンターでの停滞時間を短くするため、主菜、副菜をワンプレートに盛り込んだ献立(料理の品目を減らすのではなく大皿に盛ることにより受け取る回数が減る)や、丼(どんぶり)、麺などの短い時間でもサツと食べられるメニューをメインにしました。カレーライスなどは飯量を学生が選び、その皿を職員に渡してルウをかけて



いましたが、皿の接触回数を最小限にするため、ルウは別盛りで席についてから各自でかけるよう変更しました。佃煮、漬物、調味料やドレッシングなども小袋で対応し、感染予防を徹底しました。

定期的にPCR検査を実施し、学生、教職員一丸となって自身の健康管理、感染対策を十分に行ったことにより、感染者を一人も出さずに寮生活を送ることができたことに安堵しています。退寮間際の楽しい思い出がいっぱい詰まったハロウィンパーティー(立食パーティー)では学生の笑顔があふれていました。



寮の衛生管理・おそうじ

日々の衛生管理と清掃

保健医療学部理学療法学科 真鍋 寧々
(栃木県立宇都宮東高等学校出身)

今年は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、例年以上に寮の衛生管理が入念に行われました。

入寮の日には部屋の清掃(除菌のための拭き上げ)方法についてのビデオを視聴し、全員で毎日、薬品を用いた拭き掃除を行いました。衛生管理を行っているうちにみんながよく手を触れる場所なども分かるようになり、これからの生活の中でも活かしていくことのできる良い経験になったと思います。寮内の清掃はこまめに行っていました。私たちの部屋では毎日拭き掃除を行っており、気づいたときに掃除機をかけるというように部屋のメンバーで決めていました。ラウンジやキッチンも使ったら片づけるようにしており、みんなが気持ちよく使える空間になっていたのではないかと思います。

寮生活での衛生管理・清掃を通じて習慣が付き、重要なことであるという認識を今まで以上に深めました。これから生活していくうえでも、衛生管理・清掃がよりいっそうの安全につながるのだと感じるよい経験になりました。

富士吉田教育部 令和3年度 寮運営委員長 准教授 萩原 康夫

と、そして、入寮期間もわずか2ヶ月間と短かいことでした。

しかし、そのような寮生活でしたが、学生たちは友人たちと貴重な時間を過ごし、思い出に残る寮生活を送ってくれたようです。令和3年度の新入生の皆さんも、コロナ禍のため例年とは異なる寮生活を送ることになりますが、富士吉田でかけがえのない貴重な時間を過ごしていただきたいと思えます。

白樺舎

昭和大学
富士吉田キャンパスだより
第39号 2021.4.12 発行

発行責任者 富士吉田教育部長 倉田知光
編集責任者 富士吉田教育部広報委員長 田中周一
〒403-0005 山梨県富士吉田市上吉田 4562
TEL 0555-22-4403



「河口湖畔」富士吉田教育部 前田昌子准教授 撮影

新入生の皆さんを歓迎いたします

学校法人昭和大学 理事長 小口 勝司

新入生の皆さんご入学おめでとうございます。この富士吉田校舎での全寮制教育は医系総合大学である本学における特色であり、医学部、歯学部、薬学部、保健医療学部の4学部の学生が共同して衣食住をとめます。共同生活を送ることで相手を思いやる心を育み、学部間交流を積極的に行い、意見交換の場としていただきたいと思います。将来を担う人間性豊かな医療人となることを念頭に切磋琢磨する皆さんの努力は必ず実を結び、自身の糧となります。この寮生活の経験がチーム医療の根底を学ぶよい機会となることを心より期待しております。

本学は創立者である上條秀博士が掲げた「至誠一貫」の建学の精神のもと、社会に貢献する優れた医療人を育成してまいりました。昭和39年昭和大学富士吉田校舎を竣工して以来、この地に根つき平成27年には富士吉田市と地域の課題解決および活力ある個性豊かな地域社会の形成・発展に寄与することを目的とした「包括的連携協力に関する協定」を締結し友好的な関係を築いております。また本年は、富士吉田キャンパスに新たな百合寮が竣工します。施設設備の面からも学生が幅広い視野を養い、医療人に成長していく歩みを親身に手厚くサポートします。

本法人は盤石な財政基盤のもと、常に最新の設備で最高の教育を提供して参ります。ご父母の皆様におかれましても、ご理解ご協力をいただき共にお子様が医療人として大きく成長していく姿を見守っていただきたく存じます。

最後になりましたが、富士吉田校舎の教職員、皆さんのご家族ならびに関係の皆様のご協力のもとに富士吉田校舎における新生活がスタートできますことを感謝申しあげてご挨拶とさせていただきます。

医療人への基礎作りの場：富士吉田キャンパス

昭和大学 学長 久光 正

昭和大学1年生の皆さん、富士吉田キャンパスによろこそ。皆さんは将来、医療に携わることで社会に貢献することをめざし、本学に入学しました。本学の特徴は医療人になる基礎作りを富士吉田で1年間の学部混合全寮生活を通して行うことです。医療は「ひと」に施すものです。それぞれの患者さんは異なる歴史、生活、習慣により築き上げた異なる人生を歩んでいます。これらの人々に対応するには皆さんがしっかりした医療人マインドをもたなくてはなりません。挨拶、礼儀、作法、思いやり、遵法精神、対話力などの上に医療の知識や技術を積み上げていくのです。

昭和46年、今から50年前に私も富士吉田で1年間を過ごしました。当時は医学部と薬学部の2学部でした。男子は8人部屋で両学部4名ずつ、2段ベッド4つの寝室と8つの机がある勉強部屋で寝食を共にしました。その時の1年間で私たちは精神的に大きく成長したことを今、確信しています。その成長のきっかけは、友人達との対話でした。政治・恋愛・趣味、いろいろな話題について、深夜まで語り合ったことを覚えています。皆さんも、友人と大いに議論して心を鍛えていただきたいと思います。

今年度はいまだ新型コロナ感染症の終息が見られず、引き続き感染予防に厳重な注意が必要です。医療人を目指して学修する皆さんには特に必要なことでもあります。大学も感染予防のため最大限の努力をしますので皆さんも諸注意を厳守してください。

富士吉田の1年は皆さんの医療人としての人生の貴重な第一歩です。大いに羽ばたいてください。

広報誌名称について

全寮制を特徴とする富士吉田校舎学生寮は「白樺舎(男子寮)」「百合寮(女子寮)」の二寮からスタートしました。「赤松寮」「すみれ寮」を加えて四寮となった現在も、白樺・百合という名称は受け継がれています。この名を冠した「白樺・百合」という広報誌の名称には、過去・現在・未来の学生たちが日ごとに成長をとげて前進しつつも、常に初心を忘れず、伝統を受け継いでくれることへの願いが込められています。

講義について

積極性の大切さ

薬学部薬学科 岡部 鈴 (徳島文理高等学校出身)

コロナウイルス状況下で9月から選択制の寮生活が始まりましたが、私は入寮を選択せず、全ての講義を在宅でのリモートで受講しました。

最初は、友達もおらず、本当にこのやり方で合っているのだろうか、一人で不安を抱えていました。しかし、指導担任の先生が連絡をくださり、相談にのっていただきました。先生は、こんな風に頼っていい、自分だけではなくほかにも同じように悩んでいる人も、ということを教えていただきました。

遠隔授業にはリアルタイム(ライブ)とオンデマンド(動画配信)との2種類があり、たくさんの授業で頭がこんがらがってしまうこともありますが、自分なりに整理し、わからないことがあれば指導担任の先生をしっかり頼るとよいと思います。高校のときのように受け身で待つのではなく自分から行動することで、先生は必ず丁寧に対応していただけます。

今年一年、慣れないことだらけでしたが、周りに上手に頼ることで最後まで充実した一年を過ごすことができました。

これから入寮される方も、肩の力を上手に抜いて、今年一年は特に横の繋がり、先生との繋がりを大事にしてみてください。



在宅生と在寮生の同時講義

久しぶりの対面講義

薬学部薬学科 尾崎 翔音 (東京都立駒場高等学校出身)



9月に富士吉田寮に入寮し、入学後はじめてとなる大学での対面講義を受けました。前期はずっとパソコン越しの講義であったため、久しぶりの対面講義に少し緊張したのを覚えています。先生がその場で学生の質問に沿って講義を進めたり、みんなの前で意見を述べたりするなどコミュニケーションを取りながらの講義はとても楽しいものでした。全学部合同の講義では、グループワークを通して他学部の人も多く関わることができました。自分にはなかった視点からの意見や考え方を知ることができ、勉強になりました。座席が近くなったことをきっかけに、学部を越えて新たな友達ができることがとても嬉しかったです。対面講義を受けて、コミュニケーションの大切さを改めて実感しました。

これまでと違った学部実習

保健医療学部看護学科 恵良 美晴 (大分県立津南高等学校出身)

今年は新型コロナウイルス感染拡大により、例年と異なる初年次体験実習となりました。病院や高齢者施設等で実習を行うことができず、キャンパス内での実習となりました。

1日目に看護師の一日や病棟の様子がわかるスライドを見て、気が付いたことや考えたことをグループで話し合いました。2日目は先生方が用意してくださった症例のシナリオのロールプレイを行いました。3日目は感染症対策の基本を学び、実践として手指衛生や個人防護具の着脱を行いました。

私は今回の学部実習を通してこれから看護師を目指すために身につけるべき考え方や視点を知ることができました。病院や施設等に行くことはできませんでしたが、自分に必要なことがわかり、良い経験となりました。



初年次 学部実習

学部実習を通して学んだこと

医学部医学科 岡村 幸之助 (春日部高等学校出身)

学部実習は、3日間にわたって行われました。まず1日目は、模擬患者との医療面接、標準予防策(スタンダードプリコーション)の実習を行いました。医療面接では、患者さんとのコミュニケーションや、脈拍・血圧の測定を通して、実際の医療面接の流れを知ることができる貴重な機会となりました。標準予防策の実習では、医療現場での手指衛生の必要性を学びました。2日目に行われた生化学実習では、実験でのデータから、酵素反応の基本的な性質を学び、その活性の評価方法を学びました。3日目は、発達障害医療研究所、臨床薬理研究所で働く方の講義を受けました。医療現場を知ることができ、医師に求められることを考える良い機会となりました。

3日間の学部実習を通して、自分が将来医師として働くということを強く意識することができ、理想の医師像を考える貴重な3日間になったと思います。



限られた状況で得られた貴重な経験

歯学部歯学科 児島 悠介 (志学館高等部出身)

2020年度は、初年次体験実習の一部をなす学部実習の歯科診療所での見学が中止になり、すべての実習が寮内で行われました。例年通り見学を想定した白衣と頭髪の身だしなみチェック、手指消毒、学生同士での患者さんの案内、エプロン付けなどを行いました。歯科診療所への挨拶の電話かけは、旗の台の先生方が院長の代わりに受けてくださいました。歯科診療所での見学を楽しみにしていた私は最初、物足りなさを感じていました。しかし、そういった状況でも最大限のことを教えようと努力してくださる大学・先生方の姿を見て、「こんな時こそ受け身ではなく積極的に学ぼう」と意識が変わりました。そのおかげで充実した体験実習となり、モチベーションも向上しました。これからは積極的に学ぶ姿勢を忘れず、日々研鑽を積んでいこうと思います。



初年次 不自由体験

人を診る~相手の立場から見たもの~

保健医療学部作業療法学科 戸田 成美 (成瀬高等学校出身)

初年次体験実習の中で不自由体験という実習を行いました。私はこの体験実習の中で「人を診る」ことについて学びを深めることができました。

不自由体験では、聴覚障がい・視覚障がい車いす操作の体験を行いました。この実習では「できない」世界を通して、もどかしい気持ち、恐怖感・不安感など、不安定な気持ちを大きく感じました。実習での私の一番の学びは、たとえ同じ病気や障がいを持っていても、その人から見える「困ったこと」は、個人の背景や価値観によっても変わってくるということに気づいたことです。私は「人を診る」ことが、単純にその人を診察するのではなく相手の立場に立って何に困っているのかを想像することだと考えました。

この体験実習で学んだことを将来活かすためにも、日ごろから相手の立場に立つことを実践していきたいと思っています。



コンパについて

大切な仲間たち

薬学部薬学科 鈴木 基大 (桐光学園高等学校出身)



皆さんはコンパと聞くとどのようなものを思い浮かべるでしょうか。一般的には飲み会などを想像するかもしれませんが、昭和大学のコンパはまったく異なります。この大学でのコンパとは、同じ指導担任がそれぞれ

担当する20人前後の学生のグループを指します。また、このコンパには同じ部屋で過ごすメンバーも含まれるため、富士吉田での多くの時間を共に過ごす、切っても切れないとても大切な仲間たちになります。私たちのコンパは一緒に食事をしたり、勉強したり、ひと味違うことでは、皆と一緒に富士吉田の満天の星を眺めたりもしました。また、入寮した直後はまずコンパのメンバーと知り合いになるため、さらなる人脈を作る足掛かりにもなります。今年はわずか2か月の寮生活でしたが、そうやって仲を深め合ったコンパのメンバーは、退寮した今でも大切な仲間となっています。



赤松寮 今・昔・超昔

赤松寮長としての特別な寮生活

歯学部歯学科 土岐 慧都 (三重高等学校出身)

今回の寮生活は、コロナウイルス禍の影響により今までの先輩方が体験してきたものとは異なるものでした。入寮当初、通常とは異なる2か月間を無事に過ごすことができるのかどうか非常に不安な中、私は寮長としての生活を開始しました。

不安もある中で、行事のまとめ等の今まで携わったことの無かった周りを動かす仕事をさせていただきました。そこでは戸惑うことも多々あり、大変さから時に迷惑をかけたこともありました。しかし、様々な失敗を経験したことで自分を成長させることができ、自分を先頭に周囲を動かす方法を学ぶことができました。この仕事でできたのも、赤松寮の心優しい仲間達のお陰です。これからも失敗を恐れずに行動することを心掛けると共に、寮生活でできた仲間を大切にしたいと思います。



赤松寮とともに

富士吉田教育部 講師 久光 隆

私は平成元年に入学し、令和元年に職員として戻って参りました。当時の3寮の1つ、白樺寮は私たちが退寮直後に解体されました。残りの2寮、私が学友と共に過ごした赤松寮と旧百合寮は近々に解体されるとのこと。その赤松寮の最後を見届けることになろうとは、感慨深いものがあります。

当時の寮生活は、食べて、運動しての日々でした。食事で印象的だったのは、通称「サンデーカレー」です。毎週日曜日の定番で、デザートはバニラアイスに小豆あんが添えられたものでした。とてもおいしく、ほぼ欠かさず頂きました。運動はいろいろやりましたが、準硬式野球に取り組んだことが思い出深いです。バイト代で購入したプロ仕様のグローブは今でも大切に持っています。また現在は行われていませんが、1年生が全員参加の第一回ロードレース大会が当時の教養部主催で開催されました。富士吉田キャンパス周辺の公道を封鎖してランニングコースとする本格的なものでした。私は男子約200人中15位(微妙)でメダルを頂きました。その後、フルマラソンに参加するようになったのも、これが原体験であったのかも知れません。

私が入職してから2ヶ月で、コロナの時代に突入しました。寮の解体と建造が行われるように、いろいろなことが変化を求められる中で、全寮制下の教育に関わる者としてこの時代にマッチした教育方法の構築に向けて微力ながらも尽力して参ります。

赤松寮の思い出について

富士吉田教育部 教授 平井 康昭

新しい女子寮の建築に伴い、現在最も古い赤松寮が今年度で教育寮としての役割を終えます。私が赤松寮に入寮したのは1975年4月、今から45年前のことでした。上條講堂で行われた入学式が終わると、旗の台校舎からバスで富士吉田に向かいました。大学に入るまで一人っ子で甘やかされて育った私は、初めての寮生活に対する不安な気持ちでいっぱいでした。赤松寮に到着すると、お二人の寮監先生が優しい笑顔で私たちを迎えてくださいました。井上八重先生と三浦勢子先生です。先生方の笑顔に不安な気持ちが少し癒やされたのもつかの間、寮に入るとコンクリートの冷たさと生活感のない新築独特な匂いがあり、再び不安な思いが蘇りました。幸いなことに部屋のメンバーや学部、部活の友人に恵まれ、入寮前の不安はあっという間に吹き飛んで楽しい寮生活を送ることができました。当時は窓の外に植えられた木々が今のように高くなく、天気の良い日には2階の寝室からでもはつきり富士山が見えたものです。私にとって多くの思い出が詰まった赤松寮も間もなく姿を消すことになるでしょう。私も間もなく定年、改めて時の流れを感じる今日この頃です。

撮影のためにマスクを外した写真もあります