

新しい生活様式での 寮生活ハンドブック

石川工業高等専門学校 Ver.3 (2022.03.16)

1. 寮生活 通常授業時

規則正しい生活で健康管理！

時 間	項 目	感染予防対策等	
7:00	起 床		
7:30～ 8:20	朝 食	混雑回避・手洗い・うがい	
8:00～ 8:15	朝点呼	管理棟で実施・Web Class検温報告	
～ 8:30	登 校	マスク着用	
8:50～12:00	授 業		
12:00～13:00	昼 食	混雑回避・手洗い・うがい	
13:0～16:10	授 業		
16:10～		課外活動・自 習	入 浴 17:30～22:30 混雑回避 19:00～21:00 部活参加者優先
18:00～19:30	夕 食	混雑回避・手洗い・うがい	
20:00～	清 掃	自室と共用部の換気・消毒	
21:00～21:15	夜点呼	管理棟で実施	
21:15～		自 習	
23:00	消 灯	就 寝	

短縮授業時

規則正しい生活で健康管理！

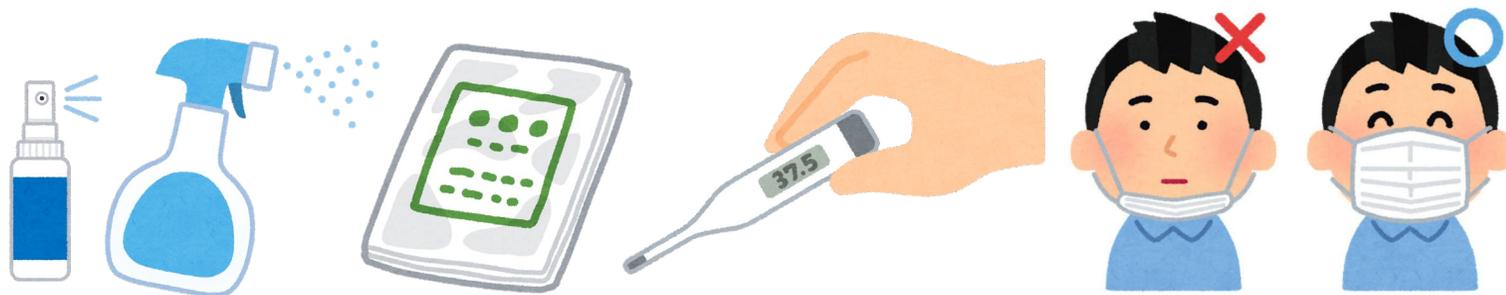
時 間	項 目	感染予防対策等	
7:00	起 床		
7:30～ 8:20	朝 食	混雑回避・手洗い・うがい	
8:00～ 8:15	朝点呼	管理棟で実施・Web Class検温報告	
～ 9:10	登 校	マスク着用	
9:30～12:20	授 業		
12:20～13:20	昼 食	混雑回避・手洗い・うがい	
13:20～16:10	授 業		
16:10～		課外活動・自 習	入 浴 17:30～22:30 混雑回避 19:00～21:00 部活参加者優先
18:00～19:30	夕 食	混雑回避・手洗い・うがい	
20:00～	清 掃	自室と共用部の換気・消毒	
21:00～21:15	夜点呼	管理棟で実施	
21:15～		自 習	
23:00	消 灯	就 寝	

2. 持ち物

感染拡大防止は小さなことの積み重ね！

入寮する際には、以下のものを持参する。

- アルコール消毒液（携帯用マイボトル）。
- ビニール袋200枚程度（10ℓ程度の小袋）。各部屋のゴミやマスクを密閉したり、食事中にマスクの保管をする。
- 体温計1本。毎日の検温時に使用する。電子式体温計の場合は予備の電池があると良い。
- マスク必要数。居室内を除き、寮内や登校時にマスクの着用が必須。



3. 居室内の すごし方

感染予防行動と日々の体調把握が大切！

- ・ 食事の前後、トイレ・洗濯・清掃等で他者との共用部分に触れた後は、手洗いして居室へ戻る。居室では、各自で手指の消毒をする。
- ・ 決められた時間に居室の消毒・換気をする。
- ・ 特別な理由がない限り、他の寮生の居室へ行ったり自室に招かない。
- ・ 居室で出たゴミは、各自で持参したビニール袋に入れ、縛ってから大型ゴミ箱へ捨てる。
- ・ 体調が悪いときは、寮務係（平日17時まで）か当直室（平日17時以降と休日）へ**電話連絡**する。

寮務係 076-288-8035

第一当直室 080-1950-1854

第二当直室 080-1963-7911



手を洗おう



換気しよう

4. 居室外の すごし方

(補食室・PC室
・その他共用部分)

共用部分に触れる前後は手洗い・消毒！

居室外では他の寮生と共有する部分の接触に注意する。
基本は共有部分に触れる前後で手洗いを徹底。触れたら
可能な限り消毒をする。

接触前後の手洗い（または消毒）が必要な共有部分

- ・ 補食室：
入口のドアノブ・電子レンジの取手やスイッチ・コンロのスイッチ・冷蔵庫の取手・部屋の電灯スイッチ等
- ・ パソコン室：
キーボード・マウス・電源スイッチ・部屋の電灯スイッチ等
キーボードとマウスは使う前後で必ず消毒！
- ・ その他の共有スペース：
自動販売機・トイレ・洗濯機・乾燥機等



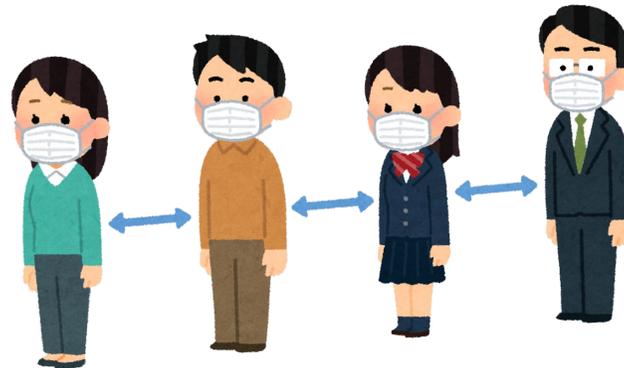
消毒しよう



5. 食 事

整列と座席間はフィジカルディスタンスを！

- 食事で食堂に入る前には、必ず通路のシンクで手洗いをする。
- 並ぶときは、適度な距離を取る。
- 使用済のマスクを入れておけるように、各自でビニール袋を持参する。
- 適度な距離を取るためにイスを間引きしてあるので、勝手に増やさない。
- 食事中の会話は控える。スマホ使用厳禁。



6. トイレ・洗面・洗濯

水回りは使う前より美しくして次の人へ！

・ トイレ

便器の蓋を閉めてから水を流す。

汚した場合はトイレットペーパーや消毒液で綺麗にする。



・ 洗面

洗面や歯磨きの時に密集しないように注意する。

シンク周辺が濡れた場合はペーパータオルで拭く。



・ 洗濯・乾燥

干してある自分以外の洗濯物には触らない。

洗濯機・乾燥機に触った後は手洗いをする。



7. 冷水器

冷水器周辺も清潔に！

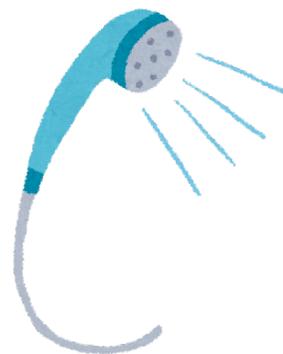
- 直接口をつけて飲まない。
- 飲料用に水を持ち運ぶ際は、清潔な水筒に入れる。
- 指で押すボタンと足で踏むペダルの両方があれば、ペダルの方を使う。



8. 入浴

浴室・脱衣所は三密回避の協力を！

- 混雑緩和のため指定された入浴時間を守る。
- 自分が使用した場所はシャワーで洗い流す。
- 浴室や脱衣所は常時換気をする。
- 体調不良の場合は、個室のシャワーを利用する。
- 浴室や脱衣所での会話は控える。



9. 点呼

規則的な生活や所在確認の最重要作業！

- 朝点呼
8時00分～8時15分に管理棟で当番が点呼を実施する。
- 夜点呼
21時00分～21時15分に管理棟で当番が点呼を実施する。
- 点呼遅れ
管理棟ホール内に設置する『点呼遅れ報告書』に必要事項を記入する。朝点呼遅れは当日の17時までに寮務係へ、夜点呼遅れは直ちに第一当直室（男子）または第二当直室（女子）へ提出する。
点呼遅れが度重なる場合は、生活習慣の見直しを兼ねて寮内の奉仕活動に参加してもらう。

MEMO

10. 各種届出

各種届出は期限厳守！

- 外泊（ウェブ申請）
外泊する前日の16時までに寮務システムで申請する。
帰省等の外泊は休日の前日夜から許可される。
最長で次の登校日の朝まで外泊が可能。
平日外泊は許可されないが、特別な理由のある場合は予め寮務主事へ申し出て許可を受ける。
- 欠食届（紫色）
外泊する三日前までに、朝・昼・夕で食事を必要としないものを届け出る。
仕入れ食材の分量を決める上で重要な届出。
- 帰寮報告書（黄色）
帰寮したら管理棟ホールで検温し、健康状況等の必要事項を記入する。

