

2021年7月29日

学生のみなさんへ

課外活動団体のみなさんへ

学生部長 豊島 明子
保健センター長・学校医 中野 有美

新型コロナウイルス・ワクチン接種後の課外活動等の学生生活について

新型コロナウイルス・ワクチン接種について、現在、名古屋大学における大学拠点接種やみなさんの居住地における接種が始まっています。

ご存知のように、ワクチン接種後に個人差がありますが、反応が出る場合がありますので、以下の事項を確認の上、健康で充実した学生生活をお過ごしください。

特に、課外活動など激しい運動をとともなう学生生活については、「接種した者が念のため休みやすい・安静を保ちやすい環境をつくる」ことが大切です。

○ワクチンを接種した後は、接種部位の痛みが出たり、倦怠感、発熱、頭痛や関節痛などが生じることがあります。このような症状が出たときのために、できるだけ接種当日や翌日に無理をしないですむように予定を立てておくとよいでしょう（これらの症状は、たいてい数日以内で軽快することが分かっています）。

○ワクチンを受けた当日は、激しい運動や過度の飲酒などは控えましょう。

○接種部位については、清潔に保つよう心がけてください。

[厚生労働省:新型コロナウイルス Q&A Web ページより引用]

接種後1週間は、激しい運動を避けるよう“勧告”している国(シンガポール等)もあります。上述のとおり、副反応の程度・持続期間には個人差があるため、また、熱中症のリスクが高い時期でもあり、無理をしない・させないよう、お互いに配慮しましょう。

[参考]

・「新型コロナウイルス Q&A」(厚生労働省 Web ページ)

<https://www.cov19-vaccine.mhlw.go.jp/qa/>

「ワクチン接種後、生活上で注意することはありますか」新型コロナウイルス Q&A | 厚生労働省 (mhlw.go.jp)

・「新型コロナウイルスの有効性と安全性について (保健センター・学校医より)」

(南山大学保健センターWeb ページ)

https://office.nanzan-u.ac.jp/student-services/item/20210701_vaccine.pdf 以上

