

# 良く触れる場所の一例



## 消毒する環境と使用する消毒剤

### (参考) 対象物による消毒方法

ケア実践者の皆さまは事業所内で何をどのようにしてきれいにするのかを把握し実践しましょう

対象	消毒方法
嘔吐物、排泄物	・嘔吐物や排泄物で汚染された床は、手袋をして 0.1%次亜塩素酸ナトリウムで清拭する。
差し込み便器 (ベッドパン)	・熱水消毒器 (ベッドパンウォッシャー) で処理 (90℃1 分間)。 ・洗浄後、0.1%次亜塩素酸ナトリウムで処理 (5 分間)。
リネン・衣類	・熱水洗濯機 (80℃10 分間) で処理し、洗浄後乾燥させる。 ・次亜塩素酸ナトリウム (0.05~0.1%) 浸漬後、洗濯、乾燥させる。
食器	・自動食器洗浄器 (80℃10 分間) ・洗剤による洗浄と熱水処理で十分である。
まな板、ふきん	・洗剤で十分洗い、熱水消毒する。 ・次亜塩素酸ナトリウム (0.05~0.1%) に浸漬後、洗浄する。
手すり、ドアノブ、 食卓用テーブル、 職員ロッカー パソコン、電話機器	・消毒用エタノールで清拭する。
浴槽	・手袋を着用し、洗剤で洗い、温水 (熱水) で流し、乾燥させる。
カーテン	・一般に感染の危険性は低い。洗濯する。 ・体液等が付着したときは、次亜塩素酸ナトリウムで清拭する。
送迎車	・手すり、ドアノブ、食卓用テーブルの消毒に準ずる

(出典:株式会社三菱総合研究所「高齢者介護施設における感染対策マニュアル改訂版(2019年3月)」一部改変)

引用:介護現場における感染対策の手引き第2版 (R3年3月厚生労働省老健局)

# 消毒剤の管理とコツ

- 開封日を書きましょう
- 消毒剤の継ぎ足しはしません（詰め替えボトルはよく洗い乾燥）
- 詰め替えるときは何が入っているか誰がみてもわかるように容器に消毒剤の名前を書きましょう
- 直射日光が当たらないところ、涼しい場所に保管しましょう
- 決められた使い方(原液のまま使う、薄める場合は何倍に薄めて使う、使用期限)を守って使いましょう
- 浸け置き消毒をする前には、必ず洗剤で洗いましょう

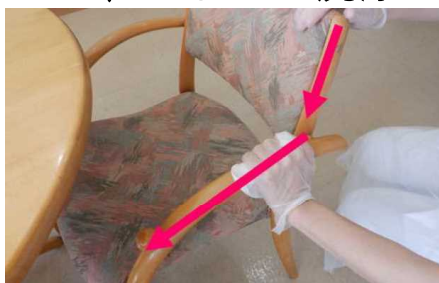
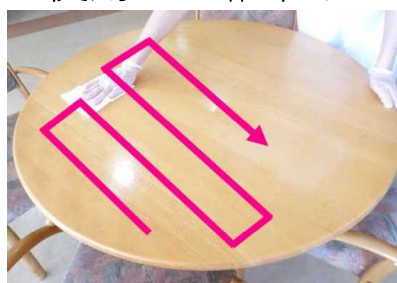
**利用者の物品を個人持ちにすれば、  
家庭レベルの対応で十分！  
安全かつ効率的**



## 清掃のコツ

**清掃の基本は水で湿らせたモップや布で埃や汚れをふき取る  
こと**

- 清掃順序
  - ✓高いところから低いところへ清掃しましょう
  - ✓奥から手前に清掃しましょう
- 拭きかたのコツ
  - ✓清拭は1方向にて、汚れをふき取るように行いましょう
  - ✓テーブルの裏側なども忘れずに行いましょう
  - ✓使用した雑巾やモップは、こまめに洗浄し、乾燥させましょう



## 2.感染対策

# 2) 感染経路別予防策

標準予防策に加え、  
感染症が判明(疑い) しい、感染症ごとに決まっている感染  
経路別予防策を追加する

「標準予防策 +  
感染経路別予防策」  
2段階の感染予防策

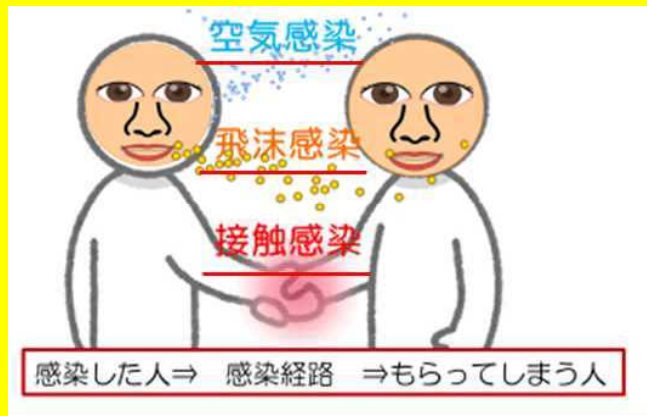
### 標準予防策

すべての人の、

- ①血液
  - ②体液、分泌物、排泄物（汗を除く）
  - ③粘膜
  - ④傷がある皮膚
- を感染の危険があるものとして  
取り扱う

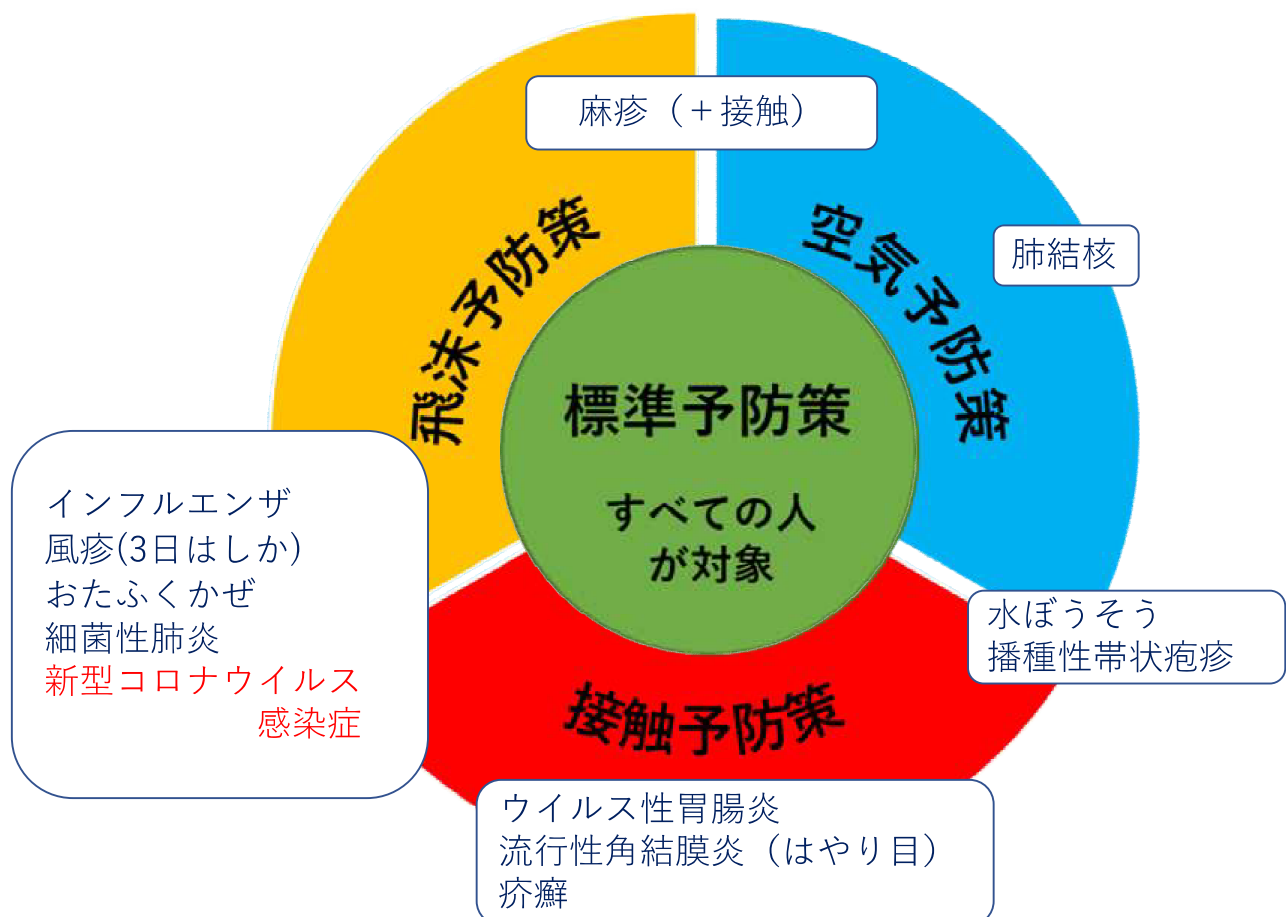
### 感染経路別予防策

感染症が判明(疑い) しい、  
適切な予防対策を追加すること







の3つがある

## 経路別代表的な疾患(病原体)



# 標準予防策に加えて実施する予防策

伝播経路	個人防護具の選択	他の予防策
<p><b>接触予防策</b></p> <p>ウイルス性胃腸炎 はやり目、疥癬 など</p>	<p>手袋</p>  <p>ガウン,エプロン (長袖、袖なし)</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>物品を個人管理する (1利用者のみが使用)</li> <li>個室あるいは集団隔離(同じ病原体で集める)</li> </ul>
<p><b>飛沫予防策</b> (+接触予防策)</p> <p>インフルエンザ、 おたふくかぜ、 新型コロナウイルス 感染症など</p>	<p>不織布マスク (サージカルマスク)</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>接触予防策にプラスして</li> <li>十分な換気(集団隔離ならベッド間隔をあける)</li> <li>利用者も人と接する場合は不織布マスク着用(可能なら)</li> </ul>
<p><b>空気感染</b></p> <p>肺結核 麻疹 水ぼうそうなど</p>	<p>N95マスク</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>個室(十分な換気)</li> <li>利用者も人と接する場合は不織布マスク着用(強くお願いしたい)</li> </ul>

## 2.感染対策

### 3) 職員の健康管理

- 出勤前には必ず健康チェック
  - ✓ 職場のルールを事前に確認 (体温の基準、報告すべき症状等)
- 体調不良時の出勤は自己判断をせず、報告・相談
  - ✓ 報告先、相談先を事前に確認
  - ✓ 体調不良時には無理をせずに休みましょう
  - ✓ 無理をしないことが、結果的に自分も周囲の人も守ります

#### • 職場復帰の目安

- ✓ 原則『症状がある間は休む』

#### 抵抗力の向上に努めましょう

- ①睡眠時間の確保
- ②バランスのとれた食生活
- ③ストレスを上手に発散

※参考 学校保健安全法 (出席停止の基準)

インフルエンザ；発症後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで  
 新型コロナウイルス感染症；発症後5日を経過し、かつ症状軽快後1日を経過するまで

# 職員間での感染対策

3つの **密** を避けましょう！



を習慣化しましょう

出典：厚生労働省 3つの密を避けましょう

## 2.感染対策

### 3) 利用者の健康管理

感染をゼロにすることは難しいが、感染をひろげないためには、体調不良者の**早期発見・早期対応**が何よりも大切



**体調不良者の早期発見・早期報告**が  
**早期対応**につながる！

# 入所利用者の健康管理

- 毎日の健康チェック

- ✓ 職場のルール通りに実施しましょう

- 実施するタイミング（朝1回？、朝夕2回？）
- 確認あるいは実施する内容（体温、どんな症状）
- 記録

長期入所者の場合、感染の原因が職員の持ち込みの可能性大！

- 体調不良時の対応

- ✓ 共有空間を利用してよいか**報告**し、確認
- ✓ **報告**（誰に報告する？）

- 元の生活に戻す基準

- ✓ 基準に該当しているか確認

## 入所利用者の予防策

**3密対策**が基本となる

**入所利用者には無理のない継続可能な対策を**

- マスク着用に関して

利用者間は家族同様と位置づけ日常生活の場面での着用は不要と決めていたら不要

- 利用者の座席など配置の工夫

- ✓ 入所したばかりの方や外泊後の方の座席配置

\* 感染の可能性を少しでも減らす対策を実施する

- 手指衛生

- ✓ 食事（間食）時、排泄後など要所での声掛け、介助
- ✓ 手洗いでできない方は、手指消毒やウェットティッシュでの汚染除去の介助

## 感染症の兆候となる症状と疑われる疾患例

感染症の兆候となる症状（観察ポイント例）		疑われる疾患例
熱	いつもより高くないか、低くないか	【発熱】 インフルエンザ、結核など
食欲	食欲や水分摂取の増減はどうか 吐き気や嘔吐はないか	
顔	目の充血・涙や目やにはないか 鼻水・鼻づまりはないか、 耳だれはないか、耳下腺がふくれていないか 唇が黒ずんだり乾いたりしていないか	【嘔吐・下痢等の消化器症状】 腸管出血性大腸菌、感染性胃腸炎、偽膜性腸炎など
のど	赤くなっていないか、咳・痰はないか	【咳・痰・のどの痛み等の呼吸器症状】 誤嚥性肺炎、肺炎球菌性肺炎、結核など
皮膚	痒み・発疹・むくみ・腫れはないか	【発疹等の皮膚症状】 疥癬、带状疱疹など
痛み	どこが・どんなとき・どの程度痛むのか	
尿・便	血液・粘液が混じっていないか 下痢・便秘はないか、排尿の回数	※薬剤の副作用の場合もあるので注意 <b>いつもと違う!?!を 報告しましょう</b>
全体	ぐったりしていないか、意識ははっきりしているか、呼びかけの反応はいつと変わらないか	

(注)高齢者は典型的な症状が現れにくいこともあるので、日頃の変化や反応に注意することが重要

介護現場における感染対策の手引き第2版  
(R3年3月厚生労働省老健局)より引用し一部追記

## 自分の施設内の感染状況を把握しておきましょう

### ○自分のフロア（ユニット）には、感染者はいますか？

- ・感染者、疑い者、他の利用者(症状がない人)の把握

### ○対応方法を知っていますか？

- ・職員の担当方法(感染者と非感染者を分けて担当しているか)
- ・各居室への出入り方法
- ・対応時に着用する個人防護具と着脱手順、保管場所
- ・使用した物品の処理方法(廃棄、消毒)
- ・ゴミ・リネンの処理方法

### ○施設では、どんな感染症が、どこのフロア（ユニット）に、何人程感染者がいますか？

- ・職員、利用者感染状況

### ○施設の感染状況は、どこで何を見て確認できるか知っていますか？

- ・日々変わる感染者状況や対応方法の把握

**報告・相談先**

# 研修内容

## 1.感染対策の基礎知識

- 1) 感染が成立する3つの要因
- 2) 感染経路

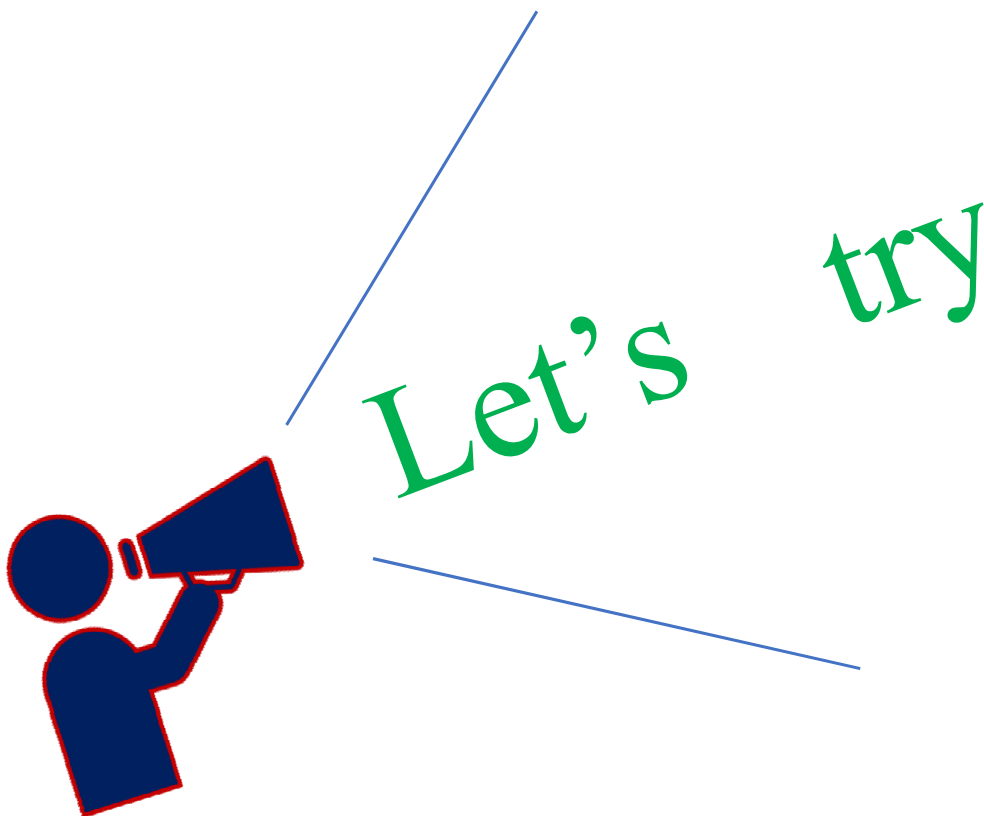
## 2.感染対策

- 1) 標準予防策
- 2) 感染経路別予防策
- 3) 職員/利用者の健康管理

## 3.演習

- 1) 手指消毒
- 2) 個人防護具の着脱

**手指消毒、個人防護具着脱演習**



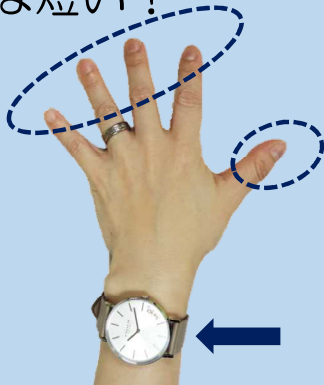


# 効果的な手指衛生をしよう！！

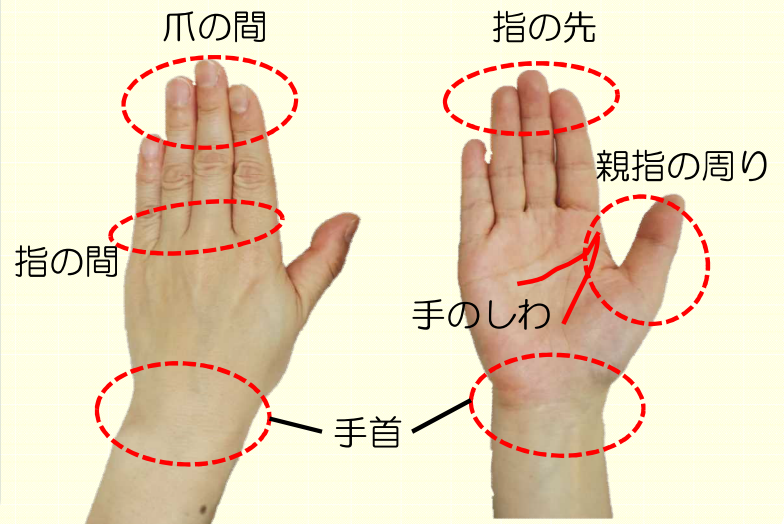
手指衛生その前に！

**まずチェック！**

- 時計は外した？
- 指輪はずらせる？
- つけ爪はしていない？
- 爪は短い？



汚れが残りやすいところ



普段使用している量を手にとって  
一緒に手指消毒を行いましょう！

# 手指消毒の方法



①手指消毒剤をとる



②手の平と手の平を擦り合わせる



③指先、指の背をもう片方の手の平で擦る（左右）



④手の甲をもう片方の手の平で擦る（左右）



⑤指を組んで両手の指の間を擦る



⑥親指をもう片方の手で包みねじり擦る（左右）  
親指の付け根も意識してねじり擦る（左右）



⑦左右の手首を包み込むように擦る（左右）

手指消毒剤は必要量を取り、  
乾くまで擦りこみましょう！！

リベンジ！！  
手首まで乾かない量を意識して  
グループに分かれて手指消毒を実践！！

# 手指消毒の方法



①手指消毒剤をとる



②手の平と手の平を擦り合わせる



③指先、指の背をもう片方の手の平で擦る（左右）



④手の甲をもう片方の手の平で擦る（左右）



⑤指を組んで両手の指の間を擦る



⑥親指をもう片方の手で包みねじり擦る（左右）  
親指の付け根も意識してねじり擦る（左右）



⑦左右の手首を包み込むように擦る（左右）

手指消毒剤は必要量を取り、  
乾くまで擦りこみましょう！！

## 個人防護具着脱演習に使用する物品



みなさんのお手元に  
ありますか？

袖なしビニールエプロン：1枚、手袋：1組、マスク1枚

# 個人防護具の着脱順序



装着前、脱いだ後に手指衛生を行います。  
「汚染したかも。」と思った場合はそのつど手指衛生を行いましょう。

まずは、個人防護具の正しい着脱を  
見てみましょう。

# 個人防護具を着る順番

すでにマスクを装着している場合は順序が入れ替わります



手指消毒



エプロン



不織布マスク



手袋



完成

## 着る順番

手指衛生

エプロン

マスク

アイシールド

手袋

## 着る順番



手指消毒をする



エプロンを首にかける



紐を後ろで結ぶ



体を覆うように広げる



ゴムを耳にかける



ノーズフィッターを頬と鼻にフィットさせる



顎まで覆う



手袋をつける



完成

# 個人防護具を脱ぐ順番



手袋



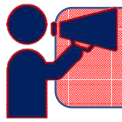
エプロン



不織布マスク



手指消毒



使用後の個人防護具の外側表面は汚染しているため、外側表面に素手で触れないようにしましょう。

## 脱ぐ順番

脱ぐ順番

手袋



エプロン

アイシールド

マスク

手指衛生

手袋：表面「汚染面」裏側「非汚染面」



手首部分をつかみ裏返すように外す



外した手袋をにぎる



反対側の手袋と手首の間に指を差し込む



裏返すように外す

エプロン：表面「汚染面」裏側、後ろ「非汚染面」



首の後ろ部分をちぎる



汚染面に触れないように前に下ろす



後ろ側から裾をすくい上げる



汚染面が内側になるように腰まで丸める



前に引っ張り腰ひもを引きちぎる

# 脱ぐ順番

マスク：表面「汚染面」裏側、ゴム「非汚染面」



ゴムの部分をつかみ表面に触れないように静かに外す



手指消毒をする

最後の手指消毒は必須！！  
手袋、エプロンを脱いだ際に汚れてしまったかな・・・  
と思った時には迷わず手指消毒を。



グループに分かれて個人防護具の着脱を  
実際に行ってみましょう！！

# 個人防護具の着脱順序



装着前、外した後に手指衛生を行います。  
「汚染したかも。」と思った場合はそのつど手指衛生を行いましょう。

## 長袖ガウンの着脱





## 長袖ガウンを着る



1) 長袖ガウンを広げ袖を通す



2) 首部分のヒモを結ぶ



3) 背中側全体を覆うようにガウンを合わせる



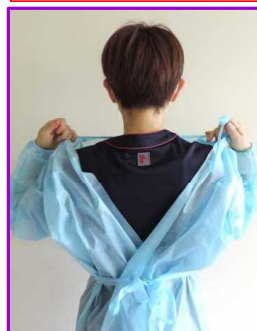
4) 腰ヒモを後ろで結ぶ



5) 完成

## 長袖ガウンを脱ぐ

長袖ガウン：前面「汚染面」背面、内側「非汚染面」



1) 首ヒモ部分を左右に引っ張りちぎる



2) 首ヒモをつかんだまま両腕を下ろす



3) ガウンを裏返すように片腕を抜く



4) 脱いだ方の手でガウンの内側を持ち反対側の腕も抜く



5) ガウンの内側の腰ヒモ部分を持ち前に引きヒモをちぎる



6) 体から離して汚染面が内側になるように適当な大きさにまとめて廃棄する



7) 手指消毒をする

## おわりに

### 今日のポイント

- ・まずは日頃行っている感染対策を見直しましょう
- ・『なぜ行うのか?』を理解し、ポイントを意識しましょう
- ・利用者だけでなく、職員の健康管理も続けましょう
- ・職員間の感染対策も忘れずに!
- ・今日学んだことを自分の職場で活かしましょう



感染症対策は、**日頃から**正しく実施されることが必要です。

日頃の積み重ねが、**利用者と自分自身の**

**安全・安心**につながります。



## 引用・参考資料

- ・ 社会福祉施設感染対策リーダー研修第1～3部～参考資料～（静岡県福祉指導課/静岡県病院協会）

[https://www.pref.shizuoka.jp/res/projects/default\\_project/page/001/023/511/sankoushiryou.pdf](https://www.pref.shizuoka.jp/res/projects/default_project/page/001/023/511/sankoushiryou.pdf)

- ・ 介護現場における感染対策の手引き第2版（R3年3月厚生労働省老健局）

<https://www.mhlw.go.jp/content/12300000/000814179.pdf>