

日々の感染対策 ～標準予防策について～

社会福祉法人 若竹大寿会
感染対策委員会

2021.07.30発行
2023.5.11改訂

目次

- 身体拘束と感染防止のための個室隔離の考え方 (P3~5)
- 標準予防策について (P6~8)
- 手指衛生 5つのタイミング (P9)
- 手指消毒の仕方 (P10)
- 石けんでの手洗い (P11)
- 手袋の外し方 (P12)
- エプロンの外し方 (P13)
- マスクの外し方 (P14)
- 環境消毒 (P15~17)
- 換気 (P18)
- 体調不良者の早期発見 (P19)
- 注意すべき症状 (P20~21)
- 食事介助の注意点 (P22)
- 参考文献 (P23)

身体拘束と、感染防止のための個室隔離の考え方

理事長 竹田一雄

- 若竹大寿会は、全施設、身体拘束の全面廃止を宣言しています
- 感染対策のためであっても、「個室隔離は、厚労省が原則禁止している身体拘束」です
- 重症化により命が失われる可能性を持つご利用者を守るため、法人として医療的な観点から優先度を議論し、「他に方法がない、一過的な取り扱いとして」、理事長責任で個室隔離の実施を認めています

厚生労働省の禁止している11の身体拘束

- ①徘徊しないように、車いすやいす、ベッドに体幹や四肢をひも等で縛る。
- ②転落しないように、ベッドに体幹や四肢をひも等で縛る。
- ③自分で降りられないように、ベッドを柵（サイドレール）で囲む。
- ④点滴・経管栄養等のチューブを抜かないように、四肢をひも等で縛る。
- ⑤点滴・経管栄養等のチューブを抜かないように、又は皮膚をかきむしらないように、手指の機能を制限するミトン型の手袋等をつける。
- ⑥車いすやいすからずり落ちたり、立ち上がったたりしないように、Y字型抑制帯や腰ベルト、車いすテーブルをつける。
- ⑦立ち上がる能力のある人の立ち上がりを妨げるようないすを使用する。
- ⑧脱衣やおむつはずしを制限するために、介護衣（つなぎ服）を着せる。
- ⑨他人への迷惑行為を防ぐために、ベッドなどに体幹や四肢をひも等で縛る。
- ⑩行動を落ち着かせるために、向精神薬を過剰に服用させる。
- ⑪自分の意思で開けることのできない居室等に隔離する。

出典：「身体拘束ゼロへの手引き」（平成13年3月：厚生労働省「身体拘束ゼロ作戦推進会議」発行）

身体拘束と感染防止のための個室隔離（続き）

- 運営にあっては、一人や少数の判断では許可しません。施設として協議し、施設長責任（許可）で実施してください。
- また、他の理由による居室隔離を認めたわけではなく、また他の身体拘束手段を認めたわけではありません。
「居室前のバリケードも身体拘束」ですし、その不安定さで事故が起きた時には、設置者に法的責任が問われます。
- 個室隔離の実施に当たって、必要な手続きや書類を絶対に漏らさないでください。家族への連絡も（許可では無い）。重点監査対象です。

標準予防策の徹底



標準予防策とは

「体液には感染源が含まれる!」と考えます。

＜標準予防策のポイント＞

- ・手指衛生の5つタイミングで手を清潔にする
- ・正しく个人防护具を使用する

1. <常時レベル>

- ① サージカルマスク
- ② 1行為 1手指衛生

※施設内各所へ「アルコール消毒」の設置

※5つの手指衛生(手洗い・手指消毒)の
タイミングを知っておこう!

【个人防护服一覧】

- ① 手指衛生
 - ・手指消毒
 - ・石けんでの手洗い



- ② サージカルマスク
- ③ 使い捨て手袋



- ④ ガウンor
ビニールエプロン
- ⑤ アイプロテクション
フェイスシールド
or
ゴーグル

2. <ケア別の対応>

汚物吐物等体液を扱うケア

例) 排泄介助・嘔吐処理 等

※トイレ誘導では不要

- ① サージカルマスク
- ② 手指衛生
- ③ 使い捨て手袋
- ④ 使い捨てガウンorビニールエプロン
(長袖or袖なし)

標準予防策の徹底

食事介助・口腔ケア・吸引

※食事介助時の③、④は利用者が嘔吐・食べ物を吐出す可能性がある場合に、使用する

- ①サージカルマスク
- ②手指衛生
- ③使い捨て手袋
- ④使い捨てガウンorビニールエプロン（長袖or袖なし）

入浴介助

- ①サージカルマスク

個人防護服
着用例



標準予防策の徹底

3. <発熱など感染疑いの方のケア>

原則、個別でケア（食事・排泄・清拭等）

※個別対応の期間については医務と相談していく

①サージカルマスク

②手指衛生

③使い捨て手袋

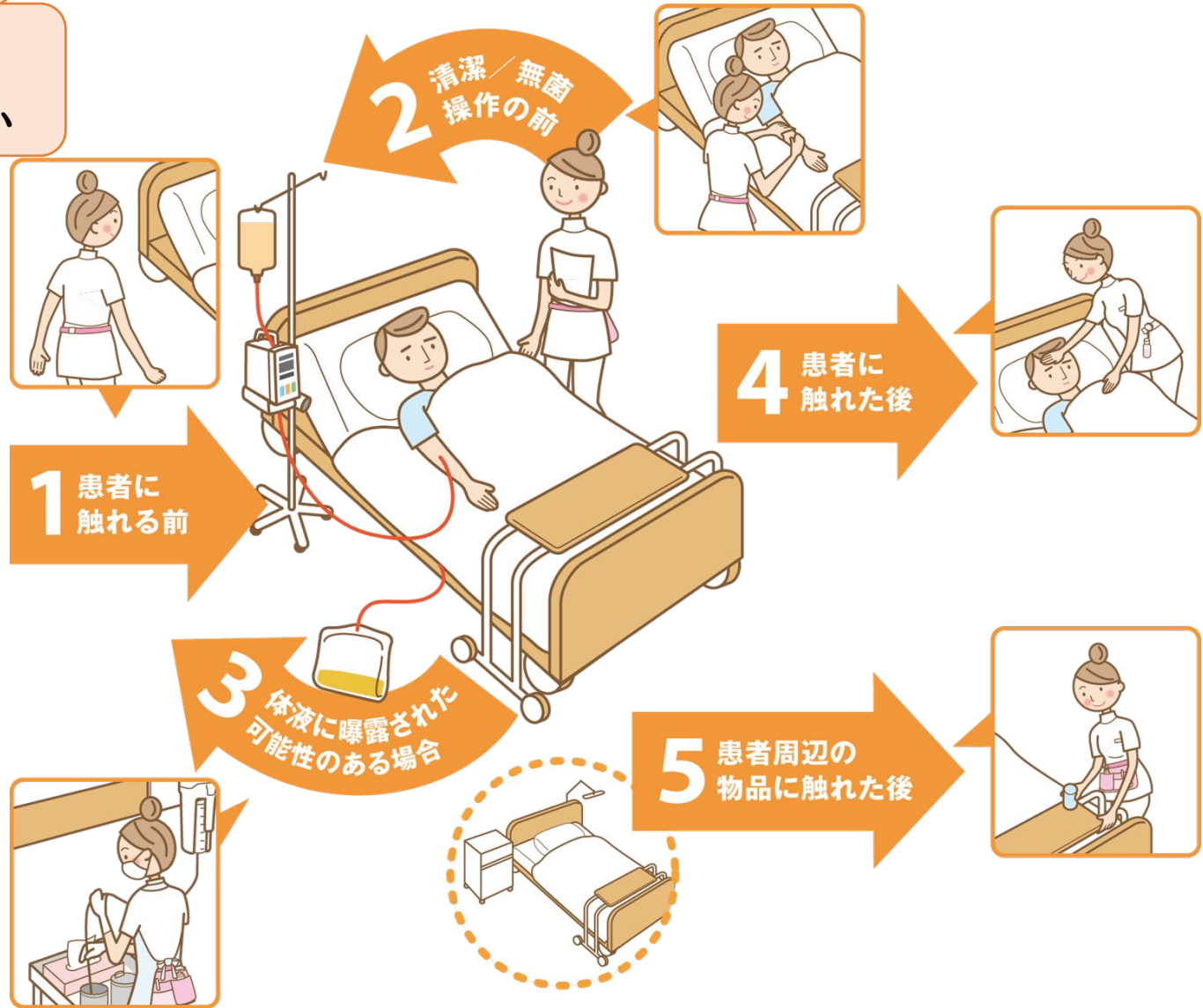
④使い捨てガウンorビニールエプロン（長袖or袖なし）

⑤アイプロテクション

*キャップは基本的に不要、髪に触れる可能性がある職員は着用。

手指衛生 5つのタイミング

【手指衛生とは】
手指消毒
石けんでの手洗い



WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care

"My five moments for hand hygiene"より改変

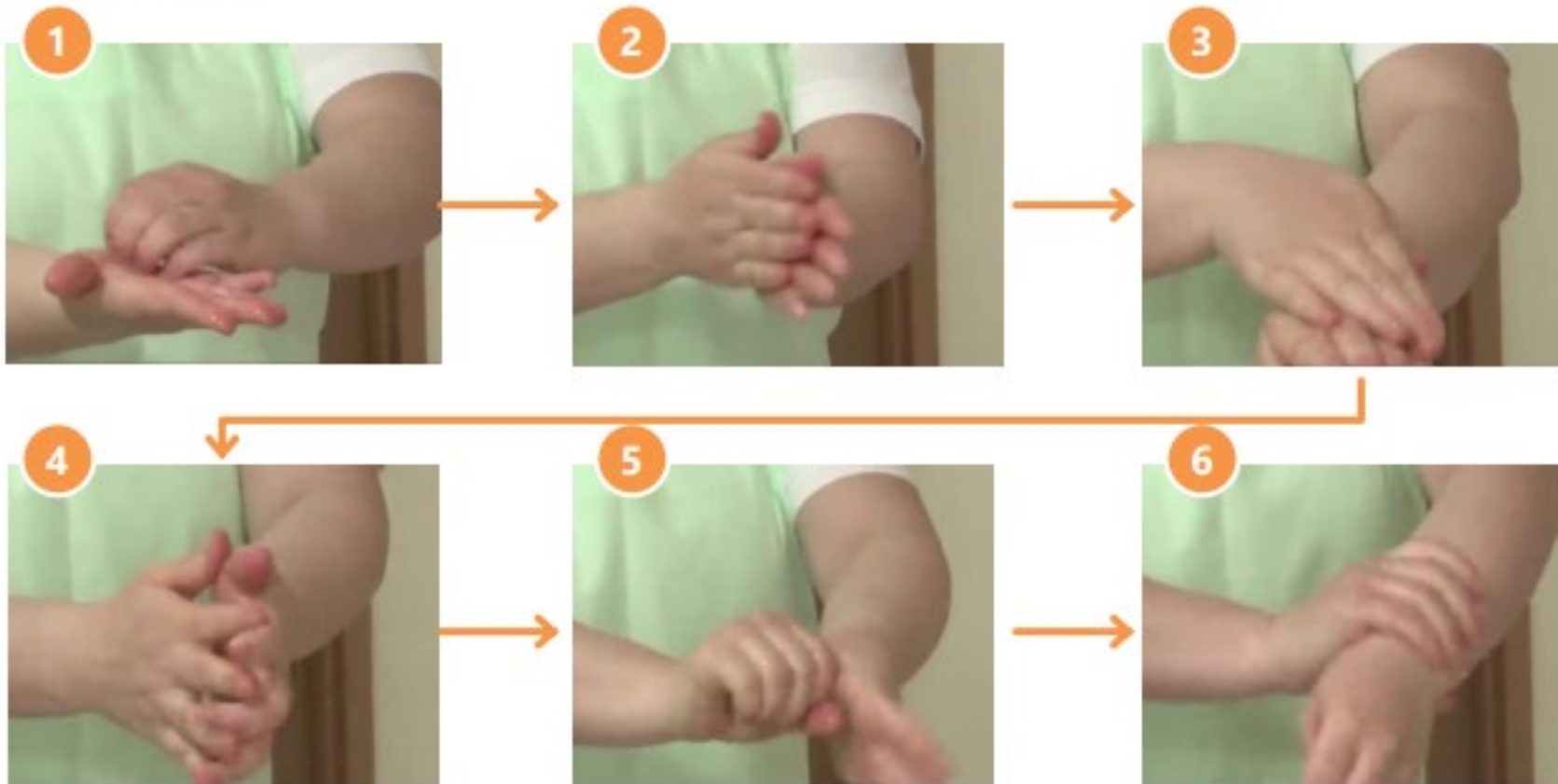
URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241597806>

© World Health Organization 2009. All rights reserved.

Illustrated by SARAYA CO.,LTD.(Last Updated: 1 Sep. 2022)

手指消毒の仕方

消毒用エタノールなどを約3ml手にとり、手洗いと同様に、爪、指の間、親指、手首を忘れずにしっかり擦り込みます。



ワンポイント

消毒用エタノールなどのワンプッシュは約2～3mlです。右図のように手の底に溜まる程度の量ですので、十分な消毒効果が発揮できる量を使いましょう。



石けんでの手洗い

液体石けんを約2-3ml手にとり、よく泡立てながら、爪、指の間、親指、手首をしっかりとみ洗いし、さらに流水で流します。水を止めるときは手首か肘で止めます。蛇口の形状によっては、ペーパータオルをかぶせて栓を締めます。手洗い後はマスクや自分の顔、髪をさわらないにしましょう。



手袋の外し方

- 1 作業中に脱げないよう適切な大きさの手袋を装着します



- 2 使用後は、手袋の外側を引っ張り上げ、片方の手袋を脱ぎます



- 3 そのまま、手や腕に触れないように脱ぎます



- 4 脱いだ手袋は、もう片方の手で握ります



- 5 手袋を脱いだ手で、もう片方の手袋の内側を持ち上げます。外側の汚れた部分に触れないよう注意します



- 6 汚れた側が内側になるように、手袋を脱ぎます



エプロンの外し方

フェイスシールド、エプロンも、手袋同様、外側に触れないように注意深くはずします。

使い捨てエプロン

外側の面が内側になるようにしてたたんで捨てます。



マスクの外し方

- 1 鼻と口を覆うように着用しましょう



- 2 マスクにはウイルス等がついている可能性があるため、紐をもってそっと外しましょう



- 3 マスクの外側を下にして清潔なティッシュ等の上に置いて保管します



- 4 次に使用するときも、紐を持って、マスクの外側や内側に触れないようにしましょう



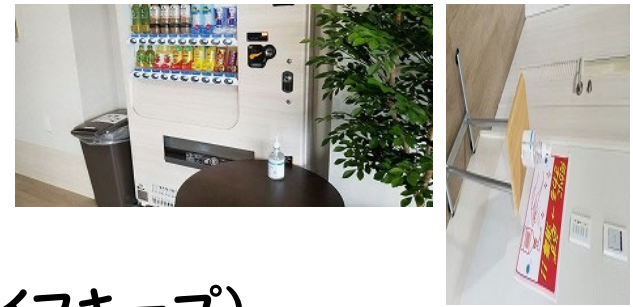
- 5 使った布マスクは一日一回洗いましょう



- 6 水を飲む場合も、マスクのゴムをもって、マスクの外側や内側に触れないようにしましょう



消毒



●環境クロス

※推奨商品（サラヤ環境清拭クロス、医療施設用セイフキープ）

●アルコール

※濃度70%以上、入手困難な場合には60%以上でも可

●次亜塩素酸ナトリウム

※感染性胃腸炎、食中毒の予防・発生時には切り替えて使用
※ただし、状況に応じて以下のように使い分けること



用途	濃度
便や嘔吐物が付着した床、衣類、トイレなどの消毒	0.1%
テーブル、ドアノブ、手すり、エレベーターのボタン、水道の蛇口などの消毒	0.05% (通常は0.02%としているが、若竹大寿会は0.05%を推奨)

NO!!

アルコール噴霧は効果が無い

次亜塩素酸水（セラ水等）で拭く（効果が不安定）のはNG

消毒

【拭き方の注意点】

↓方向で拭き取り

※Wに拭かない



【アルコール消毒の使用期限について】

使用方法	期限について
他容器に移し替えない場合	開封・未開封に関わらず、商品の使用期限に準ずる ※記載がない場合には「指定医薬部外品」は製造後3年
他容器に移し替える場合	直射日光の当たらない場所に室温で保管し、2～3か月 ※移し替える容器は6か月に1回洗って乾燥させる

～使用期限に気づくひと工夫～



アルコールを保管している容器、スプレーなどにシールなどで作成日を記載し、目で見えてわかるようにしておく

■ ■ (消毒液の種類)

● 月 ● 日 破棄

消毒（次亜塩素酸ナトリウムの作り方）

ペットボトルを利用した次亜塩素酸ナトリウムの希釈方法（原液濃度が5～6%の場合）



ペットボトルキャップ
（キャップ1杯約5ml）



ペットボトル（500ml）

ペットボトルを
使用する際は、
誤飲に気を付け
ましょう

- キャップ2杯の消毒液
- キャップ1杯の消毒液

+ 500mLの水



0.1%希釈液
0.05%希釈液

【消毒薬使用の際の注意事項】

- 消毒薬が目に入った場合は、水で15分以上洗い流し、医師の診断を受けましょう。
- 使用は必要最小限にしましょう。
- 他の消毒液や洗剤と混ぜないで下さい。

原液5～6%の次亜塩素酸ナトリウムとは？
ハイター、ブリーチ、ピューラックス®などが該当する



換気

場所	換気方法
全ての場所に共通	機械換気は常時稼働 ※常時窓開け換気は不要
共有スペース (人が多く集まる場所) 例) 食堂、レクリエーションの場	機械換気 + 食事やレクリエーションの時間に窓を開ける *機械換気が不十分の場合 サーキュレーターを窓の外に向けて設置する
個室	機械換気を実施 ケアの際には、窓を開ける
入浴(脱衣室含)	機械換気を実施 ※機械換気が不十分な場合には窓開け換気を検討する
送迎	送迎の車はエアコンを外気導入にする または 細く窓を開ける 下車後などに窓をあけて換気

【室温、湿度に関する注意点】

・冬季(10月~3月)

室温:18度以上 湿度:40%以上

・冬季以外(4月~9月)

室温:28度以下 湿度:40~70% (加湿器の使用は基準を満たせば、使用不要)

体調不良者の早期発見

各事業所に応じた仕組みを作るたとえば・・

- 相互に声掛けを行い、体調をチェックし合う環境作り
- 職員の体調不良時に申し出しやすいしくみ、すぐに休める体制整備
- 在宅業務や非接触業務の活用

注意すべき症状～ご利用者様～



注意すべき症状



感染症の可能性を考慮して感染対策
(マスク/手袋/エプロン/手洗等)

場面別の注意点

訪室時

本人もしくは家族への健康状態の確認

入所時

健康診断結果表、既往歴等も確認

面会時

活動中

反応や表情の日常との違い、身体の様子の確認

随時

健康診断結果、受診結果等の確認

ケア時

入所後

栄養状態／食事摂取状況の確認
定期的な体温脈拍血圧等の測定

注意すべき症状～職員向け～



((!))

症状があるときには

すぐに
管理者等へ
相談

速やかな
医療機関
受診

休暇の取得



無理をしないことが利用者への感染拡大を防止します
管理者による相談体制、環境整備も重要です
あなた自身の健康を守ることに繋がります

場面別の注意点

入職時

感染症（麻しん、風しん、B型肝炎等）にかかったことがあるか、
予防接種の状況、抗体価等について確認を推奨

定期的

健康診断の受診

日常

普段からの健康状態の確認
咳エチケットの徹底（咳・くしゃみ時は口や鼻をマスク・ティッ
シュ・ハンカチ・袖等でおさえる）
感染症の流行状況に応じてマスクの着用
家族等感染時の管理者等への相談/体温測定/必要に応
じた一時的な配置換え等調整

随時

ワクチンによる予防を推奨

食事介助の注意点

～複数名の利用者への食事介助手順～

装着



サージカルマスク

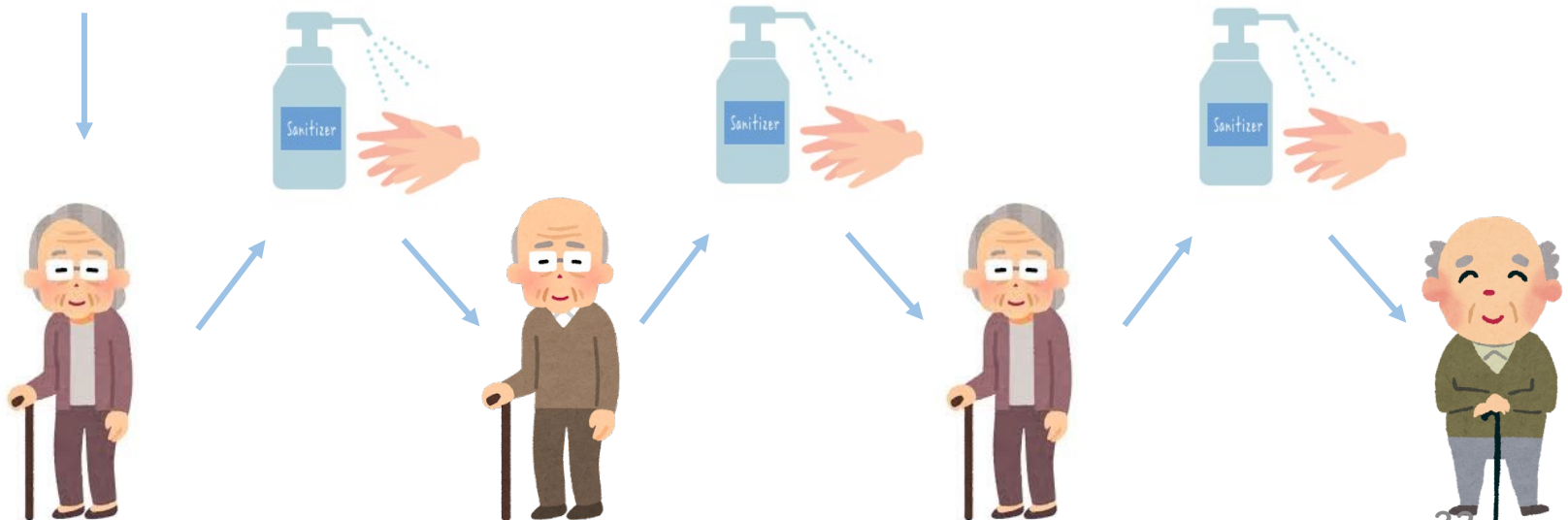


使い捨て手袋

※冬や感染症が流行している時期に着用

【ポイント!】

- 1名介助毎に手指衛生を実施
- マスクやフェイスシールドの変更不要
- 手袋の着脱は不要
- 前頁の配席は必ず守ること



参考文献

- 厚生労働省老健局「介護現場における(施設系 通所系 訪問系サービスなど)感染対策の手引き」令和3年3月
- 横浜市健康福祉局「新型コロナウイルス感染症の予防方法・消毒方法」令和2年4月24日
- 厚生労働省「～商業施設等の管理権限者の皆様へ～「換気の悪い密閉空間」を改善するための換気の方法」令和2年4月3日
- 厚生労働省「～換気機能のない冷暖房設備を使っている商業施設等の皆様へ～熱中症に留意した「換気の悪い密閉空間」を改善するための換気の方法」令和2年6月24日
- 厚生労働省「～商業施設等の管理権限者の皆様へ～冬場における「換気の悪い密閉空間」を改善するための換気の方法」令和2年11月27日
- 庄司 眞「季節とインフルエンザの流行」J.Natl.Inst.Public.Health,48(4)1999 P282~P290
- 厚生労働省「高齢者介護施設における感染症マニュアル改定版」2019年3月
- Medical SARAYA 最終閲覧日:2021年7月1日
<https://med.saraya.com/products/kankyoeisei/44156.html>
- 花王プロフェッショナルサービス 最終閲覧日:2021年7月1日
<https://pro.kao.com/jp/medical-hygiene/topics/ncorona/>
- 神奈川県新型コロナウイルス感染対策指針(医療・福祉編)
https://www.pref.kanagawa.jp/documents/89572/20220708_guidelines.pdf
- 高齢者施設等における感染対策等について(令和5年4月18日)
<https://www.mhlw.go.jp/content/001088469.pdf>