

# 感染症対策と衛生管理（新規採用時研修）

👤 対象：新規採用職員（全職種）    ⌚ 所要時間目安：15分～20分

## 📄 スライド1：表紙（導入） 目安：1分

### • 挨拶

皆さん、入職おめでとうございます。

これから私たちのチームの一員として働いていただくにあたり、最初に最も重要な研修を行います。「感染症対策と衛生管理」です。

### • 導入の問いかけ

「感染対策」と聞いて、何を思い浮かべますか？

手洗い、マスク、消毒...いろいろあると思います。

なぜ、私たちがこれほど感染対策にうるさいのか。それは、ここが集団生活の場であり、**「一人の油断が、全員の命に関わるから」**です。

### • 本日のゴール

本日の研修には、明確なゴールがあります。

ウイルスがどこから来るかを知り、正しい防具（マスクや手袋）を選べるようになること。

「標準予防策」という、プロの基本ルールを徹底すること。

もし嘔吐物を見つけても、慌てず「正しい初動」が取れるようになること。

知識は武器です。自分と利用者さんを守るために、しっかり学んでいきましょう。

## 🖥️ スライド2：感染経路（敵を知る）目安：2分

### ●スライド説明

まずは敵を知ることから始めます。ウイルスや細菌の侵入ルートは主に3つです。

#### 1. 接触感染（せつしょく）

これが施設内で最も多いパターンです。ノロウイルスやO-157など。

ウイルスがついた手でドアノブを触り、次の人がそれを触って口に運ぶ。

だからこそ、対策は「手洗い」と、汚染された場所に触れる時の「手袋・ガウン」です。

#### 2. 飛沫感染（ひまつ）

咳やくしゃみで飛び散るしぶき（飛沫）です。インフルエンザやコロナが代表です。

飛ぶ距離はだいたい1～2メートル。

対策は「サージカルマスク」と「距離（ディスタンス）」、そして「換気」です。

#### 3. 空気感染（くうき）

結核や麻疹（はしか）など、空気中を長時間漂うタイプです。

これは普通のマスクでは防げません。「N95マスク」という特殊なマスクが必要です。

新人さんは、もし「結核の疑い」などの話が出たら、絶対に不用意に近づかず、上長の指示に従ってください。

### ●まとめ

皆さんはまず、日常的な「接触」と「飛沫」を完璧に防げるようになってください。

## スライド3：標準予防策（プロの鉄則）目安：3分

### ● スライド説明

今日、一番覚えて帰ってほしい言葉がこれです。「標準予防策（スタンダード・プリコーション）」。

これは、「感染症と診断されているかどうかに関わらず、湿ったものはすべて感染源として扱う」という世界共通のルールです。

### ● 左側のカード：感染源

具体的には、

血液

体液（唾液、鼻水、痰など）

排泄物（便、尿、嘔吐物）

傷のある皮膚

これらは全て「汚染されている」とみなします。

「あの利用者さんは肌がきれいだから素手でいいや」「自分は健康だから大丈夫」という主観は捨ててください。例外は「汗（あせ）」だけです。汗以外で湿っているものに触れるときは、必ず手袋をしてください。

### ● 右側のカード：手洗い

そして、基本中の基本である「手洗い」。

ウイルスは「手」に乗って移動します。

ケアの前後、手袋を外した後には必ず洗います。

**「30秒以上」**かけていますか？ 水で濡らすだけでは意味がありません。

特にスライドにある「指先・爪」「親指の付け根」「手首」。ここは洗い残しのワースト3です。意識して洗ってください。

## 📺 スライド4：消毒液の作り方（現場の実務）目安：2分

### ● スライド説明

次に、具体的な「消毒液」の話です。

現場ではよく「ハイターで消毒して！」と言われますが、ノロウイルスにはアルコールが効きにくいので、「次亜塩素酸ナトリウム（ハイター等）」を使います。

濃度は2種類を使い分けます。

#### ① 0.1%（濃いめ）

これは「嘔吐物や便の処理」に使います。

作り方は、500mlのペットボトル水に、キャップ約2杯分（10ml）の原液を入れます。ウイルスを殺すための強力な濃度です。

#### ② 0.02%（薄め）

これは毎日の「環境整備（ドアノブや手すりの拭き掃除）」に使います。

500mlの水に、キャップ半分弱（2ml）です。

### ● 補足

作り置きはできません。時間が経つと効果がなくなるので、その都度作るか、その日のうちに使い切るのが原則です。

新人さんも「消毒液作って」と頼まれることがあるので、この「キャップ2杯」と「半分」の違いはメモしておいてください。

## スライド5：嘔吐物処理（初動対応）目安：3分

### ● スライド説明

もし、目の前で利用者さんが嘔吐したら、どうしますか？

ここでの対応を間違えると、施設全体がクラスター（集団感染）になります。

### ● NG行動

絶対にやってはいけないこと。

慌てて近づくこと。踏んで靴底につけて広げてしまいます。

掃除機で吸うこと。排気でウイルスを部屋中に撒き散らします。

乾燥させること。乾くとウイルスが空中に舞い上がります。

### ● 正しいステップ

新人さんに求められるのは、完璧な処理ではありません。**「正しい初動」**です。

応援を呼ぶ（報告）：「嘔吐がありました！」と大声で知らせてください。一人で処理しようとしてははいけません。

窓を開ける（換気）：ウイルスを外に逃がします。風下には立たないでください。

遠ざける（避難）：他の利用者さんが踏んだり吸い込んだりしないよう、2メートル以上離れた場所へ誘導してください。

ここまでできれば100点です。実際の拭き取り処理は、防護具を完璧に着けた先輩と一緒にいきます。

## スライド6：PPE脱衣（最大の危険）目安：3分

### ● スライド説明

防護具（PPE）は、着るときよりも「脱ぐとき」が一番危険です。

なぜなら、ケアが終わった後の手袋やガウンの表面は、ウイルスで真っ黒に汚れている状態だからです。

### ● 脱ぐ順序

原則は「汚れているものから先に脱ぐ」です。

手袋：一番汚れています。表面に触れないよう、裏返ししながら脱ぎます。

ガウン：首、腰の順で紐を解き、内側を持って丸め込みます。

ゴーグル・マスク：表面（フィルター部分）は絶対に触らず、つるや紐を持って外します。

手洗い：最後に必ず手指消毒をします。

### ● ポイント

スライド下部の図を見てください。

「外側は汚染エリア」「内側は清潔エリア」です。

清潔な内側に手を入れて、くるっと裏返す。この感覚を身につけてください。

## スライド7：健康管理（休む勇氣）目安：2分

### ● スライド説明

最後に、皆さん自身の健康管理についてです。

入職したばかりだと、「少しくらい熱があっても、休むと迷惑がかかる」と思って無理をしてしまう人がいます。

はっきり言います。無理して出勤されることが、私たちにとって最大のリスクであり迷惑です。

もし感染症だった場合、あなたがウイルスを持ち込む運び屋になってしまいます。

### ● 判断基準

37.5度以上の発熱

嘔吐・下痢（ノロの疑い）

インフルエンザ等の陽性診断

これらは「**出勤停止**」です。直ちに職場へ連絡してください。

### ● 迷ったら

「熱はないけどダルい」「喉が痛い」という場合も、自己判断せず、出勤前に必ず電話で相談してください。

「休む勇氣」を持つことも、プロとしての重要な仕事です。

## スライド8：まとめ（4つの約束）目安：2分

### ● スライド説明

本日の研修のまとめです。現場に出る前に、この4つを約束してください。

「**自分も保菌者かもしれない**」という意識で、全員に対して手洗い・手袋を行う。

（標準予防策）

嘔吐物を見つけたら、近づかずに「**報告・換気・避難**」を優先する。

防護具を脱ぐときは、ウイルスのついた表面に絶対に触れない。

体調不良を隠さず、無理せず報告して休む。

### ● 締め言葉

感染対策は、地味で面倒な作業の繰り返しです。

しかし、その手洗い一つ、手袋一枚が、利用者さんの命を救います。

そして、あなた自身と、あなたの大切な家族を守ることに繋がります。

正しい知識と技術を持って、安全なケアを実践していきましょう。

以上で、感染症対策研修を終わります。お疲れ様でした。