

# 感染症対策と衛生管理 【新規採用時研修】

～現場に出る前に必ず知っておくべき「鉄則」～

作成者：6人家族パパの人生設計室

## 🚩 本日の研修ゴール

- ✓ 感染経路に応じた「正しい防護具」を選べるようになる
- ✓ 「標準予防策（スタンダード・プリコーション）」を理解する
- ✓ 嘔吐物発見時の「初動（報告・換気）」ができるようになる

# ウイルスはどこから？ 3つの感染経路と対策

感染経路	主な病気	【重要】現場での防護ルール
 <b>接触感染</b> 触れることで感染	<ul style="list-style-type: none"><li>・ ノロウイルス</li><li>・ O-157</li><li>・ 疥癬（かいせん）</li></ul>	<b>手袋 + ガウン（エプロン）</b> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ ケア前後の手洗い徹底</li><li>✓ 手すり・ドアノブの消毒</li></ul>
 <b>飛沫感染</b> 咳・くしゃみ(1-2m)	<ul style="list-style-type: none"><li>・ インフルエンザ</li><li>・ 新型コロナ</li><li>・ 風邪症候群</li></ul>	<b>サージカルマスク + ゴーグル</b> <ul style="list-style-type: none"><li>↔ 距離を保つ（ソーシャルディスタンス）</li><li>⇒ 定期的な換気</li></ul>
 <b>空気感染</b> 空気を漂う	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 結核</li><li>・ 麻疹（はしか）</li><li>・ 水痘</li></ul>	<b>N95マスク（特殊対応）</b> <ul style="list-style-type: none"><li>⚠ 疑いがある時点で上長へ即報告</li><li>🏠 個室隔離・近づかない</li></ul>

💡 新人さんはまず「接触（手洗い）」と「飛沫（マスク）」の対策を完璧にしましょう！

# 今日から徹底！標準予防策（スタンダード・プリコーション）

## 🦠 これらは全て「汚染」とみなす

「見た目がきれいだから」「あの人だから」は通用しません。

以下に触れる時は**必ず手袋**を着用します。



血液



体液（唾液・鼻水・痰）



排泄物（便・尿）



傷のある皮膚・粘膜



例外：汗（あせ）

※これだけは感染源に含まれません

## 🦷 手洗い（30秒）の徹底

ウイルスは「手」から入ります。  
ケアの区切りごとに必ず洗いましょう。

⚠️ 洗い残しワースト3（意識して洗おう）



1. 指先・爪



2. 親指の付け根



3. 手首

※手袋を外した後も、手は汚れています。  
必ず手洗いか消毒を行ってください！

# 【現場実務】消毒液（次亜塩素酸Na）の作り方

ノロウイルスにアルコールは効きません。「ハイターで作って」と言われたらこの配合です。

## ① 嘔吐物・便の処理用 0.1% (1000ppm)



- ・ 嘔吐物に直接かける
- ・ 汚れた床を拭く
- ・ トイレの便座消毒

## ② 環境整備・掃除用 0.02% (200ppm)



- ・ ドアノブ、手すりの消毒
- ・ おもちゃ、床の清掃
- ・ 日常的な環境整備

※ペットボトル(500ml)と市販ハイター(濃度5~6%)で作る場合の目安です。

# 嘔吐物を見つけた時の対応（新人向けアクション）

1



## 応援を呼ぶ 「報告」

「嘔吐がありました！」と  
大きな声で知らせる。

2



## 窓を開ける 「換気」

ウイルスを外に出す。  
風下には立たない。

3



## 遠ざける 「避難誘導」

他の利用者を  
2m以上離れた場所へ。



絶対にやってはい  
けないNG行動

✕ 掃除機で吸う（ウイルス拡散！）

✕ 乾燥するまで放置する

✕ 慌てて近づく・踏む

✕ 水拭きだけで済ませる

# 【重要】防護具（PPE）は「脱ぐとき」が一番危険

表面はウイルスまみれです。「内側（清潔面）を持って裏返す」のが基本です。



① 手袋

汚染最強！



② ガウン

首→腰の順



③ ゴーグル

つるを持つ



④ マスク

ヒモを持つ



⑤ 手洗い

仕上げ消毒



外側は「汚染エリア」  
絶対に素手で触らない！



内側は「清潔エリア」  
内側に手を入れて脱ぐ！

# 新人職員の健康管理：「休む勇氣」が出勤より大事

## ⊖ 直ちに出勤停止・連絡

 37.5℃以上の発熱

 嘔吐・下痢（ノロ疑い）

 感染症の陽性診断



**迷ったら「自己判断しない」**

「ただの風邪かも」「熱はないけどダルい」  
→ **出勤前に必ず電話相談！**

 連絡先メモ（スマホに登録！）

**00-0000-0000**

担当：〇〇管理者 まで

## 研修まとめ：現場に出るための「4つの約束」



全員が感染源のつもりで  
「手洗い・手袋」を行う。



嘔吐物を見つけたら  
「報告・換気・避難」！



防護具を脱ぐときに  
表面に触れない。



体調不良を隠して  
無理に出勤しない。

**正しい知識が、あなたと利用者の命を守ります。**

---