

感染症対策研修

第1部
災害時における感染対策
～いのちを守るそなえのきほん～

特定非営利活動法人
Hand Over Japan
佐藤 純

1

災害時における感染対策 第1部

研修メニュー

01. 感染症対策の基本と実践
02. 災害時における感染症発生の要因と対策
03. 備えておきたい！災害時に役立つ感染症対策グッズ

2

01.感染症対策の基本と実践

3

01.感染症対策の基本と実践

感染症

感染症とは私たちの周りにいる病原体が体の中に入り、増殖して様々な症状を引き起こす病気のことです。病原体の種類や宿主であるヒトの免疫力等によって、感染経路や潜伏期間、症状が異なります。

感染の3つの要素

01

感染源

病原体は目に見えないため
常に注意が必要

感染源である病原体をなくす

02

感染経路

空気・飛まつ・接触等で拡がる

感染経路を遮断する

03

宿主

高齢者等抵抗力が低い人は
かかりやすい

人の免疫力を上げる
(予防接種等)

3つの要素のうちどれかがかければ感染しない

4

01.感染症対策の基本と実践

標準予防策

標準予防策とは、「感染症の有無に関わらず、汗を除くすべての体液（血液・唾液・分泌物（痰等）・おう吐物・排泄物（尿・便）・創傷皮膚・粘膜等）は感染源となるため、いつも感染する危険性があるものとして取り扱う」という考え方で、感染対策の基本。

これができるば！

- ・職員から利用者への感染を防ぐことができる
- ・利用者から介護する職員への感染を防ぐことができる
- ・利用者の病原体が、職員を介して、別の利用者へ拡がることを防ぐことができる

5

01.感染症対策の基本と実践

日々の健康管理（利用者）

高齢者や基礎疾患のある方は感染症に対する抵抗力が弱いため、高齢者施設や障害者施設は感染が拡がりやすい傾向があります。感染者の**早期発見**（感染した人の異常に少しでも早く気づくこと）・**早期対応**（適切かつ迅速な対応）が感染者だけでなく、施設内で感染拡大を防止するために非常に重要です。

01 観察

利用者一人ひとりの日々の健康状態を
日常ケアの中でしっかりと観察する

02 相談

利用者の様子で何か気になることがあ
れば、看護師や医師に早めに相談する

03 共有

利用者ごとに健康状態を記録し、
職員間で共有する

6

01.感染症対策の基本と実践

スタッフの感染管理ポイント

利用者が外出する機会が少ない施設では、外部からの病原体の持ち込みに、特に注意が必要です。

体温等の体調管理

- ・毎日、出勤前に検温し、発熱や咳等体調不良時は管理者へすぐに報告する
- ・無理に出勤しない
- ・同居する人に感染症状がある場合は、管理者へ報告し対応を相談する

手指衛生

出退勤時、利用者ごと、ケアごと、个人防护具の着脱前後等は必ず手洗いまたは手指消毒をする

マスクの着用

- ・マスクは正しく着用する
- ・出勤時に使用したマスクは、勤務前に取り換える
- ・勤務中に使用したマスクは、退勤時に取り換える

休憩時や施設内の会議等

- ・休憩室や会議室等、狭い空間では十分に換気する
- ・共用のロッカーやテーブル、パソコン等は時間を決めて清掃する

7

01.感染症対策の基本と実践

感染対策の実践



8

01.感染症対策の基本と実践

手洗いの手順



1



流水で手を濡らす。

2



石鹸を手に取り泡立て全体へ広げる

3



指先を立てて、手のひらで擦って洗う

4



手を合わせて指の間を洗う

5



親指と手のひらを合わせて指の間を洗う

6



手首を洗う

7



流水で十分に流す

9

01.感染症対策の基本と実践

手指消毒の適正使用



- ・ アルコール消毒液は濡れた手ではなく必ず乾いた手に使います。
- ・ アルコール消毒液は、手全体に行きわたる量を使用しましょう。
ポンプは下までしっかり押し切ります。しっかり押し切った量が、適正量の2～3mlです。
- ・ 職場で使用している製品の正しい使い方（量や擦り込み時間）も確認しましょう。

01

身近に置く

使いたい時、使わなくてはならない状況を想定して、置く場所を検討

02

適切に管理

使用期限を確認し使用開始日の記載を忘れずに行う
継ぎ足しはせずに使い切る

03

手指消毒用を使用

「医薬品」または「医薬部外品」と表記された濃度70%以上95%以下のエタノールを使用する

10

01.感染症対策の基本と実践

介護現場に必要な 手指衛生のタイミング



出勤時
入室時



利用者さんに
触れる時
触れた後



退勤時
退室時



清潔な物に
触る時



排泄物の処理
掃除などの後

11

01.感染症対策の基本と実践

手指消毒の手順



1



消毒液を手に出す

2



手のひらにある消毒液
に指先を付ける

3



手のひらに擦り込む

4



手を合わせて指の間に
擦り込む

5



親指と手のひらを合
わせて指の間に擦り込む

6



手首に擦り込む

7



全体が乾くまで
擦り込む

12

01.感染症対策の基本と実践



サージカルマスク

くしゃみや咳、会話の際のしぶきによって、口や鼻の中にいる病原体が他の人へ感染する事を防ぐため、咳エチケットとして使います。また、利用者のしぶきや血液、体液等の感染性物質に接触する際、介護者を守るために着用します。

マスク使用時のポイント



13

01.感染症対策の基本と実践



手袋を使用する3つの場面

- 01** 血液や体液・粘膜・傷のある皮膚やその他潜在的な感染性物質（鼻水・痰・唾液等）に直接触れることが予想されるとき（おむつ交換・口腔ケア・トイレ掃除など）
- 02** 接触感染で広がる病原体の保菌者また発症者に直接接触するとき（感染者対応）
- 03** 汚染している、または汚染しているかもしれない利用者のケアを行ったり、その環境に接触するとき（吐物の処理・汚染されたリネン交換や居室清掃など）

14

01.感染症対策の基本と実践

■ 手袋を脱ぐ手順



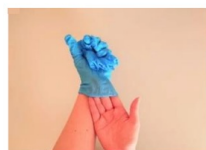
① 手首部分の外側をつまむ



② 手袋を裏返すように脱ぐ



③ 脱いだ手袋は反対側の手に握る



④ 手袋表面に触れないよう、手首の内側から指を差し込む



⑤ 外した手袋を包み込むように、手袋を裏返し脱ぐ



⑥ 所定の場所に廃棄する



⑦ 手指消毒する



引用：「高齢者施設・障害者施設向け感染症対策ガイドブック」東京都保健医療局

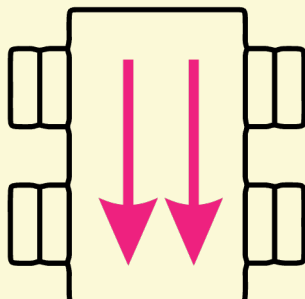
15

01.感染症対策の基本と実践

室内環境の感染対策

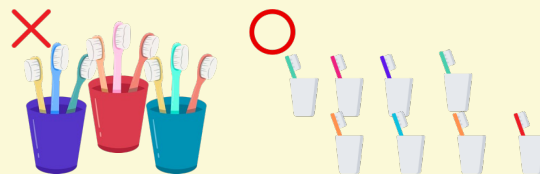
テーブルの拭き方

食事前後は必ずテーブルを拭きましょう
汚れが逆戻りしないよう拭き方は一方向にします。



歯ブラシの管理

使用している歯ブラシは、口腔内の細菌やウイルスで汚染されています。歯ブラシの毛先が触れ合うことで、細菌やウイルスが付着する場合もあり、歯ブラシを介して感染が拡大する恐れがあります。適切に管理しましょう。



まとめて管理はせずに個別に管理する



16

01.感染症対策の基本と実践

室内環境の感染対策



トイレでの排泄介助

- ・トイレ使用時に介助が必要な場合は、手袋を着用し、手袋は利用者ごとに交換しましょう。
- ・共有トイレ内に未使用のおむつを置かないようにしましょう。
- ・床に物を置かないように工夫しましょう。

ゴミ捨て

- ・ゴミ箱には素手で触れない
- ・ごみに触れた時は手指衛生
- ・ゴミ袋を扱う時には手袋着用
- ・ウイルスの飛散を防ぐために空気は抜かず 8 割で交換

よく手が触れる部分の清掃と消毒



17

01.感染症対策の基本と実践

次亜塩素酸ナトリウム液の作り方



計算式

$$\frac{\text{作りたい消毒液の量 (mL)} \times \text{作りたい濃度 (\%)}}{\text{原液の濃度 (\%)}} = \text{原液の量 (mL)}$$

0.1%(1000ppm)	嘔吐物処理	原液濃度が5%の場合 水500mL+原液5mL	原液濃度が6%の場合 水600mL+原液10mL
0.02%(200ppm)	トイレ便座 環境消毒	原液濃度が5%の場合 水1L+原液4mL	原液濃度が6%の場合 水600mL+原液2mL

ペットボトルキャップ≒5mL



使用期限：24時間
遮光保存
ボトルに明記し
誤飲予防

18

01.感染症対策の基本と実践

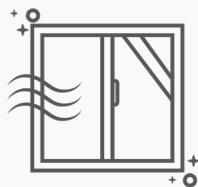


換気の工夫

換気が不十分な室内では、感染者との距離が遠くても室内に浮遊しているウイルスや細菌に感染することがあります。部屋の空気を新鮮に保ち、室内全体に空気の流れを作り、空気のよどみを防ぎましょう。

空気の流れの作り方

1～2時間おきに5～10分程度の窓開け



2方向に窓やドアを開け空気の流れを作る



窓が1つしかない、またはない場合やサーキュレーターは窓や換気口に向ける



19

02.災害時における感染症発生の要因と対策

20

02.災害時における感染症発生の要因と対策



21

02.災害時における感染症発生の要因と対策

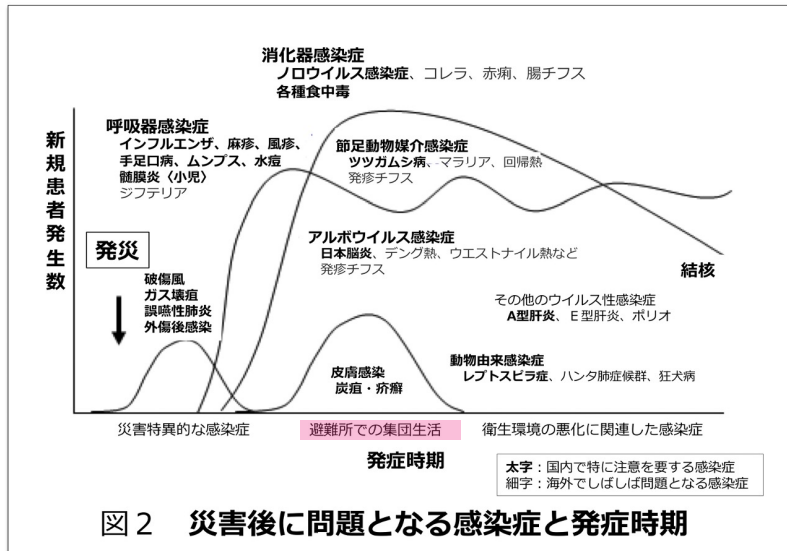
災害時の避難生活



令和6年能登半島地震避難所
撮影：佐藤純

22

02.災害時における感染症発生の要因と対策



出典：日本環境感染学会「大規模自然災害の被災地における感染制御マネジメントの手引き」

見るべきポイント

- ・発熱
- ・咳
- ・湿疹
- ・痛みを伴う腫れ
- ・深い切り傷
- ・嘔吐
- ・下痢

異常の早期発見・専門家へ繋げる
適切な対応（隔離・治療・搬送）

緊急医療救護所・指定避難所
→ 指定福祉避難所

23

02.災害時における感染症発生の要因と対策

災害時に拡がりやすい感染症

春～夏

感染性胃腸炎
食中毒
手足口病

妊婦・乳幼児

乳腺炎・膀胱炎
ロタウイルス感染症
水痘・麻疹・風疹

秋～冬

インフルエンザ
感染性胃腸炎
新型コロナウイルス感染症

高齢者

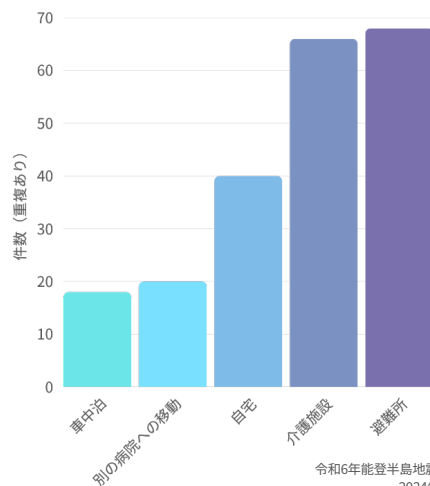
尿路感染症
誤嚥性肺炎

24

02.災害時における感染症発生の要因と対策

災害関連死

災害による直接的な被害ではなく、避難生活などによって体調を崩し、病気の発症や持病の悪化などで亡くなること



予防のポイント

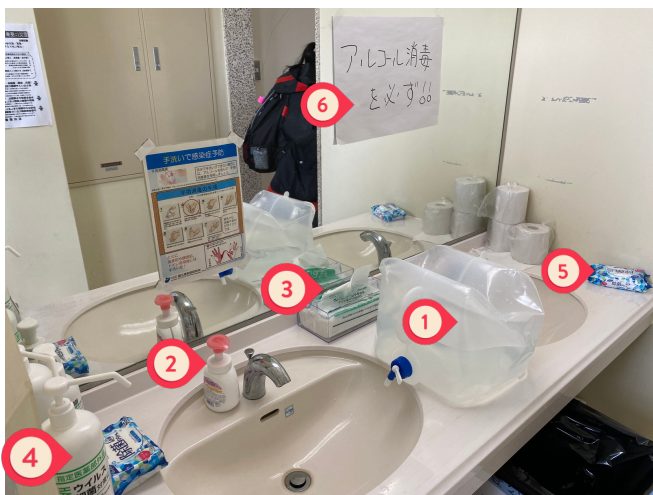
TKB（トイレ・食事・寝床）の整備
 トイレ環境の整備、栄養バランスの取れた食事
 簡易ベット
 異常の早期発見
 医療へ迅速に繋ぐ
 生活不活発発病の予防
 レク、リハビリ、人との交流
 訓練、サロン活動、地域活動再開
 地域を超えた連携

なるべく早く**日常**を取り戻す

25

02.災害時における感染症発生の要因と対策

災害時における感染症対策の実践（手指衛生）



令和6年能登半島地震避難所
撮影：佐藤純

- ① 水の確保
- ② 手洗い石鹸
- ③ 手拭きペーパー
- ④ 手指消毒用アルコール
- ⑤ アルコールペーパー
- ⑥ 啓蒙ポスター

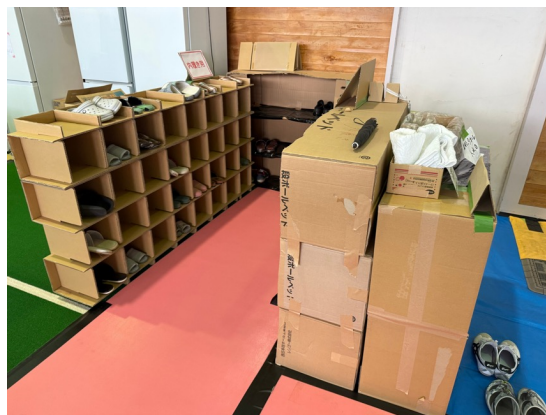
26

02.災害時における感染症発生の要因と対策

災害時における感染症対策の実践（環境整備）



令和6年能登半島地震避難所
撮影：佐藤純



玄関の整理整頓と下足の管理
居室スペースの汚れを防ぎ呼吸器疾患の予防

27

03.備えておきたい！ 災害時に役立つ感染症対策グッズ

28

03.備えておきたい！災害時に役立つ感染症対策グッズ

トイレ事情

水が出ないため、仮設トイレを使用。
匂いがきつく、段差もあり、利用を控えるために水分摂取を控える方もいた。

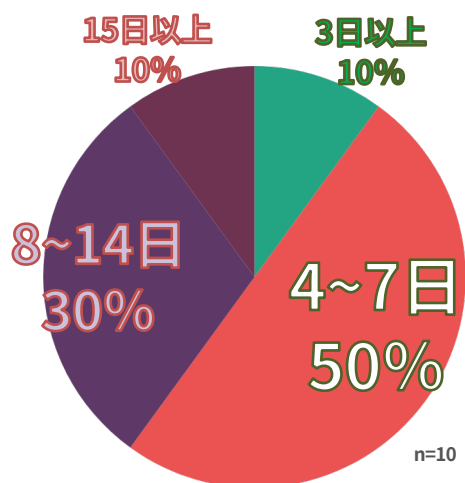


写真：佐藤純撮影

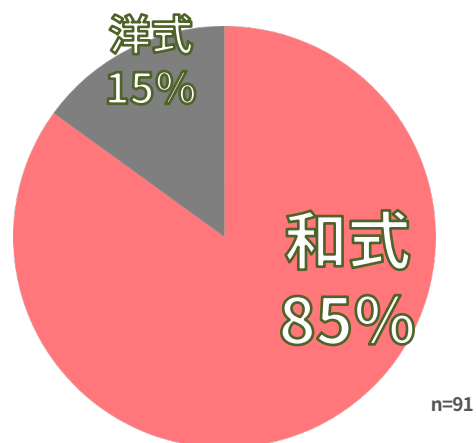
29

03.備えておきたい！災害時に役立つ感染症対策グッズ

仮設トイレ設置までにかかった期間



仮設トイレ和式率



引用：能登半島地震における避難所トイレの被災状況調査,NPO法人日本トイレ研究所

30

03.備えておきたい！災害時に役立つ感染症対策グッズ

行きたくなるトイレ



トイレの備え

被災後のトイレ

在宅避難では、自宅のトイレを活用
臭い対策の備えも考える

備蓄トイレの必要数

家族の人数×1日のトイレの回数×最低7日間

(例) 2人×6回×7日間＝84回

3人×6回×7日間＝126回

4人×6回×7日間＝168回



写真：佐藤純撮影

ゴミ捨ても考えておきましょう！

31

まとめ

災害時における感染対策～命を守るそなえのきほん～

1

感染症対策の基本と実践

- ・感染の3つの要素・標準予防策を理解し、利用者の健康管理を行う
- ・手洗い・手指消毒の手順を理解し、正しく行う
- ・サージカルマスク・手袋を正しく取り扱う
- ・換気をして空気の流れをつくる

2

災害時における感染症 発生の要因と対策

- ・災害が起きたらどんな生活かを想像する
- ・時期により想定される感染症は違う
- ・災害関連死と予防のポイントを理解し対策を考える

3

備えておきたい！災害時に 役立つ感染症対策グッズ

- ・トイレの備えを最優先に行う
- ・各家庭ごとに必要な数を計算して準備する
- ・行きたくなるトイレを想像する

32