＊ このリーフレットは、感染対策の
啓発ポスターとしてもご利用いただけます ＊

感染対策普及リーフレット

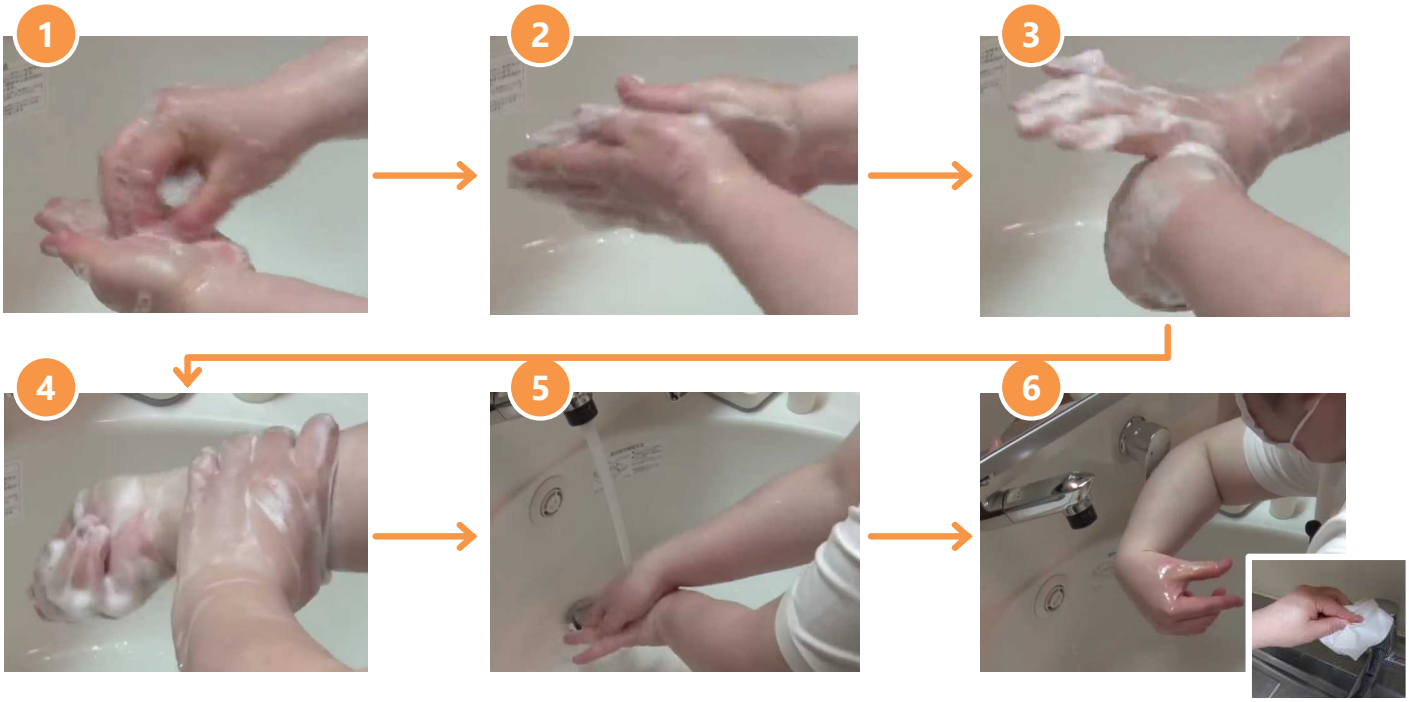
令和５年12月作成

第３版

感染対策普及リーフレット

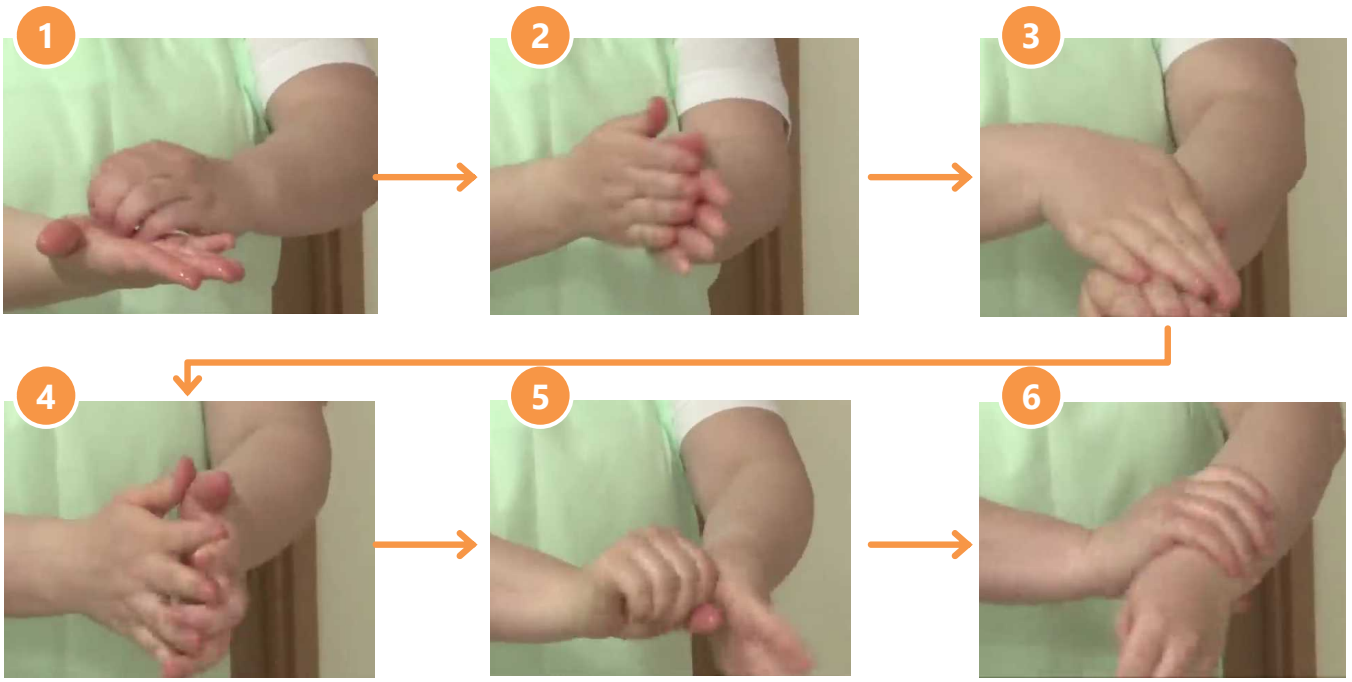
手洗いの方法

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、手首をしっかりもみ洗いし、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。



手指消毒の方法

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。

感染対策普及リーフレット

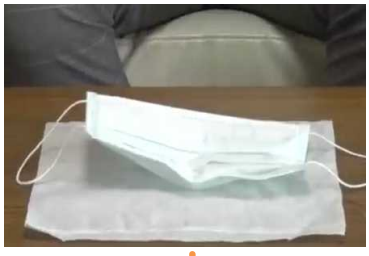
マスクの着脱方法

★ノーズワイヤーが上に来るように装着
★マスクの裏表が包装紙に明記されている場合は、指示に従って適切に装着

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

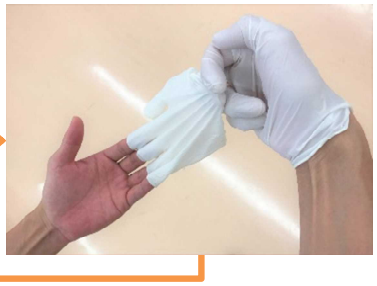
5. 水を飲む場合も、マスクのゴムをもって、マスクの外側や内側に触れないようにしましょう

手袋の着脱方法

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

エプロンのはずし方

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。

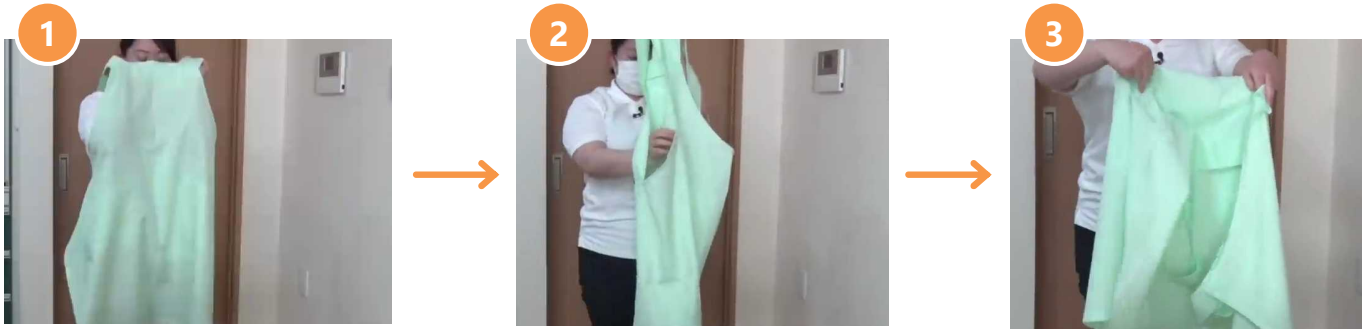
使い捨てエプロン

外側の面が内側になるようにしてたたんで捨てます。

布エプロン

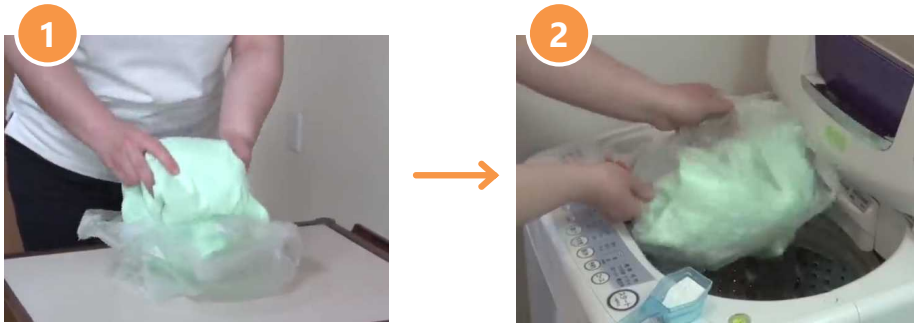
（布エプロンは感染対策として使用することは適切ではないですが、日常のケアに使用する布エプロンについても、感染対策を意識した着脱をしましょう）

外側が自分に触れないように脱ぎましょう。
上手に脱げたら、体から離して持ち、エプロンの外側が中になるようにたたんでいきます。



エプロンを脱いだ後

手洗いか手指消毒をしましょう。エプロンにはウイルス等がついている可能性があるため、エプロンに直接触れないように注意しながら、速やかに洗濯機に入れましょう。



感染対策普及リーフレット

排泄物・嘔吐物処理の手順

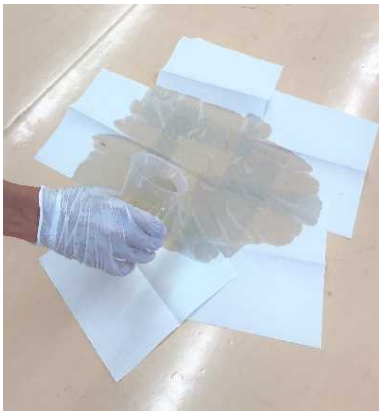
1 汚染場所に人が近づかないようにし、大きく窓を開けるなどして換気します

2 使い捨て手袋とマスク、エプロンを着用します

3 嘔吐物は、使い捨てのペーパータオル等で外側から内側にむけて、静かに拭き取ります

4 使用したペーパータオル等はすぐにビニール袋に入れます

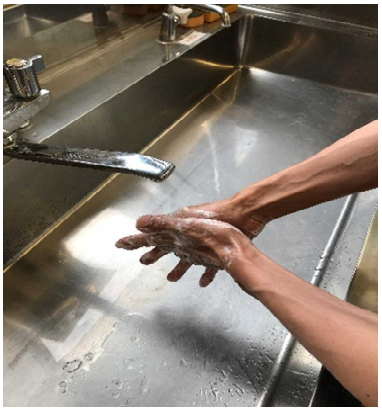
5 嘔吐物が付着していた床とその周囲を0.1%次亜塩素酸ナトリウムを染み込ませたペーパータオル等で覆うか、浸すように拭きます



6 使用したペーパータオル、手袋等はすぐにビニール袋に入れ、0.1%次亜塩素酸ナトリウムを染み込む程度に入れ、消毒します

7 ビニール袋の口をしっかりとしばります

8 処理後は、しっかりと手洗いをします



感染対策普及リーフレット

環境清拭の方法

1. 多くの人が触る場所は、定期的に消毒用エタノールや次亜塩素酸ナトリウムなどで拭き掃除をしましょう

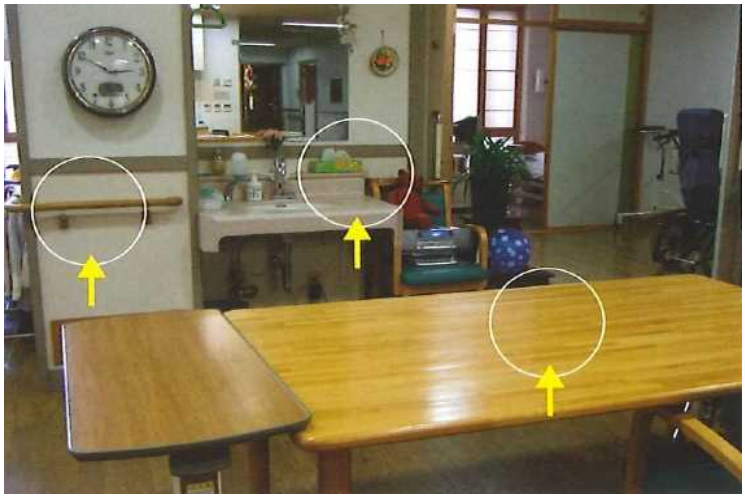
2. 拭き掃除をする際には、手が触れる場所を考えて拭きましょう

3. 机の脇や座面の横なども忘れないようにしましょう

4. 机の上、イスの背もたれや座面、イスの脚といった順序で上から下に拭きます

5. 密閉状態にならないよう、定期的に換気を行います

良く触れる場所と清拭のポイント



良く触れる場所（共同スペースの手すり、洗面台、テーブルなど）、汚れた手で触ることが多い場所（トイレの手すり、便座など）を**「上から下」・「右から左」など一方向に拭くようにしましょう**

感染対策普及リーフレット

関係機関等の一覧

関係機関等	機関名・担当者名	連絡先 （電話番号、e-mail等）
協力医療機関		
かかりつけ医		
保健所		
市町村　介護保険関係		
市町村　社会福祉施設関係		
市町村　感染症関係		
市町村　食中毒関係		

年　　月　　日　作成

老健局

令和５年１２月

アドビ社が著作権を有するイラストを用いています。