

正しい手指衛生を広めよう ～明日からできる手指衛生指導のポイント～

2025年12月11日

高齢者施設向け感染症対策指導者養成研修

横浜新緑総合病院 感染対策室

感染管理認定看護師 佐藤 由有子

研修目的・目標

- 手指衛生の重要性を理解する
- 手指衛生のタイミングと方法を理解する
- 手指衛生指導のポイントが分かる

➡ 現場で正しい手指衛生が実践できる
正しい手指衛生を指導できる



研修内容

- 高齢者施設で感染対策がなぜ必要か
- なぜ手指衛生が必要か
- 手指衛生の選択と方法
- 手指衛生が必要なタイミング

高齢者施設の感染リスク

重症化しやすい

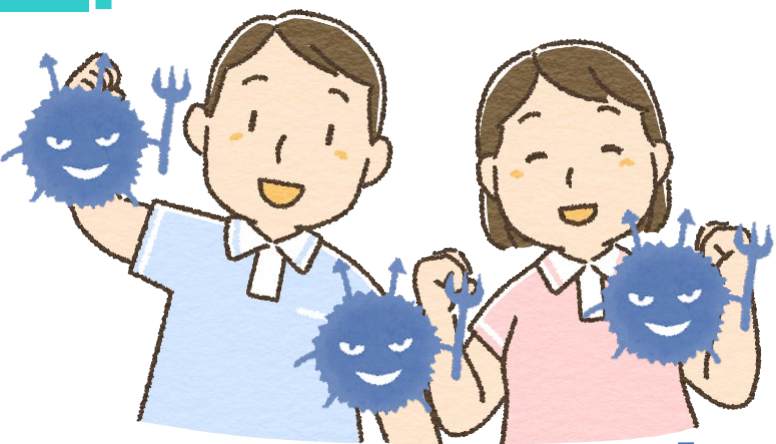
免疫機能が低下し、感染症にかかりやすく
重症化しやすい傾向がある
糖尿病、高血圧、呼吸器疾患等の基礎疾患を
持つ方が多く、抵抗力が低く重症化しやすい

拡がりやすい

多くの利用者様が共同生活を送るため
感染症が拡がりやすい環境
すぐに検査ができないため確定に時間がかかる
ため気づいた時には拡大している



持ち込まない・持ち出さない・拡げない



職員
委託業者
面会者
等

持ち込まない



持ち出さない



拡げない



他の利用者
共有環境
共有物品
等

キレイに見える手でも汚れている



私たちの手指は菌の運び屋



手指衛生の種類：手指消毒の有効性

30秒の実施でどちらがきれいになるでしょう？

手指消毒



手洗い



手指衛生の種類：手指消毒の有効性

30秒の実施でどちらがきれいになるでしょう？

手指消毒



菌の量

30秒消毒 → 1/3000

- 持ち歩いていればどこでもできる！
- 短時間できれいになる！
- 手荒れしにくい！

手洗い



菌の量

30秒手洗い → 1/63 ~ 1/630

- シンクがないとできない
- 手荒れしやすい
- 時間がかかる

手洗いが必要な場面



- 目に見える汚れがあるとき

- ➡ 消毒剤では汚れを除去できない
汚れがあると消毒効果が十分に得られない

手荒れがあるとき

- ➡ 滲みると使わなくなるので、ハンドケアも併せてしっかり指導！



- アルコールが効かない病原体の（可能性がある）とき



ノロウイルス 下痢、嘔吐
アデノウイルス めやに、充血
角化型疥癬 皮膚の角質層の増殖...

ノロウイルスや
アデノウイルスかどうかは
目で見てわからない...



石鹼と流水手洗い この3つ

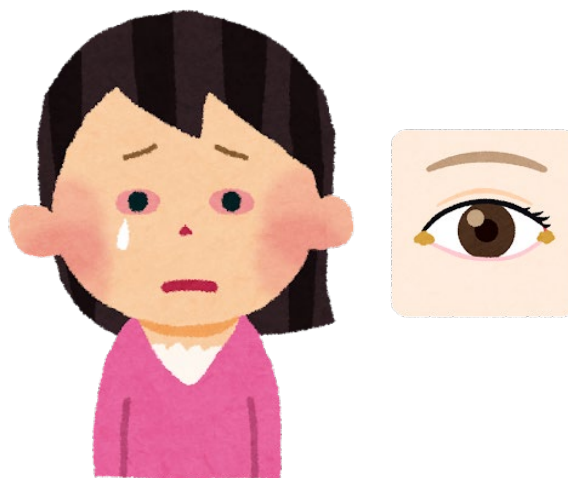
消化器症状

嘔吐・下痢



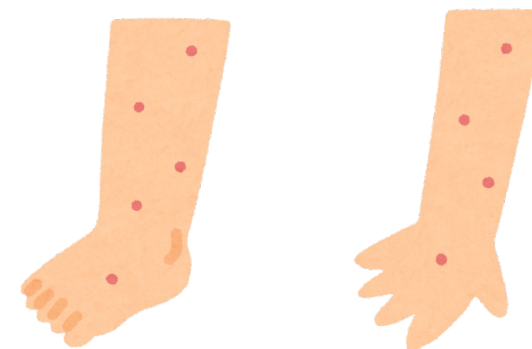
目の症状

めやに・充血



皮膚症状

角質層の増殖



石鹼と流水手洗い この3つ



嘔吐下痢
めやに充血
皮膚症状

手指衛生のタイミング

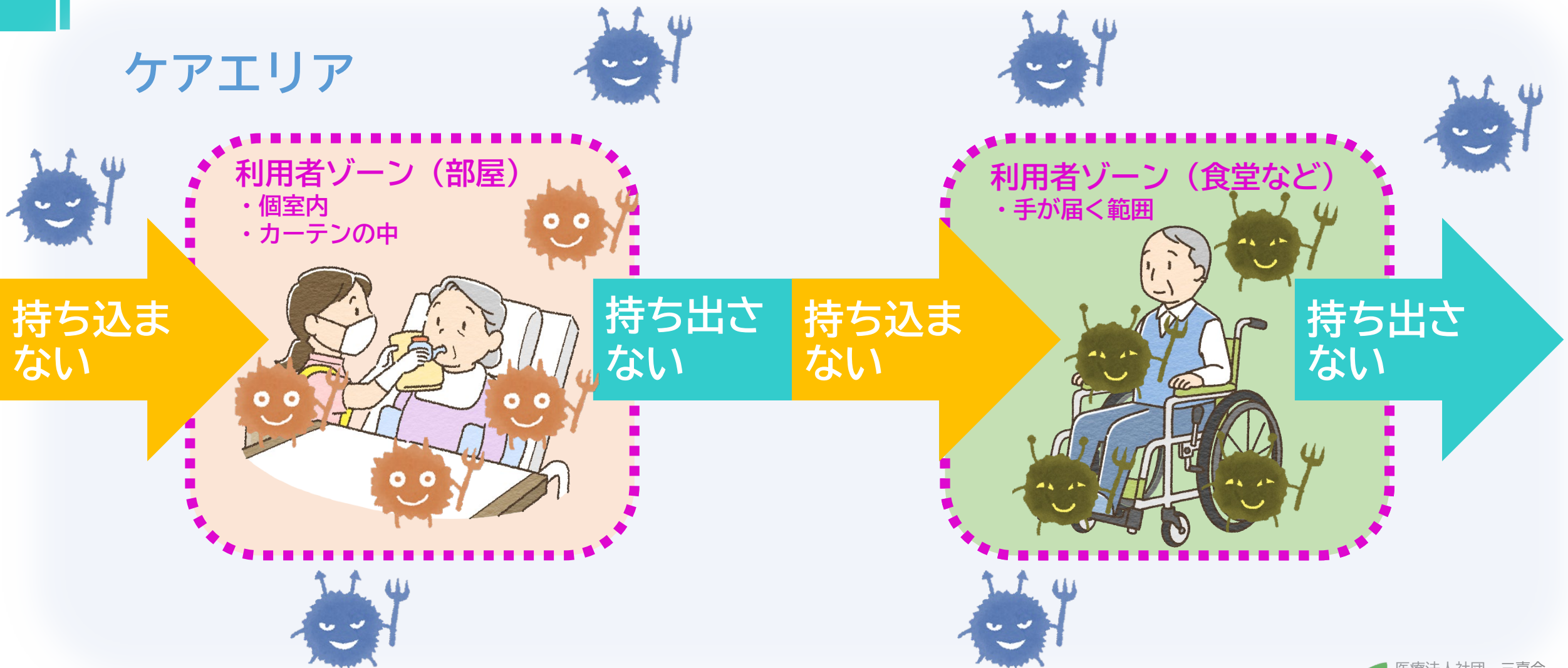
- 前回の勤務時、何回手指衛生しましたか？
- どんな時に手指衛生しましたか？



ケアエリアと利用者ゾーン

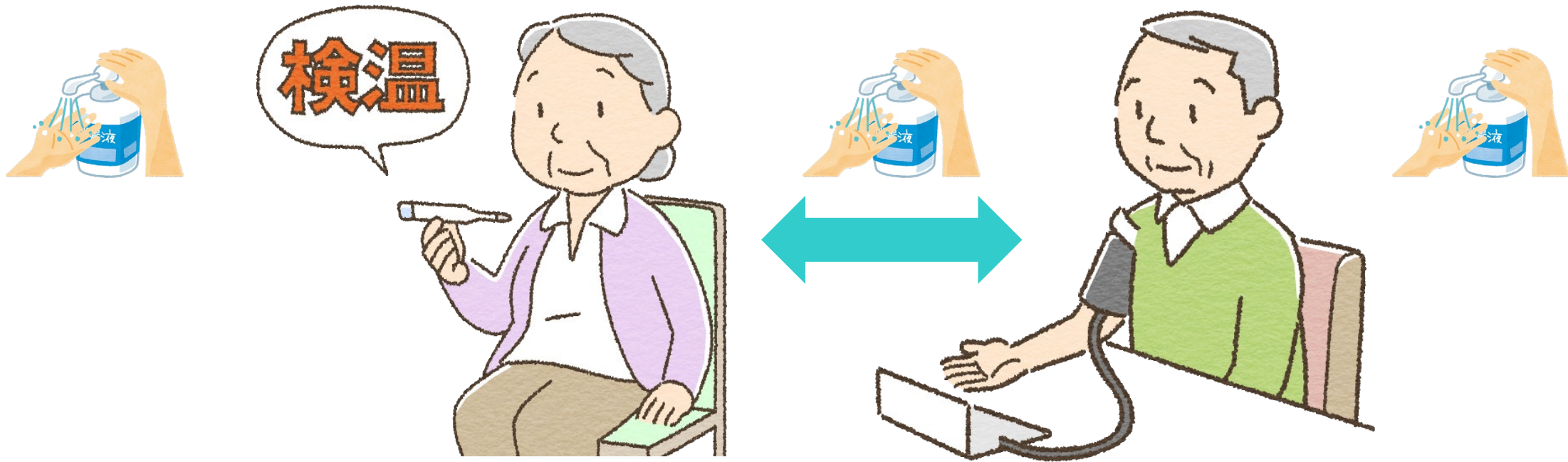


ケアエリア



考えてみましょう

- 共有ルームにいるAさんとBさんとバイタルサインを測定します
- どのタイミングで手指衛生をしますか？



自施設の研修・指導方法を考えよう

- 自施設で多いケアの場面
 -
 -
 -
- 皆で手指衛生のタイミングを考えましょう
 - ✂ 分からなくなったら利用者ゾーンに持ち込んでいないか、利用者ゾーンから持ち出していないか考えてみましょう

手洗い・手指消毒の注意点

- 爪は短くする
- 指輪は外す・ずらす

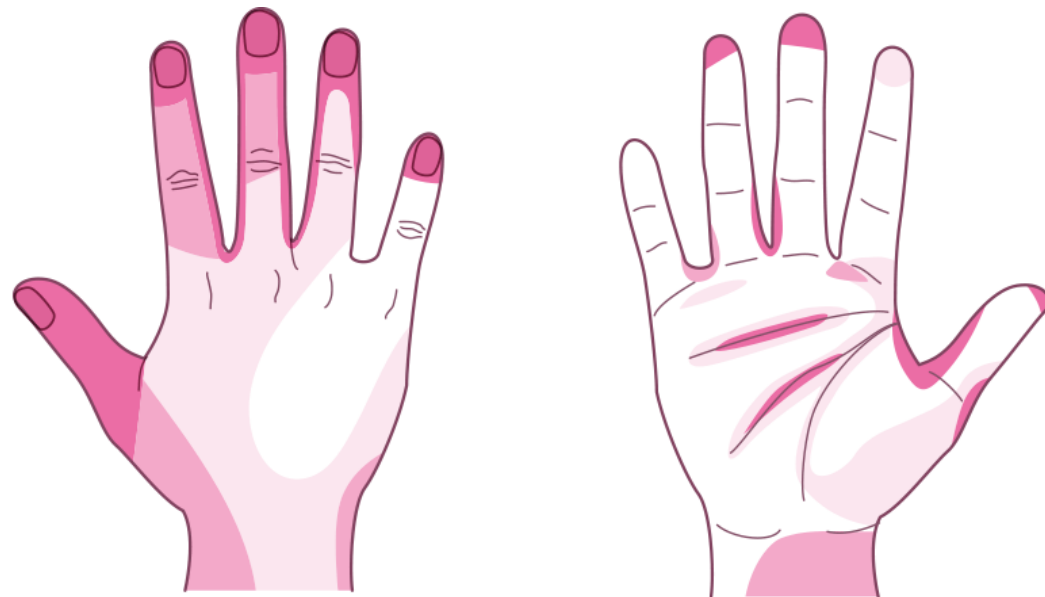
【手指消毒】

- 消毒薬をしっかり
擦り込んで乾燥させる

【手洗い】

- 液体または泡石鹸を使用
- 使い捨てペーパータオルを使用
- 栓は洗った手で閉めない
- 手は完全に乾燥させる

洗い残し・消毒塗に残しの多い箇所



■ 最も洗い残しがある部分
□ 次に洗い残しがある部分

衛生的手洗いを行うのはなぜ？ | 看護roo!
<https://www.kango-roo.com/learning/2754/>

手指衛生指導のポイント

- 利用者は重症化しやすく、高齢者施設は感染が拡大しやすいいため、感染を持ち込まない・持ち出さない・拡げないことが重要
- 手でケアを提供するため、手指衛生が感染対策の要
- 手指衛生は手洗いでなく、手指消毒が第一選択
- アルコールが効かない菌もいるため、『下痢・嘔吐』『めやに・充血』『皮膚症状』がある時は手洗い
- 手指衛生のタイミングはケアエリアと利用者ゾーンを考える

現場で困った時は・・・

手引きを確認しましょう

