介護現場でできる！
感染症 まん延防止対策

2026年10月9日　明石市介護サービス事業者連絡会講習会

あかし保健所 保健予防課 感染症対策係



本日の内容

1. はじめに

2. 流行しやすい感染症

3. 集団感染を防ぐのための基本的対策

4. 感染症が発生した時の対応

5. その他、日頃の感染対策



1. はじめに

高齢者の特徴

- 免疫力低下により、感染症にかかりやすい
- 感染しても、発熱などの症状がはっきりしないことが多い
- 感染した場合、重症化のリスクが高い



感染成立の3要因



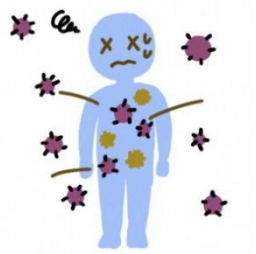
感染経路

病原体
（感染源）

宿主



細菌やウイルス



・感染しやすい状態の人

感染症は、①病原体②感染経路③宿主の3つの要因がそろうことで成立します。
特に感染経路の遮断が重要です。



感染経路

接触感染

細菌やウイルスがついた
物に触れる・食べ物を食べる



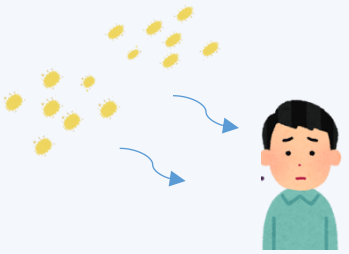
飛沫感染

せきやくしゃみで
飛び散った
しぶきを吸いこむ



空気感染

空気中に舞うウイルスを
吸いこむ



接触感染



・病原体に直接触れる
（便、嘔吐物など）

・汚染された物に触れる
（ドアノブ・手すり・つり革など）



→病原体の付着した手で口、鼻、眼などを触ることによって
体内に病原体が侵入し感染！

感染性胃腸炎（ノロウイルス）、インフルエンザなど

飛沫感染

・病原体を含む飛沫(しぶき)を吸い込む

・鼻・目・口の粘膜に飛沫が触れる

・飛沫が飛び散る範囲は1～2m



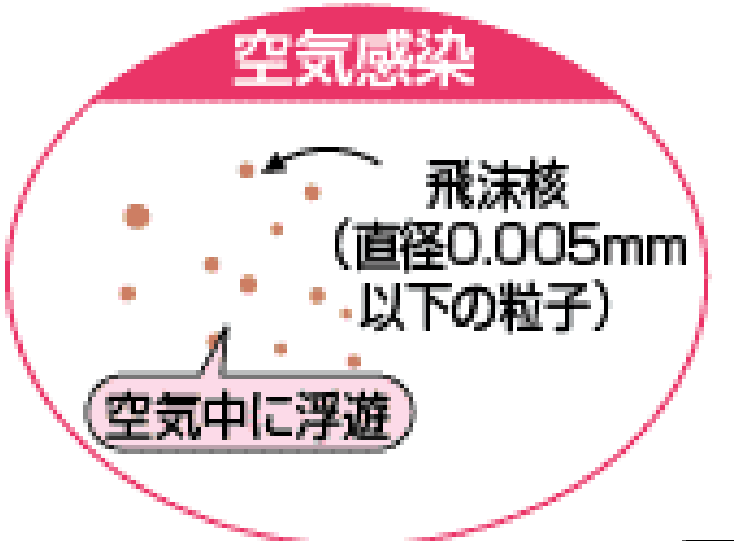
インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、風邪の一部など

空気感染

・空気中を漂っている小さなウイルスを吸い込む

・一般的なマスクでは防げない

結核、麻しん、水痘など



２．流行しやすい感染症

集団感染が起こりやすい感染症

・インフルエンザ（飛沫感染・接触感染）



・新型コロナウイルス感染症（飛沫感染・接触感染）



・感染性胃腸炎（接触感染）



1週間以内に、10名以上または全利用者の半数以上が発症した場合、死亡や重症者が2名以上発生した場合は、保健所に報告してください。



集団感染が起こりやすい感染症

・肺結核（空気感染）

多くの入居者や職員が接触者となり、感染・発病のリスクがある



・レジオネラ症（空気感染・飛沫感染）

浴槽等ぬめりのあるところでレジオネラ属菌が増殖し、菌を含んだ湯気等を吸いこむことで免疫力の低下している方が重篤な肺炎になることがある



・疥癬（接触感染）

ヒゼンダニが皮膚に寄生して起こる皮膚の病気。肌と肌が長時間触れ合うことにより感染する

・結核やレジオネラ症は、保健所に届け出が必要な感染症のため、診断した医師が届け出ます。

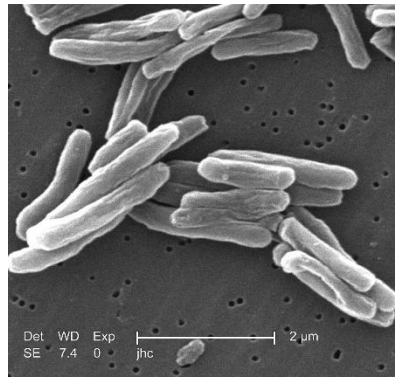
・疥癬は届出は不要ですが、感染対策について、ご心配な点がありましたらご連絡ください。



高齢者施設での集団発生状況(明石市2025年度)

- インフルエンザ:1件
- 新型コロナウイルス感染症:10件
- 感染性胃腸炎:4件
- 結核:0件

結核の集団発生事例



他市の事例

A市内の高齢者施設の関係者２人が結核と診断された。

A市保健所が接触のあった施設の利用者や職員など52人について

健診を行ったところ、この2人を含む34人が結核に感染し、このうち

４人が発病していた

施設利用者や職員が結核と診断され、排菌していた場合は、接触者健診を行う必要があります



結核について

感染しただけでは他人にうつしません



他人にうつす恐れがある場合は入院

痰の中に菌がいる→入院治療

服薬しながら
痰の中には菌がいない→普段通り生活

結核を理由に、入所を断られたとの声が聞かれます。排菌がなければ感染しませんので、正しい理解をお願いします。



感染性胃腸炎の集団発生事例

対応方法が不十分だった例

- 嘔吐後すぐに対応したが、まわりにいた人が次々に発症した
- 一気に広がり半数近くの人に症状が出た
- 有症状者がだらだらと続き、収束までに1か月以上かかった



集団感染が発生したら・・・

・集団発生時は保健所に報告してください

・電話調査または訪問調査を行いますので、ご協力ください

・ 報告書の様式は明石市ホームページにありますので、
「明石市　施設　感染」でweb検索してください



感染拡大防止のための対策をお伝えし、実施可能な対策を一緒に考えます



3. 集団感染を防ぐための基本的対策

感染対策で大切なこと

病原体を…

持ち込まない

拡げない



感染対策で大切なこと

病原体を…

持ち込まない

拡げない



自分自身の体調管理(免疫力をつける)



食べる



寝る



適度な運動



ワクチン
接種

体調がおかしいと感じたら…



発熱



咳



発疹



吐き気



下痢

このような症状があれば
自己判断せず、所属長へ連絡しましょう



感染対策で大切なこと

病原体を…

持ち込まない

拡げない



感染症を拡げないための対策



①手指衛生



②個人防護具



③咳エチケット



④環境整備

感染症を拡げないための対策



①手指衛生



②個人防護具



③咳エチケット



④環境整備

①手指衛生は、感染対策の基本中の基本！

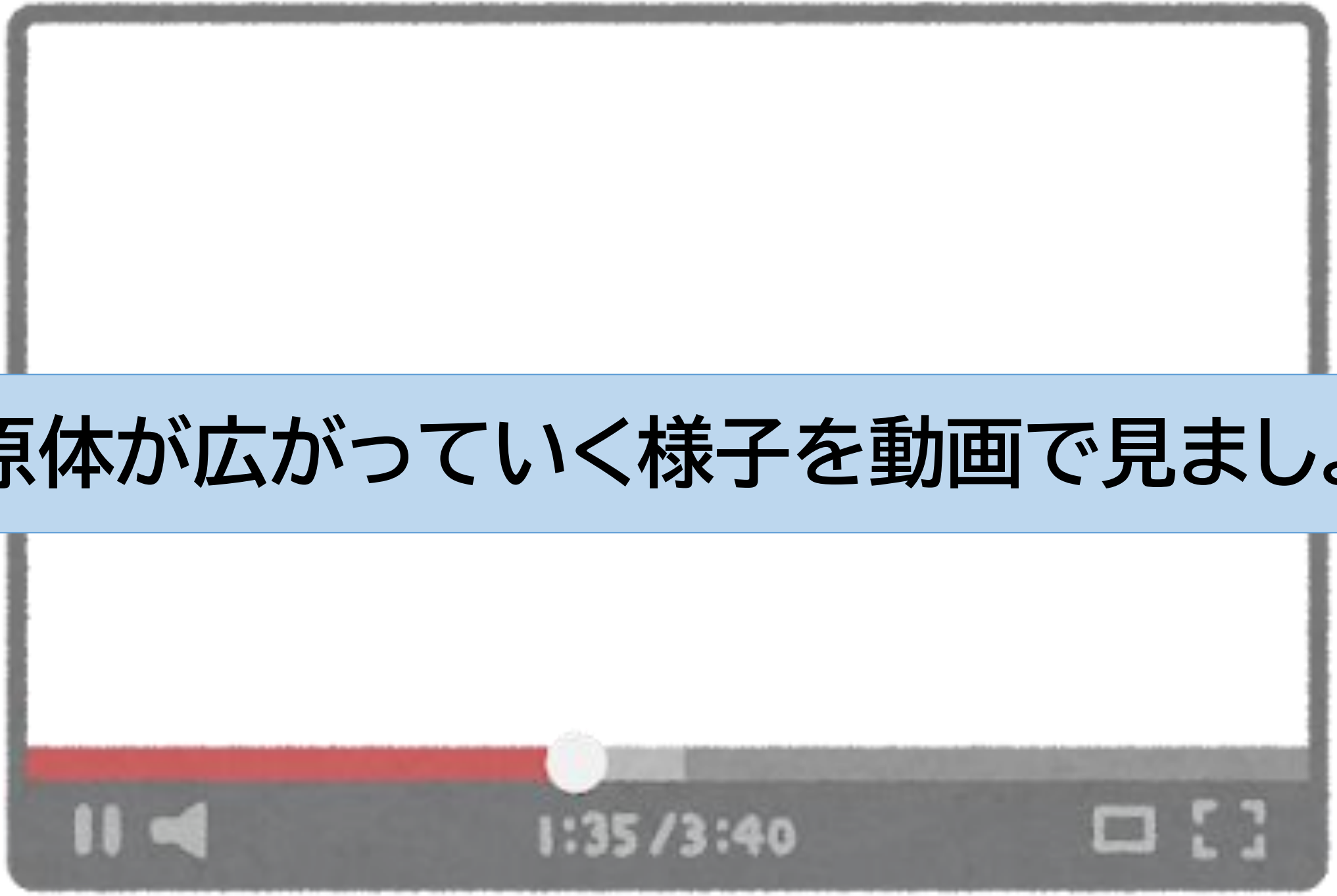
自分自身も、施設を利用する方も、

みんなが感染しないように

習慣的に行っていくことが大事です！

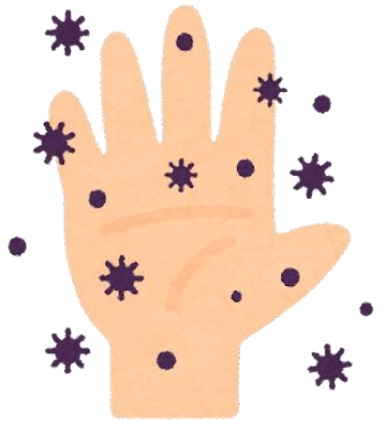


病原体が広がっていく様子を動画で見ましょう



病原体は、人の手を介して伝播する

人の身体や環境には、微生物が定着しています







いつでも・誰に対しても手指衛生を！

だれが、どんな微生物や薬剤耐性菌等に
感染しているかわからないため、
「いつでも」「誰に対しても」手指衛生を
行うことが必要です。





手指衛生のタイミング

利用者に触れる前・触れた後

（内服投与・食事介助・傷の処置の前後）





体液・排泄物に触れた後





手袋を外した後も手指衛生をしましょう！



手指衛生の方法は2つあります

手指消毒



手洗い



手指消毒剤は手指衛生の第一選択

【理由】

・時間がかからない

・効果がある（殺菌効果に優れている）

※一部除く



ただし、見た目に汚れがある時は

石けん＋流水で行う





手指消毒の手順

出典：「日本環境感染学会教育ツールVer.3.1より引用」



消毒薬約3mLを手のひらに取ります（ポンプを1回押すと霧状に約3mLでます）。



初めに両手の指先に消毒薬をすりこみます。



次に手のひらによくすりこみます。



手の甲にもすりこんでください。



指の間にもすりこみます。



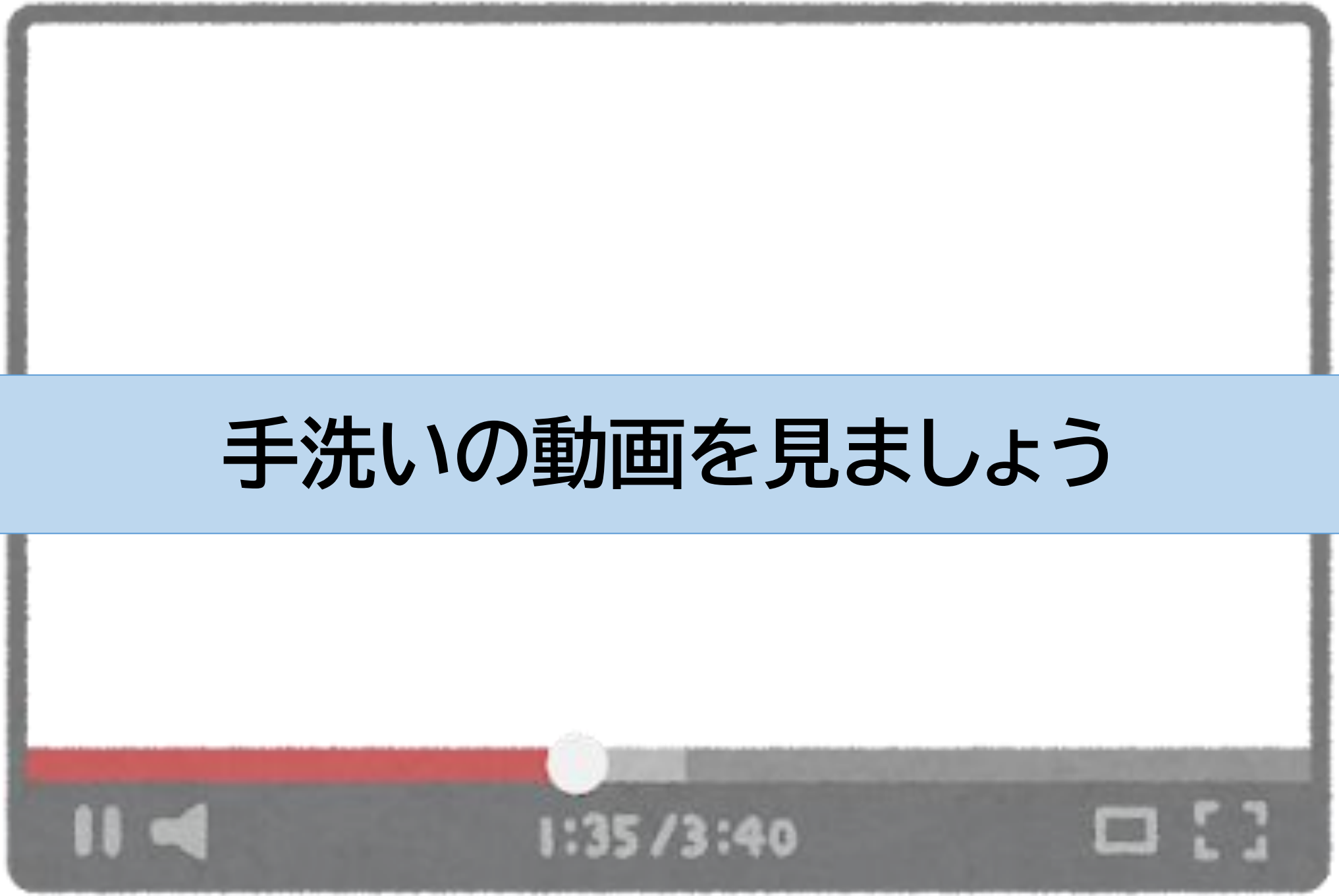
親指にもすりこみます。



手首も忘れずにすりこみます。乾燥するまでよくすりこんでください。

指先から消毒するのがポイントです。

手洗いの動画を見ましょう




11:50 10月6日(月)
88%
手洗いの仕方
① 石けんを 泡立てながら
手のひらどうしを よくこすり合わせる
0:00 / 0:57

手指衛生

処理後、流水で20～30秒かけて洗いましょう



手洗いのポイント

・爪を短く切る

・指輪・腕時計を取る

・液体せっけんを使う

・手荒れを防止する

正しい手の洗い方



石鹸で洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでふき取って乾かします。

この手順を覚えると、洗い残しを少なくすることができます。



（引用）厚生労働省

感染症を拡げないための対策



①手指衛生



②個人防護具



③咳エチケット



④環境整備



血液

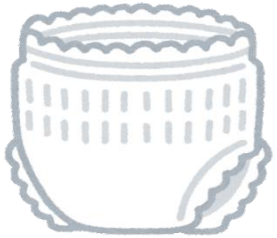
吐物

便



痰・鼻水

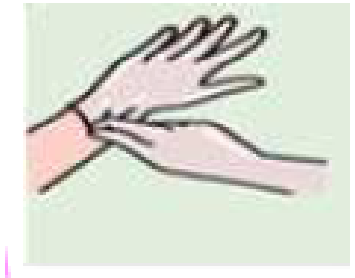
尿



病原体が付着している可能性があるため、
すべて「感染の可能性があるもの」として取り扱う

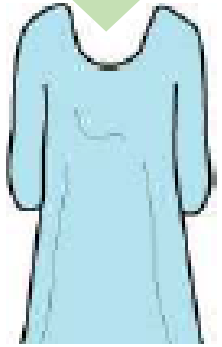
個人防護具(PPE)を着用する目的

手に付く



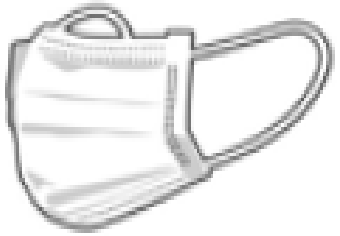
手袋

服に付く



エプロン
ガウン

口や鼻に
入る



マスク
※空気感染の場合
はN95マスク

目に入る



ゴーグル
フェイスシールド

「自分を守る」+「拡げない」ために着用しましょう



利用者ごとにPPEの交換と手指衛生を



・同じ手袋のまま、
次の人の処置はダメ！

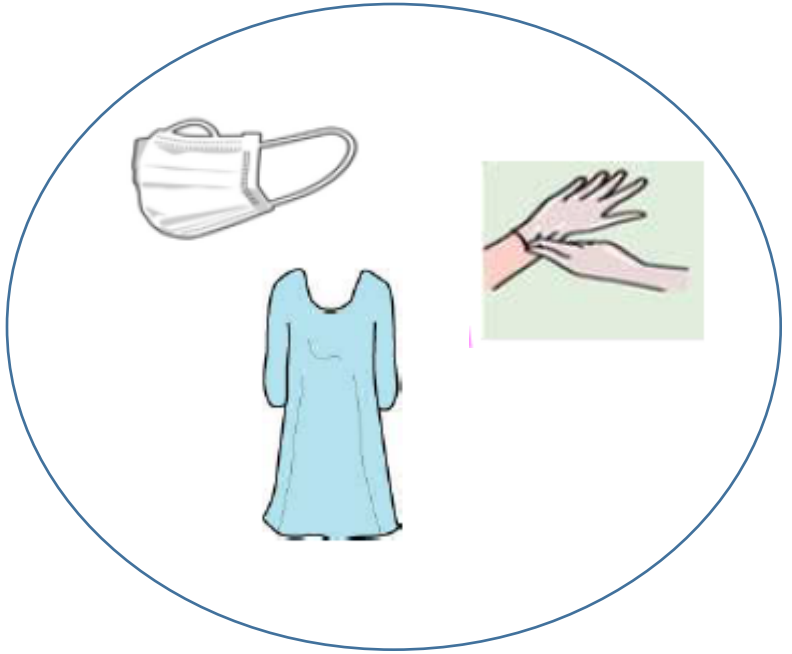
・手袋外した後も、
手指衛生を
（消毒or手洗い）

特に着用が必要な状況

□咳や痰が多い時

□下痢や便失禁がある時

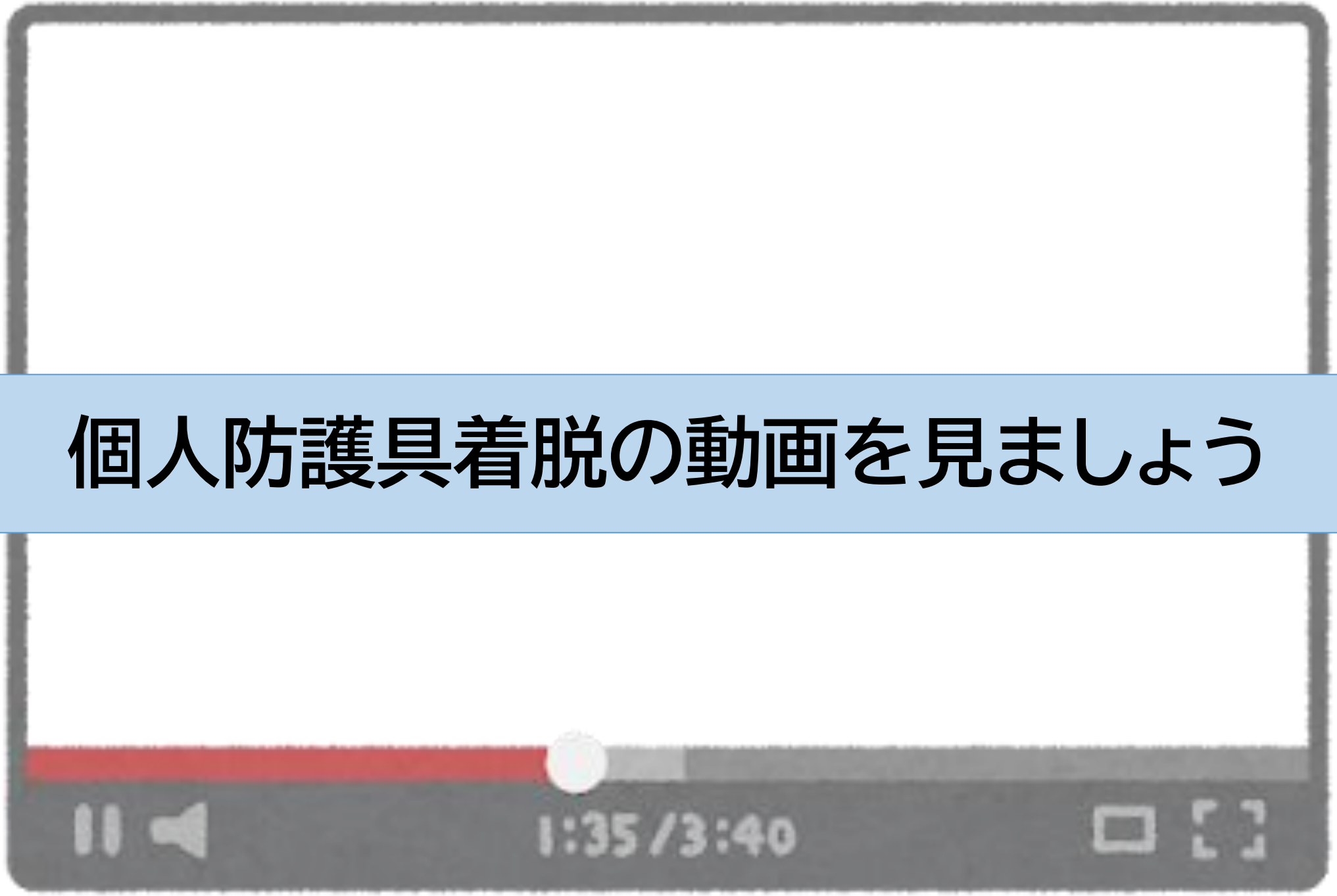
□褥瘡からの排膿がある時



※痰の吸引や陰部洗浄、傷の洗浄など、

体液が飛び散る状況では、PPEを着用してください

個人防護具着脱の動画を見ましょう



Tube JP
検索
ログイン

動画でわかる！
看護技術

ガウンテクニック③
ガウンのつけ方・はずし方



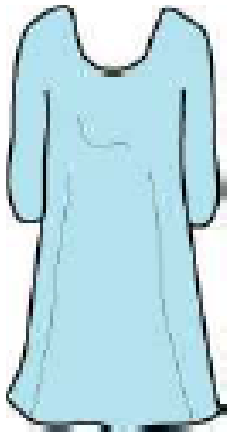
0:07 / 3:45

着る順番

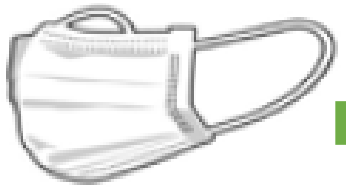
↓きれいに保ちたい



手指衛生



ガウン
エプロン

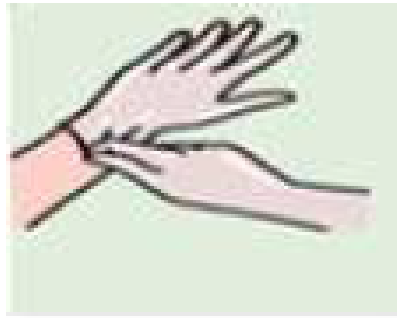


マスク

ノーズピース部分を鼻筋にフィットさせ、できるだけ隙間のないように



ゴーグル

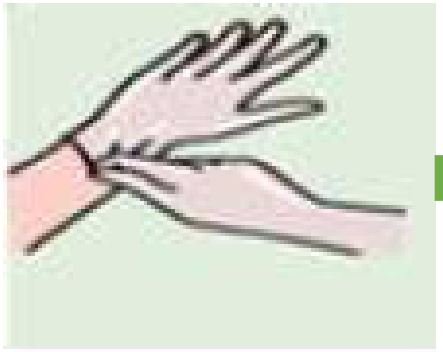


手袋

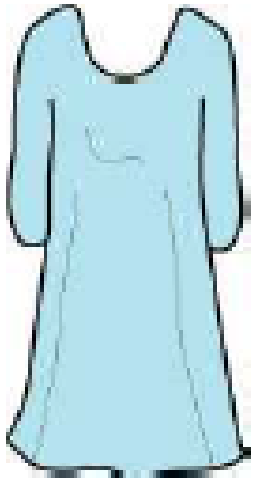
手袋の外側に触れないように

脱ぐ順番

汚いものから外しましょう。
着る時より、脱ぐ時が重要です！



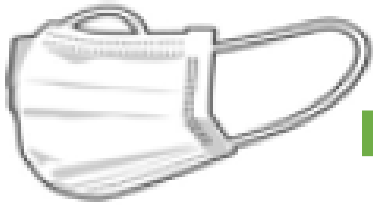
手袋



ガウン
エプロン



ゴーグル



マスク



手指衛生

外側は汚染されたと考える

手袋の外し方

手袋の表面（汚染面）に
触れないように注意しましょう





汚れている部分を
つまむ



汚れている部分が
内側になるように脱ぐ



脱いだ手袋は、
もう片方の手で握る



手袋を脱いだ手で、
もう片方の手袋の内側を
持ちあげ、汚れた方が内側
になるように脱ぐ

ガウンの脱ぎ方



①襟元の紐を解く



②袖口にゴムが入っている場合、先に脱ぐ方の袖口の裏側（清潔面）にもう一方の手の指を1～2本差し込んで袖口を広げ、脱ぐ方の手を袖の中に入れ込む



③入れ込んだ片方の手で、もう一方の袖の表側（不潔面）を持ち、引き抜く



④表側（不潔面）が衣服に付かないように注意し袖から脱いでいく



⑤汚染した表側（不潔面を内側にし、たたみ丸めていく





エプロンの脱ぎ方



①首の後ろの紐を切る



②前あてを下に垂らす



③裾を手前に持ちあげる



④腰の後ろの結び目を切る



⑤汚染した表面を中になるよう
たたみ、小さくまとめ破棄

表面が内側になるようにして
たたんで捨てましょう



サージカルマスクの外し方

表面に触れないように注意しましょう



最後に手指衛生をしましょう！



①マスク表面に手が触れないように注意し、反対側のゴム紐を持ち、顔から外す



②マスク表面を触らないように注意して、ごみ箱に入れる

感染症を拡げないための対策



①手指衛生



②個人防護具

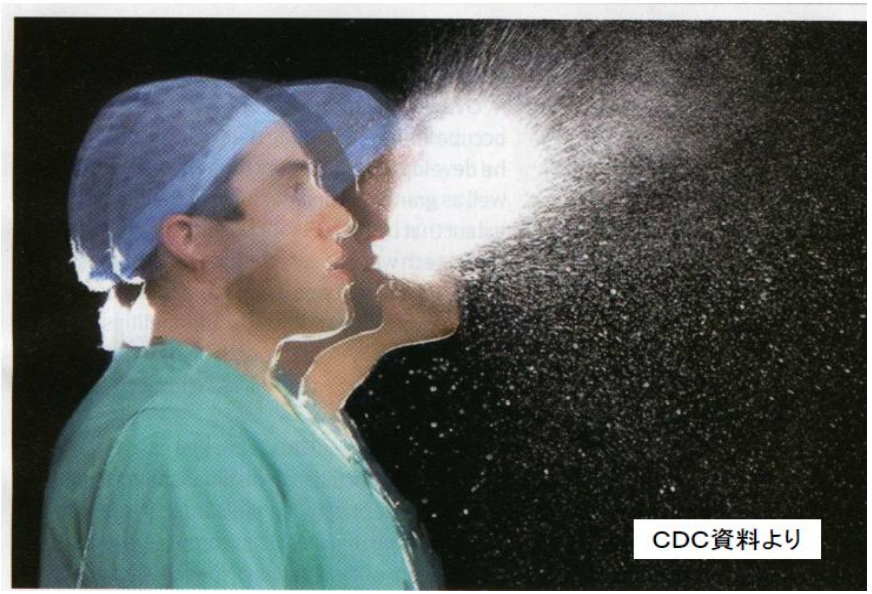


③咳エチケット

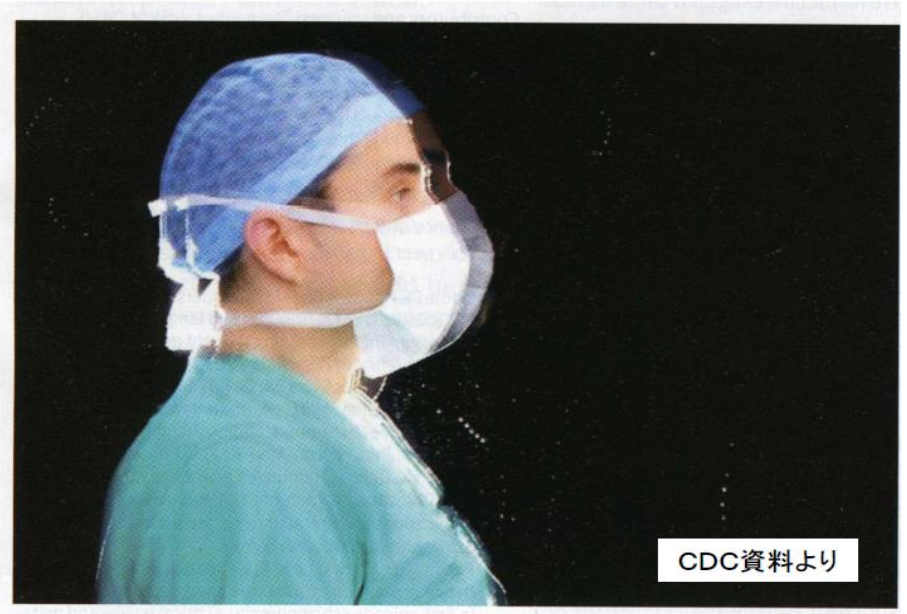


④環境整備

くしゃみで飛び散る飛沫



マスクの効果



咳エチケット

飛沫
・くしゃみ・・・4万個
・咳・・・・・・3千個
・5分間会話・・・3千個



症状のある人は、ウイルスの排出量を減らすためにマスクを



症状のない人は、飛沫を浴びる量を減らすためにマスクを




3つの咳エチケット
①マスクがない時
①とっさの時
❶マスクを着用する
(口・鼻を覆う)
❷ティッシュ・ハンカチで
口・鼻を覆う
❸袖で
口・鼻を覆う

⚠咳エチケット違反してませんか？

咳やくしゃみを手でおさえる



咳やくしゃみを手でおさえると、その手にウイルスが付着します。ドアノブなどを介して他の人に病気をうつす可能性があります。

接触感染

何もせずに咳やくしゃみをする



咳やくしゃみをするとき、しぶきが2mほど飛びます。しぶきには病原体が含まれている可能性があり、他の人に病気をうつす可能性があります。

飛沫感染

マスク着用のポイント

- 隙間を作らないようにする
- あごの下まで覆う
- 鼻を覆い、針金を顔の形に折り曲げフィットさせる

マスクの四方を密着させよう



感染症を拡げないための対策



①手指衛生



②個人防護具



③咳エチケット



④環境整備

手の触れるところの消毒

- ドアノブ
- テーブル･椅子
- 手洗い場の蛇口とシンク
- 手すり











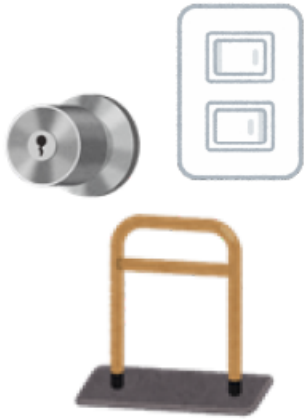
手を介して感染が広がります。
手の触れるところを、こまめに
消毒しましょう。



効果のある消毒薬を選択

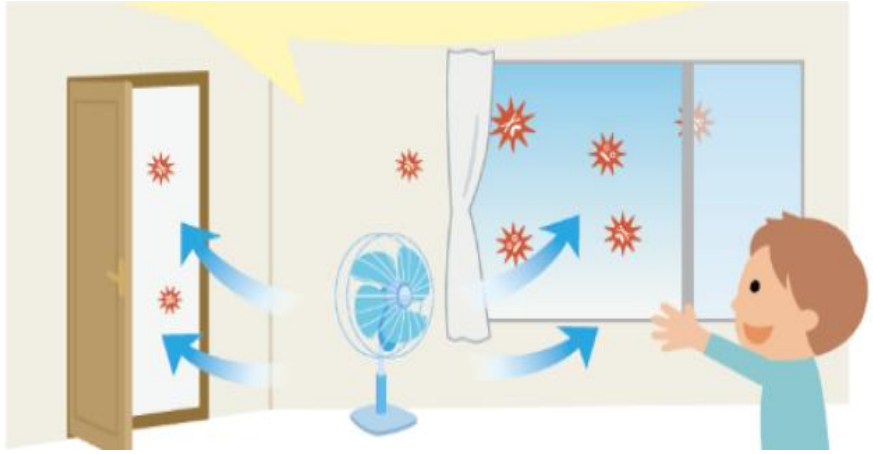
消毒薬	主な商品名	ノロウイルス	インフルエンザ（ウイルス）	腸管出血性大腸菌（細菌）
次亜塩素酸ナトリウム	ミルトン、ハイター、ピューラックス	○	○	○
消毒用エタノール	消毒用エタノール	×	○	○
塩化ベンザルコニウム	オスバン、ウエルパスホエスミン	×	×	○
クロルヘキシジン	ヒビテン	×	×	○

次亜塩素酸ナトリウム消毒液の作り方

消毒場所	濃度	水と消毒液の割合 （製品の濃度が5%の場合）
 ・普段の生活で**手の触れる部分** ドアの取っ手、ノブ、ベッド柵、 手すり、電気のスイッチ　など ・くしゃみなどの**飛沫（しぶき）が飛んだ場所** 2m 範囲 ・鼻水などの付いた手で触れた場所	0.05% 消毒液	 500ml 水 500mlに 消毒液を 5ml （キャップ1杯） 
 ・トイレ室内 （下痢などがある場合） 水洗レバー、便座、便器のふた、 床、ドアの取っ手、ノブ、手洗い 場蛇口　など	0.1% 消毒液	 500ml 水 500ml に 消毒液を 10ml （キャップ 2 杯） 

暗い場所or遮光容器で保管し、その都度作りましょう

部屋の換気



- 換気扇などの機械換気は常に稼働させる
- 機械換気が十分でない場合や人が多い時は、安全を確認した上で**ドアや窓も開ける**
- 窓開けによる換気は、対角線上にあるドアや窓を2か所開放すると効果的な換気ができます
- 窓が1つしかない場合は、部屋のドアを開けて、扇風機などを窓の外に向けて設置しましょう

環境整備（良い例）



ペーパータオル、液体せっけんが設置されています



手洗い方法が掲示されています

環境整備（良い例）



消毒薬が設置されていました

開封日を記入しておくと、なお良いです

開封から1年以上経っている場合は交換したほうがいいでしょう



置いていませんか？（望ましくない例）

汚れと水分で菌が増殖します！！

固形石鹸



固形せっけんは、汚染された手で触れ、ウイルスなどが付着している可能性があります。

プッシュ式できれば自動の液体せっけんにしましょう。



布製タオル



タオルの共用はやめましょう。

個人用タオルにするか、特に感染性胃腸炎の流行時はペーパータオルにしましょう。



4. 感染症が発生した際の対応

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症

□隔離・エリア分け（施設の場合）

□部屋の換気

□飛沫感染対策（咳エチケット）

□手指衛生の励行

□環境消毒（アルコールでOK）

□接触者の健康観察

□集団発生時は保健所に報告（施設の場合）









感染性胃腸炎



□隔離・エリア分け（施設の場合）

□ケア前後の手洗い徹底

□オムツ交換・排泄物・リネンを処理する時は防護具（手袋・マスク・エプロン

　またはガウン・ゴーグル）を着用し、周り に飛び散らないように注意する

□環境消毒（次亜塩素酸ナトリウム）

□吐物の適切な処理

□集団発生時は保健所に報告（施設の場合）

疥癬

通常疥癬・角化型疥癬　共通

□バスマット、タオル等は共用しない



角化型疥癬のみ

□個室隔離（1～2週間）

□ケア時は手袋・ガウンを着用する（接触感染対策）

□洗濯前に熱処理または殺虫剤散布



□毎日、部屋の掃除機かけ

肺結核（感染拡大防止）

□年に1回胸部エックス線を撮影し、結果を把握する

□利用者の健康状態を把握する

（発熱・咳・痰・食欲低下・体重減少・倦怠感・寝汗等）

□2週間以上の咳、痰、胸痛、体重減少等体調不良がある場合は、早めに受診する



感染症まん延防止対策（まとめ）



◆自分自身の体調管理・体調が悪いときは上司に相談

◆ケアの前と後に手をきれいにする（手指衛生の徹底）

◆利用者の体調確認…特に症状のある時は防護具を着用する

◆使用後の個人防護具は、表面に触れないように脱ぐ

◆環境整備

◆部屋の換気をする

5. その他、日頃の感染対策

感染症の発生状況を知る

毎週、市内の感染症の発生状況を市ホームページに掲載しています

＜定点把握対象感染症発生状況（定点医療機関あたり患者数）＞

小児科定点（7医療機関）	2025年
疾病名称【警戒レベル基準】	2週	3週	4週	5週	6週	7週	8週	9週	10週	11週
RSウイルス感染症										
咽頭結膜熱【3.00~】										
A群溶血性レンサ球菌咽頭炎【8.00~】										
感染性胃腸炎【20.00~】										
水痘【2.00~】										
手足口病【5.00~】										
伝染性紅斑【2.00~】										
突発性発しん										
ヘルパンギーナ【6.00~】										
流行性耳下腺炎【6.00~】										

＜全数把握対象感染症発生状況＞

感染症分類	疾病名称	2023年	2024年	2025年（1~最新週）	2025年 13週 3/24~	14週 3/31~	15週 4/7~	16週 4/14~	17週 4/21~	18週 4/28~	19週 5/5~	20週 5/12~	21週 5/19~	22週 5/26~
2類	結核	44	60	22	0	3	0	1	1	0	1	1	3	0
3類	腸管出血性大腸菌感染症	11	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	細菌性赤痢	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4類	E型肝炎	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	デング熱	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	日本紅斑熱	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	レジオネラ症	1	8	2	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
5類	アメーバ赤痢	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ウイルス性肝炎	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	侵襲性インフルエンザ菌感染症	3	3	3	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0
	侵襲性肺炎球菌感染症	7	9	9	0	0	0	1	1	0	0	0	3	1
	侵襲性髄膜炎菌感染症	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
	水痘（入院例）	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	梅毒	22	29	11	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0
	カルバペネム耐性腸内細菌感染症	4	5	2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
	劇症型溶血性レンサ球菌感染症	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

感染対策マニュアルを作成する

○明石市HP ➡健康・福祉➡健康・医療（保健所含む）
➡社会福祉施設等における感染対策➡資料



・集団発生時の報告様式
・感染対策に関する資料
・各施設の良い取り組み例
・介護現場における感染対策の手引き
等掲載しています。

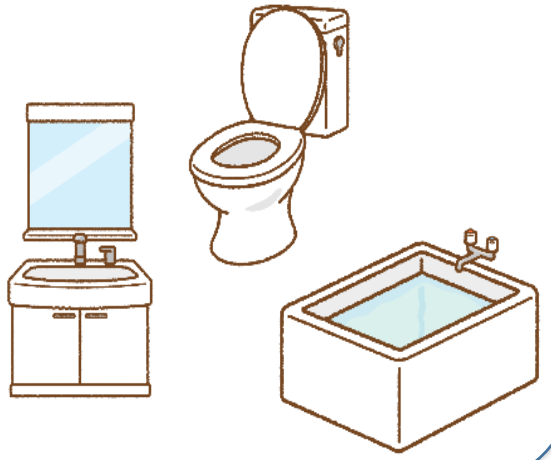


感染対策ラウンドを利用する

感染管理看護師(ICN)※と
あかし保健所職員が
施設を訪問します



施設の環境を
施設職員※と一緒に
確認します

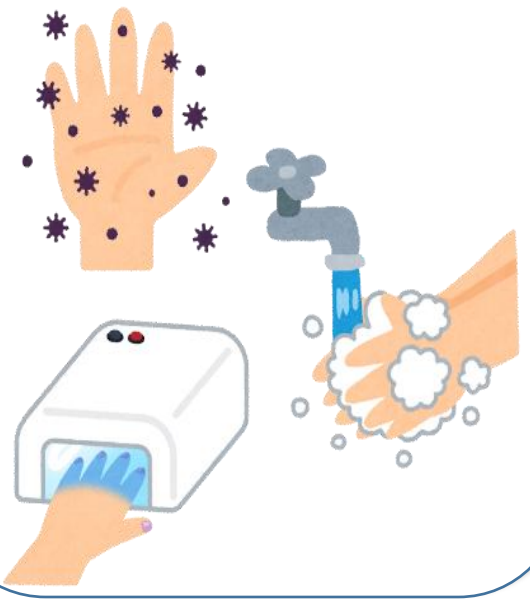


改善点があれば、
施設のやり方にあった
改善方法を一緒に考えます

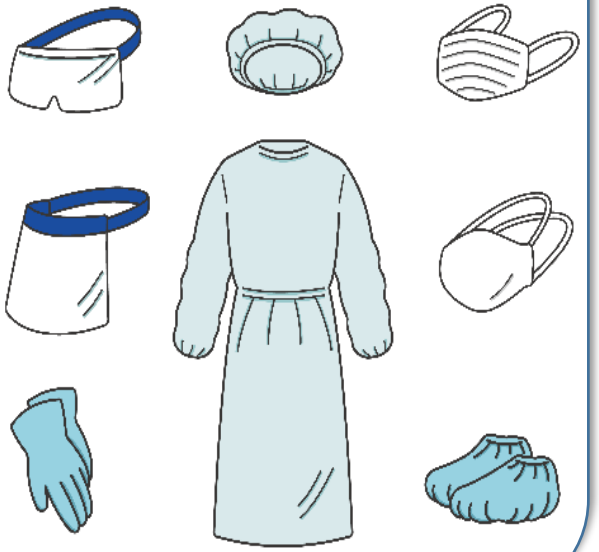


出前講座もぜひご活用ください

蛍光塗料を用いた
手洗いチェック



個人防護具の
着脱訓練



吐物処理演習

