

I -3-3. 標準予防策と感染経路別予防策

出典：厚生労働省

学習目標

- 標準予防策と感染経路別予防策の基礎的な知識を理解し、実践に活用できる。
- 特に新型コロナウイルスに関する飛沫の管理について理解できる。



標準予防策とは
(スタンダード・プリコーション)

利用者の血液、体液（唾液 など）、分泌物（汗は除く）、排泄物、あるいは傷のある皮膚など、感染の可能性のあるものとみなし対応することで、利用者と従事者の双方における感染の危険性を減少させる予防策のこと。

厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2、感染対策の重要性2）感染対策の基礎知識（P.12）
厚生労働省老健局「介護職員のための感染対策マニュアル（概要版）」令和2年10月 感染症を防ぐには（P.3）

標準予防策とは
(スタンダード・プリコーション)

標準予防策の方法

- 素手で扱うことを避け手袋をする。
- 必要に応じてガウンやゴーグルをつける。
- オムツや身に付けていたガウンなども感染の危険があるものとして扱う。
- ケアの前後は、手洗いやアルコール消毒を行う
- マスクは常に着用する



厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2、感染対策の重要性2）感染対策の基礎知識（P.12）
厚生労働省老健局「介護職員のための感染対策マニュアル（概要版）」令和2年10月 感染症を防ぐには（P.3）

感染経路別予防策



厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2、感染対策の重要性2）感染対策の基礎知識（P.12～15）
厚生労働省老健局「介護職員のための感染対策マニュアル（概要版）」令和2年10月 感染経路の遮断（P.5～6）

感染経路別予防策



厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2. 感染対策の重要性2) 感染対策の基礎知識 (P.12~15)
厚生労働省老健局「介護職員のための感染対策マニュアル（概要版）」令和2年10月 感染経路の遮断 (P.5~6)

感染経路別予防策

空気感染



特徴

空気中のチリや飛沫が乾燥した軽い微粒子（飛沫核）を通じて感染

主な病原体

結核菌、麻しんウイルス、水痘ウイルス等

感染拡大防止策

疑われる利用者は速やかに医療機関を受診

厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2. 感染対策の重要性2) 感染対策の基礎知識 (P.12~15)
厚生労働省老健局「介護職員のための感染対策マニュアル（概要版）」令和2年10月 感染経路の遮断 (P.5~6)

感染経路別予防策



厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2. 感染対策の重要性2) 感染対策の基礎知識 (P.12~15)
厚生労働省老健局「介護職員のための感染対策マニュアル（概要版）」令和2年10月 感染経路の遮断 (P.5~6)

飛沫感染

飛沫感染



特徴

- くしゃみのしぶきなど小さな粒子（飛沫）を通じて感染
- 飛沫は 1m程度で落下し空中を浮遊し続けることはない
- 感染している人の、しぶきを近くにいる人が吸い込むことで感染

主な病原体

インフルエンザウイルス、風しんウイルス、新型コロナウイルス等

感染拡大防止策

- マスクを着用する
- 3密を避ける（密閉、密集、密接）

厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 I-2、感染対策の重要性2）感染対策の基礎知識（P.12～15）
厚生労働省老健局「介護職員のための感染対策マニュアル（概要版）」令和2年10月 感染経路の遮断（P.5～6）

3密を避ける



厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 III-1、新型コロナウイルス感染症とは（P.80）

空気感染 (飛沫核感染)



飛沫感染



接触感染



厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 I-2、感染対策の重要性2）感染対策の基礎知識（P.12～15）
厚生労働省老健局「介護職員のための感染対策マニュアル（概要版）」令和2年10月 感染経路の遮断（P.5～6）

接触感染の特徴と主な病原体



特徴

- 接触感染の多くは、目に見えない病原体が付着した手で目、鼻、口、などを触ることで病原体が体に入り感染する。
- 感染しているヒトに直接触れることでおこる直接接触感染と、病原体が付着した物を通じておこる間接触感染がある。

主な病原体

ノロウイルス、疥癬（かいせん）、新型コロナウイルス 等

感染拡大防止策

- まめに手洗い・手指消毒
- ケア時は、手袋、ガウン等を着用
- 共用タオルは使用しない

厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 I-2、感染対策の重要性2）感染対策の基礎知識（P.12～15）
厚生労働省老健局「介護職員のための感染対策マニュアル（概要版）」令和2年10月 感染経路の遮断（P.5～6）

人は、“無意識に”顔を触っています！



そのうち目、鼻、口などの**粘膜**は、
約**44パーセント**を占めています！

厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 III-1、新型コロナウイルス感染症とは（P.81）

感染症の感染経路の例

インフルエンザ
新型コロナウイルス感染症の場合



厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 I-2、感染対策の重要性2）感染対策の基礎知識（P.12）

感染経路別予防策の例

インフルエンザ
新型コロナウイルス感染症の場合

標準予防策
(スタンダード・
プリコーション)



飛沫感染
予防



接触感染
予防



厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 I-2、感染対策の重要性2 感染対策の基礎知識（P.12）
厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 III-2、介護サービスにおける新型コロナウイルス感染症対策（P.88）

職員・利用者ともに日頃から取り組むこと

- 3密を避ける
- マスクの着用
- 手洗い、手指消毒
- 清掃の徹底と、定期的な消毒



厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 III-1、新型コロナウイルス感染症とは（P.80）

意識が重要



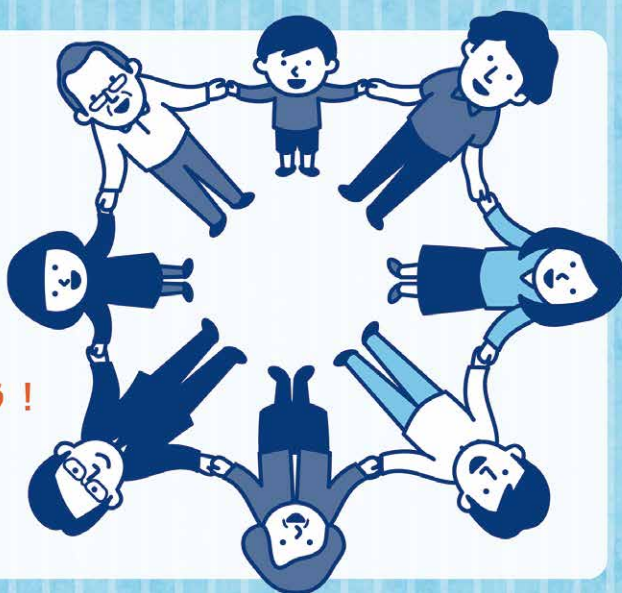
厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 I-2、感染対策の重要性2 感染対策の基礎知識（P.12～15）
厚生労働省老健局「介護職員のための感染対策マニュアル（概要版）」令和2年10月 感染経路の遮断（P.5～6）

意識が重要



厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2. 感染対策の重要性2) 感染対策の基礎知識 (P.12~15)
厚生労働省老健局「介護職員のための感染対策マニュアル（概要版）」令和2年10月 感染経路の遮断 (P.5~6)

正しい知識を身につけ
利用者、家族、職員が
協力して
感染拡大を防ぎましょう！



I -3-3-1. 個人防護具 (PPE:Personal Protective Equipment)

医療施設で頻繁に使用される個人防護具には、手を覆う手袋、胴体部分を覆うエプロンやガウン、眼・鼻・口などの粘膜を守るためのマスクやフェイスシールド、シールド付マスクなどがある。個人防護具は湿性生体物質が透過しない防水性のものを選択し、作業に応じて使い分ける。

I -3-3-1-1. 手洗い、個人防護具の適切な使用

出典：厚生労働省

学習目標

- 手洗いや個人防護具の使用について教材により学習し、自分の行動を振り返ることができる
- 生活の場における適切な行動ややってはいけない行動などが行動レベルで説明でき、実施できる



手洗い

手洗いは感染対策の基本です。正しい方法を身に付け、きちんと手洗いします。



手洗いは



ケアの
前と後

が基本！



厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2 3) 介護・看護ケアと感染対策（P.28～29）

手洗いのポイント！

洗い残しの発生しやすい箇所



手背



手掌

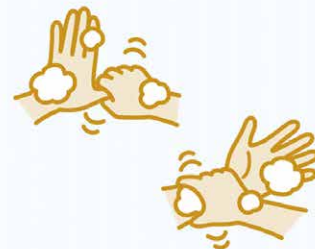
頻度が高い

頻度がやや高い

厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2 3) 介護・看護ケアと感染対策（P.28～29）

衛生的な手洗い

目に見える汚れがない場合



目に見える汚れがある場合は
手洗いをしましょう



消毒漏れがないように消毒薬を刷り込むようにして消毒すること。

厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2 3) 介護・看護ケアと感染対策（P.28～29）

個人防護具の適切な使用
(手袋、マスク、ガウン、エプロン、
フェイスシールド等)

個人防護具の使用

感染防護具の正しい使い方、外し方を見つけることは、とても重要

適切な
タイミング
で着用



正しい
方法で着脱

厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2-2 (5) 感染防護具の着脱 (P.25~26)

個人防護具の適切な使用
(手袋、マスク、ガウン、エプロン、
フェイスシールド等)

個人防護具の使用

マスク



手袋



エプロン
ガウン



ゴーグル
フェイスシールド



など

状況に応じて、適切に選択し、組み合わせて使用します。

厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2-2 (5) 感染防護具の着脱 (P.25~26)

個人防護具の適切な使用

マスクは日頃から
必ず着用！



体液、嘔吐物、
排泄物等を扱うとき

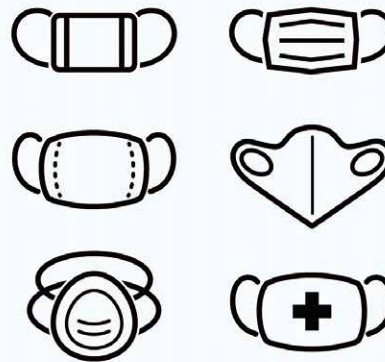


手袋、フェイスシールド、
エプロンを着用

厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2-3 介護・看護ケアと感染対策 (P.28~29)

個人防護具の適切な使用

マスクは様々な種類があります



厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2（参考）マスクの種類（P.15）

個人防護具の適切な使用

個人防護具の使用

利用者ごとに交換

速やかに捨てる



厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2-2（5）感染防護具の着脱（P.25～26）

個人防護具の適切な使用

手袋は、血液などの体液、嘔吐物、排泄物等に触れるときには必ず着用する



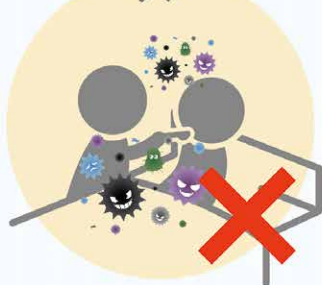
標準予防策を徹底しよう！！

厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2-2（5）感染防護具の着脱（P.25～26）

個人防護具の適切な使用

次のようなことは、絶対にしてはいけません

汚染した手袋での
ケア



色々な場所を触る



手指消毒や
手洗いを省略する



厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2-3) 介護・看護ケアと感染対策 (P.30~31)

個人防護具の適切な使用

マスクの
着脱



着用するとき

鼻と口を両方覆う

外すとき

表面を触らないよう
ヒモを持つ

フェイス
シールド



外すとき

外側に触れないよう
に外す

厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2-2) (5) 感染防護具の着脱 (P.25~26)

個人防護具の適切な使用

装着する順番



脱ぐ順番



厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2-2) (5) 感染防護具の着脱 (P.25~26)
介護職員のための換算対策マニュアル

新型コロナウイルス感染症 の場合

-  場面や接触の度合いに応じて个人防护具を選択
-  発熱がある利用者のケアは、エプロンや手袋を着用
-  咳込みの多い利用者のケアは、フェイスシールドを装着し、髪のもも汚染される可能性がある場合はキャップも使用
-  ケア時は、手袋を着用し、手指消毒を徹底
-  感染が疑われる症状のある利用者には、マスクを着用してもらう

厚生労働省「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 1-2-3（3）感染経路別の予防策（P.14～15）、
III-2. 介護サービスにおける新型コロナウイルス感染症対策（P.89）

个人防护具等が 不足する場合の対応

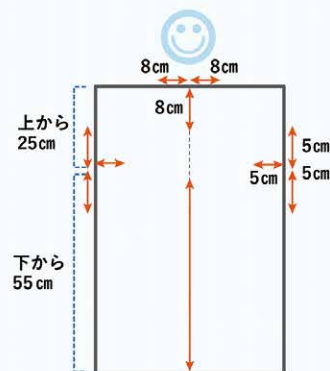
簡易エプロンの作り方



用意するもの ビニールのゴミ袋45リットル1枚、はさみ

作り方

- ① 上から25cmのところに5cm切れ目を入れる
- ② 上下に1枚ずつ5cm切れ目を入れる
- ③ 中心部分を上から8cm切れ目を入れる
- ④ 左右に8cmの切れ目を入れる
- ⑤ 下の中心から1枚だけ(背中)切れ目を55cm程度入れる



厚生労働省「訪問介護職員のためのそうだったのか！感染対策！②（利用者となんかの間でウイルスのやりとりをしないために）」
(https://www.youtube.com/watch?v=RZN_aN6dcs4&feature=youtu.be)

个人防护具等が 不足する場合の対応

簡易エプロンの作り方

- ① 上から25cmのところに5cm切れ目を入れる



厚生労働省「訪問介護職員のためのそうだったのか！感染対策！②（利用者となんかの間でウイルスのやりとりをしないために）」
(https://www.youtube.com/watch?v=RZN_aN6dcs4&feature=youtu.be)

個人防護具等
不足する場合の対応

簡易エプロンの作り方

②上下に1枚ずつ5cm切れ目を入れる

袋の底に向けて5cm



袋の口に向けて5cm



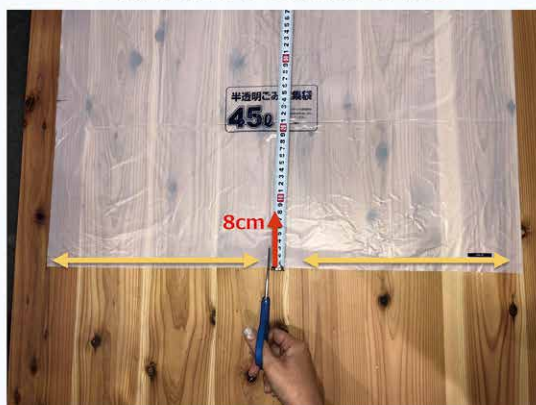
もう片方も、同じように切込みを入れます。

厚生労働省「訪問介護職員のためのそうだったのか！感染対策！②（利用者とあなたの間でウイルスのやりとりをしないために）」
(https://www.youtube.com/watch?v=RZN_aN6dcs4&feature=youtu.be)

個人防護具等
不足する場合の対応

簡易エプロンの作り方

③中心部分を上から8cm切れ目を入れる



厚生労働省「訪問介護職員のためのそうだったのか！感染対策！②（利用者とあなたの間でウイルスのやりとりをしないために）」
(https://www.youtube.com/watch?v=RZN_aN6dcs4&feature=youtu.be)

個人防護具等
不足する場合の対応

簡易エプロンの作り方

④左右に8cmの切れ目を入れる

左に8cmの切れ目を入れる



右に8cmの切れ目を入れる



厚生労働省「訪問介護職員のためのそうだったのか！感染対策！②（利用者とあなたの間でウイルスのやりとりをしないために）」
(https://www.youtube.com/watch?v=RZN_aN6dcs4&feature=youtu.be)

個人防護具等が
不足する場合の対応

簡易エプロンの作り方

⑤下の中心から1枚だけ(背中)切れ目を55cm程度入れる



厚生労働省「訪問介護職員のためのそうだったのか！感染対策！②（利用者とあなたの間でウイルスのやりとりをしないために）」
(https://www.youtube.com/watch?v=RZN_aN6dcs4&feature=youtu.be)

個人防護具等が
不足する場合の対応

簡易エプロンの作り方

完成



厚生労働省「訪問介護職員のためのそうだったのか！感染対策！②（利用者とあなたの間でウイルスのやりとりをしないために）」
(https://www.youtube.com/watch?v=RZN_aN6dcs4&feature=youtu.be)

個人防護具等が
不足する場合の対応

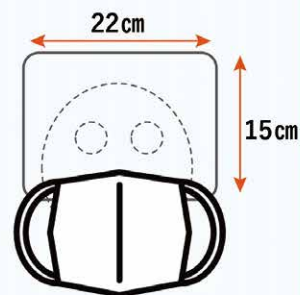
フェイスシールドの作り方

用意するもの マスク、A4クリアファイル(透明)、
ハサミ、ホッチキス

作り方

①1枚のA4サイズのクリアファイルを横半分に切り、輪になっている部分を切り取ると4枚のシートができる

②1枚のシートの角を丸く切り、マスクの上側に1cm程度重ね、ホッチキスで左右2か所止める



厚生労働省「訪問介護職員のためのそうだったのか！感染対策！②（利用者とあなたの間でウイルスのやりとりをしないために）」
(https://www.youtube.com/watch?v=RZN_aN6dcs4&feature=youtu.be)

個人防護具等が
不足する場合の対応

フェイスシールドの作り方

- ①1枚のA4サイズのクリアファイルを横半分に切り
輪になっている部分を切り取ると4枚のシートができる

クリアファイルの閉じている部分を切り取る



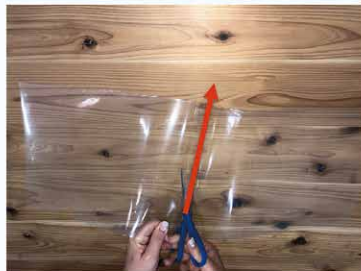
厚生労働省「訪問介護職員のためのそうだったのか！感染対策！②（利用者とあなたの間でウイルスのやりとりをしないために）」
(https://www.youtube.com/watch?v=RZN_aN6dcs4&feature=youtu.be)

個人防護具等が
不足する場合の対応

フェイスシールドの作り方

- ①1枚のA4サイズのクリアファイルを横半分に切り
輪になっている部分を切り取ると4枚のシートができる

クリアファイルを半部に切り取る



厚生労働省「訪問介護職員のためのそうだったのか！感染対策！②（利用者とあなたの間でウイルスのやりとりをしないために）」
(https://www.youtube.com/watch?v=RZN_aN6dcs4&feature=youtu.be)

個人防護具等が
不足する場合の対応

フェイスシールドの作り方

- ①1枚のA4サイズのクリアファイルを横半分に切り
輪になっている部分を切り取ると4枚のシートができる

半分にしたクリアファイルを更に半分にし4枚にします。



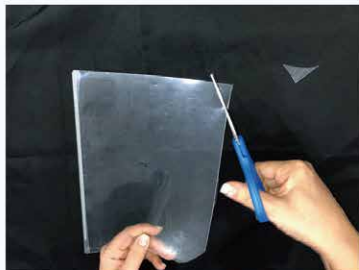
厚生労働省「訪問介護職員のためのそうだったのか！感染対策！②（利用者とあなたの間でウイルスのやりとりをしないために）」
(https://www.youtube.com/watch?v=RZN_aN6dcs4&feature=youtu.be)

個人防護具等が
不足する場合の対応

フェイスシールドの作り方

②1枚のシートの角を丸く切り、マスクの上側に1cm程度
重ね、ホチキスで左右2か所止める

4枚になった1枚のシートの角を丸く切り取ります。



厚生労働省「訪問介護職員のためのそうだったのか！感染対策！②（利用者となんたの間でウイルスのやりとりをしないために）」
(https://www.youtube.com/watch?v=RZN_aN6dcs4&feature=youtu.be)

個人防護具等が
不足する場合の対応

フェイスシールドの作り方

1枚のシートの角を丸く切り、マスクの上側に1cm程度重
ね、ホチキスで左右2か所止める

ホチキスで左右2か所止める



厚生労働省「訪問介護職員のためのそうだったのか！感染対策！②（利用者となんたの間でウイルスのやりとりをしないために）」
(https://www.youtube.com/watch?v=RZN_aN6dcs4&feature=youtu.be)

個人防護具等が
不足する場合の対応

フェイスシールドの作り方

完成



厚生労働省「訪問介護職員のためのそうだったのか！感染対策！②（利用者となんたの間でウイルスのやりとりをしないために）」
(https://www.youtube.com/watch?v=RZN_aN6dcs4&feature=youtu.be)

感染者や濃厚接触者がでた場合のケア

ー施設系・通所系サービス施設における必要な物品のチェックリストー

○マスクの着用を前提としてその他必要な物品を掲載

	施設系・通所系
(i) 食事の介助	☐ 使い捨て容器 ☐ 使い捨てエプロン ☐ フェイスシールド/ゴーグル ☐ 使い捨て手袋 ☐ 洗剤/次亜塩素酸ナトリウム液 ☐ ティッシュ ☐ ビニール袋
(ii) 排泄の介助	☐ 手袋 ☐ マスク ☐ 使い捨てエプロン（ポータブルトイレの場合は次亜塩素酸ナトリウム液）
(iii) 清潔・入浴の介助	☐ タオル ☐ 手袋 ☐ 次亜塩素酸ナトリウム液
(iv) リネン・衣類の洗濯	☐ 洗剤/次亜塩素酸ナトリウム液

＜参考＞厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 II-2、介護サービスにおける新型コロナウイルス感染症対策（P.96、97）

感染者や濃厚接触者がでた場合のケア

ー訪問系サービスにおける必要な物品のチェックリストー

○マスクの着用を前提としてその他必要な物品を掲載

	訪問系
(i) 食事の介助	☐ 使い捨て容器 ☐ エプロン ☐ フェイスシールド/ゴーグル ☐ 使い捨て手袋 ☐ アルコール入りウェットティッシュ/次亜塩素酸ナトリウム液 ☐ ティッシュ ☐ ビニール袋
(ii) 排泄の介助	☐ 手袋 ☐ ビニール袋 ☐ 使い捨てエプロン
(iii) 清潔・入浴の介助	☐ タオル ☐ 手袋 ☐ 家庭用洗濯用洗剤
(iv) 環境整備	☐ 手袋 ☐ タオル・クロス（利用者毎）/ペーパータオル ☐ 消毒用エタノール/次亜塩素酸ナトリウム液 ☐ 液状石鹸

＜参考＞厚生労働省老健局「介護現場における感染対策の手引き（第1版）」令和2年10月 II-2、介護サービスにおける新型コロナウイルス感染症対策（P.97、98）