

手洗い

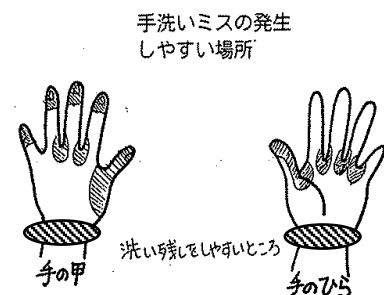
感染症、特に接触感染対策の基本は「手洗いに始まり、手洗いに終わる」とも言われています。保育者がよく手を洗い、正しい手の洗い方を子どもに教えることが大切です。日常的な手洗いは、石鹸液、流水にて行い、感染症流行時や汚物処理の後には、石鹸液、流水による手洗いに加えてアルコール消毒を行きましょう。

①手洗いの留意事項

- 手洗い前に時計や指輪は、はずす。
- 爪の間は、微生物がたまりやすく洗い流しにくい場所のため、爪は短くしておく。
- 手荒れがあると細菌がつきやすくなるため、ハンドクリームを使用して手荒れを防ぐ。ハンドクリームは清潔な手で扱うこと。
- 手洗い後の消毒（アルコール）は、きれいに汚れを落とした手に使用してこそ効果を発揮する。

②職員が手を洗うタイミング

- 食べ物を扱ったり、調乳したり、子どもに食べさせたりする前と後、子どもの薬を扱ったりする前
- トイレに行った後、子どもの排泄を手伝った後、オムツを変えた後
- 子どもの嘔吐物などに触れた後、または処理した後
- 子どもの出血（鼻血、外傷）の処理をした後
- ペットやペット用品、ペットの汚物を触った後
- 部屋、トイレ、おもちゃなどを清掃した後
- 手袋を使用して処理をし、手袋をはずした後
- 見た目にも手が汚れている時



③子どもが手を洗うタイミング

- 食事（おやつを含む）の直前直後
- トイレに行った後
- 外遊びの後（特に砂遊びの後、爪の中に砂や泥が残らないように）
- 粘土遊びの後（特に爪の中に残らないように）
- ペットやペット用品、ペットの汚物を触った後
- 見た目にも手が汚れている時

※正しい手洗いの方法（30秒以上、流水で行う）

- ①液体石けんを泡立て、手のひらをよくこすります。
- ②手の甲を伸ばすようにこすります。
- ③指先、つめの間を念入りにこすります。
- ④両指を合体し、指の間を洗います。
- ⑤親指を反対の手でにぎり、ねじり洗いをします。
- ⑥手首も洗った後で、最後によくすすぎ、その後よく乾燥させます。

手洗いの順序



1. 手のひらを合わせ、よく洗う



2. 手の甲を伸ばすように洗う



3. 指先、爪の間をよく洗う



4. 指の間を十分に洗う



5. 親指と手掌をねじり洗いする



6. 手首も洗う



7. 水道の栓を止めるときは、手首か肘で止める。できないときは、ペーパータオルを使用して止める



④手拭きタオルについて

- きれいに手を洗っても、手拭きタオルが汚れていたり、共用していたら効果がありません。
- 手洗い後の手拭きタオルは、使い捨てタオル（ペーパータオル）か、又は、個人専用タオルを使用する。（小さなハンドタオルを大量に準備し、一回ごとに使用後まとめて洗い、再利用する方法もあります。）
- 個人専用タオルを使用する場合は、最低2枚用意する。（食事用、トイレの後用に分けましょう。）
- タオルかけは、互いのタオルが接触しないよう十分な間隔を保つようにする。

※感染症流行時には、蔓延防止のため、使い捨てタオル（ペーパータオル）にしましょう。

⑤使い捨て手袋の取り扱い方法

取り扱い方法を誤ると汚染の原因となる場合がありますので注意しましょう。

※手袋を使用する時

- 子どもの便を扱う時
- 血液やおう吐物を扱う時
- 職員自身の傷等への感染を防ぎたい時

※手袋を使用した後は、必ず手を洗いましょう。

- 手袋内で汗をかいて微生物が増殖している可能性があります。
- 手袋に穴が開いているかもしれません。
- 手袋をはずす時、汚物が手についたかもしれません。

◎ 1回ごとに手袋を交換しましょう。

手袋のはずし方

- 手袋をはずす時は、手袋の内側を出すようにする。
- 外側は不潔なので触れないように慎重にはずす。

