

施設における蛍光塗料を用いた 手指消毒・手洗い研修

京都府新型コロナウイルス感染専門サポートチーム

蛍光塗料を用いるメリット

日頃行っている自己流の手指衛生（アルコール性手指消毒・流水による手洗い）の効果を実視化することができるため、気づきが得られ行動変容のきっかけとなる。

洗い残しが多くて
びっくりした。

普段の手洗いやアルコール消毒が
いかに自己満足になっていたか
分かった。

研修後の感想

手荒れが酷いので
ケアの大切さがわかった。

自分自身の手洗いの癖が
よくわかりました。
今後から癖を意識して実施
します！



手順

(1) 手指消毒の研修

- ① 蛍光塗料を参加者の手のひらにワンプッシュずつ配布する。
- ② 参加者は、蛍光塗料をアルコール消毒剤に見立てて、普段通りに手指消毒をする。
- ③ ブラックライトを手に当て、消毒できてない部位（光らない部位）を目視する。
- ④ 「どのように塗り込めば、塗り残しがなくなるか」を考えながら、正しい消毒方法を確認する。

(2) 流水と石鹼による手洗い研修（これからこのクリームが汚れに変わります。）

- ① 参加者は、手洗い場に移動し、普段通りの手順で石鹼を使用した手洗いを行う。
- ② ブラックライトを手に当て、洗い残しの部位（光る部位）を目視する。
- ③ 洗い残し部位（光る部位）を「手のイラストが描いた用紙」に色塗りして、自分の手洗いの癖を見える形で記録し、意識して手洗いできるように説明する。

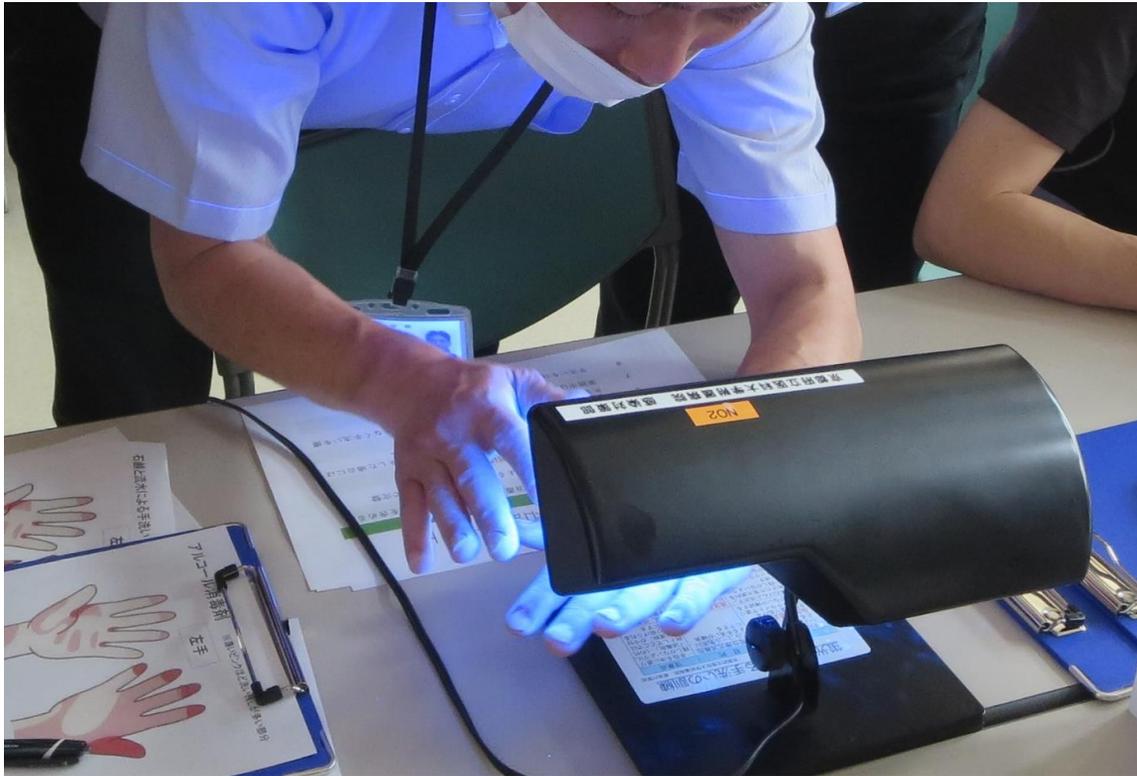
★ブラックライトは暗所で使用すると良く見えるため、カーテンを閉める・消灯する。

アルコール性手指消毒ができていないか



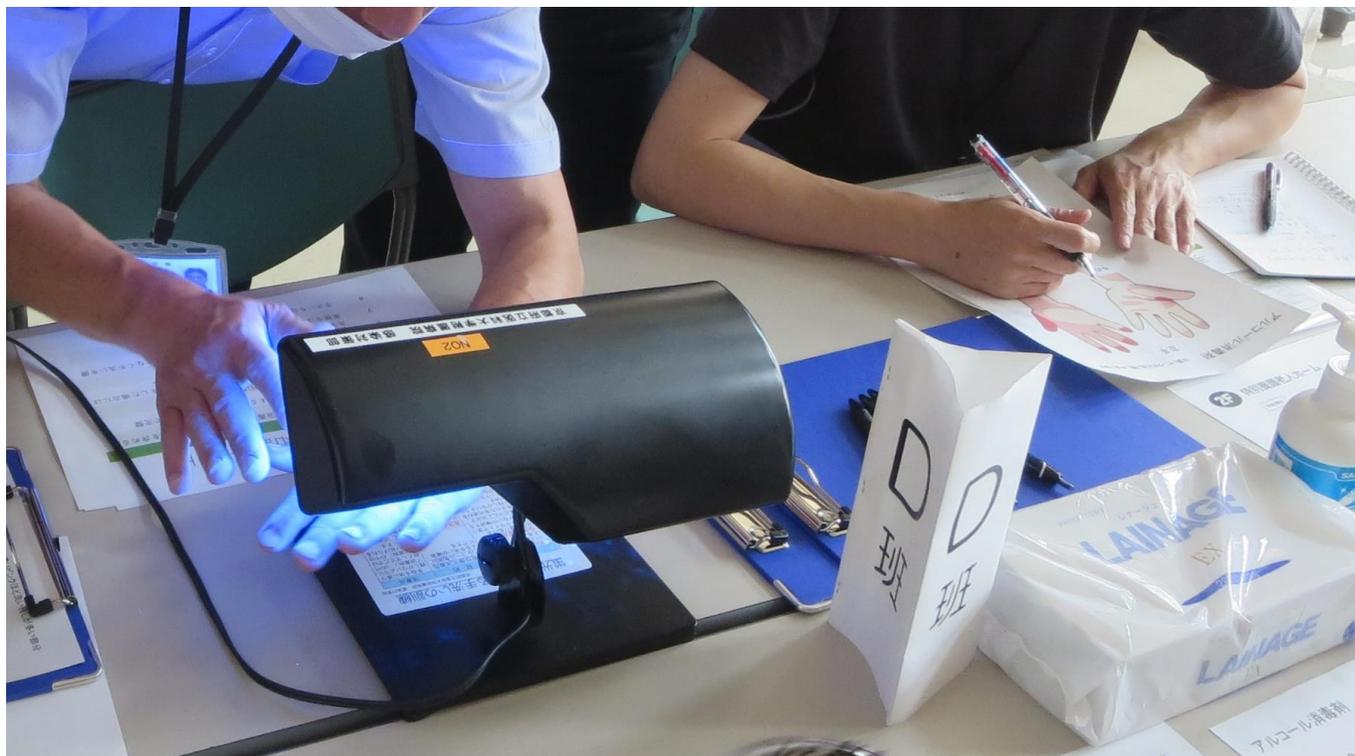
★ブラックライトで塗料が光らない部分は塗料が塗れていない＝アルコール消毒ができていない部分

石鹼と流水による手洗いができているか

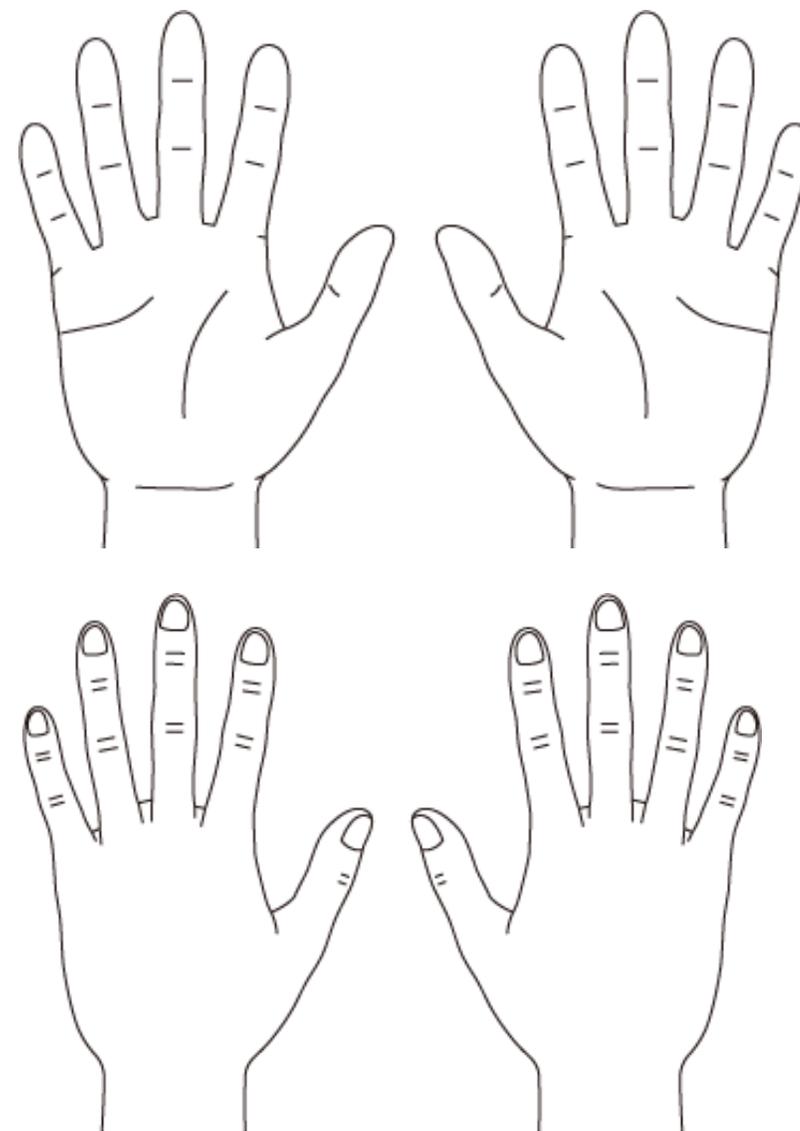


★ブラックライトで塗料が光っている部分＝手洗いで汚れが落とせていない部分

色塗り



★できていなかったところを色塗り用紙に記録



- 洗い残しの多いところ
- やや洗い残しの多いところ



- ★利き手の反対側はよく落とせているが、利き手側は残っている場合がよく見られる。
- ★指の股の部分、親指、爪、皺の部分にも塗り残し・落とし残しが多い。
- ★手荒れの部分は残りやすい。

必要物品

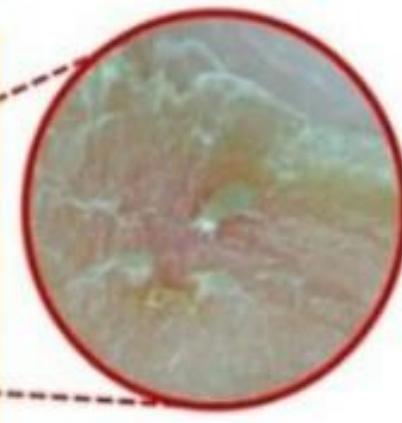
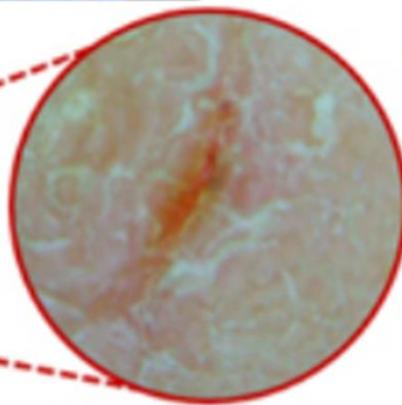
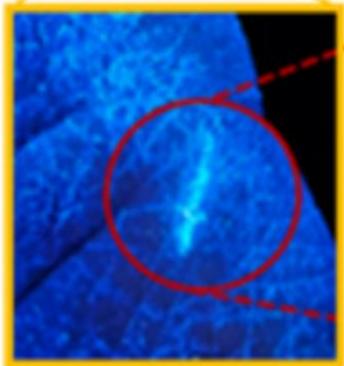
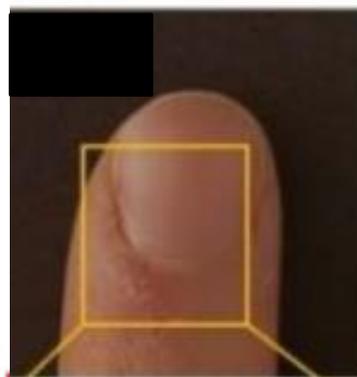
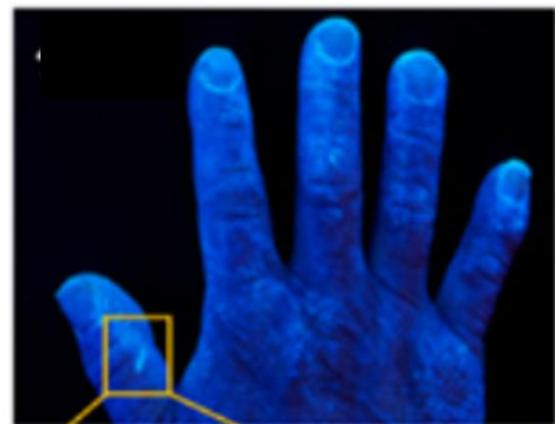
- ブラックライト
- 蛍光塗料



手荒れの部分に温床のリスク有

★皺や傷の部分は残りやすい＝菌やウイルスの温床
乾燥・手荒れ予防の指導を行う。

★手荒れの原因はアルコール？保湿剤？
⇒保湿剤入りの手指アルコール製剤を使用。
他のアルコール消毒剤試す。
医療機関の受診。



手荒れが怖くて
アルコールが
使えないなあ



蛍光塗料の付着した手を洗った後



飛び散っているかも...

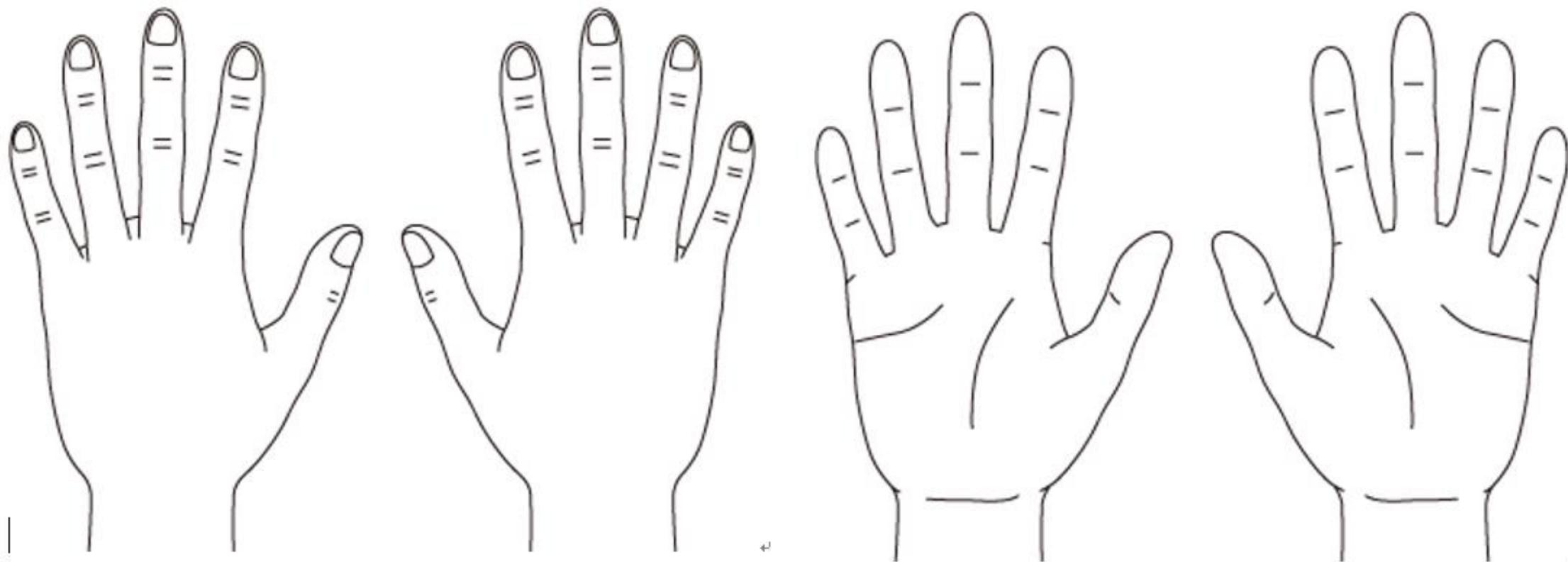


- みんなできてる？正しい手洗い方法（厚生労働省）の実践をわかりやすく解説
- Bing 動画



<https://www.bing.com/videos/riverview/relatedvideo?&q=%e6%89%8b%e6%b4%97%e3%81%84%e7%a0%94%e4%bf%ae+%e6%89%8b%e8%a2%8b&&mid=74A77E7242FE181A096B74A77E7242FE181A096B&&FORM=VRDGA R>

手指消毒手順のイラスト



手指消毒剤による手洗い

①



最後までしっかり
1プッシュする

規定量（2～3mL）
の消毒剤を乾いた手
に受ける。

②



指先や爪の間に擦り込み、
反対の手掌に消毒剤を移し、
同様に擦り込む

③



手の平にまんべんなく
よく擦り込む

④



指の間によく擦り込む
（両手）

⑤



手の甲にも擦り込む
（両手）

⑥



親指はもう片方の手で
包み擦り込む（両手）

⑦



手首も擦り込む
（両手）

乾燥

塗り残しのないよう乾燥するまで（約15～30秒）、手指全体によく擦り込む
しっかり擦り込むと細菌数の減少は最大で10万分の1

石鹸と流水による手洗い

①



手指を流水でぬらす

②



石けんを適量取り出す

③



手のひらをこすり合わせてよく泡立てる

④



指の間をこすり合わせる（両手）

⑤



手の甲をもう片方の手の平でこする（両手）

⑥



指先でもう片方の手の平をこする（両手）

⑦



親指をもう片方の手で包みこする（両手）

⑧



手首まで丁寧にこする（両手）

⑨



流水でよくすすぐ

⑩



ペーパータオルは2～3枚使い、**しっかり水気を拭き取り乾燥させる**

Wash and Dry

乾燥

濡れた手指は、乾いた手指と比べて伝播する病原体の数は100倍～1000倍多くなる！



自動水洗でない場合、手を洗った後のペーパータオルで蛇口を閉める