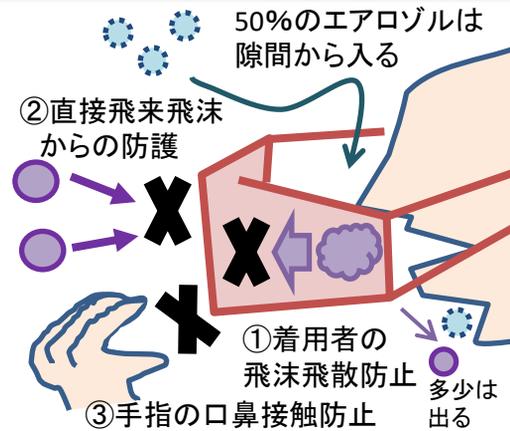


1. まずは地域毎の流行状況の把握・3密対策の徹底を

マスク着用の意義は①着用者の飛沫飛散防止、②直接飛来飛沫からの防護、③手指の口鼻接触防止の3つの意義しかなく、エアロゾルによるコロナ感染を防ぐことはできません。一方で感染の危険性は、①エアロゾル>②飛沫>③接触です。最も予防しなければならないエアロゾルはマスクで防げないため、3密対策によりエアロゾルの拡散する空間に居ない・作らないことが大切です。

また、流行の状況によりそもそも感染者がいない地域では感染が発生することは原則ありません。人口密集地やイベント参加等感染リスクの高い場所に行くときを除き、防護意義の低い感染対策は生活や他の健康問題(熱中症等)とバランスをとって考える必要があります。

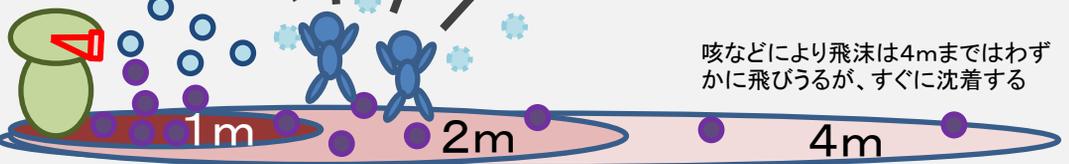


3密対策について

3密状態とは、マスクを着用していてもエアロゾルにより感染しうる状態です。距離が近づけば近づくほど危険です。

3密におけるリスク低減のためには、マスク着用はもちろん、そのような状況にしないようにあらかじめ管理することが大切です。

マスク着用時は遠くとも1m程度しかエアロゾルは飛散しない



↑マスク着用
↓マスク非着用



※なお、屋外の場合、屋内と比べ100~600倍の換気状態なので、エアロゾルによるリスク範囲は半分以下(1m→0.5m、2m→1m、4m→2m)にまで低下すると考えて下さい。

2. 飛沫感染保護を考えるなら十分な吸水性・水不透過性のある素材を2重以上で

マスク着用は、3密対策を講じた場合でもリスクが許容できない右のような場合に着用が必要です。とくに他人と頻繁に対面し3密状態になり作業せざるを得ない者については、性能の保証された右Aを着用することが勧められます。

そのような作業をされることのない方はA以外に右B,Cのマスクでも十分飛沫からの防護(マスクの意義②③)が期待できます。マスク形状でなくフェイスマスク形状にすれば呼吸も楽ですし、2重の布の間に冷却剤などを入れれば熱中症対策にもなります。

なお、マスク着用の際は以下の点に注意しないとマスク着用の意義が失われますので注意してください。



【マスク着用が必要なとき】

- ・3密状態になりうる状態で複数人で作業するとき
- ・作業等激しい動きを伴わなくとも、とくに密集等3密状態が悪化するとき(満員電車等)

- 一般的な使い捨てサージカルマスク(3層以上の不織布マスク)
- 洗浄(数回程度)し破れ等着用支障のない程度に劣化したサージカルマスク
- 十分な吸水・水不透過性能(下記要件※を満たす)布マスク(又はフェイスマスク)

※布マスクに求められる要件

- 十分な吸水性能のあるタオル等*で作られた布素材であること、あるいは、微粒子(1~10 μ m程度)の不透過性(90%程度以上)が確認されている製品であること。
*霧吹き(30cm程度離す)で色水を吹きかけたときに裏面に色水が透過しない程度の性能。
- 原則として2重以上**
*別種類の布地により静電帯電するとなおよい
- 必ずしもマスク形状である必要はなく、顔面(口鼻)側が外界と隔絶できるのであれば、左上図のようなフェイスカバー形式でよい。(首元の多少の隙間は問題ない)

【マスク着用時の注意】

- マスクを外す際は必ず顔を触る前に手指消毒を行う
- マスク着用中に鼻を出さない。
- マスクの隙間から手を入れない(顔を触ったりしない)

3. 感染リスクが低い状況では、①着用者の飛沫飛散防止だけを目的にしてよい

感染者がいる可能性が極めて低い状況では、3密防止のための対策のみで十分ですので、布マスクもマスクの意義①のみで十分です。その場合、布マスクは十分な性能(右記III)のある布素材であれば、1重でかつ鼻と口さえ覆っていれば十分です。