

# 『70%超が実は知らない、マスクの正しい着用方法のススメ』

性能試験でカット率0% (つけてないのと同じ) という悲惨な結果も…実は使い方の問題!

過去のNHK番組内での市販マスクの性能試験結果で、カット率0%という悲惨な結果が放映された。実は、これはマスクの性能の問題ではなく、マスクの性能を発揮できていなかった結果でした。

マスクには、主に以下の2種類のタイプがあります。

- ・不織布タイプ：フィルターの機能が強く、ウイルス・菌をブロックする目的での使用が効果的
- ・ガーゼタイプ：フィルター機能が低く、喉の乾燥予防などに選ばれている

このことから、感染症拡散予防には不織布タイプが適しています。なかでも、最もポピュラーなプリーツ型マスクの正しい使用方法をご紹介します。

## <プリーツ型マスクの正しい使用方法>

- ①マスクに触れる前に必ず手を洗います
- ②針金がある方が「上」(鼻の位置)に、マスクの折り目(ひだ)の山の部分が「下」に向くようにします
- ③ゴム紐を広げ、プリーツを上下によく伸ばします
- ④マスクを顔にあて、ゴム紐を耳にかけます
- ⑤針金部分をなるべく隙間なく鼻にフィットさせ、最後に顎を覆います

また、着用中の禁止事項をご紹介します。

- ・マスクを顎にかける：アゴにウイルス等が付着していた場合、マスクの内側に付着します
- ・鼻が出ている、鼻周りに隙間：鼻からのウイルス侵入を防げません
- ・フィルターに触れる：フィルターで防御したウイルスが手に付着します
- ・ゆるめのゴム紐を選択：隙間ができ、菌の侵入を防げません

マスクを外す時はフィルターに触らないように、ゴム紐を持ってゆっくり外します。



文 宮本 貴司 text by Takashi Miyamoto

### Profile

株式会社デルフィーノケア 代表取締役

1972年生まれ。日大文理学部卒業。事業会社でITサービス、地域コミュニティーサイトなど新規事業上げを経験後、2015年12月に代表取締役に就任。「感染症ゼロを目指して」のコンセプトのもと、警察、病院、薬局、学校、オフィス等に「まるごと抗菌」を提供しています。