

日衛連NEWS

Japan
Hygiene Products
Industry Association

発行 / (一社) 日本衛生材料工業連合会

特集

マスクのつけ方のポイント

つけるときのポイントは、3つ。

- ①「裏と表をきちんと確認する」
- ②「ワイヤーが入っているタイプは自分の鼻のかたちフィットするように曲げる」
- ③「ヒダを伸ばし、あごの下まで覆う」

そして、マスクの周囲が、顔に接していること、すきまが無いことを確認します。

■マスクをつける時のポイント① 裏と表、確認しましょう。

意外と気づきにくいのがマスクの表裏の違い。

正しく着用するためには

- ①パッケージ裏面等に記載されている表裏の見分け方を確認しましょう。
- ②プリーツタイプでわからない場合は、以下を参考にしましょう。

一般的なプリーツマスクの場合の裏と表の見分け方はいくつかあります。

見分け方

1

ロゴ(名前)が読める側が表側(外側)

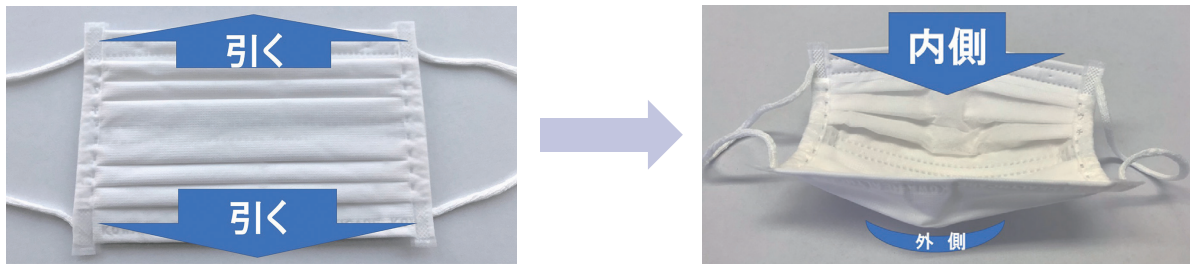
ブランドなどロゴを表示しているマスクなら、相手から読めるように付けるのが正解!



ブランドの名前など外から読めれば正しい裏表

見分け方
2**マスクを引っ張って確認する。**

マスクを左右に引っ張って広げて、へこんだ側が「内側」(口元にあたる側)。

**マスクの上と下を見分ける**

プリーツ型はメーカーによって形状が異なりますが、

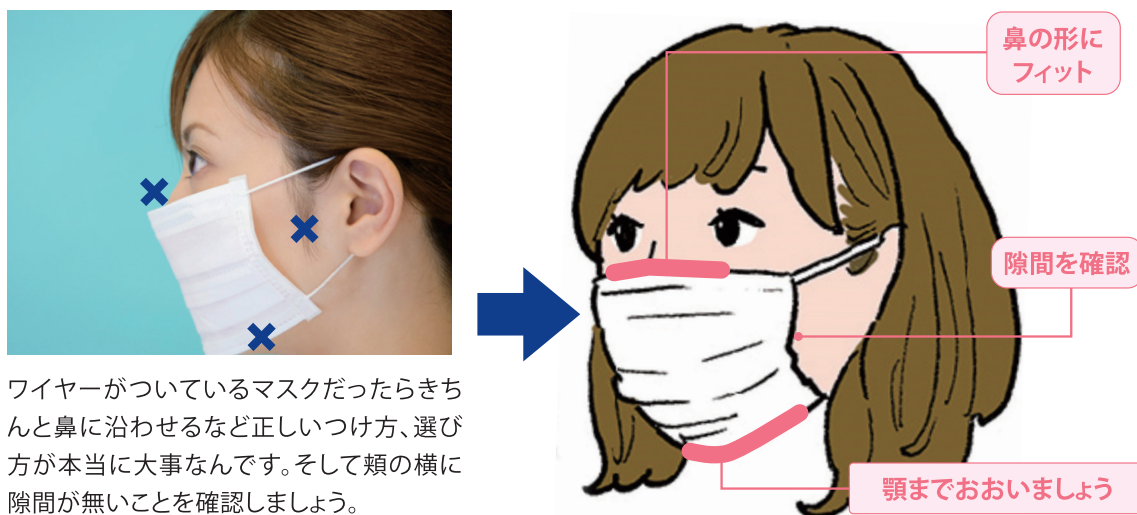
- ワイヤーが付いていればワイヤーの部分が上、付いていなければどちらでもいいですよ。
- マスクにロゴやマークがついていれば、相手から読めるように上下を判断する。
- ご注意:プリーツのヒダの向きでは、判断することができません。

最近のマスクは様々なタイプがあり、ヒダが上向きか下向きかで上下を見分ける法則は成り立ちません。

またヒダができるようなマスクの付け方は、顔からの漏れが発生しやすい構造であることとなりますのでご注意ください。

■マスクをつける時のポイント② 隙間の無いつけ方がベスト

鼻からあごまでしっかりとおおうようにつけましょう。飛沫やエアロゾル、花粉を防ぐために付けるのだから、隙間が空いていたりしては隙間から飛沫やエアロゾル、花粉が入り込みます。



ワイヤーがついているマスクだったらきちんと鼻に沿わせるなど正しいつけ方、選び方が本当に大事なんです。そして頬の横に隙間が無いことを確認しましょう。

■マスクをつけるときのポイント③

飛沫やエアロゾル、花粉などがマスクにはついています。

食事などで外すとき、マスク本体に触らず、耳ゴムを持って外しましょう。

■マスクの置き方、捨て方に注意～「マスクあるある」してませんか

マスクには飛沫やエアロゾル、花粉がいつばい付着しています。

外した時は、外側に付いた飛沫などが飛ばないように、袋に入れて捨てるか、ティッシュに包んで、捨てるようにしてください。

できればティッシュは、二重にして、くるんでごみ箱にすてましょう。

あなただけでなく、ご家族、オフィスの同僚、そしてごみ処理をする方々にも飛沫やエアロゾル、花粉が再び付着してしまいます。



■そして、マスクは最低でも毎日、交換するのがおすすめです。

飛沫やエアロゾル、花粉予防のマスクです。一日を過ごしたマスクの表面には飛沫やエアロゾル、花粉などいつばいついています。飛沫やエアロゾルをブロックするために使うのだから、毎日、できればコロナ環境の今は、午前、午後、で清潔な物にかえましょう。洗えるマスクなら毎日洗うことはもちろん、外出するとき、オフィスで勤務するとき、学校に行くときなどには、複数枚用意し、午前、午後で取り替えましょう。材質に関わらず取り替えてください。次の日も同じものを使うなんて、コロナに負けちゃいます(笑)。

■簡単に品質をチェックできる基準は、このマーク！

肌に触れるものだから、機能だけでなく品質にもこだわりを。「全国マスク工業会・会員マーク」のある製品は、品質や製造管理など安心の商品基準で作られています。このマークはパッケージに記載されているので、購入時に確認してみてくださいね。

