

マスクは、咳やくしゃみなどの飛沫拡散を防ぎ、他の人への感染防止に有効です。手などについたウイルスが直接口や鼻に触れることを防いだり、完全ではありませんが、外からのウイルス侵入をブロックする役割が期待できます。



4 ビニール袋に入れてふたつきのゴミ箱に捨てます。



1 鼻や口、あごを覆います。特に鼻と口の脇に隙間が出来ないように。



3 片耳のゴムひもを持ち、顔から外します。



2 可変式の鼻部分を鼻筋にフィットさせ、ゴムひもを調整し、両耳をしっかり固定します。

- 厚生労働省ではガーゼのマスクではなく、不織布製のマスクを推奨しています。家庭用に1人当たり20から25枚くらい用意しておきましょう。
- 表面にウイルスがついている場合があるので、使用中、はずすときなど表面に触れないように注意しましょう。
- マスクは1日1枚の使い捨てにし、洗濯したり消毒したりすることは避けましょう。