



職場における感染症予防対策

マスクの種類と感染予防効果について

職場でマスクの着用が求められている場合、雇用主は従業員に無料でマスクを提供しなければなりません。屋内や車内で他の従業員と仕事をする人は、高性能マスク(レスピレーター)を希望することができ、雇用主は無料でそのマスクを提供することが義務付けられています。高性能マスクは適切なサイズのものであるのが原則で、雇用主はフィットテストのやり方や正しいマスクの着用方法についても説明しなければなりません。

雇用主が従業員のマスクの着用の阻止や、マスクを着用していることに対して嫌がらせをすることは許されません。

マスクの種類と感染予防効果について

効果大



高性能マスク(レスピレーター)

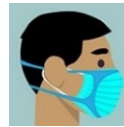
N95、KN95、KF94

フィットテストを行うとさらに効果アップ



二重マスク

布マスクの下に医療用マスクを重ねる



医療用マスク-フィット感あり

- ・ノット&タック法を使う
- ・フレーム付き



フィルター機能の優れた布マスク&医療用マスク-フィット感なし

効果小



専用フィルター・層なしの布マスクやネックゲーター

どの種類のマスクを使用する場合でも、フィット感を確認し、鼻の上や両端の隙間をなくすようにしてください。隙間があると効果は著しく低下します。



- ・高性能マスクを使用する際は、使用期限について製造会社の取扱説明書をチェックしてください。
- ・医療用マスクは一度使用したら捨ててください。
- ・濡れている・汚れている医療用マスクや高性能マスクは、廃棄してください。

高性能マスク

- N95 やKN95の高性能マスクは95%以上の空気中の粒子状物質を捕集するように作られています (KF94は94%捕集)。
- 高性能マスクの効果を十分に発揮させるために、ピッタリと隙間なく顔にフィットさせてください。着用するたびに隙間の確認をしましょう。高性能マスクの付け方・外し方および隙間のチェック方法については、[NIOSH 説明書](#)をご覧ください。
- [髭](#)などで隙間ができてしまう場合はあまり効果的ではありません。
- 息切れや呼吸困難のある方は、高性能マスクを着用する前に医師にご相談ください。高性能マスクを他のマスクと重ねて使用してはいけません。
- 説明書通りの効果が提供されない可能性があるため、不良品(偽造品)のレスペレーターにご注意ください。承認されている高性能マスクの見分け方に関する情報は[NIOSH webサイト](#)をご覧ください。

医療用マスク

- 医療用マスク(サージカル、使い捨てマスクとも呼ばれる)は、大きな飛沫をブロックするように作られています。顔に隙間なくフィットさせたり、空気中の粒子をろ過する目的で作られていません。
- 医療用マスクは緩くフィットするものが多いですが、顔にピッタリとフィットするように調節すればマスクの効果を向上させることができます。
- 耳紐を結び、両端を内側に織り込むことで[フィット感を向上させる](#)ことが可能です。マスクフレームを使い、マスクの端から空気が漏れるのを防ぐこともできます。
- 二重マスクとは、フィット感のある布製マスクの下に医療用マスクを着用することでフィルター機能を大幅に高め、空気の漏れを減らします。二重マスクは医療マスクを1枚だけ使用するよりも効果的です。
- ローズワイヤー付き、最低3層構造の不織布やспанボンド布、ポリプロピレン製などのメルトブローン布で作られたマスクを使用してください。

布製マスク

- 布マスクは小さな粒子を補修することのできる特殊な素材でできているものが一番効果的です。単なるコットンマスクやネックゲイターでは最低限の保護しか提供されません。
- 布マスクの使用を検討しているなら、フィルター機能の優れた布マスクを選びましょう。効果的なマスクは、その性能を示すために検査された特殊なフィルターや層で作られています。認定された第三者機関で[検査された](#)パフォーマンスレベルの高い(微粒子ろ過効率95%以上)マスクを見つけてください。

詳細はCDCのウェブページ、[マスクとレスピレーターの種類について](#)をご覧ください。