

医療用マスクの安全な使い方

すべきこと →



マスクを触る前に手を洗う



マスクに破れや穴がないか確認する



上側（ワイヤーが入っている、または縁が硬い方）を確認する



色のついている方を外側に向ける



ワイヤーまたは固い縁を鼻の上にあてる



口、鼻、あごを覆う



縁に隙間ができないようにマスクを顔にフィットさせる



マスクを触らないようにする



耳の後ろまたは頭の後ろからマスクを外す



マスクを自分の身体や物の表面に近づけないようにして、外す



マスクは使用后速やかに、可能であれば蓋つきのゴミ箱に捨てる



マスクを捨てた後、手を洗う

マスクだけでは、COVID-19から身を守れないことを覚えておきましょう。マスクをつけていても、人との距離を少なくとも1メートルあけ、こまめに、きちんと手を洗いましょう。

医療用マスクの安全な使い方

してはいけない
こと



破れているマスクや湿ったマスクを使わない



口だけ、または鼻だけを覆うようにマスクをつけない



ひもがゆるんだ状態でマスクを使わない



マスクの外側を触らない



会話をするため、あるいはその他の理由で、マスクを外したり、触ったりしない



他の人の手が届く場所に、使用済みマスクを置いておかない



マスクを再利用しない。

マスクだけでは、COVID-19から身を守れないことを覚えておきましょう。マスクをつけていても、人との距離を少なくとも1メートルあけ、こまめに、きちんと手を洗いましょう。