

## ぬの かいふ 布マスクの配付について



まず くらば 配られたら、必ず じゆせい 油性ペン(なければボールペン)で なまえ きにゆう 名前を記入してください。

## ただ つか かた こうか マスクの「正しい使い方」と「効果」について

せっかくのマスクも、まちが つか かた 間違った使い方をしてしまえばたちまち かんせん ひろ きようき 感染を広げる凶器になることもあります。ここで ただ つか かた 正しい使い方についてもう一度 いちどかくにん 確認をしておきましょう。

<p>① マスクを着ける前に、まず手を洗います。</p> <p>せつ 石けんと流水で 20秒以上</p>	<p>② ヒモを耳の後ろにかけ、マスクは鼻と口をおおうようにしっかりとフィットさせます。</p>	<p>③ マスク装着中は顔やマスクの前面を触らないようにします。</p> <p>マスクの前面は最も汚染される場所！</p>
<p>④ マスクを外すときは、耳にかけたヒモから外します。</p> <p>かお 顔やマスクの前面を触らない</p>	<p>⑤ マスクを外した後も手を洗います。</p> <p>せつ 石けんと流水で 20秒以上</p>	<p>⑥ マスクは衣料用洗剤か塩素系漂白剤で毎日洗います。</p> <p>マスク 洗い方 で検索</p> <p>かおう ぬの 花王 布マスクの洗い方(動画)</p>

みなさんのこれまでのマスクの使い方とくらべてどうでしたか？  
もし違いがあれば、今からでも直してみてください。

### ぬの こうか 布マスクの効果

- ① せき・くしゃみなどが飛ぶことを防ぎ、手指で口や鼻に触れるのを防ぐ
- ② のど・鼻などの呼吸器をうるおわせることで風邪等にかかりにくくなる
- ③ 洗たくすることで繰り返し使えるため、マスクが手に入らない不安の解消、  
医療機関や高齢者施設などマスクが必要な人たちにしっかりとマスクを届けられる

こうせいろうどうしやう  
(厚生労働省)

たとえ しょうじやう 症状がなくても、むしょうじやう 無症状の人からも かんせん ひろ 感染が広がることもあるため、止むを得ず人と接する時にはマスクを着けましょう。また、マスクを着けていても、これまでと同じように「3密を避けること」、「ソーシャル・ディスタンスを保つこと」が必要です。