









様々なマスクによる飛沫感染防止効果

私たちが普段何気なく使用している「マスク」。この「マスク」は、素材・構造・デザインによって用途は様々です。2020年のコロナ禍により、マスク着用がより日常的になりました。マスクの使い方一つとっても、日常的に使用する簡易なものから病や死の危険から身を守ることができる高性能なものまで様々な種類があります。市販されているマスクには「フィルターが99%カット」や「99%カットフィルター」と記載されています。「何を」カットしているのかも知る必要があります。目的や場面に応じて、適切な規格・作業者の身体にフィットした適切な形状のマスクを選択し、快適で安全な環境で作業を行いましょう。

■ マスクやフェイスシールドの効果 (スーパーコンピュータ「富岳」によるシミュレーション結果)

対策方法	なし	マスク			フェイスシールド	マウスシールド
						
	吐き出し飛沫量	20%	18-34%	50%*2	80%	90%*2
	吸い込み飛沫量	30%	55-65*2	60-70*2	小さな飛沫に対しては効果なし (エアロゾルは防げない)	

(豊橋技術科学大学による実験値)

乳児のマスク着用について

乳児のマスク使用ではとても心配なことがあります。

(公益社団法人日本小児科医会)

- ・乳児の呼吸器の空気の通り道は狭いので、マスクは呼吸をしにくくさせ呼吸や心臓への負担になる
- ・マスクそのものやおう吐物による窒息のリスクが高まる
- ・マスクによって熱がこもり熱中症のリスクが高まる
- ・顔色や口唇色、表情の変化など、体調異常への気づきが遅れるなど乳児に対する影響が心配される



※厚生労働省は、2歳未満では窒息や熱中症のリスクが高まるとして着用させないよう呼びかけています。



「正しいプリーツマスクの付け方」の巻

プリーツのひだが下向きになっている側が表側です。表側のプリーツが下向きなのは、ウイルスや花粉などがひだの部分に溜まらないようにするためなので裏表は重要です。

- ① プリーツを広げて装着します。
- ② 鼻のまわりに隙間ができないようノーズフィッターを曲げ鼻の形に沿うように押さえます。
- ③ マスクを伸ばし、顎の下まで覆い隙間がないか手で押さえ、できるだけ密着させます。
- ④ 頬のあたりは特にマスクとの間が空きやすいので、隙間がある場合は紐を結ぶなど微調整します。



お口と体の雑学クイズ

(1) 昭和5年の歯科医院助手の給料はいくらだった？

- a. 291円 b. 50円 c. 18円

(2) 人魚のモデルと言われているマナティがウェットスーツを噛むのはなぜ？

- a. 人が大好きだから
b. 生え変わりの歯がかゆいから
c. なんでも噛みたいから



(3) 咳止めの原料になっている漢方薬はどれ？

- a. 柿 b. ぎんなん c. 栗

※答え(1)c(2)c(3)b