

# マスクの種類

	ガーゼマスク	不織布製マスク	N95レスピレーター
用途	のどの保温・保湿に	飛沫の拡散防止に	医療現場で患者対応に
感染防御効果	感染症対策には不向き	飛沫感染に効果あり	適切な装着で効果発揮
日常での使用	肌に優しいので不織布製マスクが合わない場合に使用	主にカゼ症状のある人に推奨される	一般的な使用には推奨されないが、H5N1 発生に備え備蓄を
価格	150円程度	10円から	150円～400円程度

## マスクの正しい使用方法

プリーツ型マスクの正しい装着方法を確認!

ワイヤー部分が鼻にそい、すき間がなくなっていますか?

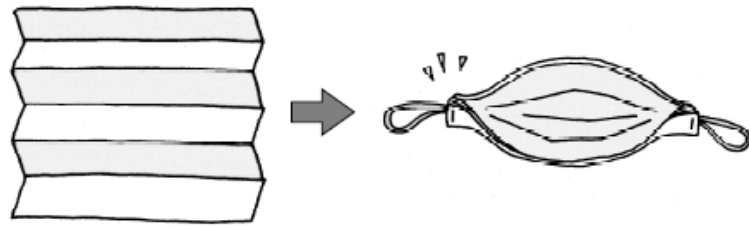
マスクの上下・裏表を確認! プリーツが下を向いていますか?

すき間が最小限になっていますか?

あごまでおおえていますか?

## キッチンペーパーで手作りマスク

売り切れていても、安心!?



①ペーパーを蛇腹に折ります。

②両端を輪ゴムごとホチキスでとめます。

## 手作り♪立体布マスク

超カンタン!

洗って繰り返し使える! エコ!



材料

- ・ガーゼ布
- ・マスク用ゴム
- ・市販の立体マスク (半分に折れるもの・型紙用)



①市販の立体マスクを折った状態で型紙に、縫い代を取って4枚裁断する。

耳の部分はゴムを通すので縫い代は2cmほしい!



②2枚のガーゼ布を中表にして鼻から口のラインを縫い合わせる。

2組作るよ!



③2組のガーゼ布を中表にして上下を縫い合わせる。

耳の部分は縫わない!



④表に返して上下にストレッチをかける。

⑤耳の部分をつ三折りにしてゴムを通す幅を取って縫う。



ゴムを通して出来上がり!

## おまけ♪プリーツ型

材料

- ・ガーゼ布 30cm×20cm
- ・マスク用ゴム
- ・ラッピング用ワイヤー

①アイロンをかけながらプリーツを作り、両端を仮縫いする。



上になる方にワイヤーを入れる!

②上下を三つ折りにして縫う。



③両脇を三つ折りにしてゴムを通す幅を取って縫う。

ゴムを通して出来上がり!

「学校で予防すべき感染症 養護教諭のための対応マニュアル」(平成25年1月) 千葉県養護教諭会

(参考) 文部科学省HP「子どもの学び応援コンテンツリンク集」より