

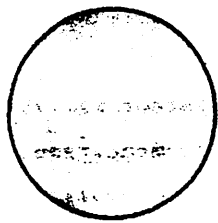
12月 **くうくうだより** 2号



マスク上手に使えていますか？



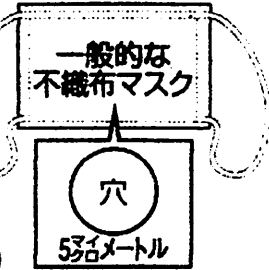
病原体などの大きさ



スギ花粉
30ミクロメートル



細菌
1~2ミクロメートル



一般的な不織布マスク
穴
5ミクロメートル
ウイルス
0.1ミクロメートル

飛沫は1メートルくらい飛んでから落下するので、通常は1~2メートル以内の至近距離でうつります。風邪のウイルスやインフルエンザウイルスがその代表です。

ウイルスは直径0.1マイクロメートルくらいで、普通のマスクの網目よりずっと小さいため、ウイルスの侵入をマスクで防ぐことはできません。

マスクの予防効果

- ・ウイルスは非常に小さいですが、唾液や鼻水に含まれたウイルスはブロックできるので、風邪などを引いた人がマスクをする事は周囲の人たちにとって十分効果的です。
- ・ウイルスは細菌と違って湿度が高いと生存時間が短くなるので、マスクをして口元の湿度を上げておけば効果があります。
- ・花粉は直径30マイクロメートルくらいなので、花粉症対策としても効果があります。
- ※外出時：マスクをしていても至近距離からせきやくしゃみを浴びることがなければ、予防策としてあまり意味はありません。

マスクのつけ方

- ・マスクをする時は必ず鼻まで覆うようにして、できるだけ顔とマスクとの隙間がでさないように着用することが重要です。

マスクの捨て方

- ・マスクにはウイルスがついているので、ビニール袋に入れて捨てるなど気を付けましょう。



飛沫感染とは...

感染している人がくしゃみやみ、会話などで菌を含む5マイクロメートルより大きな飛沫が、他の人の鼻や口の粘膜にくっついて感染することを言います。

インフルエンザ、マイコプラズマ、おたふくかぜ、普通のかぜ

感染した本人のマスク着用は重要ですが、周囲の予防としては手洗いの方がもっと重要です。



福岡市病児・病後児デイケア事業実施施設
病児保育室くうくう

〒812-0879 福岡市博多区銀天町1-2-11

対象年齢	生後6か月から小学6年生まで
利用時間	月、火、水、木、金の午前8時半から午後5時半まで
休室日	土、日祝日、小児科休診日(お盆、年末年始等)
予約受付時間	電話にて：前日16:00~17:30または当日8:15~
予約先	電話番号 080-9243-9213