校長室から（R元年度）

ひがしなら通心

茨木市立東奈良小学校　川上　隆　No．75

令和2年3月4日（水）発行

ある新聞記事より

朝日小学生新聞　3／3

マスクは正しく使おう

新型コロナウイルス対策

新型コロナウイルス対策で、マスクを着けている人も多いでしょう。もう一度、正しい着け方をおさらいしましょう。一方、マスク不足も続いています。マスクが手に入らないときは？　専門家に聞きました。（小勝千尋）

患者が着けてうつさない　予防には手洗いしっかり

新型コロナウイルスは、インフルエンザなどの他のウイルスと同じように、せきやくしゃみで飛ぶつばによって、他の人に感染します。つばは、くしゃみやせきでは2メートル、ふつうの会話では1メートルほど飛ぶといわれます。

自治医科大学附属さいたま医療センター小児科教授の市橋光さんは「患者がマスクをすることが大切」と話します。マスクをすることで、ウイルスをふくんだつばを飛ばさないようにできるためです。熱やせきなどの症状が見られるときには、マスクを着けましょう。

感染していない人は、マスクを着けても効果はそれほどないといいます。マスクと顔の間には、どうしても少しすきまができるので、ウイルスをふくんだつばを完全に防ぐことはできないためです。ただ、「周りに患者がいるときや、人の密集する満員電車などではある程度効果があります」。

今回の新型コロナウイルスでは、症状が表れないまま感染している例もみられます。

「だれが感染しているかわからないという点では、全員がマスクをすれば効果はあるでしょう。ですが、それ以上に手洗いなどの対策をきちんとすることが大切です」

マスクの品切れを伝えるドラッグストア
＝2月26日、千葉県我孫子市、今井尚撮影

再利用は感染の危険も

手作りの布マスク

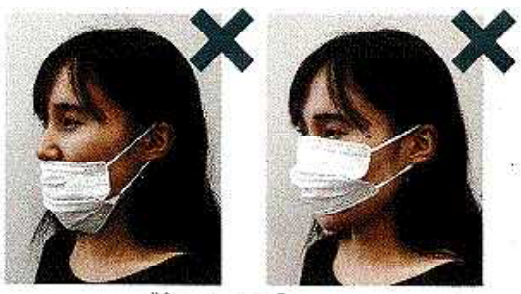
全国的にマスクが不足し、あまり手に入らない状況です。使い捨て用のマスクを、くり返し使うことはできるのでしょうか。

市橋さんは「再利用は感染を広げることもある」といいます。外すときに、ウイルスが付きやすい外側が内側にふれれば、感染につながる危険もあります。

ガーゼでできた布のマスクを持っている人もいるでしょう。手芸店などには手作りマスク用のゴムやガーゼも並びます。「ガーゼは布の目があらいので、市販のマスクほどの効果はありませんが、しないよりはいい。手で鼻や口をさわるのを防ぐこともできます」

マスクがない状態でどうしてもせきやくしゃみが出そうなときは、ハンカチやうでで口をおおいます。「手で口をおおうと、手にウイルスが付きます。その後さわる場所にもウイルスを広げてしまうので、注意しましょう」

まちがった使い方



鼻やあごが出ている

表面にさわらないように、ゴムの部分を持って外し、そのままごみ箱に捨てる

正しいマスクの着け方

顔とのすきまができないようにすることが大切。顔にぴったりのサイズや形のマスクを選び、ゴムを結ぶなどして調整する。

鼻と口の両方を完全におおう

ゴムひもを耳にかける

ひだをのばしたり、鼻のワイヤを曲げたりして、顔にフィットさせる