

□ マスク着用

- 3密（密閉・密集・密接）の要素がある場所、他人との距離が十分に取れない場所ではマスク着用を必須とする。これは勤務中だけでなく、出勤時や帰宅時および日常生活でも重要である。
- マスクは飛沫吐き出し（発散）防止効果だけでなく、飛沫吸い込み（吸入）防止効果も一定程度認められる。ただし、マスクの隙間からの漏れがあると飛沫の発散や吸入につながるため、着用時も出来る限り対人距離を取ることを心がける。
- 不織布マスクが最も手軽で有効だが、飛沫発散防止に限れば布マスクも効果が高い。
- マスクは他人と共用してはいけない。
- 苦しくないのであれば、マスクの隙間を減らす意味で二重にマスクを装着することを妨げるものではない。
- 身体負荷が高い作業や暑熱環境下での作業など、不織布マスクでは息苦しさなどを感じる場合もありえる。そのために隙間ができるような不適切なマスク装着方法になってしまうと、マスクによる感染防止効果が弱まってしまうので、作業負荷の低減や休憩頻度の増加など、適正なマスク装着ができる対策を同時に検討し実施する。

（⇒p28「6 身体負荷の高い作業現場におけるマスク着用ルール策定」参照）