

使い捨てマスクがない場合

ひまつ
(つば など 飛沫を防ぐため)

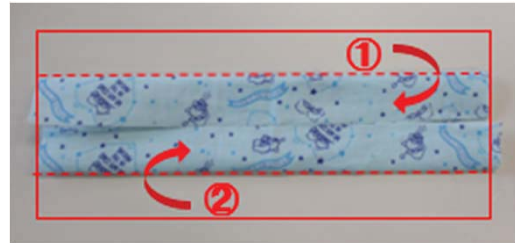
○ガーゼ生地をつかったマスクの作り方の例

<材料> ガーゼ生地 (大人用) ヨコ42cm × タテ18cm
マスクゴム (大人用) 27cm × 2本

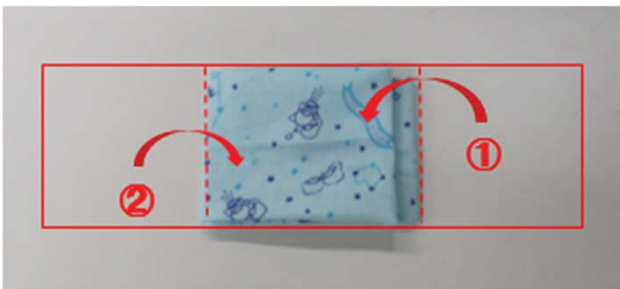
①生地をカットします。



②生地を裏返して、
上と下を真ん中に向けて折ります。



③生地を3等分に折り、折るかぶせた
部分の端を1cmのところを内側に
折り込みます



④端から1.5cmのところをぬいます。



⑤ぬった部分にゴムを通します。
長さを確認しながら、ゴムを結びます。

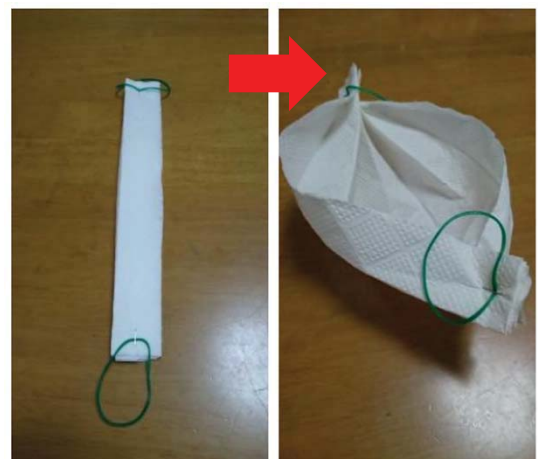


※「ハンドメイド図書館」に掲載されている記事
を参考に、福岡市職員が手作りしたものを掲
載しています。

○キッチンペーパーをつかった マスクの例

<作り方>

- ①キッチンペーパーをじゃばらに折る
- ②両端に輪ゴムをつける
- ③ホチキスで止める



警視庁HPより

<https://www.keishicho.metro.tokyo.jp/kurashi/saigai/yakudachi/tips/894323445411889152.html>

感染症対策へのご協力をおねがいします

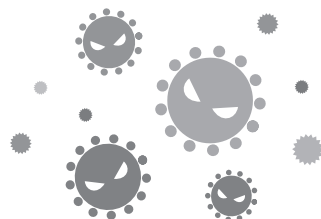
咳エチケット

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

■ほかの人にうつさないために

くしゃみや咳が出るときは、飛沫にウイルスを含んでいるかもしれません。次のような咳エチケットを心がけましょう。

- ・**マスク**を着用します。
- ・ティッシュなどで**鼻と口を覆います**。
- ・とっさの時は**袖や上着の内側で覆います**。
- ・周囲の人から**なるべく離れます**。



3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう



マスクを着用する
(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで
口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う



何もせずに
咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを
手でおさえる

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を
確実に覆う

2 ゴムひもを
耳にかける

3 隙間がないよう
鼻まで覆う

首相官邸
Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省

検索

