



勝浦市太極拳サークル

新規会員随時募集中

美心会だより

マスクの種類と効果

美心会運営委員会（会長・副会長の3名）は、6月19日(土)に今後緊急事態宣言が発令されない限り、手・指の消毒、換気の徹底、マスクの着用、ソーシャルディスタンスの確保、熱中症予防に十分注意し、適度な休憩時間を設けながら活動を継続すると発表した。

新型コロナは終息が見えない、感染予防にはマスクが必需品だ。市中には多彩なマスクが市販されているが、今一度、素材と効果について検証してみたい。



大きくは三つの素材に分けられる。①不織布、②布、③ウレタンであるが、それぞれの吐き出し飛沫量、吸い込み飛沫量を比較すると下図のようになる。

■ マスクやフェイスシールドの効果 (スーパーコンピュータ「富岳」によるシミュレーション結果)

対策方法	なし	マスク			フェイスシールド	マウスシールド
吐き出し飛沫量	100%	20%	18-34%	50% ^{※2}	80%	90% ^{※2}
吸い込み飛沫量	100%	30%	55-65% ^{※2}	60-70% ^{※2}	小さな飛沫に対しては効果なし (エアロゾルは防げない)	

※2 豊橋技術科学大学による実験値

最も効果が高いのは、不織布マスクであることが明白である。先日、新型コロナワクチン接種会場を訪問した際に目にしたのは、ウレタンや布マスクを着用している人は、接種スタッフに不織布マスクを手渡され、

交換を強いられていた。

不織布マスクも、着用方法を誤ると効果は半減してしまう。正しい着用方法は下図のとおり。表裏に注意して着用しよう。



マスクを着用しての運動はつらい。今後、夏に向け気温が上昇し汗をかき、マスクが顔にへばり着くと呼吸困難を招く恐れがある。汗をかいても呼吸を楽にしてくれるアイテムがある。



マスクフレームやマスクブラケットと呼ばれており顔とマスクの間に空間を確保でき呼吸が楽になる。素材はポリプロピレンやシリコンなどで洗って何度でも使え、価格は1個100円から1,500円位までさまざま。

購入はネット通販が主流、これから暑さが増し、必需品になると思われるが、安いポリプロピレン製のものを友人同士でまとめ買い（10個程度のもの）し、分けて、使用するのも一つの方法だろう。