

## COVID-19 フェイスカバー：よくある質問とその答え

フェイスカバーは **COVID-19** の蔓延を防ぐために重要です。フェイスカバーを着用して蔓延を防いで下さい。

**フェイスカバーとは何ですか。**

フェイスカバーとは口や鼻を覆うしっかりした布カバーまたは使い捨てマスクのことです。フェイスカバーの選択時は次を考慮します。

- 呼気弁のあるフェイスカバーは濾過されていない呼気を排出するので使用しないようにします。
- 濾過されていない空気の通過をより良く防止するために2枚またはそれ以上の層があるフェイスカバーを使用します。
- 呼吸粒子は鼻と口の両方から排出されます。フェイスカバーが顔の側面にぴったりとフィットし、滑らずに鼻と口の両方を完全にカバーをすることを徹底します。
- N95 レスピレーターは供給不足なので使用しないようにします。N95 レスピレーターは医療従事者のために確保することが重要です。

異なるタイプのフェイスカバーおよびその効果に関する研究は現在も行われています。詳細は疾病予防管理センター(CDC)の[ウェブサイト](#)で入手することができます。

**フェイスカバーは誰が着用しなければならないのですか？**

ニューヨーク州(NYS)の法律は、2歳以上でフェイスカバーの着用が医学的に許容される人物が公共の場所で他者との距離を2メートル以上空けることができない場合に着用することを義務付けています。例には、混雑している道を歩く時、店舗で買い物をする時、医師の検診を受ける時、レストランで食事をする時(飲食していない時)、祈りの場所に行く時、集会に参加する時等があります。地下鉄、フェリー、バス、タクシー、車のサービス等の公共交通機関を利用する場合は常にフェイスカバーを着用しなければなりません。自宅外の共有屋外空間(祈りの場所やオフィス等)にいる時は、他者との距離を2メートル以上空けることができる場合でも可能な限りフェイスカバーを着用することが推奨されます。

病気の人は、自宅において他者との距離を2メートル以上空けることができない場合や自宅を離れる場合は必ずフェイスカバーを着用するようにします。

**施設を共有する集団住宅に住んでいる場合はどうすればよいのですか？**

台所や浴室、その他公共スペースを共有する施設に住んでいる方は自分のアパートまたは部屋を離れる場合にフェイスカバーを着用するようにします。

**子供はフェイスカバーを着用する必要がありますか？**

2歳以上の子供はフェイスカバーを着用しなければなりません。次を考慮します。

- 幼い子供には小さなフェースカバーまたは子供用のものを使用することを考慮します。手に入らない場合、フェースカバーのストラップを短くしたり調節したりしてフェースカバーがぴったりとフィットすることを徹底します。
- 小さな子供はフェースカバーに触れる可能性が高いため、世話人は頻繁に子供の手を洗ったりハンドサニタイザーで消毒したりするようにします。
- 学校および育児プログラムには特別な要件があります。子供が通う学校またはプログラムに確認して下さい。

### **フェースカバーの着用を困難にする健康問題があります。フェースカバーを着用する必要がありますか？**

フェースカバーに耐えられない健康問題がある方は着用する必要がありません。そのような方は、物理的距離の確保や手の衛生状態の確保がさらに必要不可欠になります。

### **運動する時もフェースカバーを着用する必要がありますか？**

屋外で運動する場合、他者との距離を2メートル以上空けることができるのであればフェースカバーを着用する必要がありません。屋内のジムやフィットネス施設で運動する場合は常にフェースカバーを着用しなければなりません(医学的に許容されない人や2歳以下の子供を除く)。NYS要件に従い、バンダナ、バフおよびゲートルはジムおよびフィットネスセンターで使用するフェースカバーとして許容されません。

### **職場でフェースカバーを着用する必要がありますか？**

他者（同僚、顧客、クライアント、および訪問者を含む）との距離を2メートル以上空けることができると確信している場合を除き、職場でフェースカバーを着用しなければなりません。雇用者はフェースカバーを無料で従業員に提供しなければなりません。雇用者は、フェースカバーまたは他の保護具がいつ必要であるかに関して追加要件を設定している場合があります。2メートル以上の距離を空けることができる場合でも、屋内や他者の周辺で仕事をする時はできる限りフェースカバーを着用することが推奨されます。フェースカバーの着用が医学的に許容されない場合、適切な便宜を計ることができないかどうかを雇用者に相談します。

### **私は COVID-19 に感染していましたが今は良くなりました。フェースカバーを着用する必要がありますか？**

はい。フェースカバー着用のNYS要件はCOVID-19が治癒後も適用されます。

### **フェースカバーの代わりにフェースシールドを着用することはできますか？**

フェースシールドは現時点においてフェースカバーの代用品として許容されません。フェースシールドによる呼吸飛沫の拡散防止の効果に関してさらなる研究が必要です。フェースシールドはフェースカバーの使用が医学的に許容されない人物によりまたはフェースカバーに追加して使用することを考慮します。フェースカバーの代わりとして使用するべきではありません。

### フェースカバーはどのくらいの頻度で洗う必要がありますか？

1日に1回または8時間使用した後で洗うことが推奨されます。フェースカバーは洗剤および熱湯を使って手洗いまたは洗濯機で洗うことができます。フェースカバーは完全に乾いてから使用するべきです。

### 使い捨てフェースカバーはどのくらいの期間使用できますか？

決まった使用期限はありません。一部の使い捨てフェースカバーは最長5日間使用することができます。破損したり、汚れたり、濡れたりした場合、使い捨てフェースカバーを廃棄するべきです。

### フェースカバーに関する注意事項はありますか？

フェースカバーの使用方法を誤ると病原菌を拡散する場合があります。そのため、次に従ってフェースカバーを適切に着用、保存、および廃棄することが大切です。

- フェースカバーを着脱した後は石鹸と水で20秒間手を洗うまたはアルコール系ハンドサニタイザーで除菌します。手を洗うことができない場合、目、鼻または口に触れないように特に注意します。
- 使用済みフェースカバーは、他者が触れることのできる場所や病原菌が触れたフェースカバーが他の表面カウンターや第2次テーブル等に放置してはなりません。
- フェースカバーはバッグやバックパックにそのまま入れないようにします。自宅外で外したフェースカバーを入れる時のためにビニール袋を用意します。
- 使い捨てフェースカバーはゴミ箱に捨てます。道に投げ捨ててはなりません。
- 詳細は「[How to Put On a Face Covering](#)」（フェースカバーの取り付け方法）を参照して下さい。

### フェースカバーを手作りすることはできますか？

はい。布製フェースカバーの[作成方法](#)はCDC ウェブサイトを参照して下さい。

NYC 保健局は状況の変化によって推奨事項を変更する場合があります。

9.11.20