

マスクの選び方

コロナ感染予防のためにマスク着用は最も簡単な対策となります。
一般的にマスクは、【家庭用マスク】・【医療用マスク】・【産業用マスク】に分けられます。
ここでは簡単に手に入る【家庭用マスク】の種類についてご説明をしていきます。

マスクの形状

平型マスク



この形状は高い保湿性と保温性があります。マスク本来の捕集や飛散防止といった機能に加え、睡眠時やエアコンの効いた場所で乾燥から喉を守ります。

プリーツ型マスク



前面がプリーツ状になっている為、口の動きにも柔軟に対応。マスクしたまま話をしてズレにくいのが特徴です。また、プリーツを上下に広げることでマスクと口の中に空間が生まれ、呼吸が楽に行えます。

立体型マスク



顔の形に合わせて作られている為、隙間なくピッタリとフィットします。マスクと口の中に空間ができるので装着時の息苦しさやしゃべりにくさが大幅に緩和されます。また、女性にとっては、口紅うつりが少ないのも大きな魅力です。

家庭用マスクの素材

ガーゼタイプ



主に綿織物を重ねたマスクで、最近では中にフィルタを縫い込んで花粉などを防ぐものも増えています。保湿・保温効果に優れ、喉の乾燥を防ぐ効果があります。

不織布タイプ










複数の原料を組み合わせることで、厚みや空隙を自由に調整できるのが特徴です。値段が安く、使い切りを前提としています。繊維を接着またはからみ合わせているので粒子捕集性に優れています。

ウレタンタイプ



スポンジ状の生地を使ったマスクです。顔にしっかりフィットする立体型で通気性が良く、色の種類が豊富でファッション性が高いです。また繰り返し洗って使用できるのもポイントです。

素材別のマスクやフェイスシールドの効果

	マスクなし	 不織布	 ガーゼ	 ウレタン	 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%	80%	90%
	吸い込み飛沫量	100%	30%	55-65%	60-70%	小さな飛沫に対して効果なし	
	吐き出し飛沫量	100%	20%	18-34%	50%	80%	90%
	吸い込み飛沫量	100%	30%	55-65%	60-70%	小さな飛沫に対して効果なし	

※国立大学法人豊橋技術科大学によるデータ

マスクの性能

マスクの商品パッケージに記載されている【PFE】・【BFE】・【VFE】の表示は見たことがありますか？
これらはマスクのフィルタの性能を表すものです。

空気中の微粒子・細菌・ウィルスがフィルタ部分を通して、どれだけ「ろ過（捕集）」されたかの値を表しています。測定値は%で表され、数値が大きいほどバリア（防御）性能が高いことを示しています。

P F E :

試験粒子はポリスチレン粒子（約 $0.1\mu\text{m}$ ）。

PM2.5 対策用の性能指標

B F E :

試験粒子は黄色ブドウ球菌の懸濁液（約 $3\mu\text{m}$ ）

かぜ対策用の性能指標

V F E :

試験粒子はバクテリアオフアージ（約 $1.7\mu\text{m}$ ）。

ウィルス対策用の性能指標

ちなみに花粉対策用のマスクは花粉の粒子（約 $30\mu\text{m}$ ）の捕集効率を見ているので、PM2.5・バクテリア飛沫・ウィルス飛沫と比べ非常に大きい粒子の評価をしている為、これらの対策向きではないことがわかります。

どのマスクもメリット・デメリットがあります。

これらのマスクの特徴を参考に、その日の体調や感染リスクを考えて日々使用するマスクを選んでみてください。

