

4 長薬発第 260 号  
令和 4 年 6 月 8 日

地域薬剤師会長 様  
同 薬局部会長 様  
病院診療所部会長 様

一般社団法人長野県薬剤師会  
会長 日 野 寛 明

「マスク着用についての目安」の周知について（依頼）

平素、本会の運営に際し、種々ご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、新型コロナウイルス感染症長野県対策本部長(長野県知事)から、「マスク着用」における国のリーフレットの内容について、専門家の知見を踏まえ、より実態に即した目安として、県民の皆様にお示しすることとなった旨、通知がありましたので、お知らせいたします。

つきましては、本内容について貴会(部会)会員へのご周知方、よろしく願いいたします。

長野県薬剤師会 事務局長 中島 / 総務課 吉野  
〒390-0802 松本市旭 2-10-15  
☎TEL : 0263-34-5511 📠FAX : 0263-34-0075  
E-mail somu3@naganokenyaku.or.jp

4 薬号外  
令和4年（2022年）6月7日

関係団体の長 様

新型コロナウイルス感染症長野県対策本部  
本部長 阿 部 守 一

「マスク着用についての目安」の周知について（依頼）

日頃は、本県の健康福祉行政に御理解、御協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

また、新型コロナウイルス感染症対策に関する感染防止策等に格別の御高配を賜り、重ねて御礼申し上げます。

「マスク着用」における国のリーフレットの内容について、専門家の知見を踏まえ、より実態に即した目安として、県民の皆様にお示しすることとなりました。

つきましては、内容に沿った対応について御配意いただくとともに、貴会員（貴組合員）の皆様に対し、周知していただくようお願いします。

担	当	薬事管理課薬事温泉係
		小池 裕司（課長）岡本 政治（担当）
電	話	026-235-7157（直通）
ファクシミリ		026-235-7398
電子メール		yakuj i@pref. nagano. lg. jp

# マスク着用についての目安

令和4年6月3日

新型コロナウイルス感染症長野県対策本部

(監修：長野県新型コロナウイルス感染症対策専門家懇談会)

## 1 はじめに

マスクの着用は、口や鼻からのウイルスの飛散・吸い込みを抑制する効果があり、新型コロナウイルスの基本的な感染防止対策として重要です。今回、国のリーフレットの内容について、専門家の知見を踏まえ、より実態に即した目安として、県民の皆様にお示しするものです。

ただし、マスク着用に関しては、感染を最大限防ぐためできるだけマスクを着用したい方、触覚・嗅覚等の感覚過敏や呼吸器機能の障害などによりマスク着用が困難な方など、様々な方がいらっしゃいます。マスク着用については、他者に配慮し、お互いの対応を尊重していただくようお願いします。

## 2 場面に応じたマスクの着用

咳やくしゃみ、発熱等の症状がある場合には、新型コロナウイルス感染の可能性があることから、他者への感染リスクを最大限低下させるため、場面に関わらず、マスクの着用が基本です。(この場合には、外出はできるだけ控え、医療機関の受診をお願いします。)

### (1)マスクの着用を推奨する場面

- 近く(2m以内程度)で人と会話をするとき
  - ☞飛沫感染のリスクを低下させるため
- 屋内にいるとき(自宅や個室等で一人又は同居のご家族と過ごす場合等を除く。)
  - ☞エアロゾル感染のリスクを低下させるため

※子どもの発達への影響等に鑑み、未就学児(小学校入学前)の子どもについては、マスク着用を一律には求めません。特に2歳未満児にはマスク着用は推奨しません。

### (2)マスク着用が必要ない場面

- 屋外において近距離での会話をしない場合には、マスク着用は必要ありません。
- 特にこれから夏場に向けては屋外ではマスクを外すことを推奨します。

### (3)高齢者等への配慮

高齢者や基礎疾患をお持ちの方など重症化リスクの高い方を守るため、これらの方と会話する場合や、病院・診療所、高齢者福祉施設・障がい者福祉施設の中では、マスク着用を基本とします。

#### (4)状況に応じたメリハリのある対応

上記のほか、屋外であっても人が密集する場合、屋内であっても人が少なくほとんど会話がな場合等様々な場面が考えられます。そのため、各施設の管理者やイベント主催者等からの呼びかけにご協力いただくほか、マスク着用の意味を理解した上で状況に応じたメリハリのある対応を心がけていただくようお願いいたします。

### 3 その他のご留意いただきたい事項

- (1) 着用が求められる場合等に備え、外出の際はマスクを携帯してください。
- (2) 熱中症を防ぐため、適切な対策を実施しましょう。
  - 屋外では ・日傘や帽子の着用 ・日陰の利用、こまめな休憩 等
  - 屋内では ・扇風機やエアコンで温度を調節 ・遮光カーテン、すだれを利用 等
  - 屋外でも、屋内でも、のどの渇きを感じなくてもこまめに水分を補給



# 屋外・屋内でのマスク着用について

- マスク着用は従来同様、基本的な感染防止対策として重要です。  
一人ひとりの行動が、大切な人と私たちの日常を守ることに繋がります。
- 屋外では、人との距離（2m以上を目安）が確保できる場合や、距離が確保できなくても、会話をほとんど行わない場合は、**マスクを着用する必要はありません。**
- 屋内では、人との距離（2m以上を目安）が確保できて、かつ会話をほとんど行わない場合は、**マスクを着用する必要はありません。**



【屋外】		距離が確保できる	距離が確保できない
会話をする	マスク必要なし	 公園での散歩やランニング、サイクリングなど	マスク着用推奨
会話をほとんど行わない	マスク必要なし	 公園での散歩やランニング、サイクリングなど	マスク必要なし
			徒歩や自転車での通勤など、屋外で人とすれ違う場面

【屋内】		距離が確保できる	距離が確保できない
会話をする	マスク着用推奨	 ※十分な換気など感染防止対策を講じている場合は外すことも可	マスク着用推奨
会話をほとんど行わない	マスク必要なし	 距離を確保して行う 図書館での読書、芸術鑑賞	マスク着用推奨
			通勤ラッシュ時や人混みの中では <b>マスクを着用しましょう</b>

高齢の方と会う時や病院に行く時は、**マスクを着用しましょう。**  
体調不良時の出勤・登校・移動はお控えください。



夏場は、熱中症防止の観点から、屋外でマスクの必要のない場面では、マスクを外すことを推奨します。

マスクに関するQ&A



# 子どものマスク着用について



人との距離（2m以上を目安）が確保できる場合においては、マスクを着用する必要はありません。また、就学前のお子さんについては、マスク着用を一律には求めていません。



## 就学児について

（小学校から高校段階）

### マスク着用の必要がない場面

#### 屋外

- ・人との距離が確保できる場合
  - ・人との距離が確保できなくても、会話をほとんど行わないような場合
- ＜例＞離れて行う運動や移動、  
鬼ごっこなど密にならない外遊び
- ＜例＞屋外で行う教育活動（自然観察・写生活動等）

#### 屋内

- ・人との距離が確保でき、会話をほとんど行わないような場合
- ＜例＞個人で行う読書や調べたり考えたりする学習



## 学校生活

屋外の運動場に限らず、

プールや屋内の体育館等を含め、体育の授業や運動部活動、登下校の際

※運動部活動において接触を伴う活動を行う場合には、各競技団体が作成するガイドライン等を確認しましょう

※活動中以外の練習場所や更衣室等、食事や集団での移動を行う場合は、状況に応じて、マスク着用を含めた感染対策を徹底しましょう

高齢の方と会う時や病院に行く時は、マスクを着用しましょう。

## 保育所・認定こども園・幼稚園等の 就学前児について

### 2歳未満

マスクの着用は推奨しません。

### 2歳以上の就学前の子ども

他者との距離にかかわらず、マスク着用を一律には求めていません。マスクを着用する場合は、保護者や周りの大人が子どもの体調に十分注意した上で着用しましょう。



### 気をつけるポイント

▶ 夏場は、熱中症防止の観点から、マスクが必要な場面では、マスクを外すことを推奨します。

▶ マスクを着用しない場合であっても引き続き、手洗い、「密」の回避等の基本的な感染対策を継続しましょう。

※その他地域の状況に応じて、講じられている対策がある場合、それを踏まえ対応をお願いします。

