

## マスクの装着（プリーツタイプ）

**ステップ 1：**  
装着前にプリーツを下向きにする



プリーツの向きを下向きにします。

**ステップ 2：**  
マスクを半分にし、ノーズフィッターの部分にしっかりと折り目をつける



マスクを半分に折り、ノーズフィッターの部分にしっかりと折り目をつけます。  
(折り目をつけることで、鼻に合わせやすくなります。)

**ステップ 3：** ノーズフィッターの部分を鼻に合わせる



ノーズフィッターの部分を鼻に合わせます。

**ステップ 4：** 鼻に合わせた状態で、ゴムひもを耳にかける



ノーズフィッターの部分を鼻に合わせた状態で、ゴムひもを耳にかけます。

**ステップ 5 :**  
**マスクの上端を顔に沿わせる**



マスクの上端を顔に沿わせます。

**ステップ 6 :** 顔に沿わせた状態で、  
**マスクの下部をあごの下まで引く**



マスクを顔に沿わせておさえた状態で、マスクの下部をあごの下まで引きます（このとき、ノーズフィッターの部分は手でおさえておく）。

**ステップ 7 :**  
**頬に沿わせて、マスク全体を密着させる**



マスクを頬に沿わせて、マスク全体を顔に密着させます。

**ステップ 8 :** 息をした時、マスクの面が  
**動くかたちで装着**



最後に息をした時に、マスクの面が動くかたちで装着します。

**ステップ 9 :**  
**ゴムひもを手につけ耳から外す**



マスクの面に絶対に手を触れず、ゴムひもを手につけ耳から外します。

**ステップ 10 :**  
**ゴムひもを持ったままマスクを捨てる**



ゴムひもを持ったまま、マスクを捨てます。

## マスクの装着（プリーツタイプ）：マスクを丸めて捨てた場合

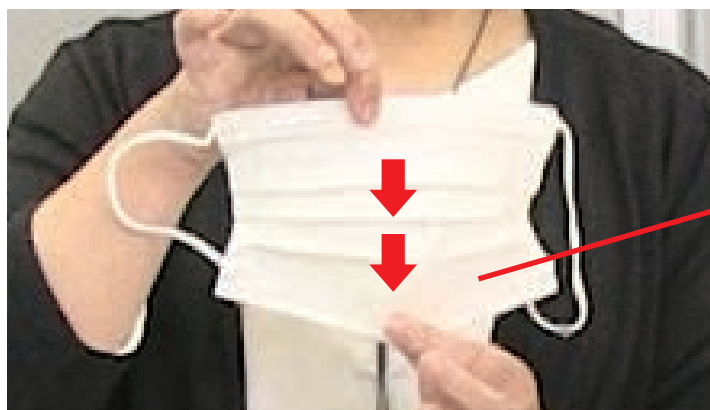


プリーツタイプのマスクは、捨てる時にかさばってしまいます。  
丸めて捨てる場合には、マスクの全面に手が触れてしまいますので、捨てた後は、必ず手洗いします。

## マスクの装着（プリーツタイプ）：プリーツの向きを確認

チェックポイント：プリーツの向きを確認する

【○プリーツの向きが下向き】



この面を外気側にします。

プリーツが必ず下向きになっていることを確認して装着します。

【× プリーツの向きが上向き】

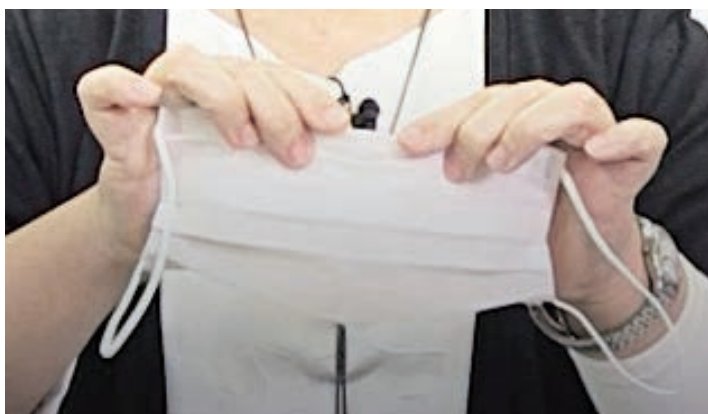


プリーツの向きが上向きの場合は、マスクを裏返します。

**マスクの装着（プリーツタイプ）：  
眼鏡をかけている方の場合（マスク上部より空気が漏れる場合）**



**ステップ 1：マスク上端の金具の入っている部分を細く内側へ2、3回折り曲げる**



**ステップ 2：  
マスク上端は、厚みをつけた状態にする**



**ステップ 3：  
その後は、プリーツタイプのマスクの  
装着方法 ステップ4 から同じになります**

