

## COVID-19 感染に関するマスク着用ガイドンス

### 2022年9月12日付け変更分の概要

- マスクやレスピレーターによる保護レベルの違いに関する情報
- 屋内の公共交通機関における [Centers for Disease Control and Prevention \(CDC、疾病管理予防センター\)](#) のマスク着用の推奨に合わせて内容を更新。
- [医療現場ではない、人が密集する場所](#) ではいつマスク着用すべきかの推奨事項に関する更新。
- CDCのCOVID-19 地域での感染レベルに応じて、いつ [一般の人達](#) がマスクを室内で着用すべきかの推奨事項に関する更新。

### はじめに

マスクまたはレスピレーター（N95s など特殊なフィルターマスクのことです）を着用することで、周りにいる人たちとあなた自身を守ることができます。マスクやレスピレーターを着用することで、COVID-19 の感染拡大を防ぎ、命を守り、経済を回し続けることができます。ワクチン接種を [最新の状態にする](#)（一部の別言語でも提供）ことやマスクやレスピレーターを着用するといった、組み合わせ型の感染予防戦略を行うことで、病状の重症化を防ぎ、医療機関側の負担を減らすことができます。

入手が可能で、顔に一番ぴったり合う、高品質な [マスクまたはレスピレーター](#)（一部の別言語でも提供）を着用してください。適切に着用すれば、[National Institute for Occupational Safety and Health \(NIOSH、国立労働安全衛生研究所\)](#)（英語のみ）が承認したレスピレーター（N95s など）で、最も高い予防効果が得られます、その次に、国際的なレスピレーター（KN95s や KF94s など）や手術用マスク、そして布製のフェースマスクの順に効果が高いです。もし、あなたが [COVID-19 の病状が重症化するリスクがある](#)（英語のみ）場合には、NIOSH 認可のレスピレーター着用テストを受けるべきか、または着用テストが必要ない別のレスピレーター着用を検討すべきかを、かかりつけ医にご相談ください。着用テストやマスクの選び方についての詳しい情報は、[Washington State Department of Labor and Industries \(L&I、ワシントン州労働産業局\)](#)の自主的なマスク着用に関するウェブサイト（一部の別言語でも提供）をご覧ください。

マスクやレスピレーターの様々な種類や、ぴったり顔に合わせるための改善方法についての詳しい情報は、[マスクやレスピレーターの種類](#)（一部の別言語でも提供）をご覧ください。この [ウェブサイト](#)（英語のみ）は、それぞれの種類のマスクやレスピレーターが、着用方法を変えて、顔にぴったり合わせてつけると、どのくらいしっかり粒子を除去できるかに関する情報を掲載しています。発達の、行動的、医療的にマスクの着用が難しい人は、下にドレープが付いたフェイスシールドを使用することができます。このようなフェイスシールドは、チャイルドケア、デイキャンプ、K-12（幼稚園年長～高校）の子供たちも、顔にぴったり合ったマスクの着用が難しい場合に使用できます。けれど、このようなフェイスシールドを着用しても、顔にぴったり合ったマスクやレスピレーターの着用と同じレベルの保護効果が得られないことは知っておく必要があります。Department of Health（DOH、ワシントン州保健局）による [K-12 Schools\(幼稚園年長～高校\)](#)、[Child Care\(チャイルドケア\)](#)、[Early Learning\(幼児教育\)](#)、[Youth](#)

[Development\(青少年育成\)、Day Camp\(デイキャンプ\)プログラム](#)(一部の別言語でも提供)におけるマスク着用ガイダンスをご覧ください。また、CDCの[特定の集団に属する人々への配慮](#)(一部の別言語でも提供)もご覧ください。DOHでは呼気弁や呼気口がついたマスク、布一枚のマスク、布一枚のバンダナまたはゲイターを使うことを推奨していません。

[L&I](#) (英語のみ) 発行のガイダンスに従い、呼気弁付きのレスピレーターを職場で使用することは可能です。

マスクに関するよくある質問については、[DOHのマスクに関するウェブサイト](#) (英語のみ) のリストをご覧ください。

以降、この文書では、マスクという単語は、マスクとレスピレーターの両方を表すものとして用いられます。

## 現時点での義務事項や保健命令

現時点での行政命令では、[医療現場](#)、成人留置所、成人拘置所でのマスク着用を義務づけています。保健当局は、アウトブレイク発生時など一定の状況下ではマスクの着用を義務づける場合があります。

### ワシントン州 Department of Health による命令

[保健長官によるマスク着用命令](#) (英語のみ) では、ワクチン接種状況に関係なく特定の場所でのマスク着用を義務づけています。

- [医療現場](#)
- 成人留置、拘置施設。その施設がある郡の[CDCのCOVID-19地域での感染レベル](#) (スペイン語でも提供) が、中または高の場合。

この要求に関する例外事項は限定的です。例外事項に関しては[命令](#) (英語のみ) で確認できます。室内の[医療現場](#)では、医療専門職の人々に加え、全ての従業員と訪問者がマスクを着用することが義務づけられています。各個人がこの命令に従う責任を負っています、事業者は、自社の従業員や顧客がこの命令をしっかりと守るようにする責任も負っています。

### 廃止:連邦政府の命令

2022年4月18日をもって、裁判所命令により、公共交通機関や交通拠点でのマスク着用を義務づけるCDC命令は廃止されました。しかしマスクが、移動や公共交通機関を誰にとっても安全に保つための重要なツールであることは変わりません。[CDCに従って](#) (一部の別言語でも提供)、WA DOHは、輸送や交通拠点を含め、屋内の全ての公共交通機関の場において、労働者や2歳以上の乗客がマスクを着用することを推奨しています。詳細については、[公共交通の場](#)をご覧ください。

### ワシントン州知事の声明

顧客や従業員などに対する事業者の責任に関する情報は、知事の [Proclamation 20-25.19 COVID-19 Washington Ready](#) (声明 20-25.19 COVID-19 ワシントン州の対応について) (英語のみ) と、[Proclamation 21-08 – Safe Workers](#) (声明 21-08 – 労働者の安全について) (英語のみ) に記載されています。

#### Washington State Labor and Industries(L&I)と知事の声明

上に示した知事の声明では、ほとんどの職場ではマスクの着用は概して義務づけられていませんが、それでも事業者は、L&I の [COVID-19 予防に向けた必要条件とガイダンス](#)(英語のみ)をあくまで守るよう義務づけられています。さらに、民間事業者は、マスク着用の義務づけを選ぶことができ、訪問者は、[各場所での規則](#)を尊重しなければなりません。[知事の Proclamation 21-08 – Safe Workers](#) (声明 21-08 – 労働者の安全について) (英語のみ)により、労働者は職場でマスクを着用する権利を有しています。[Washington Administrative Code \(WAC、ワシントン州 行政令\)296-62-609](#) (英語のみ)では、公共衛生の緊急時に労働者がマスクを着用する権利を保護しています。[WAC 296-62-609](#) (英語のみ)に従って雇用者は、法律で厳密に定められている場合を除き、従業員によるマスク、レスピレーター、その他個人用保護具や装置の着用を妨げることはできません。詳細については、L&I の [COVID-19 予防について:義務づけられていないが、仕事の場でマスク着用を選択](#) (一部の別言語でも提供) をご覧ください。

#### 地域の公共衛生機関当局

地域の保健当局は、管轄下の地域で感染を管理するため、保健命令を出す権限を持っています。この命令は、州全域での命令と比較して厳しくなる場合がありますが、それより少しでも緩くなることはありません。[地域の保健機関](#) (英語のみ)を確認し、地域内で出されている保健命令に従ってください。

#### 推奨事項

上記の特定の要求事項に加え、以下に示すのは、一般的な公共衛生に関する推奨事項です。

#### 公共交通機関の場

WA DOH では、労働者や2歳以上の乗客が、輸送機関（飛行機、バス、電車、フェリー、地下鉄、タクシー、相乗り、緊急時ではない医療搬送）や交通拠点（空港、バスやフェリーのターミナル、電車や地下鉄の駅、港）を含めた[屋内の公共交通機関の場](#)（一部の別言語でも提供）にて、顔にぴったりと合ったマスクやレスピレーターを着用することを推奨します。これらの場は、多くの人々が通行しており、人が密集したり、（空港の搭乗ブリッジなどで）換気が不十分になる場合があります。顔にぴったりと合うマスクやレスピレーターを着用することで、旅行者や労働者は、自分自身や周りの人々を守ることができ、移動や公共交通機関を誰にとっても安全なものとすることができます。詳細については、[CDCの公共交通機関の場におけるフェイスマスク利用に関するガイダンス](#)（一部の別言語でも提供）をご覧ください。以前は義務だったものが現在は推奨になっていることにご注意ください。スクールバスにおけるマスク着用ガイダンスについては、[K-12 Schools](#)（幼稚園年長～高校）、[Child Care](#)（チャイルドケア）、[Early Learning](#)（幼児教育）、[Youth Development](#)（青少年育成）、[Day Camp](#)（デイキャンプ）プログラムにおけるCOVID-19感染の緩和に向けた必要条件とガイダンス([wa.gov](#))（一部の別言語でも提供）を

覧ください。WA DOH では、公共交通機関の事業者にも、全員がマスクを着用することをサポートするよう促しています。

#### 医療現場でのマスク着用について

[保健長官によるマスク着用命令](#)（英語のみ）に従って、医療現場ではマスクを着用しなければなりません。全ての医療現場では、[医療現場での新型コロナウイルス感染予防と管理に関する暫定的推奨事項、DOH 420-391 \(wa.gov\)](#)（英語のみ）に示された個人用保護具と感染源管理ガイダンスにアクセスが可能です。

#### 医療現場ではない、人が密集する場所でのマスク着用の推奨

[CDCのCOVID-19 地域での感染レベル](#)（スペイン語でも提供）が中または高の場合、以下の場所では、2歳以上の人が室内でマスクを着用することを推奨します。

- [ホームレス支援施設](#)（英語のみ）
- [民間船舶](#)（英語のみ）(例えば商業漁船、貨物船、クルーズ船など)
- 倉庫、工場、食品包装、食肉処理施設、雇用者提供の交通手段など、仕事柄身体的な距離をとるのが厳しいような混み合った職場環境
- 釈放労働刑服役者施設、仮設住宅、青少年更生または拘置施設、臨時労働者宿泊施設など、混み合った居住施設内の共有生活エリア（寝室ではない場所）
- 成人拘置所、刑務所、青少年更生、青少年拘置施設内で収監された人がいる室内の場所（法廷など）。
  - [CDCのCOVID-19 地域での感染レベル](#)（スペイン語でも提供）が中または高の場合、保健長官の命令では、成人拘置所や刑務所施設内では、5歳以上の人にマスク着用を**義務付けている**ことに注意してください。
  - [施設レベルの要因](#)（一部の別言語でも提供）でリスクが高くなっていると分かった場合は、矯正施設でもマスク着用を検討するよう推奨します。

上記のような混み合った場所に住んでいる、あるいは仕事をしている方も、このような場所にいない時（例えば地域の外にいる場合）は、一般の方向けと同じ推奨事項に従ってください。

医療現場以外の場所（会社や組織など）で、施設内でのマスク着用が義務づけられる場合があります。これらの場所では、構内でマスク着用を義務づけるかどうかを定める際、以下の各項目を検討してください。

- その場所での感染のしやすさ
  - COVID-19 のワクチン接種が[最新の状態](#)（一部の別言語でも提供）ではない人は、COVID-19 に感染しやすく、重症化の可能性が高くなります。
  - [特定の持病](#)（一部の別言語でも提供）がある人々は、COVID-19 の症状が重症化するリスクが高まります。
- その場所での換気の状態。冷暖房空調(HVAC)設備がある施設とない施設の両方に対する詳しい情報と換気のオプションは、[空気を介して感染する病気の広がりを減らす為の換気と空気の質](#)（英

語のみ)と [Environmental Protection Agency \(EPA、環境保護庁\)](#) による建物での空気クリーン活動 (英語のみ) をご覧ください。

- その場所での人々の身体的距離の取りやすさ
- その場所で COVID-19 感染アウトブレイクが疑われるか発生
  - 医療現場以外の人々が混み合う場所でアウトブレイクが起こった場合、室内でのマスク着用を強く推奨します。

[CDCのCOVID-19 地域での感染レベル](#) (一部の別言語でも提供) が高の場合、CDCとDOHは、ワクチン接種状況に関係なく、室内で全ての人々がマスクを着用するよう推奨しています。施設側は、人々がマスク着用を選ぶ場合、その着用をやめさせてはなりません。個人のマスク着用に関する推奨事項とリスクに基づく配慮事項については以下をご覧ください。

### 個人のマスク着用に関する推奨事項

症状がある人、検査結果が陽性の人、またはCOVID-19感染者との接触があった人は、[COVID-19検査で陽性反応が出た場合に行うこと](#) (一部の別言語でも提供)、および[COVID-19症状についてのフローチャート](#) (一部の別言語でも提供)、[COVID-19に感染した人と接触した可能性がある場合に取りべき行動](#) (一部の別言語でも提供) に従って、高品質のマスクまたはレスピレーターを着用して下さい。[現時点での義務事項や保健命令](#) に従って個人は、自分がいる場所で義務づけられている場合はマスクを着用しなければなりません。

どのような状況でも、マスクの着用を選ぶことが可能です。あなたがマスクを着用するかどうか決める際、以下の項目を検討してください。

- あなたのワクチン接種状況と周りの人のワクチン接種状況。COVID-19 のワクチン接種やブースター接種が[最新状態](#) (一部の別言語でも提供) ではない人は、COVID-19 に感染しやすく、重症化の可能性が高くなります。
- あなたや周りの人は、COVID-19 の症状が重症化するリスクが高まるような[特定の持病](#) (一部の別言語でも提供) があるか。特定の持病を持つ人は、COVID-19 に感染しやすく、重症化の可能性が高くなります。
- 自分がいる場所の状況 (混んでいる、換気が悪い、室内など)
- [CDCのCOVID-19 地域での感染レベル](#) (一部の別言語でも提供) をご覧ください。
  - CDC と WA DOH は、地域内の感染レベルが[高い](#)場合、ワクチン接種状況に関係なく、室内でマスクを着用することを推奨しています。
  - 地域内での感染レベルが[中または高](#)の場合、CDC と WA DOH は、COVID-19 により [症状が重症化するリスクの高い](#) (一部の別言語でも提供) 人々に対し、室内の公の場にいるときは高品質のマスクを着用することを推奨しています。重症化するリスクが高い人が同じ世帯にいる、または社会的につながっている人は、その人たちと一緒に室内にいるときは高品質のマスクを着用することを検討してください。

## COVID-19に関する追加情報とリソース

[ワシントン州の現在のCOVID-19状況](#)（英語のみ）、[Inslee州知事の声明](#)（英語のみ）、[症状](#)（一部の別言語でも提供）、[感染拡大の推移](#)（一部の別言語でも提供）、[検査を受ける方法と時期](#)（スペイン語でも提供）、[ワクチン接種場所を探す](#)（スペイン語でも提供）に関する最新情報を随時ご確認ください。詳細は[よくある質問](#)（英語のみ）をご確認ください。

人種/民族性や国籍そのものが、COVID-19のリスクを高めるわけではありません。しかし、データによると、COVID-19による影響が有色人種のコミュニティに偏っていることがわかっています。これは人種差別、特に構造的な人種差別の影響によるもので、これにより、一部のグループは自分の身やコミュニティを守る機会がより少なくなっています。[偏見は病気との闘いの役に立ちません](#)（英語のみ）。正確な情報を他の人と共有し、うわさや誤情報が拡散しないようにしましょう。

- [ワシントン州 Department of Health 2019年新型コロナウイルスのアウトブレイク \(COVID-19\)](#)（英語のみ）
- [ワシントン州のコロナウイルス対策 \(COVID-19\)](#)（一部の別言語でも提供）
- [自分の地元の保健機関または管轄地区を探す](#)（英語のみ）
- [CDCのコロナウイルス対策 \(COVID-19\)](#)（一部の別言語でも提供）

何か質問はありますか？ COVID-19 情報ホットライン、**1-800-525-0127** にお電話ください：ホットラインの時間帯：

- 月曜日 午前6時～午後10時
- 火曜日～日曜日 午前6時～午後6時
- [州の振替休日](#)（英語のみ） 午前6時～午後6時

通訳サービスを利用する場合は、応答時に#を押して、希望の言語をお伝えください。ご自身の健康状態または検査結果についてのご質問は、医療機関にお問い合わせください。

本文書を別の形式でご希望の場合は、1-800-525-0127 までお電話ください。耳の不自由な方は、711（[Washington Relay](#)）までお電話いただくか、[civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov) までメールでお問い合わせください。

## 添付 A：

### 医療現場

[保健長官のマスク着用命令](#)（英語のみ）によると、医療現場や長期介護現場とは、一部の例外を除き、主に一般向けに対面医療サービスを提供するため利用されている、あらゆる公共、個人の場所を指します。そのような場所が病院など主に医療サービス提供で利用される施設内にある場合は、その施設全体が医療現場、または長期介護現場とみなされ、フェイスカバー命令の例外、免除対象として、全施設内でフェイスカバー/マスクを着用しなければなりません。そのような場所が食料品店内の薬局や学校の保健室など、主に別の目的で利用される施設内にある場合は、医療現場、長期介護現場とは、医療サービス提供のために主に利用される場所のみが対象となり、施設内の他のエリアは含みません。主に医療サービスの提供として利用されるエリア内では、フェイスカバー命令の例外、免除対象として、フェイス

カバー/マスクを着用しなければなりません。以下で除外されている場合を除き、医療従事者とは、[医療専門職資格認定の必要条件](#)（英語のみ）に明記された資格を持つ個人、および法律によって医療サービスの提供を認められた無資格の個人を指します。室内の医療現場では、医療専門職の人々に加え、全ての従業員と訪問者がマスクを着用することが義務づけられています。

以下は、施設全体が医療現場、長期介護現場とみなされる場所の追加のリストです：

- 病院などを含むがこれに限定されない救急治療施設、
- 長期救急治療施設、
- 入院リハビリ施設、
- 診断、治療施設、居住型療養施設、薬物利用者更生施設などを含むがこれに限定されない入院型の問題行動医療施設、
- 老人ホーム、支援型居住施設、成人用介護施設、資格を持つ地域居住者介護サービスや支援を提供する場所、強化介護サービス施設などを含むがこれに限定されない居住型長期介護施設、
- 移動型クリニック、その他医療サービスを提供する車両、
- 透析センター、内科医オフィス、問題行動医療施設（精神科医、メンタルヘルスカウンセラー、物質使用傷害専門医のオフィス）などを含むがこれに限定されない外来型施設、
- 歯科衛生施設、
- 検眼、眼科施設、
- 薬局（小売店内にあるものは除く）、
- マッサージ療養施設（スパやウェルネス/フィットネスセンターなど、非医療現場内でマッサージが行われる指定エリアを含む）、
- カイロプラクティック施設
- 助産施設、単独型助産所、
- 隔離、待機施設、
- 外来医療センター、
- 救急センター
- ホスピス医療センター、そして
- 在宅医療、在宅介護、個人的介護、またはホスピスケアのサービスが有償労働者により提供される場所。

医療現場、長期介護現場とみなされない場所は以下の通り：

- スポーツや観戦イベントまたはその他の集会が行われる場所（有資格の運動トレーナーが選手にケアを行う場合を含む）、ただし、指定の救護所エリアなど、主に医療サービスの提供のために利用されるエリア（すなわち医療現場）は除く。
- 医療サービスの提供が主体ではない、Department of Children, Youth & Families（DCYF、子ども・若者・家族局）の認可する児童養育施設、
- 人に医療サービスを提供しない研究施設、
- 動物医療の現場、
- 動物管理施設、
- 非営利型の動物愛護協会、そして

- 医療マリファナコンサルタントがサービスを提供する場所を含むマリファナ小売店。

医療施設が、屋外でのマスク着用を義務づける場合、施設の業務規則に従ってください。詳細については上記の「[各場所での規則](#)」の情報をご参照ください。詳しいガイダンスについては、[感染源管理のガイダンス](#)（英語のみ）と、特定の医療介護施設への訪問についてのガイダンスを含め、[医療現場におけるCOVID-19感染予防](#)（英語のみ）のページを参照のこと。

## 各場所での規則

事業者、組織、施設、建物は、構内または施設内でのマスク着用について、独自の規則を定める権利を有します。事業者は、[L&Iによる必要条件](#)（英語のみ）にある全ての必要条件に従うことが義務づけられており、[保健長官のマスク着用命令](#)（英語のみ）よりもさらに厳しい形で、（屋外など）現場でのマスク着用を義務づける場合があります。

地元の保健当局も、地域内の感染を抑えるために、さらに厳しいマスク着用命令を出す場合があります。これらの規則は、[保健長官のマスク着用命令](#)（英語のみ）よりもさらに厳しくなる場合はあるが、それより緩められることはありません。

さらに、マスクの着用が必要であったり、着用を選んだり、着用を続けたりする人もいます。たとえ州や地域のマスク着用令が出ていなくても彼らは、公共の場でのマスク着用を選ぶ権利を有します。自分、家族の身や地域を守るためにマスクを着用することを選んだ人を尊重してください。マスク着用を続ける人は、身分確認などの目的で、一時的にマスクを外すよう要求される場合があることに注意してください。