

# ゆのごう通信



湯郷ファミリークリニックの「いま」をお伝えします。

湯郷ファミリークリニック 診療時間担当医のご案内						2021年 10月1日から	
	月	火	水	木	金	土	
午前	大門	大門	大門	賀来	上春	交代制	
	賀来	杉山	賀来	上春	杉山		
	上春	玉井	杉山	杉山	玉井		
往診				休診		休診	
予防接種	14:15~15:15(要予約)				14:15~ 15:15(要予約)		
午後	賀来	交代制	大門		上春		杉山
	上春		賀来				
	杉山	玉井	玉井	玉井			

◆受付時間 (午前の部) 8:30~11:30 (午後の部) 8:30~17:30  
 ◆診療開始 (午前の部) 9:00~ (午後の部) 16:00~  
 ※都合により、診察医を変更する場合がございますのでご了承ください。  
 ※予防接種は予約制となっております。窓口、お電話にてご予約をお願いいたします。



## 新型コロナウイルス感染の急増！「マスクフィット」の大切さ

全国的に新型コロナウイルスの感染が拡大し、「自分がコロナに感染しているかもしれない「人にうつしたらどうしよう？」と思う場面も多いと思います。その際に大事になるのがマスクフィットです。いくら高性能のマスクであっても、空気漏れがあっては感染は防げません。マスクフィットの方法の工夫を説明します。



真ん中の鼻に当たる部分を『W』にする！



マスクフィットの方法の工夫

① まずは自分の顔のサイズに合うマスクを選ぶこと。

② 鼻にあててから微調整！  
これだけでマスクフィットが劇的に改善します！  
(ノーズワイヤーの部分をW字に折り曲げてから装着する！)

③ どうしても漏れができる場合は、市販の付属品を上手に活用する！

- ノーズパットの使用 (眼鏡の曇り止めとして使い捨てで売っています)
- マスクフィッター (マスピタ® マスクの横漏れを防ぐマスクカバー)
- 紐の長さを調節するクリップ
- 不織布マスクの上から布マスクを重ねる

最後に「マスクの外表面は常に汚染されている」と考えることが大切です。表面に触れたあとは、必ず手指衛生をしましょう。可能なら、こまめにマスクを新しいものに付け替えましょう。

