

# マスクの着用について

新型コロナウイルス感染症対策

これまで屋外では原則不要、屋内では原則着用としていましたが

**令和5年3月13日から**

**マスク着用は個人の判断が基本となります**

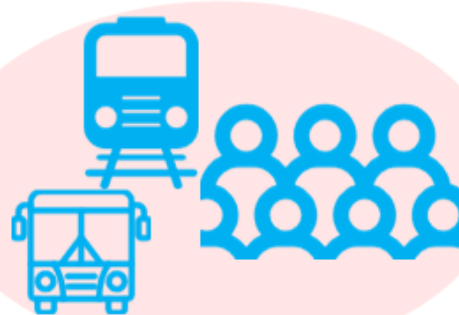
ただし、以下のような場合には注意しましょう

周囲の方に、感染を広げないために

マスクを着用しましょう



受診時や医療機関・  
高齢者施設などを訪問する時



通勤ラッシュ時など混雑した  
電車・バスに乗車する時

ご自身を感染から守るために

マスク着用が効果的です



高齢者



慢性肝臓病  
がん  
心血管疾患 など

基礎疾患を有する方



妊婦

重症化リスクの高い方が感染拡大時に混雑した場所に行く時

本人の意思に反してマスクの着脱を強いることがないよう、  
個人の主体的な判断が尊重されるよう、ご配慮をお願いします

※事業者の判断でマスク着用を求められる場合や従業員がマスクを着用している場合があります



これまで屋外では原則不要、屋内では原則着用としていましたが、令和5年3月13日から、個人の主体的な選択を尊重し、着用は個人の判断に委ねることになりました。

本人の意思に反してマスクの着脱を強いることがないよう、個人の主体的な判断が尊重されるよう、ご配慮をお願いします。

詳細は[こちら](#)

マスクの着用に関する情報については下記のページをご覧ください。

[マスクの着用について](#)

感染症法上の位置づけ変更後の療養について(令和5年4月14日)

## 感染症法上の位置づけ変更後の療養について（ポイント）

5月8日以降の取扱

### 新型コロナウイルス感染症は、他の人にうつすリスクはどれくらいありますか？

- 鼻やのどからのウイルスの排出期間の長さに個人差がありますが、**発症2日前から発症後7～10日間はウイルスを排出している**といわれています。
- 発症後3日間は、感染性のウイルスの平均的な排出量が非常に多く、5日間経過後は大きく減少することから、**特に発症後5日間は他人に感染させるリスクが高いことに注意**してください。

### 新型コロナウイルス感染症にかかったら、どのくらいの期間外出を控えればよいのでしょうか？

**令和5年5月8日以降、新型コロナ患者は、法律に基づく外出自粛は求められません。外出を控えるかどうかは、個人の判断に委ねられます。その際、以下の情報を参考にしてください。**  
**周囲の方や事業者におかれても、個人の主体的な判断が尊重されるよう、ご配慮をお願いします。**  
**各医療機関や高齢者施設等においては、以下の情報を参考に、新型コロナウイルスに罹患した従事者の就業制限を考慮してください。なお、高齢者施設等については、重症化リスクを有する高齢者が多く生活することも考慮してください。**  
**また、感染が大きく拡大している場合には、一時的により強いお願いを行うことがあります。**

#### (1) 外出を控えることが推奨される期間

- ・ 特に発症後5日間は他人に感染させるリスクが高いことから、発症日を0日目（※1）として**5日間は外出を控えること**（※2）、かつ、
- ・ 5日目に症状が続いていた場合は、熱が下がり、痰や喉の痛みなどの**症状が軽快して24時間程度が経過するまでは、外出を控え様子を見ること**が推奨されます。症状が重い場合は、医師に相談してください。

（※1）無症状の場合は検体採取日を0日目とします。

（※2）こうした期間にやむを得ず外出する場合でも、症状がないことを確認し、マスク着用等を徹底してください。

#### (2) 周りの方への配慮

**10日間が経過するまでは、ウイルス排出の可能性があることから、不織布マスクを着用したり、高齢者等ハイリスク者と接触は控える等、周りの方へうつさないよう配慮しましょう。**  
発症後10日を過ぎても咳やくしゃみ等の症状が続いている場合には、マスクの着用など咳エチケットを心がけましょう。

※ 学校における取扱いについては、文部科学省においてパブリックコメントを実施予定。

### 5月8日以降の「濃厚接触者」の取扱はどのようになりますか？

令和5年5月8日以降は、5類感染症に移行することから、一般に保健所から新型コロナ患者の「濃厚接触者」として特定されることはありません。また、「濃厚接触者」として法律に基づく外出自粛は求められません。

※新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが5類感染症に変更される令和5年5月8日以降の取扱いです。

本件に関する加藤大臣会見概要は[こちら](#)

# 新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置付け変更後の基本的感染対策の考え方について(令和5年3月31日)

※新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが5類感染症に変更される令和5年5月8日以降の取扱いです。

○以下概要となります。

## 新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置付け変更後の基本的感染対策の考え方について

### 1. 現状

- 基本的感染対策については、新型インフルエンザ等対策特別措置法に基づく基本的対処方針の中で、「三つの密」の回避、「人と人との距離の確保」、「マスクの着用」、「手洗い等の手指衛生」、「換気」等の実施を、これまで個人や事業者に求めてきている。
- また、感染拡大防止と社会経済活動の両立を図るため、基本的対処方針等も踏まえ、これまでも個人に対する対策の見直しや、各業界において、業種別ガイドラインの策定・見直しがなされている。
- 業種別ガイドラインについては、合理的な内容に見直せるよう、内閣官房より、見直しのためのポイントを各業界に対して提示・周知している状況。  
これに基づき、現在は、各業界において、入場時の検温やパーティションの設置等の対応を行っている。

(参考)業種別ガイドラインの見直しのためのポイント

※直近は、第7版(令和5年3月13日)

- (1)感染リスクの評価
- (2)基本的な感染対策(飛沫感染対策、エアロゾル感染対策、接触感染対策)
- (3)場面ごとの感染対策の留意点
- (4)従業員等の行動管理に関する扱い等の情報

【ポイントの記載(一例)】

- ・設備や物品等につき、業態を踏まえた適度の消毒を求める【共用部の消毒】
- ・ハンドドライヤーは、使用できる【共有部のトイレ】
- ・取り分け用のトング等を共有する場合、利用者は使用前に手指消毒を行う(使い捨て手袋の着用は求めない)【ビュッフェスタイルでの飲食物提供時】

## 2. 今後の方針

- 今般の感染症法上の位置付けの変更により、新型コロナの感染対策は5月8日から、
  - ・現在の「法律に基づき行政が様々な要請・関与をしていく仕組み」から、
  - ・今後は「個人の選択を尊重し、国民の皆様の自主的な取組をベースとしたもの」に大きく変わる。
- 基本的対処方針や業種別ガイドラインは廃止となることから、日常における基本的感染対策について、以下の観点を踏まえた対応に転換する。

- ①マスク着用の取扱いと同様、主体的な選択を尊重し、個人や事業者の判断に委ねることを基本とする。
- ②政府として一律に求めることはなくなり、個人や事業者は自主的な感染対策に取り組む。

### <基本的感染対策に関する変更方針(ポイント)>

	現在	今後(5月8日以降)
新型コロナの感染対策の考え方	・法律に基づき行政が様々な要請・関与をしていく仕組み	・個人の選択を尊重し、国民の皆様の自主的な取組をベースとしたもの
政府の対応と根拠	・新型インフル特措法に基づく基本的対処方針による求め ※「三つの密」の回避、「人と人との距離の確保」、「マスクの着用」、「手洗い等の手指衛生」、「換気」等	・(基本的対処方針は廃止) ・感染症法に基づく情報提供 ※専門家の提言等も踏まえ、個人や事業者の判断に資するような情報の提供
事業者に関する取組	・事業者による業種別ガイドラインの作成 ・政府による「業種別ガイドラインの見直しのためのポイント」の提示・周知	・(業種別ガイドラインは廃止) ※業界が必要と判断して今後の対策に関する独自の手引き等を作成することは妨げない ・事業者の判断、自主的な取組

### 3. 実施に当たっての考え方①

- 基本的感染対策について、今後は、政府として一律に対応を求めることはせず、政府は以下の内容を情報提供し、個人や事業者が自主的に判断して実施する。

#### (1) 基本的感染対策の見直し

政府は、新型コロナの特徴を踏まえた基本的感染対策として、引き続き、手洗い等の手指衛生や換気が有効であることなど、以下の内容を示していく。その際には、専門家の提言(厚生労働省アドバイザリーボードに示された「感染防止の5つの基本」など)や、その時点までに得られた知見も紹介し、参考にさせていただく。

基本的感染対策	今後の考え方
マスクの着用	個人の主体的な選択を尊重し、着用は個人の判断に委ねることを基本。一定の場合にはマスク着用を推奨(2/10 政府対策本部決定参照)
手洗い等の手指衛生	政府として一律に求めることはしないが、新型コロナの特徴を踏まえた基本的感染対策として引き続き有効
換気	
「三つの密」の回避 人と人との距離の確保	政府として一律に求めることはしないが、流行期において、高齢者等重症化リスクの高い方は換気の悪い場所や、不特定多数の人がいるような混雑した場所、近接した会話を避けることが感染防止対策として有効(避けられない場合はマスク着用が有効)

#### (2) 個人や事業者が実施する場合の考え方

- (1)の見直しを踏まえ、個人や事業者における基本的感染対策の実施に当たっては、感染対策上の必要性に加え、経済的・社会的合理性や、持続可能性の観点も考慮して、改めて感染対策を検討する。

#### <考慮に当たっての観点>

<ul style="list-style-type: none"> <li>・ウイルスの感染経路等を踏まえた期待される対策(※)の有効性               <ul style="list-style-type: none"> <li>※飛沫感染対策か、エアロゾル感染対策か、接触感染対策かなど</li> </ul> </li> <li>・実施の手間・コスト等を踏まえた費用対効果</li> <li>・人付き合い・コミュニケーションとの兼ね合い</li> <li>・他の感染対策との重複・代替可能性 など</li> </ul>
--

### 3. 実施に当たっての考え方②

○事業者においては、以下の対策の効果や考え方等を踏まえ、各事業者で実施の要否を判断する。政府としては、一律に対応を求めることはせず、各事業者の判断に資する以下のものを示していく。

＜現在行われている対応(例)と今後の考え方等＞

対応(例)	対策の効果など	今後の考え方
入場時の検温	発熱者の把握や、健康管理意識の向上に資する可能性	政府として一律に求めることはしない 対策の効果(左欄参照)、機器設置や維持経費など実施の手間・コスト等を踏まえた費用対効果、換気など他の感染対策との重複・代替可能性などを勘案し、事業者において実施の要否を判断
入口での消毒液の設置	手指の消毒・除菌に効果 希望する者に対し手指消毒の機会の提供	
アクリル板、ビニールシートなどパーティション(仕切り)の設置	飛沫を物理的に遮断するものとして有効 エアロゾルについては、パーティションでは十分な遮断はできず、まずは換気の徹底が重要	

※感染症法上の位置づけの変更により、業種別ガイドラインは廃止されるが、業界が必要と判断して今後の対策に関する独自の手引き等を作成することは妨げない。

※特に感染対策が求められる医療機関や高齢者施設等については、院内・施設内等の感染対策に関して、引き続き国から提示・周知していく。

○なお、感染が急拡大している時期や、医療機関・高齢者施設など重症化リスクの高い方が多い場面など、時期や場面によっては、これまでの取組を参考に感染対策を強化していくことが考えられる。

出典：厚生労働省ホームページ (<https://www.mhlw.go.jp/>)

ホーム＞政策について＞分野別の政策一覧＞健康・医療＞健康＞感染症情報＞新型コロナウイルス感染症について

※ 「新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置付け変更後の基的感染対策の考え方について」

(<https://www.mhlw.go.jp/content/001081546.pdf>) をもとに横向き表示を縦書き表示に加工