

4 フィットテストの実施

マスクを着用して、フードをかぶります。

フードの透明窓と顔は、約10-15cm程離し、被験者に「口から息を吸い込み、味わうように」と指示してください。

フィットテスト溶液を入れたNo.2ネブライザーを透明窓の穴から差し込み、ゴム球を押してエアロゾルを発生させます。
この時ネブライザーの角度に注意して、被験者に直接かからないようにしてください。
感度テストにて記録した「噴霧回数」に応じて、ゴム球を以下の回数押してエアロゾルを発生させます。

感度テストでの 噴霧回数	フィットテストでの 初回噴霧回数	フィットテスト中の 追加噴霧回数
1～10回	10回	5回
11～20回	20回	10回
21～30回	30回	15回

次のA～Gの動作を60秒ずつ行います。
フード内の濃度を一定に保つため、30秒経過ごとに、初回噴霧回数の半分の回数を追加噴霧してください。

- A** 普通に呼吸をする
- B** ゆっくり深く呼吸をする
- C** 頭をゆっくりと左右に振る
(頭が左右両端を向いたときに息を吸い、頭を動かしている間に息を吐く)
- D** 頭をゆっくりと上下に動かす
(頭が上下にあるときに息を吸い、頭を動かしている間に息を吐く)
- E** ゆっくり大きな声で発声する
(50音をゆっくり発声する、声を出して100から逆に数える、など)
- F** ゆっくりと深くおじぎをする
- G** 普通に呼吸をする

上述のA～Gの動作中に甘味を感じた場合には、フィットが適切ではありません。テストを終了して、約15分後に感度テストから再開してください。

最後まで甘味を感じなければ、マスクの装着が適切におこなわれ、確実にフィットしている状態と言えます。



○ 「甘味」を感じない！

- 正しくフィットし、漏れ込みの心配ありません。
- この感覚を忘れずに、いつも正しく装着してください。



× 「甘い」と感じる。

- マスクのサイズや形状は顔に合っていますか？
- 正しく装着していますか？
約15分後に、感度テストから再開してください。

「苦味」を利用したフィットテスト方法

別売の感度テスト溶液（苦味）FT-31、フィットテスト溶液（苦味）FT-32 を用いて、苦味を利用したフィットテストを行えます。これは、安息香酸デナトニウムのエアロゾルを使用する方法で、安息香酸デナトニウムの苦味を利用して行います。サッカリンの感度テストで甘みを感じなかった被験者にも用いることができます。

- * テスト方法はサッカリンの場合と同様です。
- * 感度テストにおいて30回を超えて噴霧をしても被験者が苦味を感じない場合には、感度テストを中止して他のフィットテスト方法を用いてください。
- * サッカリンの溶液と混合しないようご注意ください。
ネブライザーをよく洗浄し乾燥させてから使用するか、交換用ネブライザー FT-13 をご使用ください。
- * 安息香酸デナトニウム溶液は人体に有害ではありません。



テスト終了後

ネブライザーに残った液は廃棄してください。

サッカリンは凝固しやすいのでテスト終了後には、直ちにネブライザーを分解し、温水で洗浄してください。

※フィットテスト溶液および感度テスト溶液の安全データシート(SDS)はこちらのインターネットを使用した SDS 検索を通じてご提供しております。
(http://www.3mcompany.jp/3M/ja_JP/company-jp/SDS-search/)

仕様及び外観は、予告なく変更される事がありますので、ご了承ください。本書に記載してある事項、技術上の資料並びに勧告はすべて、当社の信頼している実験に基づいていますが、その正確性若しくは完全性について絶対的な保証はしません。使用者は使用に先立って製品が自己の用途に適合するか否かを判断し、それに伴う危険と責任もすべて負うものとします。売主及び製造者の義務は不良であることが証明された製品を取り替えることだけであり、それ以外の責任は、ご容赦ください。本書に記載されていない事項若しくは勧告は、売主及び製造者の役員が署名した契約書によらない限り当社は責任を負いません。

3Mは3M社の商標です。



スリーエム ジャパン株式会社
安全衛生製品事業部
<http://go.3M.com/psd>

Please Recycle. Printed in Japan.
©3M 2022. All Rights Reserved.
OHS-1065-C

カスタマーコールセンター

製品のお問い合わせはナビダイヤルで

0570-011-321

9:00～17:00／月～金(土日祝年末年始は除く)

3M Science.
Applied to Life.™

3M™ フィットテストキット FT-10 3M™ フィットテストキット 付属製品

あなたのマスク 本当にフィットしていますか？

特定化学物質障害予防規則・作業環境測定基準等が改正されました。(令和2年4月)

第38条の21

7 事業者は、前項の呼吸用保護具（面体を有するものに限る。）を使用させるときは、1年以内ごとに1回、定期に当該呼吸用保護具が適切に装着されていることを厚生労働大臣の定める方法により確認し、その結果を記録し、これを3年間保存しなければならない。

令和2年7月31日付け厚生労働省告示第286号「金属アーク溶接等作業を継続して行う屋内作業場に係る溶接ヒュームの濃度の測定の方法等」

(呼吸用保護具の装着の確認)

第3条 特化則第38条の21第7項の厚生労働大臣が定める方法は、同条第6項の呼吸用保護具（面体を有するものに限る。）を使用する労働者について、日本産業規格 T8150（呼吸用保護具の選択、使用及び保守管理方法）に定める方法又はこれと同等の方法により当該労働者の顔面と当該呼吸用保護具の面体との密着の程度を示す係数（以下この項及び次項において「フィットファクタ」という。）を求め、当該フィットファクタが呼吸用保護具の種類に応じた要求フィットファクタを上回っていることを確認する方法とする。

フィットテストキット は、厚生労働省基発 第0207006号でも推奨されています。

厚生労働省基発第 0207006号

2 防じんマスクの選択に当たっての留意事項

(4) 防じんマスクの顔面への密着性の確認

(前略) 防じんマスクの面体は、着用者の顔面に合った形状及び寸法の接顔部を有するものを選択すること(中略)……なお、大気中の粉じん、塩化ナトリウムエアロゾル、サッカリン エアロゾルを用いて密着性の良否を確認する機器もあるので、これらを可能な限り利用し良好な密着性を確保すること。

(厚生労働省基発第0207006号 平成17年2月7日 第1より抜粋)

フィットテストキットは、日本産業規格(JIS) T8150:2021の付属書 JD.5.1に規定される「エアロゾル定性的フィットテスト」のキット製品です。テスト結果が合格となった場合、「要求フィットファクタは100以上であるとみなす」とされています。

フィットテストキット製品および付属製品のご案内

	製品名	製品概要	入れ目
	3M™ フィットテストキット FT-10	使い捨て式防じんマスクや防護マスク、半面形取替え式防じんマスク他、半面形の防じん機能を有する防毒マスクにもご使用いただけます。	1キット / 箱
	3M™ 感度テスト溶液 FT-11	FT-10 用の感度テスト溶液（甘味）の補充用ボトルです。1本あたり約 55ml 入りです。	1本 / パック 6 パック / 箱
	3M™ フィットテスト溶液 FT-12	FT-10用のフィットテスト溶液（甘味）の補充用ボトルです。1本あたり約 55ml 入りです。	1本 / パック 6 パック / 箱
	3M™ 感度テスト溶液（苦味）FT-31	FT-10 用の苦味剤の感度テスト溶液です。甘味を感じにくい方にもご使用になれます。1本あたり約 55ml 入りです。	1本 / パック 6 パック / 箱
	3M™ フィットテスト溶液（苦味）FT-32	FT-10 用の苦味剤のフィットテスト溶液です。甘味を感じにくい方にもご使用になれます。1本あたり約 55ml 入りです。	1本 / パック 6 パック / 箱
	3M™ ネブライザー FT-13	FT-10 用のネブライザーです。専用のラベル、アトマイザー、掃除用ピン付属。	1個 / パック 3 パック / 箱
	3M™ フード FT-14	FT-10 用のフードです。交換用としてご使用ください。	2 個 / パック 5 パック / 箱
	3M™ カラー FT-15	FT-10 用のカラーです。交換用としてご使用ください。	1個 / 箱

3M™ フィットテストキット FT-10

どんなに高性能のマスクを選んでもそのマスクが顔に合っていないかったり、正しく装着されていなければ、その効果を発揮できません。3M™ フィットテストキット FT-10は、安全で確実に密着性の良否が判定できるフィットテストキットです。マスクの選択時とその後の定期的な着用訓練でご使用ください

FT-10 の構成

- A. フード FT-14
- B. カラー FT-15
- C. ネブライザー FT-13 (No.1感度テスト用)
- D. ネブライザー FT-13 (No.2フィットテスト用)
- E. 感度テスト溶液 FT-11*
(Sensitivity Test Solution)
- F. フィットテスト溶液 FT-12*
(Fit Test Solution)

*サッカリン溶液であり、人体に有害ではありません。



フィットテストの流れや実施方法について簡単に動画にてまとめておりますので、こちらもご参照ください。



1 準備



1. フードをカラーに取り付けます。

2. ひもを結びます。

3. 頭頂部をクリップ等で留めます。

4. No.1ネブライザー及びNo.2ネブライザーのキャップを取り外します。

5. 溶液を間違えないように確認します。

6. No.1ネブライザーに感度テスト溶液FT-11を、No.2ネブライザーにフィットテスト溶液FT-12をティースプーン1杯程度を注ぎます。

注意

テストを受ける時は、テストの少なくとも15分前から飲食を控えてください。テストは汚染物質の無い安全な場所で行ってください。

2 感度テスト

被験者が「甘味」を感じるかどうかをテストします。マスクを着用せずにおこないます。（感度テスト溶液は、フィットテスト溶液を約 100 倍に希釈したものです）

Step. 1

フードをかぶります。この時はまだマスクは装着しません。

Step. 2

フードの透明窓と顔は、約 10-15cm ほど離してください。

Step. 3

感度テスト溶液を入れた No.1 ネブライザーを透明の穴から差し込み、ゴム球を押してエアロゾルを発生させます。

この時、ネブライザーの角度に注意して、被験者に直接かからないようにし、被験者に「口から息を吸い込み、味わうように」と指示してください。ゴム球が完全に戻るように操作して、エアロゾルを発生させます。

Step. 4

被験者が甘みを感じたかどうかを確認してください。

「感じた」時には記録用紙にゴム球を押した回数を記録します。

甘みを感じない場合には、さらにゴム球を押し「感じた」時点での回数を記録します。ただし、30 回を超えた場合には、感度テストを中止し、他の方法を試みてください。

Step. 5

終了したらフードをとり、新鮮な空気での呼吸を 2 ～ 3 分ほど程度行うか、水を口に含んで口内の甘味を取り去ってください。

3 マスクの装着

マスクを正しい手順で、装着してください。

この 3M™ フィットテストキット FT-10 は、使い捨て式防じんマスク、半面形の取替え式防じんマスクの他、半面形の防じん機能を有する防毒マスクにもご使用いただけます。

