



室內外佩戴口罩常見問題解答

(更新日期: 2021 年 9 月 2 日)

以下是有關俄勒岡州行政法規 (OAR) [333-019-1025](#) 室內核室外空間戴口罩要求的常見問題解答 (FAQ)。

問題: 口罩規則是否僅適用於公共室內空間，或者正如製造工廠等私人工作場所需要遵守，即使我們不允許公眾進入該空間？

答案: 根據規定，室內空間包括公共和私人工作場所，其中包括食品加工廠和生產設施。個人在室內私人工作場所必須戴口罩或面部防護罩，除非他們在私人工作場所。私人工作空間是指公共或私人工作場所中供一個人使用的室內空間，而該空間從地板到天花板四面均為牆壁，並且附設可關閉的門。

問題: 室內戴口罩規則是否適用於兒童的室內運動？

答案: 室內競技運動的練習和比賽不受規則限制，不需要面部防護罩。然而，體育營運商可能需要口罩或面部防護罩作為組織政策的一部分。

問題: 室內戴口罩的規則是否適用於青少年計劃？

答案: 可以。

問題: 信仰領袖對信仰聽眾講話是否被視為向聽眾發表演講並因此不受規則約束？

答案: 是，信仰領袖可以像其他任何人向聽眾講話一樣獲得豁免。但是，豁免僅適用於演講者向聽眾發表演講時。

問題: 如果我的企業或組織不允許個人在室內佩戴口罩或面部防護罩？

答案: 是。如果您的企業或組織選擇比州規則更嚴格的要求，OHA 建議您張貼具載有更嚴格要求的標示。

問題: 哪些運動被認為是「競技運動」？在健身中心和朋友一起打籃球被視為是一項競技運動嗎？

答案: 競技運動通常是作為團隊或聯盟的一部分進行的，通常通過學校、休閒聯盟或體育俱樂部進行預定的練習和比賽。

問題： 在健身中心/健身房鍛煉是否被認為是一項競技運動，因此不受室內口罩規定的約束？ 例如，舉重和跑步可以通過競技方式完成，這些都可以在健身中心進行。

答案：不可以。在健身中心鍛煉不被視為競技運動，健身中心/健身房也不能免除室內口罩規定。

問題： 在舞蹈室跳舞是否被視為競技運動，因此可豁免在室內佩戴口罩的要求？

答案：不可以。

問題： 室內競技運動的觀眾是否需要戴口罩？

答案：可以。

問題： 如果我所在的郡的口罩要求比州更嚴格，我是否必須遵循該郡的要求？

答案：是。您必須遵守更嚴格的要求。

問題： 如果我公司的每個人都接種了疫苗並且可以出示疫苗接種證明，我們可以在室內不戴口罩嗎？

答案：不可以。室內口罩規則不免除接種疫苗的人。

問題： 如果我的企業從不允許公眾進入場所並且所有員工都接種了疫苗，我們是否必須在室內戴口罩或面罩？

答案：是。室內口罩規則不免除接種疫苗的人或不向公眾開放的企業/組織。

問題： 個人或企業是否會因違反兩個司法管轄區的口罩要求而受到州和郡的處罰？

答案：可以。

問題： 根據該規則，個人（例如客戶）和負責室內空間的人員是否都可以受到處罰？

答案：可以。

問題： 如果個人或企業違反國家規定，我可以在哪里通報這種違規行為？

答案：應通過訪問 <https://osha.oregon.gov/workers/Pages/index.aspx> 向俄勒岡州職業安全與健康管理局（OR-OSHA）報告違規行為。

問題： 對於在餐廳後面工作的廚師和其他餐廳工作人員，此口罩規則是否有豁免？尤其是今年夏天炎熱，如果他們接種疫苗並保持六英尺的距離，是否可以獲得豁免？

答案：不。這種情況沒有豁免。OHA 強烈鼓勵僱主讓員工經常休息，讓他們可以外出並定期佩戴口罩。訪問 OR-OSHA 的 [熱應激網站](#)，了解與熱暴露和疾病相關的規則和有關預防熱應激的其他資料。

問題： 如果潛在客戶或訪客出現在我負責的室內場所時沒有佩戴口罩、面部防護罩或面罩，我該怎麼辦？

答案：您應該提供口罩、面部防護罩或面罩，並儘合理努力讓客戶或訪客遵守。負責室內空間的人員可以為沒有口罩或面部防護罩的顧客或訪客提供口罩或面部防護罩。

問題： 如果潛在的客戶或訪客沒有戴上口罩、面部防護罩或面罩出現，並且聲稱自己的殘疾使他們無法佩戴口罩、面部防護罩或面罩時，我該怎麼辦？

答案：如果殘障人士無法在需要時佩戴口罩、面部防護罩或面罩，並且該場所是公共場所，則企業將需要與該人合作以確定是否有合理的通融措施。某些常用的合理通融措施包括免費路邊取貨、免費送貨或通過電話或視像進行預約。

問題： 對於說自己不能戴口罩、面部防護罩或面罩的員工，是否有戴口罩、面部防護罩或面罩的要求的豁免？

答案：如果員工因殘疾而不能佩戴口罩、面部防護罩或面罩，則僱主必須與員工合作，以決定是否可以就此提供合理的通融。僱主應與其人力資源部門合作或與其法律顧問對話，以決定他們能解決此問題的法律選項。僱主也可以聯絡[勞動工業局 \(BOLI\)](#) 尋求技術性的協助。

問題： 能覆蓋下巴和口部的廚師塑膠面罩（有時稱為「人體工學隱形口罩」）是否可以用作口罩、面部防護罩或面罩？

答案：不可以。面部防護罩必須覆蓋前額至下巴以下並環繞面部兩側。

問題： 在使用州立服務或進入州立建築物時，我是否必須佩戴口罩、面部防護罩或面罩？

答案：可以。

問題： 室內戴口罩規則是否適用於托兒場所？

答案：是。有關托兒場所的額外資料，請訪問[早期學習部的網站](#)。

問題： 室內戴口罩規則是否適用於高等教育機構（學院和大學）？

答案：是。請瀏覽高等教育統籌委員會 [COVID-19 網站](#) 以取得高等教育學院的額外指引。

問題： 室內戴口罩的規則是否適用於公寓大樓？

答案：是。身處公寓大廈的公共空間（例如大堂、走廊、升降機及洗衣房）時，必須佩戴口罩、面部防護罩或面罩。此等區域被視為室內空間。身處自己的公寓時，人們無須佩戴口罩、面部防護罩或面罩。

問題： 當其他人戴著口罩、面部防護罩或面罩時，殘疾人士會遇到什麼障礙？

答案：殘疾人可能遇到的障礙是：

- 有些人需要看嘴巴動作或面部表情才能知道您在說什麼。
- 一些具有發育障礙或差異的人可能會誤讀或誤解面部表情。一個人可能難以僅憑聲音來理解情緒。如果您戴著口罩，他們可能僅從您的眼睛或眼眉得到提示，這可能導致負面的詮釋或對說話人的情感或意圖的誤解。
- 有些聽力困難的人會讀唇。嘴巴的動作和面部表情可以傳達很多資料，而不透明的口罩會阻礙人們看到說話者的嘴巴。
- 手語使用嘴巴傳達某些單詞和含義。當面罩遮蓋人的嘴巴時，使用手語的人很難進行溝通。

僱主和公共場所必須與殘疾人一起安排合理的通融措施，以允許僱員從事其工作或允許顧客使用服務。那些被拒絕提供合理通融措施的人應與勞工和工業局 (BOLI) [民權部聯絡](mailto:crdemail@boli.state.or.us) 電話為 971-673-0764 或 crdemail@boli.state.or.us。

問題： 是否有任何人士不應該戴口罩、面部防護罩或面罩？

答案： 是。以下人士無須佩戴口罩、面部防護罩或面罩：

- 未滿兩（2）歲的兒童。
- 由於殘疾或醫療狀況而無法安全地佩戴口罩、面部防護罩或面罩的任何人，在這種情況下應要求提供通融。
- 有呼吸困難、失去知覺、或無法在沒有幫助的情況下戴上面罩、摘下面罩或除去面罩的人。
- 正在睡覺的任何人。

問題： 具備呼氣閥的口罩是否可接受的面部防護罩？

答案： 否。帶呼氣閥的口罩旨在使呼吸更輕鬆並防止濕氣積累。視乎口罩類型和其貼面程度，這些口罩可以保護佩戴者避免吸入飛沫和氣霧。然而，由於呼氣閥並無配備過濾器，因此這些口罩不能過濾呼出或強行噴出的氣霧和飛沫。這些口罩不能防止病毒傳播。

問題： 長時間戴口罩或面部防護罩是否安全？

答案： 是。對許多職業來說，長時間佩戴口罩是保護工人的普遍做法。一些例子包括醫護人員（例如，進行長時間手術的）、建築工人（例如，防止灰塵和其他顆粒）和環境工作者（例如，去除黴菌）。相比醫護人員、建築工人和環境工作者所戴的面部防護罩，公眾在 COVID-19 期間通常佩戴的面部防護罩較不緊貼口鼻，因此較少機會因阻礙呼吸而導致健康問題。患有呼吸困難的人士佩戴面部防護罩時可能會出現問題。由於殘疾或醫療狀況而無法安全佩戴口罩、面部防護罩或面罩的任何人，在這種情況下應要求提供通融。

問題： 如果我身處公司的個人工作間，又沒有其他人同時與我在場，那我是否須佩戴口罩或面部防護罩？

答案： 是。個人必須在隔間內佩戴口罩、面罩或面部防護罩，除非該隔間是私人的私人獨立的工作空間。私人工作空間是指公共或私人工作場所中供一個人使用的室內空間，而該空間從地板到天花板四面均為牆壁，並且附設可關閉的門。

問題： 身處自己家中時，我是否要戴上面部防護罩？

答案： 否。個別人士身處自己家中時，不用戴上面部防護罩。

問題： OHA 是否有時會建議我在戶外戴面罩？

答案： 是。OHA 建議在擁擠的地區或大型人群聚會，未接種疫苗或免疫力低下的人士，其有患上嚴重 COVID-19 疾病風險，或者與以上其中一類人士共同居住的人士，應繼續佩戴口罩或面罩並與其他人保持至少六 (6) 呎的身體距離。擠擁的地區和大型人群聚會包括但不限於場地、辦活動的地方、體育運動賽事、集市、節日、遊行、畢業典禮或婚宴場地。您可以在[此處](#)訪問 OHA 關於在戶外環境中佩戴口罩和面罩的建議。

問題： 在信仰機構或其他類型的組織中表演的合唱團是否被視為表演者，因此可以免除室內戴口罩的要求？

答案： 由於這些類型的表演存在風險，OHA 強烈建議表演者在唱歌時戴上口罩或面罩，盡可能保持身體距離，並考慮使用擴音器或其他聲音增強設備，以減少表演者為了增加音量在唱歌時提高其聲音的需要。在唱詩班中唱詩與 COVID-19 的廣泛傳播確有關聯，因為奮力頌唱更易導致喉嚨排出有潛在傳染性的飛沫。隨著 Delta 變種病例的顯著增加，這些傳染性飛沫有更多機會在社區進一步傳播 COVID-19。但是，此活動被視為表演，因此不受室內戴口罩要求的約束。

問題： 作出合理努力以確保客戶、訪客等佩戴面罩意味著什麼？

答案： 目前，俄勒岡州 OSHA 和 OHA 考慮採取合理的措施，包括張貼所需的標誌，確保所有員工、承包商和志願者都佩戴所需的面罩，並且不展示任何標誌或採取任何削弱佩戴面罩要求或阻礙顧客和客戶滿足要求的行動。

索取無障礙文件： 對於殘疾人士或說其他語言的非英語人士，OHA 可以提供其他格式的資料，例如：翻譯、大字體或盲文版本。請致電 1-971-673-2411、711 聽障專線 (TTY) 或電郵至 COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us 與健康資訊中心聯絡。