

❀マスクの作り方❀

1. 縫わずにできる! 『ハンカチマスク』



縫わなくても
作れるんだ!

- ①ハンカチとゴム2本（ヘアゴムなど緩めのゴムがおすすめ）を準備します。



- ②ハンカチを半分に折り、
さらにもう一度半分に折ります。



- ③横幅が3等分になるようにゴムをかけます。



④ゴムの位置で折り目をつくるようにして、片側を折ります。



⑤折ったハンカチの間に挟み込むようにして、もう片方を折ります。



⑥完成です！



すごく簡単！
1分で作れるよ！

※清潔なハンカチを使用してください。1度使用したらハンカチを洗うようにしましょう。
ハンカチを折る幅やゴムの長さを変えて、自分の顔にフィットするように作ってみましょう！

2. 自分の顔にフィット！『ガーゼマスク』



より顔にフィットする作り方だよ！

①ガーゼとゴム2本（緩め）を準備します。



②自分の顔の大きさに合わせてガーゼを折り、縦幅を決めます。



③同様に、横幅も決めます。



自分の顔に当ててみながら、大きさを決めてね！



④1.5cm 程度残して、横幅の余分なところを切り落とします。



⑤切った断面を内側に織り込み、ゴムを通す穴を残して左右それぞれを縫います。



⑥ゴムを通して結んだら、完成です！



使い捨てマスクが手に入らないという人は、
ぜひ手作りをしてみてください！