

お家にある手ぬぐいやハンカチ、端切れなどの生地を使って簡単なマスクが作れます。
手ぬぐい、ハンカチ、晒（さらし）、ダブルガーゼなどの綿生地は洗って繰り返し使用でき、洗うことで生地が柔らかくなり肌あたりも良くなります。また、洗った後アイロンをかけると殺菌効果も期待できます。（注：市販のマスクのような抗菌効果はありません。）

用意するもの（マスク 1 個分：6 枚重ね）

- ・ 布：大人用なら 42cm×25cm
子供用なら 34cm×21cm

- ・ マスク用ゴム 70cm（35cm×2本）

- ・ ゴム通し、ミシン又は手縫い糸と針、アイロンがあるときれいにできます。

※布のサイズは概ねの参考サイズです。晒（さらし）の幅は34cmなので使いやすいです。

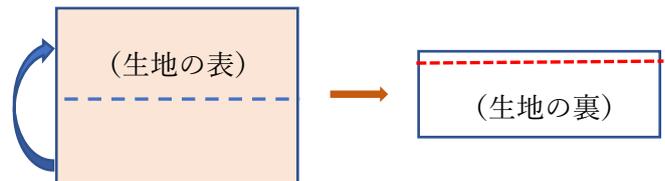
手ぬぐい 1/2 本を①の作業で 1/3 に折って作ると 9 枚重ねのマスクになります。

ゴムは、ヘアゴムや帽子のあご紐用ゴム、タイツやストッキングを輪切りにしたものなど。

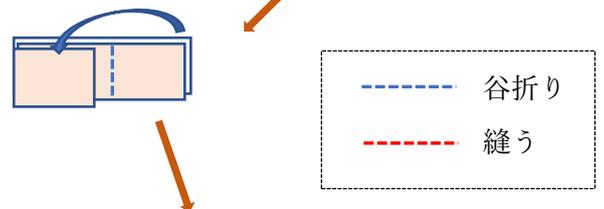
まず布を折ってみて好みのサイズに合わせてから本縫いすると失敗がありません。

作り方

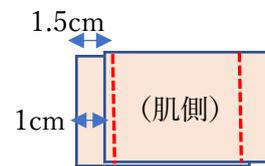
- ① 布を横長の長方形になるように広げ
短い辺を 2 分の 1 に折り、中表にして
袋縫いします。（縫いしろは 5 mm 位）



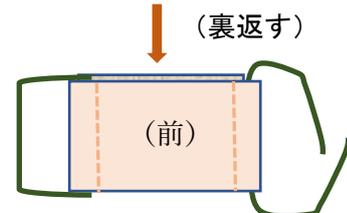
- ② 袋縫いを表に戻しアイロンをかけ
長い辺を 3 分の 1 に折りたたみ、重なり
を 1 cm くらい内側にずらします。こ
うするとゴム通し部分が厚くなりませ
ん。



- ⑤ 左右各 1.5cm 内側を縫って両脇のゴム通しを
つくります。（左右）



- ⑥ 耳ゴムを通して長さを調整し、ゴムを
結んで結び目をゴム通しの中に隠して
完成です。



※作り方はインターネット上でも様々なものが出回っていますので参考にしてください。

自分やお子さんの好きな柄・デザインのマイマスク(^o^)を作って楽しんでみませんか？