

## D ハンカチで作るオリジナルマスク

新品よりも何度も洗い柔らかくなった綿のハンカチだと肌触りがやさしく、おすすめ！

①



### 材料

ハンカチ縦、横 30 センチ以上

5 ミリ幅のゴム 50 センチ程度

(55 センチだと、ゆったりしたフィット感になります)

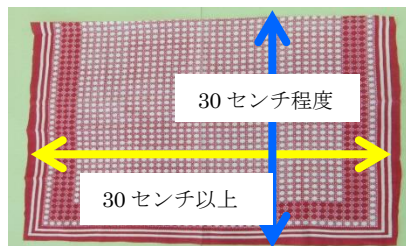
手縫いの針と糸

ゴム通し用安全ピン

②



周りのぬってあるところを切る



②



下から 10 センチを真ん中に向かって上に折る

上から 10 センチを真ん中に向かって下に折る

③



両端を内側に 1.5 センチ程度、折って待ち針でとめる

待ち針がない場合は、安全ピンでとめる。

④



③で折った部分を入れ込むように、折る。

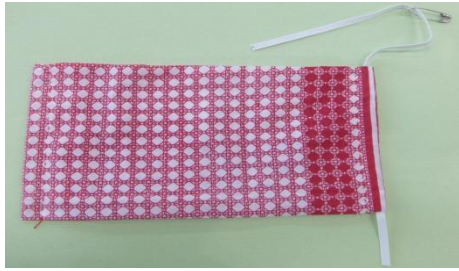
上側は下側より 7 ミリ程度、内側に折り、

上側から 3 ミリ程度中側をぬう

ぬったあとにできる端の輪部分にゴムを通します



⑤



両端は、ゴムが通るぐらいの幅にしてぬう  
安全ピンで両端にゴムを通して結ぶ  
または、ぬう 結んだ部分やぬった部分は、  
ゴム通しの中にかくすと見栄えもよいです



ハンカチのマスクは、ガーゼのマスクに息苦しさをを感じる人にはお勧めです。肌とマスクの間にティッシュペーパーを挟むとフィット感が増します。