

# わたしのマスク

ハンカチ1枚でマスクがおうちで簡単につくれます。

洗って何度も利用できるのがうれしいですね。

「わたしのマスク」作りませんか。

つくりにかた  30分

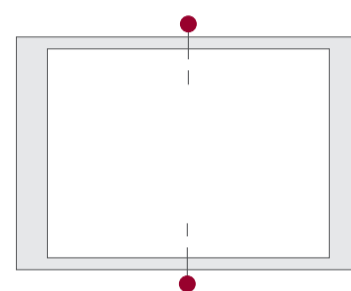
## 1. 生地をカットする

必要分の生地をカット。表に出る生地と、直接肌にあたる裏になる生地との二種類の生地を用意します。

※一種類の生地で作ってももちろん構いません。

※一般的な女性用マスクサイズ

表布：横 24cm×縦 16cm  
裏布：横 20cm×縦 16cm×2

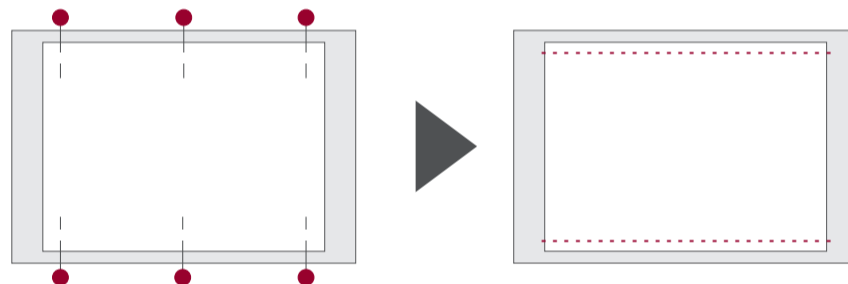


## 2. 表布と裏布の中心を合わせて中表に重ねる

表布と裏布の中心を合わせて、中表になるように重ね合わせます。それぞれの布を横に二つ折りにし、折り目に印をつけます。次に上下をそれぞれ縫い代 1cm 程度で縫い合わせます。縫う範囲は、裏布と表布とが重なっている箇所だけで大丈夫です。

## 3. 手縫いで直線縫い

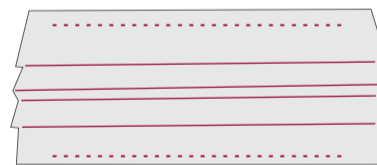
裏布の上を縫い代 1cm で縫い合わせます。  
ミシンで縫うと、よりきれいに仕上がります。



## 4. 生地を返してアイロンがけ

生地を表にひっくり返します。ていねいに全体をアイロンがけをします。  
アイロンで折りながらプリーツをつくります。上から、4・1・2・1・2・1cm  
の順に印をつけていきます。（印は両端につけましょう）

使い捨てマスクの  
ノーズフィットワイヤーを  
入れることもできます。



## 5. ゴム通し口を作る

ゴム通し口を作りましょう。4 でプリーツが崩れないようにして、両端をそれぞれ三つ折りにして  
まち針で留めておきます。三つ折りは、1cm→1.5cm 程度で折るとよいでしょう。

## 6. 手縫いで縫う

なるべく端のところを手縫いで縫っていきます。この幅が狭くなりすぎると、ゴムが通しづらくなって  
しまうので注意してください。

## 7. マスク用ゴムを通して完成

マスク用ゴムひもは、30cm×2本を準備してください。  
ハンカチの余りを使用しても◎

ゴムが通ればいいので、  
定規は使わずに  
折っても構いません。

