

はい いと ふよう
針も糸も不要です！

まいにちせんたく
毎日洗濯ができる、ハンカチマスクの作り方

ようい
《用意するもの》

- ① 綿素材の薄手のハンカチ(バンダナ)1枚

42cm×42cm以上のもの

- ② ヘアゴム 2本または

パジャマ等の替えゴム 25～30cm 2本



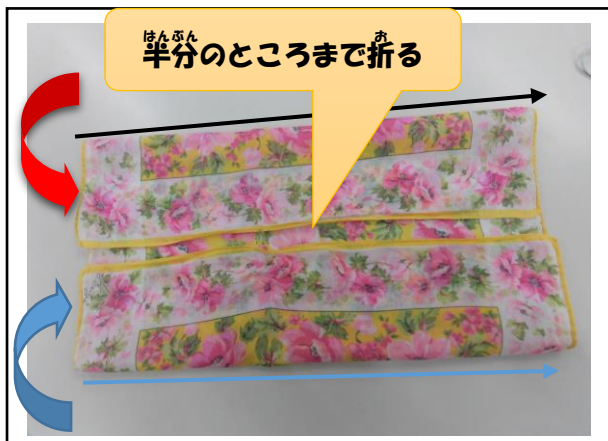
ほん かたむす
2本とも固結びをする



- ③ 替えゴムを固結びして輪っかを作る。できる
だけ先端で結ぶ。

- ④ 2本とも同じように輪にする。

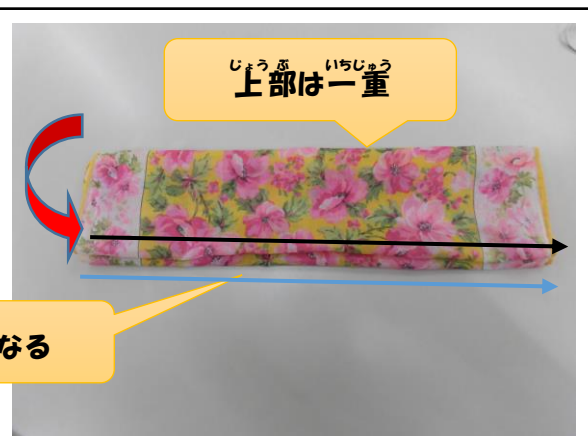
はんぶん
半分のところまで折る



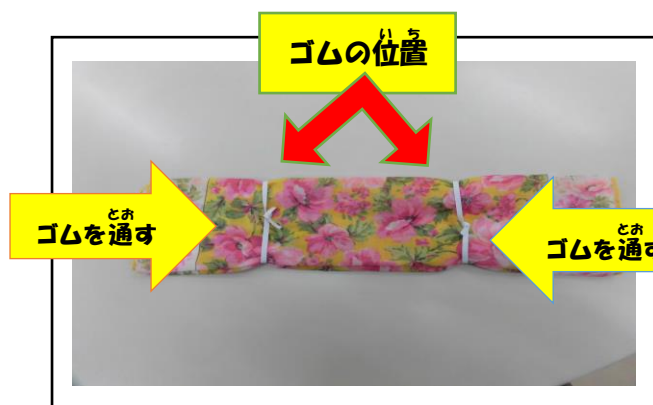
- ⑤ ハンカチを半分の線まで上下を折たたむ。

- ⑥ さらに半分に折たたみ、1/4の幅にする。

じょうぶ いちじゅう
上部は一重



かぶ にじゅう
下部は二重になる



- ⑦ ^{りょうはし}両端から^{とち}ゴムを通す。このとき^{むすめ}結び目が^{うちがわ}内側になるようにする。

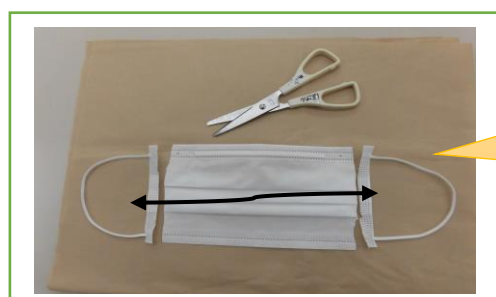


- ⑧ ^{りょうはし}ハンカチの両端を、^{ちゅうしん}中心に向かって^む折りたたむ。このとき、^{じぶん}自分にちょうど良いサイズに^あ合わせる。^{いじょうかさ}5cm以上重なるようにする。



☆ ^{ぶんかい}ハンカチマスクは分解して、^{まいにちせんたく}毎日洗濯しましょう。^{おとな}大人の場合、^{ぼあい}紳士用の^{しんしやう}大きめの^{おお}ハンカチで^{つく}作ると、ゆとりがあります。

☆ ^{つかす}使い捨てマスクが^かなかなか買えない場合に、^{ぼあい}自分の好きな柄のハンカチでマスク^{をつく}を作ってみましょう。^{まいにち}毎日、^{ふつう}普通に^{せんたく}洗濯ができるので^{えいせい}衛生的です。



^{つかす}☆ ^{りょうはし}使い捨てマスクの両端を切り落とし、^きゴムの^{ぶぶん}部分を^か替わりに使ってもOKです！

^{ひも}ゴムではなく紐で作る場合は ^{35~40cm} 35～40cm の長さで ^{2本} 2本 必要です。^{かりわ}仮の輪っかにして作り、^{ひも}紐を^{みみ}耳の後ろで^{うし}結び直して^{なが}長さを^{ちやうど}調整しましょう！