

マスクの作り方

- ① リードクッキングペーパーを2枚使います



準備するもの：リードクッキングペーパー ゴム 安全ピン

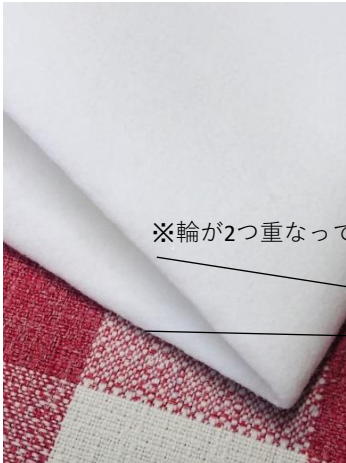
基本的にミシンで縫います

クッキングペーパーなので清潔です。フェルトタイプなので不織布マスクととても似ていて息もしやすい。

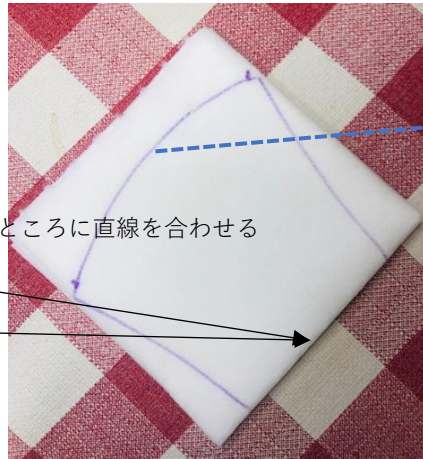
フィルターを別売りで買って内側につけてもより良いでしょう。

フィルターはお茶パックを利用して使用すると数回使えます。

- ② きれいに1/4に折り、型をうつします。

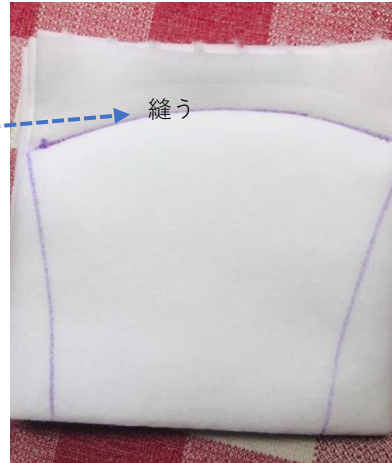


※輪が2つ重なっているところに直線を合わせる



縫う

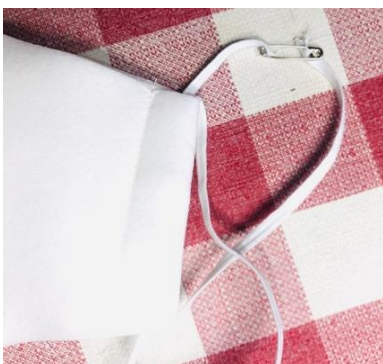
- ③ カーブを縫う(端を0.5㌢あけ、最初と最後は返し縫)



- ④ カーブの部分の縫ったところ2㌢くらいのところで切り、その他も線のところで切る。縫った部分を切らないよう気を付ける



- ⑤ 広げて端を縫う 1.5~2 c mほど(縫わなくてもよいが、縫った方がゴムが安定する) 縫ったところが内側になる



- ⑥ ゴムを通す。ゴムを再利用したい場合は安全ピンを使うとよい

安全ピンは縫った本体の中に隠して使う。

ゴムの長さは女性で約27~28㌢ 自分で長さを調節する。