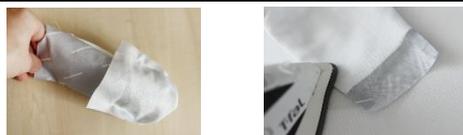


# 手作りマスクの作り方

## ★準備するもの

- ・ガーゼ生地（通気性の良いガーゼ素材）  
用尺：（表布）タテ 15cm×ヨコ 35cm  
（裏布）タテ 15cm×ヨコ 30cm  
表布：型紙通りにカットした布を1枚ずつ  
裏布：型紙通りにカットした布を1枚ずつ
- ・マスク用ゴム：25cm 程度を2本

型紙は小学生高学年・大人の女性用のサイズとなります。  
小学生低中学年だと 90%程度、大人の男性用だと 110%程度で拡大縮小してみてください。

表布を型紙に合わせてカットします。 裏布の型紙を裏地カッタラインの線で折り、裏布を合わせてカットします。	
表布同士・裏布同士を中表で合わせ、カーブ部分をぬいしろ 1cm で縫い合わせます。カーブ部分のぬいしろに 1cm 間隔で切れ目を入れます。縫い目から 2mm 離れたところまで切れ目を入れます。	
ぬいしろをアイロンで割ります。ひろげてアイロンをかけるのではなく、折った状態で片側ずつアイロンをかけるのがポイントです！	
表布と裏布を中表で合わせてまち針でとめます。中央で2枚の縫い目同士がぴったりと重なるようにしましょう。上下をぬいしろ 1cm で縫い合わせます。縫うのは裏地の端から端まで、です。	
横から手を入れ、表に戻します アイロンで形を整えます。	
表布の両側を 1cm→2cm の三つ折りで内側に折り、アイロンをかけます。この時、折り山がちょうど裏布の端になっているはずで。	
三つ折りしたところにステッチをかけます。縫い始めと縫い終わりは力がかかるので、しっかりと返し縫いをしましょう。	

ひも通しや安全ピンを使ってマスク用ゴムひもを通します。  
ゴムひもの先をそろえて玉結びします。



装着して長さを調節したら、ゴムひもをまわして玉結びをゴム通し口の中に隠して、立体マスクの完成です！



インターネットで検索すると、平面マスクの作り方や動画などが出てくるので、参考にしてみてください。掲載元「nunocoto fabric」( <https://book.nunocoto-fabric.com/15460> )

# 手作りマスクの洗いかた

厚生労働省から布マスクの洗いかたの動画がYouTubeにアップされています。YouTube から「布マスクをご利用のみなさまへ」で検索してください。

URL → <https://www.youtube.com/watch?v=AKNNZRRo74o>

## 準備するもの

- ・衣料用洗剤 ・塩素系漂白剤 ・清潔なタオル
- ・大きめの桶 ・台所用手袋 ・洗濯ばさみ

- ①桶に衣料用洗剤を入れる。（商品に書かれている使用量を確認）  
一般的な洗剤だと、水 2L に対して 0.7g（小さいスプーン 1/2 ぐらいの量）が目安。  
そのままスプーン等で水にとかす。
- ②マスクを入れて 10 分待つ。
- ③マスクを軽く押し洗す。（もみ洗すと繊維を痛めてしまうことがあります。）
- ④桶の洗剤を流す。（飛び散らないようにゆっくり捨てる。）
- ⑤桶に水道水をためてすすぐ。十分すすげたら水気を切る。  
※汚れが気になる方は塩素系漂白剤を使います。  
（変色する可能性があるため、色物や柄物は注意してください。）
- ⑥台所用手袋をはめる。
- ⑦桶に水 1L に対して塩素系漂白剤 15mL 程度とかす。
- ⑧マスクを入れて 10 分ひたす。
- ⑨桶の中の消毒液を流す。（飛び散らないようにゆっくり捨てる。）
- ⑩たっぷりの水道水ですすぐ。
- ⑪しっかり落ちるようにもう一回ためてすすぐ。（合計 2 回）
- ⑫タオルで水気をきる。
- ⑬日かげで乾かす。（形を整えて洗濯ばさみで乾かす。）

※マスクは洗濯によって縮むことがあるが、品質には問題なし。

※1日1回洗濯することをすすめられています。ただし汚れたらその都度洗濯しましょう。

☆手作りされる場合は洗いがえ用に多めに作っててくださいね。