

# マスクの作り方

とりあえずやってみよう！

マスク着用は感染予防だけでなく、いまやマナー・エチケットとなっています。

洗濯をして、繰り返し使える布マスク。マスクを自分で作れば、好みの柄の生地を選び、顔にフィットしたサイズに仕上げられます。

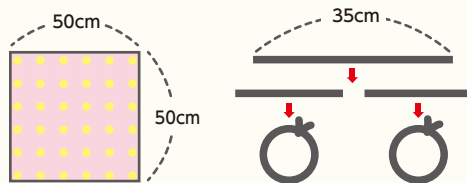
さらに、内側にガーゼを使うと付け心地も抜群です。

メリットもたくさんある手作りマスク、それではさっそく制作に取りかかりましょう。

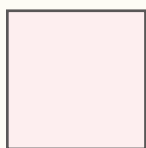
## ◆縫わないで作る

簡単に、家にある材料だけでできるプリーツマスク。

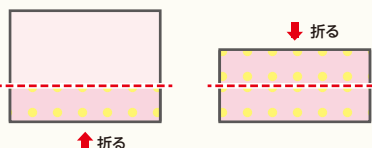
- 材料
- ・ハンカチ ……50cm四方くらい (大人用マスク)
  - ・ヘアゴム、マスクゴムなど ……35cm程度



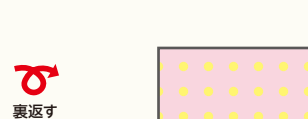
①ハンカチの裏を上にして広げます。



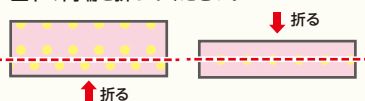
②ハンカチの真ん中に向けて、上下の両端を折ります。



③折り目が崩れないように、ハンカチを裏返します。



④もう1度、ハンカチの真ん中に向けて、上下の両端を折ってください。



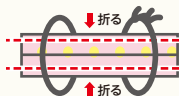
⑤さらに、折り目に気をつけて裏返します。



⑥ゴムを輪にして結んだもの2個を、長方形になったハンカチを三等分する位置にそれぞれ通します。



⑦ハンカチを裏返し、プリーツ部分を作ります。マスク表面のひだの幅が4等分になるよう、手でしっかりと押さえながら上下の端をそれぞれ折ります。



⑧最後にもう1度、裏返します。ゴムの部分で、左右のハンカチを内側に折りたたみましょう。



⑨裏面の折り目が崩れないよう押さえながらプリーツ部分を広げ、顔に付けてください。

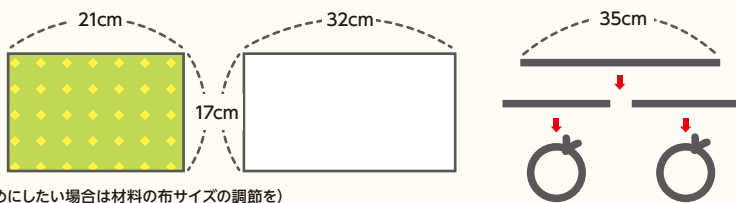


## ◆縫って作る

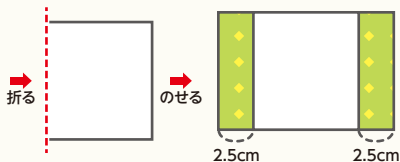
型紙なし、ミシンなしでできるプリーツマスク。

- 材料
- ・外側用の布 ……17cm×21cm
  - ・内側用のガーゼ ……17cm×32cm
  - ・ヘアゴム、マスクゴムなど ……35cm程度

※出来上がりサイズ目安：縦9センチ×横15.5センチ (女性用サイズのため、大きめにしたい場合は材料の布サイズの調節を)



①内側用ガーゼを半分に折り、外側用の布の表面に置きます。内側用ガーゼは、外側用の布の右端、左端をそれぞれ2.5cmずつ空け、上下の端を合わせた位置に重ねてください。



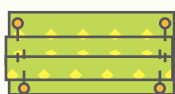
②内側用ガーゼの上端と下端からそれぞれ1cmの位置を、外側用の布に縫い合わせます。



③左右の縫っていない部分から外側用の布を裏返します。(表裏どちらにも、布とガーゼの各表面が出ている状態です)



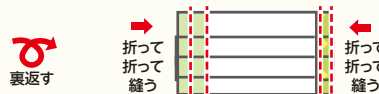
④マスクの表面を上にし、生地をつまんで4段のプリーツを作ります。裏面のガーゼも一緒に、上から、4cm、1cm、1cm、2cmのひだをよせ、それぞれまち針で止めておきます。



⑤外側用の布の両端にできたプリーツ部分(外側から5mm程度)を仮縫いします。



⑥ゴム通し部分を作ります。仮縫いをした両端部分を、それぞれ1cm折り、さらに1.5cm折って、その折り目の内側(ガーゼに近い部分)を縫います。



⑦縫い終わったところにゴムを通し、完成です。



### 手作りマスクのつくり方参考サイト

○縫わないタイプ

<https://izumi-lifefblog.com/handmade-lifestyle/pleated-mask>

<https://mamashugyo.com/non-sew-mask/>

<https://www.youtube.com/watch?v=apOBTDQL5Vs>

○縫うタイプ

[https://nponobel.jp/blog/200228\\_m/](https://nponobel.jp/blog/200228_m/)

<https://30mum.com/masuku-tukurikata#>