

# すこやか



1月中旬からインフルエンザが猛威をふるっております。  
 昨年度においては、5月のGW近くまで患者がいました。  
 手洗・うがいの徹底はもちろんですが、マスクも忘れずにしっかりとつけたいところです。  
 …が、子どもたちがついどこかにやっつけてしまいます。  
 シンプルガーゼマスク、プリーツマスクの作り方を紹介します。是非、手づくりしてあげてください。  
 おうちの人が作ってくれたマスクなら大事に使ってくれるかも？！  
 春休みにお子さんと一緒に次年度給食配膳時用マスクを制作してもいいですね。

## <用意するもの>

- ・裁縫道具
- ・ミシン（手縫いだと優しい仕上がりになるよ）
- ・アイロン（使った方が美しい仕上がりになるよ！）
- ・材料 シンプルマスク 9×12.5 cm仕上がり



百円ショップでも売ってるよ！！

ダブルガーゼ 約縦25cm × 約横45cm  
 マスク用ゴム 約30cm × 2本

プリーツマスク 8×12.5 cm仕上がり  
 ダブルガーゼ 約縦25cm × 約横20cm  
 マスク用ゴム 約22cm × 2本

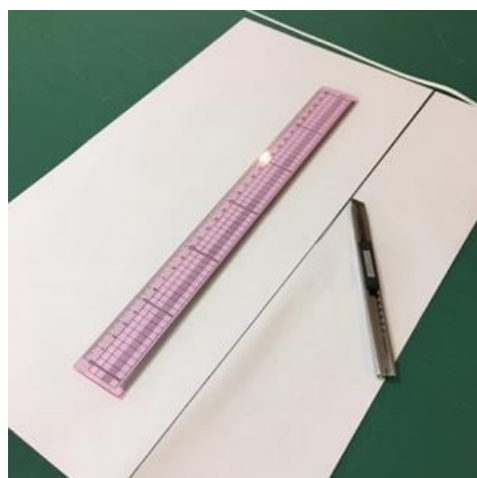
## シンプルマスクの作り方

横45cm×縦20cmです。この点線が型紙線です。  
 プリーツマスクも作るときは別の紙に写して使ってね！！

- 1 型紙を切る（縫い代を含むのでこの点線通りに切る）
- 2 型紙をガーゼの上に置いて型通りのサイズに裁断する

- 3 中表にして二つ折りにし、縫い代1cmで縫い合わせる

- 4 縫い代を割って表に返す（縫い合わせた部分が1cm内側に入るように）



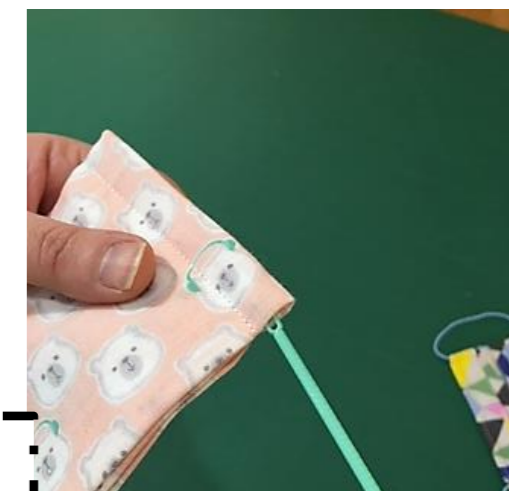
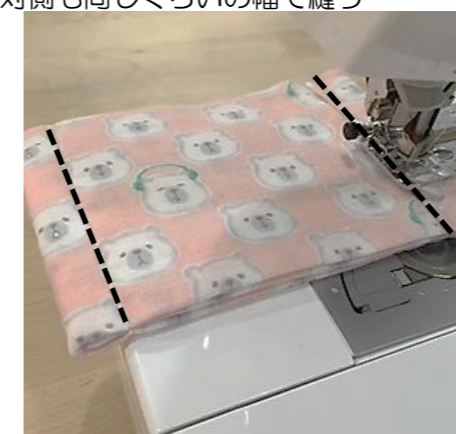
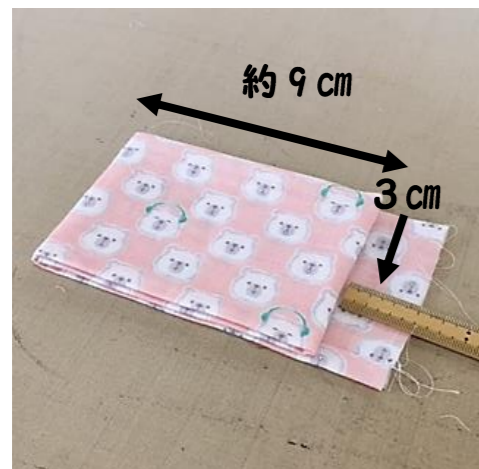
- 5 指定のサイズに三つ折りにする（縫い代約3cm残す）

- 6 残した部分を三つ折りにしてたたみこむ

- 7 たたんだ部分をミシン（または手縫いで）縫いとめる

- 9 ゴムを通して完成（ゴムの長さは実際に付けてみて調整しましょう）

- 8 反対側も同じくらいの幅で縫う



### 【美しく仕上げるコツ！！】

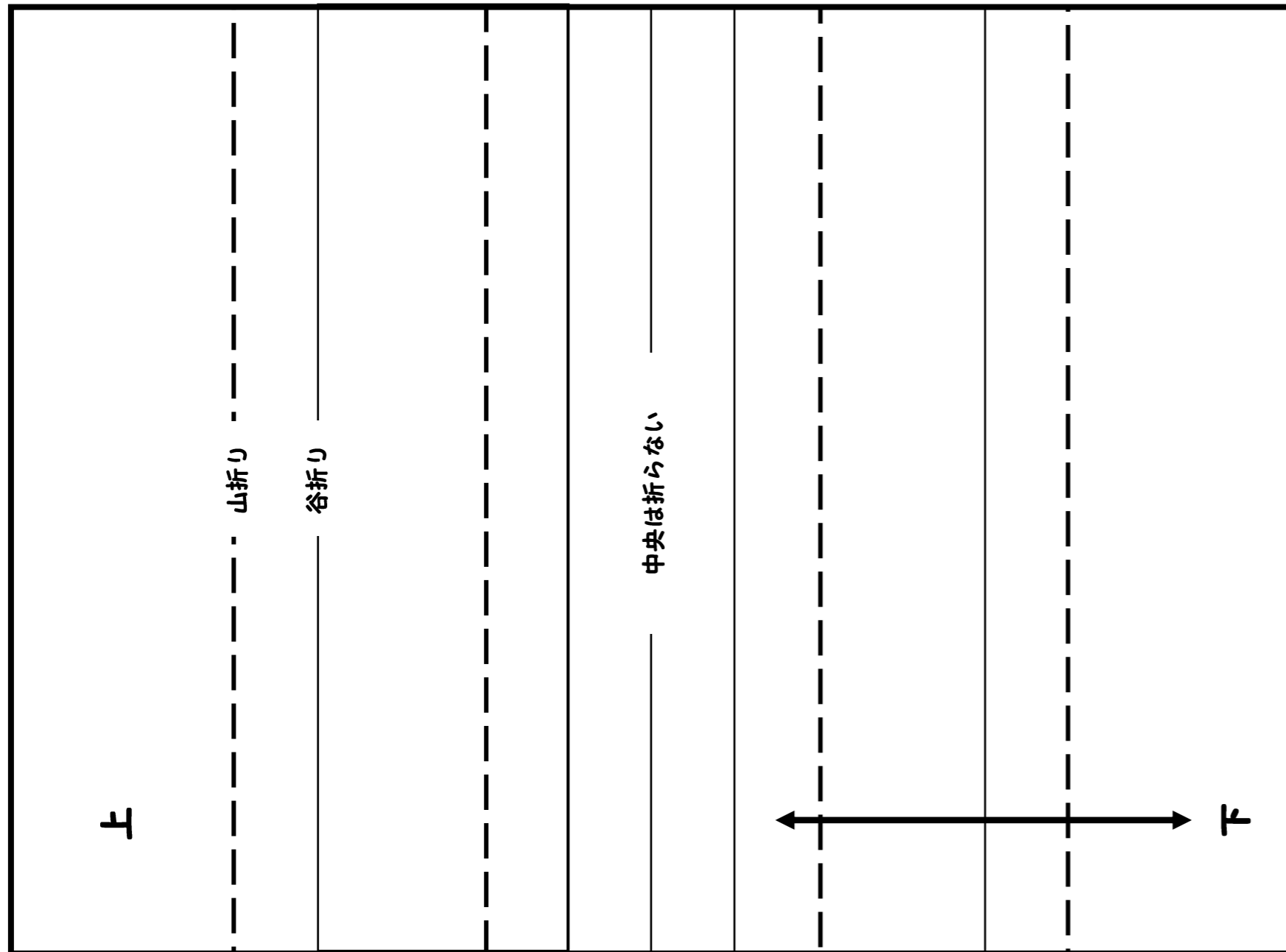
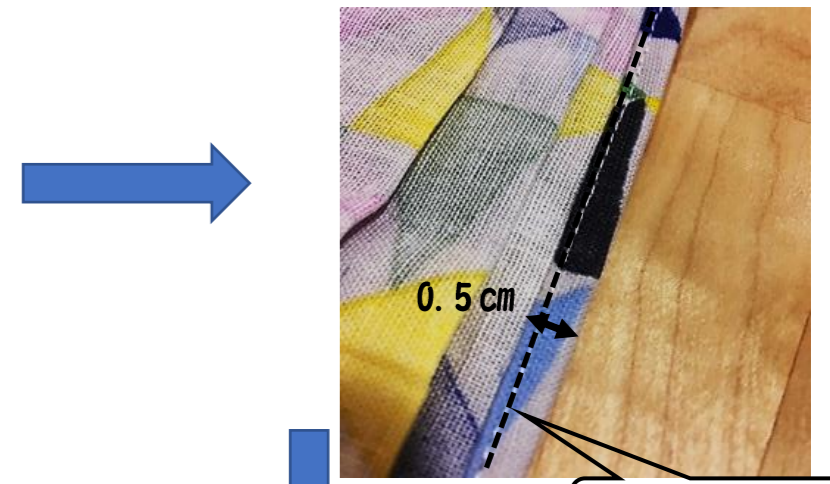
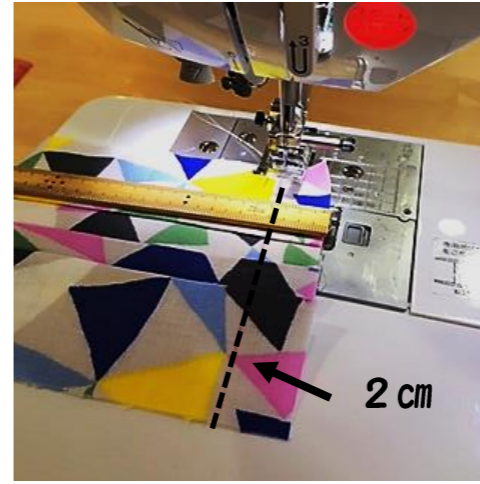
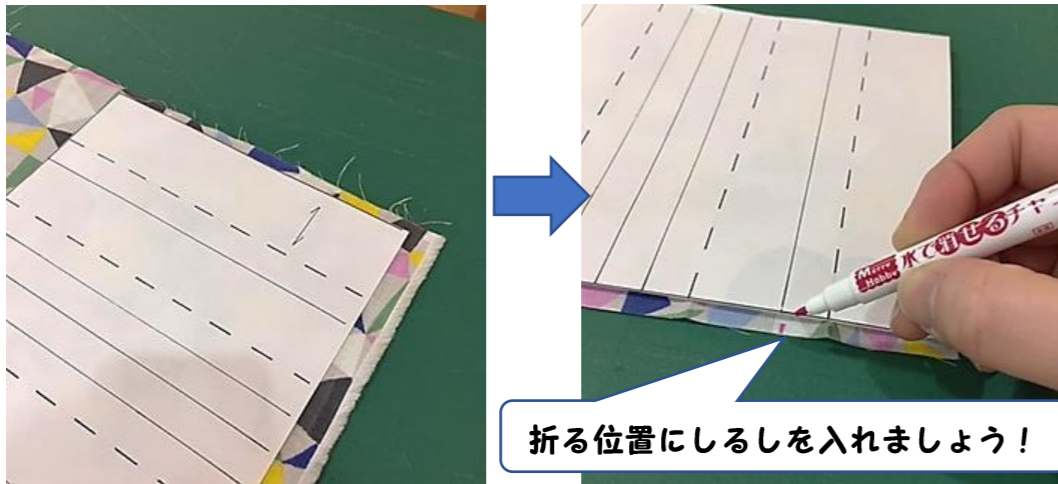
- ・型紙にある ←→（やじるし）と布の耳をしっかりと平行に裁断する
- ・アイロンは蒸気を当ててしっかりとかける
- ・返し縫いはなるべく減らす（最後のゴムを通すところを縫うときだけで十分です）
- ・ミシンで縫う時、あまり布の端から縫わない（5mmくらい縫い残す）
- ・返し縫いをする時に押さえが斜めになっていたら別布を折りたたみ針の後ろ側に挟む

# プリーツマスクの作り方

- 1 型紙を切る (縫い代を含むので下の図の外太枠線通りに切る)
- 2 型紙をガーゼの上に置いて型通りのサイズに裁断する

- 3 点線を山折り、実線を谷折り (中央は折らない) にしてアイロンで押さえる
- 4 プリーツが広がらないように両横布端から 2 cm のところを縫い止める

- 5 マスクの上下端を 0.5 cm 幅の三つ折りにして 1 mm ステッチで押さえる



- 6 2 cm で縫ったところを 1 cm 幅の三つ折りにして縫う

後ろに折りたたんだ別布を挟むと縫い目がきれいに仕上がりますよ



- 7 ゴムを通して完成

