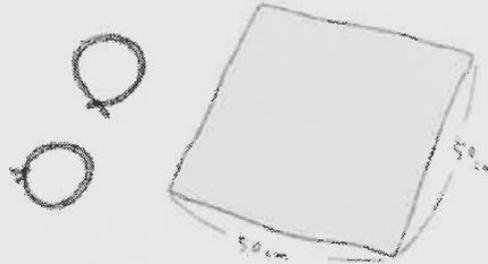


折りたたんでゴムを通すだけのマスクの作り方

<材料>

- ・大判のハンカチ  
(50cm×50cm)
- ・ゴム×2  
(タイツや靴下の輪切りでも  
代用可能)



① 2つ折りにする



② 4つ折りにする



③ 8つ折りにする



④ ゴムを通す



⑤ 一方の端を他方にはさみこむ



\* 上下に布をずらして広げる



イラスト：sayako さん

イラスト by sayakoさん