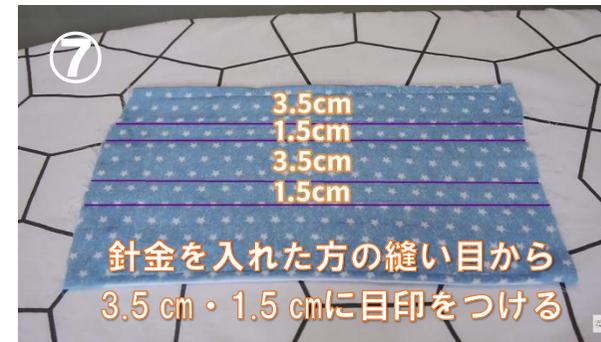
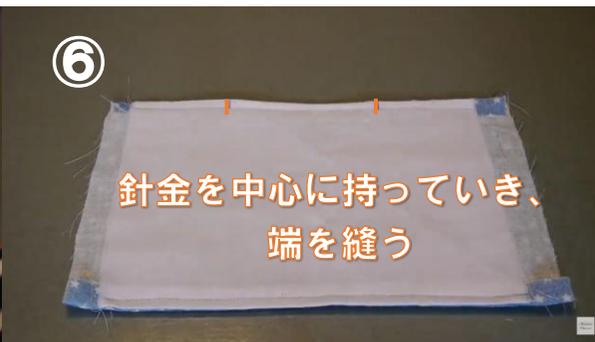
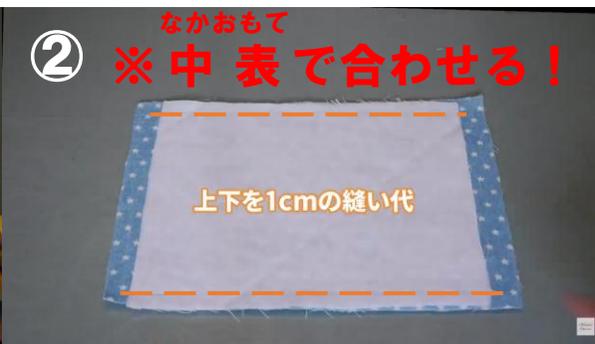


【大人用】プリーツマスクの作り方



- 【材料】
- ☆ハンカチ
 - ☆ガーゼ
 - ☆紐ゴム
 - ☆針金(使用済みの使い捨てマスクから取り出すと良いです)



紐ゴムの長さは自分に合った長さで調節してください。
また、紐ゴムの代わりにストッキングを細めに切ると、柔らかなゴムになり、マスクゴムとして活用することができます。

参考動画: [【大人用】プリーツマスクの作り方\(ノーズワイヤー入り\)](https://www.youtube.com/watch?v=eixqcN4VDgo&feature=youtu.be)

URL → <https://www.youtube.com/watch?v=eixqcN4VDgo&feature=youtu.be>

ミシンがなくても、手縫いで作れます!
登校日には作ったマスクを持参してください。