



6箇所縫って作ろう！手縫いで45分 立体マスクの作り方

完成サイズや必要な布の量は各型紙を確認してください。
手縫い製作時間は約45分です。



①型紙に合わせて布を裁断する。縫い目をペンで引いておく。
外側の布地（以下、外布）が右と左で1枚ずつ。
肌側の布地（以下、肌布）が右と左で1枚ずつ。
全部で4パーツ。



⑤上の線（橙線）と下の線（橙線）のところで2枚の布を縫い合わせる。これで、布が筒状になる。



⑧ゴムを通して、結ぶ。結び目を布の中に入れる。



②外布2枚をとり、表を内側に、カーブを線対称にして合わせる。カーブから内側1センチのところを縫う。肌布も同様に縫う。これで、外布1枚、肌布1枚の状態になる。



⑥外布の表と肌布の表が外側、裏が内側になるように、表裏を返す。



完成！



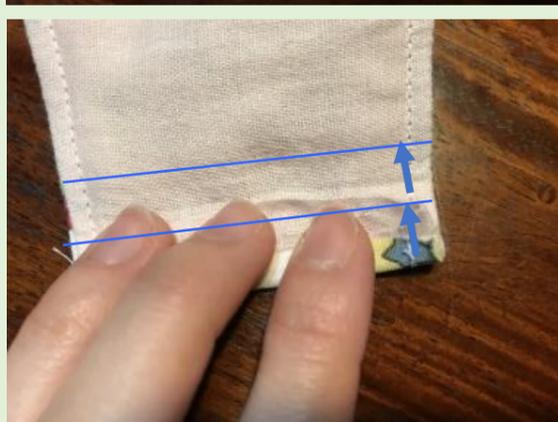
③カーブの上辺から②の縫い目の上2ミリくらい上のところまで、1センチ間隔で切り込みを入れる。これをやっておくと、④の工程で縫う場合に縫いやすい。また完成したときにボコボコしにくい。



返すとこのような状態。
★さらに綺麗に仕上げたい場合のみ
上辺と下辺をそれぞれ縫って（橙線）、布の浮きを抑える



④外布と肌布をそれぞれ左右に開き（山形ができる）、外布の表と肌布の表を内側にして合わせる。
★さらに綺麗に仕上げたい場合のみ
開いた中央（青線が中央）から左右に2ミリのところ（橙線）を縫って、③で切った布を抑える。



⑦布の両端にゴムを通す部分をつくる。合わせた布の両端を表から裏に向かって1センチ幅の三つ折りにする。折った部分は、端から2ミリほどのところを縫う。

★清流ジェンヌのワンポイント★



フィルターポケットつきも作れます！



⑤のところで、外布と肌布を縫い合わせる前に、肌布の片側の端を三つ折りにして縫う。このとき、⑦でゴム通しを作る中に重ならないよう注意する。この後、⑤の箇所を縫う。



⑦のところでフィルターポケット側は、ポケット口をふさがないように縫う。

ウイルスを通さないようにフィルターを入れることもできます。ガーゼ素材は柔らかく、素肌に気持ちよい一方で、目が粗く、ウイルスを通しやすいようです。写真では、キッチンペーパーを小さく切って、フィルターにしています。お持ちであれば、外布の裏側に不織布の芯地を貼ってもいいですね。