

# 保健室だより “布マスクを作ってみよう”号

令和2年4月23日  
小国高校 家庭科・保健室

登校再開もつかの間、また休校となり、皆さんも不安がある中できることを頑張っているところだと思います。現在、市販のマスクがなかなか手に入らない状況ですが、図書の中山先生が熊日新聞に掲載の布マスクについて情報をくださいました。掲載された作り方を参考に、原田先生が分かりやすく解説してくださっています。

今後、国から布マスクの配付もありますが、布マスクは、**使用後は毎回、洗う必要があります！**  
洗い替え用に複数枚必要になるので、ぜひ作ってください。

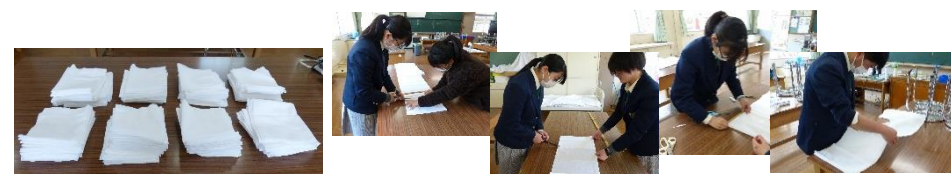
\*\*\*\*\*

## 【用意するもの】

- 表地・・・柔らかい布又は配付したさらし
- 裏地・・・配付したさらし
- ゴム・・・約30センチ×2本（ヘアゴムや手芸用ゴム）
- 裁ちばさみ・ミシン（縫い針と糸で手縫いも可）
- チャコペンシル、定規



小国町の方が小国高生のために、10反ものさらしを寄付してくださいました。



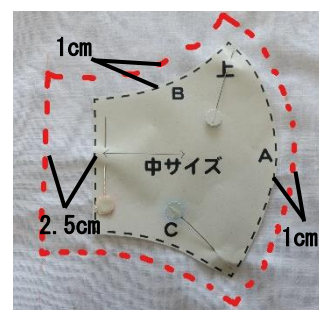
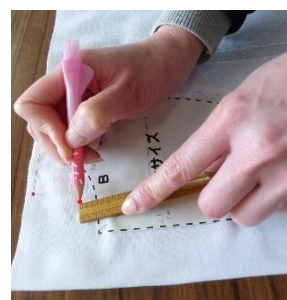
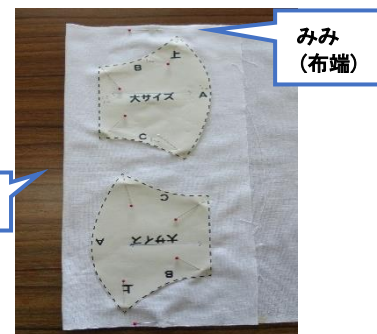
家庭サークル・保健委員の生徒が協力して全校生徒分のさらしを切り分け！



【完成形】

## 【作り方】

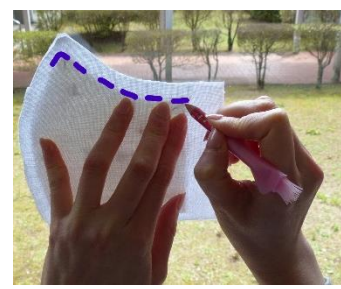
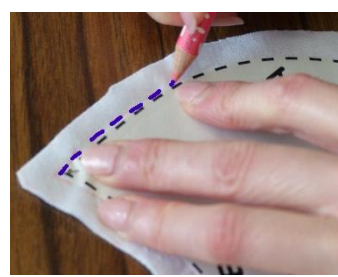
(1) マスクの大きさ（大、中）を選び、型紙に合わせて表地と裏地を各2枚、計4枚裁断する。



二つ折りにした布の上に、型紙を置き、まち針でとめます。型紙はできあがり線（点線）で切り取ります。

定規を使い、できあがり線から、1cmのところからチャコペンシル等で印をつけていきます。（裁断線）  
できあがり線に定規の1cmを合わせて、ずらしながら印をつけるときれいにかけます。

直線部分は、ゴムを通すところになるので、できあがり線から、2.5cmとります。



裁断線に沿って、布を切ります。その時、はさみの下の刃が、机から離れないようにしながら切ると、布がずれずに、きれいに切れます。

切り終わったら、型紙にそってチャコペンシル等で、できあがり線の印を付けます。

反対の布にもできあがり線をつけます。チャコペーパーが無い人は、窓に当てると、型紙が透けて楽にかけます。

(2) 表地2枚を点線Aに沿って縫い合わせる。裏地2枚も点線Aで縫い合わせる。

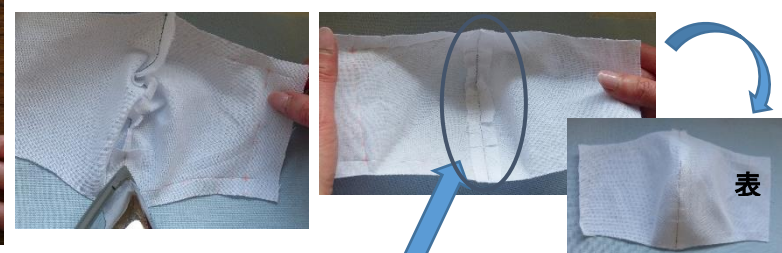


まず、表と裏の点線Aがずれないように、まち針で留める。

右端からできあがり線に沿って半返し縫いをする（手縫いの場合）。できあがり線部分だけでなく、端から端まで縫うこと。



できあがり線から2mm程あけて、縫い代に切り込みを入れる（カーブを綺麗に出すため）



布を左右に開き、縫い代部分を写真のように開いて、アイロンをかける。

次に、表地と裏地をそれぞれ広げて重ね、この時「中表（＝生地表面同士が内側）」に重ねる。

さらに点線B、Cに沿って、表地と裏地を縫い合わせ、筒状にする。



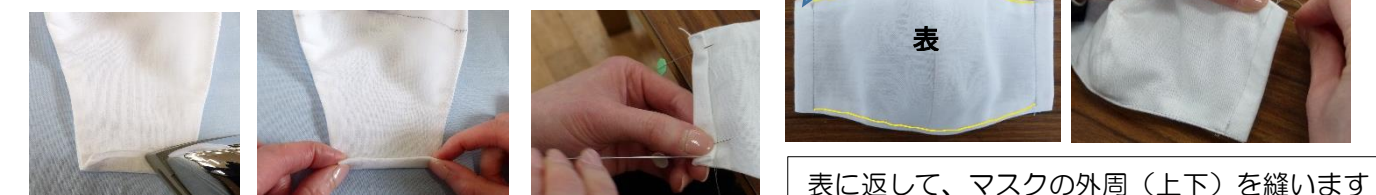
中表に合わせた布がずれないように、中心→右端→左端の順に、まち針で留める。

布がずれないようにさらに数カ所を留め、できあがり線の印の延長から、半返し縫いで縫う。（端から端まで）



できあがり線B、Cを縫い終えたら、筒状になった生地をひっくり返し、アイロンをかける。

(3) ゴムを通せるように両端を1センチずつ2回折り返し、端から1センチ弱の部分を縫う。  
マスクの外周も、端から2～3ミリ程度内側を縫う。



アイロンをかけて折り目をつけ、縫います（半返し縫い）

表に返して、マスクの外周（上下）を縫います（押さえミシン）。ゴムを通す部分を縫ってしまわないように注意しましょう。

(4) ゴムを通して結び、完成です！



着用した感じは快適です！！

キッチンペーパーを挟んでフィルター機能アップ！

マスクは毎日交換し、洗いましょう。洗濯機ではなく手洗い（押し洗い）が繊維を傷めません。インターネットで「布マスクをご利用のみなさまへ」と検索すると、参考になる洗い方が見られます。