

とっても簡単！

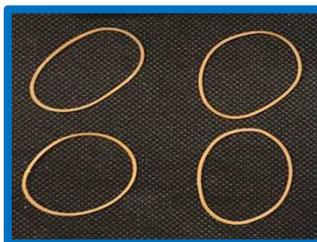
# 手作り簡易マスクの作り方

市販マスクがない時に

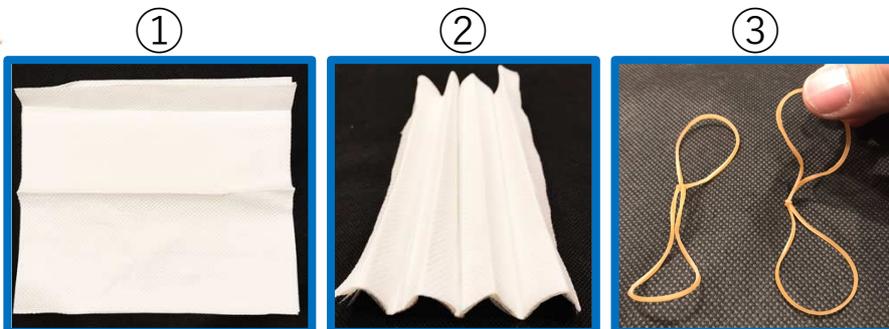
ウィルス対策や花粉症等、マスクの需要が多くなり、購入困難なときの参考にしてください。  
簡易的なマスクで、本来のマスクの効果は保証できません。ご自身の責任でご使用ください。

## 用意するもの

- ①キッチンペーパー 2枚
- ②輪ゴム 4個



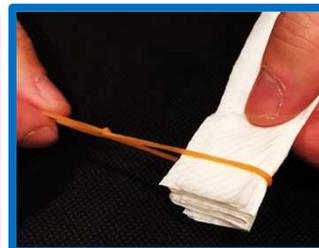
## 作り方



これで完成です



- ①2枚のキッチンペーパーを重ねる
- ②ジャバラに折って、山を4つ作る
- ③輪ゴムを2つずつつなげる
- ④片方のわっかを端にかける
- ⑤指で輪ゴムの一か所を押さえる
- ⑥グルグル巻く
- ⑦少し残したわっかに端を通す
- ⑧反対の端も同じようにする
- ⑨広げてマスクの形にして耳にかける



④

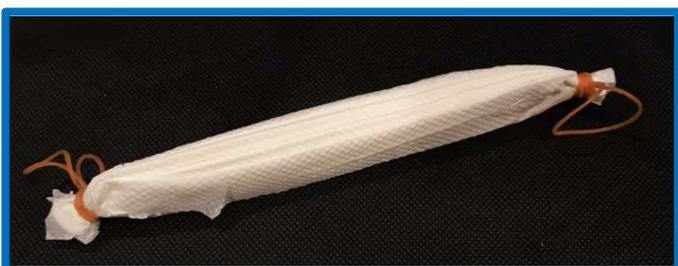


⑤

⑨



⑧



大きさや長さは自分で調整してね



⑦



⑥