

手作りマスクの製作について

令和2年3月

京都市総合教育センター

指導室



「DO YOU KYOTO?」

内容

- 1 平面布マスクの作り方 その1
- 2 平面布マスクの作り方 その2
- 3 ハンカチマスクの作り方
- 4 キッチンペーパーマスクの作り方
- 5 布マスクの洗い方

1～4はマスクの作り方の一例です。
他にもさまざまな方法があります。



1 平面布マスクの作り方 その1

ミシンで2か所
ぬうと完成します。

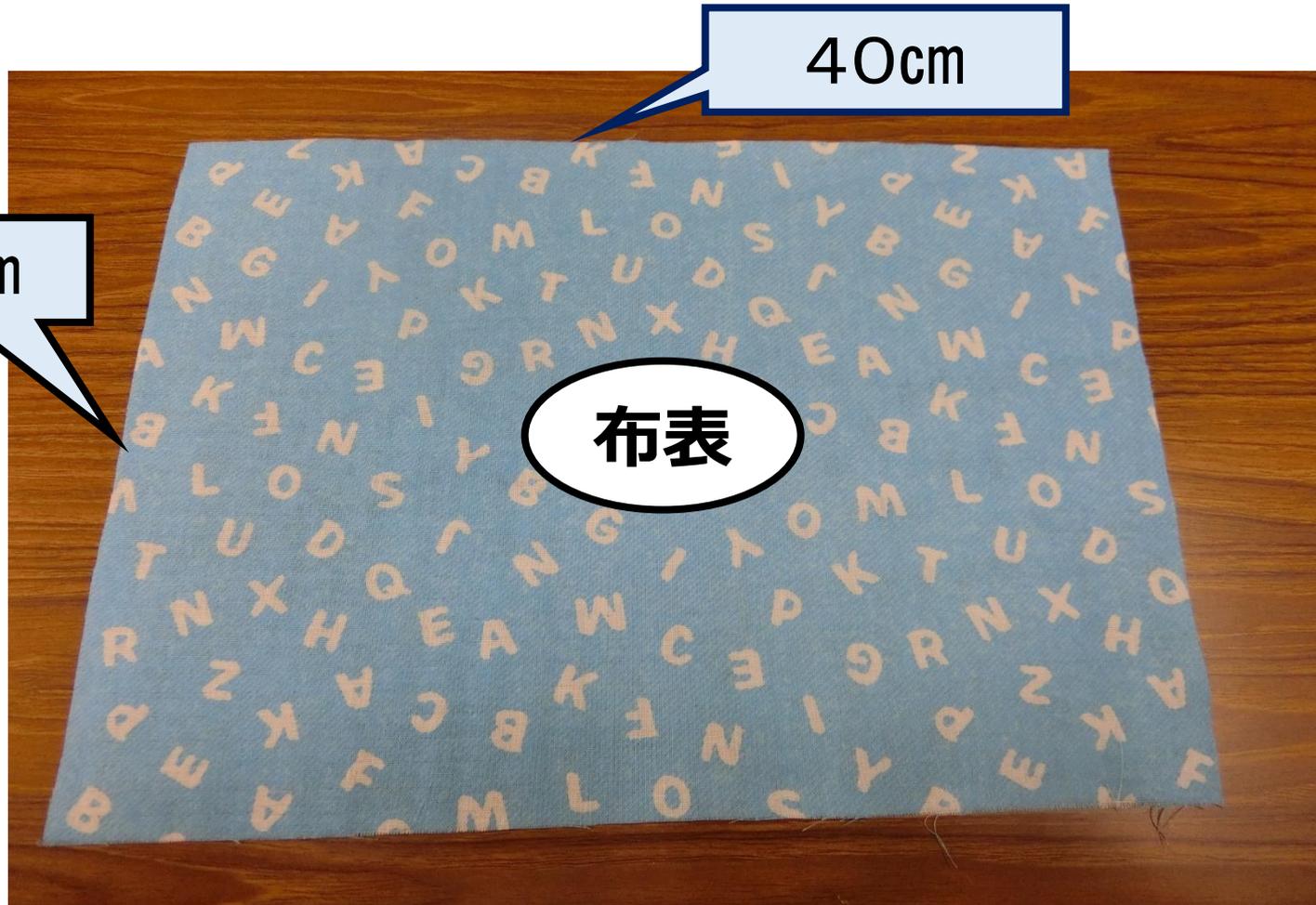


1. 材料の準備

材 料

- ◆布 たて30cm×よこ40cm (子ども用)
たて35cm×よこ45cm (大人用)
(綿100%…ダブルガーゼ, さらし, 手ぬぐい,
不要になったハンカチ, 端切れ等)
→新品は水で洗う。
- ◆ゴム紐 (ひも) $30\text{cm} \times 2 = 60\text{cm}$
→顔の大きさによって長さは異なる。
- ◆裁縫道具一式
- ◆ミシン
- ◆アイロン (必要に応じて…きっちりと仕上げたい時)

2. 製作



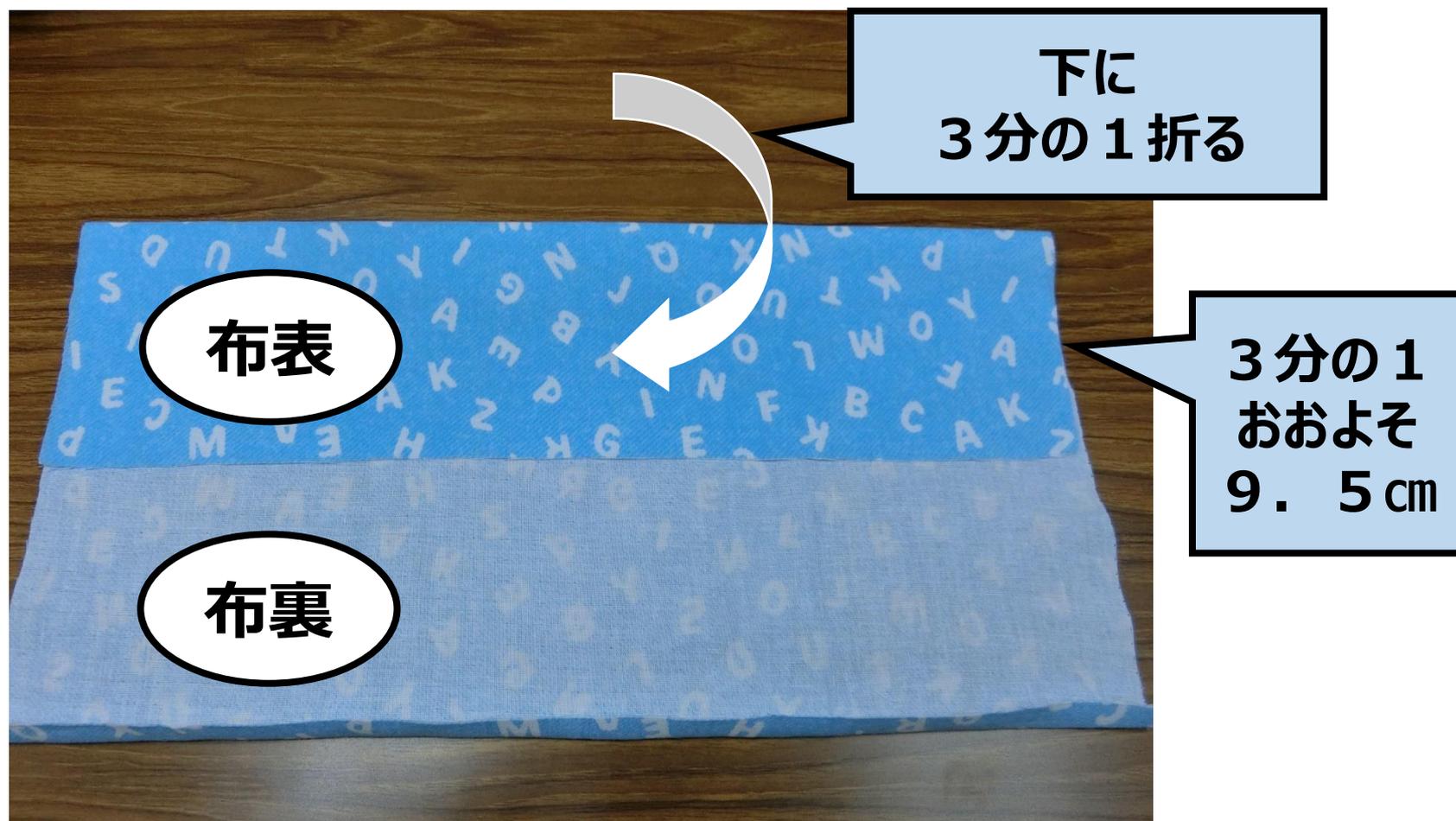
- ①チャコペン（えんぴつ）で布にしるしをつける。（たて30cmよこ40cm）
- ②外側のしるしに沿ってたちばさみで布をたつ。

2. 製作



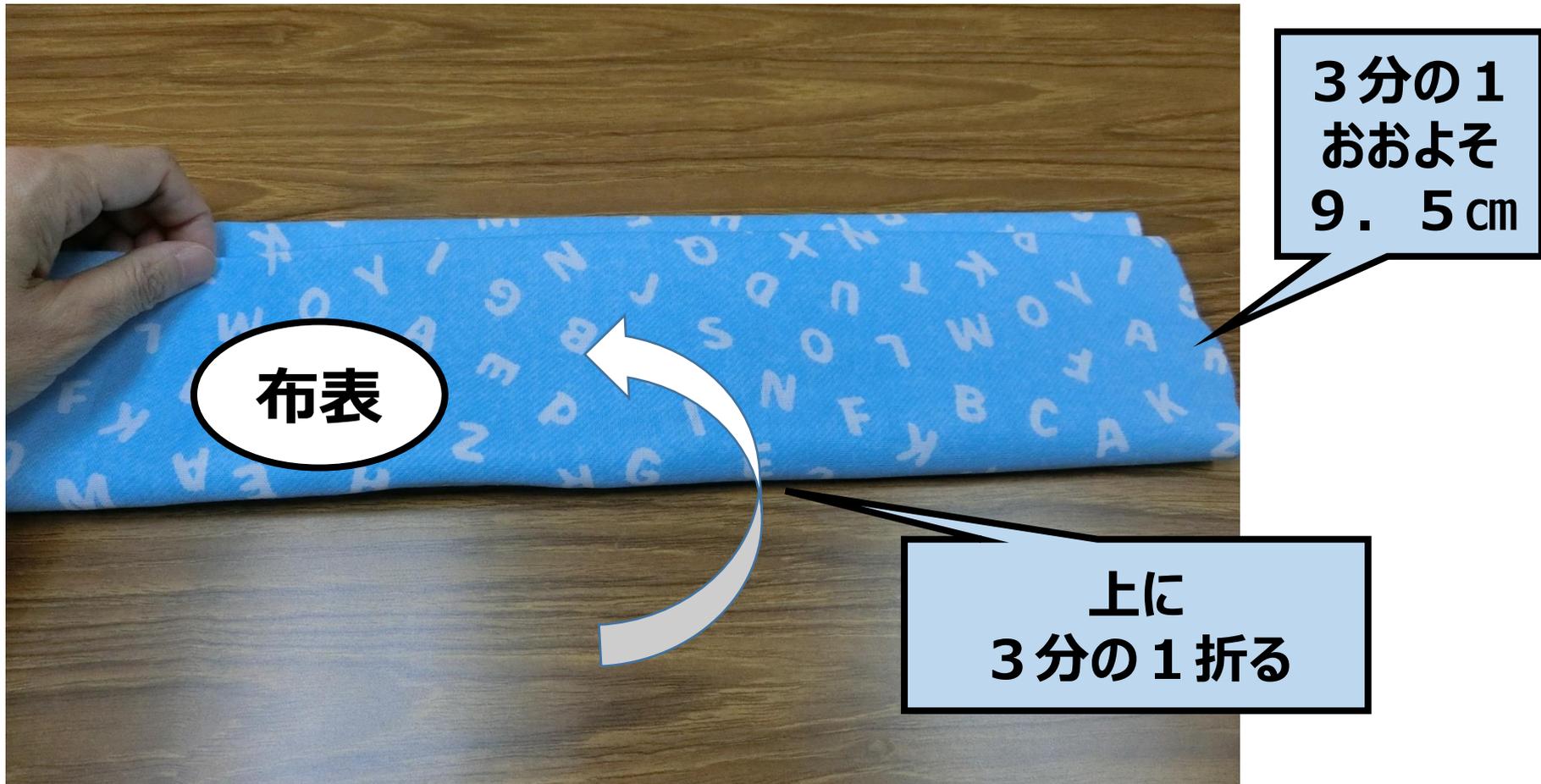
- ③ 布の裏を上にして1 cm裏側に折る。
手でしっかり押さえて折り目を付ける。
→必要に応じてアイロンできっちりと押さえてもよい。

2. 製作



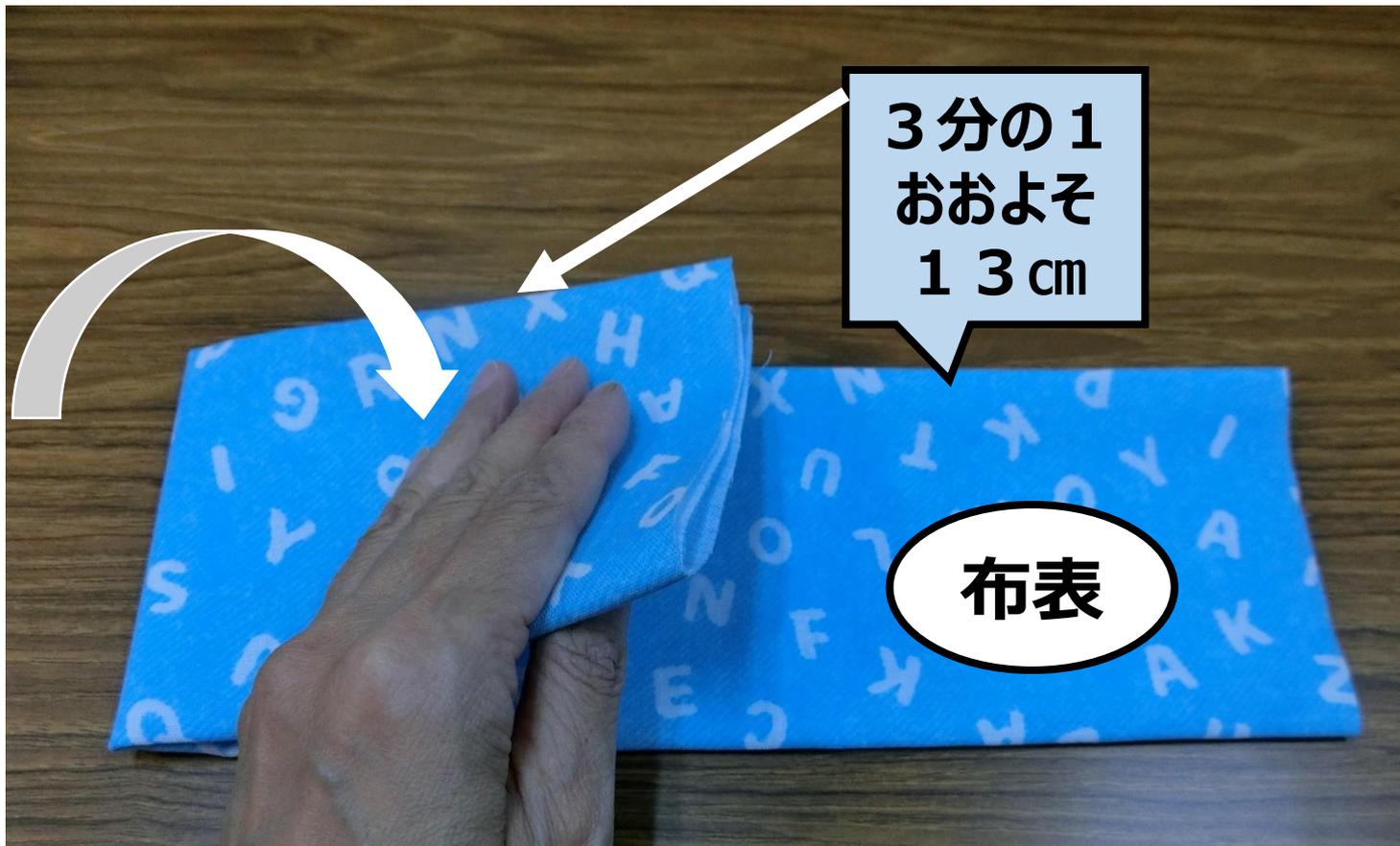
- ④ 布の上の部分（おおよそ3分の1 = 9.5cm）を下に向けて折る。
手でしっかり押さえて折り目を付ける。
→必要に応じてアイロンできっちりと押さえてもよい。

2. 製作



- ⑤布の下の部分（おおよそ3分の1 = 9.5cm）を上に向けて折る。
手でしっかり押さえて折り目を付ける。
→必要に応じてアイロンできっちりと押さえてもよい。

2. 製作

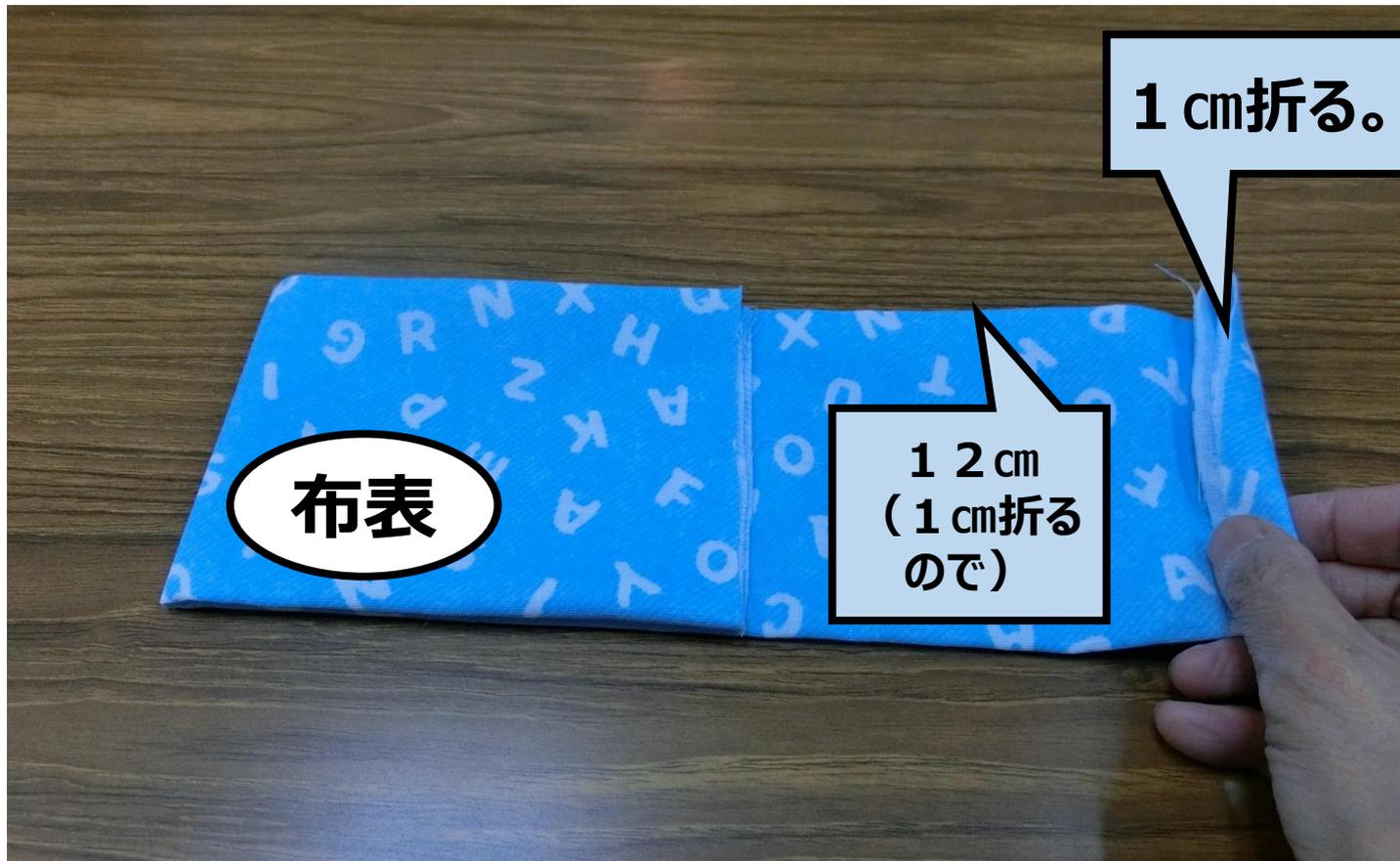


⑥左側から3分の1（おおよそ13cm）を折る。

手でしっかり押さえて折り目を付ける。

→必要に応じてアイロンできっちりと押さえてもよい。

2. 製作



⑦ 右端の布を 1 cmを折る。

手でしっかり押さえて折り目を付ける。

→必要に応じてアイロンできっちりと押さえてもよい。

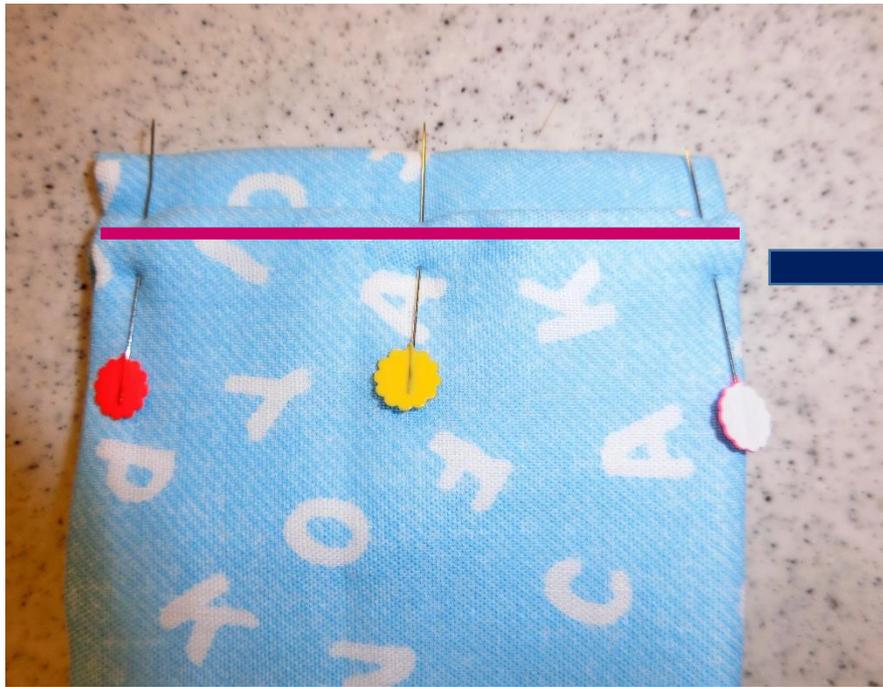
2. 製作



1 cm
手前に
合わせる。

- ⑧ **右端の布 3分の1 (12 cm → 1 cm折ったので短くなる) を折る。**
手でしっかり押さえて折り目を付ける。
→必要に応じてアイロンできっちりと押さえてもよい。

2. 製作



⑨ 布はしから1.5cmの所にしるしを付ける。

⑩ しるしを確認して、まち針を直角にうつ。

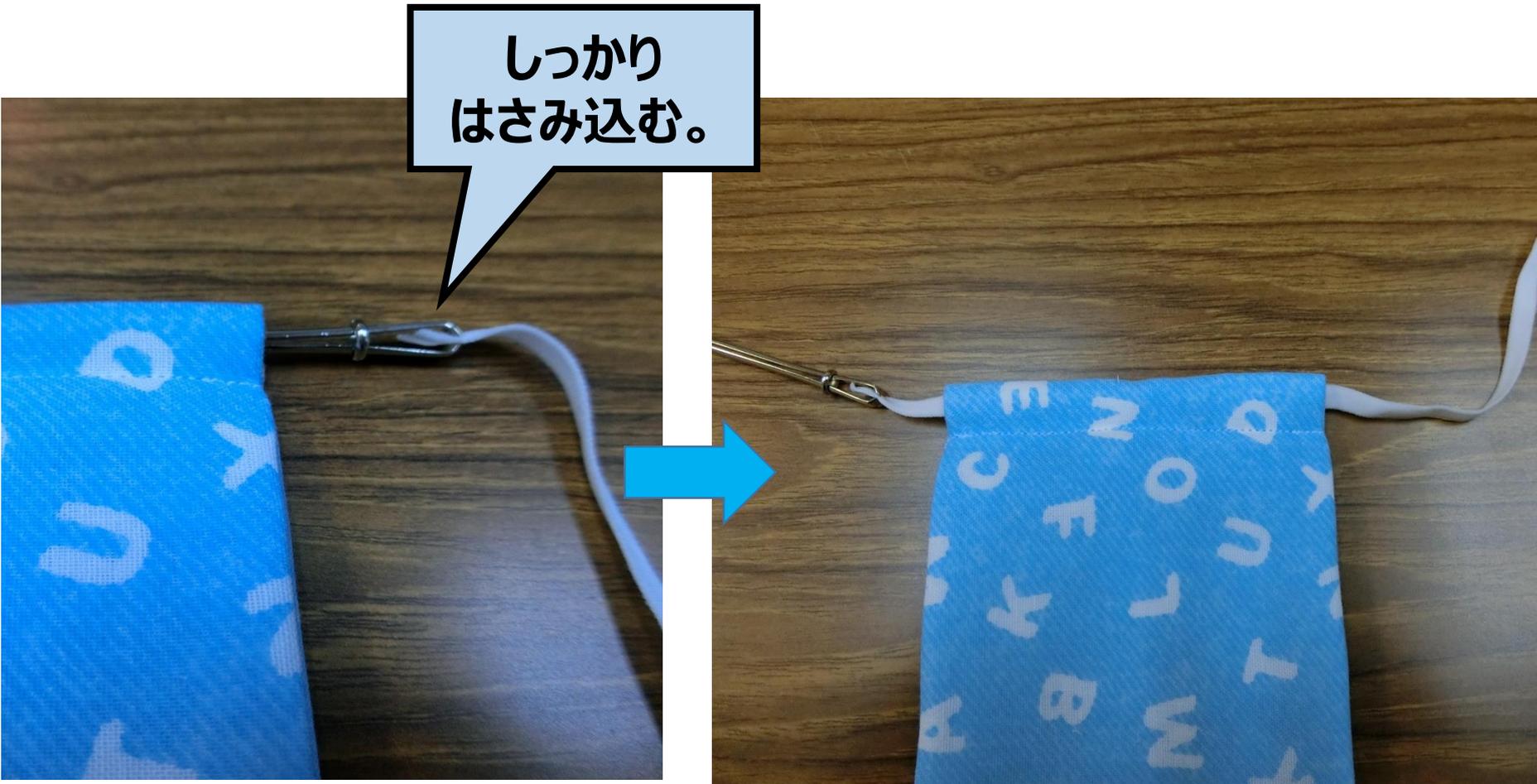
⑪ しるしの1mm外側にしつけをかける。

⑫ しるしと同じところにミシン縫いをする。

→ はじめと終わりは返し縫いをする。

布が厚く縫いにくいのでミシンの速度調節器の速度は遅い設定にする。

2. 製作



しっかり
はさみ込む。



⑬ **ゴム通しでゴムを通す。**

→途中ではずれないようにしっかりはさんで通す。

2. 製作



丸結びする。

- ⑭ **ゴムのはしとはしを合わせて丸結びをする。**
→顔の大きさによって結ぶ位置を工夫する。

3. 仕上げ



⑮ 丸結びは、ゴムを引っ張って布の中にかくしたら完成。
→必要に応じてアイロンをかけて整える。

2 平面布マスクの作り方 その2



手ぬいとミシンぬいの両方
を学ぶことができます。
ミシンぬいでは、角の曲が
り方の練習ができます。

1. 材料の準備

材 料

- ◆布 たて22cm×よこ28cm (子ども用)
たて26cm×よこ32cm (大人用)
(綿100%…ダブルガーゼ, さらし, 手ぬぐい等)
→新品は水で洗う。
- ◆ゴム紐 (ひも) 30cm×2 = 60cm
→顔の大きさによって長さは異なる。
- ◆裁縫道具一式
- ◆ミシン
- ◆アイロン (必要に応じて…きっちりと仕上げたい時)

2. 製作



布表

①チャコペン（えんぴつ）で布にしるしをつける。

→たて22cm×よこ28cm（子ども用）たて26cm×よこ32cm（大人用）
（縫いしろ込み）

②外側のしるしに沿ってたちばさみで布をたつ。

2. 製作



- ③ 中表にして，二つ折りにする。
- ④ チャコペン（えんぴつ）でぬいしろ 1 cm にしるしをつける。
- ⑤ しるしを確認しながら，しるしに対して直角にうつ。

2. 製作



⑥はしから、布をもってなみぬい（丈夫にぬうため2本どり）をする。

→可能であればミシンぬいをしてもよい。

<手ぬいの場合>

一定の長さをぬった後、布にしわがよったままにならないようにしごく。

→布のはしを持ってしわをのばすように引っ張ること。

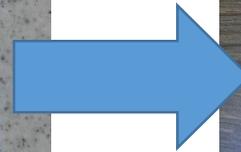
→ぬい終わりの位置に針を合わせて、玉どめをする。

2. 製作



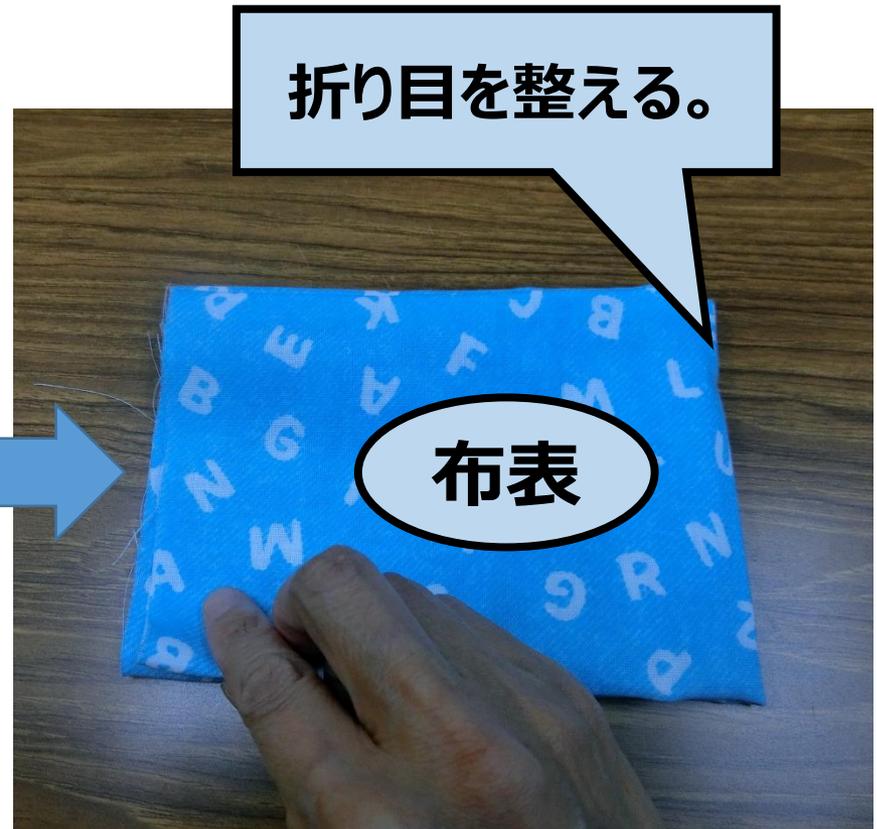
- ⑦表が外側になるようにひっくり返す。
→ソックスをひっくり返すようにする。

2. 製作



- ⑧ ひっくり返したら手でしわをのばし整える。
→必要に応じてアイロンできっちりと押さえてもよい。

2. 製作



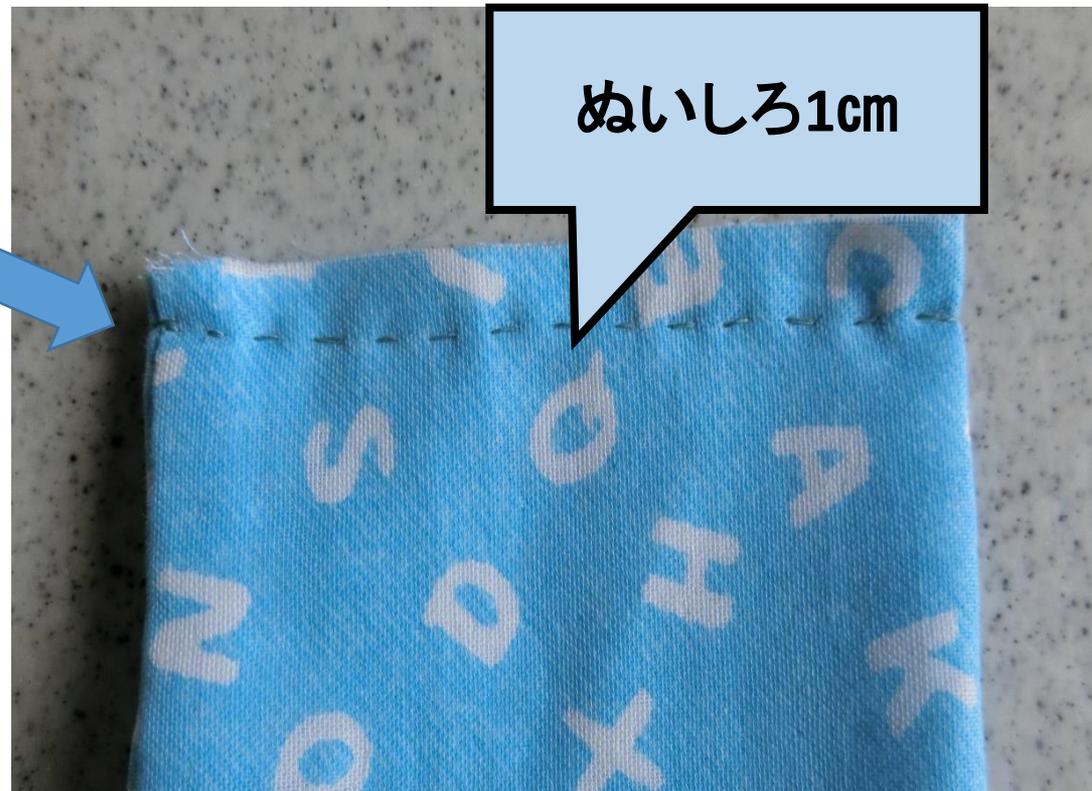
⑨角を合わせて、折り目を押さえて二つ折りにする。
→必要に応じてアイロンできっちりと押さえてもよい。

2. 製作



- ⑩チャコペン（チャコえんぴつ）でぬいしろ 1 cm にしるしをつける。
- ⑪しるしを確認しながら，しるしに対して直角にうつ。

2. 製作



ぬいしろ1cm

⑫しるし通りに二本どりのなみぬいをする。

→可能であればミシン縫いでもよい。

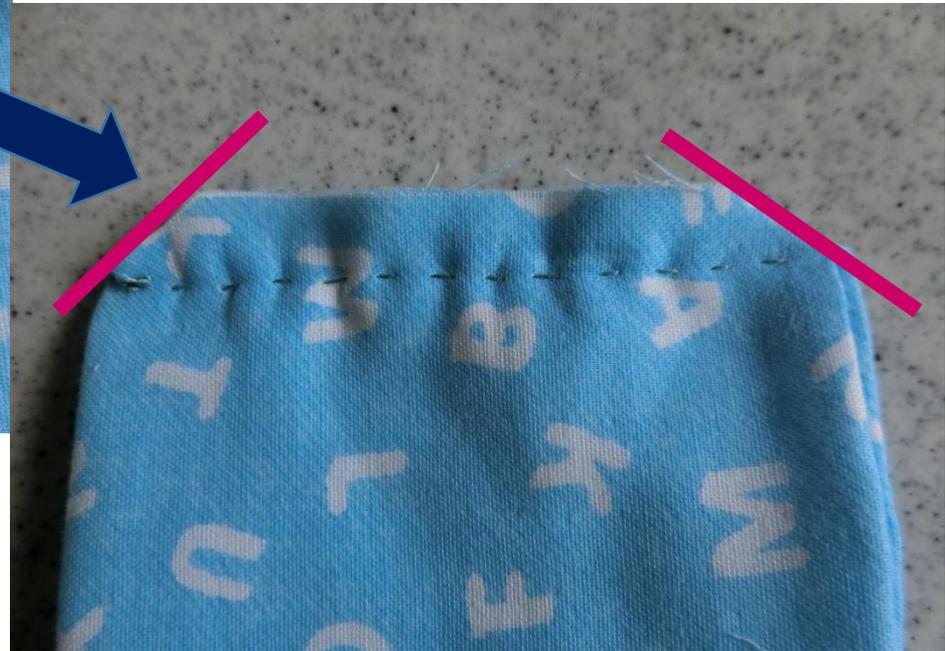
＜手ぬいの場合＞

一定の長さをぬった後、布にしわがよったままにならないようにしごく。

→布のはしを持ってしわをのばすように引っ張ること。

→ぬい終わりの位置に針を合わせて 玉どめをする

2. 製作

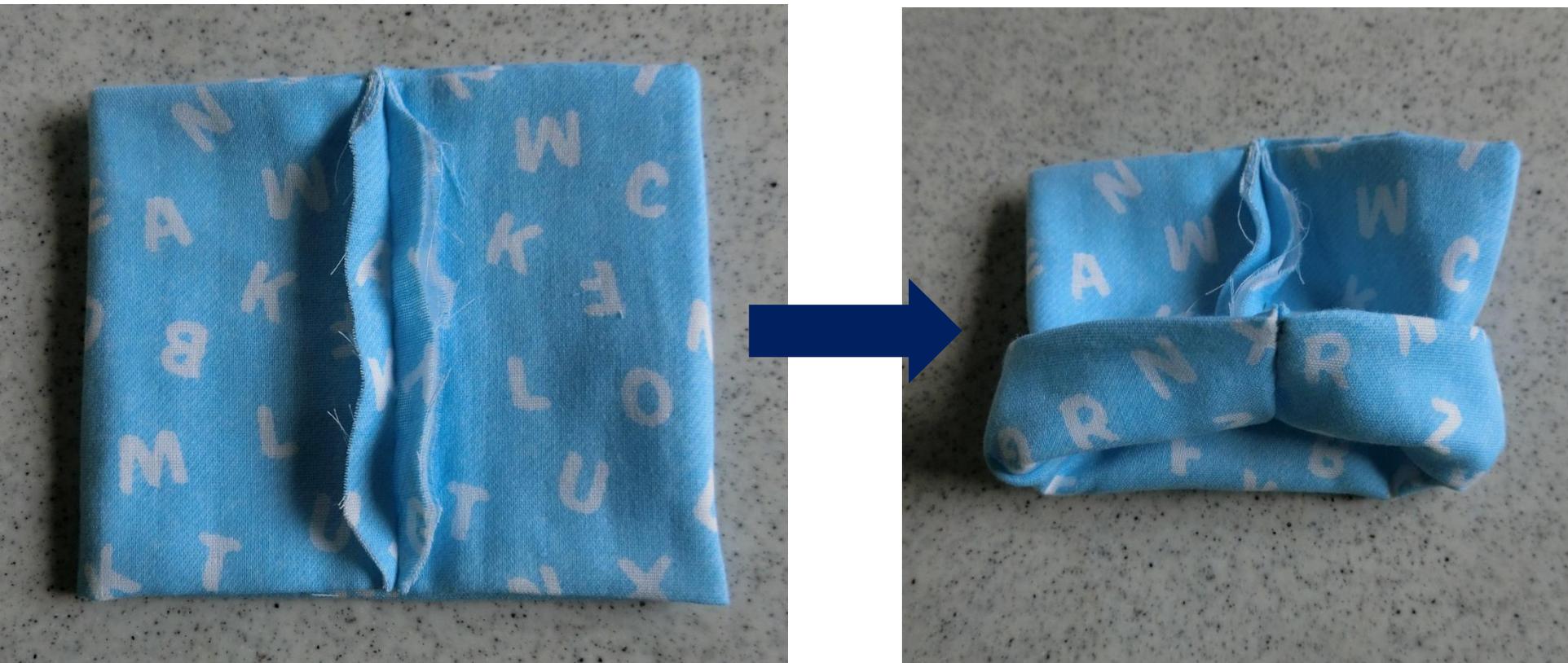


⑬ぬいしろの角（三角形）をはさみで切り落とす。

→ぬい目を切らないように注意する。

（ぬいしろの始末をきれいにするため）

2. 製作



⑭ むいしろを開いてむい目が真ん中にくるように開いて折る。

⑮ むいしろが中に入るようにひっくり返す。

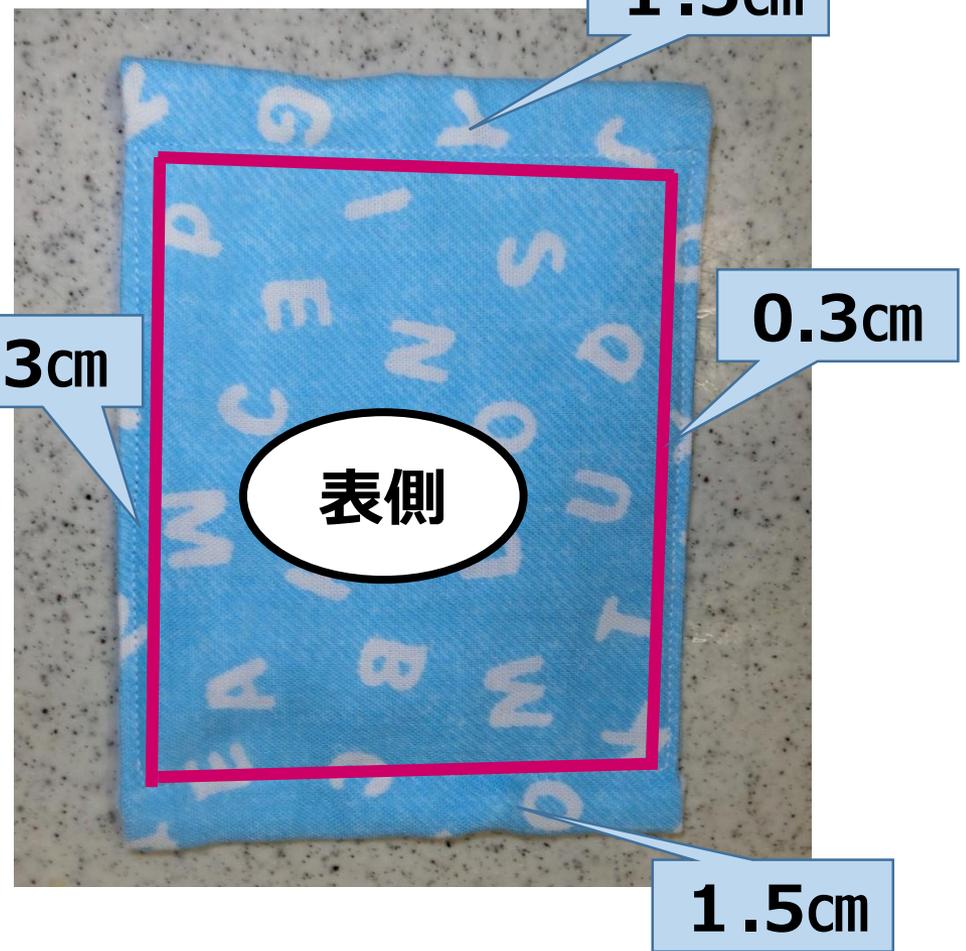
→ソックスをひっくり返すようにする。

2. 製作



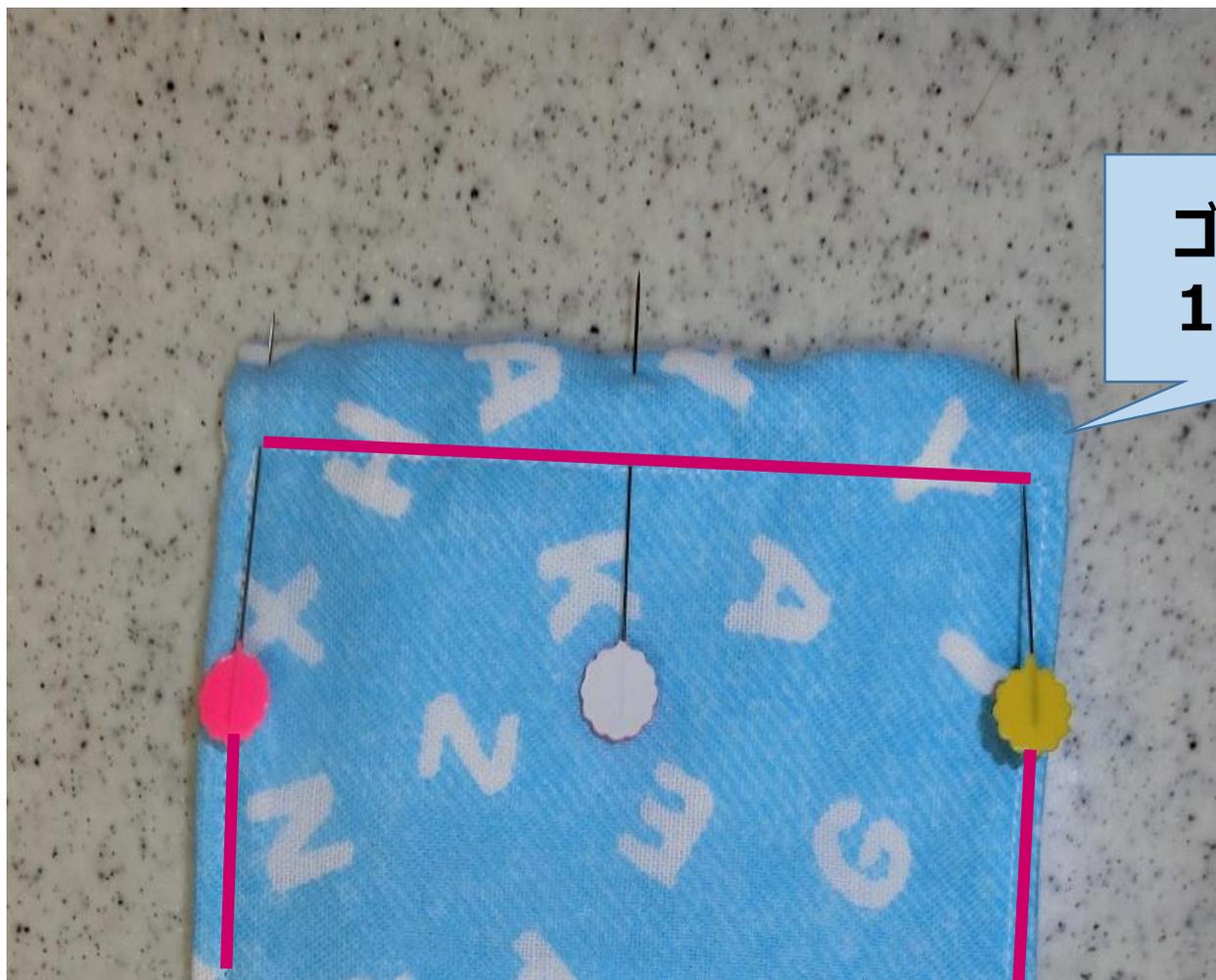
- ⑩ めい目が真ん中にくるように折り目を押さえて整える。
→可能であればアイロンをかけてもよい。

2. 製作



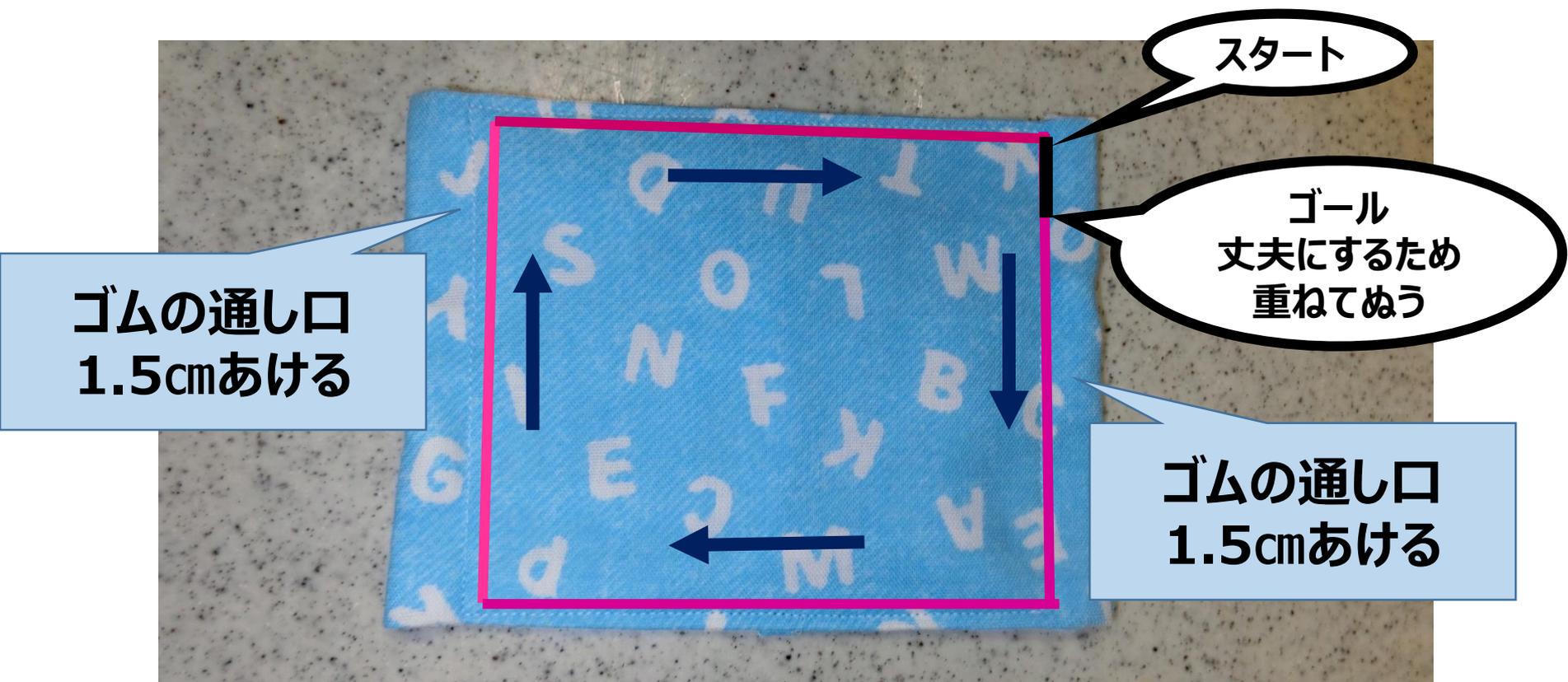
- ⑰向きを変えて、表を上にしてチャコペン（えんぴつ）でしるしをつける。
→可能であればアイロンをかけてもよい。

2. 製作



ゴムの通し口
1.5cmあける

⑱しるしを確認しながらまち針をうつ。



スタート

ゴール
丈夫にするため
重ねてぬう

ゴムの通し口
1.5cmあける

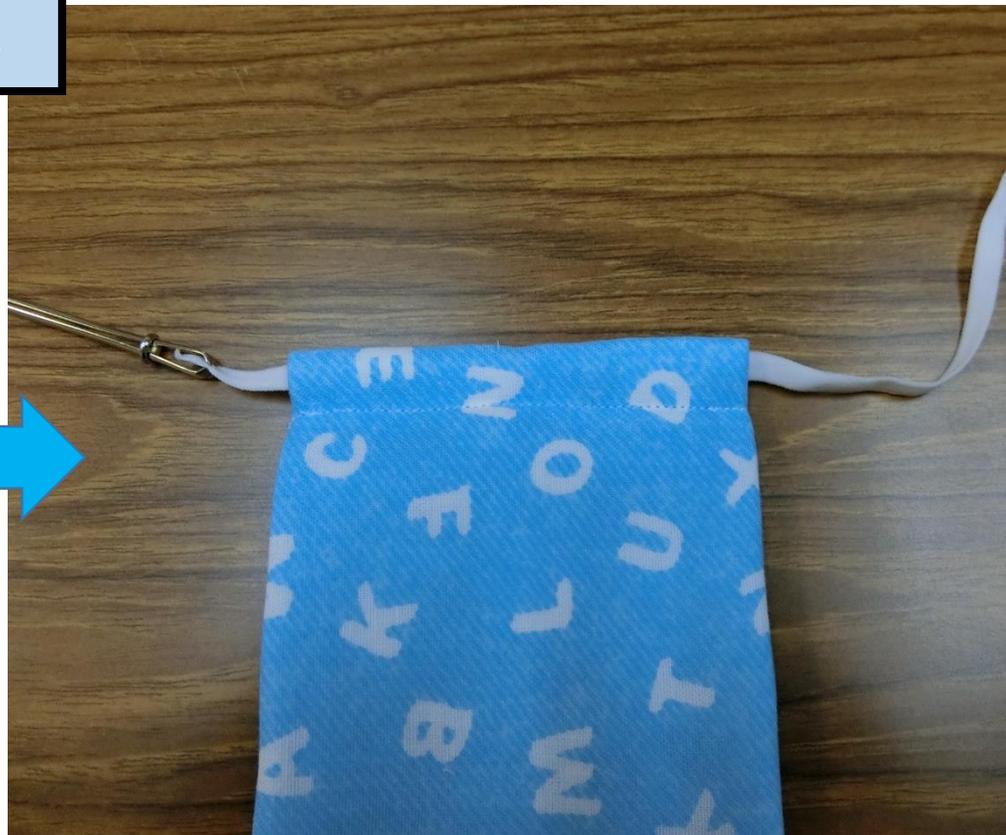
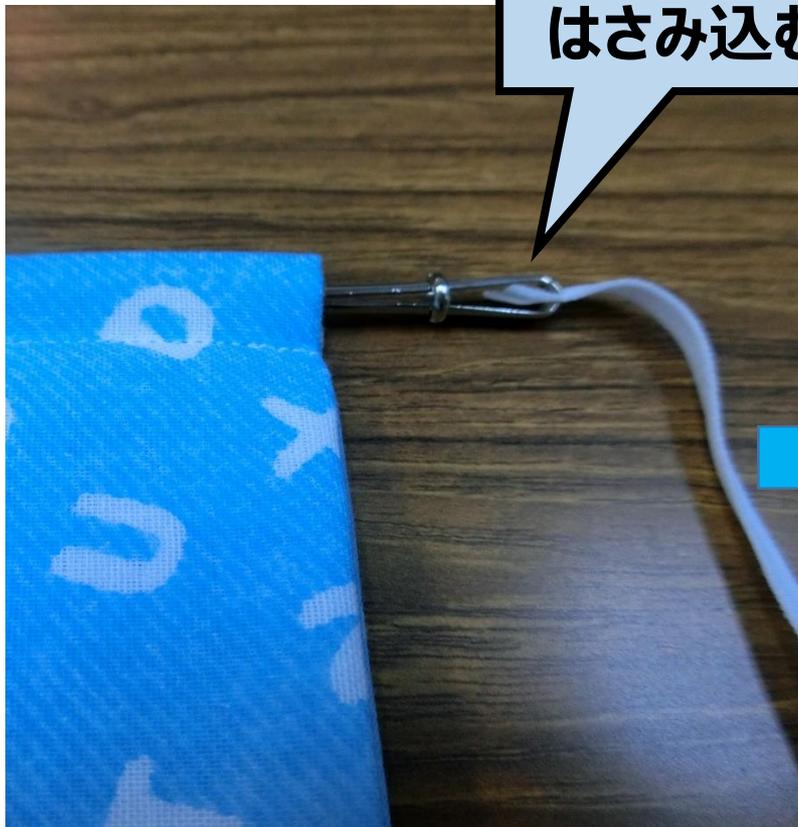
ゴムの通し口
1.5cmあける

①9 しるしをよく見てミシンぬいをする。

→角を曲がる時は、角に針をさしたまま「おさえ」を上げる。
針をじくにして布を回し、「おさえ」を下ろしてぬう。
はじめと終わりを重ねてぬう。

2. 製作

しっかり
はさみ込む。



⑳ **ゴム通しでゴムを通す。**

→途中ではずれないようにしっかりはさんで通す。

2. 製作



丸結びする。

21 ゴムのはしとはしを合わせて丸結びをする。

→顔の大きさによって結ぶ位置を工夫する。

2. 製作



22 丸結びは、ゴムを引っ張って布の中にかくしたら完成。
→必要に応じてアイロンをかけて整える。

3 ハンカチマスクの作り方



家庭にあるハンカチと
輪ゴムがあれば簡単
にできますよ。

1. 材料の準備

材 料

◆布 ハンカチ (50 cm×50 cm)
(綿100%)

→新品は水で洗う。

◆輪ゴム 2 (ヘアゴム 2)

→輪ゴムがきついようであればヘアゴムを使う。



2 製作



- ① 50 cm × 50 cmのハンカチを用意する。
(子供の場合は一回り小さくてもよい)

2 製作



②はしとはしをそろえて，ハンカチを半分に折って，二つ折りにする。

2 製作



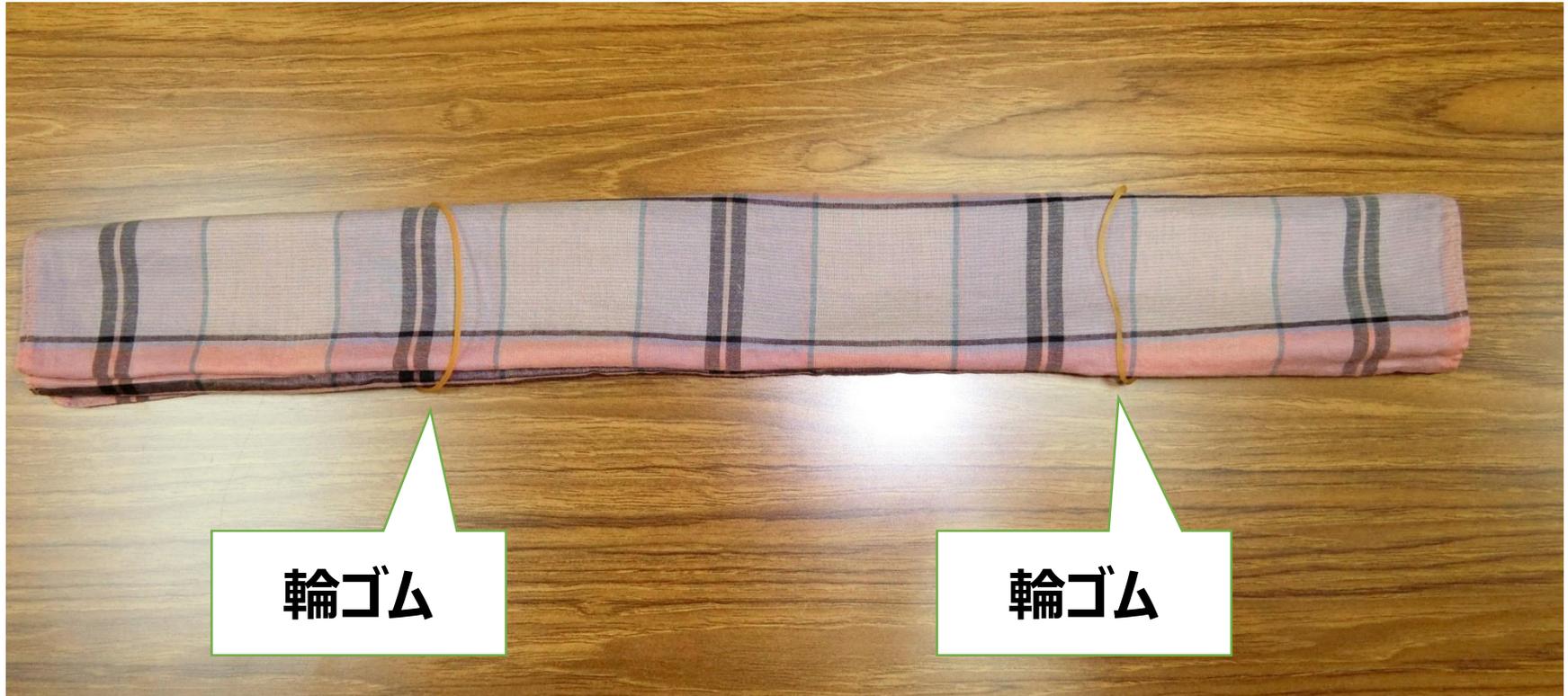
③もう一度半分に折って，四つ折りにする。

2 製作



④ さらに半分に折って，八つ折りにする。

2 製作



輪ゴム

輪ゴム

⑤ 輪ゴム（又は、輪っかのヘアゴム）をハンカチに通す。

2 製作



⑥ハンカチの両はしをたたむ。3分の1より少し大きめの位置で折ると大人用はちょうどよい。

→ゴムの長さや顔の大きさに合わせた折り方にする。
子どもは、大きめに折る等の調整が必要

2 仕上げ



ハンカチを
口に当てて、
ゴムを耳にかける。



内側の布を上方向に
引っ張るように
引き上げる。



鼻まで包み込む。

⑦ 顔に装着（そうちゃく）して完成。

4 キッチンペーパーマスクの作り方

台所にあるキッチンペーパーと
輪ゴムがあれば
すぐにできます！



1. 材料の準備

材 料

◆キッチンペーパー 2枚

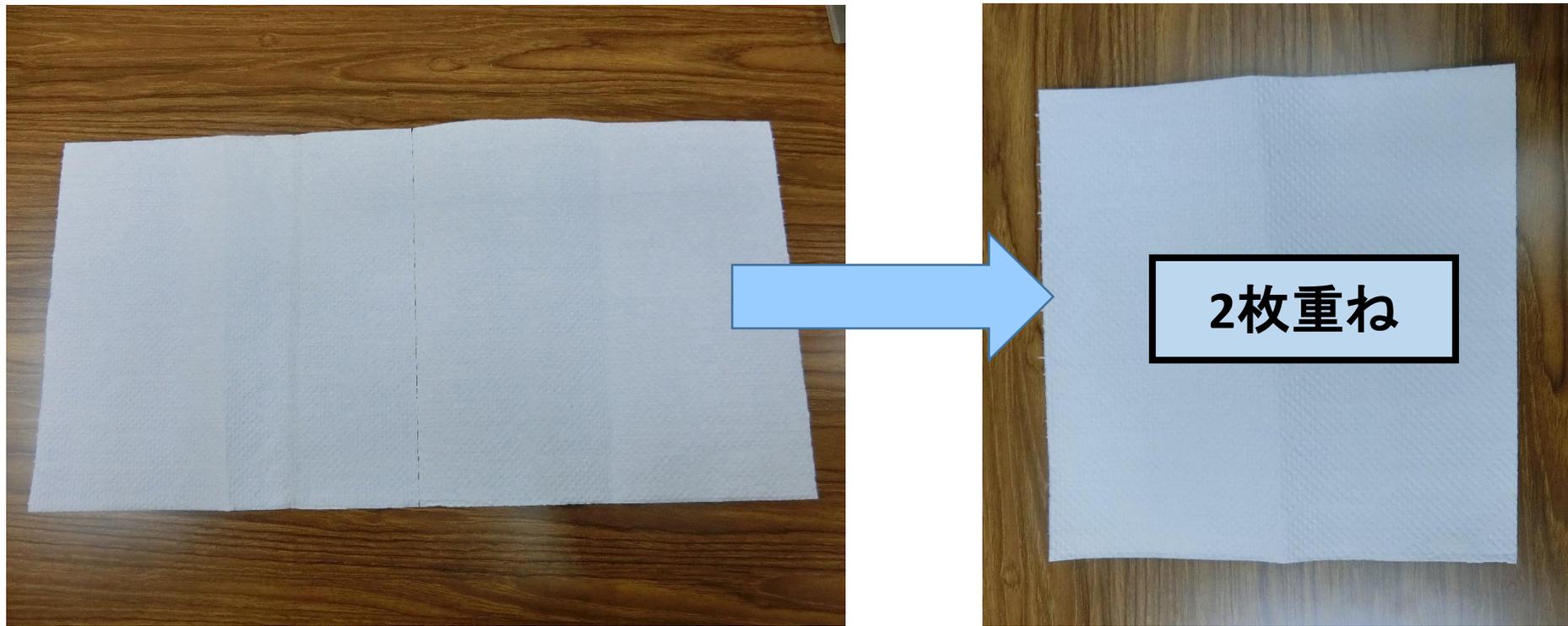
◆輪ゴム 2 (ヘアゴム 2)

→輪ゴムがきついようであればヘアゴムを使う。

◆ホッチキス

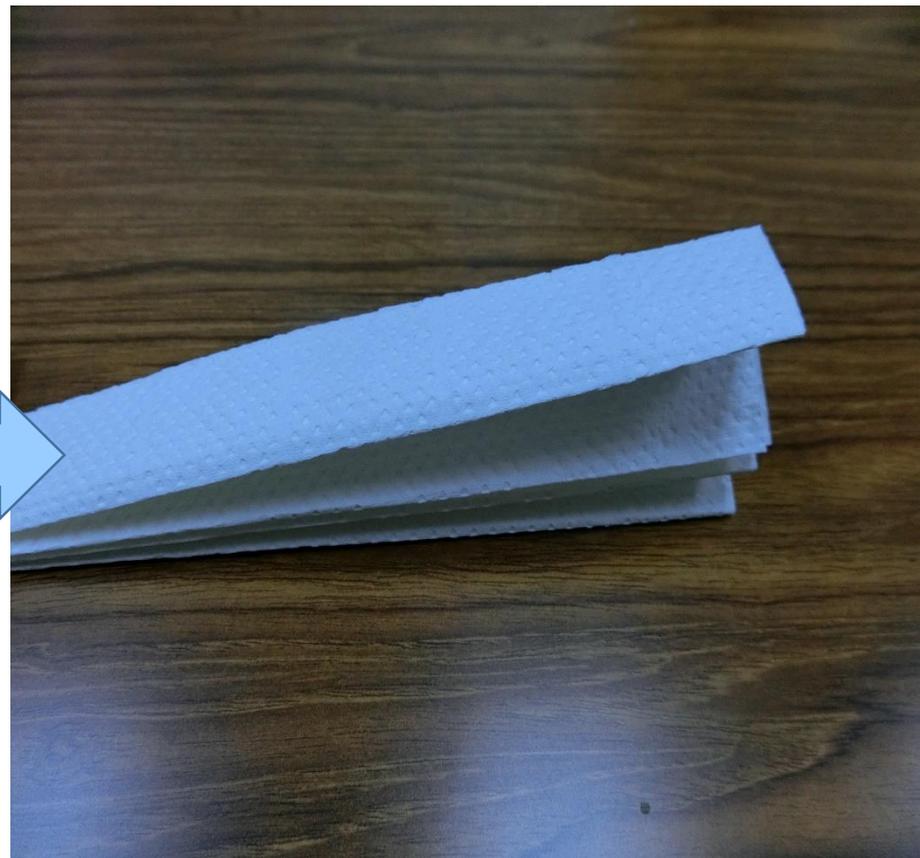


2 製作

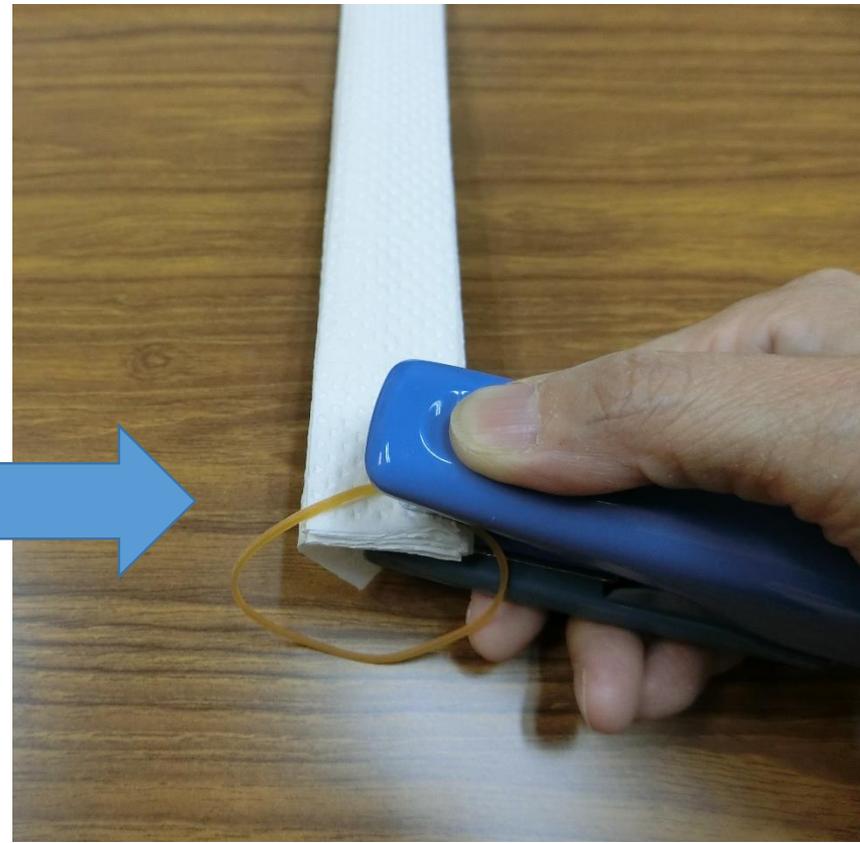
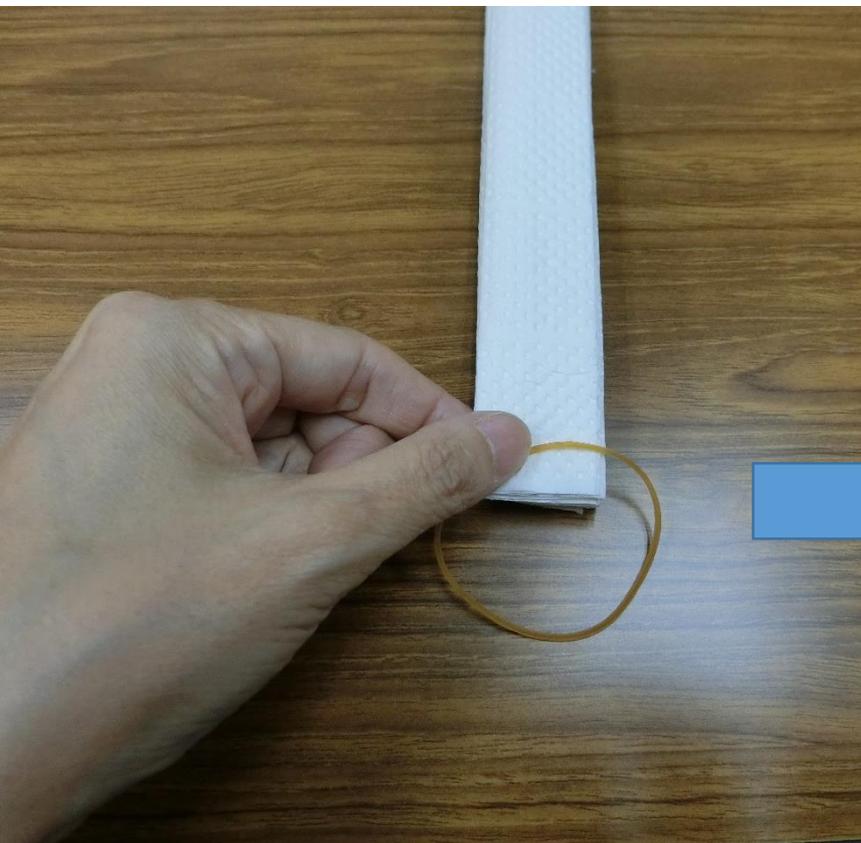


① ミシン目にそってキッチンペーパーを切り、キッチンペーパーを2枚重ねる。

2 製作



② 幅2.5cmの蛇腹折りにする。

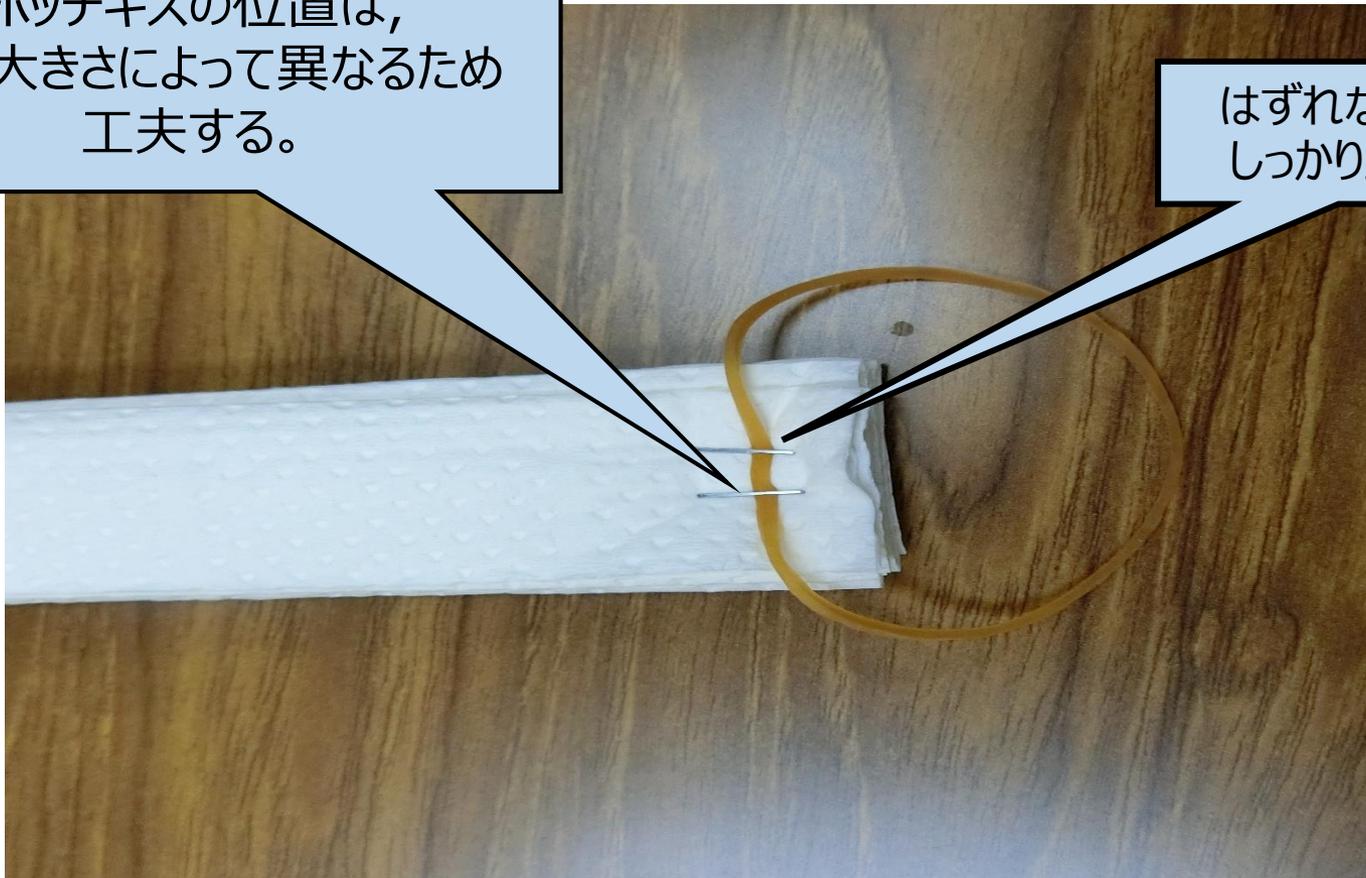


③ 折ったキッチンペーパーの両はしに輪ゴムを当てて，ホッチキスで止める。

2 製作

ホッチキスの位置は、
顔の大きさによって異なるため
工夫する。

はずれないように
しっかり止める。



④ 丈夫にするために2～3箇所止める

2 仕上げ



⑤ ナプキンを広げて鼻まで包むように付けたら完成。

→ 人によって顔の大きさが違うので、輪ゴムで止める位置を調整する。

5 布マスクの洗い方

布マスクの手入れをして
大事に使えば長持ちしますよ。



布マスクの洗い方

- 1 マスク1枚を、洗剤を溶かした液に、10分間もまずに浸す（ひたす）。**
- 2 塩素系漂白剤を入れた液に10分間浸す。**
- 3 水道水で十分にすすぐ。**
- 4 清潔なタオルにはさんで水分を吸い取る。**
- 5 形を整えて干す。**

マスクは1枚ずつ洗う。その都度、洗剤液・漂白液はウイルスが含まれている可能性があるため捨てる。洗剤液や漂白液は、表示の分量をめやすにする。
手荒れなどにならるように十分に気を付ける



新型コロナウイルスを含む
感染症対策予防の基本は、
「手洗い」と「咳エチケット」です。
マスクの作り方は他にもあります。
自分で調べて
チャレンジしていきましょう！