

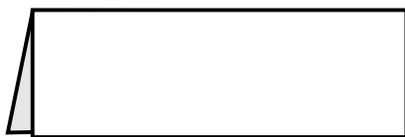
# 縫わずにできる！簡単ハンカチマスクの作り方

## 用意するもの

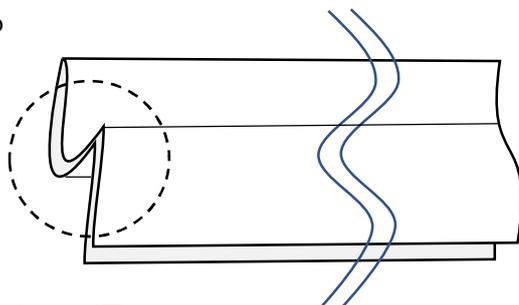
- ゴムひも2本（輪っかにしたもの）
- 大きめのハンカチ

## 作り方

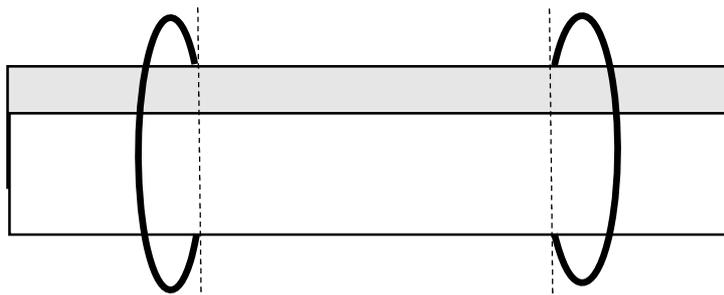
1. 広げたハンカチを半分に折る（ハンカチが大きい時には三つ折り）



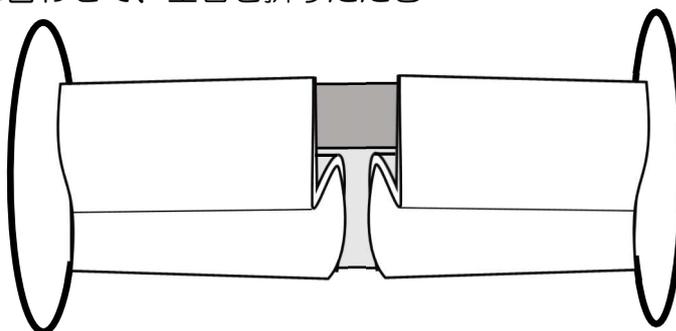
2. ひだをつくる



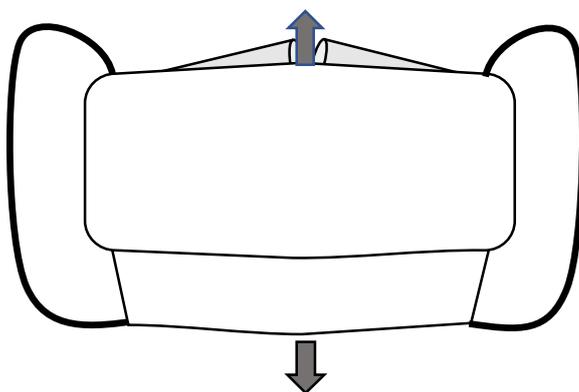
3. 左右からゴムひもを通す



4. 顔の幅に合わせて、左右を折りたたむ



5. マスクをつけた後、上と下をずらして顔に合わせて完成！



# 布マスクの洗い方

## 用意するもの

- 衣料用洗剤
- 塩素系漂白剤
- 清潔なタオル
- 洗面器
- ゴム手袋（台所用手袋）

## 洗い方

### 1. 洗剤で洗う

1. 洗面器に水をため、衣料用洗剤を入れて混ぜます。  
2Lの水に対して、約0.7g（ティースプーン半分）の洗剤が目安。
2. 洗面器にゆっくりガーゼマスクを入れて、そのまま10分待ちます。
3. 10分ったら、ガーゼマスクを軽く押し洗いします。
4. 洗面器の水をゆっくり捨て、新しい水をためて、ガーゼマスクに付いた洗剤をすすぎます。

### 2. 塩素系漂白剤で洗う

1. 塩素系漂白剤の成分で皮膚を傷める可能性があるため、ゴム手袋をはめます。
2. 洗面器に新しい水をため、塩素系漂白剤を入れます。  
1Lの水に対して、15mLの塩素系漂白剤が目安。
3. 洗面器にガーゼマスクを入れ、そのまま10分待ちます。  
10分したら、マスクを軽く押し洗いします。
4. 洗面器の水をゆっくり捨て、新しい水を入れてガーゼマスクをすすぎます。  
再度水を捨てて、もう1度新しい水でガーゼマスクをすすぎます。
5. 清潔なタオルでマスクを挟んで、たたいて水分を取ります。

### 3. 日陰で干す

水気が取れたら、形を整えて日陰で乾かします。  
乾燥機を使うとガーゼが縮んでしまうので、陰干しで自然乾燥させましょう。

#### 洗う時の注意！！

- マスクの繊維を傷める可能性があるため、もみ洗いしないこと。
- 複数のマスクを一度に洗わないこと。
- マスクを洗った後は手を十分に洗うこと。