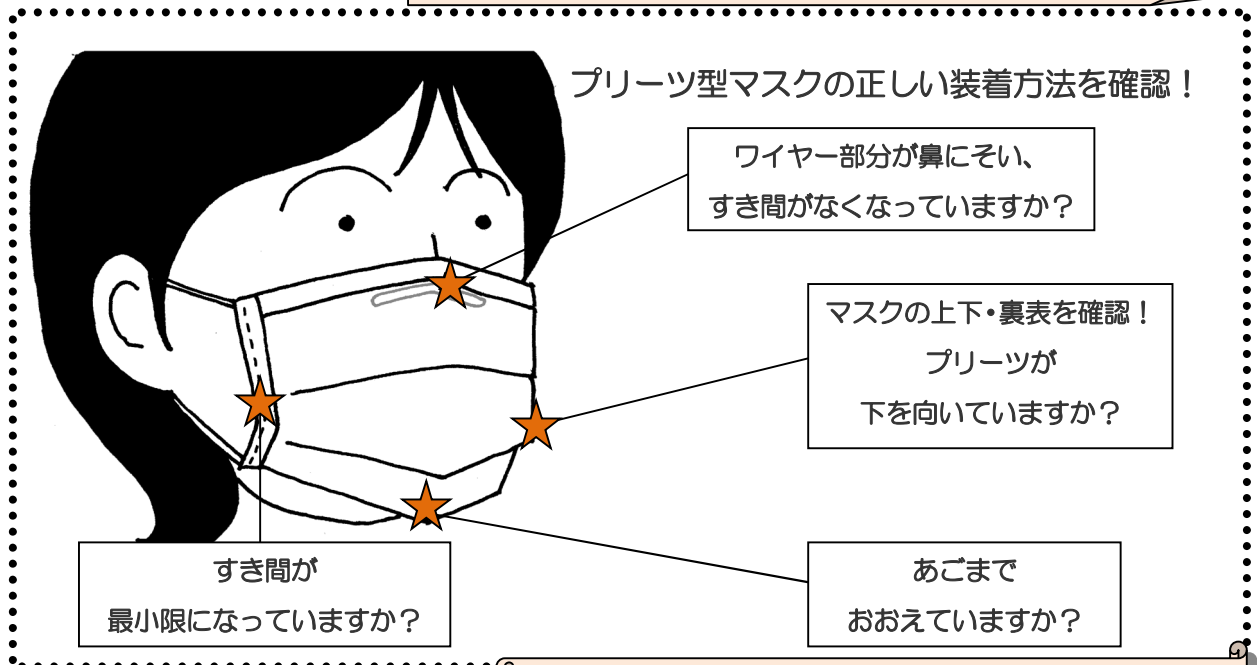


マスクの種類

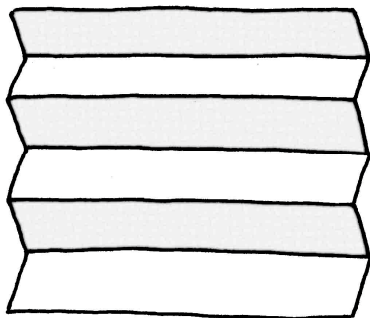
	ガーゼマスク	不織布製マスク	N95レスピレーター
用途	のどの保温・保湿に	飛沫の拡散防止に	医療現場で患者対応に
感染防御効果	感染症対策には不向き	飛沫感染に効果あり	適切な装着で効果発揮
日常での使用	肌に優しいので 不織布製マスクが 合わない場合に使用	主にカゼ症状のある人に 推奨される	一般的な使用には推奨さ れないが、H5N1 発生に 備え備蓄を
価格	150円程度	10円から	150円~400円程度

マスクの正しい使用方法

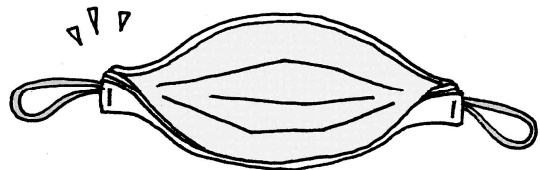


キッチンペーパーで手作りマスク♪

売り切れていても、安心!?



①ペーパーを蛇腹に折ります。



②両端を輪ゴムごとホチキスでとめます。

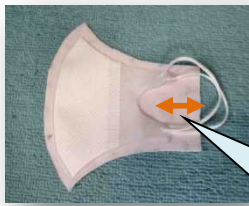
手作り♪立体布マスク

超カンタン!

洗って
繰り返し使える!
エコ♪

材料

- ・ガーゼ布
- ・マスク用ゴム
- ・市販の立体マスク（半分に折れるもの・型紙用）



①市販の立体マスクを折った状態で型紙に。縫い代を取って4枚裁断する。

耳の部分はゴムを通すので縫い代は2cmほしい!



②2枚のガーゼ布を中表にして鼻から口のラインを縫い合わせる。

2組作るよ!



③2組のガーゼ布を中表にして上下を縫い合わせる。

耳の部分は縫わない!



④表に返して上下にステッチをかける。

⑤耳の部分を三つ折りにしてゴムを通す幅を取って縫う。

ゴムを通して出来上がり♪



おまけ♪プリーツ型

材料

- ・ガーゼ布 30cm×20cm
- ・マスク用ゴム
- ・ラッピング用ワイヤー

①アイロンをかけながらプリーツを作り、両端を仮縫いする。



②上下を三つ折りにして縫う。

上になる方にワイヤーを入れる!

③両脇を三つ折りにしてゴムを通す幅を取って縫う。

ゴムを通して出来上がり♪

