

# 手作りマスクを製作しよう！

新型コロナウイルスの感染拡大防止、市販マスクが手に入らない現状を乗り切るため、「手作りマスクを製作」してみましょう。わざわざ布を購入しなくても、どこの家にもある材料で、簡単に「マスク」を作ることができます。ミシンがない人はすべて手縫いでも作ることができます。小中学校で学んだ基礎縫いで作ってみましょう。作ったマスクは、調理実習でも使用する予定です。この時期だからこそ手作りに挑戦し、学校再開時にぜひ着用して登校してください。

## <材料>

表布 16 cm×30 cm ※素材は何でも OK

裏布 16 cm×22 cm ※綿 100% (さらし、ガーゼ、手ぬぐい、ハンカチ)

ゴム 約 30 cm×2 本

→マスク用ゴムが手に入らない場合は、Tシャツや肌着などを代用しよう [参照 1]

★ハンカチ 1 枚で表布・裏布が取れます。

★薄手ハンカチの場合は裏布を 2 枚にし、3 枚重ねて作ってみよう。

## 条 件

基礎縫いの学習を目的としますので、指示された縫い方で縫いましょう。

洗い替え用の 2 枚目からはすべてミシンで縫ってもよいです。

## 提出について

提出は 1 つ (指示通りに縫ったもの)

提出日は 5 月以降に指示します。



- 作り方 ● ※表地と裏地をあえて変えています。同じ布でもできます。

1. 実物大型紙を参考に表布と裏布を裁断する。「わ」にして裁つと一度に 2 枚裁断できる。

<ハンカチのみで作る裁断の例>

<表地：ハンカチ 裏地：手ぬぐい>



表地・裏地とも  
2 枚ずつ裁断

薄手のハンカチ  
の場合は、裏地  
を 4 枚裁断す  
る。



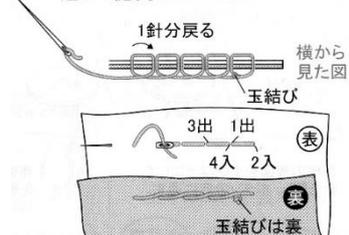
2. 1 の表布を中表に合わせ、1 cm の縫いしろで中央を縫う。 ミシン縫い or 手縫い(本返し縫い)

手縫いの場合は、本返し縫い (針目の大きさ 0.3~0.4 cm 程度 = 大きくなりすぎないように) で縫うと丈夫に仕上がる。裏布も同じように縫う。

※薄手ハンカチの場合、裏地は 4 枚重ねて縫う。

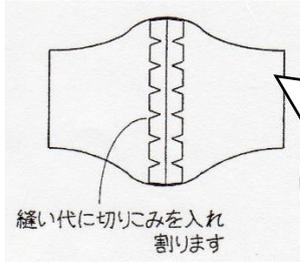


布地をしっかり縫い合わせたり、丈夫に仕上げたい時に用いる。一針ずつ返して縫う。



※薄い布の場合は半針ずつ返して縫う『半返し縫い』がおすすめ。

3. 表布・裏布とも縫いしろをアイロンで割っておく。

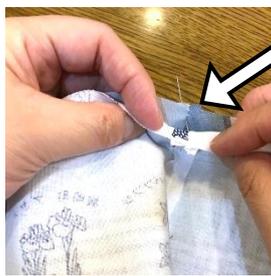


カーブがきれいに出るように、縫いしろには切り込みを入れるとよい



4. 表地と裏地を中表に合わせ、1 cmの縫いしろで上下を縫う。手縫い(なみ縫い)

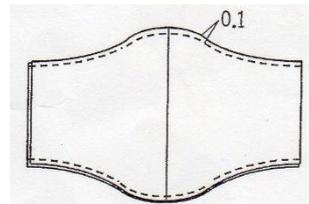
なみ縫いは針目の大きさ 0.3~0.4 cm程度で縫う。



縫い目同士を合わせる



5. 表に返し、アイロンで形を整える。



上下に端ミシン(押さえのステッチ)をかけるとよりきれいに仕上がる。  
※しなくても可

縫い目に合わせてアイロンをかけてからひっくり返す。  
表に返してからアイロンをかけておくときれいに仕上がる。

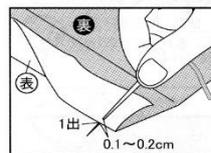
6. 表布の両端を 1 cm・2 cmの三つ折りで内側に折り、アイロンをかける。

三つ折り山を縫う。まつり縫い

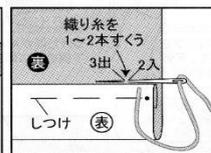
まつり縫いは 0.5 cm 間隔で縫うとよい。



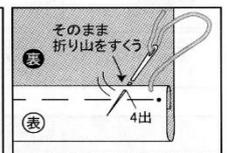
縫い目が表から見えにくい縫い方で、ズボンやスカートのすそ上げや補修に使う。



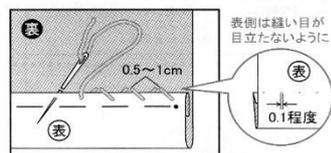
①三つ折りにしたところの裏から針を出す。



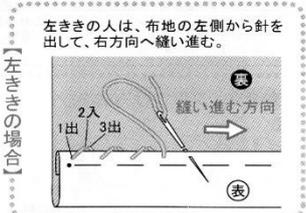
②0.5cmほど先の表布の織り糸を1~2本すくう。



③そのまま折り山を0.1~0.2cmすくう。



④②~③を等間隔にくり返し、最後は折り山の内側にかくれるように玉どめをする。



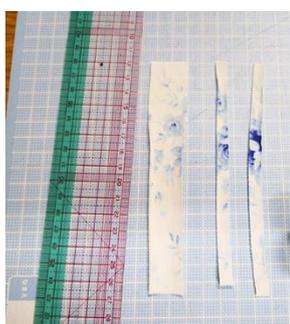
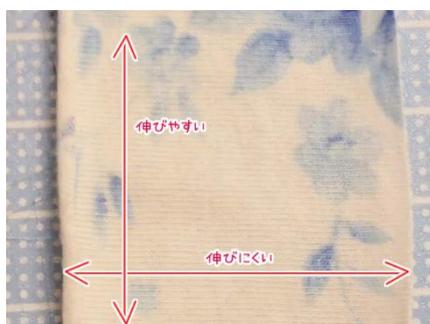
7. ゴムを通し、結ぶ。結び目を引き入れて隠す。



**[参照1] ゴムの代用品 (Tシャツヤーン) について**

→Tシャツを細く切って作った編み糸のこと。

①よく伸びるTシャツや肌着などのニット生地を横1cm×縦20cmにカットする。伸びやすい方向を縦にする。



※肌着等の袖口を1cm幅にカットしてもよい。

※伸縮性の高い「あったかインナー」などが適している。  
※切れ端がほつれやすく、丸まりにくいものもあるので注意

②生地の上端を持ち、ビヨーンと引っ張る。これを3回くらい繰り返すと、端がくるっと丸まって、丸くて柔らかい紐になる。



作り方と型紙 OHARICO <https://www.oharico.net/t-shirt-yarn-gum.html> 参照

作り方に困ったら・・・

★文部科学省 「子供の学び応援コンテンツリンク集 (令和2年4月14日時点)」

[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/ikusei/gakusyushien/mext\\_00460.html#masuku](https://www.mext.go.jp/a_menu/ikusei/gakusyushien/mext_00460.html#masuku)

★資料集「2020最新 生活ハンドブック」p.90 手縫い・ミシン縫いの基礎

QRコードを読み込むと基礎縫いの動画が視聴できるよ

★姫路東高等学校ホームページ カラー版 (基礎縫いの図入り) を掲載

● 原寸型紙 ●

※縫いしろ込みの寸法。記載寸法通りに裁断し、A4サイズに出力し、そのまま実寸型紙として使おう。

※型紙を使用し、表地・裏地とも2枚裁断する。

