

ほけんだより

4月

臨時号
③

マスクを作ろう！

2020/4/24 大阪市立大正北中学校 保健室

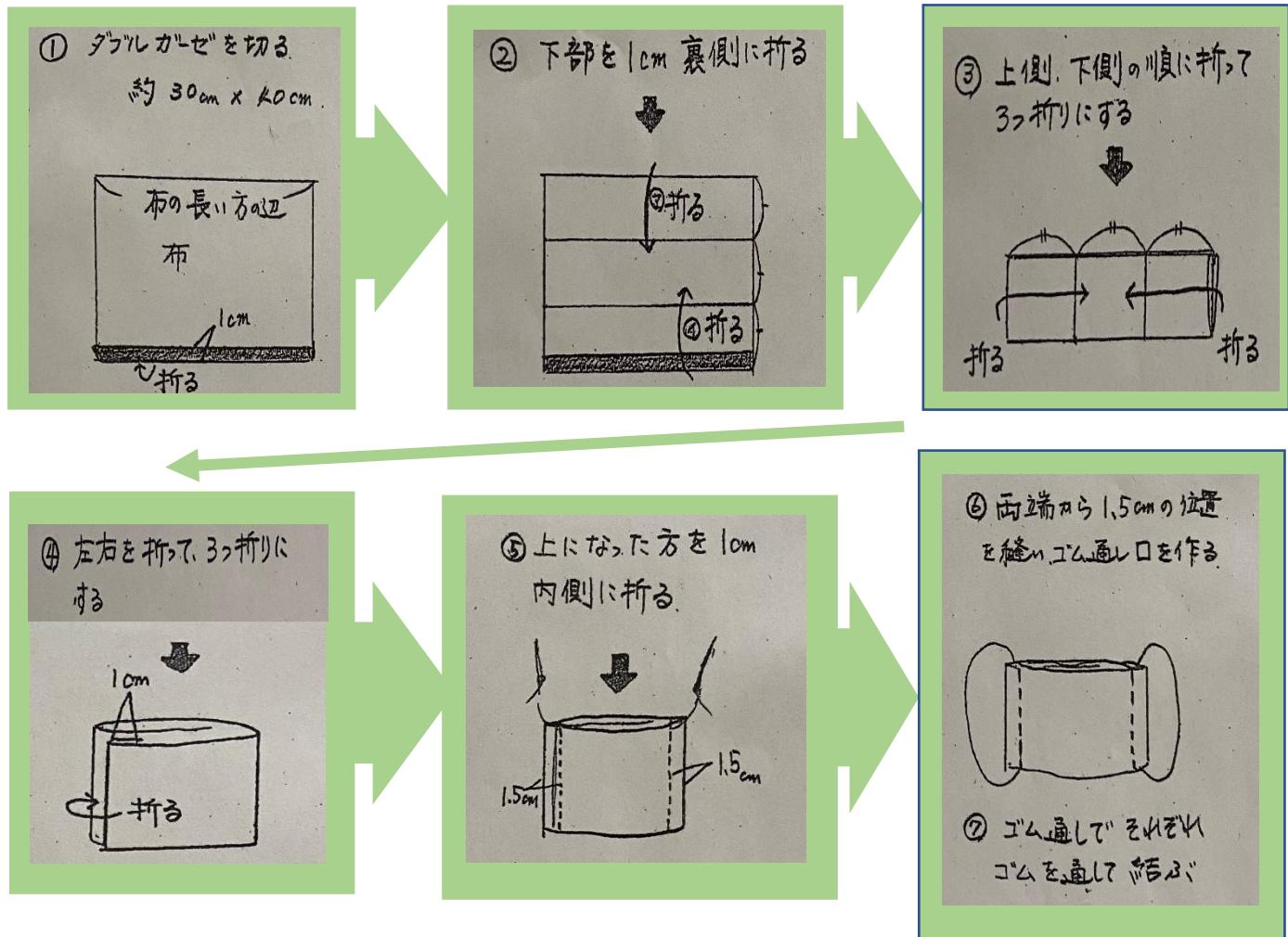
マスクがあまり手に入らないため、「ないならあるもので作ればいい！」と、世の中では、いろいろなものでマスク作りを考え紹介されています。ハンカチ・キッチンペーパー・タオル、はたまた靴下（4回切るだけ！）など、縫わなくても簡単に作れるマスク（おしゃれなものも！）がいっぱいあります。フィルター機能も身近にあるもの代用するなど考えられているのには、すごいなあと感心させられます。

大阪市教育委員会からも「簡単マスクをつくりましょう」という文書がきています。出典は徳島県教育委員会のものです。ご紹介しますね。



簡単マスクを作りましょう！

少しだけ
縫います。



縫うのが苦手な人には縫わずに作れる簡単マスクでしょう。試しにハンカチで作りました。

① ハンカチと輪ゴムまたは
ヘアゴムを用意



② ハンカチを半分に折る



③ さらに半分に折る



④ 幅3等分(適当)の位置に
左右からゴムを通す



⑤ 両端を折って完成！これは口側です。



肌には優しいです。
息苦しくないので
いいですね。



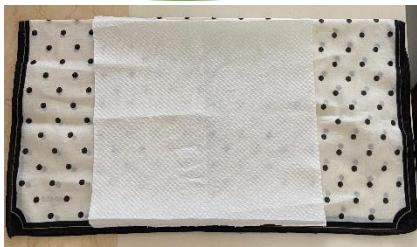
これでは少し不安という場合は、フィルター機能？として、キッチンペーパーや不織布をいれるのはどうでしょうか？不織布は三角コーナー用不織布水切り袋で代用してみます。

上の①番は省略。②番の状態で…

②の1. 不織布水切り袋



②の2. キッチンペーパー



②の3. 不織布水切り袋
+ キッチンペーパー



③ さらに半分に折る



⑤ 両端を折って完成！
これは口側です。



④ 幅3等分(適当)の位置に
左右からゴムを通す



口側にガーゼを入れると安心かも



どうしてもマスクがなくて必要な場合（緊急時）の対処としてのものです。簡易マスクは感染症を防ぐ効果はありません。あくまでも「せきエチケットの補助」です。