

ハンカチを使った簡易マスクの作り方

※このマスクはあくまで簡易用です。市販のマスクと同等の効果は得られません。

【準備するもの】

- ハンカチ
- ゴム 2本
(髪留めゴムなど、なければ輪ゴム)



【作り方】

1. ハンカチを二つ折りにします。



2. ハンカチをさらに折って、
四つ折りにし、ゴムを左右から
通します。



3. ハンカチの左右から三つ折り
にして完成です。

