

キッチンペーパーマスクの作り方

用意するもの

- ・キッチンペーパー 1枚
- ・輪ゴム 2個
- ・ホッチキス

作り方



①キッチンペーパーを切れ目に沿って破り、幅1.5cmでじゃばら折りにする。



②キッチンペーパーの両端に輪ゴムを当てて、ホッチキスで止めます。



③折ったキッチンペーパーを広げ、両端の輪ゴムを耳にかける。
※人によって顔の大きさが違うので、輪ゴムを止める位置で調整します

完成



この手作りマスクには感染予防の効果ではなく、あくまでも自分の咳やくしゃみが飛散するのを防ぐ、
咳エチケットの補助で使ってください。

作り方手順参考：警視庁災害対策課
問い合わせ先：姫路市保健所健康課
電話：079-289-1697

ハンカチマスクの作り方

用意するもの

- ・ハンカチ 1枚
- ・輪ゴム 2個

作り方



①ハンカチを広げ、半分に二回折り、横に三つ折りにします。



②輪ゴムで輪っかを作ります。



③輪ゴムにハンカチを通します。

完成



この手作りマスクには感染予防の効果ではなく、あくまでも自分の咳やくしゃみが飛散するのを防ぐ、**咳エチケット**の補助で使ってください。

作り方手順参考：YouTube sunshine channel
問い合わせ先：姫路市保健所健康課
電話：079-289-1697