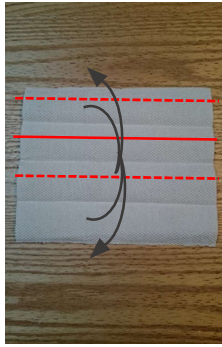
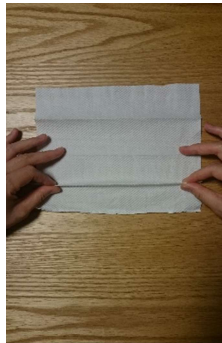


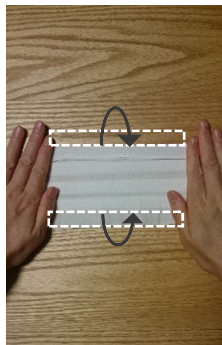
耳が痛くならないキッチンペーパーマスク



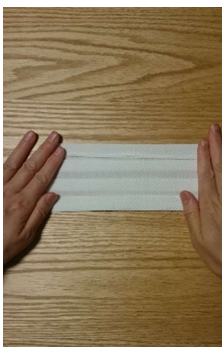
1
キッチンペーパーのまんなか
に折り目をつけます。
折り目に合わせて上下を折り
折り目をつけてひろげます。



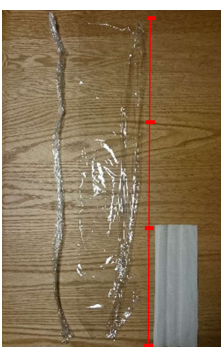
2
うらがえします。
折り目を1cmつまんで
手前に向けてたおします。
3つの折り目すべてつまんで
たおしたら折り目をつけます。



3
うらがえします。
かおの大きさに合わせて上下
を折ります。



4
上下を折りおわったら
折り目をつけます。
3本のプリーツが上になるよう
におきます。



5
キッチンペーパーの3倍の長さ
のひもを2本よういします。
※写真では、サランラップで
ひもを作っています。耳や肌にあ
たって不快感のないひもを
使用してください。



6
ひもをキッチンペーパーの
はしにのせて、はしから3つ折
りにします。
3つ折りにしたところをテープ
で止めます。



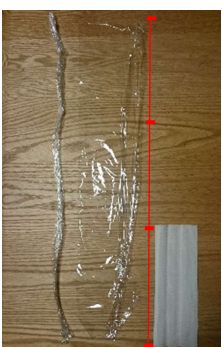
7
はんたいのひももはしにのせ
3つ折りにしてテープで止めま
す。



8
下に出ているひものはしを
わにしてテープでとめます。
※テープが苦手な方は
結んでもいいです。



9
上のひもの先を下のわに
とおします。
できたわを耳にかけ、ひもを
ひいてサイズ調整します。



10
あたまのうしろでひ
もをむすび
かんせい

材料

キッチンペーパー1枚
紐 2本 テープ 適宜

耳が痛くならない
キッチンペーパーマスク

