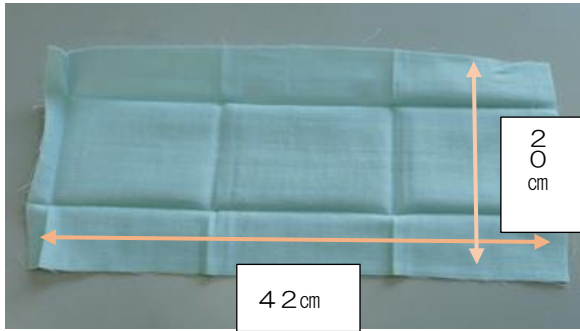
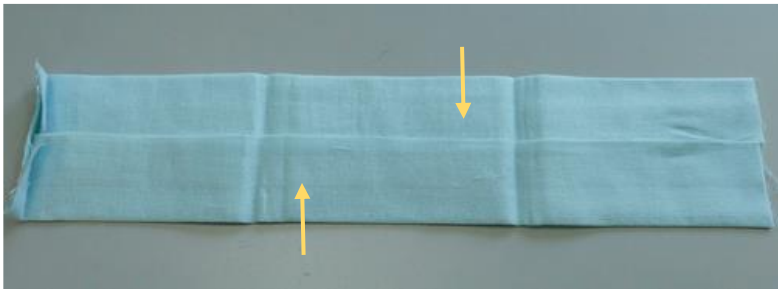


①ガーゼ生地をカットします（縦 20 cm・横 42 cm）



②中心に向かって折ります

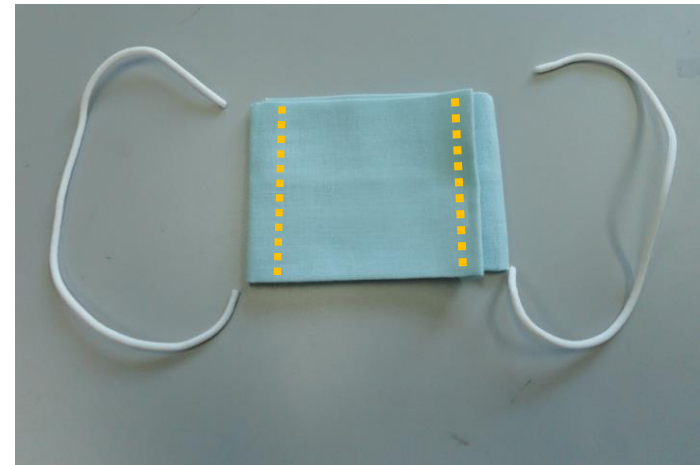


③横に三つ折りにします



ポイント！
赤丸の端を折っておくと仕
上がりがきれいです。

④両端を縫います



⑤ゴムを通して長さを調整したら完成



作成 人吉市保健センター 母子保健係