

# エプロンの作成



## ① 準備をします

型紙なしでも作れます

《準備するもの》  
45ℓ ゴミ袋 1枚  
ハサミ 定規 油性マジック

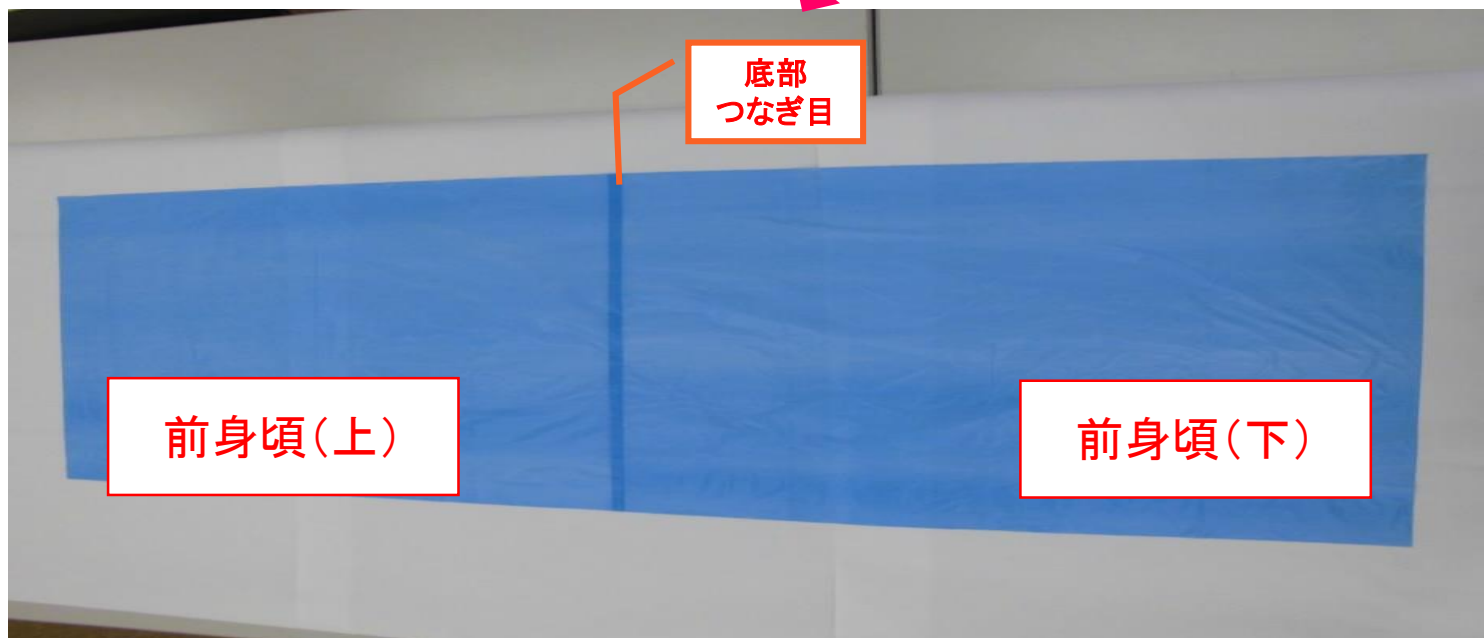


両端の部分をきります

## ② エプロン本体をつくります



底部つなぎ目を中心に開いて、  
エプロン本体を作ります。



### ③エプロンの長さを調整します



底部つなぎ目のヒダは自分側(内側)に向くようにします

身長にあわせて、全体の長さを調整します。

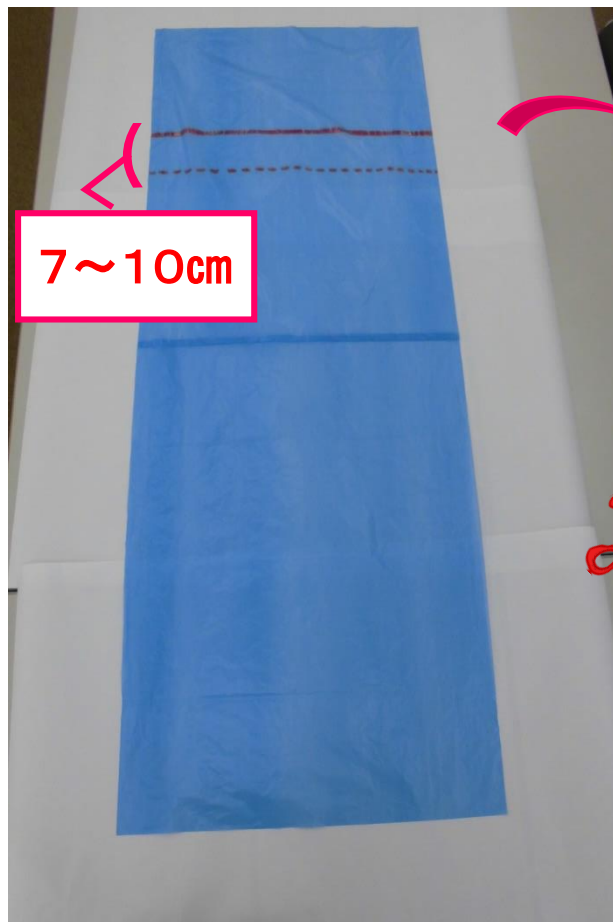


前身頃(上)を自分側(内側)に折り込み、長さを調整します。

#### ④本体の長さを整えます

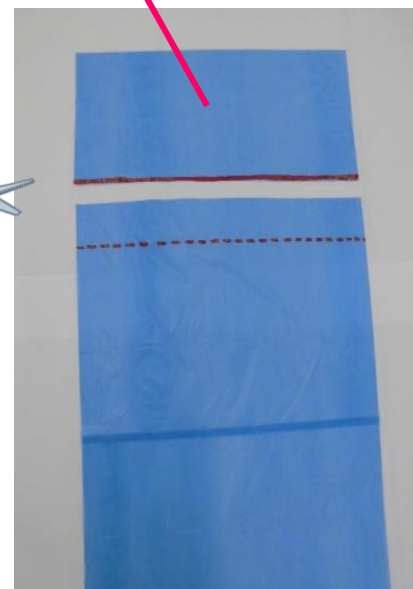


点線部分が、肩の高さ  
(首を通す部分)になります



点線部分から約7~10cm  
上の部分を切り離します

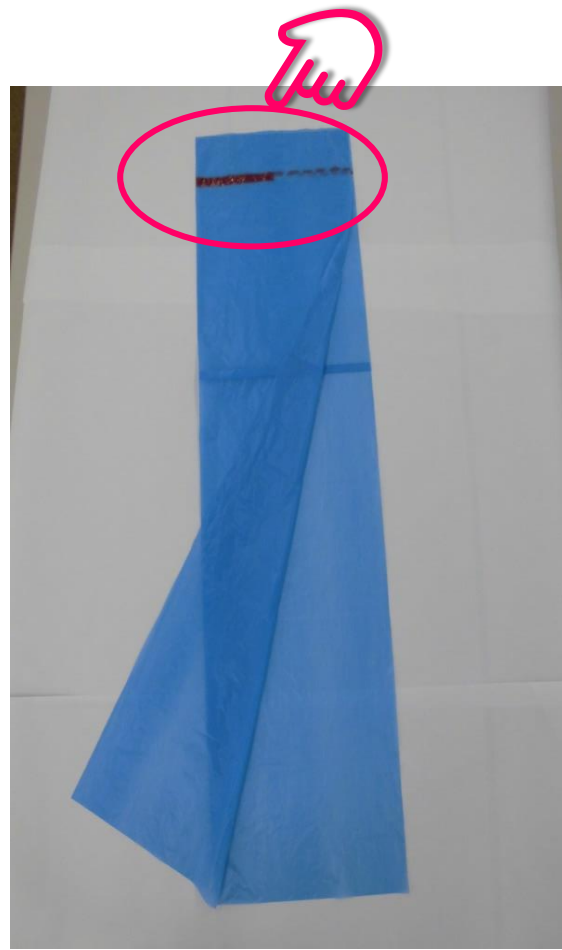
今回、この部分  
は使いません



## ⑤ー1 襟ぐりを作ります



本体を縦半分に折ります。



点線部分に首を通すための  
切込みを入れます  
(次のページ)



## ⑤ー2 襟ぐりを作ります



半分に折って輪になっている側から約15センチの  
切り込みを入れ、襟ぐりをつくります。  
➤ 襟ぐりは、頭部の大きさに合わせて  
切り込む長さを調整してください。

## ⑥エプロンの腰ひもを作ります

6～7cm



身頃上部の端から約6～7cmの部分に  
切り込みをいれ、腰ひもをつくります。

半分に折って重ねて  
2枚ともつなぎ目あたりまで切ります。



## ⑦エプロンの完成です



最後にワンポイント



首の後ろ、中心あたりに4～5cmの切込みを入れておくと脱衣がしやすいです  
➤ゴミ袋の厚さ等によりのびる力に強い材質があります。切込みを入れておくことで脱衣の時に首の後ろを引きちぎりやすいです

## 【ゴミ袋について】

### 1. ゴミ袋のタイプ

- かさかさタイプ：引っ張りに強く伸びにくい。

【材質】高密度ポリエチレン=外観は半透明で「カサカサ」とした素材。

- つるつるタイプ：突き刺しに強く、なめらか。透明度が高く、しわになりにくい。
- 色付きタイプ：材質は「つるつるタイプ」。

【材質】低密度ポリエチレン=手触りがやわらかく「ツルツル」とした素材。

(参考:たのめーる、フォレストウェイ、モノタロウ商品紹介より)

### 2. 厚さ

- ゴミ袋の厚さは様々です。

### 3. 感想

今回のエプロンは、色付きタイプ、厚さ0.014mmで作成しました。

他にも「つるつるタイプ」「かさかさタイプ」、

厚さ0.020mm、0.023mm、0.025mmで試作しました。

「かさかさタイプ」は、着用して動作するときのカサカサ音が気になります。

「つるつるタイプ」のほうが、体の動きにフィットする感じがします。

#### 【作成に関する参考資料】

エプロン作成にあたり、halproject(画像)、ル・アンジェ(動画)を参考にさせていただきました。ありがとうございました。



# フェイスシールドの作り方 ～硬質カードケースを使用～



安価な材料費で簡単に作成でき、訪問活動時に使用しやすく消毒もしやすい、フェイスシールドを試作してみました。

今回は、その中から、ヘッドバンドが内側にあり、額部分を直接固定できるタイプをご紹介します。

『独立行政法人 労働政策研究・研修機構』20200420掲載「新型コロナウイルス感染症対策 簡易型フェイスシールドの設計図の公開と作り方」(AMABIE Face Shield)を参考にしました。

#### 【感想】

シールド面が硬く変形しにくいので、安定性と透明性は保たれます。

ヘッドバンドが、皮膚に直接接触し、額とシールドの間に空間ができないため、眼鏡をかけている場合等、前方に浮きやすくなります。



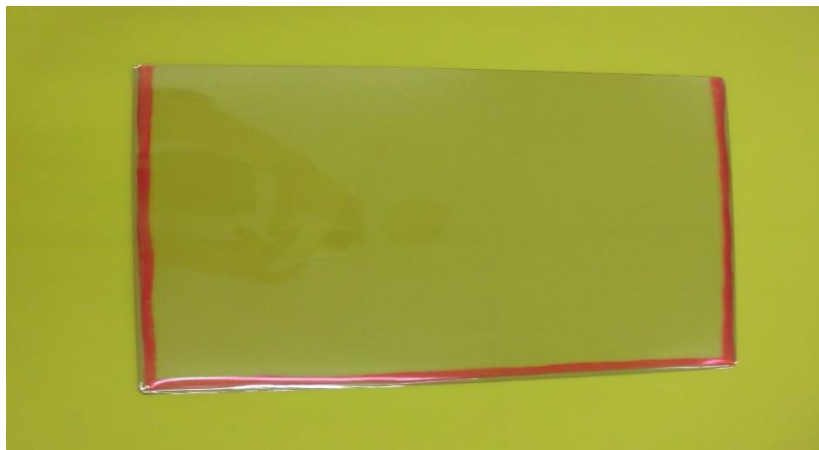


《準備するもの》

B4硬質カードケース 1枚  
平ゴム 幅1cm 45～50cm  
ハサミ 定規 油性マジック  
穴あけパンチ

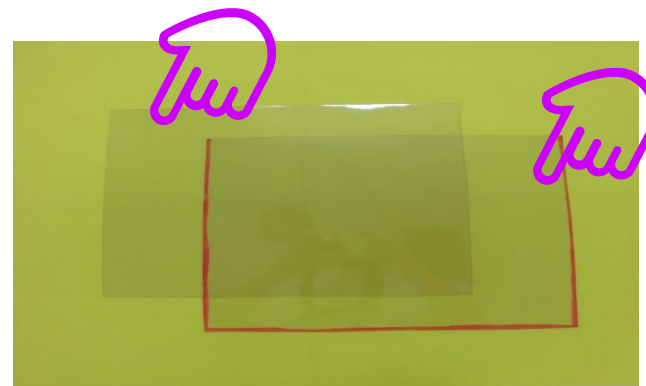
カードケース1枚で2つのフェイス  
シールドを作成することができます

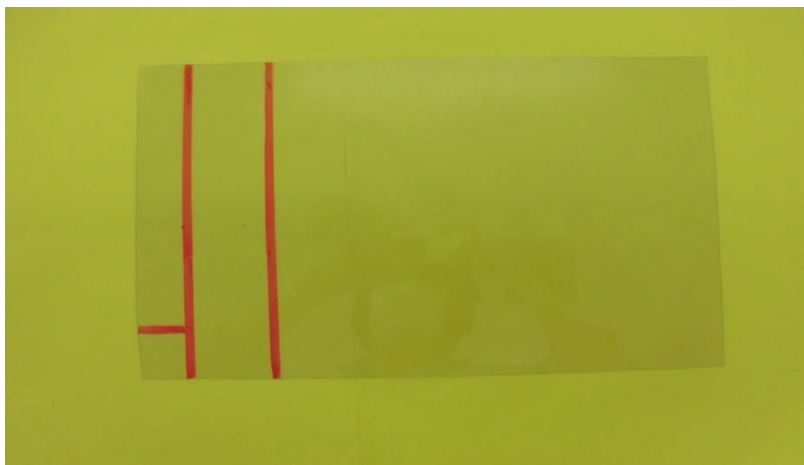




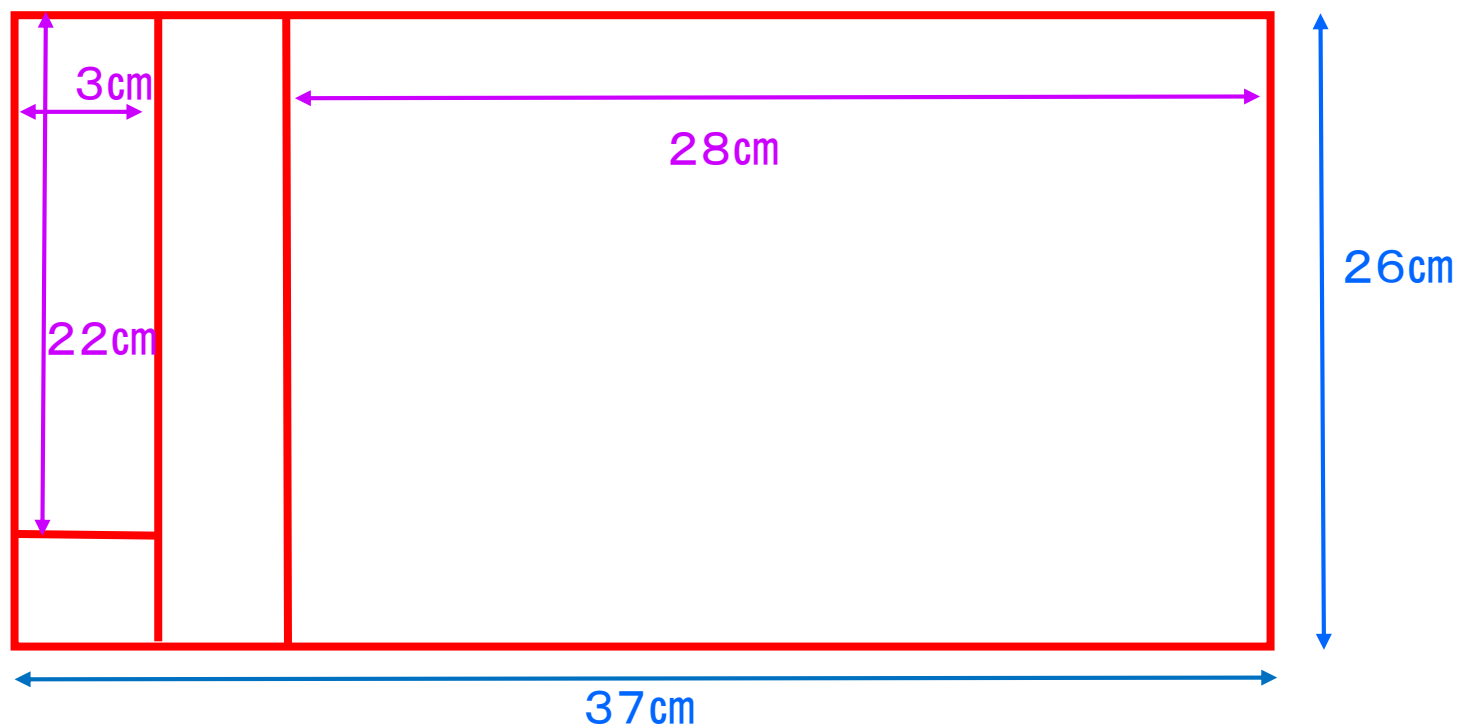
①カードケースの端(赤線部分)を  
切り取ります。  
硬質カードケースは硬いので  
気をつけて切ってください。

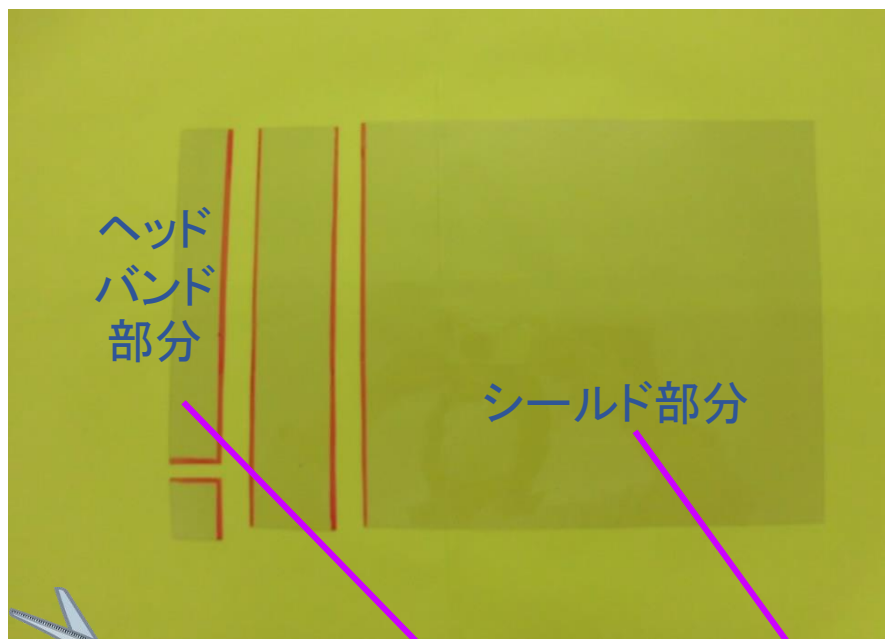
2枚取れますので、1枚を使用します



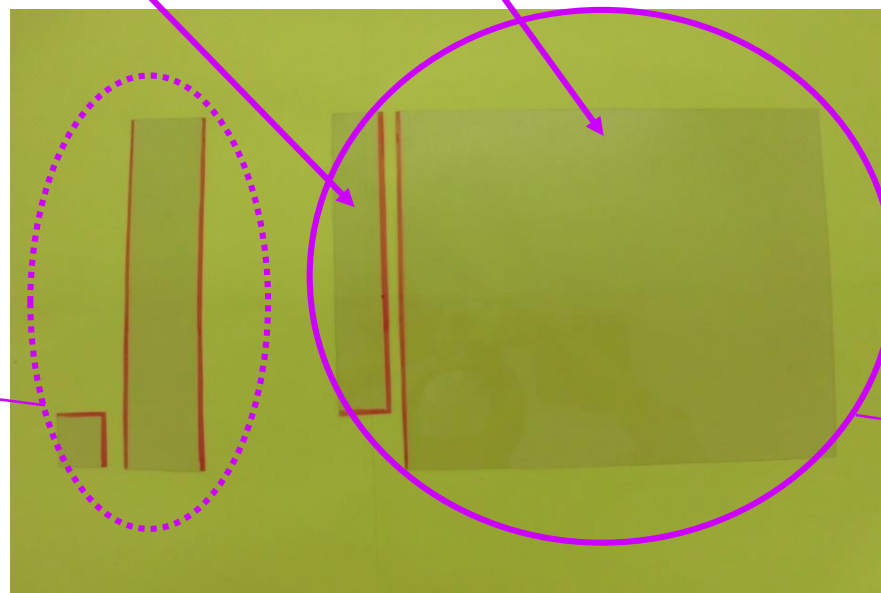


②シールドとヘッドバンド部分を作るために長さを計り線を引きます。横幅は、カードケースの長さをそのまま利用しました。縦幅は、顔全体をおおえるように28cmくらいにしました。





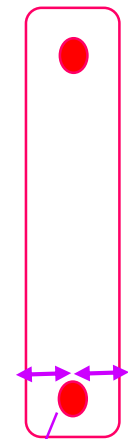
③カードケースを赤線のように切り離し、  
シールドとヘッドバンド部分を作ります。



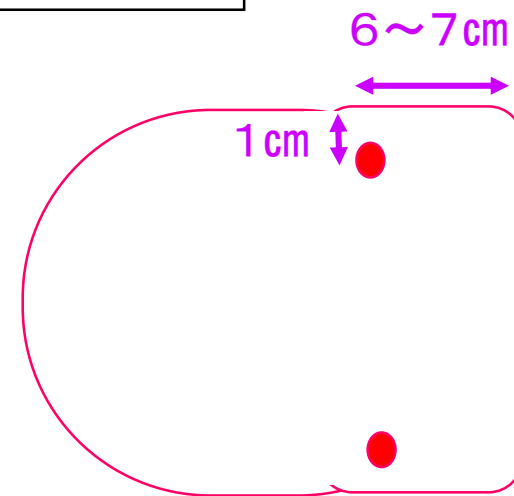
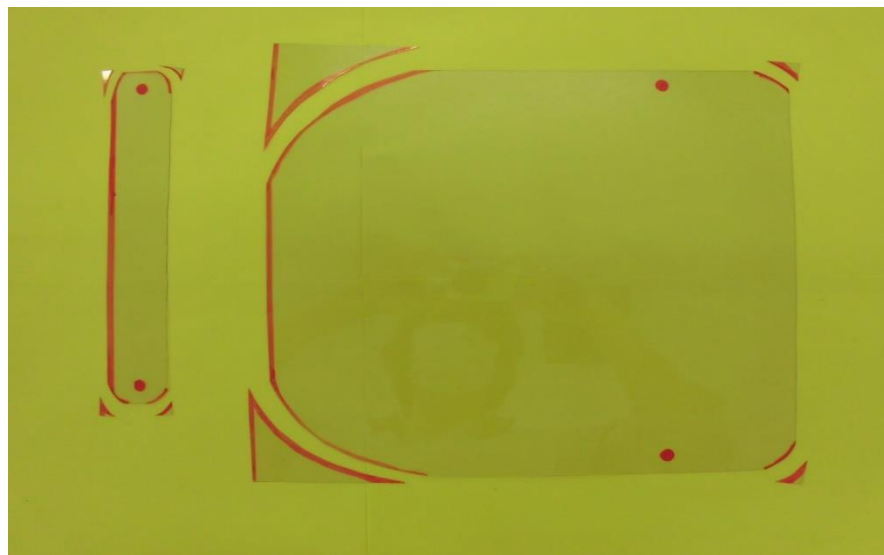
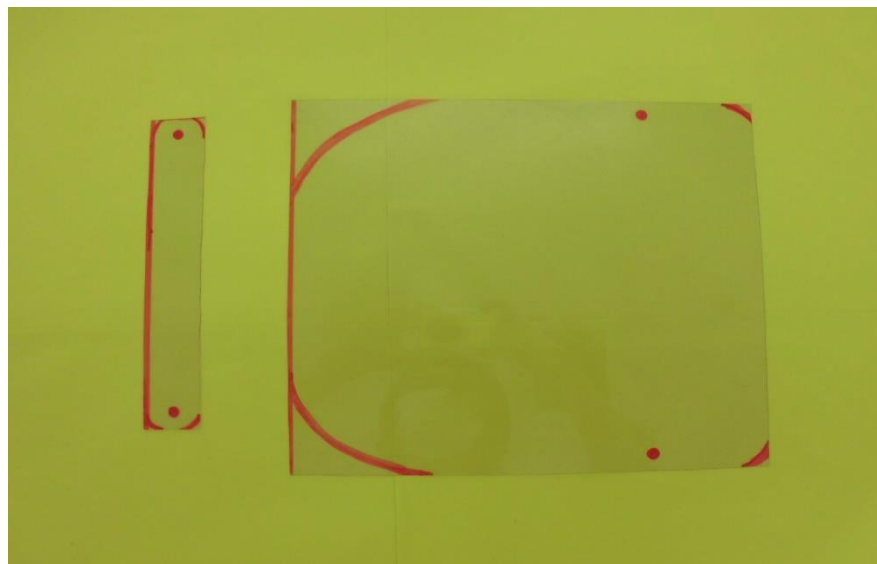
こちらの  
パーツは  
使用しません

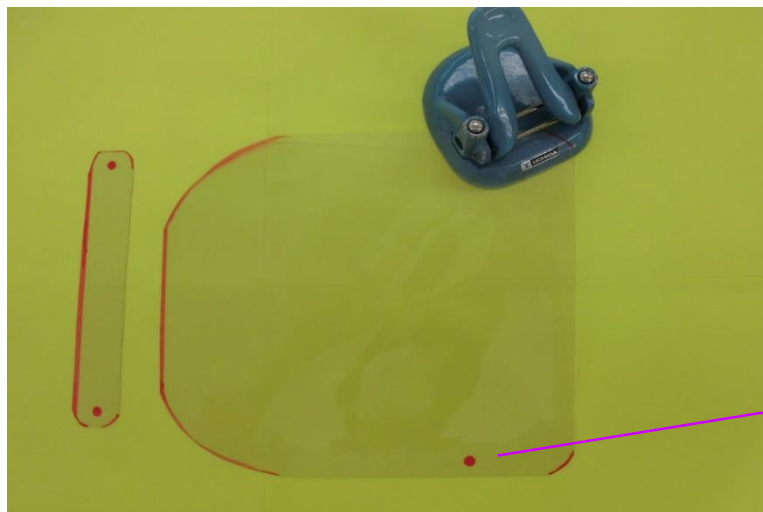
この2つのパーツ  
を使用します

④角を丸く切ります。ゴムひもを通す穴の位置を決めます



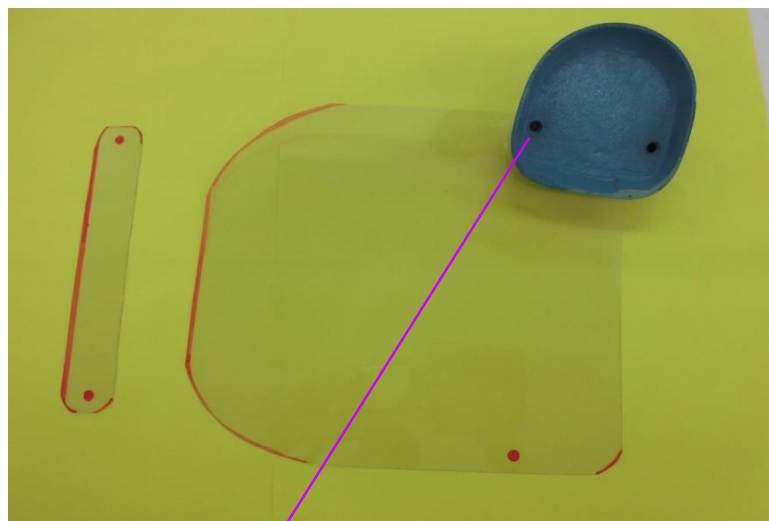
縦の中央



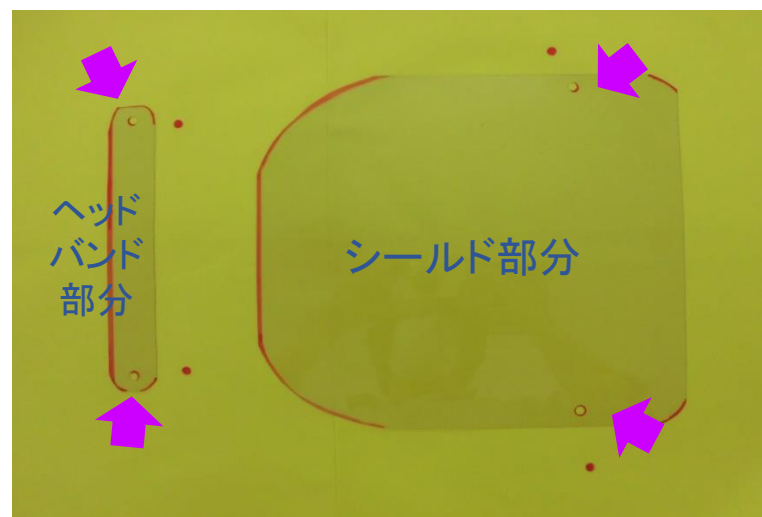
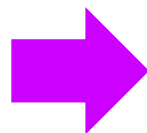


⑤パンチで4カ所、穴をあけます

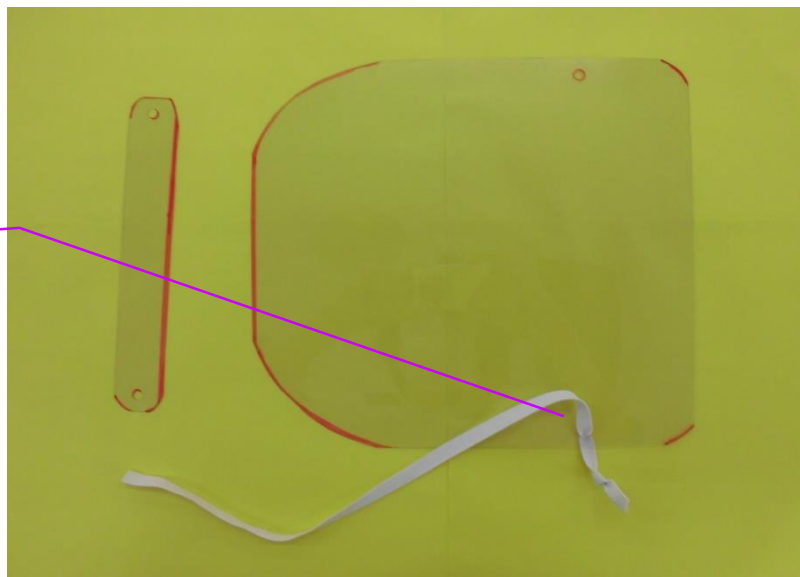
穴をあける部分は、丸く色を塗って、位置を確認しやすいようにします。



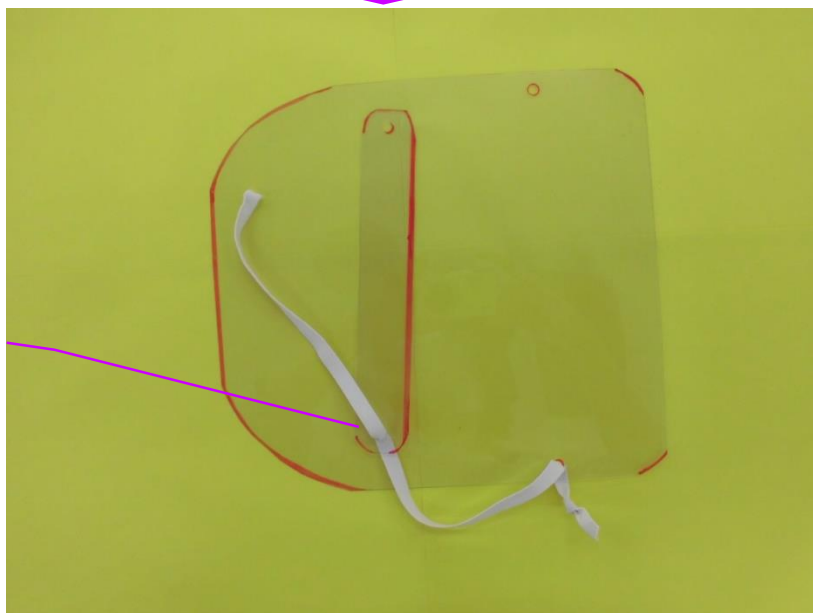
下からみて、パンチの穴と  
するしが重なった部分を合  
わせ、穴をあけます



平ゴムを結び止め、  
シールドの  
表面から内  
側へゴム紐  
を通します。



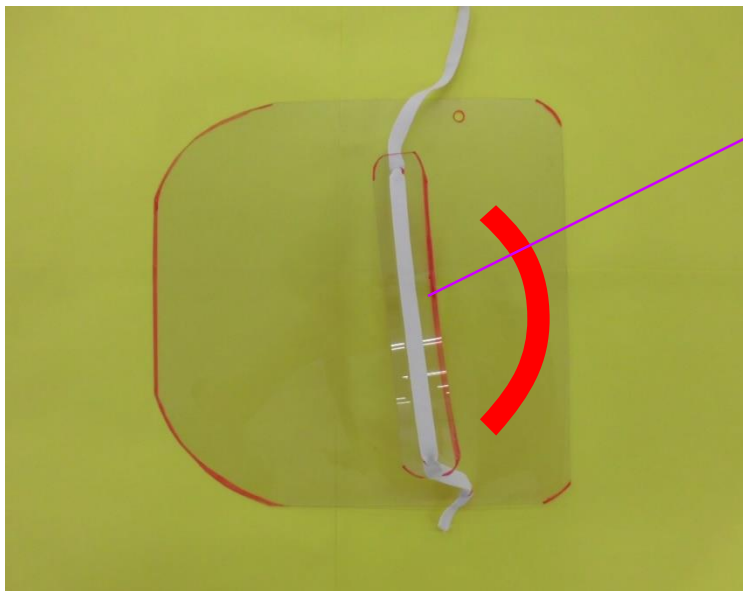
ヘッドバンド  
部分にゴム  
をとおします



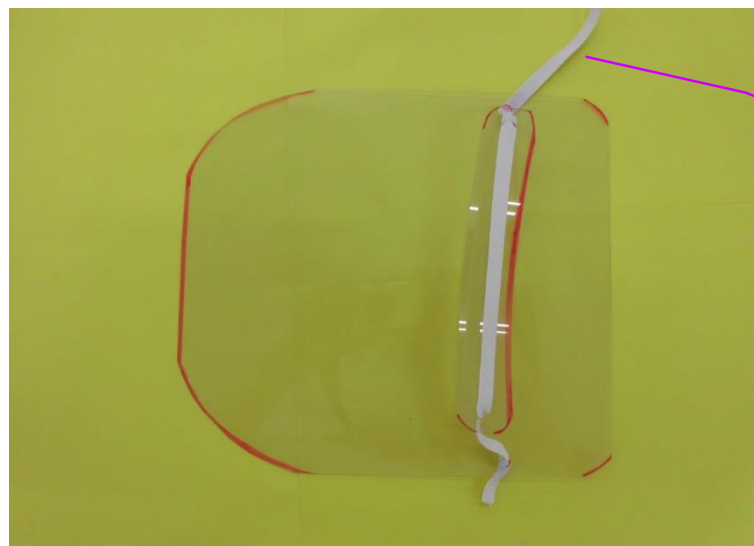
⑥穴に平ゴムを通します。  
ヘッドバンドは、額の位置  
(シールドの内側)になります。

シールド  
→ヘッドバンド  
→シールド  
の順にゴムを通します。

頭の大きさによって  
平ゴムを調整できるように、  
片方は片蝶結びにします。



ヘッドバンド部分は  
ゴムをとおすと  
図のようにカーブを  
描きます



片方は片蝶結び  
にします

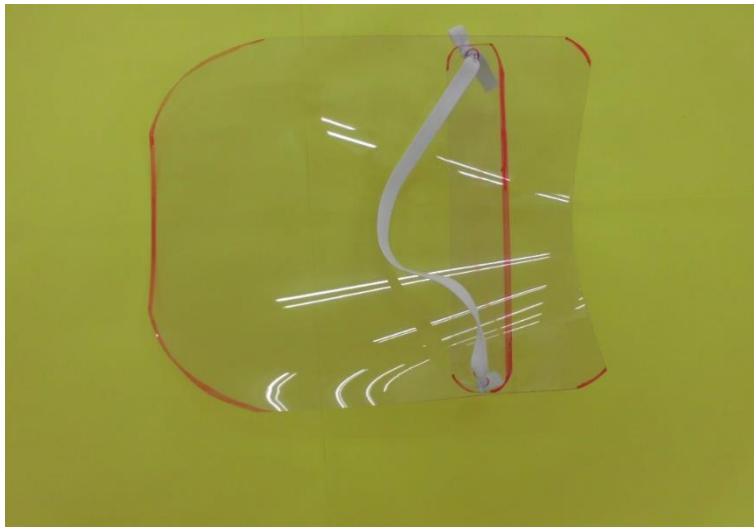


⑦ 完成です

おもて



うら



装着した様子です



### 【参考資料】

作成にあたり、下記資料を参考にさせていただきました。

- ・『独立行政法人 労働政策研究・研修機構』20200420掲載  
「新型コロナウイルス感染症対策 簡易型フェイスシールドの設計図の公開と作り方」(AMABIE Face Shield)
- ・大阪大学 安全衛生管理部Version.1,0 20200417
- ・医療法人社団 青燈会 小豆畑病院

ありがとうございました。



# フェイスシールドの作り方 ～ソフトカードケースを使用～



安価な材料費で簡単に作成でき、訪問活動時に使用しやすく消毒もしやすい、フェイスシールドを試作してみました。

今回は、その中から、ヘッドバンドが内側にあり、額部分を直接固定できるタイプをご紹介します。

『独立行政法人 労働政策研究・研修機構』20200420掲載「新型コロナウイルス感染症対策 簡易型フェイスシールドの設計図の公開と作り方」(AMABIE Face Shield)を参考にしました。

#### 【感想】

素材が柔らかいため、シールド面が顔に密着するように変形します。眼鏡をかけていても顔にそいやすくなります。

硬質カードケースタイプより透明性が落ちます。軽く折り曲げることもできるので、持ち運びが便利です。

#### 硬質とソフトの比較

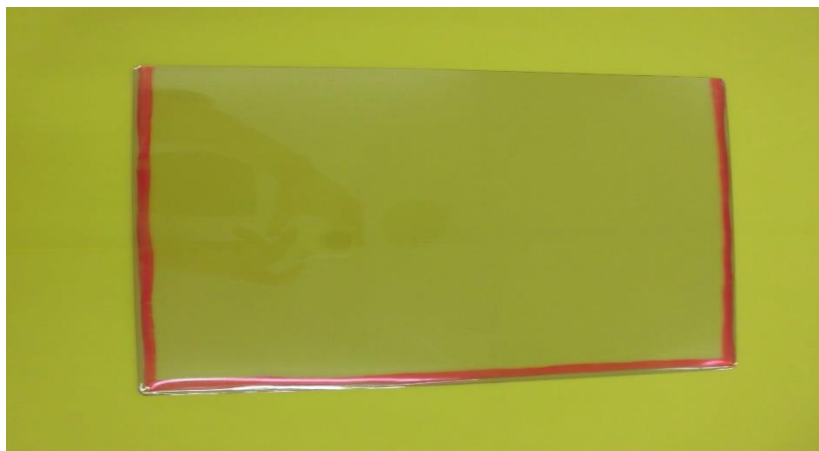




《準備するもの》

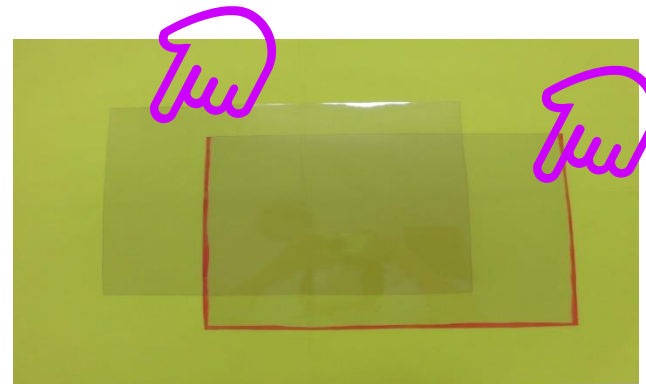
B4ソフトカードケース 1枚  
平ゴム 幅1cm 45～50cm  
ハサミ 定規 油性マジック  
両面テープ 穴あけパンチ

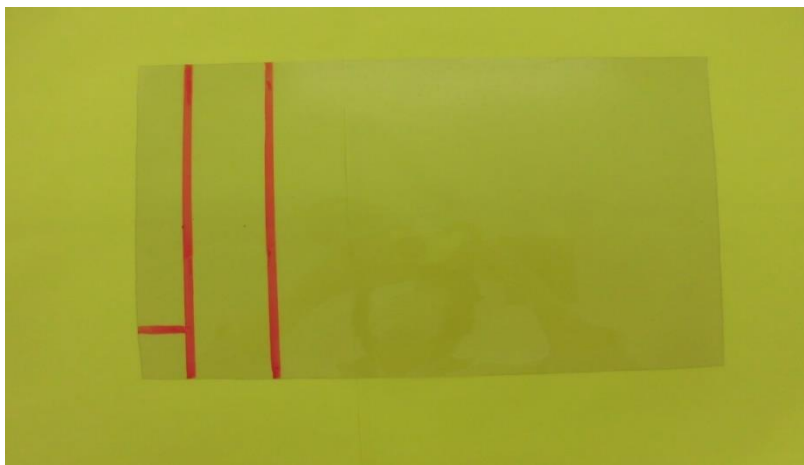
カードケース1枚で2つのフェイス  
シールドを作成することができます



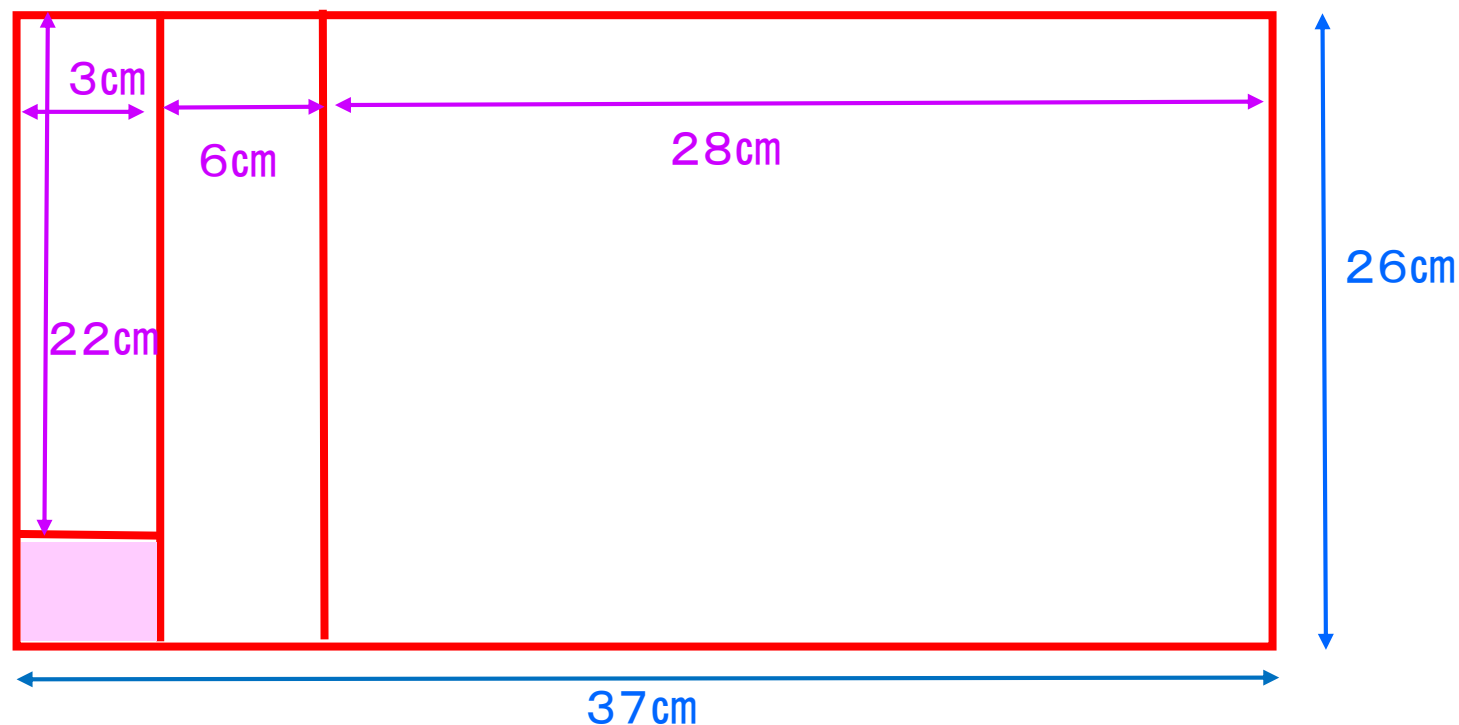
①カードケースの端(赤線部分)を  
切り取ります。  
ソフトカードケースは柔らかいですが、  
気をつけて切ってください。

2枚取れますので、1枚を使用します

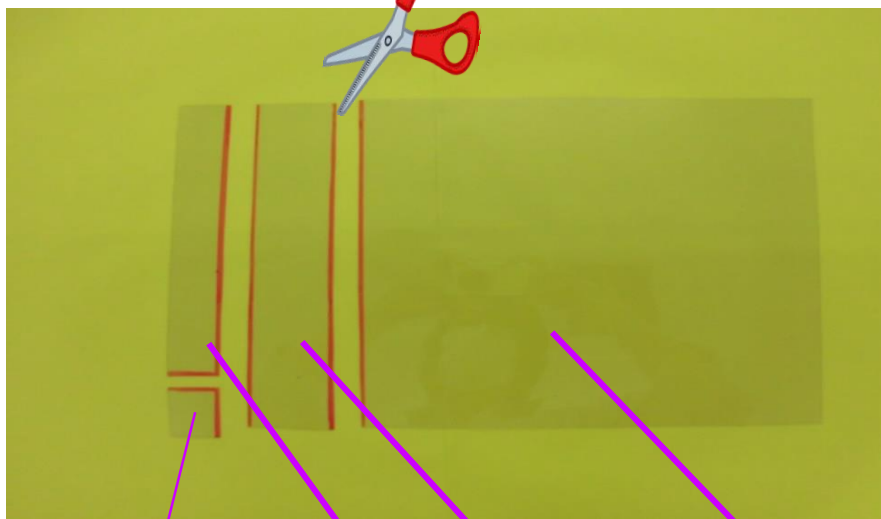




②シールドとヘッドバンド部分を作るために長さを計り線を引きます。  
横幅は、カードケースの長さをそのまま利用しました。  
縦幅は、顔全体をおおえるように28cmくらいにしました。

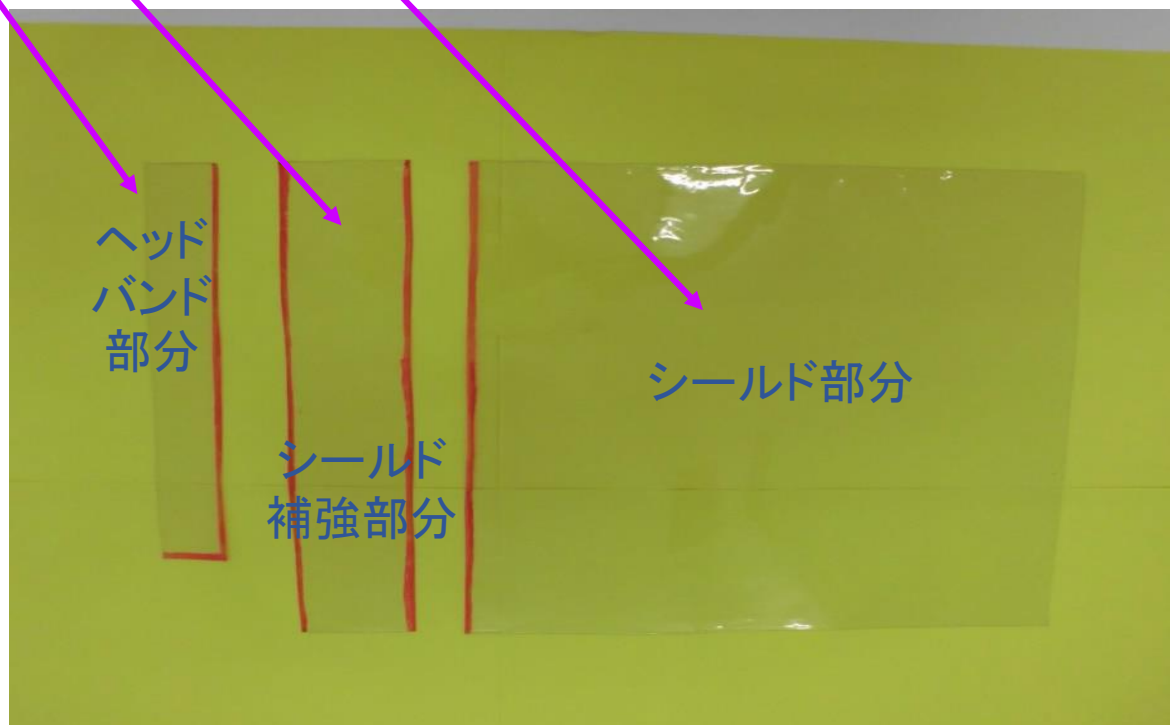


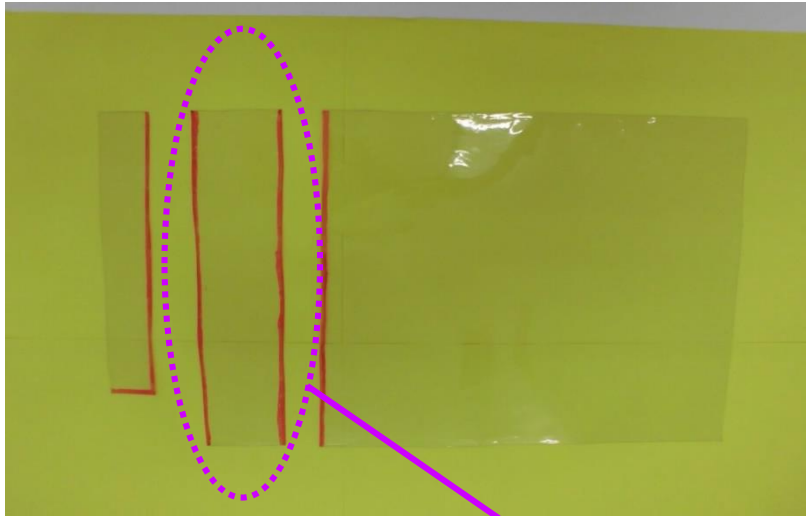




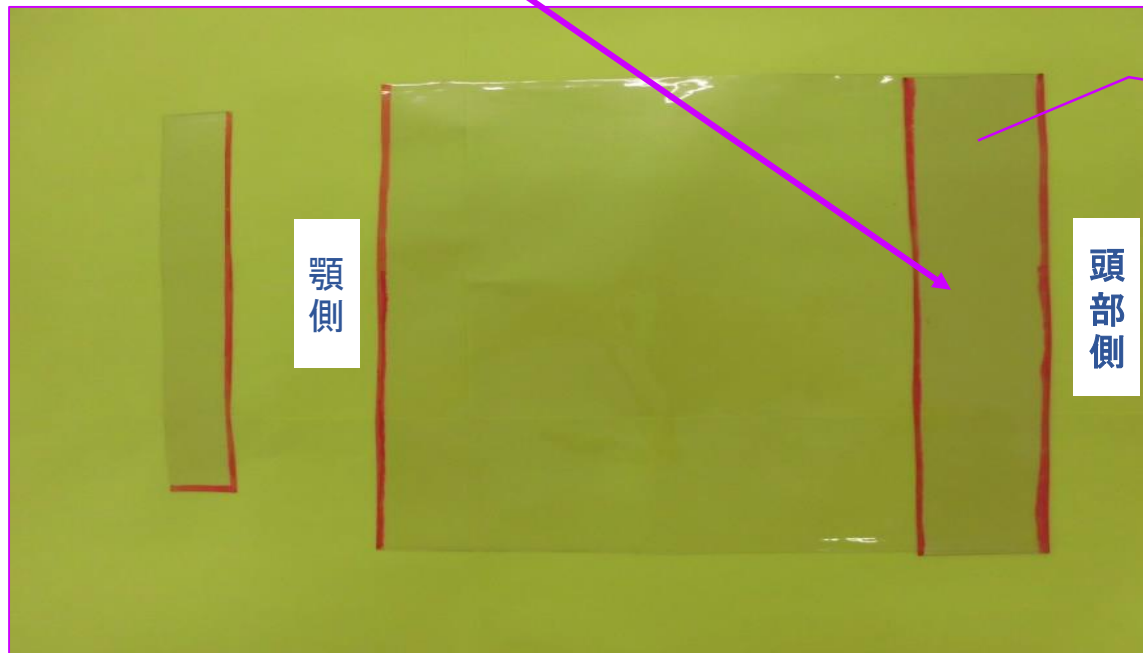
③カードケースを赤線にそって切り離し、  
シールド部分、シールド補強部分、  
ヘッドバンド部分を作ります。

こちらの  
パーツは  
使用しません



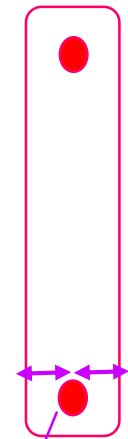


④シールド補強部分をシールドの  
頭部側合わせて両面テープで張り  
合わせます。  
補強部分は内側(顔側)になります。

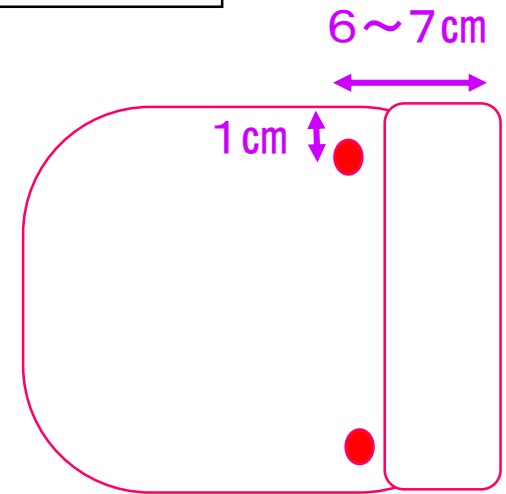
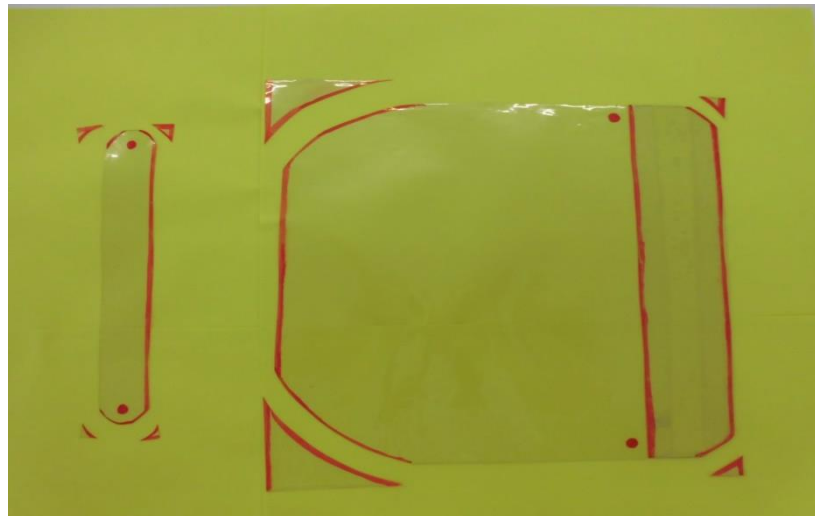
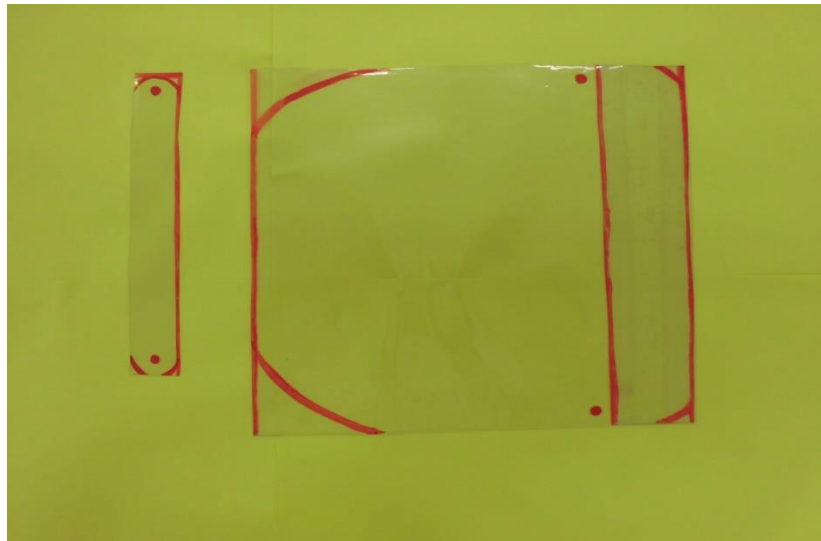


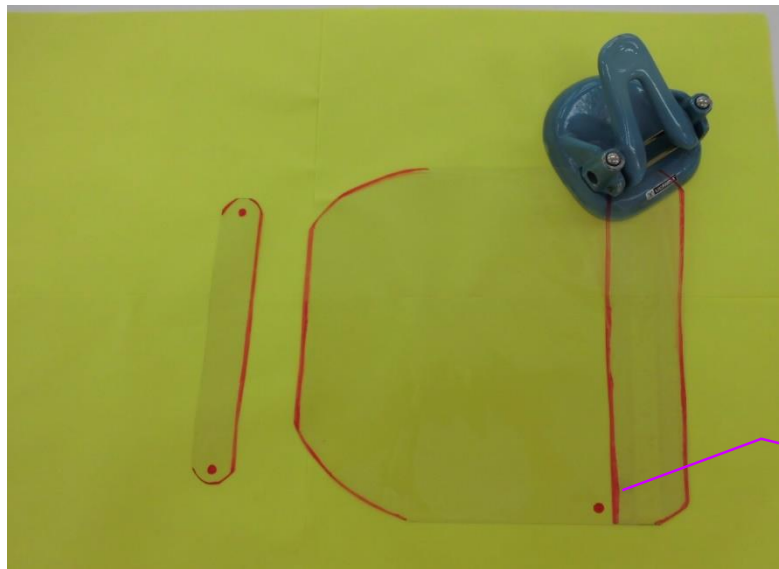
二重にすること  
で頭部側の硬さ  
を確保します。

⑤角を丸く切ります。ゴムひもを通す穴の位置を決めます。



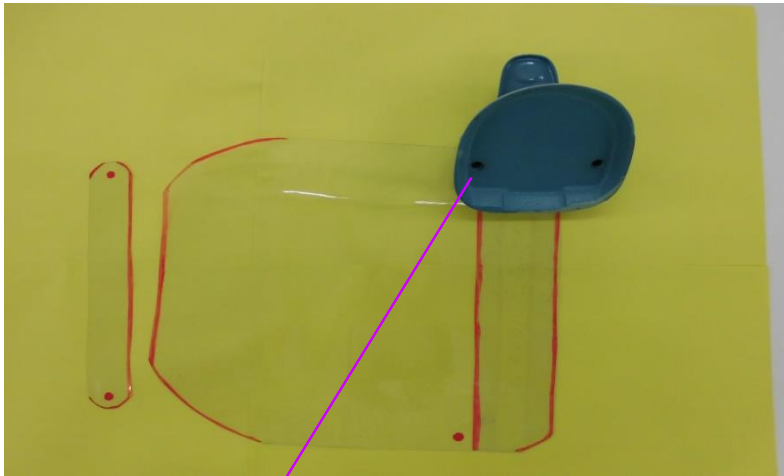
縦の中央





⑥パンチで4カ所、穴をあけます

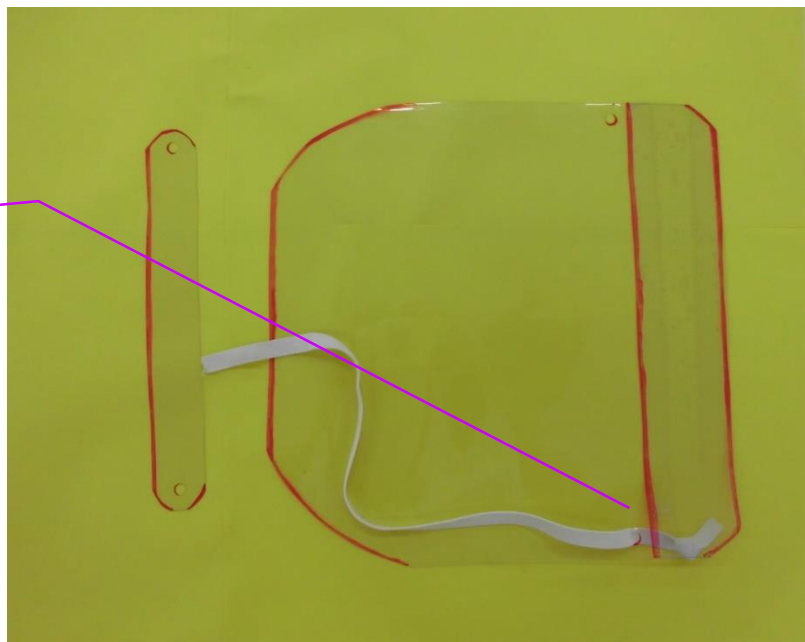
穴をあける部分は、丸く色を塗って、位置を確認しやすいようにします。



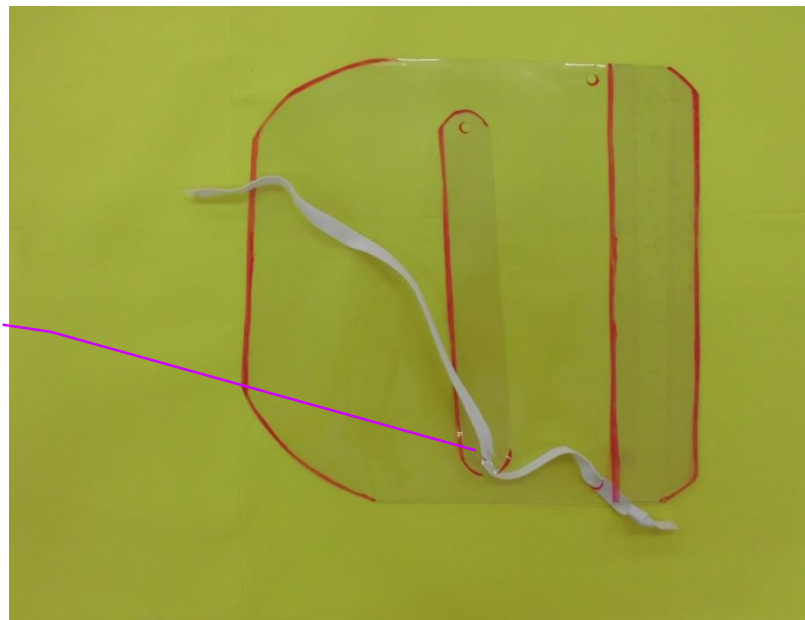
下からみて、パンチの穴と  
するしが重なった部分を合  
わせ、穴をあけます



平ゴムを結び止め、  
シールドの外側から補強した側  
(顔側)へゴムを通します。



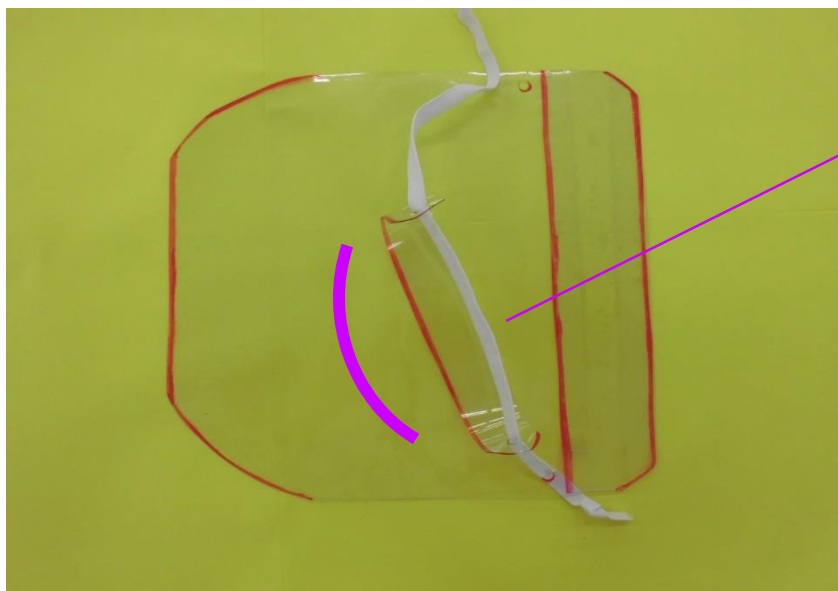
ヘッドバンド  
部分にゴム  
をとおします



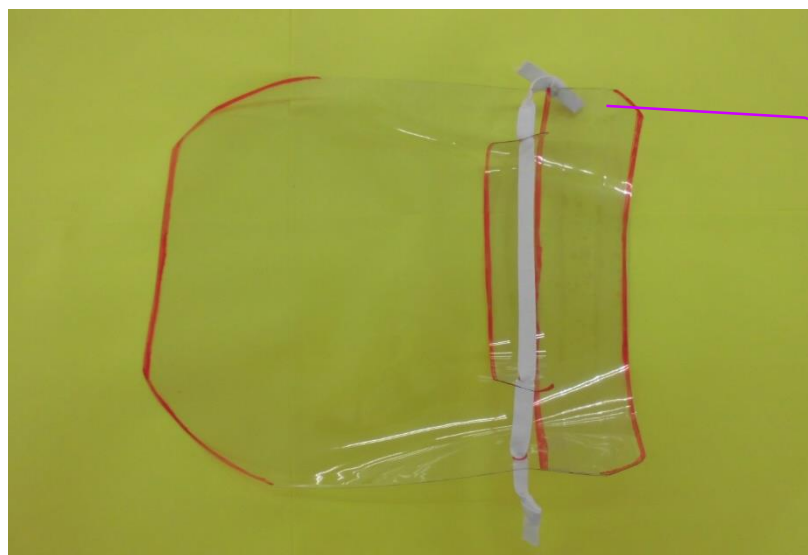
⑦穴に平ゴムを通します。  
ヘッドバンドは、額の位置  
(シールドの内側)になります。

シールド  
→ヘッドバンド  
→シールド  
の順にゴムを通します。

頭の大きさによって  
平ゴムを調整できるように、  
片方は片蝶結びにします。

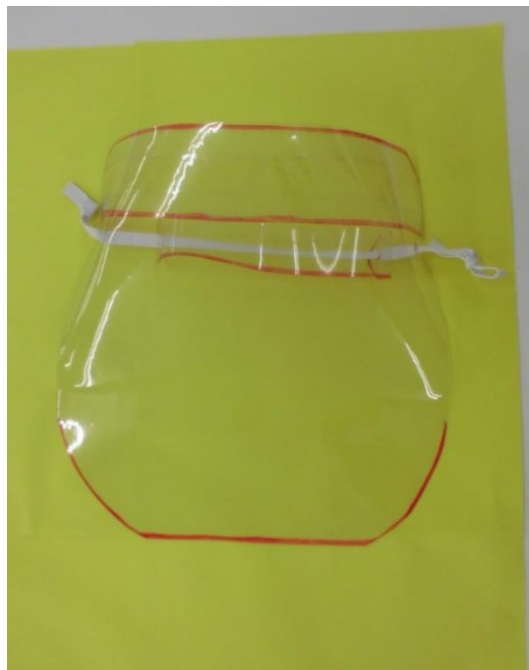


ヘッドバンド部分は  
ゴムをとおすと  
図のようにカーブを  
描きます

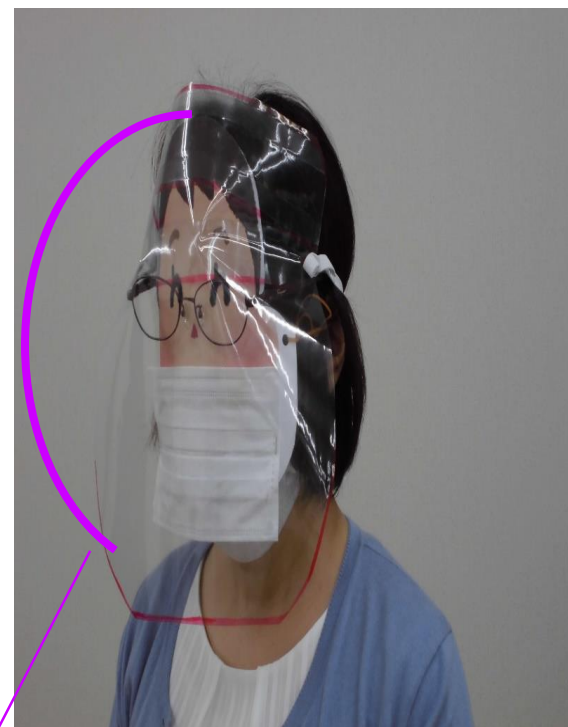


片方は片蝶結び  
にします

⑧完成です



装着した様子です



眼鏡をかけていても  
素材が柔らかいため、  
顔に密着しやすいです。

### 【参考資料】

作成にあたり、下記資料を参考にさせていただきました。

- ・『独立行政法人 労働政策研究・研修機構』20200420掲載  
「新型コロナウイルス感染症対策 簡易型フェイスシールドの設計図の公開と作り方」(AMABIE Face Shield)
- ・大阪大学 安全衛生管理部Version.1,0 20200417
- ・医療法人社団 青燈会 小豆畑病院

ありがとうございました。

