

# 介護用食事エプロンの作り方

## 材料

身頃: フェイスタオル(幅35cm長さ80cmくらい)・・・2枚

肩ひも: さらし(幅33cmくらい長さ8cm)・・・2枚

フェイスタオルは品物によって大きさが変わりますが、多少の違いは大丈夫です。  
さらし(晒)は和手ぬぐい等でも代用できます。素材は綿製品が肌触りが良く適しています。

## 手順

※縫い始めと縫い終わりはほつれ止めのため、必ず返し縫をしてください。

必要に応じてアイロンをかけ、待ち針や、しつけ縫いをすると綺麗に縫いやすくなります。

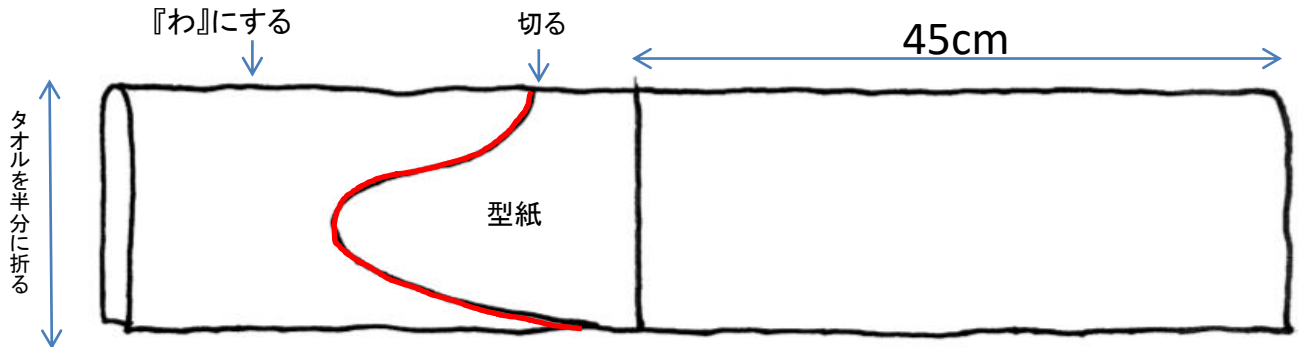
### ①型紙を作る。

エプロンの襟ぐりの型紙をダウンロードしてA4の用紙にプリントアウトします。

### ②裁断

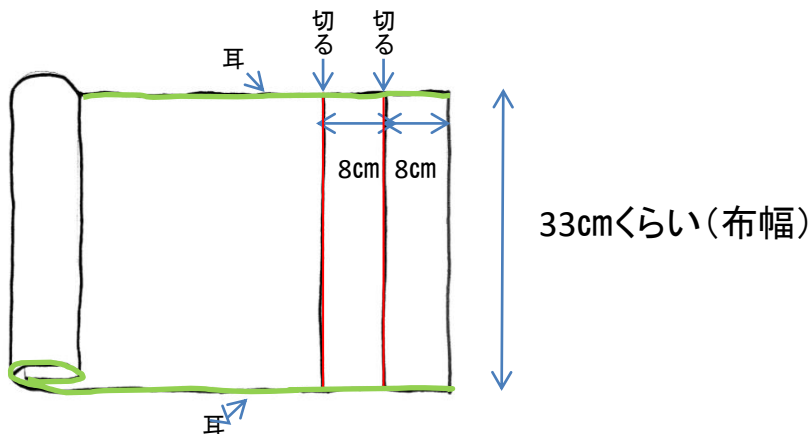
#### 1) エプロン身頃(タオル2枚)

型紙の中心線をタオルの幅中心で長さの片端から45cmの位置に合わせて待ち針で留めます。  
型紙の外側をハサミで切ります。



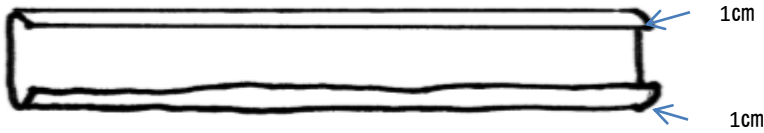
#### 2) 肩ひも

さらし(晒)の布幅を長さにして、端のほつれない部分(耳といいます)を利用します。  
8cmの幅で2本用意します。



③ひもを縫う。

1) 布の長い方(33cmくらい)の両端を1cm幅で折り、アイロンをかけます。(縫い代)

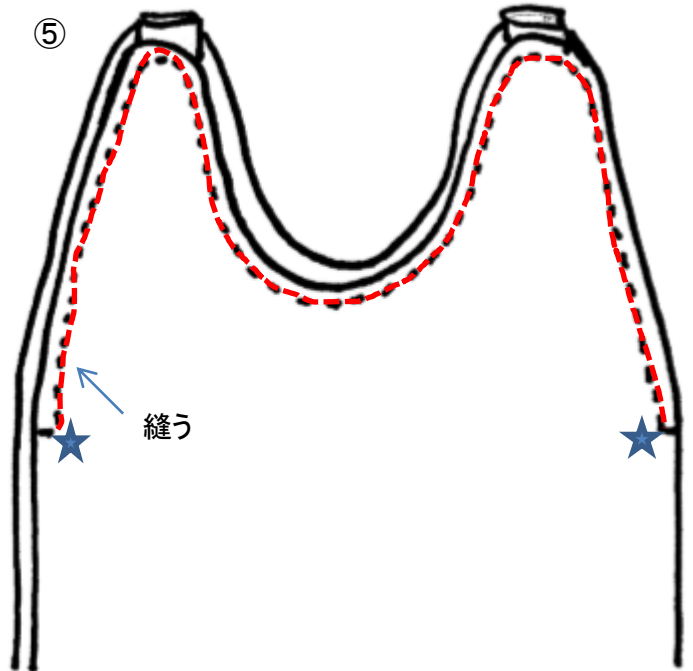
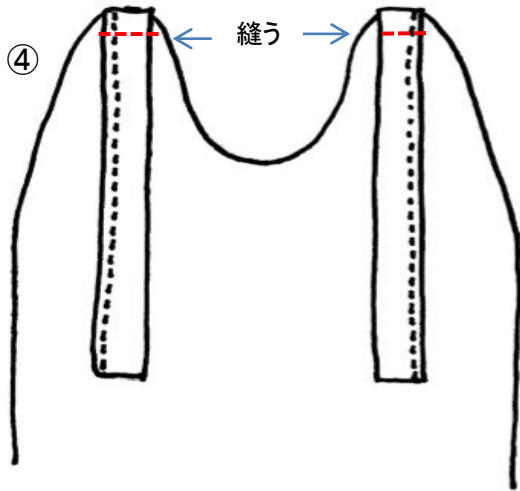


2) 折った両端を折り目を内側にして合わせて半分の幅(3cm)の細長いひも状にします。

3) 縫い代の端から3mmの位置を縫います。⇒ひもの完成



④③のひもをエプロンの身頃1枚の両肩に仮止めします。(しつけ糸や荒い針目で縫います)  
ひもは縫い目が外側に来るようにします。(肌に触れる部分が柔らかくなります)

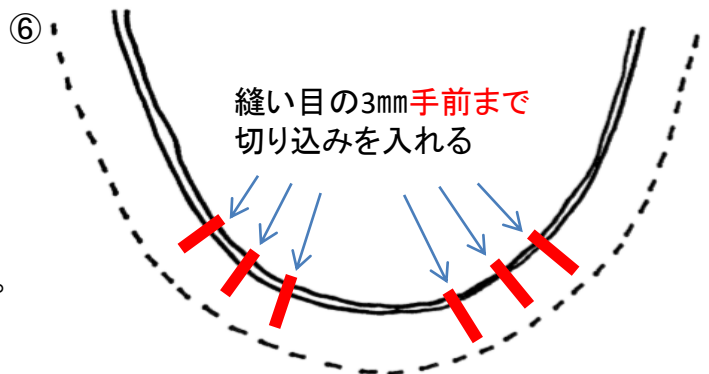


⑤④にもう一枚の身頃を重ね、  
エプロンの襟ぐり部分(型紙の星印まで)を  
端から1.0cmの位置で縫います。

⑥⑤の襟ぐり内側のカーブの部分に  
縫い代から3mm手前の位置まで切り込みを入れます。

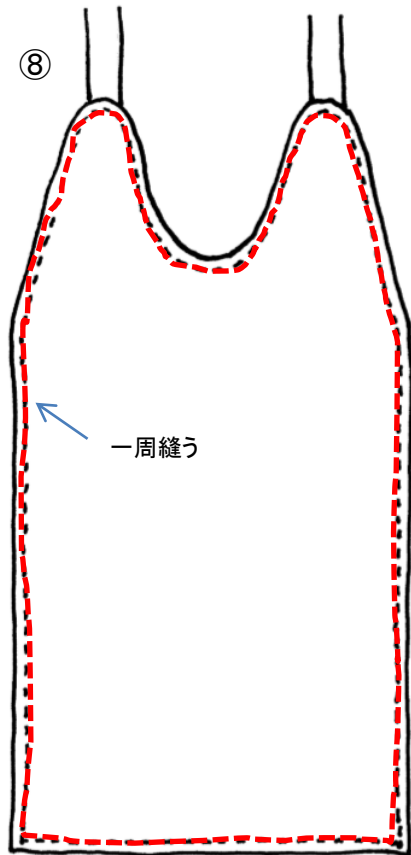
※表に返したときに縫い代がひきつるのを  
防ぎます。

※深く切り込みすぎると縫い目がほつれます。



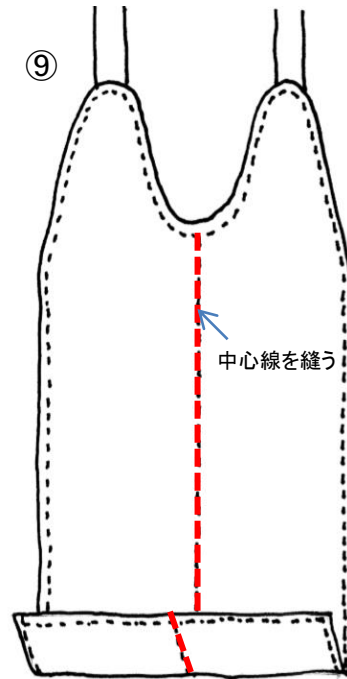
⑦⑥を表に戻します。2枚の身頃の外周をあわせ、形を整えてアイロンをかけます。

⑧外周を端から7mmの位置で一周縫います。

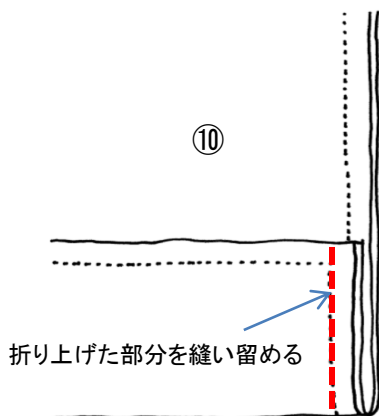


⑨身頃の中心線を襟ぐりから裾まで1本直線で縫います。

※表と裏2枚の身頃を縫い合わせる事で、使用中によじれやゆがみが出ることを防ぎます。



⑩エプロンの裾を6cmの幅で表側に織り上げます。両脇を7mmの位置で縫い留めます。食べこぼしを受けるためのポケットができました。



## エプロンの完成

