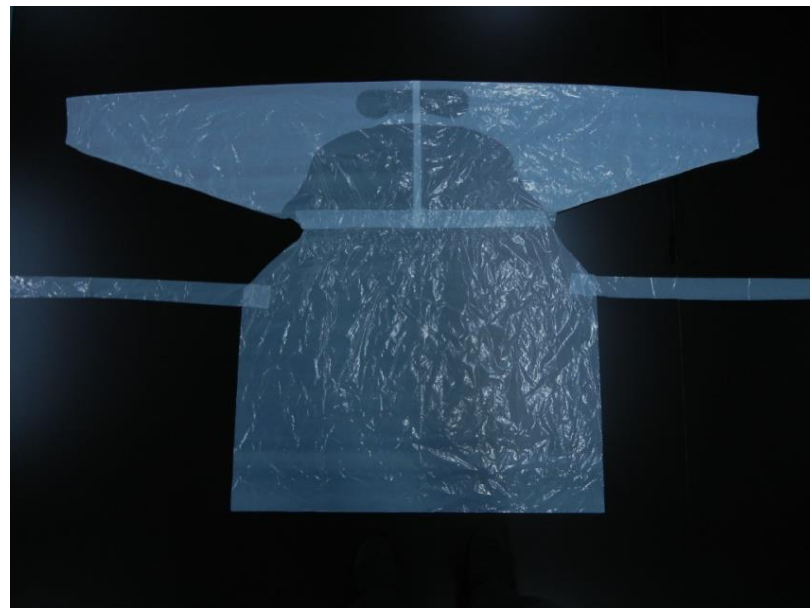


# ゴミ袋で作る簡易防護服



# 用意するもの

- ポリエチレンのゴミ袋（45ℓと70ℓサイズ、厚さは0.18mm以上のものが加工しやすい）
- ヒートシーラー（なければアイロンでも可）
- カッティングマット（ダンボール等でも可）
- 厚紙（カレンダー、模造紙等でOK）
- クッキングシート（コピー用紙でも可）
- 定規（長さ50cm以上が便利）
- 油性ペン
- カッターナイフ
- ハサミ
- テープ（養生テープなどの幅の広いもの）
- 木製クリップ（洗濯ばさみでも可）

# シーラーについて

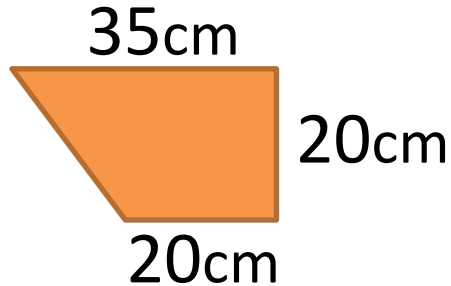
ヒートシーラーはいろいろな製品がありますが、防護服作成には写真のようにセパレート式のシーラーが、とても使い勝手がよくて、作業効率も上がります。



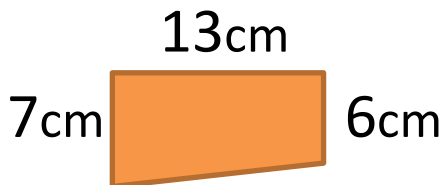
# 型紙の作成

型紙を使うと作業が、とても楽になりますので、厚紙で型紙を作成しておきます。

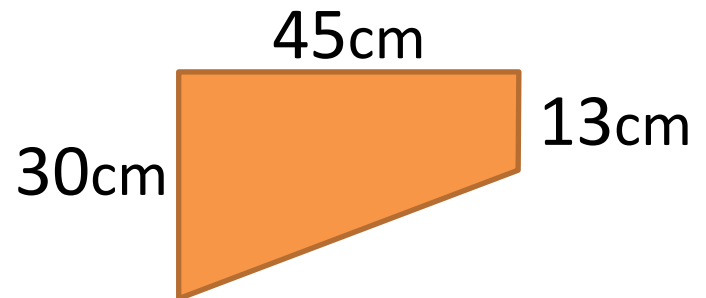
型紙① 背中用 1枚



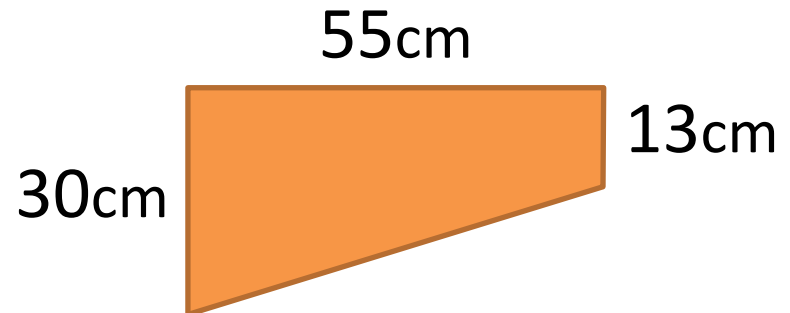
型紙② 首穴用 1枚



型紙③ 45ℓ腕作成用 2枚

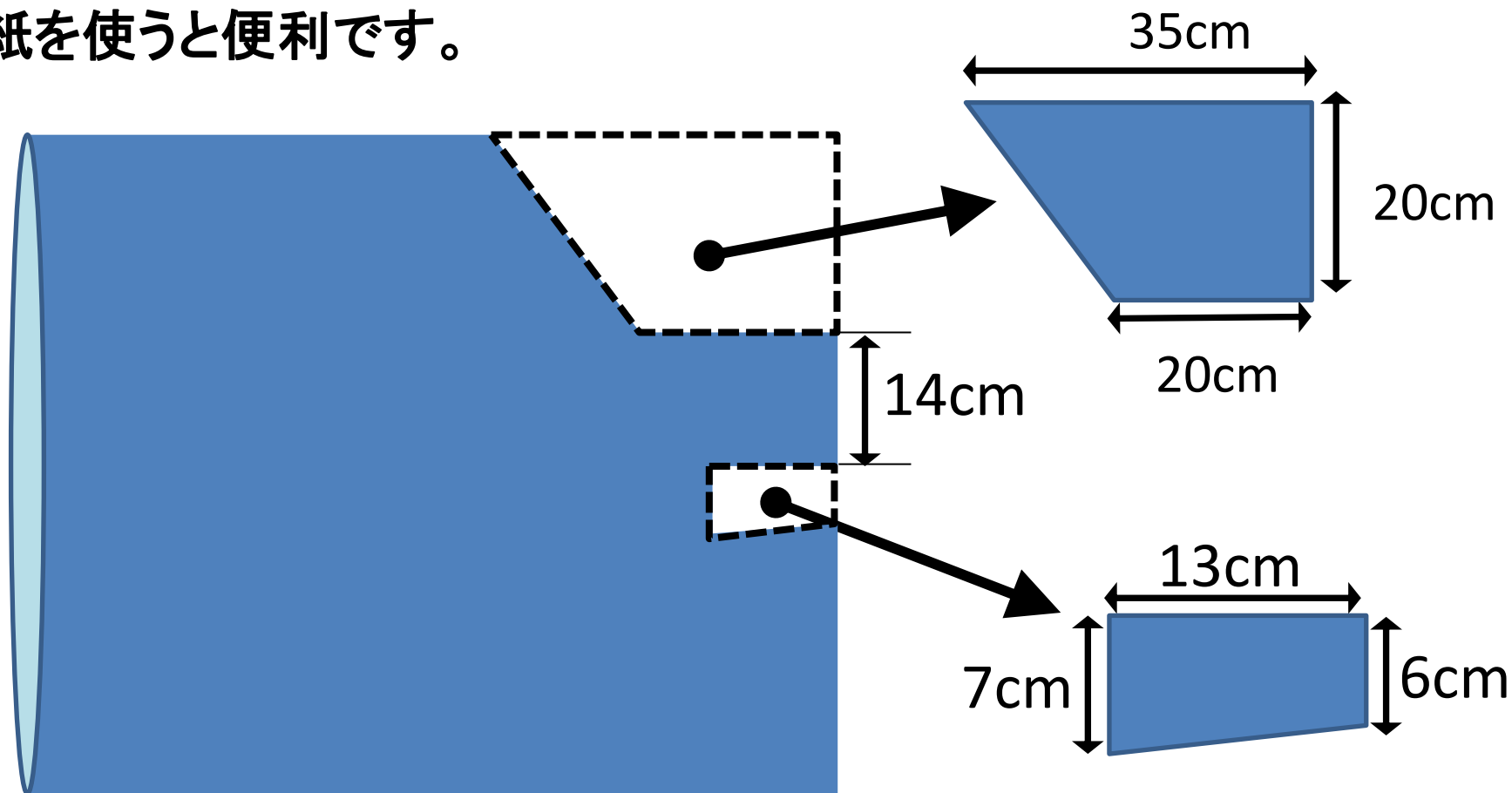


型紙④ 70ℓ腕作成用 2枚



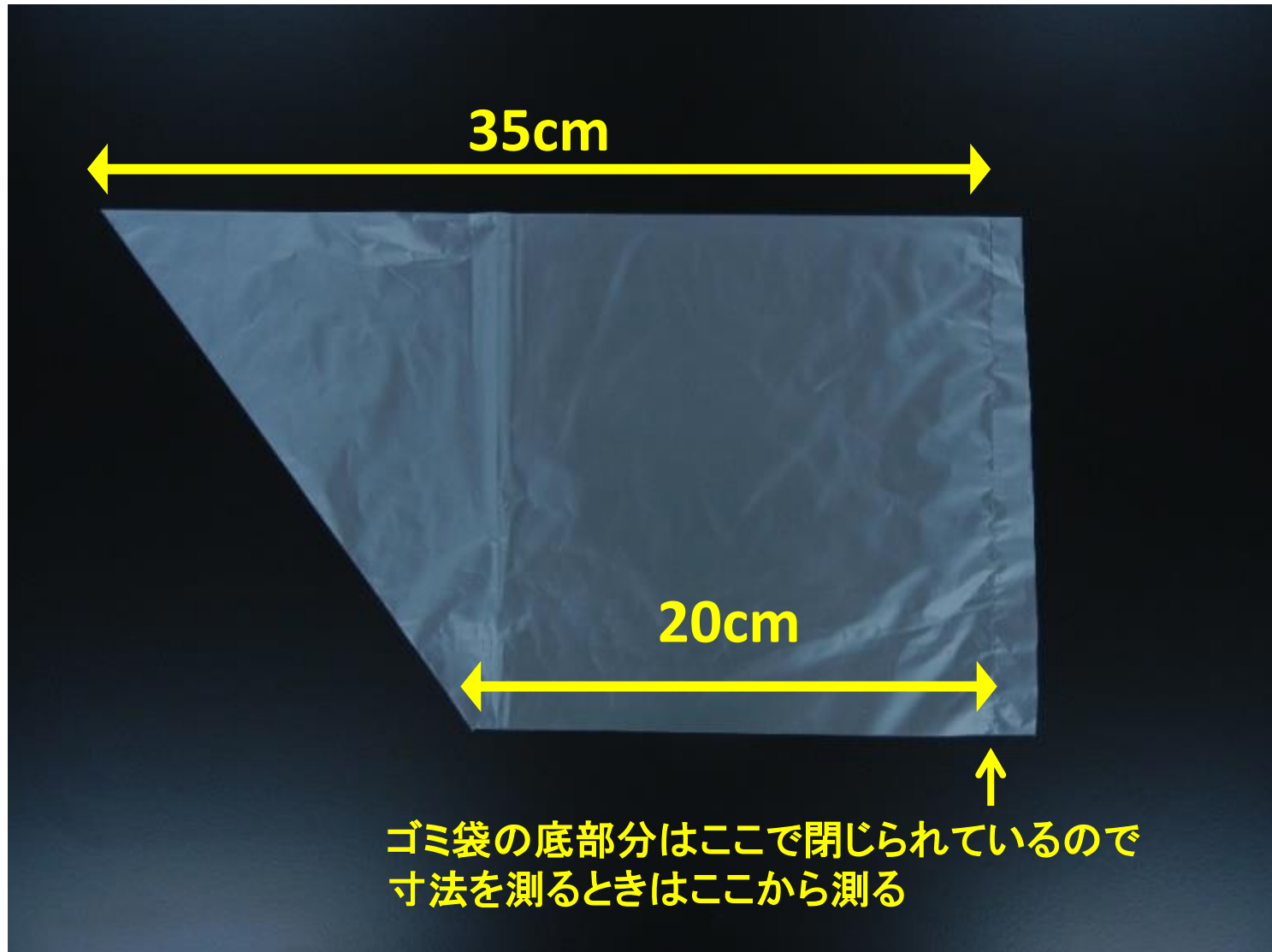
# ① ゴミ袋の点線部分を切り取る

切り取るサイズは、袋のサイズに関係なく同じ。  
型紙を使うと便利です。

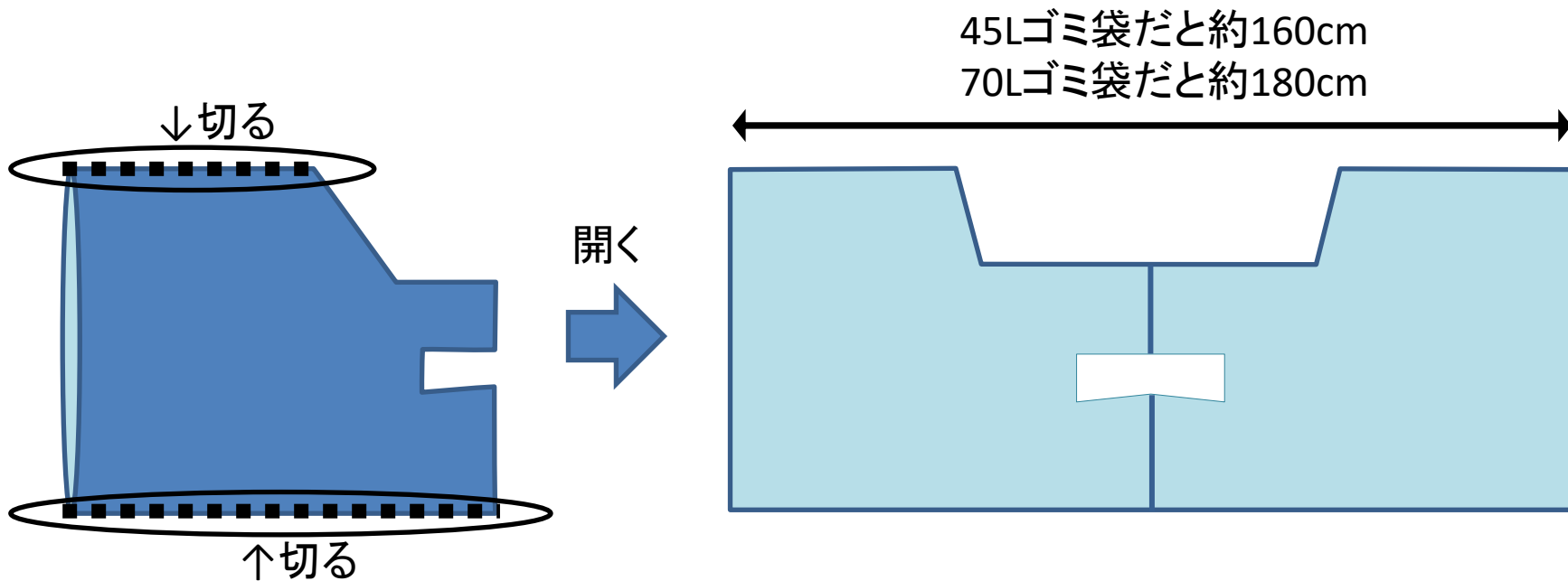


数枚重ねて切ること一度に複数枚を作成することもできます。

# 切り取るときの注意点



## ② ゴミ袋の両横を切って開く

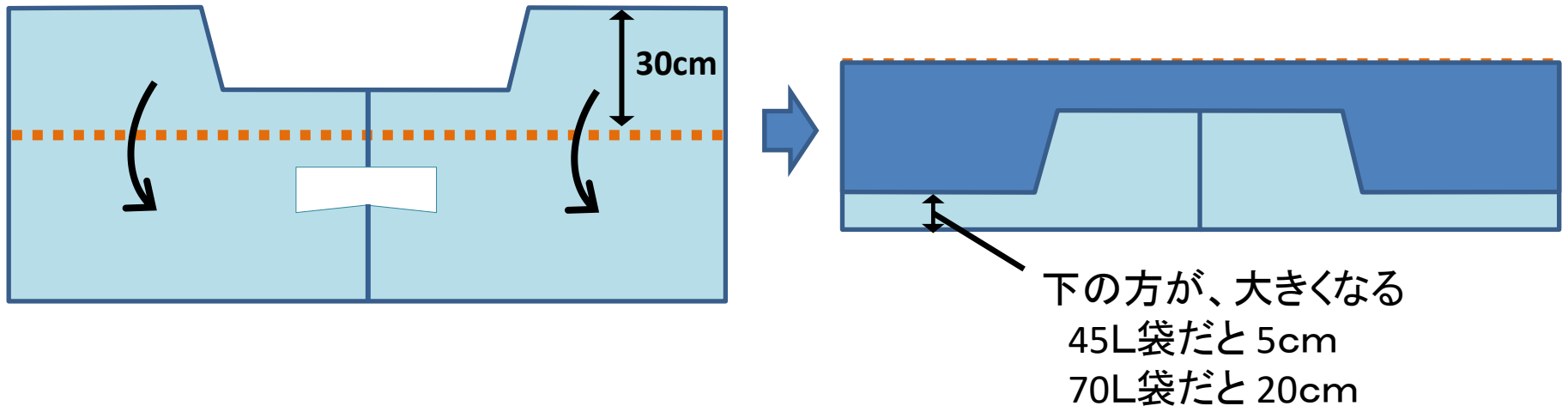


広げた横幅が手を広げたときの手首間の大きさになります。

「両手を広げた指先間の長さ≒身長」を目安に、サイズを決めます。

(45Lサイズ = Mサイズ、70Lサイズ = Lサイズというイメージ)

## ③ 2つ折りにする



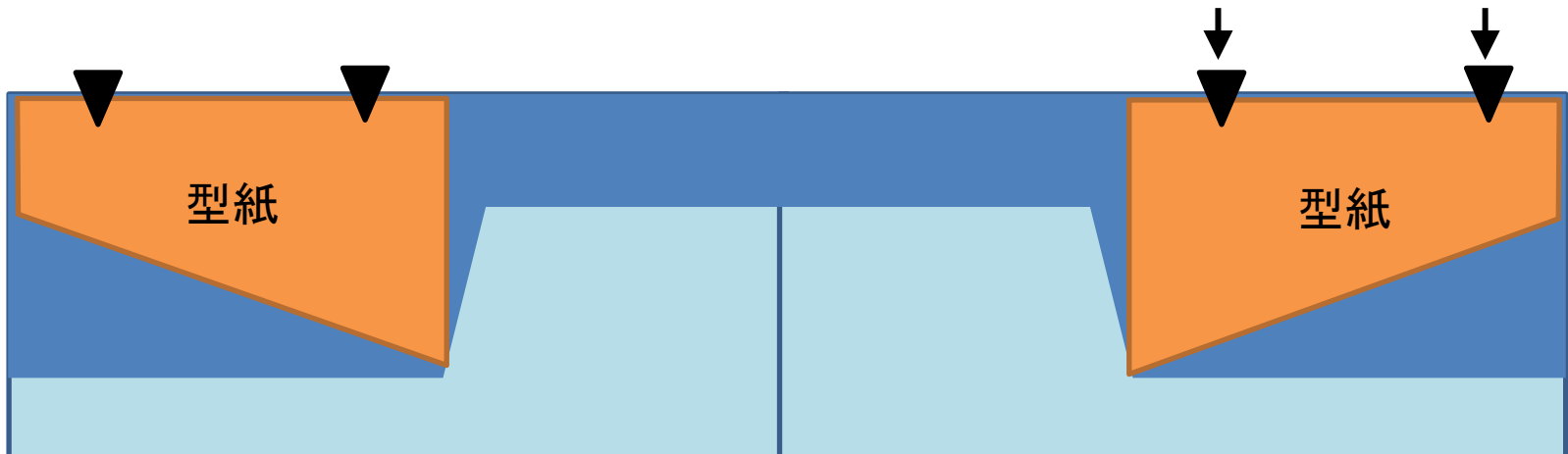
上から30cmの部分を重ねるように折り返します。  
腕用の型紙を使うと便利です。  
(型紙の利用方法は次のページ)

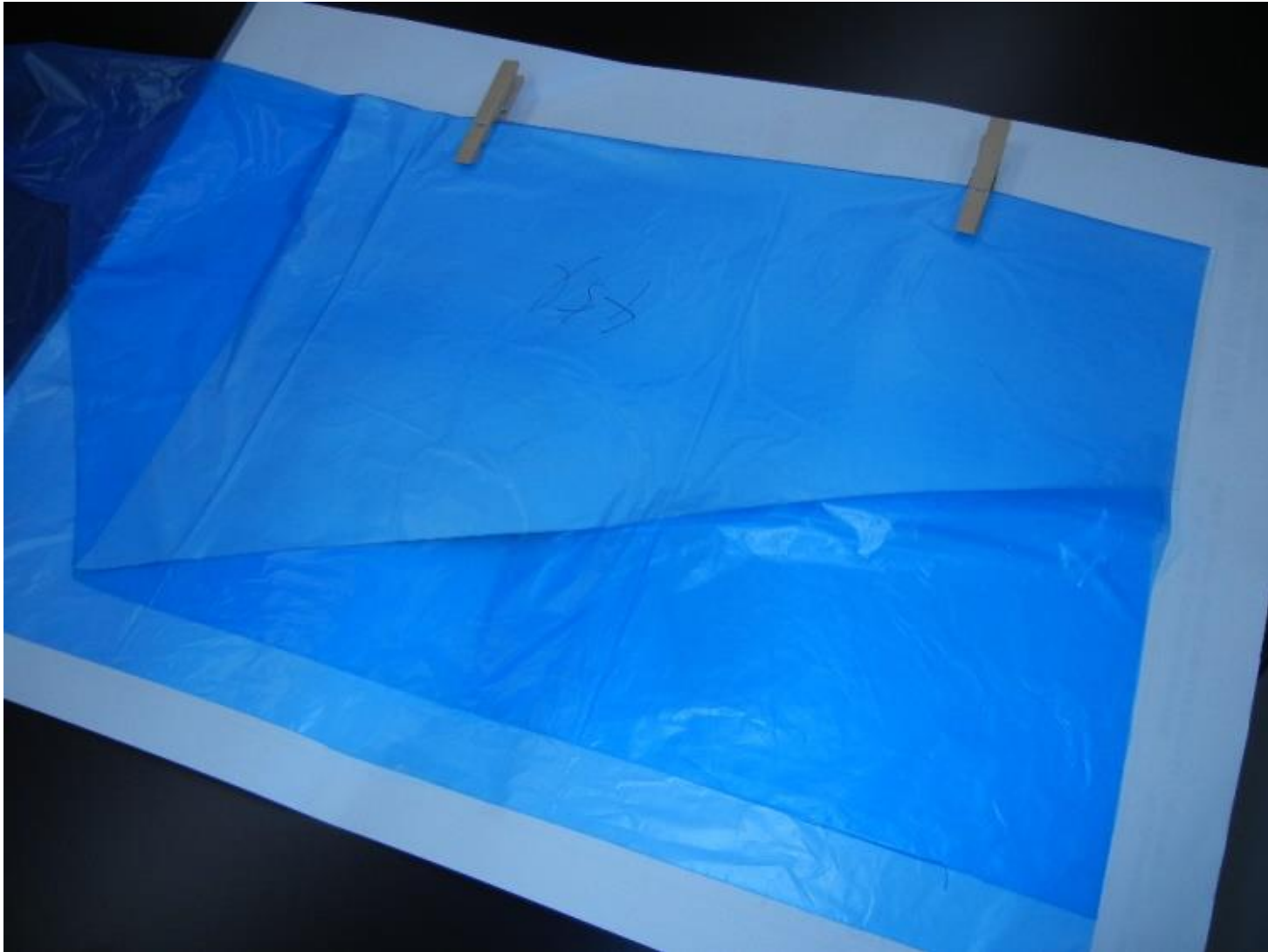


# 型紙の利用

- 2つ折りにして、型紙を挟みます。
- 型紙に合わせて、上側の折り返す大きさ等を調整します。
- 調整し終わったら型紙とゴミ袋を木製クリップで挟み、固定します。

木製クリップで挟んで固定するとずれない



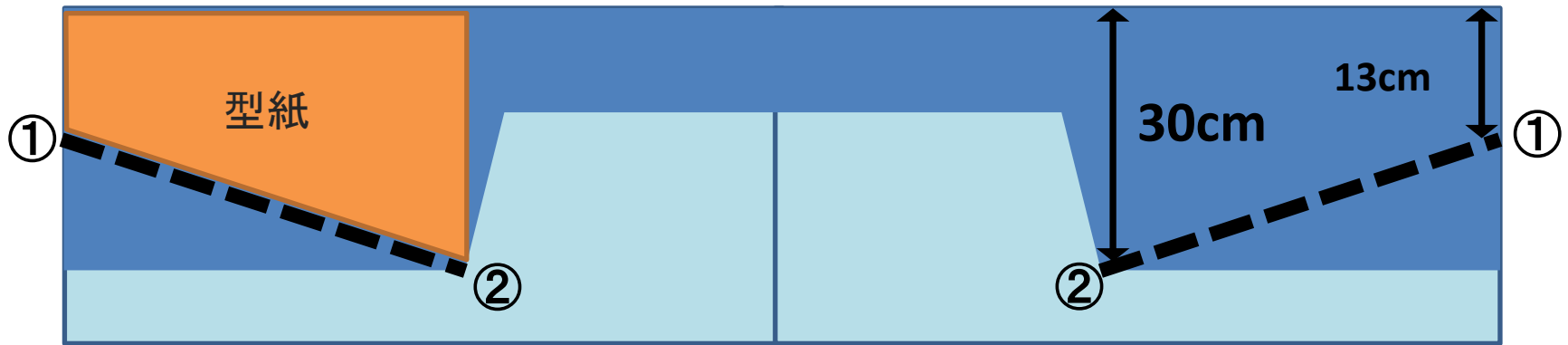


型紙に合わせて折り返しを調整した後、  
木製クリップで固定した写真

## ④腕部分のシール

ヒートシールは、シーラーが便利です。

(アイロンは少しコツがありますので次ページを参照してください)

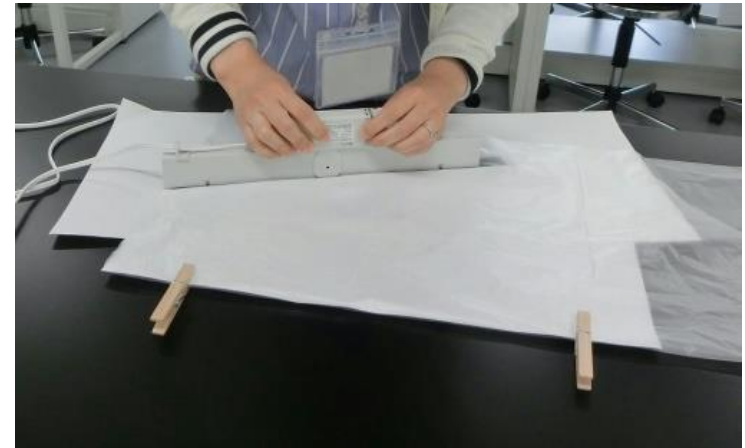


①手首側・・・上から13cm

②脇側・・・上から30cm

図のように①と②を結ぶラインをシールします。

(型紙を使用しているときは型紙に沿ってシール)



シール作業の様子

# アイロンを使うときのポイント

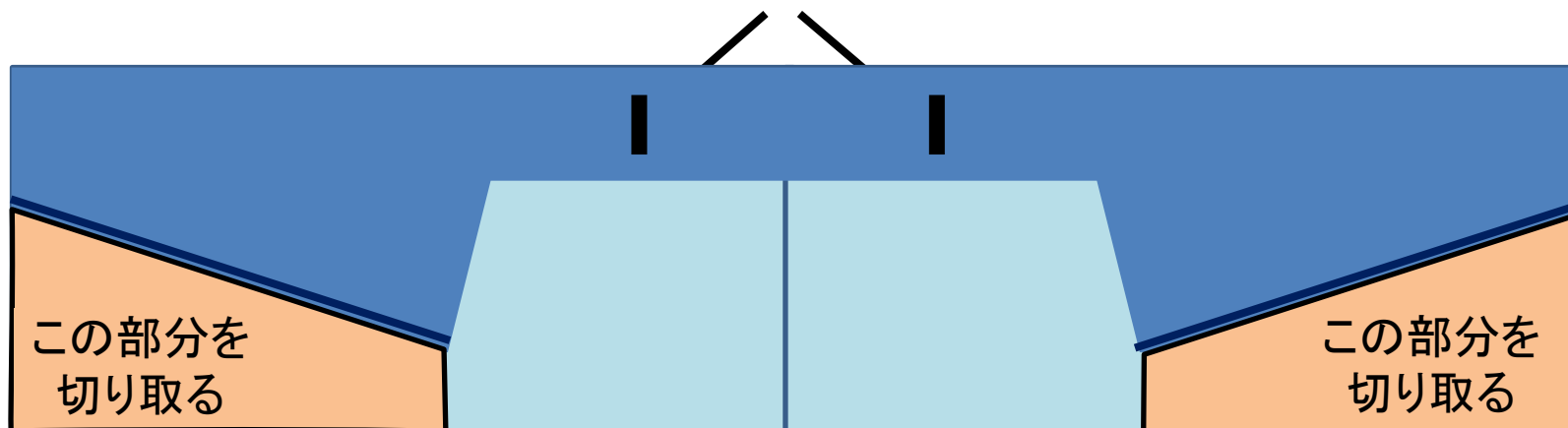
加熱面全体を当てると縮みますので、写真のように傾けて加熱面の縁だけを当てます。



アイロンを直接あてるとビニールが溶けて付着しますので、クッキングシートをあて布として使います。  
高めの温度で手早くすることがコツです。

## ⑤ 不要部分を切り取る

首の後ろ部分、はさみで切り込みをいれる(2箇所)  
(脱ぐときの切り取り線になる)



シールしたところから外側の不要部分を切り取ります。

首の後ろ部分にハサミで切り込みをいれておくと脱ぐときにちぎれやすくなります。

# これで上パーツが完成です



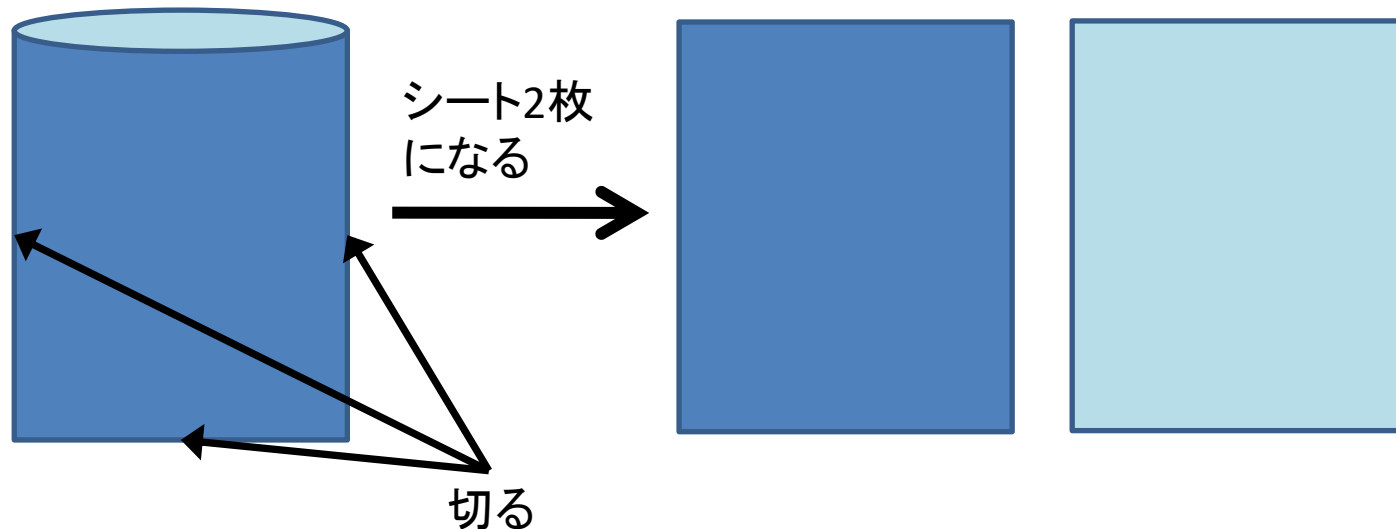
写真は、70ℓゴミ袋で作成したものです

手首部分にゴムを付けていませんので手首は緩い感じになります。  
気になる方は親指を通す穴を設けて、固定する等工夫して使用してください

## ⑥シートの作成(下パーツ)

ゴミ袋を両横と底を切り、2枚のシート状にする

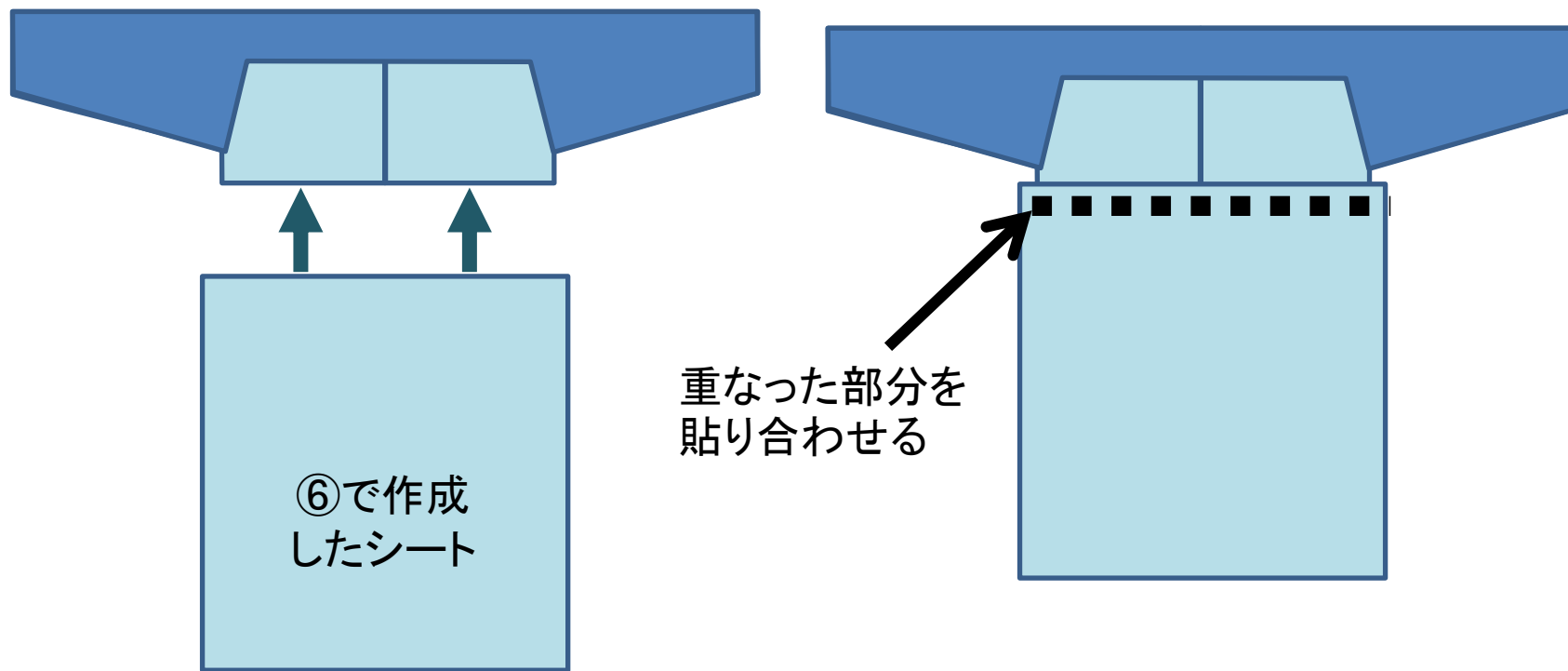
(数枚重ねて端を切り落とすことで1度に複数枚を作成することもできます)



使用する袋は、70ℓサイズがおすすめです。

(45ℓの上パーツ+下45ℓシートの組み合わせは、下がかなり短くなるので、おすすめしません。)

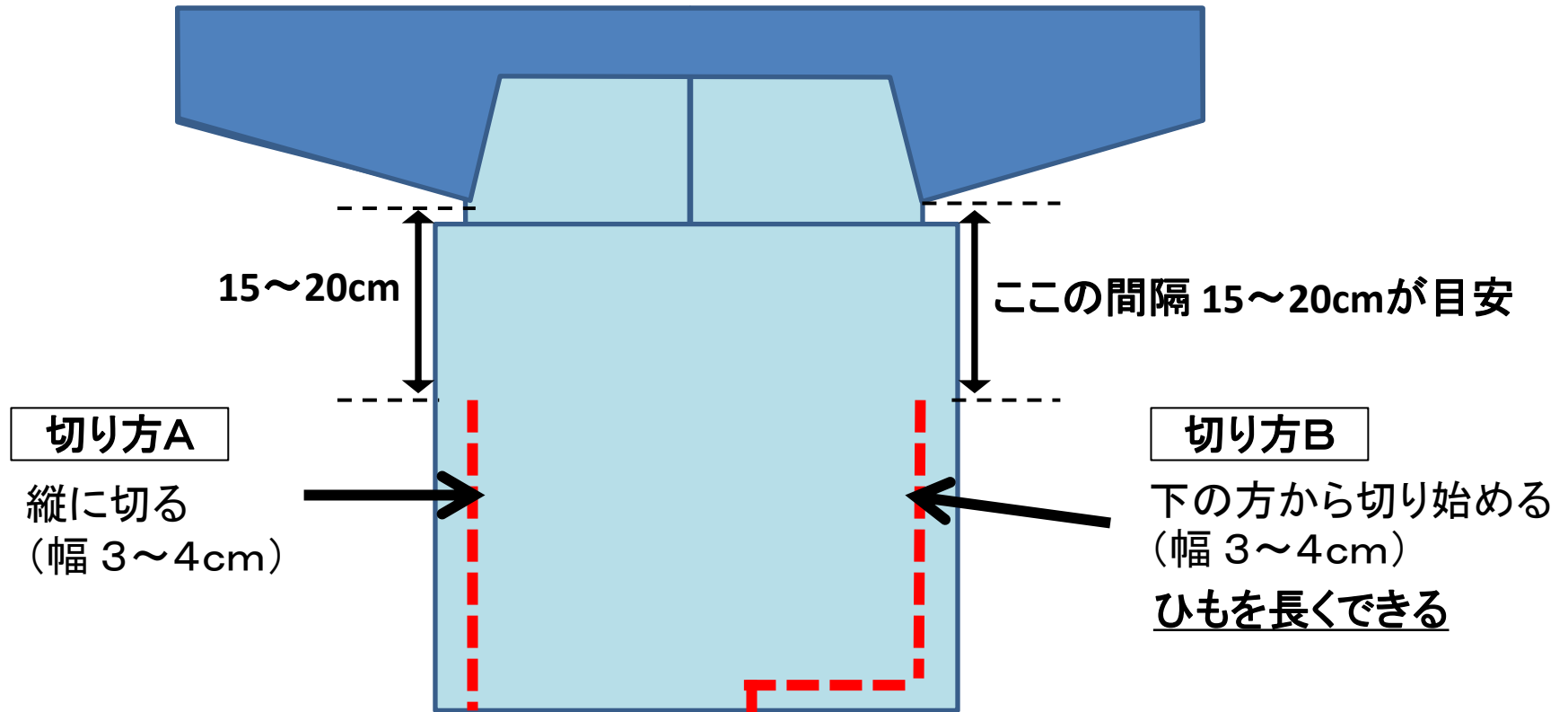
# ⑦ 上半部分にシートを貼り合わせる



⑤で作ったガウン上半分に⑥で作ったシートを貼り合わせます。  
シートは縦向き、横向きどちらでも作成できます。  
養生テープ、接着剤等で貼り合わせることもできます。  
(作業時に剥がれるようであれば、ヒートシールしてください)



## ⑧腰まわりのひもを作る



脇の下まで15~20cmを目安に切ります。

「切り方A」でひもが短いときは、「切り方B」のようにシートの下辺から切ることで長くできます。

# 完成！



ひもは前ページ⑧の図と同じように切っています。参考にしてください

写真の防護服は上下70Lサイズのゴミ袋で作成しています。

# 着用するとこんな感じになります



前



うしろ

写真の防護服は上下70ℓサイズのゴミ袋で作成しています。