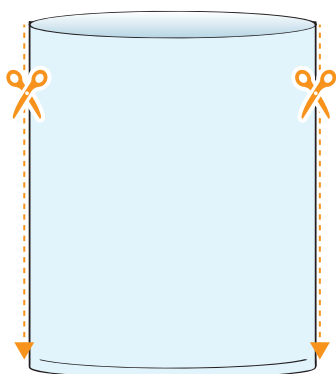
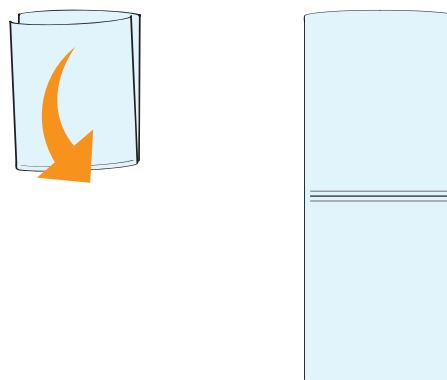


45L ゴミ袋を切るだけ! 使い捨てエプロンの作り方

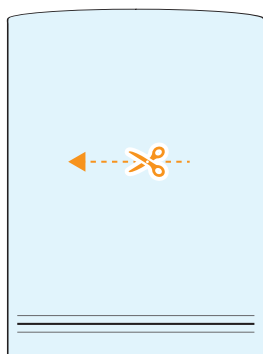
1. 45リットルゴミ袋の両端を切り開く



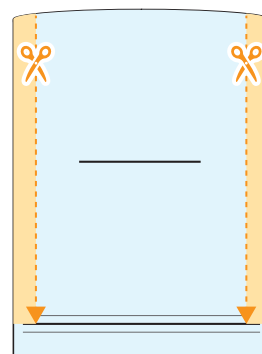
2. 45リットルゴミ袋を広げる



3. 頭を通す穴を作るため、真ん中あたりに切れ目をいれる



4. 腰ヒモを作るため、5cm幅くらいで折り目まで切る



5. 腰ヒモで長さを調節する。1度使ったら捨てる。

