5분 만에 뚝딱, 바느질 없이 마스트 만들기

코로나19 감염 우려로 마스크 수요가 폭증하면서 마스크 대란에 지친 사람들이 인터넷 카페, SNS 등을 통해 마스크 제작 방법, 도안 등을 활발히 공유하고 있다. 전문가들은 "손수 만든 마스크는 고성능의 방역용 마스크와 같은 효과를 기대하기 어렵지만 비말 접촉을 현저히 줄여주기 때문에 마스크를 착용하지 않는 것보다는 감염병 예방에 효과적"이라며 "특히 마스크 필터를 확보할 수 있다면 손수만든 마스크에 마스크 필터를 넣어 사용하면 시중에서 판매되고 있는 방역용 마스크와 같은 효과를 기대할 수 있다." 고 조언한다.

미 질병 통제예방센터(CDC)도 "가정용품으로 만든 천 마스크 또는 집에서 일반적인 재료로 저렴하게 제작한 천 마스크는 자발적인 추가 공중보건 조치가 될 수 있다." 며 사회적 거리 두기 조치를 이행하기 어려운 공공장소(식료품점, 약국 등), 특히 지역사회 기반 전파가 상당히 일어나는 장소에서 천 마스크 착용을 권장하고 있다.

CDC는 다음과 같이 천 마스크를 착용 방법도 안 내했다.

- ▶ 얼굴 측면에 편안하게 딱 맞아야 한다.
- ▶ 끈으로 묶거나 귀에 걸 수 있어야 한다.
- ▶ 여러 겹의 천으로 되어 있어야 한다.
- ▶ 호흡곤란을 초래하지 않아야 한다.
- ▶ 손상이나 형태 변경 없이 세탁 및 기계 건조가 가능해야 한다.

■ 바느질이 필요 없는 마스크 만들기

▶ 티셔츠로 마스크 만들기

·준비물: 입지 않는 티셔츠 (깨끗하게 빨아서 사용), 옷핀, 가위, 깨끗한 종이타월 또는 부직포

·만드는 방법:

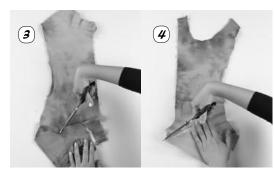
1. 겨드랑이 아래를 기준점으로, 티셔츠 아랫부분 을 잘라낸다.



2. 목둘레를 잘라낸다.



3. 왼쪽 소매를 반원형으로 자른다. 4. 오른쪽도 같은 모양으로 자른다.



5. 목둘레를 잘라낸 부근에 옷핀을 꽂아, 천 두 장을 서로 고정한다.



6. 천 사이에 깨끗한 종이타월 또는 부직포를 끼 워 넣는다.



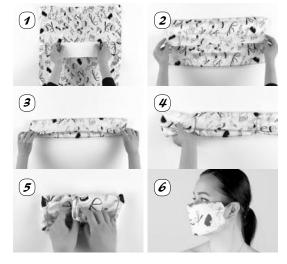


7. 머리 뒤에서 천을 묶어 마스크를 고정한다. 종이 타월이 빠지는 일이 없도록 핀을 꽂은 쪽이 아래로 내려가게 착용한다. 재사용 시, 종이타월은 빼서 버 리고 마스크를 끓는 물에 5분 이상 삶은 후 완전히 건조해 사용한다.

▶ 손수건으로 마스크 만들기

·**준비물**: 손수건, 고무줄 2개, 깨끗한 종이타월 또 는 부직포

·만드는 방법



- 1. 손수건을 펼치고, 종이타월을 반으로 접어 중간 쯤에 올린다.
- 2. 손수건을 위, 아래에서 각각 한 번씩 접는다.
- 3. 가운데에서 겹치지도록 위, 아래를 한 번씩 더접는다.
- 4. 손수건 양쪽 끝에 머리고무줄을 하나씩 끼운다. 5. 고무줄을 기준점으로, 왼쪽과 오른쪽의 남는 자 락을 가운데로 접는다. 한 자락을 반대편 속에 밀어 넣어서 마무리한다.
- 6. 고무줄을 귀에 걸어서 착용한다. 티셔츠 마스크 와 마찬가지로, 사용한 뒤에는 종이타월을 빼고 끓 는 물에 삶아서 세탁, 건조 후 재사용한다.

