

※パターンシート（アウター縫い代入り/25cm×13cm、インナー縫い代入り/20×12）使用の際は『生地が輪になる様に』準備します。

1) アウターとインナーバッグ用の生地を裁断する 《アウター用/出来上がり 20×11》

- 生地を中表、片側が輪になる様に準備
- パターンを置く外周 2 cm程度の箇所に待ち針を打って、カットしたい生地部分を固定する
※生地が撚れない様に打ちます
- パターン通りにラインを取り、カットします
- カットしたアウター本体生地へ待ち針を打ち、生地上に縫い代のラインを取ります
※縫い代 →長辺：1 cm、短辺：2 cm
※パターンシートのグリッドを活用出来ます。

《インナーバッグ用/出来上がり 19×10》

- アウター同様に中表、片側が輪になる様に準備
- 縫い代入りパターン（3 辺各 1 cm分）を含めたサイズにカットします
- アウター同様にカットした本体生地へ待ち針を打ち、生地上に縫い代のラインを取ります
※パターンシートのグリッドを活用出来ます。
※薄手の生地はバイアス又はほつれ易いので、アウター同様待ち針を打って置きます

2) インナーバッグを縫製する

- 生地は中表のまま、フラックスシードを入れる為の口を確保する為、縫い止まりの待ち針を 2 本打ち縫製するラインへも、出来るだけ均等に待ち針を打ちます
- 使用する糸が手縫い糸の場合は 1 本取り、ミシン糸或いは細番手の糸の場合は 2 本どりにし、糸が長くなり過ぎないように針に糸を通します
※縫う毎に糸の撚りが甘くなる為、長すぎると縫い終わり迄に絡んでしまう可能性があります
- 縫製するステッチは、中に入れるフラックスシードが零れないステッチの方法を選択します
※並縫いの場合は、往復で縫います。本返し or 半返し縫いの場合は一方向のみでも大丈夫です
- 2 点の縫い止まりを開けたまま、表に返しインナーバッグへフラックスシードを入れます
- シードが入った状態で、縫い止まり箇所の縫い代を内側に入れ
外から並縫い等でステッチを掛けます
- フラックスシード入りインナーバッグの出来上がりです

3) アウター生地を縫製する

- 生地は中表のまま、インナーバッグの出入り口になる箇所を三つ折り（又は二つ折り）にする
※縫い代が 2 cmあるので初めに 2 cm分折癖を付け、一度開き 2 cmの折癖に対して 1～2 mm程度手前に生地端が来るように折り畳み、再度 2 cmの箇所に折り畳みます
- 出入り口になる箇所を最初に縫製する
※表にステッチが出る様にする為、縫製の際は表を見て縫います。
※本返し、又は半返し縫いにすると表に出るステッチの目が綺麗になります

- 出入り口の縫製完了、長辺の縫製の為出来上がりのサイズに中表アウター生地を折り畳む
 - ※出入り口は上下 3~4 cm重なりのある出来上がりです
 - ※重なる箇所は、中央ではなく左右どちらかに寄せて設定するとインナーの出入れがし易いです
 - 出来上がりを見て上に重なる生地の横長さが 8 cm程度の目安に重ねます
- アウターの長辺を縫製する
 - ※縫製前にシード入りインナーバッグを置いて、縫い代の調整をします
 - 1 cm分縫い代を取っているので、インナーのサイド余白分を確認して最終的に縫製するラインを決めます
 - ※縫い始めや縫い終わりは返し縫いをし、並縫いの往復又は本返し縫い等で丈夫に縫います
- 縫い代を整える
 - ※最終的に 1~0.8 cm程度の縫い代になる様に整えます
 - ※表に返した時、縫い代のゴロツキが無い様に四隅を斜めにカットしておきます
 - ※縫製したラインを内側に折って、折癖を付けておきます
- アウター生地を表に返す
 - ※表に返してから、四隅を待ち針又は目打ちなどで角を出します
 - ※折りシワや、縫い代箇所が落ち着かない場合はアイロンを掛けて下さい

4) アウター縫い代のほつれ止めをする ※こちらの作業はスキップしても大丈夫です。

- 巻かがり縫い又はブランケットステッチでほつれ止めをする
 - ※糸を使ってほつれ止めする方法以外に手芸用ボンドを縫い端に塗る方法もあります
 - ボンドを使用する際は、薄く塗って下さい

5) アウターにインナーバッグを入れる

- インナーのシードを片側に寄せてからアウターへ入れ、中に納まったら表面を慣らして完成です！