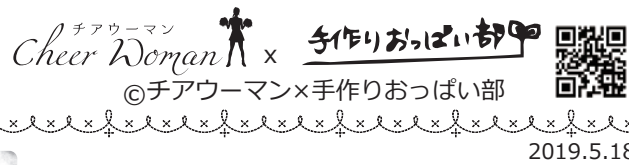


ちあばい♪ 棒針編み



材料 手芸店以外に、100円ショップで買いそろえることも可能です。

コットン糸

合太 または棒針で4〜6号向け。
柔らかい毛糸。ちあばい♪は肌着で隠れることが多いですが薄手の服の時は目立たない色がおすすめ。

棒針

輪編みのできる両端がとがった4・5・6号のいずれか4本。片側に玉が付くものはNG



とじ針

穴に毛糸が通るもの。毛糸用の糸通しがあると便利。

カウンター(数取機)

1本あたりの目を数えるのに便利。棒針に付けるものは始まりの目安になる。

中綿(化繊・ポリエステル)

重みが欲しい方は下記が使えます。

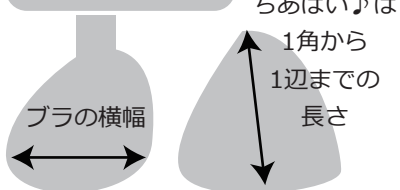
- ・ケーキの保冷材(スリットは広めにつける)
- ・おはじき(音がするので綿に埋め込むと静か)
- ・ぬいぐるみ用のペレット

定規かメジャー、ハサミも使います。

洗濯

手洗い・洗濯機ともに使えます。

サイズの測り方



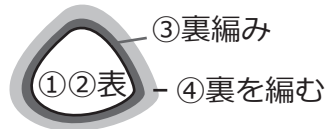
サイズの目安

	カップ付 キャミ	前開き ブラ	ワイヤーブラ(大きい方はカップの横幅を参考)
ちあばい♪			
AA(11cm)	M	S	A65,A70,A75,B65,B70,B75,C65,C70,D65,D70
A(12.5cm)	L	M	A80, B80, C75,C80,D75, E70,E75
B(13.75cm)	XL	L	A85, B85, C85, D80, E80
C(15cm)		LL	D85, E85
D(16.25cm)			

・スポーツブラはカップ付きキャミソール参考の普段サイズが若干小さめ。

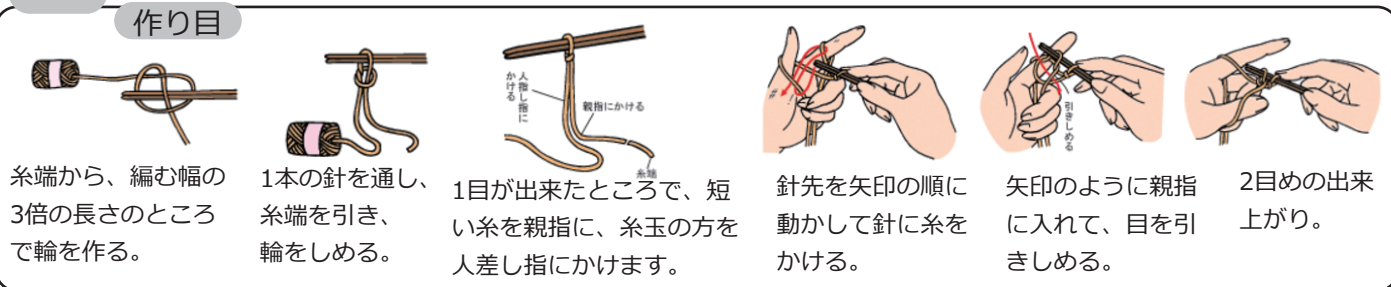
編む順番

- 表側から編みはじめ、糸を切らずにそのまま裏面を編みます。
- ①作り目し、②増やし目で表を編む。(三角形のお椀型になります)
 - ③裏編みをする。(スリットを付ける)
 - ④減らし目をする。(減らしていくとだんだん穴がふさがります)

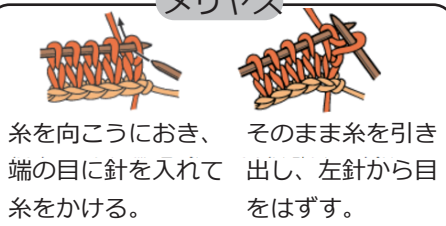


表側

- ①1段目 3目、作り目します。 ※イラストは2本ですが、ちあばい♪は棒針1本で作ります。



メリヤス



毛糸の中に厚紙が入っている場合は厚紙は取り出してください。編む時は毛糸玉の中心から糸端を取り出して使うと編んでいる時に毛糸玉が転がりません。

右増し目



- 2段目 メリヤス編みで、裏返さないで3目編みます。

- 3段目 メリヤス編みで、裏返さないで全て増し目します。

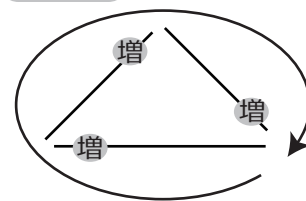
- 4段目 メリヤス編みで、裏返さないで2目ごとに増し目して棒針を替え、3本に分割します。



※あみこもびより「棒針 基礎の編み方」に動画で詳しい説明があります。

輪編み

5段目以降

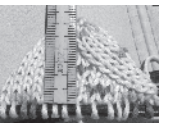


裏返さないで1本目の1目から編みはじめ、棒針ごとの最後の目で増し目します(1段3目増)棒針と棒針の間は糸を引っ張りぎみにします。(ゆるいと穴が開く)グルグルと輪に編み進んでいきます。後は好みの大きさまで編み進めます。どの棒針からスタートしたかわかりにくいので、適宜、目印をつけてください。

棒針の目安

※毛糸と針により多少の誤差があります。

	1〜前段	できあがり	1段目〜前の段 (棒針を含めない)
AA	6.5cm	11cm	
A	7.5cm	12.5cm	
B	8.5cm	13.75cm	
C	9.5cm	15cm	
D	10.5cm	16.25cm	



裏側

- 1・2段目 裏メリヤスを編みます。
3段目 それぞれの針にかかっている目の左端で2目1度
4段目 それぞれの針にかかっている目の右で2目1度と左で2目1度
3段目と4段目を繰り返す、それぞれの針に4目残っている状態で編み終わりの糸をとじ針に通し、残った12目を拾います。綿を詰めたら糸を引っ張り、しぼり止めをして完成!

スリット………1段目 裏メリヤスを編みます。

2段目 裏メリヤスを編み、7目から被せ目の減らし目を始め全部で6〜7目減らしします。

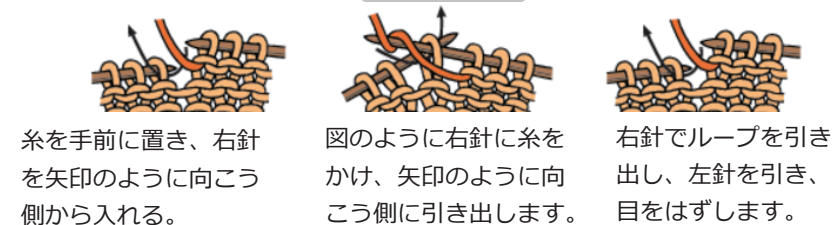
3段目 メリヤス編みをし、2段目で減らしした所で減目数分、巻き目で増し目します。そのあとはそれぞれの針にかかっている目の左端で2目1度。

4段目 メリヤス編みをし、それぞれの針の右端と左端で2目一度をして減らしします。

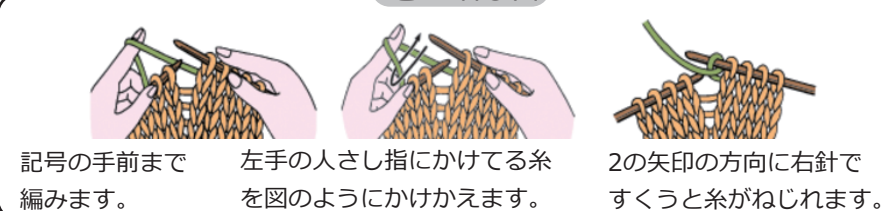
5段目 メリヤス編みをし、それぞれの針の左端で2目一度をして減らしします。

4段目と5段目を繰り返して12目になったら、搾り止めをします。

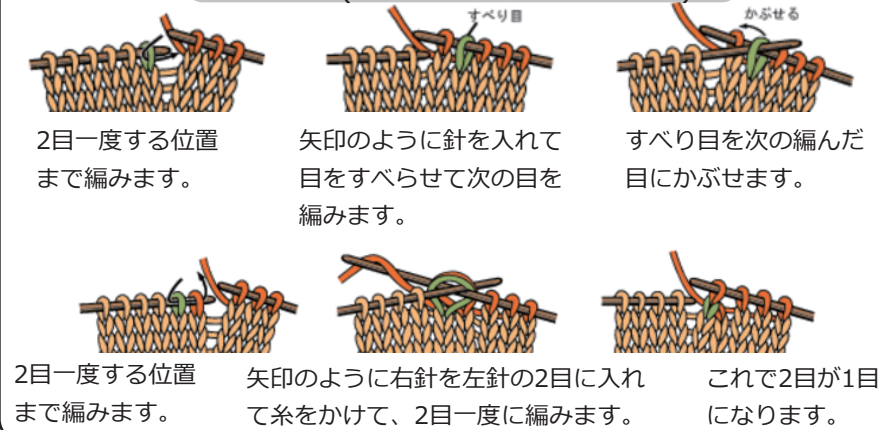
裏メリヤス



巻き増し目



2目一度(上段は右端、下段は左端)

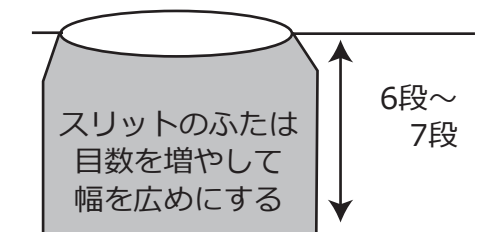


糸の始末

最後の12目目ができたら、10cmほど残して糸を切ります。閉じ針を使って目をすくい、糸を引き締めます。周辺の目に適当に糸を通して切ります。スリットがあれば、中側で作業できます。

スリットのふた

メリヤス編みは丸まりやすいのでガーター編み(表も裏もメリヤスで編む)にします。裏側のスリットの目を拾い、両端で1目ずつ増やします。



※目を伏せずに、なわ編み針で休ませ休ませた目からふたを編む方法もありますが、ふたをスリットに入れると裏面が凸凹しやすくなります。

イラストと説明は「あみこもびより」後正産業株式会社さんに転載許可いただきました。http://www.gosyo-shop.jp/ ちあばい♪は、乳がん体験者のためのコミュニティサイト「チアウーマン」の手作りおっぱい部が、アメリカのKnitted Knockers(http://www.knittedknockers.org/)で紹介されている編み方を翻訳し、日本式にまとめた手編みパッドです。布バージョンは、ちあばい♪を元に考案しました。どなたでも自由にお使いいただけますが、乳がんを体験した方のために公開しており、政治・宗教・商業的に利用されないことを願います。詳しい内容はhttp://chiapai.happy.nuをご確認ください。