

# F-02 ぴったりレギンス

貼り合わせ後  
型紙パーツ数

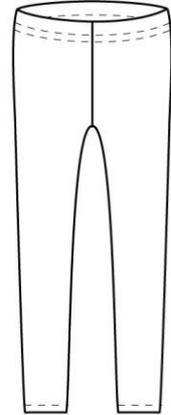
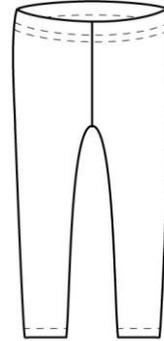
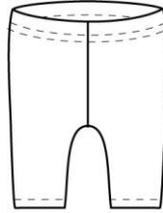
2パーツ

3分丈

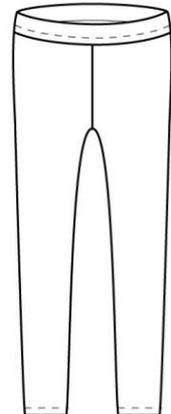
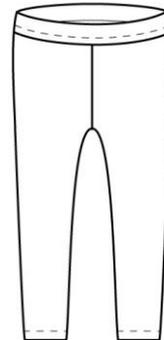
7分丈

フルレングス

【ウエスト続き】



【ベルト付き】



### やって欲しくないこと

- 有料・無料に関わらず、型紙をそのまままたはアレンジして販売・配布したり、レシピ内容をコピー・流用して使用しないで下さい。



×転売  
×販売  
×マネ

### 知っておいてほしいこと

- 作った作品の販売は自由です。（アレンジした作品もOK。）
- 無料型紙の為、作り方のサポートは行っておりません。
- 作った作品に対して、いかなる場合も当店は一切責任を負いません。（作った作品は、作られた方がすべての責任を持って販売やプレゼント等してください。）
- ダウンロードして頂いた時点で、知っておいて欲しい事とやって欲しくないことを了承したとみなします。

### 作った作品の販売についての約束

- ネット上で販売する場合は、<https://katagamiya.com/>へリンクするか、ちゃきステ型紙使用と記載して下さい。
- 作られた方がすべての責任を持ってください。いかなる場合も、当店は一切責任を負わないものとします。

子供服ダウンロード型紙

+sew by ちゃきステ

<https://katagamiya.com/>



# ※ソーイングの前に必ずお読みください

## 注意事項とお知らせ

- この型紙は、ニット生地専用です。
- 出来るだけ簡単に作れるように【ウエスト続きデザイン】1パーツまたは【ベルト付きデザイン】2パーツで作れます。
- 3分丈・7分丈・フルレングスの3丈が作れます。
- レシピの手順は一例です。作りやすい手順で作って頂いて結構です。
- 型紙とソーイングレシピの著作権は、ちゃきちゃきステッチが所有しております。  
型紙をそのまま、またはアレンジして販売したり、レシピ内容をコピー・流用して使用したりしないでください。  
ダウンロードURLに直接アクセスしたり、他の方へデータを譲るのも禁止しております。
- 作った作品の販売・プレゼントなど、自由に行って頂いてOKです。アレンジした作品を販売して頂いてもOKです。  
自作と偽ったり、型紙とレシピを公開しないでください。

## MATERIALS

材料

※生地は、地直しの際の縮みや裁断の失敗などを考えて、少し長めにご用意していただくことをおすすめします。

### 表地

- パンツ

- ベア天竺（ストレッチ入りの天竺）を想定しております。
- 普通の生地（天竺・スムースなど）では伸びが足りません。
- 脚にぴったり沿うレギンスの為、ストレッチが入っていない生地の場合は、ワンサイズまたは2サイズ程度**UP**した型紙がおすすめです。（サイズUPすると丈が長くなります。）
- ウエスト続きもベルト付きも同じ長さが必要です。

※巾×長さ 単位 cm

サイズ	80	90	100	110	120	130	140	150
3分丈	66×40	66×41	71×42	78×45	81×48	86×50	92×52	96×55
7分丈	66×50	66×55	71×57	78×61	81×65	86×69	92×75	96×80
フルレングス	66×60	66×63	71×68	78×73	81×79	86×85	92×92	96×100

### 平ゴム

- ウエストゴム

- 15mm巾の平ゴム。（ステッチ巾が2cm）細すぎるとゴムがよじれやすくなります。
- ソフトタイプのライクラ製が耐久性が高くしなやかなのでおすすめです。
- お子様のサイズや履き心地に合わせて長さを調整し、お好みで仕上げてください。
- 平ゴムは、ウエストサイズ分用意し2cm程度伸ばして履くイメージにしておりますが、使用するゴムが固く伸びが悪い場合は、もう少し長くご用意ください。

必要な長さ=お子さんのウエストの長さ

ウエスト参考サイズ

単位：cm

サイズ	80	90	100	110	120	130	140	150
参考 ゴム上がり	41	42	44	46	48	50	53	56

1) レンピにざっと目を通す。(【THE BASIC OF SEWING TEXT】をお持ちの方はそちらもご覧ください。)

2) 生地の地直しをする。

- ・ やりやすい方法で地直ししてください。
- ・ 【THE BASIC OF SEWING TEXT】にも記載されています。お持ちの方はご覧ください。

3) 型紙をカットする。

- ・ 型紙をカットするポイントは【THE BASIC OF SEWING TEXT】に記載されています。
- ・ 3枚ずつ印刷をして、丈違いの型紙パーツを貼り合せて作っておくのがおすすめです。

4) 生地を裁断する。

- ・ 詳しい裁断のやり方は【THE BASIC OF SEWING TEXT】に記載されています。

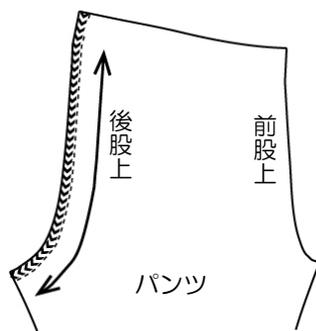
※ニット生地はほつれやすいため、合印はカットせずチャコペンで印を付けておくことをおすすめします。

## ウエスト続きの場合

### 作り方手順

5) 後股上に0.5cm巾でロックまたはジグザグをかけ、空環の処理をする。

このレシピは、2本針ロックを使用して、ロックをかける回数を減らす作り方になっております。そのため、縫い合わせ後にロックする部分もありますので、その都度ロックを行うのが面倒な場合や、直線縫い+ロックやジグザグで作る場合は、ここですべてのパーツの全周にロックをかけておいてください。その場合も、穴あき防止と縫い代巾が変わらないように、できるだけメスをロックする事をおすすめします。もしメスを使用する場合は、生地をカットせず、端から出ている糸のみをカットするようにしてください。

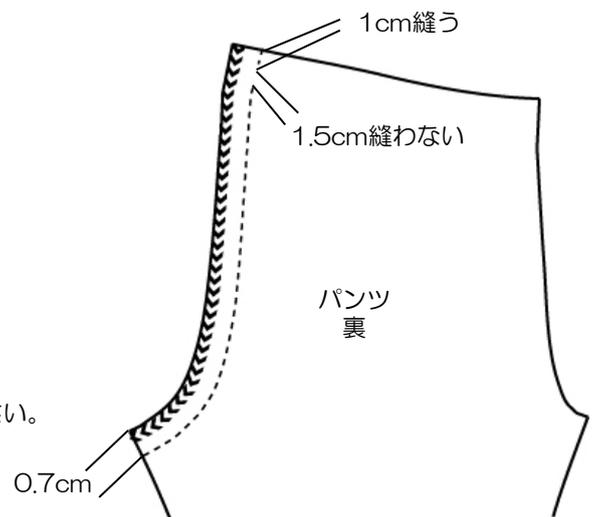


空環の処理方法は、【THE BASIC OF SEWING TEXT】に記載しております。お持ちの方はご確認ください。

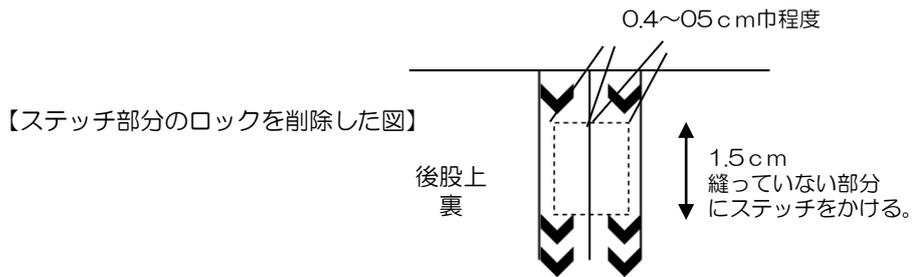
6) 後股上を中表で合わせて、直線ミシン0.7cmで縫う。

※ゴム入れ口として、縫わない場所を1.5cm作ってください。

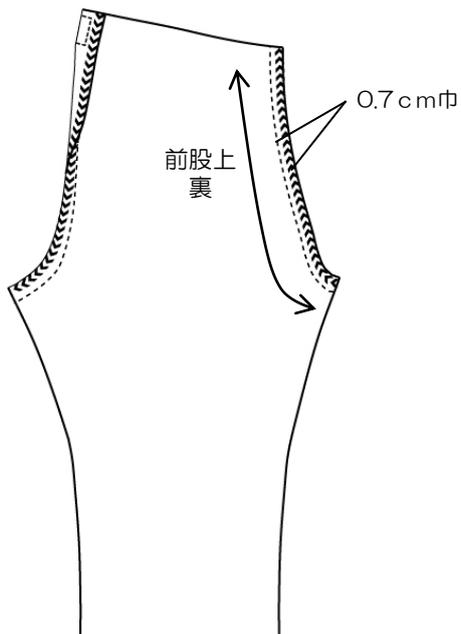
※股上の縫い目を丈夫にしたい場合は、直線ミシン0.7cm巾でもう一度縫っておいて下さい。



7) 後股上の縫い代を割って、ゴム入れ口に口の字でステッチをかける。



8) 前股上を中表で合わせて、2本針ロック0.7cm巾で縫い合わせ、空環を処理する。



※股上の縫い目を丈夫にしたい場合は、直線ミシン0.7cm巾でもう一度同じ場所を縫っておいて下さい。

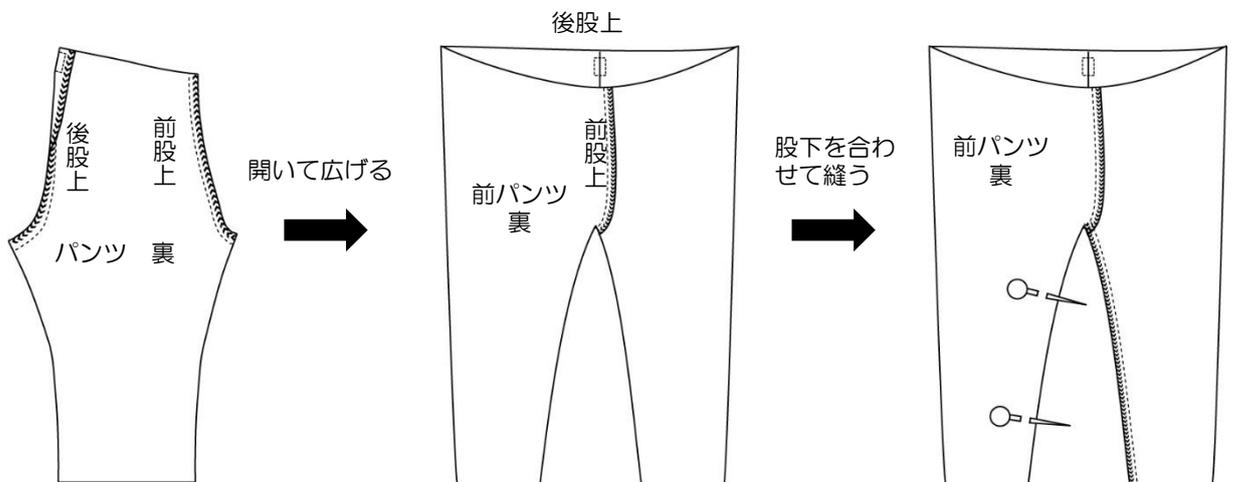
【1本針ロック・ジグザグミシンの場合】

- 直線ミシンで0.7cm巾で縫い合わせた後、縫い代を2枚一緒に、ロックまたはジグザグミシンで始末する。(メスロック)

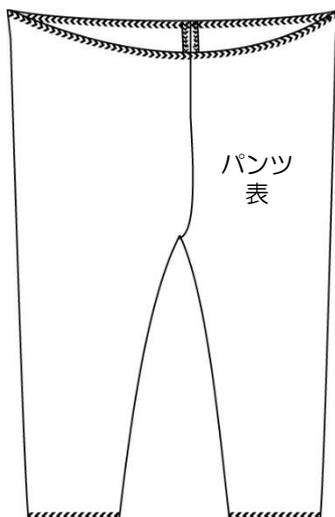
これ以降の工程で2本針ロックで縫い合わせる部分は、同じようにしてください

- 詳しくは【THE BASIC OF SEWING TEXT】に記載しています。

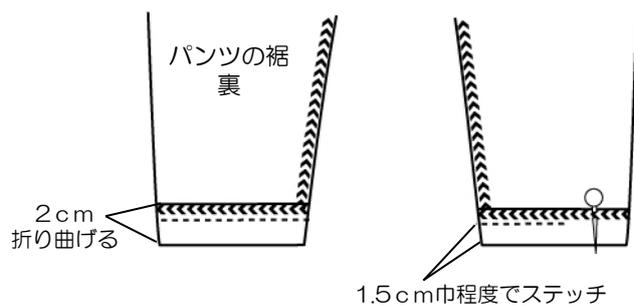
9) 縫い合わせたパンツを広げて、前後の股下を中表で合わせて2本針ロック0.7cm巾で縫い合わせ、空環を処理する。



10) ウエストと裾にロックまたはジグザグをかけて空環を処理する。

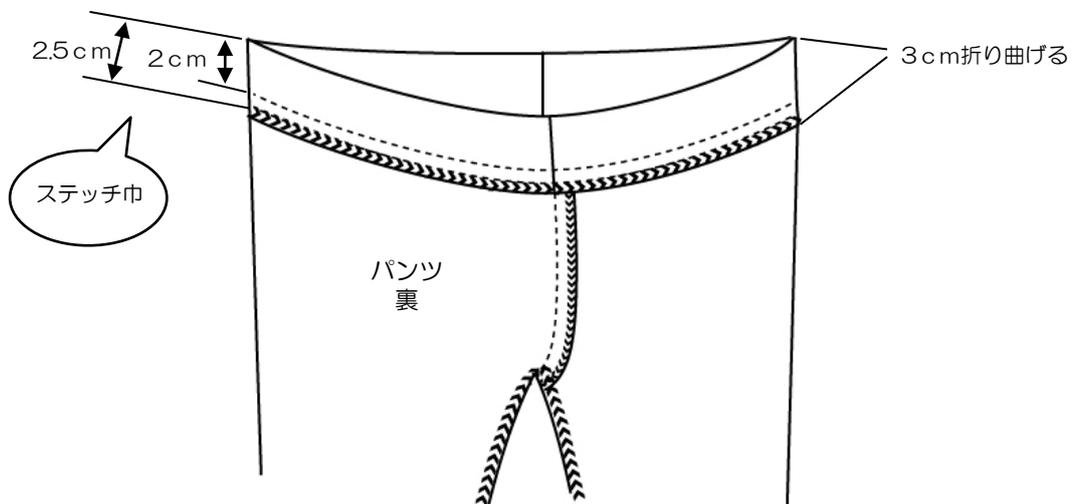


11) 裾を裏側へ2cm折り曲げて、直線ミシンで裾に1.5cm巾程度でステッチをかける。

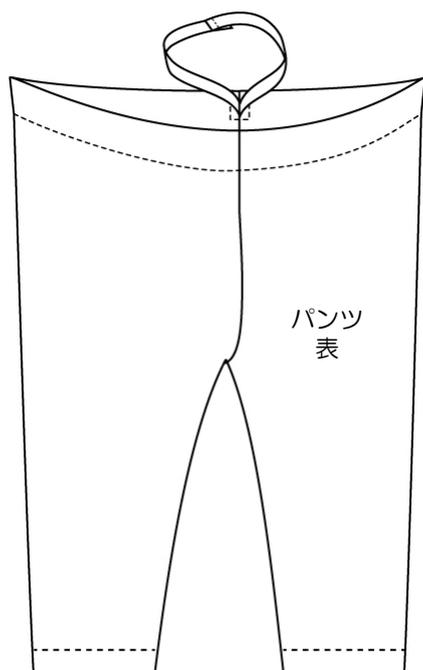


12) ウエストを裏側へ3cm折り曲げて、直線ミシンで2cm・2.5cm巾のWステッチをかける。

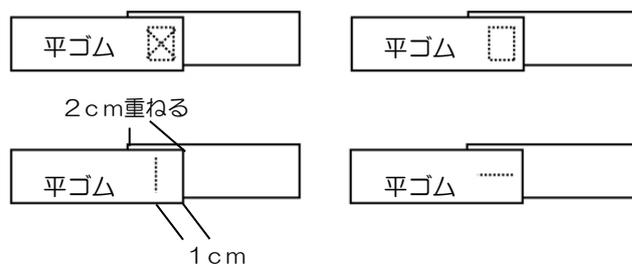
※2.5cm巾のステッチは、折り返した部分がぴらぴらしない為にしております。  
※2本ステッチをかけるのが面倒・またはピラピラしても問題ない方は、ステッチ1本だけでOK。



13) ゴム入れ口から平ゴムを通して縫い止める。

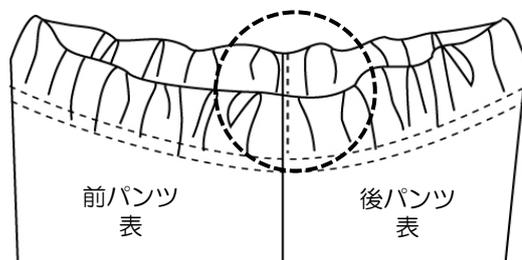


• 平ゴムの縫い方は、お子さんの運動量で縫い方を決めて下さい。  
※ミシン縫いは大変なので、手縫いがオススメです。



14) ゴムのよじれを防止したい場合は、両脇の後パンツ側に直線ミシンでステッチをかけます。

※ゴムのよじれが気にならない方は不要。  
※ゴムの入れ替え時には、このステッチを取り除く必要があります。

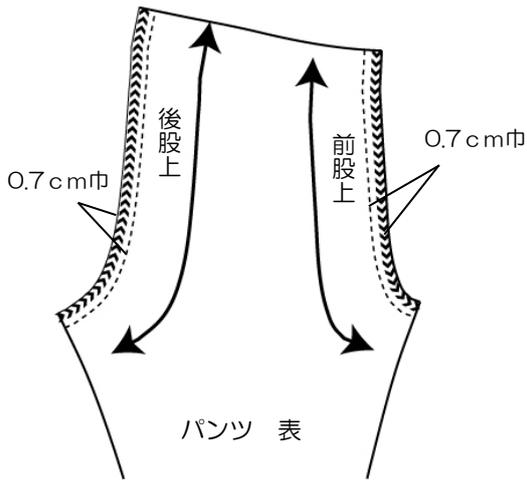


15) 全体的にアイロンで整えて完成です。お疲れ様でした。

1) ~4) までは2ページと同じ。5) から以下の手順にしてください。

5) 前股上・後股上をそれぞれ中表で合わせて、2本針ロック0.7cm巾で縫い合わせ、空環を処理する。

このレシピは、ロックをかける回数を減らす作り方になっております。  
 そのため、縫い合わせ後にロックする部分もありますので、その都度ロックを行うのが面倒な場合は、  
 ここですべてのパーツの全周にロックをかけておいてください。  
 その場合も、穴あき防止と縫い代巾が変わらないように、できるだけメスをロックする事をおすすめします。  
 メスを使用する場合は、生地をカットせず、端から出ている糸のみをカットするようにしてください。



【1本針ロック・ジグザグミシンの場合】

- 直線ミシンで0.7cm巾で縫い合わせ後、縫い代を2枚一緒に、ロックまたはジグザグミシンで始末する。(メスロック)

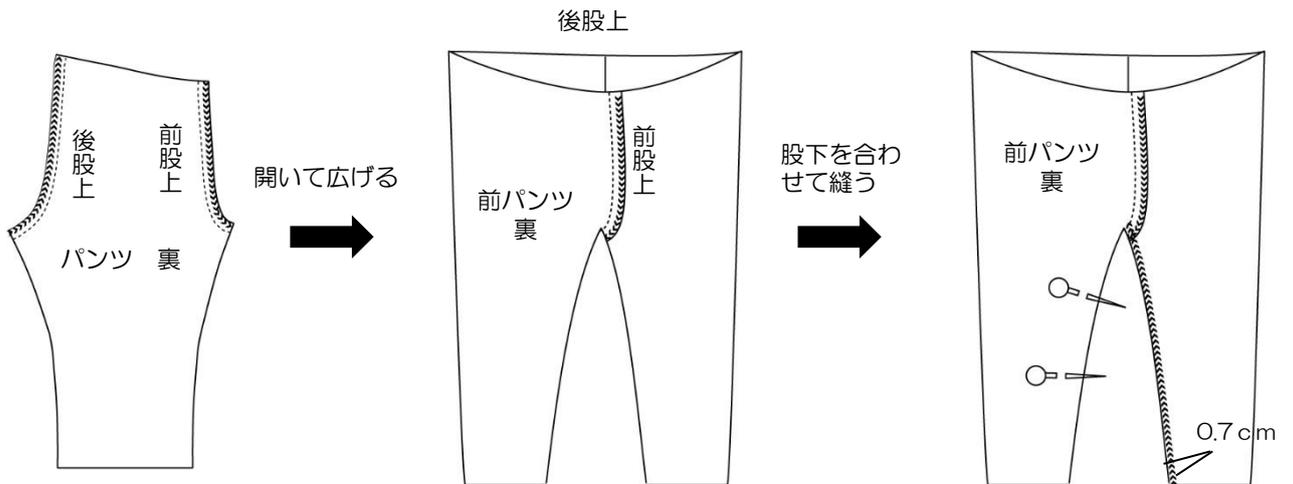
これ以降の工程で2本針ロックで縫い合わせる部分は、同じようにしてください

- 詳しくは【THE BASIC OF SEWING TEXT】に記載しています。

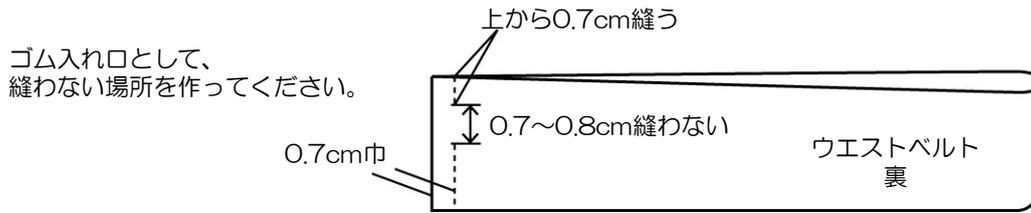
空環の処理方法は、【THE BASIC OF SEWING TEXT】に記載しております。お持ちの方はご確認ください。

※股上の縫い目を丈夫にしたい場合は、直線ミシン0.7cm巾でもう一度縫っておいて下さい。

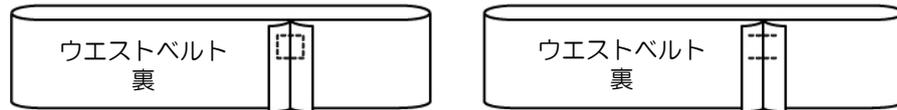
6) 縫い合わせたパンツを広げて、前後の股下を中表で合わせて2本針ロック0.7cm巾で縫い合わせ、空環を処理する。



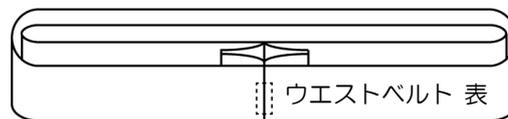
7) ウエストベルトを中表に半分に折って、直線ミシン0.7cm巾で縫います。



8) 先程の縫い代を割って、ゴム入れ口にステッチをかけます。  
(口の字か上下に2本ステッチのどちらかでステッチしてください。)

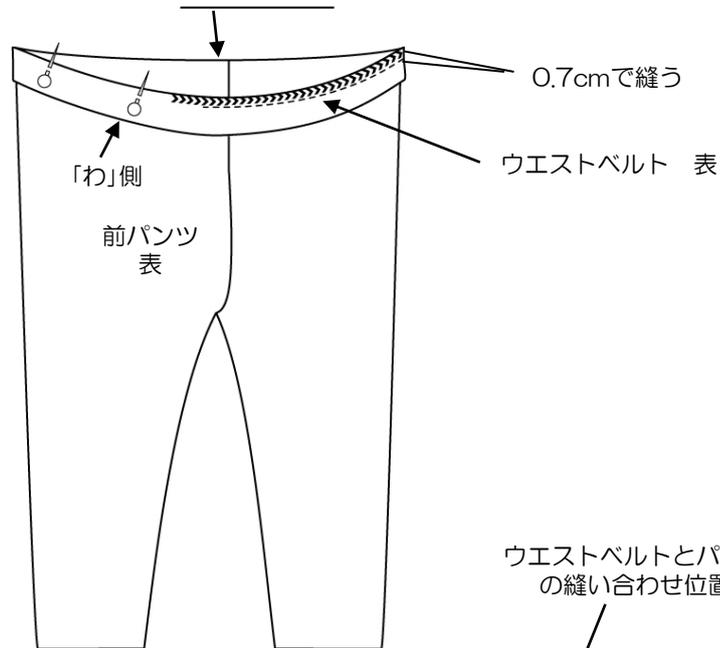


9) ウエストベルト縦をさらに外表で半分に折り曲げる。



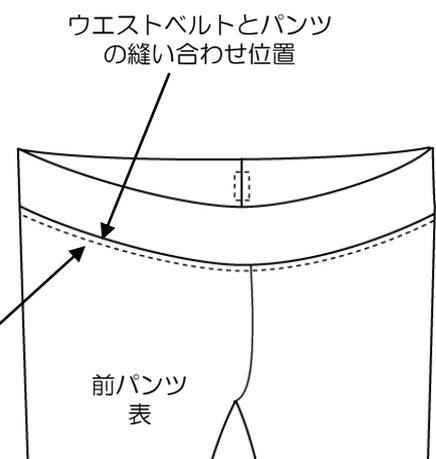
10) パンツとウエストベルトを中表で合わせて、2本針ロック0.7cm巾で縫い合わせて空環を処理します。

ウエストベルトのゴム入れ口は、後中心に合わせて下さい。



11) ウエストベルトの縫い代を下側へ倒して端にステッチをかける。

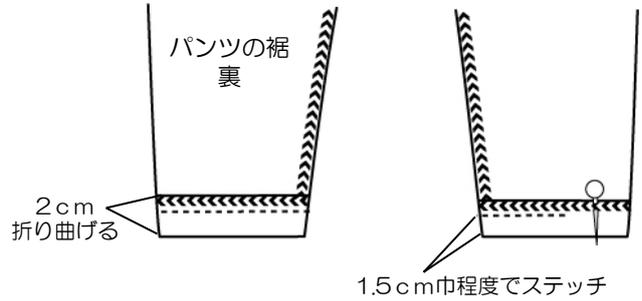
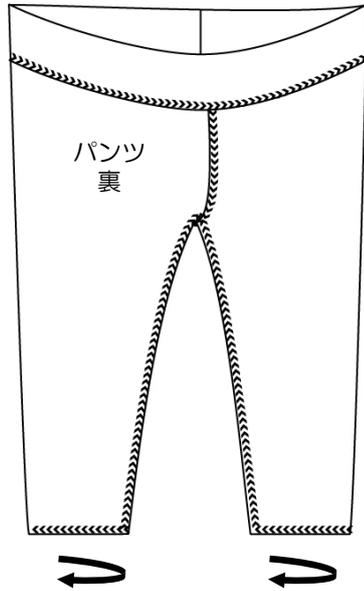
※ウエストベルトとパンツの縫い合わせ線の下から1~5mm巾程度で、直線ミシンでステッチする。



12) 裾上げをします。

①裾にロックまたはジグザグをかけて空環を処理する。

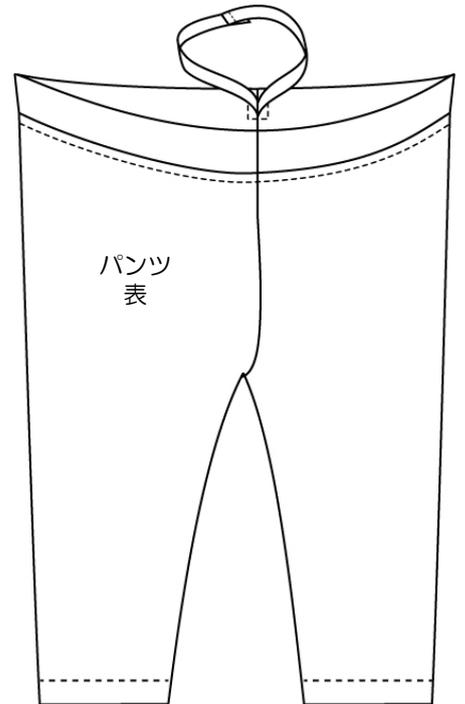
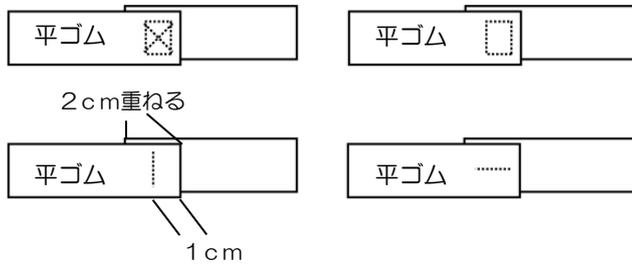
②裾を裏側へ2cm折り曲げ、直線ミシン1.5cm巾程度でステッチする。



股下の縫い代は後へ倒す。

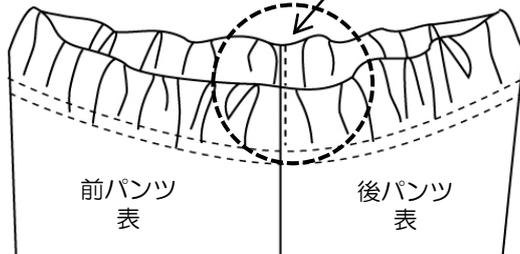
13) ウエストベルトのゴム入れ口から平ゴムを入れて縫う。

ゴムの縫い留め方は、お子さんの運動量で縫い方を決めてください。  
※ミシン縫いは大変なので、手縫いがオススメです。



14) ゴムのよじれを防止するために、両脇の後パンツ側に直線ミシンでステッチをかけます。

ゴムのよじれが気にならない方は、不要。



15) 全体をアイロンで整えて完成です。お疲れ様でした。