

掛け布団カバーの輪になっている方が足元にくるように置く。



その上に三つ折りにした布団をたてに置く（タグが足元にくるように）。



あたま ほう まる
頭の方から丸める。



まる ふとん ふとん なか い
丸めた布団を布団カバーの中に入れる。



ふとんをおくこる
布団を奥に転がしてから、ひろげる。



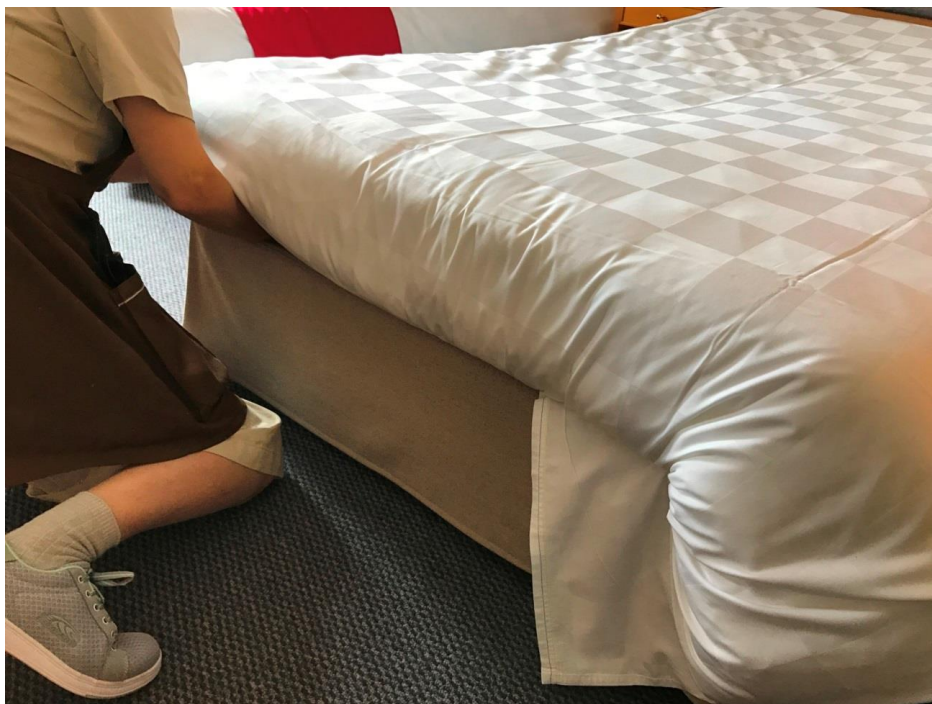
あたまがわわき
頭側の脇から手を入れて、ふとんとと
頭側の脇から手を入れて、布団を整のえる。



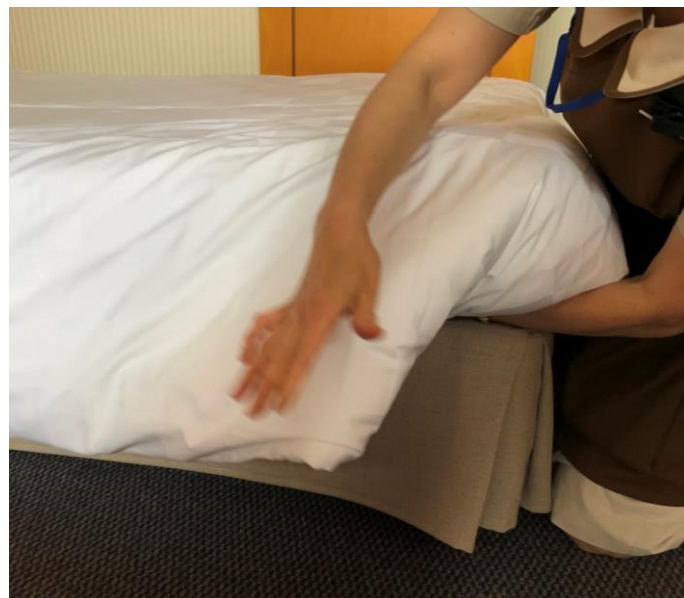
ひだりがわおな
左側も同じようにする。



あしがわ すそ
足側の裾をマットに差し込む。



かど きんかく
角は三角をつくり、わきぶ ぶん すいちょく
脇部分は垂直になるように垂らしておく。



フットスローを^{あしもと}足元から 30 センチのところへ^か掛ける。ベッドの位置をもとに戻す。



枕カバーの中に^{なか}枕を入れ、^{あま}余った部分を中に入れて^{たい}平らに伸ばす。
^{あま}余った部分を中に入れたほうを下にして、^お折り返した方を^{ほう}壁側に向けて^お置く。



全体的に^{ぜんたいてき}しわを^の伸ばして、ナイトガウンを^{かべ}壁と^{はんたいがわ}反対側の^い位置に^ちセットして^{かんせい}完成。

