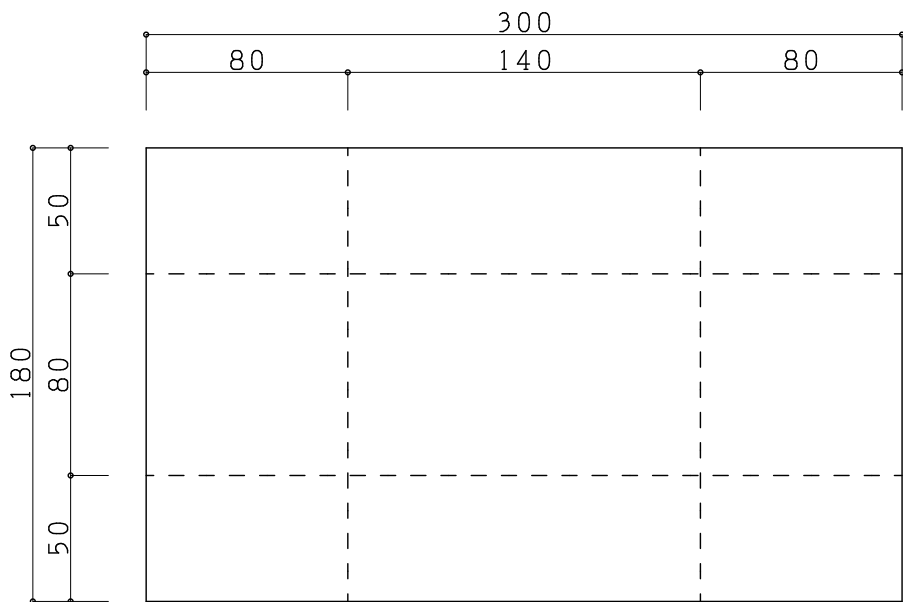
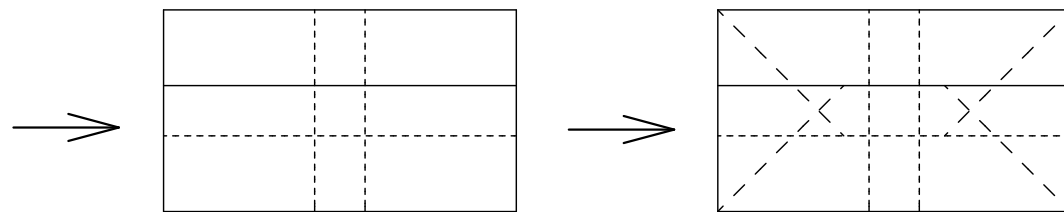


----- 谷折り (Valley fold)

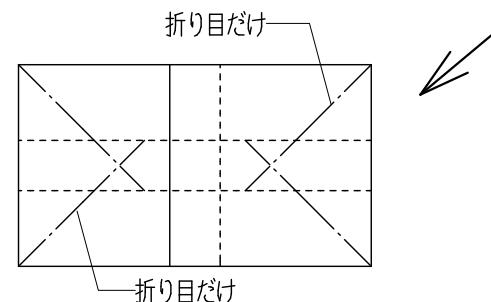


30cm幅のクッキングシートを
18cm引き出して切断

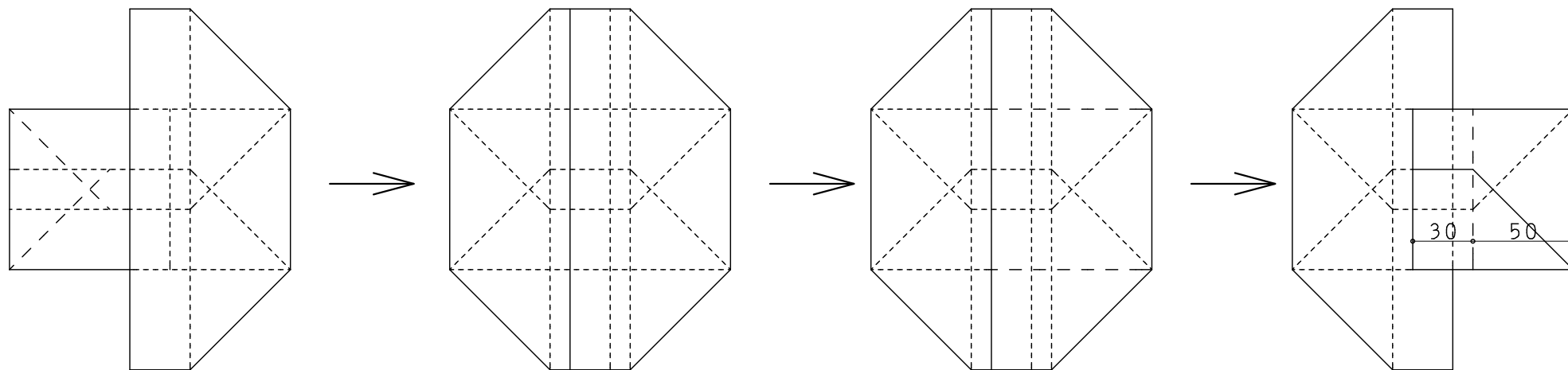


初めに長手方向を折って
次に短手方向を折る。

谷折り部分の折り目をついたら
いったん広げる



今度は先に短手方向を折り
次に長手方向を折る



左右片側ずつ折り目も使って広げる
ここがちょっと難しい;

両側とも同じように折る

片側ずつ谷折りして固める