

■アウトサイドカットシザーワークまとめ

起立した状態で、次の6項目が出来ていればアウトサイドカットのシザーワークはOKです。

■アウトサイドカットのハサミの持ち方

- ☐ ハサミの中間付近を、人差し指の第（一・二・三）関節に食い込ませるように持っている。
- ☐ 小指は小指かけに乗せて、小指の（外側・手前）に力を少し加えている。
- ☐ ハサミは（親・薬）指を動かして（小さく・大きく）開閉できている。

■姿勢・ポジション（右利きの場合）

- ☐ （右・左）足が前、（右・左）足が後ろで構えられている。
- ☐ 右腕とパネルが（ ）である。
- ☐ パネルの（ ）と自分の（ ）が同じである。

■コームの使い方まとめ

シザーワークと一緒に次の4項目が出来ていればコームの使い方はOKです。

- ☐ 粗歯と密歯の（粗・密）歯の方を持つ。
- ☐ （ ）指と（ ）指が下。
（ ）指、（ ）指、（ ）指が
上になるように持つ。
- ☐ コームは（手首・指）を伸ばして、（手首・指）
を曲げる動きで使う。
- ☐ シェープするときは、腕を伸ばして（ ）を引い
てシェープ出来ている。