

## ■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**に力を少しあえている。

□ ハサミをは**親指**を動かして**大一一きく**開閉できている。

## ■姿勢・ポジション（右利きの場合）

□ **左足**が前、**右足**が後ろで構えられている。

□ 右腕とパネルが**平行**である。

□ パネルの**中心**と自分の**中心**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。

- 粗歯と密歯の粗歯の方を持つ。
- 親指と小指が下。  
人差し指、中指、薬指が上になるように持つ。
- コームは指を伸ばして、指を曲げる動きで使う。
- シェープするときは、腕を伸ばして肘を引いて  
シェープ出来ている。