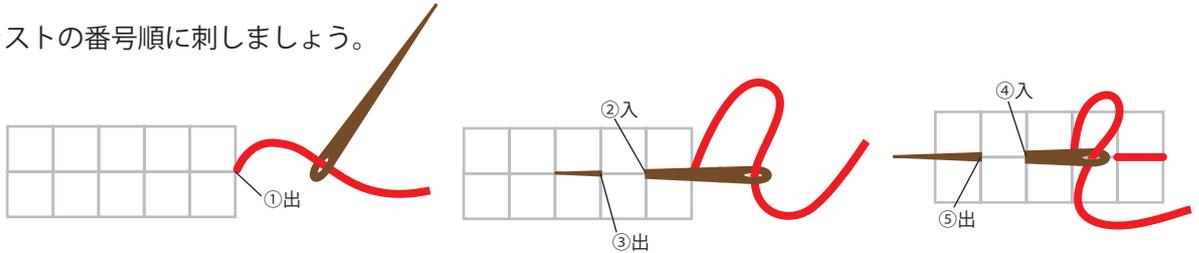


ステッチ図案は印刷できる布に印刷して、使用しましょう。  
特に指定がない限り、ステッチ糸モコの場合1本どり、刺しゅう糸の場合3本どりを針に通し、玉留めしたのを使います。  
まずは右側の基本練習から始めましょう。

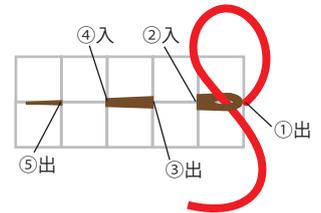
## ランニングステッチ

ランニングステッチはランニング（走る）の意味のとおり、単純に等間隔に針目を出しながら進む刺し方です。

- ① イラストの番号順に刺しましょう。



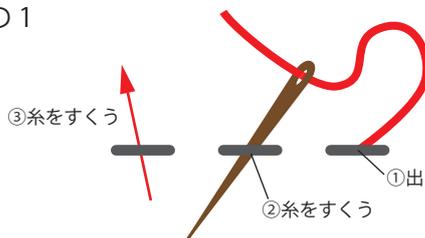
- ② 細かく刺してみましょう。  
慣れてきたら、イラストのように一度に2ヶ所の布をすくってみましょう。



- ③ 曲線をランニングステッチで刺してみましょう。  
(ランニングステッチの長さは好みで刺してみましょう。)

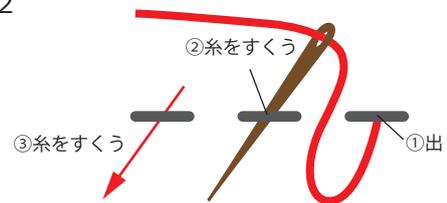
- ④ ランニングステッチの応用編です。  
基本のランニングステッチをした後に、糸の色を変えてイラストの順番通りに刺しましょう。

### その1



これはスレデッドランニングステッチと呼ばれます

### その2

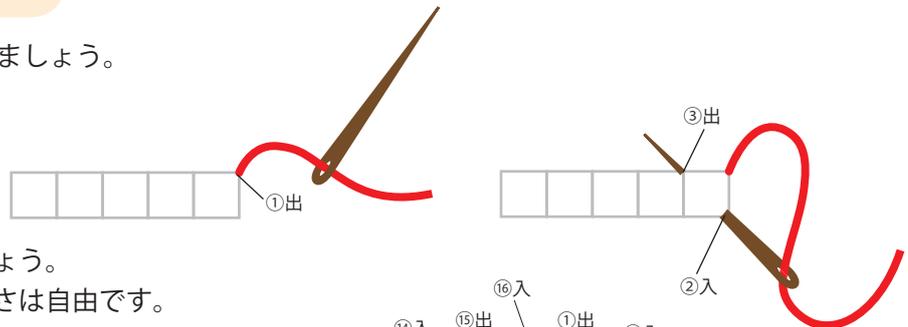


これは巻きつけランニングステッチと呼ばれます

## ストレートステッチ

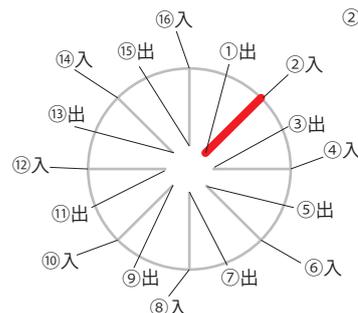
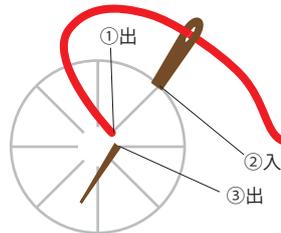
ストレートステッチはまっすぐな線のように刺します。

- ① イラストの番号順に刺しましょう。



- ② ランダムに刺してみましょう。  
ストレートステッチの長さは自由です。

- ③ 放射状に刺しましょう。  
丸く放射状に刺したものは  
サウザンドフラワーステッチ  
と呼ばれます。

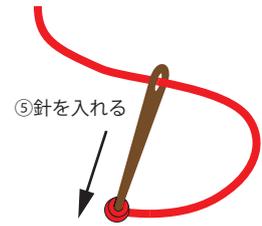
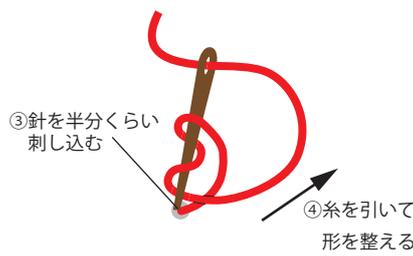
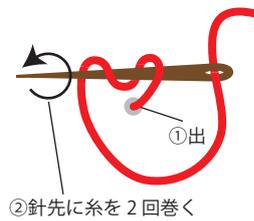


\*丸も四角も刺す  
順番は同じです

## フレンチナッツステッチ

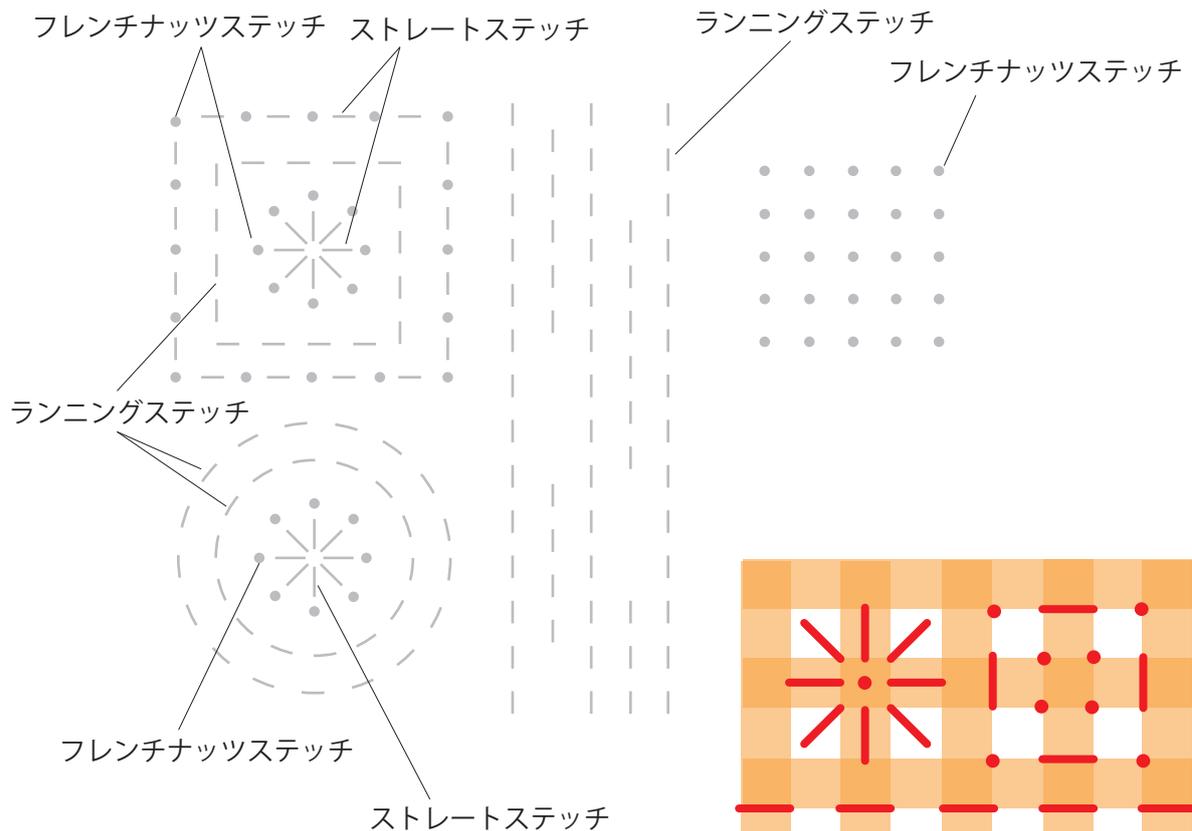
花芯などによく使われるステッチです。針に糸を巻きつける回数や糸の引き加減を調節することでボリュームが変化します。

- ① イラストの番号順に刺しましょう。



- ② 密に刺してみましょう。

基本練習が終わったら、左側の図案を好きな色で刺していきましょう。



チェック模様を利用して、ランニングステッチ、ストレートステッチ、フレンチナッツステッチを刺してみましょう。(こちらはステッチ例です。)

