

寝具の使い方

- ①マットレスを3枚または2枚揃えて、その上に敷きパッドを敷きます。
- ②敷きパッドの上にシーツを敷きます。
- ③もう一枚のシーツを重ねます。
- ④その上に掛け布団、毛布（冬季のみ）を掛けます。
- ⑤枕を枕カバーに入れます。
- ⑥2枚敷いたシーツの上の1枚はえりの部分を折り返します。
- ⑦シーツとシーツの間に入って寝ます。

