

(ベトナム語)

## 布ナプキンの作り方

### Cách làm băng vệ sinh bằng vải

Đối với phụ nữ, băng vệ sinh là vật rất cần thiết. Trong lúc chờ đợi vật phẩm chuyển đến, có thể dùng khăn tay bông hay đồ lót bằng cotton, quần áo cũ .v.v.... những vật có tính hút nước để làm băng vệ sinh một cách đơn giản.

- ① Chuẩn bị vải có độ lớn cỡ khăn tay (20~25cm )



- ② Gấp 1/3 mỗi bên phải và bên trái vào



- ③ Đặt trên quần lót



- ④ Trường hợp không có nước, nếu xếp ngược lại thì vẫn còn có mặt sạch để dùng thêm 1 lần nữa.

