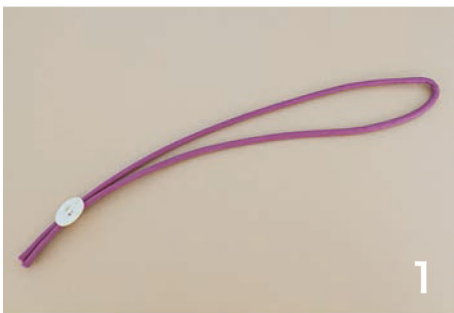
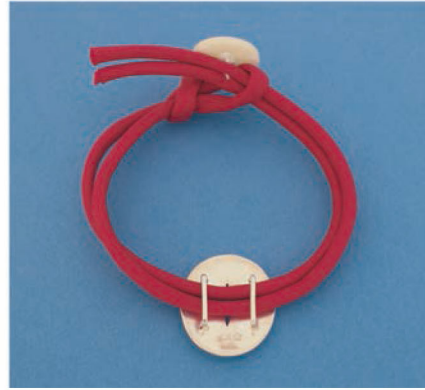


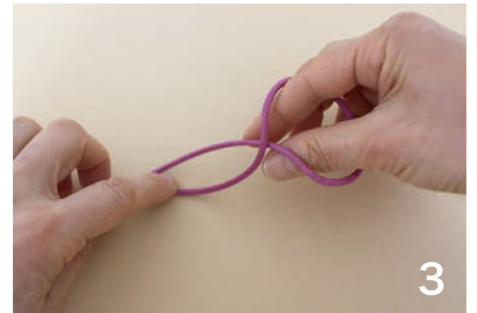
ノットなし（もっとも基本的な使い方）



結び目をほどく



8の字をつくる



8の字の中から指先で
ロープの片側をつまむ



「あやとり」のイメージで
つまんだ部分を手前に引く



小さめの輪でボタンホール
をつくる



ボタンが外れないように
ボタンホールは小さめに



外れないようにロープの先まで
ボタンホールに通す