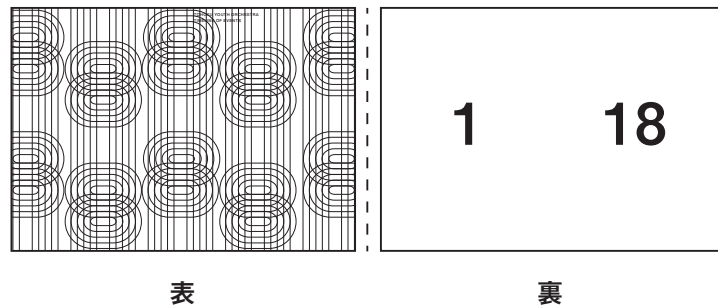


- 1 PDF をダウンロードして、プリンター設定を「A4 サイズ」
用紙の方向は「横向き」、「拡大縮小なし」（倍率：100%）
「両面印刷」の「短辺とじ」で全ページをプリントアウトしてください。
5 枚印刷されます。



- 2 下の図になるような順番で、半分に谷折りにして重ねてください。
ページを綴じたら完成です。

