

http://hdd-check.com/pc_23.html

そこでお勧めしたいのが「カグスペール トスペール」という製品。
これは襖（ふすま）や障子の滑りが悪くなった時に使うもので、材質はナフロン（フッ素樹脂）です。

適当な形に切り抜く必要がありますが、綺麗な形に切り抜くのは難しいので、紙などを綴じる時に使うパンチで抜きました。