

沐浴について



- ・ 目的
- ・ 必要な物品
- ・ ポイント
- ・ こんな時は沐浴を避けましょう

八千代市 子ども部
母子保健課 保健師

沐浴の目的



- ・赤ちゃんの肌を清潔にする。
- ・新陳代謝を盛んにし、母乳やミルクの飲みをよくする。
- ・赤ちゃんの体全身をよくみる。

必要な物品

- ①ベビーバス
- ②洗面器
- ③ベビー用石鹸
- ④ガーゼハンカチ
- ⑤沐浴布
- ⑥湯温計
- ⑦おむつ
- ⑧着替え
- ⑨バスタオル

※オムツ・着替え・バスタオルはあらかじめ組んでおき、バスタオルを乗せて準備しておきましょう。



沐浴のポイント

- 室温は20°C以上にしておきましょう。
- 授乳直後や空腹時は避けましょう。
- お湯の温度は夏38°C、冬40°Cくらいにしましょう。
- 入浴時間は5～10分以内にしましょう。
- 生後1か月まではベビーバスを使用しましょう。生後1か月を過ぎたら、自宅のお風呂で毎日お湯を替えて保護者の方と一緒に入ることもできます。



こんな時は沐浴を避けましょう

赤ちゃんが

- 発熱している
- 長時間機嫌が悪い
- 元気がない



こんな時は首筋、顔、耳の後ろ、わきの下、おしりを
お湯をしぼったガーゼなどできれいに拭いてあげてください。