

赤ちゃん用品の準備と沐浴の方法

赤ちゃん用品の準備

季節によって必要なものは多少異なりますが、28週ぐらいまでにはそろえていきましょう。
買ったばかりの衣類などは「水通し」といって、一度洗濯をして日光に当て準備をしましょう。

必要物品



【衣類】

- ・短肌着(3~5枚) ・長肌着(3~4枚、秋冬生まれの子)
- ・おくるみ(1~2枚) ・おむつ ・ベビー服(2~3枚) ・ガーゼ

【寝具】

- ・敷布団 ・掛け布団 ・毛布(秋冬生まれの子) ・バスタオル

沐浴について

沐浴を控えたほうがよい時

*機嫌が悪く元気がない *体温が高い(37.5度以上) *下痢がひどいとき

沐浴の準備

部屋

湯などを使いやすく排水しやすい所・室温調整(20度前後)

必要物品

- ・ベビーバス ・洗面器 ・湯温計 ・石けん ・沐浴布 ・体温計 ・ガーゼ
- ・綿棒 ・爪切り ・くし ・おむつと着替え ・バスタオル

入浴させる人の準備

- *爪切り・手洗い・指輪等のアクセサリー、時計等を外す
- *髪の長い人は結ぶ

湯の温度の確認(夏:38度、冬40度)

入浴時刻

授乳前後を避けて毎日だいたい同じ時間

入浴時間

5~7分くらいを目安に



▲ 着替えは事前に組んでおくと便利です

赤ちゃんの爪の手入れについて

週1回ぐらいのペースでチェックしましょう。
沐浴・お風呂の後は爪がやわらかくなって深爪する恐れがあるので、爪の手入れは避けましょう。
熟睡している間に切ってもいいのですが、突然動くこともあるので、しっかり押さえて切りましょう。

沐浴の手順

- ① 湯に入れる前に目や顔をふく。
目を拭くときは、片目ずつガーゼの面をかえる。



- ② 裸にして沐浴布でおおう。



- ③ 急に入れるとびっくりするので、
足から静かに入れる。



- ④ 頭から体の下に向かって洗う。湯や
石けんが目や耳に入らないように洗う。



- ⑤ 全身を洗っていく。(首、脇の下、股など皮膚が重なっている部分は丁寧に)



- ⑥ 背中を上にして背中やお尻をよく洗う。



- ⑦ かけ湯をして石けんを落とす。



- ⑧ バスタオルで水分を拭く。
(皮膚の重なり合っているところは皮膚を伸ばして水分をよくふき取る。)

- ⑨ おむつをあて衣類を着せる。

お着替えを済ませたら・・・

*おへその処置

退院時、へその緒がとれていないときにはおへその処置について医師・助産師の指導を受けておく

*必要時綿棒で耳や鼻の水分を拭く

*入浴後飲むようならば母乳やミルクを飲ませる

