

沐浴（もくよく）の方法

沐浴の時に必要な物品（例）

- ・ ベビーバス
- ・ 洗面器
- ・ バスタオル（湯上り用）
- ・ 温度計
- ・ 綿棒、消毒綿など
- ・ 爪切り
- ・ おむつ、おむつカバー
- ・ 哺乳びん（湯冷まし、麦茶など）
- ・ 石鹼、沐浴剤（スキパープ など）
- ・ 水、お湯
- ・ 洗い布（ガーゼなど）
- ・ くし、ブラシ
- ・ ベビーオイル
- ・ 着替え用衣類
- ・ 沐浴布（下着などでも可）



① おむつだけにして、沐浴布で体をくるむ。（こわがらないようにするため）

② 洗面器のきれいなお湯にガーゼをひたし、しぼって最初に目頭から目尻にふく。ガーゼをゆすぎ、他方の目頭から目尻にふく。次にひたいからほほ、あごの順に3の字、8の字を書くようにふき、最後に耳をふく。



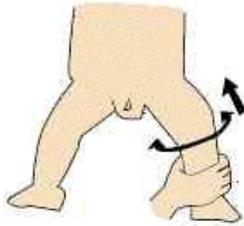
③ 洗面器のお湯で頭をぬらし、石鹼をつけ、④ 石鹼分を十分にすすぎ、石鹼かすを残さなく泡立てながら保育者の指で軽く頭をこす。ガーゼをしぼって顔をふく。

- ⑤ ベビーバスに入れ、まず首、胸、腕の順に洗う。

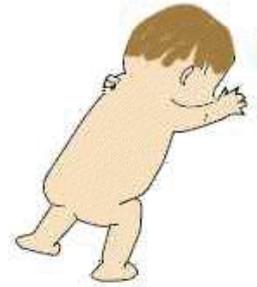


首のくびれたところはVの字に洗い、腕は片手でつかむようにして、手の方からくるくる回しながら洗う。

- ⑥ 足も同様に足先からくるくる回しながら洗う。



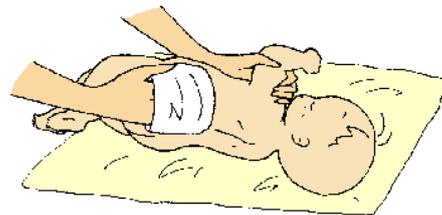
- ⑦ 背中を洗うために向きを変える。(保育者の手のひらに胸を乗せるようにうつぶせにする。) なでるように背中を洗い、首も洗う。そのままお尻も洗う。



- ⑧ 前向きにして股をていねいに洗う。



- ⑨ お湯の温度を調節して体を温め、沐浴布をはずしてからバスタオルにあげる。バスタオルで全身をこすらず、おさえるようにしてふく。



- ⑩ 身だしなみを整える。

- 髪の毛を整える。
- 片手で頭を押さえ、綿棒で耳の入り口やまわり、耳のうしろの汚れを取り除く。
- 首をしっかり押さえ、綿棒に少量のベビーオイルをつけて鼻の入り口付近を軽く清掃する。
- 爪が伸びていたら切る。

- ⑪ 湯冷まし、麦茶などで水分を補給する。

