

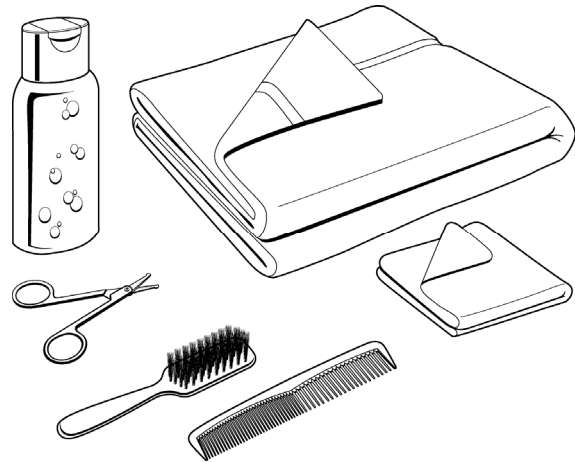
How to Bathe Your Newborn Baby

You will not need to bathe your baby every day. A bath of the whole body can be given 3-4 times a week. On the other days, wash the hands, feet and diaper area with soap and water. Wash the face with water only. Special care is needed until the umbilical cord area and circumcised penis have healed:

- Do not give your baby a tub bath until the umbilical cord falls off and the area is healed. The cord falls off in 10 to 14 days. Until this happens, give your baby a sponge bath.
- If your baby boy has been circumcised, **do not** give him a tub bath until the circumcision heals. Gently clean the penis with warm water each day.

Supplies

- A soft wash cloth
- A bottle of baby wash
- Towels
- A container filled with water if you are not near a sink
- A diaper
- Clothes
- A blanket
- A comb or hair brush
- Manicure scissors or clippers



Safety Tips

- The temperature of the water should be 100 degrees F or 37 degrees C to prevent chilling or burning. If you do not have a bath thermometer, use your wrist to test the water. It should feel warm, **not** hot.
- The room should be free of drafts, such as open windows or fans.

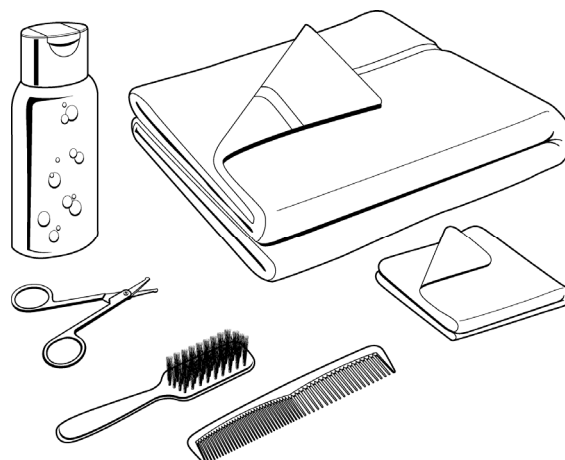
新生児の沐浴の仕方

新生児は毎日沐浴させる必要があります。全身浴は週に3～4回行ってください。それ以外の日には手、足、おむつの当たる部分を石けんで手洗いします。顔は水だけで洗ってください。へその緒付近や環状切除手術後の陰茎が治癒するまで特別なケアが必要です。

- へその緒が取れ、患部が治癒するまで沐浴させないでください。へその緒は10～14日ほどで取れます。それまで、赤ちゃんはスポンジバスで洗ってください。
- 男の子の赤ちゃんに包茎手術を施した場合、患部が治癒するまで沐浴させないでください。毎日ぬるま湯で陰茎をやさしく洗ってあげてください。

用意する物

- 柔らかい洗面用タオル
- ベビー石けんのボトル
- タオル
- 水を入れた容器（洗面器が近くにない場合）
- おむつ
- 着替え
- 毛布
- 櫛またはヘアブラシ
- ネイル専用ばさみまたはクリッパー



安全のためのヒント

- 赤ちゃんが冷えたりやけどしたりしないように、お湯の温度は37℃ (100°F) にします。風呂用の温度計がないときは、大人が手を入れて確かめてください。温かく感じる程度なら大丈夫です。熱い状態は避けてください。
- 浴室は開いた窓やファンなど通風口がない状態にします。

- **Never leave your baby alone**, even for a second. If the telephone rings or someone knocks on the door ignore it and finish the bath. Accidents can occur quickly.
- Always support the baby's head during the bath. Keep a firm hold on your baby. A soapy baby can be very slippery.

How to Bathe Your Baby

You can use a sink basin or infant tub. It is best to bathe your baby before a feeding.

- Arrange all of your supplies within easy reach.
- Wash your hands.
- Fill the basin or infant tub with warm water.
- Test the water for the correct temperature.
- Undress your baby and place him or her in the basin of water or on the folded towel if a sponge bath is being given.
- Use only water and a clean washcloth to clean the area around the eyes. Begin with the inside of the eye and wash toward the ear. Use a clean part of the washcloth and wash the other eye.
- Wash your baby's face with water only.
- Use your little finger tucked inside a wet washcloth to clean the ears. Never use Q-tips inside your baby's ear.
- To wash your baby's hair, tilt the head back while supporting the head and neck. Wet your baby's head with water. Add some baby wash to a damp washcloth and work up a lather. Apply the lather to your baby's head. Gently rub the lather over the head from front to back to keep suds out of the eyes. Rinse the head with clean water and pat dry with a towel.



- たとえ少しの間でも、**赤ちゃんを1人にしないでください**。電話が鳴ったり、誰かが訪ねてきても、風呂が終わるまでは無視しましょう。事故は一瞬で起こり得ます。
- 沐浴中は赤ちゃんの頭を常に支えておきましょう。赤ちゃんはしっかりと支えましょう。石けんがついていると赤ちゃんはよく滑ります。

赤ちゃんの沐浴の仕方

洗面台やベビーバスを使用します。授乳前に入浴させるのがベストです。

- 用意した物はすべて手の届く場所に並べます。
- 手を洗います。
- 洗面器またはベビーバスにぬるま湯を入れます。
- お湯が適温かどうか確認します。
- 服を脱がせて赤ちゃんを洗面器に浸けるか、スポンジバスの場合はたたんだタオルの上に寝かせます。
- 目の周りは水と清潔な洗面用タオルのみで拭きます。目の内側から耳にかけて拭きます。洗面用タオルの清潔な方を使用してもう片方の目の周りを拭きます。
- 水だけで顔を洗います。
- 耳は自分の小指をぬれた洗面用タオルで包んで洗います。赤ちゃんの耳の中には絶対に綿棒を入れないこと。
- 髪の毛を洗うには、頭と首を支えながら頭を後ろへ傾けます。赤ちゃんの頭を水で濡らします。ベビー石けんを水を含ませた洗面用タオルに付けて、泡を立てます。泡を赤ちゃんの頭に塗ります。前から後ろにかけて泡でやさしく頭をこすり、泡が目に入らないように注意します。きれいな水で頭をすすぎ、タオルで軽くたたきながら乾かします。



- To wash the baby's body, work up lather with the washcloth. Start with your baby's neck and wash the back, stomach, arms, and fingers. Rinse the washcloth, then rinse the area just washed with water. Repeat the rinsing and lathering of the washcloth and clean the legs and feet.
- Clean your baby's diaper area last. Clean this area beginning with the front, and then move towards the buttocks.
 - For girls, clean the genitalia from front to back. This avoids getting stool into the opening leading to the bladder, which may cause an infection.
 - For boys, gently wash the penis with baby wash and water.
- Rinse and dry your baby with a clean soft towel.



After the Bath

- Dry your baby well.
- Dress your baby.
- Comb or brush your baby's hair.
- Clean your baby's fingernails and toenails with a washcloth. Use baby clippers to clip the nails. Trim nails at least once a week. Keep your baby's nails short, so the skin will not get scratched.

Talk to your baby's doctor or nurse if you have any questions or concerns.

- 赤ちゃんの体を洗うには、洗面用タオルで泡を立てます。首から始めて背中、お腹、腕、指の順に洗います。洗面用タオルをすすぎ、洗った部分を水で流してあげます。再び洗面用タオルをすすぎ、泡を立てて脚と足をきれいにします。
- おむつの当たる部分は最後に洗います。この部分は前から始めておしりにかけてきれいにしてください。
 - － 女子の場合 - 性器を前から後ろに拭きます。これは、うんちが膀胱の入り口について感染症を起こさないようにするためです。
 - － 男子の場合はベビー石けんと水でやさしく陰茎を洗ってあげます。
- 赤ちゃんの体をすすぎ、清潔で柔らかいタオルで拭いてあげてください。



沐浴後

- 赤ちゃんをよく乾かします。
- 服を着せます。
- 髪の毛をとかすか、ブラシをあてます。
- 洗面用タオルで手足の爪をきれいにします。爪を切るにはベビークリッパーを使用します。爪は1週間に1回は切りましょう。赤ちゃんが爪でひっかけ傷を作らないよう、赤ちゃんの爪は短くしておきましょう。

質問や不明な事項については、赤ちゃんのかかりつけの医師または看護師にご相談ください。