

赤ちゃんのスキンケア

基本の肌は3歳までに作られると言われています

肌をきれいに保つことは食物アレルギーを防ぐことにもなるので すべすべ肌をめざしましょう

スキンケアのファーストステップは**皮膚を綺麗に洗う**ことです

固形・液体・泡状どの石鹸を使っても大丈夫ですが逆さまにしても落ちないくらいのきめ細かい泡にしましょう

関節や首まわり・おしりの割れ目などは特にしっかりしわを伸ばして洗いましょう

保湿のタイミングは

- ・朝起きて顔を拭いた後
- ・汗・よだれ等の汚れを拭いた後
- ・お風呂から出たら出来るだけ早く
オムツ替えや着替えの時にも一緒に保湿するのも良いですね



保湿剤の塗る目安

保湿剤はたっぷりティッシュが体にくっつく程度 肌がテカるのも目安です

容器入りの場合は小さじ1杯(4g)が乳幼児全身1回分です

まだまだ乾燥している季節です。愛情いっぱいのスキンケアで つるつるすべすべお肌 をめざしましょう

おやこふらっとひろば東灘

2025.3月

