

“重曹”と“酢”を使うと少量の水でも簡単に効果的なケアができます！

【水があまり使えないときのケア 04】《ベビーケア編》



●肌にあざしいおしりふき

ウエス*や、キッチンペーパーなどに「重曹水」をたっぷりスプレーし、おしりを優しく拭いてあげましょう。

うんちもおしっこも、すっきりキレイに拭き取れるので、肌を清潔に保つことができます。かぶれの心配も少なくなります。

うんちやおしっこで汚れたウエスやキッチンペーパーは、捨ててください。

《重曹水のスプレー》

スプレーボトルに、重曹をひとつまみいれてコップ1杯程度の水(ぬるま湯)で溶かします。スプレーボトルがない場合は、タッパーやペットボトルに同分量で重曹水をつくり、布を湿らせます。

《*ウエスをつくる》

古着や古くなったタオルなどを、20cm×20cmぐらいの大きさに切っておきます。肌を拭う布は、やわらかく吸水性の良いものが適しています。

●布おむつの洗濯 ~重曹で洗う + 酢ですすぎ~ 軽い汚れ(おしっこだけ)なら石けんなしでもOK!

《重曹で洗う》

大きめの洗面器などに水(ぬるま湯)をいれ、重曹をひとつかみ入れて溶かします。

衣類を漬け置きし、20分ぐらいたった後、押し洗いします。

部分的に汚れているところがあったら、その部分だけ石けんを使ってつまみ洗いします。

布おむつをよく絞ってから、新しい水で一度すすぎます。

《酢ですすぎ》

新しく水をかえ、酢をおちょこ1杯程度入れ、布おむつをすすぎます。

※洗濯前に、うんちをトイレや、ポリ袋に捨てておきます。

※おしっこのニオイが気になる場合、酢水に一晩浸けてから洗濯します。

洗濯前に酢水に浸け置きすることで、独特のアンモニア臭を防ぐこともできます。

●タライで重曹の風呂

タライにお湯をいれ、ひとつかみの重曹を溶かして、入浴させてあげましょう。

お湯がやわらかくなり、体が温まります。体を洗うときは、お湯に入れたまま、

やわらかいガーゼなどで、全身を優しく拭いてください。

肌の汚れもきれいになり、石けんをつかわないので、滑りにくく、すすぎもいりません。