保健師が悩みにお答えします！

Q 夏の子どものスキンケアは？

A

子どもの肌は大人と比べ皮膚が薄く潤いが少ないため一年中乾燥しがちです。皮膚には外部の刺激から体を守り、適度な潤いを保つ働き（バリア機能）がありますが、子どもはこの機能が未熟なため、毎日のこまめな保湿ケアが大切です。子どもはよく汗をかくためそのままにせず、シャワーでさっと流したり、ぬるま湯でしぼったタオルでやさしく拭くなど汗を残さないことがかゆみや肌荒れの予防になります。また、赤ちゃんの肌を洗う時は、刺激を与えないよう石鹸などをよく泡立てて洗い、お湯でよく流し、軽く肌を押さえるようにして水分をふきとりましょう。その後の保湿も忘れずに！

▲子育てQ&A
バックナンバー

チャッピー サポートセンター

妊娠・出産・育児の疑問や不安を
ひとりで悩まずご相談ください

市役所本庁舎２階　559-5093
総合福祉保健センター　559-6288
Mail : kosodate@city.sanda.lg.jp
月～金（祝日除く）9：00- 17：30