

# おむつ替えにチャレンジしてみよう!

## 紙おむつの場合

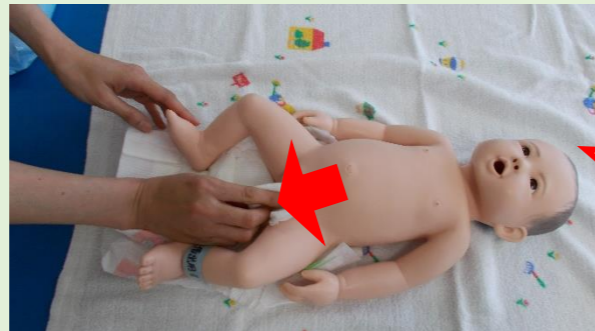
### ①新しいおむつを下に敷く

おしりを片手で持ち上げ、もう一方の手で、新しいおむつをおしりの下に敷きます。



### ②外陰部/おちんちんとその周りを拭く

女の子の場合、外陰部は上から下に拭く。足の付け根付近も忘れずに!



<男の子の場合>  
おちんちんや陰囊の裏側に汚れがたまりやすいので忘れずに!

### ③おしりを拭く

肛門と肛門周りの汚れをしっかりと拭き取る。



### ④汚れたおむつを引き抜く

汚れたおむつは、クルクルと丸め込み、引き抜く。



### ⑤新しいおむつをあてる

おなか周りに指が2本入るくらいゆとりを持たせてテープ留めする。漏れないように、ギャザーも立たせましょう。



・両足首を握っておなかの方に倒せば、自然とおしりが浮いてやりやすいですよ!  
・膝を伸ばして足を上に引っ張ると股関節脱臼のおそれがあるので、注意しましょう!

## 布おむつの場合

### ①新しい布おむつを下に敷く

### ②外陰部/おちんちんとその周りを拭く

### ③おしりを拭く

①~③の方法は、紙おむつと同様です。

### ④布をあてる

布の厚みは、  
女の子:後ろを厚く  
男の子:前を厚く



### ⑤カバーのベルトを留める

布がカバーからはみ出ないように収め、おなか周りに指が2本入るゆとりを持たせましょう。

