

# 『お風呂で』

性器の洗い方・・・男の子と女の子でつくりは違うけれど洗い方を知れば簡単！  
汚れが溜まりやすいところなので、しっかりキレイにしてあげましょう。

## 男の子も女の子も、共通して洗うところ

どちらも足の根元の汚れが残らないようにしましょう。

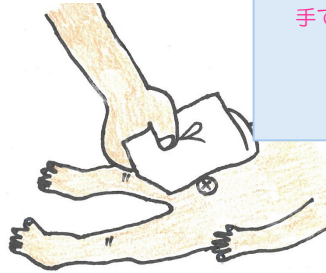
**洗う** 指を使ってくびれもしっかり

足の付け根を洗う  
おなかの下や  
足の付け根など、  
くびれ部は指を入れて  
よく洗う



**流す** 手でなでるように石けんを落とす

手でなでるように石けんを落とす  
お湯の中に体をつけて、  
手でなでるようにして  
泡をしっかり流す

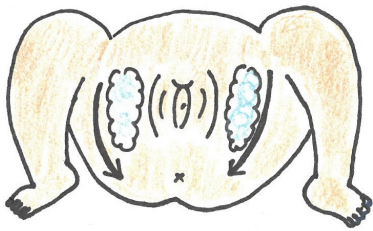


足の付け根も  
きれいにね

## ♀ おまた

どこまで洗うのかわからないという声が多い女の子のおまたです。  
外側は石鹸で洗うけれど、ひだの内側はお湯で流すだけでOKです。

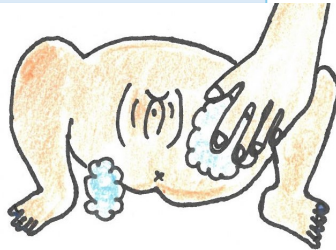
**洗う** おまた洗いは前から後ろへ



湯船の中で大陰唇の外側に  
石けんをつけ、前から  
後ろの方向に向かい洗う

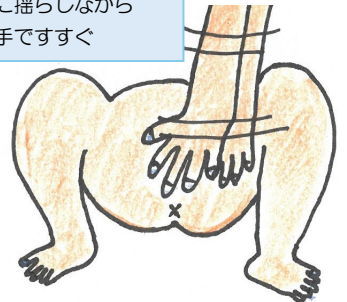
**流す** お湯につけて泡を落として

手で石けんを付けた  
ところをなでるように流す



ひだの中はお湯ですすぐ

大陰唇の内側にうんちが  
残っていることがあるため  
左右に揺らしながら  
手ですすぐ

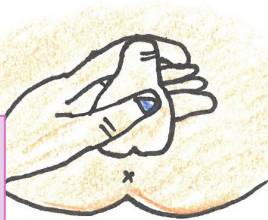


## ♂ おちんちん

4か月健診以降は、次のようにシワを伸ばして洗いましょう。

**洗う&流す** おちんちんを持ち上げて

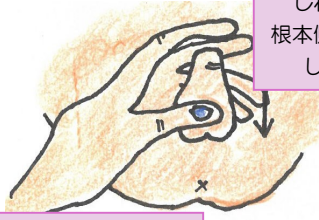
おちんちんの裏が  
汚れていることが  
あるため  
持ち上げて洗う



皮をもとに戻す

皮を下に引っ張りピンと伸ばす

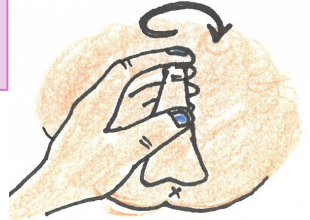
しわしわの皮を  
根本側に引っ張り、  
しわを伸ばす



ひっかかりがあったら  
そこで引っ張るのをやめる

たまたまのシワや裏側も

おちんちんの先をゆすぐ



おちんちんの先を  
回すようになでですすぐ



伸ばしていた皮を  
元にもどす

たまたまのシワや  
裏側もすすぐ



上がる前に  
しっかりと  
流しましょう！