

## 生後1か月以降の入浴情報不足が浮き彫りに。 “お子さまとの入浴後、自分のケアまで手がまわらない親”が4割という結果も。 ～「赤ちゃんのいる暮らし研究所」が2月6日“ふろの日”に向け情報発信～

株式会社赤ちゃん本舗（本社：大阪市中央区 <https://www.akachan.jp>）の調査・研究機関「赤ちゃんのいる暮らし研究所」は、0歳以上のお子さまがいるアカチャンホンポアプリ会員1,287名を対象に『お子さまとのおふろ』に関する実態調査を実施しました。

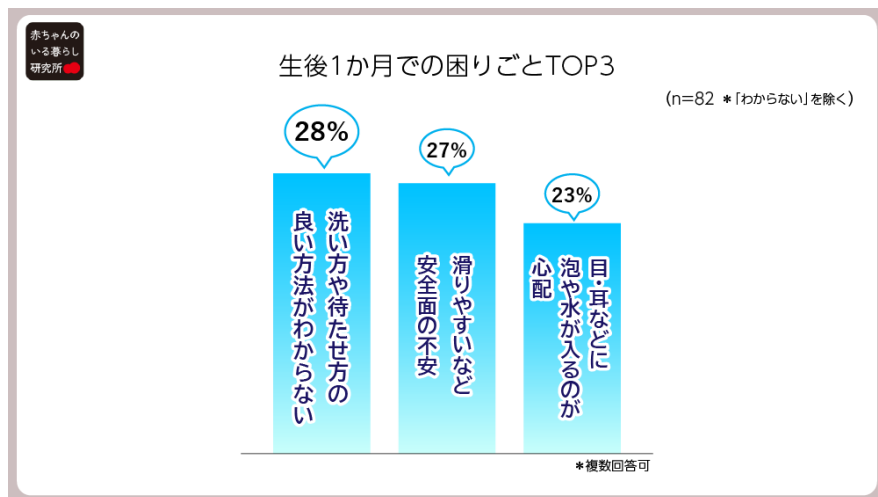
また、調査結果をもとに、月齢ごとに変化する「洗い方」や「困りごと」をまとめたWEB記事を、2026年1月22日（木）より同研究所サイト（[https://www.akachan.jp/ah\\_lab/](https://www.akachan.jp/ah_lab/)）で公開いたしました。

本リリースでは、調査で明らかになった『お子さまとのおふろ』のアンケート結果について一部公開いたします。

### 調査結果

お子さまとの“おふろ”には、日々さまざまな変化や困りごとがあることがわかりました。

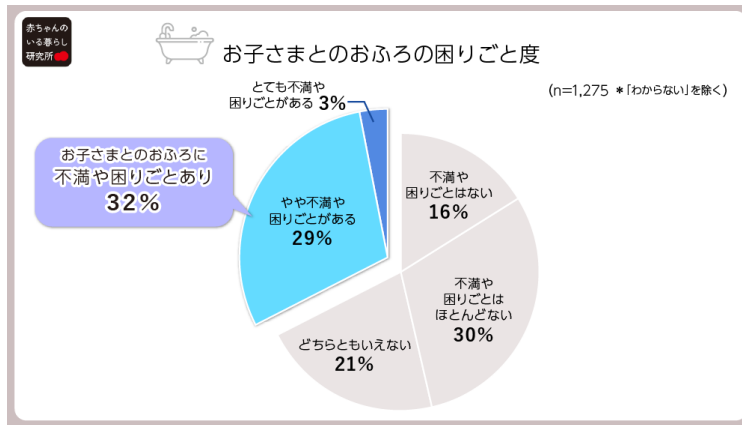
### <生後1か月以降、「どう洗う？ どう待たせる？」と悩みを抱えているママ・パパが最多>



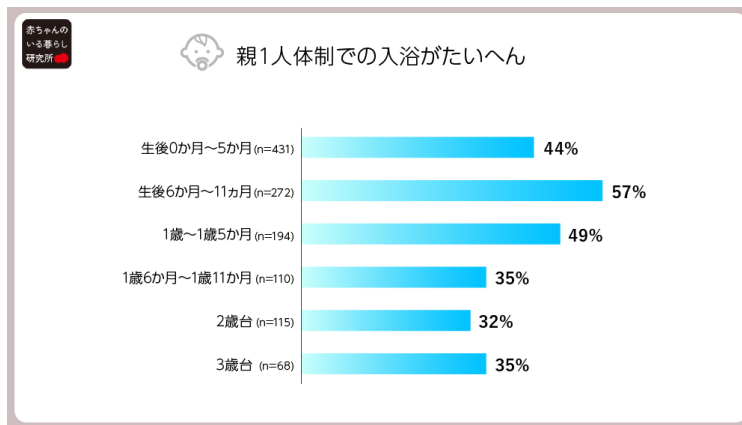
一般的に、生まれてからおよそ1か月間<sup>(※)</sup>はベビーバスを使った「沐浴（もくよく）」で赤ちゃんを清潔に保つのが基本とされています。

しかし、本調査の結果では、生後1か月健診で医師から「大人と同じ浴槽に入れていい」と言われてからも、多くのご家庭でしばらくベビーバスの使用を続けていることがわかりました。まだ首がすわっていない赤ちゃんをどう洗い、親が体を洗う間にどこで安全に待たせればいいのかなど、育児情報が溢れているように見える今も、具体的な情報が不足していることが浮き彫りになりました。※個人差があります。

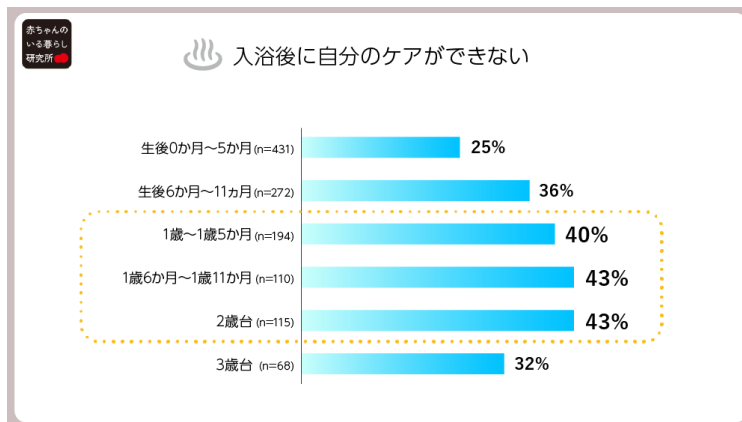
## <お子さまとおふろ、約3人に1人が“モヤっと問題”を抱え中>



## <親1人体制でのおふろタイムは負担が大きい>



## <1～2歳期のおふろ上がり、約4割の親が“自分を後回し”>



多くの人にとっては、入浴はその日の疲れを洗い流して心身をほぐすひとときです。しかし、お子さまと一緒に入浴する場合は、負担や課題が生じやすいことが今回の調査で明らかになりました。  
“おふろ”は育児における大切な日常行動である一方、ママ・パパにとっては多くの困難が潜んでいることわかりました。

#### <調査概要>

調査機関 : 赤ちゃんのいる暮らし研究所  
調査対象 : 0歳以上のお子さまがいるアカチャンホンポのアプリ会員  
調査期間 : 2025年12月19日(金)～12月21日(日)  
調査方法 : インターネット調査  
有効回答数 : 1,287件

## 月齢ごとの「洗い方」や「困りごと」をまとめた記事を公開

「赤ちゃんのいる暮らし研究所」で公開した記事「沐浴（もくよく）卒業後のおふろ、どうする？月齢別の洗い方紹介」では、現役ママ・パパへのアンケートをもとに、月齢ごとの「洗い方」や「困りごと」の実態を整理しています。さらに、その困りごとを軽減する「お助けグッズ」も併せて紹介しています。

本記事は、“月齢別”という細かなセグメントでまとめた独自性の高いコンテンツです。  
これから赤ちゃんとのおふろタイムを迎える方には「予習」として、毎日のおふろがバタバタ続きの方には「ヒント」として、ぜひご活用ください。

赤ちゃんとのおふろ  
**月齢別に  
どう変わる？**

#### ■主な内容

- ・月齢別の洗い方と困りごとTOP3（生後0か月～2歳台まで）
- ・お子さまとのおふろに役立つおすすめアイテム

詳細な記事内容は下記のリンクよりご覧いただけます。

[https://www.akachan.jp/ah\\_lab/questionnaire/260122\\_2/](https://www.akachan.jp/ah_lab/questionnaire/260122_2/)

#### 【赤ちゃんのいる暮らし研究所について】

赤ちゃんのいる暮らし研究所は、2023年3月、「赤ちゃんのいる暮らし」に関わる人たちの課題を解決するために、赤ちゃん本舗に設立されました。妊娠・出産・子育て中の暮らしやモノ・コトについて情報収集し、インサイトを調査、分析することで、商品やサービス開発に役立てています。

また、ママ・パパや社会への情報発信とともに暮らしの困り事に寄り添うことで、スマイルな育児の実現を目指します。

[赤ちゃんのいる暮らし研究所](#) | [アカチャンホンポ](#)

赤ちゃんの  
いる暮らし  
研究所

#### 【赤ちゃん本舗について】

赤ちゃん本舗は「スマイルな育児を。アカチャンホンポ」をコーポレートメッセージとし、お客さまの気持ちに寄り添った商品・サービス・情報の提供を目指しています。

<https://www.akachan.jp>

以上

#### 【お問い合わせ先】

報道関係者さま

赤ちゃん本舗 広報部

T E L : 06-6258-7125

メール : [ah-kouhou@akachan.co.jp](mailto:ah-kouhou@akachan.co.jp)

お客さま

赤ちゃん本舗 コールセンター

T E L : 0120-500-684 (9:00～17:30)

お問い合わせ :

<https://akachan.my.site.com/contactsupport/s/>