

2018 年も残すところわずかとなりました。これからの年末年始は子連れで長距離の帰省をする方も多数いらっしゃると思います。そこで今回は我が家の体験から乳幼児を伴った各交通手段の長所・短所とアドバイスをまとめてみました。

**★お手軽さ NO.1★自家用車★**

完全個室なので騒いだりぐずったりしても安心です。しかし渋滞が多いので、トイレの間隔が短い乳幼児は、予備のおむつや応急トイレをお忘れなく。あらかじめ子どもがリフレッシュできる公園併設の道の駅やサービスエリアをチェックしておくで安心です。移動時刻は、お昼寝や寝る時間帯を選ぶのもオススメです。そして、チャイルドシートやシートベルトは命綱ですから正しく着用しましょう。どうしてもイヤイヤしたら、親も子も割り切って休憩にしましょう。

**★スピード・サービス NO.1★飛行機★**

優先搭乗、アニメ上映、ドリンクの提供など子連れに優しいサービスが豊富です。気圧の変化で耳を痛がるなど困った時は、客室乗務員がサポートしてくれます。しかし、よちよち歩きの時期は避けるのがベターです。我が子は、シートベルト着用の離発着時に「イヤイヤモード全開」で大泣きするわ、腕をすり抜けてハイハイで逃亡するわでした。その結果、親は冷や汗たらたらでお詫びしたことを思い出します。飛行機は、急な揺れもあり、ベルトができない、時間に耐えられない時期はつらいです。

**★安定感 NO.1★新幹線・電車★**

ほぼ定時運行の上、座席予約ができます。飽きたら移動販売を利用したり、デッキに出て気分転換したりできます。乗り物が好きな子は在来線でもご機嫌で、窓や運転席に張り付いて見ていることが多いようです。車内での声の大きさなどマナーは、この時がチャンスだと思って繰り返し穏やかに教えましょう。駅構内は意外と段差が多くベビーカーより抱っこひもが便利です。

それ以外にも大きな荷物が必要であればあらかじめ宅急便で送り、移動の際は両手を空けるようにします。そして、ショルダーなどには飲み物・おやつ・おもちゃ・ウェットティッシュ・ビニール袋を用意しておくといつでも取り出せます。

それでも 2 時間を超える公共交通を利用する時は、動画やスマホの力を借りることもありませんでしょうか。その場合、預けっぱなしにならないように「30 分見たら休憩」など主導権は親が持ちましょう。イヤホンもお忘れなく。

事前準備をして長距離移動を乗り切り、ご家族・親戚とどうぞ良いお年をお迎えください。

\* 次回は1月10日（木）配信予定です。【Y】

○メルマガで取り上げて欲しい内容やご感想など、下記アドレスにお寄せいただければ嬉しく思います。（アドレス登録又は配信停止もこちらからどうぞ(^\_^)）

mailto:[kosodatem@pref.iwate.jp](mailto:kosodatem@pref.iwate.jp)

○メルマガのバックナンバーを当センターHPで閲覧することができます。

アドレスはこちら

「まなびネットいわて」(<http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/>) > 「発行物・刊行物」  
> すこやかメルマガ

これからも、どうぞよろしく申し上げます(^\_^)/

\*\*\*\*\*

【発行】

岩手県立生涯学習推進センター

025-0301 花巻市北湯口 2-82-13

TEL 0198-27-4555

URL:<http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/> 「まなびネットいわて」で検索