

「子育て家族にやさしい旅行」のすすめ

旅行をあきらめていませんか？
旅行にはこんなメリットがあります
ぜひ「チョイ旅」からはじめてみませんか？

子どもとの旅行は大人だけではできない経験だらけ。
子どもの成長のそのときは、そのときだけ。
子どもにとっても貴重な思い出、体験は
その後の人格や好奇心を育てます。
何よりも、旅行に出かけたママがリラックスすることが
家族の笑顔につながります。

妊娠してから子どもが生まれると旅行に行く回数が減りますが
実は心理的な要因によるところが大きいのです。



心配だらけだし…

周囲に迷惑をかけるから…

授乳？
ミルクは？
お湯は？

電車でぐずったら
どうしよう？

おむつ替えは
どこで？

じっとして
いないし

荷物が
たくさん

泣く、騒ぐ

リフレッシュどころか
疲れちゃう

やっぱり
やめておこう

大丈夫！行けますよ！

こんなきっかけを利用してください

0歳児	復職前の「育休旅行」	復職前に旅行するチャンス
1～2歳児	航空国内線の「無料期間旅行」	航空国内線では3歳から有料
3～6歳児	「就学前旅行」	就学後はスケジュール調整が難しくなる
妊婦さん	子連れになる前の「最後の二人旅行」 「上の子との最後のひとりっこ旅行」	再び大人同士の旅行ができるのは10数年後 上の子にとってはママを独り占めできる最後の機会
産婦さん	「レスパイト旅行」※	母親のリフレッシュは子どもにとっても重要

※レスパイトとは一時的な中断・休息のこと。レスパイトケアとは、乳幼児や障がい児・者、高齢者などを在宅でケアしている家族を癒やすため、一時的にケアを代替し、リフレッシュを図ってもらう家族支援サービスを行います。レスパイト旅行とは、日々の生活を一時的に中断し、休息したり、息抜きをするための旅行です。

こんなサポートを活用しましょう

宿泊事業者



お気軽にご相談ください！

- 【授乳】ミルク、授乳への対応
- 【食事】離乳食や幼児食、バイキングなど
- 【おむつ】紙おむつ提供・販売、ごみ箱
- 【お風呂】サポートグッズ、貸切風呂など
- 【騒音】乳幼児専用フロアなど

交通事業者



乳幼児連れの旅行のお手伝いをします。

周囲への気遣いへの配慮、サポートなど、航空会社、鉄道などに各種ご案内があります。

旅行事業者



隣席保証
支援グッズ付
貸切風呂
貸ベビーカー

心理的バリアを解消するアドバイスをします。

旅行会社が乳幼児向け商品も取り扱っています。乳幼児連れプラン、三世帯旅行プランなどがあります。



「ウェルカムベビーのお宿」など認証制度もあります。



車なら安心です。

同行者(夫や祖父母の協力)



荷物を持ってくれたり、子どもの面倒をみてくれたり協力者が多くて助かるわ！

身近な育児協力者にサポートしてもらいましょう。

みんなの声

- **ママ・パパの声**
さまざまなサービスを活用すればもっと行ける！最初は不安だけど、大丈夫！
- **観光・旅行関連事業者の声**
歓迎の気持ちでお手伝いします。ご相談ください。
- **小児科医からのアドバイス**
体調やタイミングに注意さえすれば旅行にも行けます。

