

## 子育て応援 コラム Vol.4

坂東市 × モーハウス

### 赤ちゃんとの お出かけのコツ

年末年始の帰省が初めての遠出という赤ちゃんもいらっしやるでしょう。

モーハウスを創業したきっかけは、電車内で泣き止まない我が子に困った経験でした。それから19年間、どうしたら赤ちゃん連れのお出かけを楽しめるかを考えてきました。今までのコラムでも事例をご紹介していますが、今回は、赤ちゃん連れのお出かけのコツを、お伝えしたいと思います。

結婚式やレストランなど、静かにしなければならぬ場面に限って、赤ちゃんが泣いてしまったという経験のあるかたも多いのではないのでしょうか。

親の緊張感が伝わると、赤ちゃんも落ち着きがなくなりがちです。まずは赤ちゃんと一緒にいる親、祖父母がリラックスして、赤ちゃんに、ここは安心していい場所と伝わるのが大事です。お気に入りのおもちゃ、おっぱい、抱っこなど、赤ちゃんが落ち着くポイントを普段から知っておくと、安心材料になり、大人もリラックスできるでしょう。

そして、移動する時は、荷物なるべく少なくしましょう。以前、雑誌の対談で、「大きいマザーバッグには不安が詰まっている」という表現をしました。もしも服を汚したら、もしもオムツが足りなくなっ

たら…。「もしも」を考えていると、どんどん荷物が増えていきます。旅の場合も、旅慣れた人は、荷物が少ないものです。

まして親は赤ちゃんをずっと抱っこしていなければならぬこともあります。身体が辛いと、心にも余裕がなくなってしまう。足りなくなったら買う、代用品で間に合わせる、と割り切ることも必要です。

お出かけを楽しみ思い出しに

するためには、まずは親自身を楽しむこと。「備えを怠らず、ひとりで赤ちゃんの世話を行う」と、完璧を目指していたら、出かけることすらできなくなってしまう。

連れて歩くのが楽な、赤ちゃんが数か月のうちに出かけ始めると、親も子も出かけることに慣れていきます。それが、心の余裕につながり、臨機応変に対応することもできるようになります。そして、ご家族は、ぜひママが出かけることを応援してあげてほしいと思います。



▲飛行機で授乳する様子