

# ベビーカーでお出かけしよう♪

ベビーカーで赤ちゃんを連れてのお出かけは、荷物も多くて大変です。電車やバスへの乗り降りや、子どもがぐずってしまったらという心配もありますね。そんなベビーカーでのお出かけを、少しでも安心してできるように、大切な事をまとめました。



知っておきたいことや  
先輩パパ・ママからの  
アドバイスがいっぱい！

## 先輩パパ・ママからアドバイス

自らの体験をもとにした、ベビーカーでのお出かけのちょっとした工夫やアドバイスです。

### お出かけの必須アイテム

電車やバスでのお出かけには、ストールを一枚持っていくと便利です。夏でも冬でも乗り物や建物の中と外で気温差があるので、子どもの体温調節にピッタリです。あと抱っこひももお忘れなく。

### ママ友とお出かけ

ママ友とお出かけすると、ついつい話に夢中になってしまい、気がつくと歩道や電車内でベビーカーが広がっていることも…周囲から冷たい視線を浴びるので気をつけましょうね。



### 電車ではストッパーを

電車やバスに乗ったときは、ストッパーをかけるのを忘れないように。急ブレーキや、車体が傾いたときにベビーカーが動いたり倒れることがあって危ないです。

### ベルトは大事

ちょっとそこまでという近所へのお出かけのときでも、ベビーカーのベルトは絶対に締めましょう。子どもが急に立ち上がろうとして、ベビーカーから落ちそうになったことがあります…。

### 赤ちゃんを気にしながら

ベビーカーの中で赤ちゃんが不安にならないように移動中でもできるだけ話しかけてあげましょう。また、赤ちゃんの生活リズムや機嫌を予測して先回りして対処すると大泣きされません。

### レインカバーははずして

雨の日にバスなどを利用する際には、必ずレインカバーをはずしてから乗しましょう。レインカバーについての雨水が周りの方に触れてしまうことがあります。周囲への配慮をお忘れなく。

### 重い荷物はかけない

ベビーカーのハンドルに重い荷物をかけたり、荷物をかけたまま子どもを降ろすと、ベビーカーが後ろに倒れることがあります。座席下のカゴを使ったり、荷物から先に降ろすなどの注意をしましょう。

### ケータイに注意

ベビーカーを押しながら、ついついケータイに夢中になってはいませんか。ふと信号を見落としたりしてヒヤッとしないように！携帯電話は止まって使しましょう。



発行

子育て応援とうきょう会議

企画

安心・安全なベビーカー利用に関する意見交換会

協力

東京都交通局／東日本旅客鉄道株式会社／関東鉄道協会／(特非)せたがや子育てネット／東京都福祉保健局

問い合わせ

子育て応援とうきょう会議事務局  
TEL:03-5320-4115 FAX:03-5388-1406  
E-Mail:office@kosodateswitch.jp  
Web:http://tokyo.kosodateswitch.jp/

◀ お出かけの前にぜひご覧下さい。

