

こどもと  
いっしょ!

あかちゃんといっしょプラン  
旅行のしおり



旅行日程



月 日 ( ) ~ 月 日 ( )

宿泊旅館、ホテル



予定・メモ

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....



赤ちゃんといっしょの旅  
もちものチェックリスト

保険証・母子手帳

突然の発熱やケガなどで病院にかかることも

ビニール袋

乗り物酔いや汚れたオムツを捨てる時に  
重宝します

大きめのタオル

日除けにしたり、冷房が効いた部屋で寒さし  
のぎに

帽子(夏場は絶対!)

日射病からお子さんを守ってください

着替え

シャツ&パンツは予定の枚数より1枚多く用  
意しましょう

日焼け止め

将来のある子供だからこそ紫外線対策が必要  
※お宿でサンプル品プレゼント

常備薬

乗り物酔いの薬・体温計・絆創膏・普段使っ  
ている軟膏類など

カメラ

充電器やメモリも忘れずに

雨具

かさ張らない折りたたみタイプで小さくなる  
ものを持っていくと便利

下着

汗をかいたり防寒にも、多めにお持ちいた  
だと安心です

虫よけスプレー

刺されてからでは最悪  
刺される前にお肌を守ってあげましょう

お菓子

気圧の変化など乗り物での耳がいたくなったら  
お菓子を食べると治る場合もあります

おもちゃ

手に持てるサイズがおすすめ!  
移動中の暇つぶしになります

ウエットティッシュ

バッグの取り出しやすい場所に入れておく  
と便利  
※お宿でサンプル品プレゼント

ベビーフード

レトルトのベビーフードを持参しましょう

哺乳瓶

最近は使い捨てタイプの哺乳瓶もあります

哺乳びん洗浄剤

綺麗な哺乳瓶で授乳してあげたいから、哺乳瓶  
の消毒は欠かせません

粉ミルク

旅先では意外に手に入りにくいもの、お気に入り  
のミルクをご用意

アルカリイオン水

突然の発熱や脱水症、湯上りの水分補給に

紙おむつ

旅行のときは使い捨てができる「紙おむつ」が  
便利

おしりふき

ホテルでの購入は割高なので持参がおすすめ

抱っこ紐・スリング

賢く利用して両手を自由に使えるスタイルで、  
旅もスムーズに

おしゃぶり

はじめての旅では赤ちゃんも不安なもの、  
少しでもリラックスできる環境を

スプーン・フォーク

小さい物はレストランで用意してもらえない  
場合もあります