

ファミリー旅行のための 準備・持ち物



Let's check!

ファミリーでより楽しく過ごすための 子ども用 持ち物チェックリスト



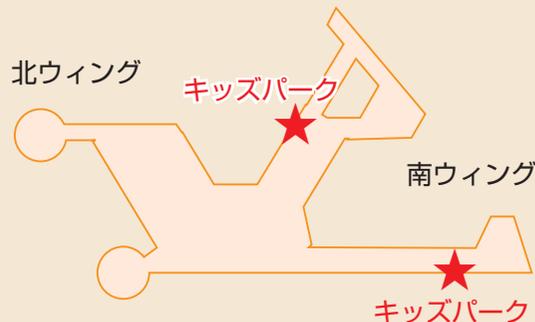
持ち物	コメント
母子手帳	病気やケガをしたときに、予防接種の記録など履歴がわかって何かと役に立つ。帰国後に空港の病院にかかることを考えて、保険証もあったほうがよい。
ベビーカー (折りたためるもの)	荷物置きにもなり、空港までや広い空港での移動を考えると持っていた方が何かと便利。ツアーデスクでレンタルを利用する手もあるが、返却期限がある。
紙おむつ	おむつかぶれなども考えて、日本で使い慣れたもの、サイズの合ったものを日数分より多めに持っていた方がよい。スーツケースのすき間埋めにもなる。
おむつ処理袋、おむつ替えシート	使用済みおむつを入れるポリ袋のほか、消臭タイプの持ち歩き用ポーチがあるとよい。ビーチや観光地のトイレにはマットを敷いたおむつ替え台は無い。
水遊び用おむつ、おしりふき	ホテルのプールに紙おむつで入ることはできない。おしりふきは、かぶれなどを考えて日本から用意する方がおすすめ。
バスタオル	飛行機内のバシネット(ベビーベッド)で肌かけ代わりに。ホテル内やレストランの冷房対策にベビーカーで利用したり、チャイルドシートのカバー代わりに。
ハンドタオル、ウェットティッシュ	短めの旅行の場合は、洗濯をしないで済むよう少し多めに持っていても。
長そでの上着 (フードつきのもの)	年間を通して、機内やホテル・バス車内のクーラー対策に必携。突然の雨に備え、フード付がおすすめ。
帽子	遊びや買い物で強い日差しもつい忘れてしまいがち。直射日光を長時間浴びすぎないように、帽子でしっかり熱中症対策を。
水筒、ストロー、水出し麦茶バック	とくに日差しの強い時間帯には、こまめに水分補給を。ペットボトルの水はどこでも入手可。子どもが飲みやすいようにしっかり準備しておこう。水道水もOK。
ほ乳瓶、ほ乳瓶消毒セット	消毒のことも考えて、替えも忘れずに。機内で使用する場合は、客室乗務員に頼んで、お湯をもらうか、またはほ乳瓶の温めをしてもらおう。
粉ミルク	スティック入りのものや小分けにして持っていくと便利。現地のもは、オンス表示など説明書きが英語。飲み慣れているものを日本から用意したい。
ボール、洗面器、ジッパー付ビニール袋	ほ乳瓶の消毒や、ちょっとした洗濯など、いずれか持っているとか何かと便利。またホテルのシャワーは固定式が多いので子どもの入浴にも便利。
海外旅行用湯沸かしポット	ミルク用のお湯はホテルでもらうこともできるが、何かと面倒なもの。これさえあれば、必要などときにすぐにミルクが作れて便利。
離乳食	現地スーパーで扱っているものは、説明書きが英語のもの。アレルギーのことなども考え、子どもの食べやすい味のものを日本から用意する方がおすすめ。
子ども用携帯おはし・スプーン・フォーク	ホテルの朝食やレストランで大人の食事を分けるときに、離乳食用に、子ども向けの小さくて扱いやすいものを持っていこう。
おやつ (アメやおせんべいなど)	ぐずったときにすぐに取り出せるように用意しておこう。ただし、みかんなどの果物や肉エキスの入ったスナック菓子は現地には持ち込めないので注意。
お気に入りのオモチャ	お気に入りのオモチャのほか、絵本などを持参して子どもが飽きて騒がないようにしたい。ピストルやナイフの形をしたオモチャは保安上、機内には持ち込めない。
ご機嫌取りグッズ	むずかたり、ぐずったりしたときに、周りに迷惑をかけないような工夫が必要。機内などではとくに、大人がしっかり子どもの相手をしてあげよう。
常備薬	乗り物酔いの薬や解熱剤など、飲み慣れたものをすぐに使えるよう日本から用意したほうがよい。日本の薬を一部取り扱うところもある。
体温計、熱冷まし用湿布薬	突然の発熱に備えて、すぐに使えるように日本から用意しておきたい。
救急ばんそうこう	短パン、サンダル履きではケガもしやすい。水中ではサンゴで足を切らないように気をつけよう。
携帯用トイレ、エチケット袋	レンタカーでの移動やバスツアー参加時に持っているといざというときに安心。
ビーチグッズ (うきわ、ゴザ)	日本から用意する場合は、空気入れも忘れずに。ゴザは現地のスーパーやおみやげ店でも入手できる。
日焼け止め	日差しが強くなってしまうこともある。ビーチではなるべく木陰で過ごすようにしよう。現地では目に入ってもしめないタイプのものも手に入る。
だっこひも、おんぶひも	ベビーカーが使えないときに。ただし、機内では使用できない場合がある。
迷子ひも	人込みの多いところでなくても、子どもから目を離さず、しっかり手をつないで行動しよう。

出発空港内の子ども向け施設 施設は各空港とも出国審査後のフロアに設置。施設の利用には大人の付き添いが必要。※授乳室については各空港ともほぼトイレに併設。空港によってはお湯のサービスもある。

成田国際空港 (NRT)

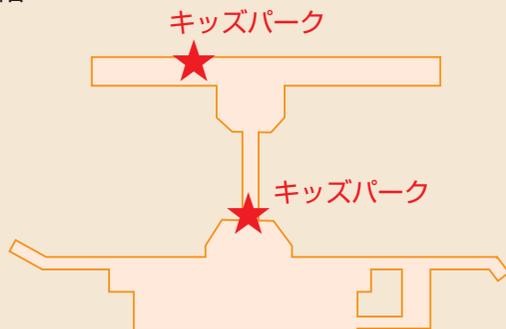
第1ターミナル

3階



第2ターミナル

3階



第3ターミナル

3階



羽田空港 (HND)

国際線ターミナル

3階

