



子どもとおでかけはどうしてる?おでかけについて先輩ママに聞いてみました!

# 子どもとおでかけ ...mama side



小野瀬/3歳女子、0歳3か月男子/旭町  
川崎/小学生男子、1歳女子/若葉町  
丸山/0歳6か月女子/高柳  
森/中学生男子、小学生男子、4歳男子/松葉町  
本山/4歳男子、0歳6か月男子/若葉  
山内/0歳7か月女子/名戸ヶ谷  
こっこスタッフ:土井、樋口、三好  
保育スタッフ:柏市社会福祉協議会保育ボランティア  
編集:河越  
撮影:琴浦

## 01 普段お子さんと過ごすとき、どのように過ごしてる?

**三好:** 普段、お子さんどのように過ごしていますか?  
**丸山:** 自宅近くの子育て支援センターでは、月に1度身体測定を行っていて、イベントもやっているのでよく行きます。あとは、児童センターへ車で出かけたり、セブンパークアリオ柏も近いですので、お散歩に行っています。  
**川崎:** 最近は再開してきたイベントに行きますね。上の子と下の子で年齢差があるので、一緒に遊べる場所がなかなかなくて。上の子が活発で、1人で見ているのも大変なので、別々にいても目が届く範囲で遊ぶように、上の子が通っている小学校の校庭で遊ぶことも多いです。  
**本山:** 柏の葉キャンパス駅近くのチコルでは、ママヨガやベビーマッサージなどのイベントをやっているので、子どもが小さいときにはベビーカーで行っていました。最近は、柏の葉公園とか、ららぽーと柏の葉とか。車で清水公園にもでかけています。うちも上の子が自分1人でどんどん行ってしまいうタイプなので、危ないなと思っていて。今は広いところに行くときは迷子防止に、携帯アプリで居場所を探せるスマートタグを付けています。  
**森:** うちの上が大きいので、上と真ん中の子と一緒に行動してくれば、スマホで連絡も取れますし、私は下の子を見たいですね。  
**山内:** 私もよく外出をしていますが、車がないので徒歩か、公共交通機関を利用しています。INSTAGRAM で調べてから、ママや親子のためのサロンに行くことが多いです。サロンでイベントに参加して、そこからママ同士の輪が広がったりして。柏市内にも、たくさん親子サロンがあって、イベントの内容も多彩です!

## 02 赤ちゃんやお子さんと外食をする場合、どういった基準でお店を選んでは?

**三好:** お子さんと外食をする場合、どういった基準でお店を選んでいますか?  
**小野瀬:** ベビーカーが入ることが第一!階段があったら、上れるかどうか。離乳食を持ち込めて食べさせてもOKか、小さい子に取り分けられるか。あとは、おむつ替えのスペースがあればありがたいけれど、ないところも多いので、近くに設備が整った場所があるかをリサーチして選んでいます。  
**丸山:** お店に行くときは、先に電話をして月齢を伝えて大丈夫か聞いていますね。  
**川崎:** お店に入るときに子どもがいても大丈夫か聞けば、そんなに断られたりすることはないかと思えます。今は禁煙のお店がほとんどだし、気遣って声をかけてくださったり、親切なお店が多いです。特に柏駅周辺や、柏の葉、おたかの森も子育てに力を入れているので、子どもにも優しいと感じます。赤ちゃんのころは、離乳食を持って行って、シリコンバッグにお湯をもらって温めてあげていました。2歳くらいになると、座って待っていられないとか、好き嫌いやアレルギーがある場合はかえって行くところが限られてしましますね。

## 03 おでかけグッズなどで何か特別に持って行くものは?

**三好:** おでかけグッズなどで何か特別に持って行くものなどありますか?  
**小野瀬:** 普段持っているものは、やっぱり着替えとおむつ。おむつ用の匂わない袋は絶対に必要ですね。ショッピングモールでは捨てられますが、公共施設は捨てられない場所が多い印象です。あとは液体ミルクのバックと、バックに刺して飲める乳首。おむつ替えする場所を拭くために除菌シートも持っています。  
**森:** おむつ替えの場所の衛生面はやっぱり気になりますよね。感染源になる可能性もあるんじゃないかと心配でした。持ち歩けるおむつ交換用のシートもありますよね。  
**本山:** おむつ交換用のシートの代わりに、ペットシートを持っていきます。交換するときに下に敷いて、終わったらそのまま捨てられるので便利です!  
**川崎:** 少し大きくなると、外食するときの椅子ってタイプによってはベルトがなかったりして、赤ちゃんが座れないものもあるので、椅子に取り付けて赤ちゃんを固定できる、ベビージェアベルがあるといいですね。今は価格も安く購入できるし、小さくたんで、お食事セットと一緒に持って行くこともできます。  
**丸山:** うちも使ってます!椅子だけでなく、自分につけて支えて座らせると安定して座ってくれます。  
**山内:** 夏の暑いときには、ベビーカーにバッテリーで動くファン付きのシートを敷いています。これがあるとないとでは涼しさが全然違って。冷却シートや保冷剤だと、歩いてるうちにすぐにぬるくなってしまいます。  
**丸山:** 暑い時期のポータブルの扇風機は欠かせないですよ。私もミルクは液体の缶を持って行きます。以前は哺乳瓶やお湯などフルセットで持ち歩いていましたが、液体ミルクの缶は1つあればいいので、愛用しています。  
**森:** 母乳をあげているかたは、授乳用のケープがあると安心ですよ。今は授乳室の数も増えているけど、上の子がいると必ずしも授乳室であげられなかったりするので。  
**小野瀬:** 冬場は外と室内の気温差が大きくて、外は寒いのに室内が暖房ですごく暑いときがあります。厚手の洋服を着せるよりも上掛けで温度を調節できるように、ブランケットが必要ですね。

## 04 お子さんの年齢が上がっても楽しめるオススメのおでかけ場所は?

**三好:** お子さんの年齢が上がっても楽しめるオススメのおでかけ場所はありますか?  
**小野瀬:** 3歳の上の子が大好きなのは、野田市のもりのゆうえんちですね。大きなテーマパークにも行きませんが、やっぱりここ。ちょうどいい規模で、楽しめます。  
**本山:** うちは大洗水族館が好きですね。でも最近また公園ブームが来ていて、砂遊びなどを行っています。  
**森:** 公園はやっぱり、何歳でも楽しめると思います!小さい子でも、砂や芝生の感触を感じたり、遊具に座ってみただけでも楽しいですよ。



## 05 touchを読んでいるかたに何かメッセージを

**三好:** touch を読んでいるかたに何かメッセージをお願いします。  
**森:** 今すごく便利な世の中になっていて、ママのサポートとかも、ぐっと手厚くなっていると思います。困っていることなどは周りにどんどん頼って、子育てをしてほしいです。  
**丸山:** 私は結婚してから柏に来たので、柏のことを全然知らなくて、妊娠期間に外におでかけすることもありませんでした。柏に住んで間もないかたにもぜひ、ママのリアルな信頼できる情報が載っているtouchを見ていただきたいです。  
**山内:** おでかけていうと、やっぱり子どもを中心に考えがちですけど、私は親も楽しめると言うことがすごく大切だと思います。ママ・パパもお子さんも楽しめるおでかけをしてほしいです。  
**小野瀬:** 私は結構インドア派なんですけど、今日はたくさんお話を聞いて、行ってみたい場所もできました。普段はインドア派のかたも、柏の魅力を知ることによっておでかけてみようかなという気持ちになってほしいですね。  
**本山:** 意外と、持ち物やおでかけ先などの悩んでいる部分も、実際に外出してみたらどうにかあっさりたりするので、気軽に楽しくおでかけをしてほしいです!



【柏市子育て応援情報誌「touch」】

【発行日】令和6年2月25日

【発行】柏市子ども子育て支援課 電話 04-7168-1034

【企画・制作】team touch / 小野瀬 千恵 河越 朱加 川崎 好子 佐藤 秀太 瀧 菜美子 寺本 絵玲 土肥 晶子 深瀬 広一 福島 由理子 藤本 絵梨佳 丸山 愛香 本山 裕加里 森 佐保 山内 由梨 渡辺 文香

かしわ子育てまちづくりネットワーク・こっこ

【表紙・座談会撮影】琴浦宏美 【編集】168owl

この冊子は、子育て支援のネットワークづくりのため、かしわ子育てまちづくりネットワーク・こっこが、柏市の業務を受託して作成したものです。