

## お盆休み

毎年8月の中旬になると、お盆休みをとる企業も少なくありません。交通機関の予約が取れなかったり、高速道路が渋滞するなど、大変な思いをする人も多いことでしょう。



休みを分散するなどの対策をとるところもありますが、日本ならではの文化であり、その時期に合わせて冠婚葬祭を行ったり、同窓会を開くなど、自分の都合だけで決められないこともあります。

大人でも大変な民族大移動ですが、乳幼児のいる家庭は一段と苦労なさることでしょう。少しでも負担を減らす工夫が欲しいところです。



子どもの年齢によっても対策は多少違ってきますが、なるべく無理のない予定を立て、たびたび小休止を入れ、楽しみながら旅を経験できればいいですね。

子どもの食事や眠るタイミングに合わせて移動したり、退屈したときのオモチャや、遊び、お菓子などを用意してフル活用できると少し楽になります。

電車移動の場合のオモチャは、かさばらず持ち運びやすく、うるさい音の出ないもの（折り紙・お絵描き・ぬりえ・絵本・シールブック・パズルなど）。この他に、新しいおもちゃを隠しておき、ここぞという場面に出すと、子どものテンションが上がります。

車移動の場合は、うるさくしても気兼ねがいらないので、みんなで歌を歌ったり、しりとり・なぞなぞなど昔ながらの遊びも楽しめます。

普段は日常の忙しさに紛れて、なかなか家族のコミュニケーションが取れなかったりしますが、旅行などは最大のチャンスです。

ここ数年はコロナ禍で里帰りを自粛されたご家庭も多く、久しぶりの旅行で予想外のトラブルがあったり、疲れから喧嘩することもあるかもしれませんが、できれば大切な一生の思い出になるといいですね。

