荷物チェックリスト

重要度：　◎：必需品　○：あった方が良いもの　△：あると便利なもの

チェック欄	重要度	品名	コメント
◆貴重品			
	◎	パスポート	これが無いと出国できません
	◎	航空券	空港で受け取ることもあります
	◎	お金	日本円、外貨、クレジットカード、トラベラーズチェックなど
	◎	海外旅行保険証	万一のために加入しておきましょう
	◎	旅行日程表	きちんとスケジュール管理を
	◎	予約確認書	ある場合は持参しましょう
	○	マイレージカード	きちんと貯めましょう
	△	国際免許証	自動車を運転する人は
◆手荷物にするもの			
	◎	ガイドブック	機内でも予習しましょう
	◎	辞書・会話辞典	とっさのときにすぐに取出せるように
	◎	重要書類のコピー	パスポート、航空券、ホテルの住所・TEL、クレジットカードの番号・連絡先、現地の緊急連絡先（大使館など）あると便利です
	◎	証明写真	パスポート紛失の際、再発行するときに必要です
	◎	筆記用具	渡航書類記入時に必要です
	○	カメラ・フィルム	電池も忘れずに
	○	デジカメ	充電器やメモリーカードも忘れずに
	○	薬・常備薬	酔止、風邪、胃腸、鎮痛、解熱、バンドエイド、その他常備薬
	○	住所録・電話番号リスト	家族や友達に手紙を出してみては？
	○	ハンカチ・ティッシュ	エチケットです
	○	ペットボトル（飲み物）	乾燥した機内や現地で観光中に役立ちます
	△	本	機内やビーチでゆっくりと
	△	電卓	通貨の換算にはやっぱりこれで
	△	化粧品	やはり使い慣れたものを
	△	のど飴・リップクリーム	機内の乾燥にも気をつけて
	△	簡易スリッパ	機内での快適グッズです スリッパはホテルに無いことも
	△	携帯枕	
	△	アイマスク・耳栓	

◆　スーツケースに詰めるもの

チェック欄	重要度	品名	コメント
	○	フォーマルなもの	男性：ジャケット、スラックス 女性：ドレス、スラックス　　出発当日に着ていくのもＯＫ
	◎	下着	こまめに洗濯すれば 3〜5 着でも十分
	◎	T シャツ	パジャマ代わりにもなります
	◎	靴下・ストッキング	こまめに洗濯すれば少量で十分
	○	靴	出発当日と対比したもの。フォーマルとカジュアルなもの
	△	短パン	パジャマ代わりにもなります
	△	ビーチサンダル	ホテルの部屋ではスリッパ代わりに
	△	セーター・カーディガン	南国でも冷房対策に
	△	ワイシャツ・ブラウス	せめて襟付きのシャツを
	○	タオル	ホテルにもありますが念のため
	△	シャンプー・石鹸	ホテルに設置していないところもあるので念のため 現地のものは質がイマイチなことも
	○	歯ブラシセット	
	○	シェーバー・カミソリ	身だしなみは大切です
	○	目覚まし時計	旅行中でも規則正しい生活を。遅刻は厳禁！
	△	変圧器・変換器	電気製品の使用・充電をするときに
	△	ツメ切り・耳かき	1 週間以上の旅行には必要です
	△	針・糸	糸・ボタンのほつれに。身だしなみも重要
	△	折りたたみ傘	日本で雨の日はこれが便利
	○	水着・帽子・サングラス・日焼け止め・防虫スプレー	南国へ行く人は必携
	○	ビニール袋・ジップロック	洗濯物・小物入れに
	△	日本食	やっぱりこれが欲しくなりますね
	△	ナイフ・缶切り	スーパーで果物や缶詰を買った時に役立ちます
	△	サブバック	帰りに荷物が増えたときに便利
	△	日本からのお土産	100 円位のものでも現地の人と仲良くなれます。折り紙など
◆その他必要なもの　ご自由にお使いください			