

海外旅行持ち物リスト() 場所 月 泊 目的 日付

[共通]	付属品等	共通	父	母	子ども	父ビジネス	備考
スーツケース	20kg以下	2				中 1	本体が軽いものを選ぶ
	スーツケースの鍵*					1	予備含む
	スーツケースバンド	2					目印
	スーツケース用チェーン	3					
機内持ち込みバッグ	115cm10kg以内		1	1		1	サイズ、重量制限有り
手回り品バッグ	貴重品、筆記用具入れ						ペットボトルが入るサイズ
CDプレーヤ		1					
カセットプレーヤ		1					
ボイスレコーダー		1				1	
カメラ		1				1	
	カメラ電池	1				3	
	カメラ電池充電器(200V)	1				1	
	予備メモリーカード						
コンセントアダプター		1				1	丸形コンセントなど
	ミニ三脚	1				1	
	メモリーカード	2				2	
ビデオカメラ		1					
	ビデオカセット	5					
	ビデオカメラ電池充電器(200V)	1					
パソコン	ACアダプター、モジュージャック						
双眼鏡		1					
海外用携帯電話							空港で手続き
携帯電話、スマホ						1	海外設定確認
自宅の鍵		1				1	
[現金等]							
現金*						1	先進国は円でOK
クレジットカード*			2	2		3	2枚以上内1枚はVISA
	クレジットカード番号控、紛失時連絡先控					1	
キャッシュカード(海外)							海外では
トラベラーズチェック						1	円またはドルで世界中OK
時計						1	
電卓(為替レート表)			1	1		1	カシオトラベル&クロックTC-1000
印鑑			1			1	
[書類]							
パスポート*			1	1	1	1	
	パスポートコピー					1	国によっては20~30枚
	写真(パスポート再発行用)					1	
国際免許証			1				
	国内免許証		1	1			
	JAF会員証		1				
航空券(引換証)*		1				1	または引換証
	マイレッジカード					1	
	滞在国での航空会社連絡先						リコンファーム、緊急連絡など
レンタカー予約券		1					
ホテル予約券		1					
	ホテルFAX予約用紙	10					海外で予約する場合
手帳、筆記用具一式			1	1	1	1	
E/Dカード			1	1	1		
旅行計画書							交通機関、ホテル
連絡先リスト	トラブル時						国内外
[ガイドブック等]							
辞書、会話集		各1					
電子辞書						1	
地図(街路図)		1式				1	
地図(道路)							ドライブ時
ガイドブック*		1式				1	
磁石	町歩き用	1					ドライブ時は必須
懐中電灯							ドライブ時は便利
[薬]							
持病用						* 1	

マスク							1	
紙おしぼり								100円ショップにあり
消毒薬		2種					2	マキロンまたはチューブ入り
頭痛薬		1種					1	
風邪薬		2種					2	
腹痛薬		2種					2	正露丸必須
バンドエイド		10枚					5	
綿棒		30本					10	
目薬		1					1	
ビタミン剤		1種					1	
便座除菌クリーナー*		1種					1	
蚊よけ(スプレー等)								熱帯、亜熱帯
殺虫剤、蚊取り線香								熱帯、亜熱帯
[衛生用品、化粧品]								
裁縫セット		1式					1	
爪切り		1						
洗剤		1						
物干しロープ		1						長期、夏季
ドライヤー(200V)		1					1	一流ホテルなら不要
石鹸箱(蓋付き)		1					1	
シャンプー		1						
リンス		1						
ティッシュペーパー		大1	6	6	6		10	
濡れティッシュ	大判	1					1	
消毒ティッシュ								便座消毒など
便座スプレー								便座消毒など
ひげ剃り	小型軽量の電池式		1				1	
整髪剤			1				1	
日焼け止め		1		1				
化粧品				1式			1	
アーミーナイフ		1					1	航空機搭乗時はトランクへ
タオル	フェイスタオル	2	1	1	1		1	体洗い様
洗い用タオル								薄手、乾きやすいもの
歯ブラシ		1	1	1	1		1	
歯磨き粉		1					1	
つまようじ								
コンタクトレンズ			1				1	
サングラス			1	1				
使い捨てカイロ								
ビニール袋								洗濯物、塗れたもの用
[衣類]往復含む								
スーツ	ベルト・ネクタイ		1				*1	
ワンピース				1				
ズボン			1	1				
替えズボン			1	1	1			
短パン			1	1	1			
綿シャツ			1	1	1			
Tシャツ			2	2	2		1	
セーター								
ジャケット/ジャンパー								
防寒具							1	兼レインコート
靴下			4	4	4		*1、5	
ストッキング				4				
ハンカチ			4	4	4		*1、5	
アンダーパンツ			4	4	4		3	
アンダーシャツ			3	3	3		3	
パジャマ			1	1	1			海外のホテルは無し
帽子			1	1	1			
ハンドバッグ				1	1			
デイバッグまたは肩掛け鞆			1	1	1		1	機内持ち込み兼用
傘			1	1	1		1	
水着、アンダー、キャップ、アイレンズ							1	新しいホテルにはプール有り

手袋							
マフラー							
靴				1	1	* 1	
スニーカー・ゴム草履							
防虫ネット付き帽子							
[食料等]							
ペットボトル大						1	2Lをトランクに入れてゆくと重宝
ペットボトル小							
のど飴						1	
お菓子							
タッパー							汁が漏れないもの
ストックバッグ							
スプーン、フォークセット							
[持参用土産]							
菓子類						1	
扇子、巾着、箸、人形、 キーホルダー、折り紙							
ガム、飴、など						1	

* 往復用

2013. 1. 12 更新 熱帯地方関係の持ち物を追加