

旅の持ち物チェックリスト



ブラジル夫と子どもと世界を旅する
mariの
オハヨーツーリズム

1/3

必需品

☐ パスポート	★★★	☐ ビザ	★★★
☐ クレジットカード	★★★	☐ 現地通貨	★★★
☐ スマホ	★★★	☐ 日本円	★★★
☐ 航空券	★★★	☐ 日程表	★★★
☐ 海外旅行保険控え	★★★	☐ 国際免許証	★★★
☐ パスポートコピー	★★★	☐ 証明写真	★★★

機内持ち込み

☐ パーカー・ストール	★★★	☐ USBケーブル	★★★
☐ ペン	★★★	☐ メモ帳・手帳	★★★
☐ ネックピロー	★★★	☐ 耳栓	★★★
☐ コンタクトレンズ・眼鏡	★★★	☐ マスク	★★★
☐ リップクリーム	★★★	☐ シートマスク&保湿アイテム	★★★
☐ 蒸気でアイマスク	★★★	☐ 使い捨てスリッパ	★★★
☐ 機内持込のビニール袋	★★★		

観光時

☐ ガイドブック	★★★	☐ スマホ・充電器	★★★
☐ カメラ・充電器	★★★	☐ 日焼け止め	★★★
☐ Wi-Fi・SIM	★★★	☐ サングラス	★★★
☐ ハンカチ・手ぬぐい	★★★	☐ 雨具	★★★
☐ ポケットティッシュ	★★★	☐ ウェットティッシュ	★★★



ホテルでの滞在

☐ 変換プラグ	★★★	☐ モバイルバッテリー	★★★
☐ 歯ブラシセット	★★★	☐ 化粧品	★★★
☐ ヘアアイロン	★★★	☐ 石鹸・シャンプー	★★★
☐ 洗顔料・メイク落とし	★★★	☐ くすり	★★★
☐ くし	★★★	☐ 整髪料	★★★
☐ 入浴剤	★★★	☐ パジャマ	★★★
☐ シェーバー・かみそり	★★★	☐ 生理用品	★★★
☐ ビニール袋	★★★	☐ 洗濯洗剤	★★★
☐ 延長コード	★★★		

衣類・バッグ

☐ 靴	★★★	☐ 下着	★★★
☐ 靴下	★★★	☐ 着替え	★★★
☐ 上着	★★★	☐ フォーマル	★★★
☐ スーツケース	★★★	☐ リュック	★★★
☐ ウエストポーチ	★★★	☐ エコバッグ	★★★
☐ 帽子	★★★	☐ 防寒具（冬）	★★★
☐ 手袋・マフラー（冬）	★★★	☐ ホッカイロ（冬）	★★★
☐ 水着・ラッシュガード（夏）	★★★	☐ サンドル	★★★

旅の持ち物チェックリスト



ブラジル夫と子どもと世界を旅する
オハヨーツーリズム

3/3

あると便利なもの

☐ カリカリ梅 ★★★

☐ レトルトの味噌汁・スープ ★★★

☐ 好みの紅茶やハーブティ ★★★

☐ 虫よけスプレー ★★★

☐ アロマオイル ★★★

☐ おむすび・ごはん系 ★★★

☐ ポカリスウェットの粉 ★★★

☐ 圧縮袋 ★★★

☐ トイレの消臭剤 ★★★

追加アイテム

☐ ★★★

☐ ★★★

☐ ★★★

☐ ★★★

☐ ★★★

☐ ★★★

☐ ★★★

☐ ★★★

☐ ★★★

☐ ★★★

☐ ★★★

☐ ★★★

☐ ★★★

☐ ★★★

★★★ 絶対に持っていきたい

★★★ あると便利、荷物に余裕があれば持っていきたい

★★★ 心配性な人はあると安心