持ち物チェックリスト

ご　出　張　用

■旅行先 ……

■期　間 ……

V　機内持込(貴重品)	V　機内持込(その他)	V　機内持込(その他･薬)	V　撮　影　関　連
☐ パスポート(･査証)	☐ 出張日程表	☐ 証明写真(2～3 枚)	【 カメラ】
☐ 現金(円･現地通貨)	☐ 書類・資料等	☐ パスポートコピー	☐ フィルム／メモリー
☐ クレジットカード	☐ 英文名刺	☐ ハンカチ・ティッシュ	☐ 電池・バッテリー
☐ キャッシュカード	☐ 眼鏡･コンタクト	☐ スリッパ	☐ アダプター
☐ (ﾄﾗﾍﾞﾗｰｽﾞﾁｪｯｸ)	☐ 腕時計	☐ 風邪薬	☐ メモリー
☐ 保険証	☐ 筆記用具(ボールペン)	☐ 胃腸薬（下痢・便秘）	☐ (三脚)
☐ 航空券	☐ 辞書・会話集	☐ 頭痛薬	【 ビデオ】
☐ ホテル予約確認書	☐ ガイドブック・地図	☐ 酔い止め	☐ テープ／メモリー
☐ （国際免許証）	☐ (IC レコーダー)	☐ ばんそうこう	☐ 電池・バッテリー
☐ 海外旅行傷害保険証	☐ パソコン周辺機器	☐ かゆみ止め	☐ アダプター
☐ 携帯電話・パソコン	☐ 電圧変換器	☐ 目薬	☐ (三脚)
☐ カメラ･ビデオ	☐ 機内用上着	☐ (女性)生理用品	☐
V　洗　面　用　具	V　衣　類	V　そ　の　他　①	V　そ　の　他　②
☐ 歯ブラシセット	☐ スーツ・ネクタイ	☐ 目覚まし時計	☐ (日焼けの手入れ用品)
☐ くし・ブラシ	☐ ジャケット・上着	☐ ハンカチ(予備)	☐ (爪切り)
☐ 洗顔セット	☐ セーター・ｶｰﾃﾞｨｶﾞﾝ	☐ ティッシュ(予備)	☐ (裁縫道具)
洗顔料･乳液など	☐ ズボン・スカート	☐ ウェットティッシュ	☐
☐ 整髪用品 (ムースなど)	☐ Ｙシャツ・ブラウス	☐ 折り畳み傘・雨具	☐ (洗剤)
☐ リップクリーム	☐	☐ 帽子・サングラス	☐ (洗濯ばさみ・ひも)
☐ (ドライヤー)	☐ 下着上下	☐ 予備のバック	☐ (ハンガー)
☐ (女性)メイク用品	☐ 靴下・ストッキング	☐ ビニール袋	☐
☐ (男性)ひげ剃り用品	☐ 部屋着・パジャマ	☐ (服の圧縮袋)	☐
☐ タオル	☐ 靴・サンダル	☐ 虫除けスプレー	☐
☐ ハンドタオル	☐	☐ 日焼け止め	☐
☐ (バスタオル)	☐ (水着)	☐	☐
V　寒いところなら		V	V
☐ コート	☐	☐	☐
☐ マフラー･ストール	☐	☐	☐
☐ 使い捨てカイロ	☐	☐	☐
☐ 手袋	☐	☐	☐
☐ (毛糸の帽子)	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐