



持ち物チェックリスト

少しの準備で、もっと良い旅へ。

旅行先

日程

旅に必要なものを選び、バッグに入れたらチェックしましょう。

📁 書類・お金

01

- ☐ パスポートまたは有効な顔写真付き身分証
- ☐ 必要なビザ・入国書類
- ☐ 航空券・予約確認書
- ☐ 宿泊先・到着時の情報
- ☐ 支払い用カード・必要な現金
- ☐ 保険情報・緊急連絡先
- ☐ 重要書類の安全なバックアップ

📱 電子機器

02

- ☐ スマートフォン・充電ケーブル
- ☐ 充電器・適切な変換プラグ
- ☐ 旅程で持ち込み可能なモバイルバッテリー
- ☐ イヤホン・ヘッドホン
- ☐ 必要に応じてパソコン・タブレット
- ☐ 必要に応じてカメラ・アクセサリ

🏠 すぐ取り出すもの

03

- ☐ 旅行書類・貴重品
- ☐ 水筒・持ち込み可能な軽食
- ☐ 羽織るもの・着替え
- ☐ アイマスク・耳栓
- ☐ ティッシュ・手のケア用品
- ☐ ペン・読み物

👕 衣類

04

- ☐ 下着・靴下
- ☐ 旅程に合ったトップス・ボトムス
- ☐ 寝間着
- ☐ 気候に合わせた重ね着
- ☐ 歩きやすい靴
- ☐ 必要に応じて雨具・帽子・水着
- ☐ 洗濯物用の袋

🧴 洗面用品

05

- ☐ 歯ブラシ・歯磨き粉
- ☐ デオドラント
- ☐ シャンプー・ボディケア用品
- ☐ スキンケア・日焼け止め・リップクリーム
- ☐ ブラシ・くし・身だしなみ用品
- ☐ 個人用の衛生用品

🩹 身の回りのケア

06

- ☐ いつもの薬・必要な用品
- ☐ 関連する処方箋・書類
- ☐ 眼鏡・コンタクトレンズ用品
- ☐ 補聴器・充電用品
- ☐ 移動や快適さを支える補助具
- ☐ その他、自分に必要なもの

あなたの旅、あなたのリスト。 自分に必要なものを追加し、2ページ目で最後の確認を。



出発の準備はできましたか。

最後の確認を済ませたら、あなたの旅が始まります。

📅 荷造りの前に

01

- ☐ 渡航書類と旅程に応じた入国・乗り継ぎ条件を確認する。
- ☐ 航空会社の手荷物サイズ・重量・内容物の規定を確認する。
- ☐ 薬・食品・電池を含む保安検査と税関の規則を確認する。
- ☐ 天気予報と予定している活動を確認する。

📝 自分だけのメモ

追加するもの、数量、忘れたくないこと。

📅 出発の前日に

02

- ☐ フライト情報とチェックイン方法を確認する。
- ☐ 航空券・住所・必要な地図をオフラインで保存する。
- ☐ 機器を充電し、海外での通信手段を準備する。
- ☐ 空港への移動手段と到着時刻を計画する。

🏠 家を出るときに

03

- ☐ パスポートや身分証・スマートフォン・財布・鍵を確認する。
- ☐ 今朝使った日用品を追加する。
- ☐ 荷物を預ける場合も、必需品は取り出せるようにする。
- ☐ 家の安全を確認し、施錠する。

旅に合わせて確認

必要な条件は旅程や旅行者によって異なります。最新情報は航空会社、空港、関係当局の公式サイトで確認してください。

空港ごとに、ひとつの思い出。

訪れた空港をSkyStampに残しましょう。

ウェブサイトを見る iPhoneアプリを入手

