



Tour Member Handbook
旅客手冊



團 號： PEE260916
行程名稱： 華麗美洲 美加東全覽 | 八大城市、尼加拉瀑布面瀑房、魁北克兩晚、白山國家森林公園、紐約大都會博物館、景觀台14日
集合時間： 2026/09/16 14:30 桃園國際機場中華航空團體櫃檯第二航站
胸 牌：
領 隊：
送機人員： 沈昆毅先生 (0986242434)

*再次提醒**護照自帶**的貴賓，請在前往機場與團體集合出發前，請再次檢查是否已經攜帶**您的護照或簽證等相關旅行文件**..等，並請提早或準時抵達機場，以便協助您辦理Check-in手續。

■ 行程內容

華麗美洲 美加東全覽 | 八大城市、尼加拉瀑布面瀑房、魁北克兩晚、白山國家森林公園、紐約大都會博物館、景觀台14日

* 行程特色

1.設計理念:穿越北美東岸，如走入一幅流動的畫。高樓剪影映照著都市的夢，古城街道低語著歲月的詩。瀑布奔流如心跳，樹影婆娑似思緒；歷史在石牆間輕聲呢喃，現代在光影裡悄然綻放。每一座城市都是一段篇章，有的華麗熱烈，有的內斂深沉。每一刻風景，每一

- 次悸動，旅途中緩緩沈澱成記憶中最溫柔的風景。此一趟行程美加東大城市一次走齊! 美國~ 紐約、費城、華盛頓、波士頓、加拿大~ 尼加拉瀑布、多倫多、渥太華、蒙特婁、魁北克。14天行程魁北克連泊兩晚，停留紐約兩日更深度~
- 2.世界七大奇景~尼加拉瀑布:搭乘遊船近距離面對澎湃的尼加拉瀑布，遊船和遊客都被巨大的水霧牢牢地罩住，幸運時還能看一道完整的彩虹掛在奔騰的水牆上，水柱奔騰的雄偉景色，令人嘆為觀止。
- 3.白山國家森林公園:白山森林公園~美國著名的渡假地點，山巒高低起伏的光影變化萬千，湖泊靜謐迷人。
- 4.洛克斐勒中心 Top of the Rock :紐約著名的觀景台，遊客可以在此俯瞰紐約市的壯麗景色，包括中央公園、自由女神像等地標，1987年被美國政府認定為國家歷史地標。
- 5.紐約大都會博物館:大都會藝術博物館，暱稱The Met，為全美第一大的博物館，並且與法國羅浮宮、英國大英博物館、俄羅斯艾爾米塔什博物館並列世界四大博物館。館藏超過二百萬件藝術品，濃縮了人類偉大藝術成就，跨越6000年，包羅全世界，在同一天裡您將欣賞到世界各地的藝術。
- 6.城市介紹:— 美國 四大城市 + 加拿大 五大城市 —
- 紐約:紐約是全球最受歡迎的旅遊城市之一。時代廣場感受璀璨霓虹、第五大道頂級品牌旗艦店與摩天大樓以及華爾街見證全球金融中心。
- 費城:費城是美國最老、最具歷史意義的城市，美國發表獨立宣言及頒布憲法的所在地，也被稱為博愛城。
- 華盛頓:華盛頓是美國的首府，政治與歷史中心，是一座充滿活力與嶄新的城市，行程帶您前往華盛頓最重要的國家歷史景點，去體會世界權力中心之城的奧妙。
- 波士頓:有「美國文化搖籃」之稱，是一個新舊文化交融，藝術與學術之都；小巧的街道，石頭砌成的房子，尖尖的教堂，讓波士頓散發出一股溫馨的歐洲氣息。
- 多倫多:加拿大最大的城市和安大略省首府，這座城市以其世界級的多元文化聞名，匯集了來自全球各地的移民，並擁有豐富多元的文化。
- 渥太華:融合著都會風情與大自然風光，一旁的麗都運河是過去城市的重心，現在轉化為最能品味現代化首都的迷人風。
- 蒙特婁:蒙特婁是魁北克省內最大城市，被聖勞倫斯河包圍，市區的特色就是摩天大樓與天主教堂並立，這座以法語為主要語言的城市，被公認為是加拿大的文化首都。
- 魁北克:其舊城被聯合國教科文組織列為世界級古蹟，長長的古城牆，古意盎然的都市景觀如詩篇般的景色，韓劇鬼怪的拍攝場地，不知擄獲多少戀人的心。
- 尼加拉瀑布湖邊小鎮:這座優雅的古鎮被公認為北美保存最好的十九世紀小鎮。街上的時鐘台中心點，北邊是安大略湖，街道兩旁有許多十九世紀留下來十分具有歷史意義的英式建築物以及各式各樣古意盎然的精巧小商店。
- 7.特別住宿:尼加拉瀑布升等面瀑房型，讓您從房間內就能觀賞尼加拉瀑布不同色調風貌，白天的尼加拉瀑布氣勢磅礴，夜晚的尼加拉瀑布燈光絢爛，清晨的朦朧薄霧。(※圖為示意圖，飯店、樓層、房間內瀑布景觀角度等，依照實際訂到為主。)
- 8.美食饗宴:瀑布景觀西式套餐 / 鄉村特色楓糖餐 / 義式料理 / Shake Shack漢堡 / BBQ肋排餐

第01天

台北 / 紐約

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

-  **餐食** 早餐：X 午餐：X 晚餐：X
-  **住宿** DOUBLETREE或CROWN PLAZA或HILTON或同級

第02天

紐約 - 費城【獨立宮·自由鐘·木匠廳·瑞丁車站市場】 - 華盛頓

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

美國獨立紀念館(獨立廳-費城) (下車參觀)

獨立紀念館在美國革命之前是賓夕法尼亞州的議會大廈。自哥倫布發現新大陸至十八世紀中葉，美洲移民先後建立了十三個州，但仍然歸英國統治。因為不堪英國強加的重稅，美洲移民自1770年以來與英國的矛盾愈演愈烈，先後爆發了印花稅運動和傾茶事件等抗議活動，1775年“萊剋星敦第一槍”標誌著美國人武裝反抗英國統治的開始。1776年美洲各殖民地州的代表在此舉行大陸會議，7月4日通過了由湯瑪斯·傑弗遜(Thomas Jefferson)起草的《獨立宣言》，宣佈北美殖民地脫離英國獨立，建立“自由、獨立的美利堅合眾國”，這一天也成為了美國獨立紀念日。此後經歷了八年抗戰，美國終於在1783年打敗了英國。1787年又在這裡舉行了制憲會議(Constitutional Convention)，制訂了人類歷史上的第一部成文憲法——《美利堅合眾國憲法》。

費城自由鐘 (入內參觀)

?在美國獨立戰爭時期，為了宣讀獨立宣言，鐘被敲響，以召集民眾前來聆聽，其後這座鐘便成為了美國獨立的象徵。鐘面上刻著《聖經》上的名言：“向世界所有的人們宣告自由”。

木匠廳 (下車參觀)

木匠廳是一座兩層磚砌建築，位於美國賓夕法尼亞州費城老城區的栗樹街，是美國早期歷史中的一個重要的會議廳。它完成於1770年到1773年，屬於美國現存最古老的行會費城市和費城縣木匠公司所有。

瑞丁車站市場 Reading Terminal Market (入內參觀)

瑞丁車站市場 (Reading Terminal Market) 1892 年依瑞丁鐵路而建，是費城相當知名、歷史悠久的市場。這裡集結了來自各地的
美食攤位，從費城著名的起司牛排、阿米許風味餐點，到國際料理如泰式、義式、美式漢堡等應有盡有。無論是想快速解決一餐，或悠閒品
嚐在地特色，這裡都是絕佳選擇。氣氛熱鬧，選擇多元，保證讓人滿足。

行車距離 紐約 - 105KM - 費城 - 222KM - 華盛頓

- 餐食** 早餐：飯店早餐 午餐：市場美食20USD 晚餐：中式七菜一湯
- 住宿** HYATT PLACE或HOLIDAY INN或SHERATON或同級

第03天

華盛頓【林肯紀念堂·映像池·白宮·華盛頓紀念碑·傑佛遜紀念堂·國會大廈】- 哈里斯堡
【Hershey's 巧克力工廠】

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

林肯紀念堂 (入內參觀)

林肯紀念堂，為紀念美國第16任總統亞伯拉罕·林肯而設立的紀念堂。林肯總統的重大成就包括1863年為了「除美國奴才」制度而預先鋪路的《解放奴隸宣言》，因此林肯先生是美國公認歷代最偉大的總統之一。

映像池(林肯紀念堂) (下車參觀)

林肯紀念堂正前方如利劍般直指藍天的華盛頓紀念碑倒映在反思池裡，和周圍的林肯紀念堂、傑佛遜紀念堂、華盛頓紀念碑，以及雕像、噴泉等組合在一起，成為了名勝風景。

白宮 (路過參觀)

美國總統府，因其外牆為白色砂岩石，故而得名，位於賓夕法尼亞大道1600號。白宮是美國總統一家人的生活空間，也是辦公區域，包括總統的橢圓形辦公室，樓外可以看到玫瑰花園和白宮南草坪。

傑佛遜紀念堂 (入內參觀)

湯瑪斯·傑佛遜，美國開國元勳、第三任美國總統，《獨立宣言》的主要起草者，維吉尼亞大學的創辦者，博學睿智的學者，在哲學、法律、建築、數學、考古、園藝、植物學等學科都有極高造詣。湯瑪斯·傑佛遜紀念堂為紀念他而建，1938年在羅斯福主持下開工，至1943年落成。紀念館按傑佛遜喜愛的羅馬萬神殿式圓頂建築風格設計，是一座高96英尺的白色大理石建築。

國會大廈(美國華盛頓) (路過參觀)

美國人把國會大廈看做是民有、民治、民享政權的最高象徵。國會大廈1793年由華盛頓總統親自奠基，後來增建了參眾兩院會議室、圓形屋頂和圓形大廳，並多次改建和擴建。現在，這個圓頂已經成為電視中美國政治新聞報導的最佳背景。

華盛頓紀念碑 (路過參觀)

華盛頓紀念碑在國家廣場正中央，是一座方尖碑是建築，是為了紀念第一任美國總統喬治·華盛頓而興建，高169米，碑身外側沒有任何文字，內牆則鑲嵌有188塊由各地捐贈的紀念石，包括一塊中文碑，其上文字取自晚清學者徐繼畲的《瀛寰志略》。

賀喜巧克力王國 (入內參觀)

由北美地區著名的巧克力類糖果製造公司 Hershey's所建立。Chocolate World館內設計有巧克力賣場，有速食店，休憩區..... 走進有咖啡樹植物、收穫、運輸可哥豆等實景場面的參觀走廊瀏覽，在解說和音樂中巧克力生產工序一道一道向你展開，只見可哥豆經過挑選、烘乾、研磨、加熱、攪拌、熟成等步驟後，流淌出原味巧克力漿；再根據需要加入牛奶、杏仁、果醬等材料。經過冷卻、灌模就做出各種不同口味和形狀的巧克力；最後在自動化流水線上出現的是包裝精緻美味的巧克力。

行車距離 華盛頓 - 193KM - 哈里斯堡

- 餐食** 早餐：飯店早餐 午餐：河岸景觀簡餐 晚餐：義式自助餐
- 住宿** BEST WESTERN或HAMPTON INN或HOLIDAY INN或同級

第04天

哈里斯堡 - 康寧 - 尼加拉瀑布【尼加拉瀑布遊船·尼加拉瀑布景觀台】

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

尼加拉瀑布 NIAGARA FALLS

舉世聞名的七大自然奇景之一，是由三座位於北美洲尼加拉河上瀑布的總稱，位於美加交界處。「尼加拉」源自印第安語，是雷神之水的意。尼加拉瀑布寬約1.2公里，高約51公尺，主要瀑布分別為「美國瀑布」及「馬蹄瀑布」。美國瀑布為小瀑布，在美國東側境內，占水量的6%。馬蹄瀑布為大瀑布，橫跨美加兩國，又稱加拿大瀑布，占94%的水量，瀑布呈半環型，寬675公尺，是最壯觀的一個。

尼加拉瀑布遊船(Hornblower Niagara Cruises) (特別安排)

搭乘尼加拉瀑布遊船(HORNBLOWER CRUISE)，在以二百英尺落差造成了世界奇景的尼加拉瀑布，近距離面對澎湃的河水以雷霆萬鈞之勢傾瀉而下，遊船和遊客都被巨大的水霧牢牢地罩住，幸運時還能看到沖天的水霧中一道完整的彩虹掛在奔騰的水牆上，水柱奔騰的

雄偉景色，令人嘆為觀止。

註：尼加拉瀑布遊船開放時間預計從5月初到11月初，無開放期間或遇天候因素不開放，將改安排瀑布後冒險(Journey Behind the Falls)，並退費加幣每人\$10元，敬請見諒。

特殊安排 尼加拉瀑布遊船、尼加拉瀑布景觀飯店，指定『面瀑布房』

行車距離

哈里斯堡 - 264KM - 康寧 - 235KM - 尼加拉瀑布

🍴 餐食 早餐：飯店早餐 午餐：美式簡餐 20 USD 晚餐：X

🏠 住宿 或同級

第05天

尼加拉瀑布【湖邊小鎮】 - 多倫多【CN塔(遠眺)·新舊市政廳·古釀酒廠區·聖羅倫斯市集】

符號表示：★表含門票 ⊙表下車參觀 未標示者表行車經過

尼加拉瀑布湖邊小鎮 (下車參觀)

充滿藝術氣息尼加拉湖邊小鎮，至今依然保留著濃厚的開拓時代遺風，被公認為北美保存最好的十九世紀小鎮。街上的時鐘台中心點，北邊是安大略湖，街道兩旁有許多十九世紀留下來十分具有歷史意義的英式建築物以及各式各樣古意盎然的精巧小商店。

多倫多舊市政廳 (下車參觀)

市政廳呈文藝復興風格，現與新市政廳對望。1899年至1965年間是多倫多市政府的總部所在，也是多倫多的第三代市政廳，大樓竣工時是北美最大的市政建築。

多倫多新市政廳 (下車參觀)

建立於1965年，半圓形的立形結構，呈飛碟形狀的市議會議事廳座落兩座大樓之間，整體佈局有如兩雙手守護著議事廳，而從高空俯瞰則有如一隻睜開的眼睛。與一街之隔1899年落成的舊市政廳，新舊兩棟市政廳和諧地站在一起，代表著多倫多的成長史，象徵了多倫多的過去與未來。

多倫多古釀酒廠區 The Distillery Historic District (下車參觀)

多倫多古釀酒廠區 (The Distillery Historic District) 是北美保存最完好的維多利亞時代工業區之一，建立於1832年，曾是「古德漢-沃茲酒廠 (Gooderham & Worts)」，一度是世界上最大的釀酒廠。因禁酒令與時代變遷停產，於2003年被改造成文化藝術區重新開放，成為國家遺產保護區。古釀酒廠區擁有紅磚建築、藝術畫廊、設計師小店、特色餐廳和咖啡館，是多倫多文化藝術的代表，常舉辦節慶活動和影視取景地。

聖羅倫斯市集 (下車參觀)

聖羅倫斯市場離金融中心僅10分鐘步行距離的聖羅倫斯市場是來訪多倫多不容錯過的景點。這個市場在2011年被《世界國家地理》評為全球最佳的食物類市場。吸引當地人和遊客的不僅是品種多樣的新鮮農產品，還有很多有當地特色的紀念品和小吃。

行車距離 尼加拉瀑布 - 129KM - 多倫多

🍴 餐食 早餐：飯店早餐 午餐：中西式自助餐 晚餐：中式七菜一湯

🏠 住宿 BEST WESTERN或HOLIDAY INN或FAIRFIELD INN或同級

第06天

多倫多 - 渥太華【總督府·麗都運河·國會大廈·拜沃德市場】

符號表示：★表含門票 ⊙表下車參觀 未標示者表行車經過

加拿大總督府(渥太華) (下車參觀)

自1867年以來是各屆加拿大總督的住所和辦公地點，也是總督接見重要貴賓或儀式的場所。維多利亞式建築，主體是一座淺灰門面的三層端莊小樓，四周花木扶疏低調而充滿生機，令人倍感寧靜。相較於與白宮、白金漢宮等其他國家的元首府邸，加拿大總督府顯得樸素而謙虛，但充滿莊嚴典雅的氣韻。

麗都運河 (下車參觀)

麗都運河全長202公里，由渥太華延伸至京士頓，竣工於1832年，是19世紀工程技術的奇蹟之一，也是北美至今在用的最古老的運河，2007年被列入世界遺產。秀麗的運河橫貫全城，為首都平添了幾分秀色。

渥太華國會大廈 (下車參觀)

?位於加拿大渥太華市中心，是由三座哥德式風格建築所組成，被譽為最精緻的哥德建築。廣場前的入口處有一處水火相容池，被稱作「百年之焰」象徵著和平與包容，從1967年點燃至今，未曾熄滅過。有機會的話還可以觀看到皇家禁衛軍的衛兵交接儀式。

渥太華拜沃德市場 ByWard Market (下車參觀)

拜沃德市場 ByWard Market是加拿大渥太華最古老、規模最大且最受歡迎的公共市場之一，擁有近兩百年的悠久歷史。它不僅是當地居民日常採購的重要場所，也是遊客探索渥太華歷史、美食和文化的必訪之地。拜沃市場是渥太華著名的美食聚集地，匯集了各國風味和本地佳餚。從高檔餐廳到街頭小吃，應有盡有，包括著名的 BeaverTails (海狸尾巴) 是加東必吃的特色點心。

🍴 餐食 早餐：飯店早餐 午餐：義式風味餐 晚餐：美式套餐

🏠 住宿 HOLIDAY INN或HAMPTON INN或Courtyard By Marriott或同級

第07天

渥太華 - 蒙特婁【聖母院大教堂·舊港區·傑克卡迪爾廣場】 - 魁北克【鄉村楓糖餐體驗】

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

蒙特婁聖母院大教堂 Notre-Dame Basilica of Montréal (下車參觀)

北美最大的教堂諾特丹聖母大教堂建於1829年，這棟新哥德式建築傑作是蒙特婁最熱門的景點之一。是一座羅馬天主教的宗座聖殿，可容納5,000人。位於加拿大蒙特婁老城區的聖母西街110號，與聖敘爾皮斯街轉角，毗鄰聖敘爾皮斯神學院，位於兵器廣場 (Place d'Armes) 對面。教堂的外表宏偉壯觀，莊嚴肅穆，曾是北美洲最大的宗教禮拜建築，加拿大的國家象徵，曾舉辦約翰·保羅二世教皇 (Pope John Paul II) 1984 年的參訪和席琳·迪翁 (Celine Dion) 1994 年的婚禮等備受矚目的活動。

蒙特婁舊港區 (下車參觀)

位於聖羅蘭河與市中心之間的港區建於1642年，最初蒙特婁以皮貨和木材交易起家，港口是最早的發跡地。城區許多古老的建築每一件都是精美的藝術品，現在不論是博物館、精品店、法式餐廳、咖啡座，總令人百看不厭，讚歎不已，給人以無限美的享受。

不論春夏秋冬，舊港區始終是人們最喜愛光顧的廣場，除了觀賞像精美藝術品的建築外，還有不同類型的節日活動，如八月著名的蒙特婁國際電影節，啤酒節，另類電影節，法國音樂節，國際美食節等，如時間碰巧遇上，可為旅遊添上一筆體驗。

傑克卡迪爾廣場 Place Jacques-Cartier (下車參觀)

?從前是一個花園，從1804年改為公眾市集。廣場上有一座建造於1809年，為紀念英國尼爾森將軍擊潰法國拿破崙海軍的英雄戰績紀念碑。這裡也是蒙特婁舊城區的心臟，巷道內有著法式建築，廣場兩旁擺放露天咖啡座，漫步享受一下這美麗又浪漫的氣氛吧。

行車距離 渥太華 - 200KM - 蒙特婁 - 250KM - 魁北克

🍴 餐食 早餐：飯店早餐 午餐：中式七菜一湯 晚餐：鄉村楓糖餐

🏠 住宿 L'HOTEL QUEBEC或HOTEL QUARTIER或HOME2 SUITES BY HILTON或同級

第08天

魁北克【蒙特倫斯瀑布·聖母大教堂·畫家巷·都普林步道·芳堤娜城堡·小香普蘭街·大壁畫】

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

小香普蘭街 (下車參觀)

這是北美歷史最悠久的繁華街道，信步於石板巷弄與石造建築間，宛若踏進18世紀的法國古城。來到這裡千萬不要錯過陡峭的「斷頸階」以及韓劇「鬼怪」的知名任意門場景。

魁北克城大壁畫 (下車參觀)

?位在皇家廣場旁這個高達五層樓的大壁畫，名為「一年四季」，描繪出魁北克一年當中會看到的景象。1999年由12位藝術家合力完成，巧妙的運用「透視感」，讓這一面壁畫如同3D立體呈現在你的眼前!

魁北克聖母聖殿主教座堂 (下車參觀)

魁北克聖母大教堂，魁北克最大的教堂，華麗的巴羅克式建築，始建於1633年，是北美(墨西哥以北)最古老的教堂，教堂本身建築曾遭受過好幾次的火災及地震，現今所見是1925年重新整建過。

畫家巷(特雷瑟街) (下車參觀)

在芳堤娜城堡附近，有一條街叫特雷瑟街 Rue du Tresor，是魁北克的畫家街，這裡有很多以魁北克為景的素描寫生畫，營造出一種法式風情的氣氛

芳堤娜城堡Château Frontenac (下車參觀)

建於1893年的芳堤娜城堡飯店，建築靈感來自於法國羅亞爾河畔堡群。坐落在老城市中心、聖羅倫斯河岸的峭壁上，青銅色的屋頂與磚紅的外牆，是魁北克市的標誌性建築。歷史悠久的城堡酒店也接待過無數名人，如二次世界大戰時所召開的魁北克會議便是在這舉行，也是知名韓劇「鬼怪」的拍攝場景。

特殊安排 蒙特倫斯瀑布 Montmorency Falls (特別安排) 蒙特倫斯瀑布是蒙特倫斯河注入聖羅倫斯河時所形成的瀑布，落差有83米，是尼加拉瀑布的1.5倍，大量的河水從峭立的懸崖傾瀉直落，發出的聲響震耳欲聾，氣勢磅礴。在瀑布旁沿著山壁建有階梯、觀瀑小徑、涼亭及橋樑，方便更近距離體會瀑布的震撼力。

🍴 餐食 早餐：飯店早餐 午餐：古城西式套餐 晚餐：中西式料理自助餐

🏠 住宿 L'HOTEL QUEBEC或HOTEL QUARTIER或HOME2 SUITES BY HILTON或同級

第09天

魁北克 - 白山國家森林公園~回聲湖 - 波士頓周邊城市

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

白山國家森林公園 White Mountain National Forest (下車參觀)

白山國家森林公園 (White Mountain National Forest · WMNF) 位於美國東北部，橫跨新罕布夏州大部分地區及緬因州西部，占地超過 80 萬英畝。它是新英格蘭地區著名的度假勝地，以壯麗的森林景觀、高山峰巒及全美頂尖的賞楓美景聞名。

回聲湖 (下車參觀)

白山國家森林保護區中的回聲湖 (ECHO LAKE)，回聲湖畔是一處可以就近擁抱大自然的地點，倒映湖中的風景簡直是一幅幅天然的油畫，或紅或黃或綠，如再配上野鴨幾許，更是美不勝收。

行車距離 魁北克 - 415KM - 白山國家森林公園 - 229KM - 波士頓周邊城市

餐食 早餐：飯店早餐 午餐：中式自助餐 晚餐：美式套餐

住宿 HILTON GARDEN INN或CROWNE PLAZA或COURTYARD或同級

第10天

波士頓【哈佛大學·州議會大廈·波士頓公園(途經)·自由之路·昆西市場】- 紐澤西

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

哈佛大學 HARVARD (下車參觀)

哈佛大學 (Harvard University) 是和麻省理工齊名的世界級學府，也是全球莘莘學子的朝聖地。哈佛園 (Harvard Yard) 和約翰·哈佛 (John Harvard) 的雕像是每一位來到這裡的學生必訪之處。相傳，觸摸約翰·哈佛的左腳會帶來好運，所以這位著名捐贈人的左腳被摩擦地亮??。但是，眾人虔誠膜拜的雕像其實並不是約翰·哈佛本人，雕塑家丹尼爾·賈斯特·法蘭西 (Daniel Chester French) 並沒有看見過約翰·哈佛，只能以當時的一位哈佛學生的樣子立了雕塑，並以此作為哈佛學生的楷模。

自由之路 (下車參觀)

自由之路起於波士頓市中心，從波士頓公園 (Boston Common) 經邦克山紀念碑 (Bunker Hill Monument)，並沿著查爾斯河南岸的舊城區內，長約4公里，是一條紅色 (多以紅磚) 標出的線路，經過波士頓市中心的16處重要的歷史古蹟，象徵穿越了美國三百五十年歷史。

麻薩諸塞州議會大廈 (下車參觀)

麻塞諸塞州議會大廈 (Massachusetts State House) 是麻塞諸塞州議會和麻塞諸塞州政府所在地，座落在波士頓的燈塔山山頂。這座建築占地6.7英畝 (27,000 m²)，這塊土地曾經屬於麻塞諸塞州第一任州長約翰·漢考克所有。在1798年現在的州議會大廈建成之前，麻塞諸塞州政府設在法院街 (Court Street) 的老議會大廈。

波士頓公園 (路過參觀)

波士頓公園於1634年落成，是美國歷史最為悠久的公共公園。公園這片綠地已由原先的政治要地，變為當地人舉辦各類娛樂項目和比賽的休閒場所。

昆西市場 (入內參觀)

抵達後前往波士頓最繁華的購物及飲食區 - 昆西市場，對著芬威走廊的昆西市場是由3棟19世紀老舊的長廊大街改裝而成的，現在則在外觀上加蓋玻璃，形成一處可觀的購物樂園。還有許多強調手工製作的商品也是昆西市場的特色之一，比如繡上名字的帽子、現場編製項鍊、手環、手繪明信片等，都相當具有特色。在此讓您自由活動，除了享受購物樂趣，也別忘了來碗濃醇的蛤蜊濃湯。

行車距離 波士頓 - 350KM - 紐澤西

餐食 早餐：飯店早餐 午餐：方便逛街，敬請自理 晚餐：美式牛排餐

住宿 HOLIDAY INN或EMBASSY SUITES或DOUBLETREE或同級

第11天

紐約【中央公園·大都會藝術博物館·川普大廈·第五大道·聖派翠克大教堂·洛克斐勒中心 Top of the Rock 峭石之巔·時代廣場】

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

紐約中央公園 (下車參觀)

紐約的後花園，占地341公頃，是一塊完全人造的自然景觀。許多紐約當地人喜愛在中央公園從事休閒活動，是全美訪客量最大的城市公園。

紐約大都會藝術博物館 Metropolitan Museum of Art (入內參觀)

大都會藝術博物館位於美國紐約州紐約市曼哈頓中央公園旁，是世界上最大並且參觀人數最多的藝術博物館之一。同時與大英博物館、羅浮宮、聖彼得堡隱士館一起被稱為世界四大博物館。藏品多達兩百萬件以上，其規模之大號稱世界之冠。在大都會博物館裡，欣賞世界各地的珍貴至寶，不禁令人忘卻自己身處於喧囂的繁華都市，而盡情享受一場從古代到現代的藝術、文物饗宴。

紐約第五大道 (下車參觀)

號稱紐約曼哈頓最貴的一條道路，是奢侈的代名詞！第五大道在1908年進行了擴建，逐漸變成了曼哈頓高級住宅區，周邊的高級品牌店家也開始聚集，也是購物狂的聖地。第五大道上林立著許多知名建築，沿著走就可以一連造訪多個紐約知名景點！

紐約川普大廈Trump Tower (下車參觀)

?坐落於紐約曼哈頓第五大道的川普大廈 (Trump Tower)，是象徵現代奢華的地標建築。其內部裝潢極盡華麗，採用超過 240 噸的粉色大理石，搭配閃亮的金色鏡面與室內高達 60 英尺的壯觀瀑布，營造出強烈的 80 年代豪氣氛圍。遊客可免費進入中庭參觀，搭乘著名的金色電梯，選購品牌紀念品，是體驗紐約名流生活與政治歷史感的重要打卡點。

紐約 聖派翠克大教堂 (下車參觀)

是北美最大的新哥德式天主教堂，可容納3,000人。工程於1858年開始，但因內戰延宕至1878年才完工。於1976年被指定為國家歷史地標。紐約每年聖派翠克節的遊行都在教堂前的街道進行。

洛克斐勒中心 (下車參觀)

由座落於第五大道至第七大道，47街至52街之間的十九棟大樓組成。建築師利用大樓間的廣場、空地與樓梯間、路衝設計成行人活動消費區，是市民空間設計的先驅。

Top of the Rock 峭石之巔 (特別安排)

洛克斐勒中心頂層觀景台【Top of the Rock 峭石之巔】，擁有三層室內外景台，可一覽壯麗的城市天際線。在70樓露臺面可以360度全景欣賞帝國大廈、布魯克林大橋、自由女神像、中央公園以及紐約五大行政區的壯麗景色，使其成為紐約市的熱門觀景台。是紐約市最值得體驗的景點之一。

紐約時代廣場 (下車參觀)

紐約必走景點，亦被稱為「世界的十字路」、「宇宙的中心」和「世界的中心」，位於曼哈頓市的心臟地帶，附近聚集了近四十家百老匯歌舞秀劇院，發光廣告牌，夜間也燈火通明，是世界上訪問量最大的旅遊景點之一。

特殊安排 世界前四大博物館「大都會藝術博物館」、曼哈頓市中心「洛克斐勒中心景觀台」

🍴 餐食 早餐：飯店早餐 午餐：逛博物館方便，敬請自理 晚餐：Shake Shack 漢堡餐

🏠 住宿 CROWN PLAZA或EMBASSY SUITES或DOUBLETREE或同級

第12天

紐約【自由女神遊船·Time Out市集·布魯克林大橋網紅打卡點·華爾街·證券交易所·金牛銅雕·Ground Zero 世貿中心遺址·小義大利·漂浮公園】

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

自由女神遊船 (特別安排)

搭乘遊船欣賞紐約曼哈頓城市天際線，觀賞自由女神像的全貌，以及布魯克林大橋與曼哈頓大橋，是來到紐約最值得體驗的活動。

紐約Time Out市集 (自由活動)

紐約Time Out市集 (Time Out Market New York) 位於布魯克林DUMBO區的Empire Stores內，是一個集結多間餐廳、酒吧及藝術展示的熱門美食廣場。其特色為挑高工業風設計，這裡最吸引遊客的莫過於 5 樓露天觀景台，以絕佳視角近距離捕捉布魯克林大橋與曼哈頓天際線的壯麗倒影。是結合美食、美景與休閒的熱門景點。

布魯克林大橋網紅打卡點 (下車參觀)

位於布魯克林 DUMBO 區的 Washington Street，是紐約最受歡迎的網紅打卡勝地。這條街道以復古的鵝卵石路與兩側深紅色的工業風建築為背景，提供了一個極具戲劇張力的視覺焦點。

華爾街 (下車參觀)

華爾街是一條位於紐約曼哈頓下城的狹窄街道，全長不過500米，寬僅11米，兩側摩天大樓林立，可以說是全球經濟的金融中心。今日，「華爾街」一詞已超越這條街道本身，同時也可以借指對整個美國經濟具有影響力的金融市場和金融機構。

紐約證券交易所 (下車參觀)

紐約證券交易所是世界上第二大證券交易所，位於紐約百老匯大街，華爾街的轉彎處南側。2006年6月1日，紐約證券交易所宣佈與泛歐股票交易所 (Euronext) 合併組成 "NYSE Euronext"。紐約證券交易所所有大約2,800間公司在此上市，全球市值15萬億美元。?

華爾街金牛銅雕 (下車參觀)

位於美國紐約曼哈頓金融區的一座銅質公牛塑像，是華爾街最著名的象徵物之一。這座巨大的公牛臀部翹起，頭部略低，仿佛正在向前沖，這種姿勢象徵著股市能保「牛」市的樂觀與景氣。

911事件紀念公園(世貿遺址) (下車參觀)

在遭受到2001年9月11日恐怖攻擊的雙子星大樓遺址上，為撫慰事件受難者及家屬，建築設計師在遺址基處建立了2座紀念水池，池邊的花崗岩刻著近2977名受害者的姓名，稱為「倒映虛空」。在熱鬧的市區，給紐約人寧靜的角落。

紐約小義大利區 (下車參觀)


紐約小義大利 (Little Italy) 位於曼哈頓下城，以茂比利街 (Mulberry Street) 為核心。以其懷舊的歐式風情著稱，兩側掛滿紅白綠三色旗幟，建築牆面可見充滿生命力的義裔移民壁畫。這裡保留了窄巷與老式防火梯，雖然腹地縮小，但其獨特的義式情調與深厚的移民歷史，使其成為曼哈頓繁華森林中一處溫馨且充滿特色的文化地標。

漂浮公園 Little Island (下車參觀)

位於紐約曼哈頓哈德遜河公園55號碼頭的人工島公園，於2021年5月開幕，前身是被珊迪颶風破壞的54號碼頭，於2013年由Barry Diller 與哈德遜河公園信託基金會Hudson River Park Trust合作，提出要修復和整修54號碼頭的設想與願景，概念為打造出全新紐約的公共空間，

結合大自然與藝術的夢幻體驗，團隊請來Heatherwick Studio 和 MNLA 設計和建設公司來實現此願景，創造出大城市裡的小綠洲概念，此人工島有280個結構樁柱，132座鬱金香豆莢造型混凝土盆柱，擁有35種樹木，65種灌木，和270種的草類，打造出海洋植物園的概念，另外也有露天劇場可容納700座？。

特殊安排 特別安排：經典必遊~「自由女神遊船」

 **餐食** 早餐：飯店早餐 午餐：中式七菜一湯 晚餐：美式肋排餐


 **住宿** 機上

第13天

紐約 / 台北

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日搭機返回台北。返航台北途中，沿途享受機內殷勤的服務，佳餚美酒盡情享受。

 **餐食** 早餐：X 午餐：X 晚餐：X

 **住宿** 機上

第14天

台北

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日安全抵達台北，回到甜蜜家中休息調整時差，結束難忘的旅遊。

 **餐食** 早餐：X 午餐：X 晚餐：X

 **住宿** 甜蜜的家

■ 旅遊注意事項

親愛的鳳凰貴賓，您好！

感謝您與鳳凰旅遊一起共享旅行世界的樂趣！為了旅途順暢及維護您的權益，我們竭誠建議您詳閱下列注意事，以便利您充分享受一趟快樂之旅。

一、 出入境

1. 請依約定的集合時間、地點，於**班機起飛前二小時**攜帶行李及相關證件至指定航空公司團體櫃檯，向領隊或送機人員辦理報到，完成搭機（check in）及出境手續（提醒您，部分航空公司與旺季期間則須於班機起飛前三小時集合）。
2. 托運行李請備堅固耐用者為佳，需備鎖，以每人交運一件（限重20公斤以內或依各家航空公司規定），以及一件輕便隨身行李自帶為原則（隨身行李不可超過：長56x寬36x高23公分）。
3. 目前大部分航空公司均規定行李托運須自行辦理check in手續，亦請旅客自行保留行李收據。
4. 貨幣：超過等值美金1萬元現金者，應報明海關登記；人民幣限額為兩萬元；新台幣以6萬元為限，如所帶之新台幣超過限額時，應在出境前事先向中央銀行申請核准，持憑查驗放行，超額部份未經核准，不准攜出。

如結匯是購買美金旅行支票，請務必結匯後立刻在支票左上角簽名欄簽名，下面的簽名欄則待支付款項時再簽名。建議您可另外用一張紙記下每張支票號碼，每用掉一張則劃掉一個號碼，並保留購買旅行支票時的存根，以便萬一遺失時可迅速辦理掛失補發。

（如有最新公告，依財政部關稅局公告為主）

二、海關

1. 旅客返國可免稅攜帶香煙一條、酒一瓶，及少量自用香水或禮物。
2. 禁止攜帶各種肉類、植物、蔬菜及不良刊物入、出境。
3. 毒品、槍械、彈藥，未經主管機關許可，禁止攜帶入、出境。
4. 銼刀、指甲剪、水果刀請置於大行李箱內托運（否則過關時將會沒收）。
5. 保育類野生動物及其產製品，如未取得許可文件就帶回國或郵寄，依法將以走私論罪，敬請旅客留意。

6. 購買非保育類野生動植物產製品時，亦應向廠商索取海關許可證明，因各國管制辦法不同，攜帶此類物品常會造成入、出境的麻煩。
7. 不接受他人托帶物品，以免在海關檢查時遭無妄之災。
8. 任何團員若有私帶私貨之嫌，領隊有權拒絕隨團報關，以免影響其他團員通關手續(權益)。
9. 出入境不能攜帶超過報關金額 (可參考一.出入境第4點)。
10. 海關查驗行李時應予配合，超額物品應誠實申報。
11. 出發前應檢查自己的證件是否過期，證件包括護照及當地簽證等。

◎ 特別注意！民航局安檢規定：

1. 旅客隨身攜帶之液體、膠狀及噴霧類物品容器，其體積不得超過100毫升。
2. 所有液體、膠狀及噴霧類物品容器均應裝於不超過1公升且可重複密封之透明塑膠袋內，所有容器裝於塑膠袋內時，塑膠袋應可完全密封，並且每名旅客限制攜帶1個，於通過安檢線時由檢查人員目視檢查。
3. 旅客攜帶旅行中所必要、但未符合前述限量規定之嬰兒奶粉(牛奶)、嬰兒食品、藥物、糖尿病或其他醫療所需之液體、膠狀及噴霧類物品，經向安全檢查人員申報並獲得同意後即可攜帶。
4. 出境或過境(轉機)旅客在機場管制區或前段航程於機艙內購買、或取得前述物品可隨身攜帶上機，但需包裝於經籤封防止調包及顯示有效購買證明之塑膠袋內。
5. 為使安檢線之X光檢查儀有效檢查，前述塑膠袋應與其它手提行李、外套或手提電腦分開通過X光檢查。

航空站出境服務台24小時聯絡電話

- 第一航廈 (03) 398-2143~4
 - 第二航廈 (03) 398-3274、(03) 398-3294
- 臺灣桃園國際機場

◎ 美加地區特別注意事項

自2008年5月5日起，美加境內托運行李之規定將有變動，凡購買經濟艙機票及兌換里程獎勵之經濟艙機票，可免費托運一件行李，第二件托運行李則須酌收美金25元。

美國聯邦運輸安全署 (TSA) 發布以下航空旅遊注意事項：

1. 各類的液態或凝膠狀物品(包括飲料、洗髮精、防曬油、乳液、牙膏和髮膠等等)禁止攜帶上機，必需放置在托運行李中。但嬰幼兒食品及有醫生處方之必備藥物不在此限。
2. 儘量減少隨身攜帶的行李。
3. 至少在飛機起飛前三個小時到達機場。
4. 安檢後在候機處所購買的飲料，必需在登機前喝完，安檢人員會在登機門進行抽檢。
5. 與TSA安檢人員及航空公司人員充分配合，提高警覺，若有看到行徑可疑之人或事，向有關單位報告。

*出國旅客可瀏覽美國聯邦安全署 (TSA) 的網站www.tsa.gov，得知最新相關規定。

三、食

1. 早餐一般以自助餐為主，可任意取用，但以適量為宜。
2. 午餐及晚餐以中、西餐以及風味特色餐搭配 (不含飲料)，盡量安排多樣化。
3. 於餐廳用餐時，請勿飲用自己所攜帶的酒類及飲料。
4. 若安排在中國餐廳用餐，因各大城市之中國餐廳，受限於材料來源及烹調方式，實在無法與國內相比較，若無法盡善盡美，敬請見諒！
5. 飲食有特殊需要者，如吃素或不吃牛肉，請在旅遊行前說明會時告知，以便事先預訂 (因機上無法臨時準備)。

四、衣

1. 衣著及鞋子以輕便舒適為原則。
2. 冬天服裝以保暖又便於穿脫為原則，同時請備厚毛襪、圍巾、手套等禦寒裝備。
3. 如遇下雪或極地地區，因雪地反光甚強，請備墨鏡護眼，並攜帶面霜、護脣膏等，以防凍傷。

五、住

1. 團體旅遊住宿，一般以二人一室為原則，如欲住單人房則須增繳單人房價差。
2. 一般飯店內不提供牙膏、牙刷、毛巾等私人用品，且基於衛生理由，敬請自行攜帶。
3. 房內如有煮具與茶包、咖啡包，多為免費供應，但冰箱內之任何東西則需付費。
4. 在浴缸內淋浴時，請務必拉起浴簾並將其放於浴缸內，以防濺濕地板。
5. 貴重物品請放置飯店保險箱內，如隨身攜帶，切勿離手。
6. 住宿飯店請隨時加扣安全鎖，並勿將衣物披在燈上或在床上抽煙，聽到警報器時，請由緊急出口迅速離開。
7. 提醒您全球各地因響應環保而實施「公共區域禁菸」的國家越來越多，飯店房間內亦列為禁止吸菸場所，在此提醒您請勿在飯店公共區域或客房內吸菸，以免誤觸當地法規而遭受高額罰款。
8. 游泳池未開放時間，請勿擅自入池，並切記勿單獨入池。
9. 夜間或自由活動時間自行外出，請告知領隊或團友。

六、交通及行程

1. 搭乘飛機時，請隨時扣緊安全帶，以免亂流影響安全。
2. 搭車時請勿任意更換座位，頭、手勿伸出窗外，上下車請注意來車。
3. 搭乘纜車時，請依序上下，聽從工作人員指揮。
4. 出國旅遊期間，下車或於旅館外出時，貴重物品（護照、金錢、相機、攝影機、沿途新購物品）。請勿置於車上及房間內。
5. 出國旅遊期間，請勿將護照交給他人保管(包括領隊或當地導遊)。要求統一保管時，亦請您回絕。
6. 隨團體參觀時請緊隨團體行動，不單獨行動。
7. 出門在外特別注意安全，切記財不露白，平時財物分開放置，購物時也不應當眾掏出大把鈔票點數。
8. 遵守領隊所宣布的觀光區、餐廳、飯店、遊樂設施等各種場所的注意事項。
9. 旅遊活動安全等級以品保協會評定之危險標準為依據，品保協會未評定者，則由本公司自行評定；身體狀況不佳、孕婦、幼兒及患有心臟病、高血壓、氣管疾病等貴賓，請自行斟酌個人身體狀況，請勿勉強參加。
10. 本公司未提供的自費活動項目，建議您不要參加。若因自行參加而導致意外發生時，本公司恕不負責。
11. 正常旅遊時間外所有客人要求領隊帶領之額外活動，若發生任何意外時，本公司及領隊恕不負責。
12. 搭乘船隻請務必穿著救生衣，搭乘快艇請扶緊坐穩，勿任意移動。
13. 行走雪地及陡峭之路，請小心謹慎。
14. 團體行進中一切以團隊精神為主，暫時需要犧牲一些個人自由、凡事以團隊為優先並相互合作、幫助、發揮團隊精神，若有服務不周之處，敬請不吝賜教，並求改進，謝謝！

外交部緊急聯絡中心設有「旅外國人急難救助全球免付費專線」800-0885-0885目前可適用歐、美、日、韓、澳洲等22個國家或地區，並印製有「旅外國人急難救助卡」，可至機場服務台自由取用或至外交部網站下載

七、保險

再次感謝您的支持，參加本公司所承辦的團體旅遊。自2023年5月1日起，為參團旅客投保【責任保險】金額提高至新台幣500萬元，【意外醫療實支實付】為新台幣20萬元（均已超過旅行業管理規則第五十三條規定的200萬元，意外醫療亦已超過交通部觀光局規定的實支實付新台幣10萬元）。唯15歲以下、70歲以上之旅客，與《以台灣為母港出發的郵輪航程》的部分，保險公司只接受最高保額為兩百萬，敬請知悉與理解。以及綜合旅行社的八千萬履約責任險。另外，**觀光局在「國外定型化旅遊契約書」第九條第五款中規定，旅行社有告知旅客自行投保旅行平安保險之義務**。因此，為了您的權益，特別提醒每一位參加團體的貴賓，不要忘了自行投保旅遊平安險，或洽詢您的服務人員相關問題。

八、其他注意事項

● 美加地區特別注意事項

- 一、自2008年5月5日起，美加境內托運行李之規定將有變動，凡購買經濟艙機票及兌換里程獎勵之經濟艙機票，可免費托運一件行李，第二件托運行李則須酌收美金50元或依各家航空公司規定。
- 二、美國聯邦運輸安全署 (TSA) 發布以下航空旅遊注意事項：
 1. 各類的液態或凝膠狀物品(包括飲料、洗髮精、防曬油、乳液、牙膏和髮膠等等)禁止攜帶上機，必需放置在托運行李中。但嬰幼兒食品及有醫生處方之必備藥物不在此限。
 2. 儘量減少隨身攜帶的行李。
 3. 至少在飛機起飛前三個小時到達機場。
 4. 安檢後在候機處所購買的飲料，必需在登機前喝完，安檢人員會在登機門進行抽檢。
 5. 與TSA安檢人員及航空公司人員充分配合，提高警覺，若有看到行徑可疑之人或事，向有關單位報告
出國旅客可瀏覽美國聯邦安全署 (TSA) 的網站www.tsa.gov，得知最新相關規定。

■ 旅遊實用資訊

一、幣值與兌換

1. 美元 (USD) 31.5台幣=約1美元 (隨匯率變動)
加拿大幣 (CAD) 24台幣=約1加幣 (隨匯率變動)
匯率查詢網址：<http://rate.bot.com.tw/Pages/Static/UIP003.zh-TW.htm>
2. 外幣可事先在台灣的銀行兌換
3. 大都市的商店大部份可接受信用卡付費

二、時差和電壓

| 地區 | 與台灣時差 | 電壓 | 插座 |
|-----------|-------|-----------------------|----|
| 美國(東部時區) | -13 | 120 V兩腳扁型 / 兩腳扁+圓型接地腳 | |
| 阿拉斯加 | -17 | 120 V兩腳扁型 / 兩腳扁+圓型接地腳 | |
| 加拿大(東部時區) | -13 | 110 V兩腳扁型 / 兩腳扁+圓型接地腳 | |

三、如何打電話

| 國際冠碼 | 國碼 | 電話號碼 |
|------|----|------|
|------|----|------|

| | | | |
|-----------|-----|-----|------------------|
| 美國打電話回台灣 | 011 | 886 | 區域碼或手機的0省略+ 電話號碼 |
| 加拿大打電話回台灣 | 011 | 886 | |
| 台灣打電話到美國 | 002 | 1 | 區域碼或手機的0省略+ 電話號碼 |
| 台灣打電話到加拿大 | 002 | 1 | |

使用手機撥打可按<>可省略撥國際冠碼

住宿飯店資訊

* 提醒您全球各地因響應環保而實施「公共區域禁菸」的國家越來越多，飯店房間內亦列為禁止吸菸場所，在此提醒您請勿在飯店公共區域或客房內吸菸，以免誤觸當地法規而遭受高額罰款。

本團飯店尚在確認中,我們將隨時為您提供最新資訊,謝謝!!

航班資訊

再次提醒**護照自帶**的貴賓，請在前往機場與團體集合出發前，請再次檢查是否已經攜帶**您的護照或簽證等相關旅行文件**..等，並請提早或準時抵達機場集合，以便協助您辦理Check-in手續。

| 日期 | 星期 | 出發地點 | 航空公司 | 航班 | 起飛時間 | 抵達地點 | 抵達日期 | 抵達時間 |
|------------|----|-----------------|------|-------|-------|-----------------|------------|-------|
| 2026/09/16 | 三 | 台北 (桃園國際機場) | 中華航空 | CI 12 | 17:30 | 紐約 (甘迺迪(紐約)) | 2026/09/16 | 20:15 |
| 2026/09/28 | 一 | 紐約 (甘迺迪(紐約)) | 中華航空 | CI 11 | 01:35 | 台北 (桃園國際機場) | 2026/09/29 | 05:30 |

鳳凰再次叮嚀貴賓~旅遊安全的注意事項

出國旅遊已經是台灣旅客從事休閒的主要活動之一，鳳凰旅遊非常榮幸能在此趟行程為貴賓提供服務，但是，基於維護貴賓的旅遊安全，希望您能耐心與仔細閱讀我們以下的叮嚀，任何疑問也請隨時洽詢隨團服務的領隊或導遊，謝謝!

根據旅遊醫學專業醫師的建議：

1. 懷孕婦女、年長者、行動不便、慢性病患者如心臟病血管疾病、肺及呼吸疾病、腎臟病及尿毒症、痛風及高尿酸血症、糖尿病及高血壓病患者，及癌症患者或健康狀況不佳者，參團出國旅遊時，一定要有親友隨行照料（尤其是行動不便者）；並在行程出發前主動告知旅行社，以便旅行社能在行程中、儘量協助安排相關事宜。
2. 慢性疾病患者請記得在行程出發前做好個人用藥的準備，例如：攜帶足夠的藥物量，以及英文處方箋（含：藥物名稱、劑量及用法）；尤其是長途飛行的旅程中，貴賓一定要將相關藥品及醫師處方箋放在隨身行李，請勿只放在大行李箱內。
3. 基於旅遊安全考量，請貴賓自行酌量身體狀況，是否能夠參加具刺激性或危險性的活動，並請務必提醒領隊或導遊個人的病史，（刺激性活動如：高原、高山旅遊、浮潛、潛水、衝浪及相關水上活動、泛舟、滑雪、高空彈跳..等）。
4. 相當受到喜愛的泡湯活動，並不是人人都合適喔!尤其是泡湯時，因為溫度急遽的變化容易引起身體不適，請貴賓斟酌。想泡湯的貴賓，提醒您泡湯前先作暖身運動，下池時速度放緩、由手、腳尖、腿、腰、身體至全身，每次泡湯以10~15分鐘為宜，最多不要超過2次，泡湯後需補充水分。

鳳凰再次叮嚀：

提醒貴賓隨時留意自身的健康外，若有任何身體不適，請務必在第一時間通知隨團服務的領隊或導遊；參加各項活動前，也請務必仔細聆聽領隊或導遊的安全須知宣導及規定，並請遵守。

*基於旅遊安全考量，貴賓有義務告知您的身體狀況，若因貴賓未告知或隱瞞，則表示旅客願意自行承擔一切責任。

出國旅遊攜帶物品核對表

| 旅遊文件資料 | | |
|---|---------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 護照 (出國日起六個月以上效期) | <input type="checkbox"/> 簽證 | <input type="checkbox"/> 出境證 |
| <input type="checkbox"/> 機票 | <input type="checkbox"/> 旅遊行程手冊 | <input type="checkbox"/> 各地旅遊參考資料 |
| <input type="checkbox"/> 外幣零用金 | <input type="checkbox"/> 信用卡 | <input type="checkbox"/> 記事本 |

| | | |
|--|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 名片 (旅客自行斟酌) | <input type="checkbox"/> 親友聯絡地址、電話 | |
| 衣物用品 | | |
| <input type="checkbox"/> 西裝、洋裝、領帶 | <input type="checkbox"/> 襯衫、休閒服、夾克 | <input type="checkbox"/> 毛衣、風衣、長褲 |
| <input type="checkbox"/> 襪子、手帕、內衣褲 | <input type="checkbox"/> 便鞋、平底鞋、拖鞋 | <input type="checkbox"/> 睡衣褲 |
| <input type="checkbox"/> 防寒衣物 (帽子、手套、圍巾) | <input type="checkbox"/> 游具(泳衣、泳帽、蛙鏡) | <input type="checkbox"/> 摺傘或輕便雨衣 |
| <input type="checkbox"/> 太陽眼鏡、防曬乳液 | <input type="checkbox"/> 遮陽帽 | |
| 個人用品 | | |
| <input type="checkbox"/> 梳子、髮油 | <input type="checkbox"/> 刮鬍刀、刮鬍膏(請放入托運行李箱) | <input type="checkbox"/> 化妝品、面紙、面霜、面膜 |
| <input type="checkbox"/> 牙刷、牙膏、洗面乳、沐浴乳、洗髮精 | <input type="checkbox"/> 水壺 | <input type="checkbox"/> 吹風機 |
| <input type="checkbox"/> 針線、備用釦 | <input type="checkbox"/> 指甲刀、水果刀(請放入托運行李箱) | <input type="checkbox"/> 轉換插頭、變壓器 |
| 其他 | | |
| <input type="checkbox"/> 個人自用應急藥品 (慢性病英文處方箋) | <input type="checkbox"/> 零食 | <input type="checkbox"/> 紀念品 |
| <input type="checkbox"/> 親友請託購物品清單 | <input type="checkbox"/> 休閒雜誌 | <input type="checkbox"/> 筆 |

Have a nice trip 旅途愉快