



Tour Member Handbook
旅客手冊



團 號： JPN110203F
行程名稱： 藏王樹冰溫泉五日
集合時間：
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

藏王樹冰溫泉五日

* 行程特色

1. 住宿三晚溫泉 - 『鬼怒川溫泉、豬苗代溫泉、天童溫泉』。
2. 入冬後白雪皚皚的賞雪風貌，優質領略的風味~風華再現。
3. 遍訪小東北之自然美、人文美等名勝~【日光東照宮】、【冬季奇景~樹冰巡禮】、【日本三景之一-松島】、【豬苗代湖】等風景。
4. 搭乘【新幹線子彈列車】:新幹線號稱為全球最安全的高速鐵路。

5. 日本最美的三景之一【松島】，面臨松島灣，海灣內點狀散佈808島，海岸線彎曲多變，海灣內有許多的島嶼，日本人俗稱之為「八百八島」，或許是因為這些峭立的小島上有松，所以此地稱為松島。
6. 【大內宿】這一帶與白川鄉合掌村、京都美山村並列日本三大民家，更被指定為重要傳統的建築物保存地區，充分反映了當時的生活狀況。
7. 【山形樹冰】是日本旅人心目中一生必訪之聖地，為了近距離觀看，將搭乘纜車觀賞樹冰，沿途隨著野生小動物雪地足跡，來到壯闊橫亘山脈的樹冰雪原，身處在亞熱帶的我們，無法想像的美景，邀您一起親身去探尋這大自然偉大的美麗藝術品！
8. 從遙遠西伯利亞吹來的寒冷季風碰到山峰峭壁而上昇，附著在冰雪中的常綠針葉林，而後大量的雪花及方向固定的強風與持續的低溫，經歷無數次反覆地結冰積雪，逆風成長而成的即是樹冰。藏王的樹冰原區擁有最佳的條件環境，期間因風雪而產生的造形之千變萬化，令人驚豔，一尊一尊各有千秋，而結凍在針樹上的雪塊，由於形狀奇特而得一冰怪，也被稱為〈SNOW MONSTER〉。樹冰只有日本東北有限的地方才有的特殊美景。在全球暖化如此嚴重的現在，逐年削減的雪量，特殊的氣候地形樹種所造就的天然美景還能保存在多久誰也不能保證。
9. 在日本山形縣的冬日，寒河江市草莓農場的巨大溫室裡，一排排高及腰部的培養槽蔓延著綿長的翠綠葉叢，結出紅豔欲滴的草莓，將帶您來到草莓的故鄉~寒河江市採草莓體驗。

第01天

台北~成田空港~日光東照宮~鬼怒川溫泉

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

- 今日集合於桃園國際機場，專人協辦出境後，搭機飛往日第一大都會「東京」；專車來到充滿文化與古都氣息的【日光】，日光內的建築物與周圍的山林地帶，因建築物與自然融為一體的文化，已被列為世界文化遺產，後穿過內的高大杉木林，來到擁有超過五千個雕刻彩繪的華美建築的【東照宮】，東照宮為德川家康家廟，建造至今已將近400年，改建時依照當年建成形式，找來日本精巧工匠仔細翻修，壯麗的建築物，讓人感受到家康的偉大，東照宮的美景，主要在於雕刻與屋簷，採和唐樣式高三十六公尺的五重塔、有著八面猴雕刻的神殿舍，其中三隻表「不看、不言、不聽」的猴子最有名；隨後前往鬼怒川溫泉，位於流經樺木縣中部的鬼怒川上游，大日向山和釋迦嶽之間的溪谷沿岸，自開發以來歷經300多年而形成的溫泉鄉，春有漫山遍野的杜鵑花，秋有絢爛耀眼的紅葉，使溪谷美景錦上添花；今晚夜宿日本名勝溫泉觀光地【鬼怒川溫泉鄉】，溫泉泉質為單純泉，無色、無味，有助消除疲勞、治療風濕症、燒燙傷及腸胃疾病的效果，晚餐後可享受泡湯的樂趣。

 **餐食** 早餐：X 午餐：日式風味餐 晚餐：飯店內日式會席料理

 **住宿** 鬼怒川三日月溫泉旅館或同級

第02天

鬼怒川溫泉~海棠花園~大內宿~鶴之城~豬苗代湖滑雪場(贈送雪盆)~豬苗代溫泉

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

早餐後，前往【海棠花園】是在鬼怒川地區佔地4000坪的花園，一年四季都可以看到綻放盛開的花朵。

【大內宿】因連接會津若松和栃木縣今市的旅館街而得到了繁榮發展，山間村落--大內宿完全地留下了江戶時代宿驛的面貌，即使在今天依然能感受18世紀的旅館街的風情。這一帶與白川鄉合掌村、京都美山村並列日本三大民家，更被指定為重要傳統的建築物保存地區，充分反映了當時的生活狀況。爾後前往【鶴之城】，建於西元1384年，迄今有六百多年歷史，但是到了明治維新時代之初，因戊辰戰爭這座城堡遭到焚燬，直到1965年才被重建，重建之後的城堡內有一間歷史博物館，保存本地的歷史文物供人憑弔，鶴之城為層層綠林所包圍，東西城廓共有2公里長，這座景致典雅的古城周圍種了千餘株櫻花，城外景色秀麗、綠意盎然，從鶴之城的望樓天守閣上，能夠眺望整個城市市容。以天守閣為中心周圍呈格子狀的街道和市內眾多的寺院等保留了"城下町"（以諸侯的居城為中心發展起來的城鎮）的風貌；續往【豬苗代湖】滑雪場戲雪，讓您能親身來體驗雪中滑雪的刺激玩法與新鮮樂趣，您可感受那悠遊於白雪上的動、勁與魅力，跌倒了不算什麼，爬起來仍是一條活龍，乘著雪盆，悠遊於那美麗浩瀚的銀白色雪山天地之間！後返回溫泉區飯店，晚上換上輕鬆的日本傳統和服，盡情品嚐豐盛的晚宴款待，晚宴小憩片刻後，您可攜伴前往體驗沈浸在輕煙飄渺的溫泉中，與三五好友天南地北共享人生一大樂事！

 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：日式風味餐 晚餐：飯店內日式自助式料理

 **住宿**
豬苗代溫泉LISTEL或同級


第03天

豬苗代溫泉~山形樹冰《搭乘山形樹冰360度平台纜車登上高原欣賞·雪和冰的樹冰世界》~寒河江市採果樂~天童溫泉

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

早餐後，驅車前往山形縣的藏王高原【欣賞大自然的藝術品〈樹冰景緻〉，樹冰是由季風所製造的大自然藝術，由於形狀奇特而得〈冰怪〉之名。從遙遠西伯利亞吹來寒冷季風碰到山風的峭壁上昇，變成過冷水滴飛到藏王，再觸到松樹的一瞬間結冰，之後白雪覆蓋其上

·再經歷無數次反覆地結冰積雪·逆風成長而成的即是樹冰·和人類一樣·一尊一尊的各有千秋·找不到相同的！知名的樹冰奇景·結凍在針樹上的雪塊·有如冰雪妖怪·被稱為〈SNOW MONSTER〉·身處在亞熱帶的我們·無法想像的美景·邀您一起親身去探尋這大自然偉大的藝術品·全家大小合樂融融。本公司安排進入草莓園·讓您【現場採草莓】·日本草莓因天氣寒冷所以果實特別大·讓您難忘。寒河江市·此地的冬季是草莓非常好吃的產季·在日本的水果大賞·年年皆獲獎。傍晚返回溫泉區飯店·於飯店內換上輕鬆的日本浴衣·盡情品嚐豐盛的晚宴款待·小憩片刻後·可攜伴前往體驗輕煙飄渺的溫泉·與三五好友天南地北共享人生一大樂事！

 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：日式定食料理 晚餐：飯店內日式會席料理

 **住宿** 湯坊一樂或同級

第04天

天童溫泉～松島遊船～五大堂～仙台駅～新幹線子彈列車～免稅店～東京

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

早餐後·松島·特別安排搭乘【松島遊船】·松島名景為松島灣沿岸以及松島灣上的260個大小島嶼組成的島嶼群的總稱。松島的景色根據地點與季節產生各種變化·景色之優美堪稱日本三景之一。風平浪靜的松島灣上浮起一個又一個小島·黑松和紅松挺立在灰白色的岩石上·船內介紹著水面上奇特島嶼與昆布·牡蠣養殖場·船外更有美麗的海鷗一路相隨·等著表演空中接食的絕技；松島的景色根據地點與季節產生各種變化·景色之優美堪稱日本三景之一；爾後前往仙台駅·搭乘新幹線子彈列車返回東京。

 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：日式定食料理 晚餐：日式風味餐


 **住宿** 希爾頓東京台場或同級

第05天

東京～淺草觀音寺～明治神宮～自由活動～成田空港～台北

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

早上前往參觀香火鼎盛的【淺草寺】·這裏是日本觀音寺總堂相傳在古天皇36年3月18日SUMIDA 川的三位漁民在出海捕魚時·看到觀音顯現·於是那時的漁民回去將此事說出來以後·信觀音的人日益增多·並建立淺草寺來供奉觀音·來到這裏您當然也不能錯過長達百公尺販售各式各樣精美紀念品及美味仙貝的仲見世街。【明治神宮】原宿是東京都澀谷區·千駄谷南部到神宮前町一塊地區的總稱。在JR原宿車站的西側·有菖蒲園·雨季盛開的典型花卉菖蒲在這裏競相開放·另外還有一片明治神宮的森林。明治神宮中有著名的“寶物殿”·收藏著19世紀末期明治天皇的遺物。隨後自由活動·完完全全的屬於您自行運用的時間。您可以選擇自行前往各個鬧區逛逛百貨公司或精品名店選購精美紀念品·或是前往拜訪旅居日本的親朋好友們敘敘舊情·聊聊過往·歡愉的度過這一段美好的時光。隨後帶著愉快的心情與豐富的日本感受·前往機場搭乘客機飛返台灣·結束此日本東北樹冰五日之旅！預祝旅途愉快!!

 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：日式定食料理 晚餐：發日幣1,000+機上套餐

 **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、凡事以團體為優先並相互合作、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。

■ 旅遊實用資訊

日本旅遊

- 一、**電壓**：日本家庭電壓為110伏特。各大城市的主要飯店都有100伏特及220伏特的電源插座，一般只能插入雙腳插頭。
- 二、**時差**：比台灣時間快一小時。
- 三、**匯率**：單位：¥日圓
 - 1.匯率：1日圓=約0.21台幣(匯率隨時變動，以上僅供參考，[查詢](#))
 - 2.在國際機場的兌換處或各大銀行及觀光飯店都可兌換貨幣
 - 3.旅行支票在銀行兌換比較方便，一般商店和餐廳幾乎無法使用旅行支票。
 - 4.機場兌換處營業時間為06：30~23：00，銀行的營業時間：星期一至五09：00~15：00，星期六、日和公共假期都關閉。
- 四、**如何撥打國際電話**
 - 1.從日本打電話回台灣：001010+886+台灣城市區域碼+對方電話號碼
 - 2.從台灣打電話到日本：002+81+當地區域碼+對方電話號碼
※請注意，區域碼不加0，如台北市的區域碼是02，撥的時候只需撥2即可；同理撥打對方的行動電話時前面的0不用加。
 - 3.市內電話：日本到處都有公用電話，特別是在車站和商業區周圍，共分紅、黃、粉紅和綠四種顏色。打公共電話可使用10日圓和100日圓的硬幣以及電話卡。市內電話費為每分鐘10日圓，使用預付電話卡是最方便的方法。

4.電話卡：有500日圓和1,000日圓兩種，1,000日圓的電話卡可打105次10日圓的電話，大部分的電話亭裡設有電話卡自動售卡機，便利店和車站小賣店亦有販售，在風景名勝地區亦出售有製作精美的紀念電話卡，雖然價錢會較貴，且所含的單位也較少，但可收藏。

五、季節氣候

1.日本的氣候屬於溫帶海洋性氣候，北端位於亞寒帶，而最南端屬於亞熱帶，大部分地區的雨季約在6月中旬至7月中旬，降雨量比其他時期多。春、秋兩季氣候較為涼爽，需穿外套和薄毛衣。夏季炎熱，以短袖運動服裝等輕便衣著為主。冬季寒冷，需攜帶輕便大衣、保暖外套或厚毛衣等。

* 春季【3-5月】夏季【6-8月】秋季【9-11月】冬季【12-2月】

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。

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