



Tour Member Handbook
旅客手冊



團 號： JPN190212B
行程名稱： 東京箱根、YETI雪場戲雪樂、山中湖水陸巴士、萬豪精選、迪士尼樂園
5天
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

東京箱根、YETI雪場戲雪樂、山中湖水陸巴士、萬豪精選、迪士尼樂園5天

* 行程特色

1. 暢遊箱根國立公園：登山小火車、索道纜車、大涌谷空中纜車、蘆之湖海賊船。
2. 於富士山五湖最大湖山中搭乘湖最有氣的KABA(河馬)水陸兩用車體驗，同時享受水陸車快感及船上欣賞富士山美景。

- 河口湖深度之旅：天上山公園覽車：山頂上一覽無遺富士山河口湖美景。河口湖音樂之森美術館：有世界最大規模的自動管風琴、陳列著世界各國的豪華音樂盒、欣賞無數音樂盒的歷史作品和演奏。河口湖自然生活館。
- 安排於富士山二合目YETI 雪場戲雪，除了有數個滑雪道外另闢有玩雪廣場供親子同樂。
- 全日暢遊東京灣迪士尼樂園。(原則上團體安排迪士尼樂園為主，若要玩迪士尼海洋的貴賓請於出發一星期前告知業務以利安排，敬請配合。)
- 遊覽創建於西元628年的淺草觀音寺及仲介通商店街。
- 住宿一晚 2017年開幕的山中湖萬豪溫泉渡假村飯店。
- 日本的廚房新豐洲市場(原築地海鮮市場)。

P/S 本行程不進免稅店。

第01天

第一天 桃園國際機場 - 東京成田空港 - 飯店

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

上午集合於桃園機場辦理好出國手續後搭機飛往成田空港。抵達後專車前往飯店辦理住宿手續。於飯店內享用晚餐。



餐食 早餐：X 午餐：機上享用 晚餐：飯店內自助餐

住宿 成田VIEW HOTEL或成田花園飯店或同級

第02天

飯店 - 箱根國立公園三種交通巡禮((湯本登山小火車~強羅索道纜車~早雲山空中纜車~蘆之湖海盜船) - 大涌谷 - YETI雪場戲雪 - 山中湖萬豪溫泉渡假飯店

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

箱根國立公園山腳下之湯本站★搭乘登山小火車，沿途的森林景色、別墅區等讓您感受箱根國立公園的清優景致。

★早雲山空中纜車:箱根有非常美麗的大自然景觀，並且有得天獨厚的天然溫泉，是日本極具代表性的觀光地區。箱根空中纜車每隔大約一分鐘開出，從早雲山車站到蘆之湖湖畔的桃源台車站之間，車程約30分鐘。行程中可以觀賞湛藍的蘆之湖和大涌谷噴出的裊裊火山煙，氣候晴朗時，更能飽覽壯觀的富士山景，從空中盡情享受箱根一帶的秀麗景色。

★蘆之湖ASHINOKO搭觀光船遊湖，是欣賞蘆之湖風光的最佳交通工具，箱根蘆之湖是唯美的湖濱旅遊區，背倚著富士山，湖山相映，遊覽著湖光景色，景緻十分怡人，天氣晴朗可清楚眺望富士山的英姿。

YETI 雪場位於富士山二合目，除了有數個滑雪道外另闢有玩雪廣場供親子同樂。體驗日本的冬季雪景，您可於此賞雪及乘坐雪盆由高而下俯衝的快速感，猶如飛燕般，樂趣橫生，盡享冬季旅遊樂趣。供您全家體驗在銀白雪地上奔馳的快感或是您也可在雪地上打雪戰享受一下在台灣難有的經驗。一邊暢玩於銀白色世界，一邊欣賞白皚皚之富士山，其樂無窮。

今晚住宿於2017年開幕的山中湖萬豪溫泉渡假村飯店，這裡是環繞於蒼鬱森林中的富士山中湖萬豪酒店。館內設施一應俱全，舉凡溫泉大浴場、網球場、能嚐遍甲州美食的餐廳，以及共計105間設備優質的客房等，由多采多姿的度假設施演繹一段舒適的愜意時光。



餐食 早餐：飯店內用 午餐：和風定食套餐 晚餐：飯店內百匯自助餐或和風套餐

第03天

飯店 - 山中湖體驗水陸兩用車KABA - 天上山公園纜車 - 自然生活館 - 河口湖音樂盒森林美術館 - 海濱商場Diver City Tokyo Plaza ~ 巨大鋼彈獨角獸模型(遠眺東京灣夜景與彩虹大橋) — 飯店

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

◎山中湖是富士五湖中面積最大的湖泊，山中湖最有名的就是水陸兩用巴士★ KABA BUS，可以一邊享受陸地上行駛的快感，又可以感受搭船欣賞富士山美景的舒適感。

★ 天上山公園覽車：山頂上一覽無遺富士山河口湖美景，山頂觀景台、天上之鐘、兔子神社等景點。

★ 河口湖音樂之森美術館：陳列著世界各國的豪華音樂盒，有世界最大規模的自動管風琴和本來預定搬進鐵達尼號的交響樂器，裡頭還可欣賞到捷克演奏家的弦樂四重奏，讓您慢慢欣賞無數音樂盒的歷史作品和演奏。

◎河口湖自然生活館是富士山和河口湖的最佳外景拍攝景點。有藍莓之類應有盡有的土特產商品。

【DiverCity Tokyo Plaza 台場購物廣場】以「劇場型都市空間」的設計理念，充分利用日本屈指可數的觀光地東京臨海副都心地區的優越立地條件，為國內外顧客提供購物、休閒遊玩及舒適的空間，讓顧客親歷驚奇和感動，因而成為「東京的新名景點」。



🍴 餐食 早餐：飯店內用 午餐：日式定食料理 晚餐：燒肉餐或涮涮鍋或飯店內

🏠 住宿 東京灣東急飯店或東京灣喜來登或HILTON TOKYO BAY或同級

第04天

全日暢遊東京灣迪士尼樂園或迪士尼海世界主題樂園

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

★東京迪士尼樂園

是大人和小孩都可以盡興而歸的童話王國。園內共有七個各有主題的遊樂場，此外散佈在園內的舞台，隨時有豐富的節目表演，廣場上也有各種有趣的化妝表演和遊行，處處充滿朝氣。當華德迪士尼創建迪士尼樂園時就希望：迪士尼樂園是一個能帶給每個人夢想的地方，也是一個不論老少都能體驗生命的經驗及冒險樂趣，並且能留下快樂回憶的場所。園區旁有一主題渡假世界 - 伊克斯皮兒莉(IKSPIARI)大型綜合商業區，具有高娛樂性的獨特街道，雲兒快樂營、兒童活動中心以及16面螢幕和最新設備的綜合電影院，是呈現了南歐古雅的街景、洋溢種種主題之獨特街市，您不妨前往參觀選購。不同於白天的刺激，夜晚的遊行活動迪士尼夜夢幻樂曲，所有遊行車隊和人物，都以七彩的霓虹做裝飾，展開神秘又華麗的光之秀。全長達700公尺的大遊行是由13隻隊伍、30輛花車所構成。

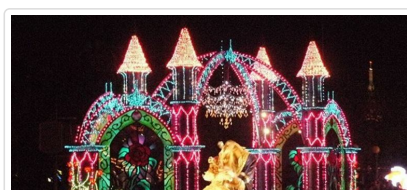
或

★東京迪士尼海洋


於2001年9月4日開幕，是一個充滿冒險與浪漫，洋溢著發現與樂趣的創想世界。將有關大海的故事及傳說中獲取靈感此所建造的主題樂園，將奮起所有人們心中的冒險心，開啟超越時空的航海大門吧！在此主題樂園中，擁有七個主題海港：地中海港灣是以20世紀初時期的南歐古老港都為背景，是東京迪士尼海洋的玄關。美國海濱則是將20PQ紀兩個迥異其趣的港口紐約和鱈魚岬重現。超越時空的未來之港發現港。失落三角洲以1930年代中美洲的勒比海海岸為舞台。充滿異國風情的阿拉伯海岸與中美洲中採用了回教和古代波斯的建築樣式。美人魚礁湖正是迪士尼電影小美人魚愛麗兒所居住的海底世界。聳立於東京迪士尼海洋中央的巨大活火山，普羅美修火山位於最後一個主題海洋神秘島。除了各主題海港的遊樂設施之外，在各個角落展開的娛樂表演也是精彩萬分、不容錯過的。您可在此留下非常快樂又美麗的回憶。

今天購買樂園門票原剛上團體將以迪士尼樂園為主，若欲前往迪士尼海世界的貴賓請在團體出發前一個星期告知以便另外預約，敬請諒解。

PS.本日若不前往迪士尼，每人(大人)可退NT\$1200，小孩退NT\$800(1-4歲恕不退費)並請於出團前告知。





 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：方便遊覽敬請自理 晚餐：方便遊覽敬請自理

 **住宿** 東京灣東急飯店或東京灣喜來登或HILTON TOKYO BAY或同級

第05天

飯店 - 淺草觀音寺+仲介通 - 遠眺東京晴空塔 - 日本的廚房新豐洲市場(原築地)— 酒酒井 PREMIUM OUTLET - 成田空港 - 桃園國際機場


符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過


◎【淺草觀音寺】。創建於西元628年的淺草觀音寺是日本觀音寺總堂，來到東京的觀光客，一定會到淺草觀音寺，仿如未到淺草觀音寺，就好像沒到過東京一般。瞧瞧漆著《雷門》字樣的大紅燈籠，就是淺草觀音寺的大招牌，來到此地，您將會感受到日本人虔誠的民間信仰，大家不妨也一起來參拜一下，祈求平安吧！要進入淺草觀音寺前，有一條著名的商店街《仲見世通》，販賣著千變萬化，各具特色的紀念品。

【東京晴空塔】：高度達到634米的東京晴空塔成為全世界最高的高塔。以現代形式重現傳統日本建築的「曲線」和「隆起」造形及五重塔的心柱制振式古代建築技法，顏色則採用以藍白為基調的SKYTREE white。只要你抬頭一看反映日本的傳統美的東京晴空塔，一定會為它的高聳宏偉感到驚訝。

◎原築地市場新遷至新豐洲的海鮮市場（2018年10月開幕），結合140間店鋪的餐廳、商店街、水產水果批發、體驗教室，佔地約 2057 坪的 3 層樓建築中，共有六十間店，延續傳統即時供應當日鮮味美食，更為此處開創嶄新的時代風貌。白天保有市場攤位功能，沿路各式海鮮餐廳林立，夜晚則化身潮流海鮮居酒屋，面向晴海通的戶外區手扶梯，享用美食之餘還能來場悠閒浪漫的餐後散策。



 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：發現金每人 ¥1500 晚餐：機上享用

 **住宿** 甜蜜的家或同級

■ 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。

■ 旅遊實用資訊

日本旅遊

- 一、**電壓**：日本家庭電壓為100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