



Tour Member Handbook
旅客手冊



團 號： JPN170623
行程名稱： 日本小江戸川越.輕井澤.東京輕鬆歡樂五日遊
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

日本小江戸川越.輕井澤.東京輕鬆歡樂五日遊

* 行程特色

【特色景點】

- 【小江戸川越】藏造建築林立的街道上，格外高高聳立的川越的象徵《鐘樓》，是從江戶時代開始格外受到人們的愛戴的。隨著時代的變化，敲鐘的方法也從人力敲鐘變成機械裝置。那動聽的鐘聲，1996年被環境省認定為<日本的音風景100選>
- 【草津溫泉】以每分鐘4000公升的湧出量見稱的「草津溫泉」，溫泉早於300年前的江戶時代已被評為日本第一，是名副其實能夠代表日本的名泉之一。泉水屬於酸性，據說對於治療皮膚病、神經痛及糖尿病等都有功效。

- 【輕井澤銀座通】從舊輕井澤圓環起，約六百公尺兩旁商店林立的街道。時裝精品、咖啡店和流行商品專賣店鱗次櫛比，各式各樣的日本風味藝品，在在令人愛不釋手。
- 【聖保羅教堂】佇立於綠色林蔭街道中歐式古典的木造建築，由美國著名建築師安東尼雷蒙所設計，儼然被認為輕井澤的象徵。
- 【淺草觀音寺及仲見世商店街】淺草寺據傳創立於西元628年，是東京最古老的庶民信仰寺廟，歷史悠久並充滿江戶下町傳統風情，最具特色的便是位於入口處，大門上懸掛著的巨大燈籠「雷門」，是淺草最具代表性的標幟。
- 【天空樹·晴空塔】輪廓線條融合了傳統日本建築中常見的「彎曲」和「隆起」意識，整體呈現出向天空生長的巨大樹木的形態。同時也將僅次於阿拉伯聯合酋長國的哈利法塔（828米），成為世界第二高的建築。
- 【台場海濱浪漫遊】位於東京灣畔的夢幻級遊樂地，整個地區洋溢著強烈的現代感、建築充滿科技線條、購物商場也是嶄新亮麗。環繞著幽靜的小海灣，享受東京灣海風的吹拂，欣賞夕陽或夜晚的景點真是浪漫。

【飯店安排】

- 成田：成田MARROAD 或GATEWAY HOTEL 或同級
- 輕井澤：輕井澤1130 或同級
- 千葉：三井GRANDEN柏之葉 或同級

【風味餐食】

- 成田飯店內自助餐、日式定食、飯店會席料理或自助餐、日式涮涮鍋...等風味美食

【貼心安排】

- 贈送每人一瓶礦泉水，可於行程中重覆使用，貼心環保又方便。
- 贈送每人一條行李束帶，方便您辨識行李~在旅途中讓行李箱多一層保護。
- 享免費車上WiFi服務，讓您暢遊日本上網好方便。

【交通航班】

- 搭乘國泰航空豪華客機飛往東京，享受舒適的空中旅程。
- 全程使用安全合法綠牌營業巴士；專業、親切的資深領隊隨團服務。

第01天

台北（桃園國際機場）—成田空港—成田

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

本日懷著愉快的心情，集合於桃園國際機場第一航站，由專人協助辦理出境手續後，搭乘豪華客機飛往日本第一大城【東京】。抵達後，搭乘專車前往飯店休息。

 **餐食** 早餐：X 午餐：機上餐點 晚餐：飯店內自助餐或會席料理

 **住宿** NARITA GATEWAY HOTEL或MARROAD INTERNATIONAL HOTEL NARITA或同級


第02天

成田—小江戸川越~日本的音風景100選~鐘樓·菓子屋橫丁—日本三大名湯·草津溫泉·古街散策·珍奇的湯田景觀—輕井澤

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

【小江戸川越】藏造建築林立的街道上，格外高高聳立的川越的象徵《鐘樓》，是從江戶時代開始格外受到人們的愛戴的。隨著時代的變化，敲鐘的方法也從人力敲鐘變成機械裝置。即使如此，鐘還是跟從前一樣為藏造建築林立的街道報時。那動聽的鐘聲，1996年被環境省認定為<日本的音風景100選>。《菓子店橫丁》是一個鋪滿各色玻璃片的石道，並擁有22家懷舊點心店(柑仔店)的旅遊勝地。並排著樸素又可以回味以前難忘味道的點心鋪，每踏一步，誰都知不覺變成童年時代的感覺。不太瞭解在這裡，不管是充滿懷舊回憶的大人，或是對柑仔店並不熟悉的小孩，都會感到歡欣雀躍。

【草津溫泉】以每分鐘4000公升的湧出量見稱的「草津溫泉」；據說是由一隻受傷的白鷺向人揭露的「下呂溫泉」；然後就是稱得上是「日本三大古泉」之一的「有馬溫泉」。這3個溫泉地區約在18世紀開始就被稱為「日本三大名泉」。溫泉早於300年前的江戶時代已被評為日本第一，是名副其實能夠代表日本的名泉之一。泉水屬於酸性，據說對於治療皮膚病、神經痛及糖尿病等都有功效。

 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：日式定食 晚餐：飯店內會席料理或自助餐

 **住宿** 輕井澤俱樂部 1130或同級

第03天

輕井澤—輕井澤散策~銀座通、聖保羅教堂—淺草觀音及仲見世商店街—天空樹·東京晴空塔(不上展望台)—免稅店—御台場海濱浪漫遊—千葉

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

【**輕井澤銀座通**】從舊輕井澤圓環起，約六百公尺兩旁商店林立的街道。時裝精品、咖啡店和流行商品專賣店鱗次櫛比，清新微涼的空氣中竟洋溢著宛如東京原宿街頭般的熱鬧氣氛，一部份街道並列著外國人別墅時代就開業的老店鋪。各式各樣的日本風味藝品，在令人愛不釋手。

【**聖保羅教堂**】佇立於綠色林蔭街道中歐式古典的木造建築，由美國著名建築師安東尼雷蒙所設計，儼然被認為輕井澤的象徵。優美的森林搭配古典的教堂建築，形成一種浪漫唯美的畫面，同時博得了許多準備結婚情侶的喜愛。

【**淺草觀音寺及仲見世商店街**】淺草寺據傳創立於西元628年，是東京最古老的庶民信仰寺廟，歷史悠久並充滿江戶下町傳統風情，最具特色的便是位於入口處，大門上懸掛著的巨大燈籠「雷門」，是淺草最具代表性的標幟。往寺前延伸就是人潮洶湧的「仲見世」商店街，從雷門到寶藏門約250公尺，約90家江戶時代的老鋪鱗次櫛比，整齊林立著販售人形燒、銘果、充滿了江戶風情的扇子與人偶等，令人看得眼花撩亂。

【**天空樹·晴空塔**】輪廓線條融合了傳統日本建築中常見的「彎曲」和「隆起」意識，整體呈現出向天空生長的巨大樹木的形態。當夜幕降臨，代表孕育於東京下町氣質精神「粹」的主題燈光與代表日本古典美意識「雅」的主題燈光每隔一天彼此交替。當其完成之時，將以634米的高度成為世界最高的自立式電視塔。同時也將僅次於阿拉伯聯合酋長國的哈利法塔（828米），成為世界第二高的建築。

【**台場海濱浪漫遊**】位於東京灣畔的夢幻級遊樂地，整個地區洋溢著強烈的現代感、建築充滿科技線條、購物商場也是嶄新亮麗。環繞著幽靜的小海灣，享受東京灣海風的吹拂，欣賞夕陽或夜晚的景點真是浪漫。

 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：日式定食 晚餐：涮涮鍋或燒烤餐

 **住宿** 三井GARNDEN 柏之葉或同級

第04天

千葉—全日自由活動(建議行程：東京車站、自由之丘、代官山、新宿購物)—千葉

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

享用完飯店早餐後，展開全日自由活動，或是由導遊建議於東京都內參觀：


建議行程：

【**東京車站**】東京車站歷史悠久，跟台灣總督府屬同時期建築物，它為東日本旅客鐵道、東海旅客鐵道、東京地下鐵的鐵路車站。不但是日本多條鐵道路線的起點站，也是東京主要的交通樞紐之一，也是美食集中地，東京拉麵街、東京 Okashi Land將「森永」、「Glico」（固力果/格力高）及「Calbee」三大零嘴廠商齊聚一堂。車站周邊還有KITTY商場、丸之內 OAZO商場等，琳瑯滿目的商品讓您大肆採購，除此之外各式3C產品、藥妝店在這裏也都有唷！

【**自由之丘**】自由之丘是日本東京都目黑區的一個地區，行政規劃上包含自由之丘一丁目到三丁目。習慣上將以自由之丘車站為中心的住宅商業區都統稱為自由之丘，儘管這一區域實際上也包含了一部分世田谷區的奧澤地區。獨有的嫺靜氣息，素有小歐洲之稱的LA VITA也在裡頭，還是日系雜貨店及甜點屋的集合地。

【**代官山**】最新潮流發源地的代官山同時也是高級住宅區，大使館與外國人住宅也零星分佈於此，使得此地區洋溢著異國風情。主要街道有以代官山站為起點，通往澀谷方向的八幡通、通往駒場方向的舊山手通，以及通往惠比壽方向的駒澤通。沿路以最具代表性的Hillside Terrace為首，進駐了許多品味高雅、獨具個性的商店與餐廳，能充分享受美食及購物樂趣。此外，代官山雖位於都心，卻保留了許多大樹，綠意盎然、街道寬廣，非常適合散步。

【**新宿購物**】是東京的文化中心，至今也仍不斷地蛻變發展。東京的行政中心——東京都廳是本區的地標。以1天350萬的乘客數，排名日本第一的JR「新宿」站為中心，新宿有許多值得一遊的景點。像是擁有歌舞伎町與黃金街的繁華區，且匯集百貨公司與大型店鋪等，購物設施完備的東口；以東京都廳為首，高樓商辦及飯店林立的商業區，並在其中設置公共藝術作品的西口；能悠閒漫步於大樓間遊步道的南口，以及都市綠洲「新宿御苑」等，您能在各個區域發現新宿多種不同的魅力。

 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：方便逛街·敬請自理 晚餐：方便逛街·敬請自理

 **住宿** 三井GARNDEN 柏之葉或同級



第05天

千葉自由活動—成田國際機場—台北(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

【三井GRANDEN 柏之葉】飯店內有大浴場供住房的房客無限次使用，讓您洗滌整天的疲累，達到放鬆的功效！還有健身房免費使用唷！除此之外飯店前的商場有各式各樣的賣店：無印良品、GAP、藥妝店、美食街....等！讓您不用跑到市區就能感受到逛街購物的樂趣！想要到市區的貴賓們，此飯店鄰近車站，您可以搭車站前往東京各地，展開整日自由活動行程。

午後前往機場搭機返國，在互道珍重再見聲中結束此次旅程，在此感謝您的選擇參加，並且期待攔再相會，敬祝您旅途愉快，萬事如意，謝謝！

-  **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：方便逛街敬請自理 晚餐：機上享用
-  **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

◎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。

■ 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