



Tour Member Handbook  
**旅客手冊**



**團 號：** JPN171022A  
**行程名稱：** 你的名字在楓中~夢幻湖邊城鎮-糸守町~長野諏訪湖、奧日光、輕井澤、清里八岳之森7天  
**集合時間：**  
**胸 牌：**  
**領 隊：**  
**送機人員：** 邱文欽 先生(0913-573-056)

\*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

### 你的名字在楓中~夢幻湖邊城鎮-糸守町~長野諏訪湖、奧日光、輕井澤、清里八岳之森7天

#### \* 行程特色

1. 欣賞美麗隨著山勢海拔的不同的日塩紅葉道路。
2. 怪石嶙峋·綠蔭茂盛·幽靜脫俗的龍王峽。

3. 有東方的尼亞拉瓜瀑布之稱的吹割瀑布。
4. 賞楓名勝之一的諏訪峽。
5. 千年古湯草津溫泉草津湯田散策。
6. 遊覽有小瑞士之稱的輕井澤歐風高原：白絲瀑布、聖保羅教堂、銀座通。
7. 造訪日本阿爾卑斯山麓田園景緻明媚的安曇野。
8. 你的名字”的糸守湖虛擬場景之一諏訪湖。
9. 有「日本小瑞士」之稱的清里高原。
10. 體驗一段日本第一高原列車及世界第一商用油電混合環保列車，以「海拔最高的JR路線 - 最接近宇宙的鐵路」聞名；沿線位於八之岳高原國定公園內，可自由欣賞八之岳群山的雄大。
11. 御岳昇仙峽：被稱為「日本第一的溪谷」的國家指定名勝地，長潭橋整座花崗石之懸崖絕壁突出奇岩怪石尤為著名，春櫻、夏綠、秋楓、冬雪四季各有不同迷人風情。

\* 諏訪湖的圖片由©諏訪觀光協會 提供

## 第01天

桃園國際機場 - 成田空港 - 日光國立公園鬼怒川溫泉

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

本日集合於桃園國際機場，由本公司專業領隊協辦搭機手續之後，搭機飛往日本東京成田空港。抵達後，專車前往日光國立公園鬼怒川溫泉區。

鬼怒川溫泉位於流經栃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。

**餐食** 早餐：X 午餐：機上享用 晚餐：飯店內百匯自助餐或會席料理

**住宿** 鬼怒川PARK HOTELS或鬼怒川PLAZA HOTEL或同級

## 第02天

飯店 - 鬼怒川龍王峽(10月下-11月上) - 中禪寺湖散策(10月中-10月下) - 奧日光金精道路(10月上-下) - 龍頭瀑布(10月上-中) - 吹割瀑布(東洋小尼加拉瓜瀑布) (10月下-11月上) - 水上溫泉

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

◎**龍王峽** 是由2千萬年前海底火山活動所形成的峽谷，長約3公里，兩岸奇岩峻石，形似蛟龍翻滾於山澗，景色雄渾壯觀。秋天楓紅美景令人讚嘆。峽谷內怪石嶙峋，綠蔭茂盛，是個幽靜脫俗、絕美宜人的旅遊勝地。

◎**中禪寺湖**：在日光國家公園的範圍內有一樹林茂盛風景優美的湖泊，位處奧日光的神聖火山，它就是“中禪寺湖”了，此湖是由火山溶岩形成的，已有兩萬多年歷史了，如今已是一座死火山，要領略欣賞中禪寺湖最美的一面，是在10月中旬過後的一段時間，在這時段裡湖泊週邊群山紅葉最為鮮艷壯麗。

沿著國道120號行駛奧日光金精景觀道路是賞秋景最具人氣風景線，湖光山色景致迷人。

◎**吹割瀑布**：被稱『東方的尼亞拉瓜瀑布』的美稱，高7米，寬30米的大瀑布它坐落在一個老神村的山崗上，由峽谷河床經年累月受水流的切割而成的地形絕景，猶如鬼斧神工之作。輕柔的陽光流瀉在溪谷裡，流水倒映著美麗的山林景色，在深秋的季節裡，峽谷瑰麗的景緻是大自然的傑作，沐浴在此大自然的傑作裡，心靈得到解放。

【水上町】位於群馬縣利根地區，從日本首都東京搭乘新幹線約需1小時20分鐘，水上町是個總面積只有780.91平方公里、人口約23,000人的山間小鎮。此處是流域面積號稱日本第一的利根川發源地，小鎮名稱源於記載利根川發源地自然美景的名著《水上紀行》。水上町坐擁以日本百大名山之一的谷川岳為首的壯麗群山，和各種饒富情趣的溪谷，風景如畫的自然環境與渾然天成的戶外活動，吸引了許多遊客慕名前來。小鎮還有17處風格獨特的溫泉設施，不僅可體驗各異其趣的溫泉功效，還能盡情享受千變萬化的宜人風情。



龍王峽



中禪寺湖



吹割瀑布

## 第03天

水上溫泉 - 吾妻峽谷 - 千年古湯草津溫泉 草津湯田散策 - 途經鬼押出園 - 白絲瀑布 - 輕井澤聖保羅教堂 - 輕井澤銀座通 - 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

吾妻峽谷兩岸邊富有奇岩和瀑布等變化的景觀，10月下旬映照在翡翠色水面周圍的紅葉特別漂亮。

◎**草津溫泉鄉草津湯田散策** 親身體驗溫泉濃烈與溫泉不斷湧出的湯田特殊景觀，您可在此悠閒散步於古老的溫泉街道中，在這溫泉源地，您可看到一座坐落在街道上的小型露天溫泉區，您可脫下鞋襪，來享受一下片刻的泡湯樂趣。

◎**白絲瀑布遊覽**，寬度有70公尺的岩石及高有3公尺，由湯川水源流至這裡往下流下形成一絲絲的白線因此而聞名。輕井澤四周為淺間山、鼻曲山、碓冰嶺等山峰所包圍，海拔約1000米的高原地帶，這裡落葉松和白樺樹生長茂盛，充滿清爽的綠意與西歐風情的異國情調，有小瑞士之稱的輕井澤位於淺間山的山麓平地上，四周為淺間山、鼻曲山、碓冰嶺等山峰所包圍，地處夏季氣候涼爽，海拔約1000公尺的高原地帶，這裏落葉松和白樺樹生長茂盛，自然環境宜人，所以從19世紀末開始就作為日本有代表性的避暑勝地而發展至今。

◎**輕井澤聖保羅教堂** 是美國建築家安東尼·雷門(Antonin Raymond)以歐洲的鄉間教堂風格所建造的教堂。木造的建築與水泥石板混合素材讓這個教堂獲選現在摩登建築the DOCOMOMO 100之選。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。三角形屋頂和尖塔已經成為輕井澤的象徵。

◎**輕井澤銀座通** 約長600公尺，洋式商店林立，建築瀟灑著歐風。輕井澤車站前有一座占地4萬6千平方米左右的矢崎公園，是市民休閒的好去處。三笠大道從車站筆直往北延伸，路邊建有舊三笠旅館，被列為國家重要文化財。另外在舊輕井澤主街道，各種餐廳、咖啡館、精品屋和流行商品專賣店鱗次櫛比。



草津湯田



草津溫泉鄉



輕井澤散策

## 第04天

飯店 - 小諸城舊址·懷古園 - 安曇野大王山葵園農場(日本國寶級導演黑澤明「夢中的安曇野」的場景) - (“你的名字”的糸守湖虛擬場景之一)諏訪湖 - 蓼科溫泉飯店

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

★【**小諸城舊址·懷古園**】被認定為日本百座名城之一，又名「白鶴城」或「醉月城」，如今古城雖無昔日風華，韻味猶存。舊址也被喚作「懷古園」，園內設置了藤村紀念館、小山敬三美術館、鄉土博物館等文化場所，除了春櫻秋楓外，也可以和日本文化來場深入的交流。

◎**安曇野大王山葵園農場**：位處日本阿爾卑斯山麓田園景緻明媚的安曇野，如曾看過日本國寶級導演黑澤明大作，該影片定會對那悠悠翻轉的水車小屋，夾道落英黃華交陳的田園風光，留下不可抹滅的深深影像，而該片的拍攝的舞台便是在此，河流輕流溪水聲，鄉間優美的景色交織之處會讓您感覺如置身在安祥的懷抱中，為您此次的旅遊增添些許醉人的浪漫風情；往安曇野山葵園參觀，由於這裡的氣候及土壤非常適合種植山葵(WASABI)，所以山葵到處可見，有大王山葵之稱。

◎**諏訪湖**：位長野縣的中央，湖面海拔759米，周長16.2公里的該縣最大湖泊。諏訪大社是在全國擁有超過一萬座分社的日本最古老神社之一。有上諏訪的上社、下諏訪的下社，分別供奉著武神、農耕神、狩獵神、風神，深受信徒崇拜。是知名電影“你的名字”的糸守湖虛擬場景之一，因“你的名字”一片來朝聖的人也不少，是三葉和瀧了解真實狀況的重要場所。





白絲瀑布



山葵園農場



諏訪湖

**🍴 餐食** 早餐：飯店內用 午餐：燒肉餐或日式料理 晚餐：飯店內百匯自助餐或會席料理

**🏠 住宿** Hotel Ambient 蓼科或 蓼科瀧之湯溫泉飯店或Resort Hotel 蓼科或同級

## 第05天

飯店 - 清里高原女神湖 - 御射鹿池或白駒池 - 清里(Haiji村、MAKIBA公園) - 八岳高原

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

◎**清里高原**：位於八個岳南山麓位置是一座大高原，往南可見到富士山及中央自動車道，清里高原四季充滿驚奇，從春夏的新綠到秋天的滿山楓紅，冬天的雪白大地；清里高原就像純潔的百合、自然而不驕縱；清里高原展現出自然素，媲美阿爾卑斯山林景緻，人與自然的結合，縱身畫中。

◎**白駒之池**：位於北八岳廣大的原生林之中，海拔標高2115公尺為日本最高的池塘。池子周圍被青苔覆蓋的原生樹林所包圍，而醞釀出一種神祕的氣氛。每到秋天周圍樹林呈現紅黃綠等色彷彿中亞壁毯一般炫麗，倒映在水面上的色彩更是有著無法言詞的美。

◎**MAKIBA公園**：縣立的MAKIBA公園是位於廣大的八岳南麓中八岳牧場的一部分，在雄偉的自然和廣闊的牧草地上，可以和動物親近的接觸。來到這裡可以看到許多盡情在草地上奔跑的牛群們，而背後就是幾千公尺的高山，一眼望去，真的會讓人有置身瑞士的錯覺，難怪清里又有「日本小瑞士」之稱。

**🍴 餐食** 早餐：飯店內用 午餐：和風日式料理 晚餐：飯店內百匯自助餐或會席料理

**🏠 住宿** 八岳皇家或同級

## 第06天

飯店 - 清里車站前歐風小鎮 - 高原電車體驗(清里站 - 小淵澤站) - 御岳昇仙峽 - 東京自由活動

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

◎ 清里車站前歐風小鎮：一個被群山包圍，位在八岳南麓海拔1300公尺的高原上，從繁華城市進入一個純樸清幽小鎮，清里車站附近的大街小巷看不見傳統的日式建築，全都為繽紛可愛的歐式建築，映著連綿翠綠的山脈為背景彷彿進入歐洲童話世界。得天獨厚的自然景觀與童話般的建築有人說清里像獨立於世的烏托邦世界。

★ **高原電車體驗**：坐一段日本海拔最高的高原鐵路，從清里站到小淵澤站。清里離開要往東京市區時，會先需要搭乘小海線來到這一站「小淵澤站」。日本第一高原列車及世界第一商用油電混合環保列車，以「海拔最高的JR路線 - 最接近宇宙的鐵路」聞名；沿線位於八之岳高原國定公園內，可自由欣賞八之岳群山的雄大。

◎ **御岳昇仙峽**：以整座花崗石之懸崖絕壁突出奇岩怪石為著名，長5.8公里之沿著山區的溪谷為散步道，春賞櫻夏翠綠秋楓葉冬雪景出名之國立公園區。由於水流湍急，切割谷地造成高壯的奇岩和草木，昇仙峽的主峰圓覺峰由多層奇岩疊出高度，岩峰陽剛雄壯，四周草木彩色變化多，因地殼移動形成斷層而造成的仙娥瀑布，不但四周綠葉傍水勢，瀑布衝入溪中的水波和陽光照射形成的小彩虹煞是好看，景觀千變萬化、日照的角度的不同帶來路段的新鮮感。

◎ **回到東京繁華都會區**，利用時間至新宿或品川站前的商店街逛、享用自己喜歡的料理美食。



御岳昇仙峽



御岳昇仙峽



東京台場

 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：日式風味餐 晚餐：自選餐

 **住宿** HOTEL METROPOLITAN TOKYO或同級

## 第07天

東京 - 自由活動(建議可依時間許可，自費搭乘電車前往觀光、訪友) - 成田空港 - 桃園機場

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

早餐後可利用時間自由活動，於約定時間集合後搭乘遊覽車前往成田空港辦理出境手續，之後利用時間於機場免稅店逛街。於規定時間登機飛返國門。

 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：機上享用 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](http://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0.3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"/> 玩具(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