



Tour Member Handbook
旅客手冊



團 號： JPN180924A
行程名稱： 解憂雜貨店-(昭和之町)、懷舊門司港、歐風湯布院、旅人電車之旅九州五天
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

解憂雜貨店-(昭和之町)、懷舊門司港、歐風湯布院、旅人電車之旅九州五天

* 行程特色

解憂雜貨店

如果有一個地方，可以解決我們所有的煩惱.....

這裡不只賣日常生活用品，
還提供消煩解憂的諮詢。
困惑不安的你·糾結不已的你·.....

靜僻的街道旁·佇立著一家「解憂雜貨店」。只要在晚上把寫了煩惱的信丟進鐵捲門上的投遞口·隔天就可以在店後面的牛奶箱裡拿到回信解答。

男友罹患不治之症·陷入愛情與夢想兩難的女孩；一心想成為音樂人·不惜離家又休學·卻面臨理想與現實掙扎的魚店老闆兒子；爸爸的公司倒閉·打算帶著全家捲款潛逃·在親情與未來之間游移不定的少年.....

當他們紛紛寫信到雜貨店·不可思議的事情也接二連三發生。而那些一瞬間的交會·又將如何演變成一生一世的救贖？跨越三十年時空·雜貨店恆常散放著溫暖奇異的光芒.....

第01天

桃園國際機場 — 福岡空港 — 下關 — 赤間神宮·春帆樓 — 門司港懷舊街區 — 飯店

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好搭機手續之後·搭機飛往日本九州福岡空港。抵達後·前往

◎【赤間神宮】·源氏家族及平氏家族的戰爭引發起大規模的海戰·無辜的安德天皇成為受害者因而紀念所建之神宮。依據海底龍宮城的形象所建成的水天門·白牆朱漆的特色十分著名·另外落難平家一門的七盛塚·小泉八雲怪談中的木像·都佇立在神宮內。每年五月三日舉行的先帝慰靈祭·是下關的代表性祭典·而華麗的「女流」遊行·則是源自表達對天皇女侍在主子死去後流為娼妓的敬意。

◎【春帆樓】·其河豚料理很有名·這是伊藤博文最喜歡的旅館·伊藤博文也在此下達解除禁吃河豚的命令。但對於台灣跟中國其歷史意義又不止於此了。春帆樓是甲午戰爭清國欽差大臣李鴻章下榻的地方·旁邊有一間名為日清講和紀念館的地方是1895年中日《馬關條約》的談判與簽署地點。原建物在1945年因戰爭空襲而燒毀·之後經過重建·即今所見之主建物·雖經過重建但已恢復當年談判簽約的場景。

◎【門司港懷舊老街】·門司港是日本從日本明治代至日本大正時期作為國際貿易港口而繁榮發展·是連接日本本州與歐洲·中國及九州地方的通道·於日本明治22年(1889年)設置。自門司港開港後·是九州鐵路的起點·更是日本最古老車站的JR門司港站和其周邊地區興起了許多海運公司和貿易公司等歐式建築。但在海底隧道開通後·因為聯絡港的功能被取代而逐漸沒落·但早期所遺留下來的古蹟·卻使這裡成為處處充滿懷舊風情的觀光景點。在重新開發之際·這一區的歐式建築經過以日本大正時期的懷舊復古風修復和復原的重新包裝·使得整個地區洋溢著濃濃的懷舊風·改稱為門司港懷舊地區後所展現的重新面貌吸引不少日本國內遊客到此參觀。國土交通省都市景觀百選。



🍴 餐食 早餐：機上享用 午餐：燒咖哩風味餐 晚餐：日式風味料理

🏠 住宿 PREMIER HOTEL MOJIKO或同級

第02天

飯店 — 國寶凡幡社總本宮宇佐神宮 — 豐後高田市昭和之町：電影解憂雜貨店場景 — 湯布院藝術溫泉小鎮(古老小鎮終日溫泉湯霧炊煙) — 免稅店 — 飯店

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

◎【宇佐神宮】建造於725年·作為全國擁有4萬多分社的八幡社主神社而聞名·每年都吸引了無數的參拜者到訪。

坐落於太古時代的原生林裡的神社·壟罩在清新的空氣中。境內以八幡造的3棟主殿(國寶級)為首·還有神橋·吳橋·能樂殿·寶物殿等許多歷史文化上貴重的建築物。

◎【解憂雜貨店】日本影帝西田敏行和傑尼斯偶像山田涼介共同演出·透過30年前的一家張老師雜貨店·改變了幾個厭世了尾仔困的一生。本片感人度直逼好萊塢電影的聖誕節溫暖奇蹟場面。

◎【湯布院】是日本溫泉三大湧出量最多溫泉之一，有許多美術館及畫廊，是一個寧靜優雅的山中城鎮，溫泉更是自古聞名。溫泉湯霧終日炊煙，整座小鎮洋溢悠閒浪漫氛圍，日本女性票選最喜愛的旅遊地之一。



🍴 餐食 早餐：飯店內用 午餐：鄉土料理 晚餐：方便逛街,敬請自理

🏠 住宿 西鐵格蘭特大飯店或同級

第03天

飯店—★旅人列車體驗—柳川運河人力遊船—菅原道真 太宰府天滿宮—福岡

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

★【太宰府旅人列車】外部裝飾為太宰府各觀光景點，內部裝飾由6種開運圖案組成，整部列車仿佛是日本畫的世界，洋溢著濃郁日式風情。可以一邊選擇希望祈願的車廂，一邊欣賞極具太宰府特色的車廂。內部裝飾各車廂各有千秋，分為六個主題《學業有成、健康長壽、辟邪、平安分娩、闔家安康、喜結良緣》，通過象徵該含義的圖案表現美好寓意。

特別安排★【柳川人力遊船】，巡航棋盤交錯的運河之間，欣賞歷史悠久的水鄉風光。耳畔是船夫吟唱小曲，眺望兩岸翠綠垂柳與古老建築，好似進入時光隧道。柳川也是日本近代詩人北原白秋的故鄉。

接著前往供奉日本「學問之神」菅原道真的◎【太宰府天滿宮】，此處為日本全國各地天滿宮的總本社，每逢考試期間就擠滿了祈求金榜題名的學子家長。由於菅原道真愛梅，還衍生出「飛梅傳說」，天滿宮園中遍植梅樹，梅餅、梅茶等更是當地名產。天滿宮前的街道上販賣各式各樣飾品與名產點心，還有一間由知名建築師隈研吾設計、造型獨特的星巴克，絕對讓您流連忘返。



🍴 餐食 早餐：飯店內用 午餐：鄉土風味餐 晚餐：方便逛街,敬請自理

🏠 住宿 西鐵格蘭特大飯店或同級

第04天

全日自由活動-

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

福岡市有三個主要的購物區段，天神站、博多運河城、還有博多JR站。相較於前面兩個地點，博多JR站相較之下比較「美味」一點。這裡充滿了往來福岡、搭乘JR的旅客，因此站內的兩個購物商城：東急手創及阪急百貨，都賣了各式各樣的甜食、便當、果醋、瓶裝酒及紀念品，洋洋灑灑的，真的非常適合旅行者挑選。在這邊買個不貴、精緻、會令人開心的小禮，帶回台灣送給親朋好友吧。

如果你已經先體驗過了天神站的優雅，那你更不能錯過博多運河城的熱情。這座外表看來低調，卻內有乾坤的建築，將博多運河巧妙地與商場結合，整個戶外空間，都被流動的河水點綴得得生氣蓬勃。華人相信流動的水能帶來好運，這邊的商家看起來也是喜氣洋洋，最讓人驚喜的是，運河城內的不管是藥妝、精品、公仔、服飾店，都延續著運河城的低調大器，每個地方既大又內容豐富，不僅會讓你大飽眼福，也會讓你大買滿足！

🍴 餐食 早餐：飯店內用 午餐：方便您逛街，敬請自理 晚餐：方便逛街,敬請自理

🏠 住宿 西鐵格蘭特大飯店或同級

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

★【舊伊藤傳右衛門邸】NHK連續劇[花子與安妮]的取景之地。這裡曾是九州煤炭王「伊藤傳右衛門」與和歌詩人「柳元白蓮」曾生活過的府邸。踏進佔地2300坪的超大豪宅，隨即映入眼簾的即是洋溢著寧靜祥和氛圍的庭園，傳統的迴游式庭園造景、日本傳統與西洋風格交融的建築是其特色，薈萃了日本建築的精髓，細緻優美的裝飾更隨處可見，2011年時受選為日本國家指定文化財。


★【嘉穗劇場】擁有近百年歷史的「嘉穗劇場」，兩層樓的木造建築內部是典型的江戶歌舞伎劇場，可以拉近觀眾與演員距離、貫穿觀眾席與舞台的通道「花道」，鋪著四角榻榻米的「?席」可容納近1200位觀眾，以及依靠人力推動的迴轉舞台等。沒有公演時能參觀劇場、直擊幕後舞台，還有機會來場免費和服體驗，感受日本傳統劇場的獨特風情。在此贈送貴賓小雞饅頭蛋糕1個。

人氣伴手禮小雞蛋糕發源地~在訪日必買伴手禮中擁有超高人氣的「小雞蛋糕」，其實是來自於飯塚市！自江戸時代開始作為長崎街道的休息中繼站，而引入了許多來自東南亞的砂糖和甜點，使得市內品嚐甜點、西洋糕點的風氣非常流行，明治時期更成為撫慰採礦工人工作疲累時的療癒聖品。

*若遇嘉穗劇場有演出，將更改行程去當地商店街享受日本原汁原味的的生活氣息。敬請貴賓見諒!!

◎AEON Mall福岡：AEON在日本是最大的連鎖購物中心，而AEON Mall福岡更是全九州最大的AEON購物中心，共有兩百多家店舖在此，其中不乏福岡唯一甚至九州唯一的店家。之後前往福岡空港搭機返回桃園機場，結束豐富的北九州之旅。



 **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** 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。

■ 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"/> 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

Have a nice trip

旅途愉快