



Tour Member Handbook

旅客手冊



團 號： JPN180728A

行程名稱： 吃定日本～暢遊神之國、掛川花鳥園 伊勢鳥羽、懷舊陶窯古道、納涼花火大會 六天 (不進免稅店)

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

吃定日本～暢遊神之國、掛川花鳥園 伊勢鳥羽、懷舊陶窯古道、納涼花火大會 六天 (不進免稅店)

* 行程特色

1. 懷舊常滑市陶瓷古窯街道、招財貓大道。
2. 伊勢灣二見浦、夫婦岩自然景觀。

3. 歷史與傳統孕育出德川家康的誕生地—岡崎(岡崎城)。
4. 岡崎引以為傲的食物文化～岡崎八丁味噌。
5. 日本人一生中必去的神社—伊勢神宮(內宮)、托福橫丁復古可愛街道。
6. 日本『百選道路』『百選海濱』—伊良湖岬(戀路之濱)。
7. 美食大集合：江戶傳統味的八丁岡崎味噌、日本三大和牛之松阪牛、外層香酥，內層柔軟的鰻魚三味、肉質相當Q彈的伊勢龍蝦。
8. 井伊家族千年歷史的臨濟宗古剎：龍潭寺庭園。
9. 2億5000萬年前的龍石山之南麓的大洞窟：龍岩鐘乳石洞。
10. 「接觸花與鳥」的掛川花鳥園。
11. 此行程不進免稅店。

第01天	桃園國際機場 - 名古屋中部國際機場 - 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團體櫃檯，由本公司專業導遊及專任送機人員協辦搭機手續之後，搭機飛往日本中部第一大城－名古屋。抵達後出關前往飯店入住。

 **餐食** 早餐：X 午餐：X 晚餐：機上享用

 **住宿** 中部國際空港 **COMFORT HOTEL**或中部空港 **CENTRAIR HOTEL**或**SPRINGSUNNY HOTEL** 名古屋常滑或同級

第02天	飯店 - 懷舊常滑市陶瓷古窯街道、招財貓大道 - 德川家康岡崎城(武將迎接) - 岡崎八丁味噌藏(品嚐味噌霜淇淋) - 蒲郡節之納涼花火大會之夜
------	--

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

常滑是常滑窯的產地，自古以來就以燒造陶瓷用品而聞名，擁有千年歷史，是日本六大古窯之一因而遠近馳名，沒有刻意美化，保留了古老的懷舊風景，洋溢著濃厚的日本文化氣息。

◎【土管坡道(榮獲日本手工藝術鄉大獎)】，步道牆壁上都覆蓋著明治時化的陶管和昭和初期的燒酒瓶，而且當時為了防止路滑，還在道路上埋下陶管燒成時用的廢舊燒台來上製造上滑功效。可見其當時他們周全的思慮及對環境的愛護。

◎【陶窯(榮陶窯)國家指定民俗文化財】，過去最盛時期多達六十幾座，目前僅剩一座，陶榮窯是明治20年到昭和49年期間使用日本現存最大級別的登窯，其特徵是17度斜角，共具備了八個燒成窯和高度各異的10座煙窗，可自由入參觀。

◎『Tokonyan』在招財貓大道上，是一隻巨大的招財貓似乎已經成為燒窯散步道的代表，高達3.8m、寬6.3m，圓圓的眼睛直視著車道，似乎在保護著整個常滑市。相較之下，在她面前望著Tokonyan的兩隻嬌小貓咪的模樣別有一番風情。其下方的混凝土牆貼著39尊經由票選出來的各種造型招財貓沿著步道而設置，希望帶給大家好運及福氣，別有一番風情。

◎【岡崎城】。德川家康的誕生地。城內樹立著德川家康和他忠實的武士本多忠勝的銅像，展示三河地區武士的生平和生活等等。

◎【岡崎味噌見學】。濃郁帶有辣味的紅味噌『八丁味噌』，從江戶時代初期開始至今約有400年的歷史，是豆類味噌的品牌之一。八丁的名稱由來是因為工廠位於岡崎城西方八丁(約870公尺)距離遠的八帖町。現在的八丁藏通路尚有2間釀造廠在製造味噌，雖時都可以見習到工廠精心地花費兩個夏天與兩個冬天進行製作的過程。蒲郡市一年一度的納涼花火大會於晚間19:30-21:00舉行。

 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：八丁味噌料理 晚餐：飯店內會席料理或百匯自助餐

 **住宿** 三谷溫泉 **HIGAKI HOTEL**或三谷溫泉 **松風園**或HOTEL 明山莊或西浦溫泉 **HAZU RESORTS**或同級

第03天	飯店 - 龍潭寺(大河劇場景)、龍岩鐘乳石洞 - 掛川花鳥園(接觸花與鳥的主題) - 濱名湖館山寺溫泉
------	---

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

★【龍潭寺】，乃傳承井伊家族千年歷史的臨濟宗古剎。祭祀德川四天王中名列第一的井伊直政、幕府末期的井伊大老直弼等井伊家四十代人物的菩提寺。龍潭寺的庭園為小堀遠州所建，是聞名的國家指定名勝紀念物。鶯聲地板的走廊、龍的雕刻為左甚五郎所作。保留有江戶時代原有風貌建築，已成為靜岡縣指定的文化遺產。正殿供奉著賜予智慧的秘佛和虛空藏菩薩。

★【龍岩鐘乳石洞】，位於地層下方，是2億5000萬年前的龍石山之南麓的大洞窟。長達1000公尺的洞內，其中有400公尺左右的地方提供遊客造訪，中間落差30公尺的地底大瀑布及五十處各種造型鐘乳石等，大自然的神秘讓造訪的遊客流連忘返。洞內常溫攝氏18度。

★【掛川花鳥園】，主題為「接觸花與鳥」。一年中盛開著熱帶性花卉，在巨大的溫室裡還匯集了來自世界各地約40不同品種的120隻貓頭鷹。在日本，貓頭鷹被稱為是福鳥，還成為長野冬奧會的吉祥物，代表著吉祥和幸福。富士花鳥園因這些“福鳥”而聞名遐邇，人們在這裏不僅可以近距離觀賞，還能撫摸那些平日難得一見的福鳥們。



餐食 早餐：飯店內用 午餐：和洋精緻自助餐 晚餐：飯店內溫泉料理或自助餐



住宿 **THE 濱名湖** (舊稱：濱名湖ROYAL HOTEL)或**館山寺SAGA ROYAL HOTEL**或**開華亭溫泉飯店**或**鞠水亭溫泉飯店**或同級

第04天

飯店 - 伊良湖岬(戀路之濱、伊良湖燈塔) - 渡輪 - 日本最大的烏羽水族館 - 二見浦、夫婦岩 - 烏羽溫泉

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

◎渥美半島前端的【伊良湖岬】，此處原本是日本陸軍的大炮試射場，也是航海中著名的險峻地點及著名的海釣地點。自建造以來一直維護著海上安全，也是三島由紀夫創作的「潮騷」的舞台。燈塔附近有漫遊步道。眼前廣大蔚藍的海與白色燈塔形成強烈對比非常優美，晴天時夕陽西下的美景更是美極了。是全日本的燈塔50選其中之一，在旁邊的綿長戀路之濱也被選為「戀人聖地」。

愛知縣看起來像一隻螃蟹，知多半島為左鉗，渥美半島為右鉗，環抱三河灣。而渥美半島是三河灣國家公園的一部分，擁有最美麗的海岸線和海景。

★**烏羽水族館**，是日本的一個大型水族館。位於三重縣烏羽市美麗的海濱。這裏飼養著眾多的海洋生物，被稱為美人魚的儒艮，還有非洲大海牛、海獺和江豚等。水槽中展示有世界各地河川及珊瑚礁等環境的魚類、水母、青蛙和水生昆蟲等多達1000種的海洋河流生物。共分成12個展示區，動線清楚劃分，此外還有企鵝遊行、海獅、海象的逗趣表演及餵食活動。

◎【二見浦、夫婦岩】。二見浦海濱一大一小、身影相隨的兩塊奇岩，看起來彷彿夫妻互相依靠所以稱為夫婦岩。在日本全國眾多夫婦岩當中就屬伊勢市二見町二見興玉神社裡的夫婦岩最為出名。相傳日本神話中的女神來到此地時，被美景所吸引，忍不住兩次回頭觀望，此地故名為二見浦。兩塊岩石相親相愛站在一起，加上一條粗麻繩，代表緊緊地連繫夫妻的感情，使的這對夫婦岩成了夫妻圓滿及良緣的象徵。



餐食 早餐：飯店內用 午餐：伊勢龍蝦風味便當 晚餐：飯店內豐盛自助餐 或 溫泉和食料理



住宿 **烏羽SEASIDE 飯店**或**烏羽GRAND HOTEL**或**烏羽國際飯店**或同級

第05天

飯店 - 伊勢神宮(內宮)、托福橫丁復古街道(品嚐赤福餅) - 自由逛街購物：榮町(綠洲21水之宇宙船)或站前逛街—飯店

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

◎【伊勢神宮】，伊勢神宮是三重縣伊勢市的觀光中心，有時也簡稱神宮，祭祀著象徵太陽的女神—天照大神。每年吸引了許多人上前往參拜，日本人更將伊勢神宮列為一生中必去的神社。托福橫丁：是一條復古可愛的街道，是一個重現在江戶時期(1603年~1868年)末代時伊勢祭典的繁華景像。同時也復制了獨特的伊勢妻入風格及桑名市西式風格的建築物。店家與設施都還以懷舊建築的姿態保留至今，這裡集結了各式各樣商店與包括特色美食餐廳共有55。有招福貓商店，赤福餅本店(品嚐赤福餅)：(赤福本店本身的建築就大有來頭，從明治以來已進入130年歷史，坐在日式榻榻米上的，半戶外的座位讓您邊啜飲熱茶邊眺望清澈的五十鈴川。造外型復古的全家便利超商。

◎【綠洲21】，象徵水的宇宙船，造型前衛，你可利用時間登頂部感受並可瞭望外部景觀，除了新穎富創意的建築外並合了花壇與樹木所組成的綠之大地，充滿魅力的開放式廣場-銀河廣場也經常舉辦各式各樣的大小活動，周邊各種的精品商店及交通的匯集點成了立體型的大公園，電視塔、榮町地下街、百貨公司都在徒步的範圍：『名古屋驛前』或『榮』等商圈。



餐食 早餐：飯店內用 午餐：松阪牛燒烤料理 晚餐：鰻魚風味三吃



住宿 **ROYAL PARK HOTEL 名古屋**或**名鐵 GRAND HOTEL**或**名古屋全日空**或**THE STRINGS HOTEL NAGOYA**或**SPRINGSUNNY HOTEL 名古屋常滑**或同級

第06天

飯店 - 名古屋中部國際機場 - 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

專車接往中部國際機場搭機返國，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：機上享用 晚餐：X



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証明，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。

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0.3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		
☐ 護照 (出國日起六個月以上效期)	☐ 簽證	☐ 出境證
☐ 機票	☐ 旅遊行程手冊	☐ 各地旅遊參考資料
☐ 外幣零用金	☐ 信用卡	☐ 記事本
☐ 名片 (旅客自行斟酌)	☐ 親友聯絡地址、電話	
衣物用品		
☐ 西裝、洋裝、領帶	☐ 襯衫、休閒服、夾克	☐ 毛衣、風衣、長褲
☐ 襪子、手帕、內衣褲	☐ 便鞋、平底鞋、拖鞋	☐ 睡衣褲
☐ 防寒衣物 (帽子、手套、圍巾)	☐ 游具(泳衣、泳帽、蛙鏡)	☐ 摺傘或輕便雨衣
☐ 太陽眼鏡、防曬乳液	☐ 遮陽帽	
個人用品		
☐ 梳子、髮油	☐ 刮鬍刀、刮鬍膏(請放入托運行李箱)	☐ 化妝品、面紙、面霜、面膜
☐ 牙刷、牙膏、洗面乳、沐浴乳、洗髮精	☐ 水壺	☐ 吹風機
☐ 針線、備用釦	☐ 指甲刀、水果刀(請放入托運行李箱)	☐ 轉換插頭、變壓器
其他		
☐ 個人自用應急藥品 (慢性病英文處方箋)	☐ 零食	☐ 紀念品
☐ 親友請託購物品清單	☐ 休閒雜誌	☐ 筆

Have a nice trip 旅途愉快