



Tour Member Handbook
旅客手冊



團 號： JPN130419A
行程名稱： 古都散策櫻撰MIHO造幣局五天(大阪進出/正班機)
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

古都散策櫻撰MIHO造幣局五天(大阪進出/正班機)

* 行程特色

- 桃花源MIHO美術館—享負盛名的建築師貝聿銘力作,充分展現自然美學觀點,不可錯過。每年三月下旬重新開放。
- 前往京都仁和寺欣賞獨特又珍貴的「御室櫻」,不同於一般櫻花長於枝頭根梢,御室櫻盛開時,從樹頂到樹腳都會開滿櫻花,非常茂密。
- 龍安寺是京都枯山水庭園中最具代表性的,圍畫出無限巧妙的禪思空間,是藝術,也是哲學,方寸間見無限,就是枯山水的最高境界。
- 世界文化遺產之木造千年古寺-清水寺,參觀寺內最著名的國寶「清水舞台」,建造在斷涯之上,是由139根立柱支撐架構而成,沒

有動用任何一根釘子，感受無比的震撼及古代工程之最佳傑作。

●前往昔日哲學家西田幾多郎經常思考、散步的哲學之道，是京都最適合散步的道路。

●造幣局的櫻花的種類相當多，且種植許多珍貴的里櫻，從造幣局約560公尺長的大道上，約有117種450顆的櫻花樹，整條大道兩旁皆是櫻瓣飛舞，形成非常壯麗優美的櫻花隧道，十分美麗迷人，穿梭其間讓人為之沉醉。

(若遇造幣局未開放則改大阪城遊覽敬請見諒)。

●大津市三井寺1000株櫻花的美麗景致(三井之晚鐘乃近江八大景之一的名勝)。

●參觀素有花之御寺美名的長谷寺。

第01天

桃園國際機場 - 關西海上空港 - 大阪造幣局 (櫻花百選) - 京都或大津或大阪

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，搭機飛往日本關西海上空港。專車至大阪市◎造幣局：此地的櫻花是明治初期由藤堂藩的庭園移植至此，櫻花的種類相當多，且種植許多珍貴的里櫻，從造幣局南門(天滿橋側)至北門(櫻宮橋側)約560公尺長的大道上，約有117種450顆的櫻花樹，其種類大部分為較慢開花的八重櫻，每當春天滿開時，整條大道兩旁皆是櫻瓣飛舞，形成非常壯麗優美的櫻花隧道，十分美麗迷人，穿梭其間讓人為之沉醉。結束後前往京都。特別報告:造幣局將配合其開放時間做前後調整，敬請見諒。

🍴 餐食 早餐：X 午餐：機上餐點 晚餐：自然健康創意料理或百匯自助餐或和風套餐

🏠 住宿 MONTEREY KYOTO或麗嘉皇家或ROYAL OAK HOTEL或蒙特利GRASMERE或同級

第02天

飯店 - MIHO(美秀)美術館 - 三井寺(長等山園城) - 清水寺(清水舞台、音羽瀧、地主神社) (世界遺產) - 二年坂、三年坂京味老舖街道 - 祇園藝妓街 - 花見小路

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

- ★MIHO MUSEUM：由享負盛名的建築師貝聿銘於1996年設計完成。其特別之處在於將美術館與自然環境融合。美術館的建築概念取材自陶淵明「桃花源記」，建於遠離繁囂的山上，四周被翠綠茂密樹林環抱。結合體驗自然壯觀的景色、鑒賞各種珍藏之美術品和享用自然的美食於一身的MIHO MUSEUM，實在不容錯過！四月份期間也是百花盛開之季節。
- ★三井寺(正名天台寺門宗總本山園城寺)位於大津市琵琶湖西南方的長等山的山腰上廣大幅地上。其三井之晚鐘乃近江八大景之一的名勝。1000多株的櫻花盛開時景致壯麗誘人。建於平安時代至今已擁有1000多年的歷史。
- ★清水寺 - 世界文化遺產之木造千年古寺，參觀寺內最著名的國寶「清水舞台」，建造在斷涯之上，是由139根立柱支撐架構而成，沒有動用任何一根釘子，站在清水舞台觀看細雪般的櫻花，放眼成海，無論遠觀或是近賞，都可以感受無比的震撼，清水寺的名稱則源於「音羽瀧」，據說飲其水可治百病；供奉月下老人的「地主神社」，戀愛占卜聞名全國，想要祈求良緣的人可別忘了試試姻緣石，據說只要閉著眼睛從石塊的一方筆直走到另一邊摸到石塊，姻緣就會來臨。而位於清水寺前的二年坂、三年坂街道保留著古街的風貌，延路佈滿風情殊異的陶藝館、古董店、茶館等，邊走邊逛此街道，既可購物、小憩、品茗，還有很多賣著仙貝、清水燒、抹茶冰淇淋的小店等，除了熱情殷切免費試吃令人印象深刻外，偶而還會看到打扮成藝妓的女子穿梭其間哦...
- ◎祇園花見小路 - 是日本規格最高的繁華街，講到京都就會聯想到祇園。在道路的兩旁是縱橫方向能通風的用細細的木材建成的格子窗，大街的格調與舞妓的風采十分相稱，街上排列著銷售髮簪、香和日式服裝裝飾物品等京都特有的商店。以北的馬路巷道中，有許多古老的木格窗建築，多半是茶館和餐館，洋溢京都江戶時期的風味。

🍴 餐食 早餐：飯店內用 午餐：健康食套餐或陶板燒 晚餐：相模海鮮鍋

🏠 住宿 MONTEREY KYOTO或ROYAL OAK HOTEL或麗嘉皇家或同級

第03天


龍安寺(枯山水經典代表作) (世界遺產) - 仁和寺(御室櫻) (世界遺產&櫻花百選) - 免稅店 - 心齋橋商店街&道頓堀美食街 - 大阪

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

- 京都的★仁和寺以櫻花著稱，寺內的金堂是移建自京都御所的紫宸殿，屬於桃山時期的古老建築，是日本重要國寶，也列名於世界遺產。日本自古以來，許多天皇退位後，會潛心向佛或捨宅為寺，而仁和寺自西元888年開始，就有許多皇子皇孫選擇於此修行，又稱為「御室御所」，仁和寺的櫻花，也就別稱為「御室櫻」。御室櫻最不一樣的地方在花開得特別地晚，有『京都最後の花見』的稱號，其開花的方式也頗為奇特，不同於一般櫻花長於枝頭根梢，御室櫻盛開時，從樹頂到樹腳都會開滿櫻花，非常茂密。御室櫻長得比較低矮，樹高大約只有2公尺，京都人喜歡稱其為多福櫻，取其茂密壯盛的身形，像是好福氣的櫻花樹。
- ★龍安寺是日本京都另一處世界遺產所在，為枯山水庭園中最具代表性的，一堵黃牆、15組庭石，圍畫出無限巧妙的禪思空間。枯山水是日本獨有的庭園設計，由砂、石、岩、苔組合而成，獨成一個天地。要成就一個枯山水庭園，在欣賞枯山水之際，除了一探整體意境的營造，也可以獨立欣賞石材、青苔等。龍安寺的石庭，是藝術，也是哲學。造石庭者希望以空庭、無庭的形式，捕捉出佛語的

空無禪思，這也讓每位來到龍安寺石庭的遊客，都會靜坐一旁，若有所思。也可由藝術角度來觀賞這座石庭，日本的枯山水，以白砂代表無涯汪洋、以石塊象徵人間，也代表佛教中長生不死的蓬萊仙島。方寸間見無限，就是枯山水的最高境界。

- 回到大阪後至免稅店自由購物後可自由前往◎心齋橋或梅田商店街，並可順道前往熱絡有名的地下街購物，琳瑯滿目的商品，人潮不斷，完全感受大阪城市的鮮明氣息和閃亮的活力。

 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：壽司餐或和風套餐 晚餐：方便逛街敬請自理

 **住宿** 蒙特利GRASMERE或麗嘉老爺大阪或同級

第04天

飯店 - 奈良公園 (梅花鹿公園) - 奈良東大寺 (世界遺產&櫻花百選) - 長谷寺 - 大阪或神戶

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

- ◎奈良公園 - 綠草如茵最有名的象徵物是成群的鹿，並有1200頭穿梭在遊客不怕生人，讓人餵食照像；傳說春日大社的神祇，就是乘著鹿降臨此地。
- 東大寺 - 是奈良時代佛教全盛時期的代表作，建於西元741年，由於位於平城京東方故取名的★【東大寺】，是聖武天皇傾國家之力而建，工期達30年，據說光是大佛殿的屋頂，就有11萬片的瓦，大佛殿內所供奉奈良大佛又稱為盧舍那佛，高15公尺，法相莊嚴，是日本首屈一指的銅鑄大佛，此外，大佛殿也是全世界現存最大的木造建築，高47.5公尺，大佛殿中有根缺了個小洞的大柱，俗稱一智慧之河；據說凡是能鑽柱洞者可祈福事業，愛情如願順遂。若遇造幣局未開放則改大阪城遊覽敬請見諒。
- ★長谷寺 - 「花の御寺」之美名。位於奈良市北部初瀨川沿岸，是真言宗豐山派的總本山，由當時的僧人德道上人受天皇之命在寺內安置十一面觀音。金碧輝煌的巨像高達十幾公尺，寺內四季綻放著各種花卉，特別是春天櫻花、牡丹、水仙、紫藤...競相盛開時更增添了寺內周遭的美麗景象，因此而有花之御寺之美名。

 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：螃蟹料理或和風套餐 晚餐：涮涮鍋或居酒屋或百匯自助餐

 **住宿** 蒙特利GRASMERE或麗嘉老爺大阪或PORTOPIA HOTEL或同級

第05天

飯店 - 安藤美學:狹山池博物館 - 關西海上空港 - 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

- 早餐後於約定時間集合後搭乘專車前往大阪◎狹山池博物館：原址主要在於紀念著七世紀初，敘述日本最古老水壩蓄水池的故事，傳承環繞狹山池地局於人與土地的故事，在安藤忠雄的匠心運下，2001年完工開幕，展現安藤忠雄的專長透過建築親水空間設計的和保存至今的歷史文物導覽，到達後，遠處望見巨石堆砌的一面大牆，粗獷而隨興式的聳立在眼前，一接近，鍍鋅的「手摺」（手扶梯）慵懶的招呼來客，這也是日本建築大師安藤忠雄的作品。安藤引用中國的回遊概念來設計加上安藤的修改讓設計有別有一番氣韻生動的新景象。經由建築而將綠、水、光和風表達出來的自然的涵意乃安藤的擅長手法。春天時堤防步道的櫻花盛開景致致天引人入勝。
- 跟著至關西國際機場搭機返回溫暖的家。熱愛旅遊、喜好美食的朋友們，記得再相邀共遊，無論是日本或是世界各地，期待再相逢！

 **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，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