



Tour Member Handbook
旅客手冊



團 號： JPN150415B
行程名稱： 日本東北賞櫻~東北鐵道櫻花列車、田澤湖、北上展勝地、角館武家屋敷、最上川泛舟溫泉美食五天(包機)
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

日本東北賞櫻~東北鐵道櫻花列車、田澤湖、北上展勝地、角館武家屋敷、最上川泛舟溫泉美食五天(包機)

* 行程特色

- ◎【霞城公園】霞城公園是觀賞櫻花的有名場所，公園內保留了山形舊城的護城河和石頭牆，從中可以讓人聯想到當時築城的情景。
- ◎【上杉神社】位於松岬公園內，是祭祀上杉謙信公的神社。於大正時期被燒毀，現在的模樣是根據米澤出身的建築家伊藤忠太博士的

設計再建而成。

- ◎【鶴岡公園】原為庄內藩主酒井氏之城池，後來作為鶴岡城跡而將此整修成公園。
- ◎【田澤湖】深度423.4公尺，日本最深的湖泊，湖畔山形優美和深藍的湖水相映，神秘優靜的氣氛。田澤湖與台灣的澄清湖為姊妹湖。
- ◎【角館】《陸奧的小京都》保有武家宅邸和古老城鎮，武家屋敷亦是江戶時代築城武士的代表建築之一。
- ◎【武家屋敷】，是江戶時代武士居住之所，保存原來的風貌，於西元1976年時被選定為國家重要傳統建築物群保存地區。
- ◎【千秋公園】充滿綠意與涼意的千秋公園是秋田市民最愛散步的地方，百餘年前園內即種植了上千棵櫻花樹，一到春天，園內櫻花處處開，是賞櫻的著名景點。
- ◎【北上展勝地】東北三大賞櫻名所之一。

第01天

桃園 / 山形空港 - 霞城公園(4月中旬~4月下旬) - 天童溫泉

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

今日集合於桃園國際機場，由專人辦理出境手續後，搭乘豪華客機飛往日本東北地區～山形機場。位於盆地地形的山形空港，約距離山形市區北面約20公里處。抵達後，直接前往【霞城公園】位於山形縣中央東部的山形市是15世紀中葉發展起來的城鎮。霞城公園是觀賞櫻花的有名場所，公園內保留了山形舊城的護城河和石頭牆，從中可以讓人聯想到當時築城的情景。後續接往今晚下榻的飯店休憩，為明日的旅程養精蓄銳。



 **餐食** 早餐：發日幣1,000+機上套餐 午餐：日式料理 晚餐：飯店內用

 **住宿** HOTEL瀧之湯或同級

第02天

飯店 - 松岬公園(上杉神社4月中旬~4月下旬) - 山形鐵道(長井-荒砥) - 途經月山湖 - 山居倉庫 - 飯店

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，前往位於◎松岬公園內，是祭祀上杉謙信公的神社。於大正時期被燒毀，現在的模樣是根據米澤出身的建築家伊藤忠太博士的設計再建而成。在神社前有一個刻著「做了就會」的石碑，這句名言是上杉鷹山的留下的遺訓。

隨後前往★山形鐵道這一段原來是JR東日本長井線，後來1988年（昭和63年）10月25日轉為私鐵山形鐵道經營，並改名為花之長井線，從赤湯到荒砥之間。花之長井線所在的山形縣是上野樹里主演《搖擺女孩》(Swing Girls)的拍攝景點。上野樹里於2004年憑此電影獲得第28屆日本電影金像獎，新人俳優賞及每日電影賞新人賞等殊榮。電影描述日本東北的偏僻鄉村，一群女子高中生意外組成的大樂團練習爵士樂繼而參加比賽的經過。外景拍攝以日本山形縣置賜地方為中心，電影對白也是使用山形縣地區的方言。本片在日本得到許多獎項，且曾在日本連續上映四個月，票房超過兩千萬美金，在日本以外的地區也相當受歡迎。而女主角上野樹里亦因此而成名。

午餐於山形觀光產物館內使用。

午餐後途經月山湖:號稱擁有112m高的日本第一大噴泉。因是這裡是西川町居民飲用水的來源，所以相當受到保護。同時，它也因是西川町的象徵而聞名。這裡到了7月的晚上，會打上燈光，讓人可感受到羅?的氣氛。

隨後前往◎山居倉庫位於流向市內的新井田川旁，有12棟以土倉庫構造蓋成的米倉庫。此處是因於1893年時，為了作為酒田米穀貿易的存放倉庫所建的。有2層式屋簷，內部採防濕氣結構。其中有1棟用來當作展示米的相關資料和農具用品，名為庄內米歷史資料館。此資料館內用影片來介紹米的製作過程。



 餐食 早餐：飯店內用 午餐：和定食 晚餐：飯店內用

 住宿 滿光園或同級

第03天

飯店 - 鶴岡公園(4月中旬~4月下旬) - 最上川泛舟 - 北上展勝地(4月中旬~5月上旬) - 飯店


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◎鶴岡公園:原為庄內藩主酒井氏之城池，後來作為鶴岡城跡而將此整修成公園。這裡至今還留著當時的壕溝及石垣，從這裡還可以感受到當時的藩政時代風情。另外公園內的菖蒲、薔薇等花隨著季節盛開競美。其中以櫻花最有名，入選「全國櫻花名所100選」。

◎最上川泛舟:以山形縣米澤市的西吾妻山為水源，流過米澤盆地、山形盆地、新莊盆地和莊內平原，自酒田注入日本海。作為只流經唯一一個縣的河流，其在日本是第一大河，流域面積佔據山形縣面積的75%，其流域的人口占山形縣人口的八成。據說從8世紀開始這裡因為成為了靠船運而連接起日本海一側和太平洋一側的物資運輸大動脈而繁榮一時。最上川流域因其急流而聞名日本，其獨特的地形孕育出寶貴的自然環境。傳說俳人松尾芭蕉也曾自最上川泛舟而下，用這種方式可以一邊聽著船夫擅長的最上川船歌一邊欣賞隨季節而變幻的壯麗景色。

◎北上展勝地:東北三大賞櫻名所之一，沿著北上展勝地長達4公里的櫻花樹是『日本之櫻~絕景百選』（所謂展勝地即以「櫻並木」稱之，櫻花林緊密排列於道路兩旁，櫻花展開勝景綿延無盡的櫻景，讓人讚嘆不已。【如逢約4月中旬至5月上旬，更有北上櫻花慶典】單單北上川沿岸就有2000多株紅山櫻，而園內約有1萬株的櫻花和10萬株的杜鵑花盛開著花朵，每年4月中旬的「北上櫻花祭」時有民俗表演、鯉魚旗於川上迎風搖擺，是享受北上川最佳時節。



 餐食 早餐：飯店內用 午餐：日式風味餐 晚餐：飯店內用

 住宿 HOTEL志戶平或同級

第04天

飯店 - 田澤湖 - 角館武家屋敷(4月下旬~5月上旬) - 秋田

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

早餐後前往位於以《秋田美女》著稱的秋田縣，參觀號稱日本最深的湖泊◎【田澤湖】，水深423.4M是日本水深第一湖泊。其美景足以令人摒息，是透明潔淨度相當高的湖泊，因此在天晴時，湖面為湛藍色，琉璃湖畔讓您有依依不捨的旅情。湖中金黃色的辰子銅像，姿容妖豔，為山明水秀的田澤湖敘說著古老的傳說。

◎【角館】別號小京都的角館，具有京都的大和風情，棋盤方格般整齊劃一的街道，武家屋敷映襯著柔美粉嫩的枝垂櫻，與檜木內川的櫻花隧道，彷彿遺世獨立的桃花源。流過角館市中心的檜木內川，河堤上種的櫻花大致都是染井吉野櫻種，形成2公里長的櫻花隧道，最密集處在古城橋到內川橋。站在紅色的橫町橋上往上流眺望，特別能看清櫻花隧道壯觀的氣勢，來自各地迎春賞櫻的觀光客川流不息。



 餐食 早餐：飯店內用 午餐：秋田鄉土料理 晚餐：和定食

 住宿 AKITA CASTLE HOTEL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，前往位於秋田市區內緊鄰秋田車站周邊的◎【千秋公園】原本為佐竹藩久保田城舊址，占地廣，擁有832株櫻花的染井吉野櫻花，平常就是當地居民的最愛，一到櫻花季時，更是遊客如織，日本人最喜歡鋪著野餐墊在櫻花樹下吃飯聊天外，還有許多販賣著小吃或遊戲等小攤子可以閒逛，非常熱鬧。

隨後驅車前往機場，搭乘專機返回國門在依依不捨聲中結束此次在東北難忘之旅。



🍴 餐食 早餐：飯店內用 午餐：機上餐點 晚餐：溫暖的家

🏠 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0.21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】

韓國旅遊實用資訊

- 一、**電壓**：100V-220V
- 二、**時差**：韓國較台灣快1小時(台灣時間+1小時)
- 三、**匯率**：1美元約=1000韓幣；1台幣約=35韓幣。(匯率浮動僅供參考)
- 四、**如何撥打電話**
* 韓國手機系統與台灣不同(CDMA)，如有需要請旅客逕行租用手機。
- 五、**氣候**：
韓國四季分明，有多種氣候類型；由於位在東亞季風帶，夏季炎熱潮濕，冬季漫長，乾燥而寒冷。
3-5月氣候溫暖但風有點大，平均溫度約攝氏4度，可穿輕便一點的夾克或毛衣。
6-8月氣候甚熱又乾燥，平均溫度約攝氏26度，可穿短袖襯衫及輕便的褲子與裙子。
9-11月秋季氣候涼爽，平均溫度約攝氏11度，可穿夾克等較輕便的衣物。
12-2月冬季氣候寒冷但有三寒四暖的特色，平均溫度約攝氏0度，應穿著厚夾克、毛衣、圍巾、手套、衛生衣褲。

* 冬天滑雪特別注意：請準備防滑鞋子及雪地上防紫外線太陽眼鏡。韓國乾燥會有觸電的現象，請準備乳液。

六、其他

- 1.韓國對金飾、金錶、項鍊...等金質物品，管制嚴格，如非必要儘量少帶，避免通關手續繁雜，而影響旅遊行程。
- 2.攜帶用品：牙刷、牙膏、拖鞋、香皂、洗髮精、及個人習慣性藥品。
- 3.飯店內行李托運、整理房間等服務人員小費約1000韓幣。

■ 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