



Tour Member Handbook

旅客手冊



團 號： JPN140124C
行程名稱： 華航廣島PAK—山陰山陽六日(2014新春版)
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

華航廣島PAK—山陰山陽六日(2014新春版)

* 行程特色

- 1.【出雲大社】神話故鄉眾神國度，創建於日本神話時代，主祭神為教人以和為貴、禪讓國度聞名的「大國主大神」，祈求好緣參拜者終年不斷。
- 2.【松江城】「堀尾忠氏」建於1611年，別名『千鳥城』，日本政府指定的『國家史蹟』兼『水鄉』松江市之象徵。江戶時代出雲地方松江藩的政治經濟中心，現則以『松江城山公園』成為日本知名的觀光名勝之一。
- 3.【由志園】飄浮在中海的花島。山陰規模最大的池泉回遊式日本庭園，能夠欣賞牡丹園和各四季盛開的花朵。

4.【**平和紀念公園**】是為了供奉喪生於原子彈攻擊的犧牲者和祈求永久的世界和平所建的市民公園。

5.【**足立美術館**】館長「足立全康」以著名美術家「橫山大觀(第一屆文化勳章得主)」的近代日本畫作為首，結合無數陶藝、雕刻、蒔繪、童畫等魅力收藏品，開創於昭和45年。〔庭園〕2003年以來，連續八年獲美國『日本庭園專門誌(JOJG)』評選為「庭園日本第一」，得法國旅遊書刊『MICHELIN Guide Blue Japan』鑑定為「三星」殊榮。

6.【**宮島**】就被視作神島受到人們的崇敬。正是由於受到了這種信仰的不斷薰陶，使得嚴島神社和很多社寺的獨特的文化以及神聖的自然得以保存。

7.【**嚴島神社**】推古天皇元年(593年)創建，日本三景之一兼世界文化遺產。現在的社殿乃「平清盛」於平安時代末期(1168年)築造完成，其架構在海上的獨創性大膽配置，加上平安時代寢殿樣式之極致建築美，為日本屈指可數、眾所皆知的著名神社。

8.【**AEON MALL**】，佔地81000平方尺，約200家的商店及美食街、影城。

9.全程採用日本合法營業綠牌車，以保障您旅遊之安全。

10.全程輕鬆旅遊無壓力，讓您旅遊度假玩得最高興。

第01天

桃園國際機場/廣島空港

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

桃園國際機場集合，由專人協助辦理出境手續，搭乘豪華客機飛往日本廣島機場。平安抵達後專車接往飯店，辦理完住宿登記手續，養精蓄銳一夜好眠，準備展開這場創造回憶的廣島之旅。

 **餐食** 早餐：X 午餐：X 晚餐：機上精緻料理+拉麵

 **住宿** 廣島空港飯店或同級

第02天

廣島/三景園/平和公園/宮島嚴島神社(世界文化遺產)/錦帶橋/千代田

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

【**三景園**】為了廣港空港設立紀念而建設的庭園景色，造園景色有山景、海景，是隱藏在三原市內美麗的景色。

【**平和公園**】是為了供奉喪生於原子彈攻擊的犧牲者和祈求永久的世界和平所建的市民公園。日本國家史跡，世界文化遺產。原爆圓頂遺址：1996年被登錄為世界文化遺產。它的前身是「廣島縣產業獎勵館」，經歷了原爆事件之後，為了向世界進行廢除核武的訴求，推廣追求永遠和平的理念，而成為和平祈願的象徵。

【**嚴島神社**】推古天皇元年(593年)創建，日本三景之一兼世界文化遺產；而所謂日本三景名稱，乃源自『日本國事跡考』中「林春齋」所述：『松島、天橋立、嚴島，乃三處奇觀也』。現在的社殿乃「平清盛」於平安時代末期(1168年)築造完成，其架構在海上的獨創性大膽配置，加上平安時代寢殿樣式之極致建築美，為日本屈指可數、眾所皆知的著名神社。背後翠綠的彌山山巒及面前瀨戶內海的碧水，襯托出朱紅色蜿蜒迴廊的社殿，當漲潮時彷彿漂浮在海面上一座美觀的龍宮城。再則神社的平舞台，與大阪四天王寺、住吉大社的石舞台，並稱日本三舞台。

【**錦帶橋**】寬幅五公尺全長193.3公尺橫跨錦川的五連式拱橋，日本三名橋兼三奇橋之一，最早是由第三代岩國藩主「吉川廣嘉」造於1673年。河岸3000櫻木每遇春暖花開時期，彷彿後宮三千佳麗粉墨登場，爭奇鬥艷美不勝收。

 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：宮島風味料理 晚餐：飯店內會席料理或日式料理

 **住宿** 廣島北溫泉飯店或同級

第03天

千代田/雪場戲雪體驗/出雲大社(最古大社造神社建築樣式/日本國寶)/松江城(日本國家史蹟)/松江掘川遊船/玉造溫泉(美肌姬神之湯)

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

【**雪場**】讓您盡情享受玩雪樂趣也可堆雪人打雪仗。

【**出雲大社**】創建於日本神話時代，主祭神為教人以和為貴、禪讓國度聞名的「大國主大神」，祈求好緣參拜者終年不斷。與眾不同獨樹一格的作法有二：一為擊掌拍手四下~希望擁抱幸福(shi a wa se)；一為銅板往上擲入「大注連繩」縫隙~即可心想事成。

【**松江城**】「堀尾忠氏」建於1611年，別名『千鳥城』，日本政府指定的『國家史蹟』兼『水鄉』松江市之象徵。江戶時代出雲地方松江藩的政治經濟中心，現則以『松江城山公園』成為日本知名的觀光名勝之一。

【安排搭乘傳統屋形船的遊覽船】在大約50分鐘的航程中，順著河道時而穿梭民居、時而鑽過樹林。除了可以穿越16座各具特色的橋梁、沿途欣賞悠閒的水都風情之外，還可以細聽船伕講解四周風景的歷史與隨心所欲的高歌日本民謠。最特別的是從河面上眺望松江城，別有一番風味，兩岸垂柳更是搖曳生姿。護城河全長約3.7公里。遊覽船到了冬天會準備暖爐桌。

第04天

玉造溫泉/足立美術館(米其林法國旅遊書刊鑑定三星級日本第一庭園)/由志園(出雲路牡丹箱庭)/鬼太郎水木茂紀念館/鬼太郎列車/青山剛昌故鄉館(名偵探柯南作者之故鄉)/三朝溫泉



符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

【足立美術館】連續五年被庭園雜誌評選第一，在這裡可以同時欣賞到日本庭園和美術品，13000坪的面積，以出雲得天獨厚的自然為背景，隨著四季的變化呈現在我們眼前，由其是每個窗戶經由刻意的設計每當望出去的時候彷彿都是一幅畫。美術館內陳列有近代日本畫家、橫山大觀等大師的級的畫作、陶瓷、彫刻、泥金畫等作品。

【由志園】是一個環繞著寬廣的池林湧泉，庭木、鋪石、瀑布以及石刻燈籠等陳設出別出心裁的迴遊式庭園，牡丹之館內讓您整年都有機會觀賞到牡丹花的盛開、冬天的寒牡丹也是難得一見的景致。

境港是漫畫【鬼太郎爸爸的故鄉】所說的爸爸，就是創造出鬼太郎家族的水木茂先生。鬼太郎漫畫的受歡迎程度是連日本天皇也頒發勳章給水木茂，【水木茂紀念館】內詳盡地介紹了鬼太郎家族：小茂的家、妖怪公寓、妖怪世界...，參觀了紀念館後才更對這位斷臂畫家敬佩。水木茂大道是以風靡日本的漫畫「咯咯的鬼太郎」裡登場的妖怪為主題的商店街，於1993年建設完成。這段總長約800公尺的道路，共有110隻以上的妖怪銅像排列在道路左右。另外比較特別的，是只有這裡才買得到的妖怪紀念品、妖怪街燈、妖怪郵筒、妖怪神社等，整條街充滿了不可思議的妖怪氣氛。

【超人氣的漫畫天地名偵探柯南的作者青山剛先生故鄉】北榮町：柯南大橋：是位於日本的鳥取縣東伯郡大榮町，這座橋全長約70公尺，於1999年12月23日正式開始通行。據說這座橋上的許多立體雕刻都是由青山先生親自監督完工的，這座柯南大橋上有許多值得一看的立體雕刻，像路燈、橋上牆壁的浮雕、長椅、橋面...到此地的人要仔細看唷。

 餐食 早餐：飯店內用 午餐：庭園特色料理 晚餐：飯店內溫泉會席料理
 住宿 三朝溫泉依山樓岩崎或同級



第05天

三朝溫泉/倉敷美觀地/倉敷AEON MALL/千光寺/三原

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

【倉敷美觀地】位於岡山縣岡山平原的西部，是作為物資集散地發展起來的城鎮，開發於距今大約350年前的江戶幕府時代，日本江戶時期初期的日本寬永19年(1642年)被江戶幕府指定為直轄地，曾一度依靠流經此地注入瀨戶內海的倉敷川發展船運業，成為米、鹽、棉花等物資集散地，運貨的船隻絡繹不絕，盛極一時。作為物資流動的中轉站，隨著儲藏貨物的倉庫的增加，四處興建一座座富商優雅的住宅。因為倉庫數量之多，使的這地區而得「倉敷」之地名。由於這裡仍然保留著18至19世紀建造的85座米倉和昔日的遺跡因此被指定為國家的重要傳統的建築物群保護地區，成為倉敷市不可分割的一道風景。

【千光寺】創建於大同元年(806)歷史悠久的古剎，原為西國寺的末寺，奉祀著十一面觀音本尊，為佛教真言宗的寺廟。但此寺的另一魅力，在於從山頂纜車站下之建在斜坡面上的朱紅色鐘樓、大悲閣、護摩堂等處，從這裡觀賞尾道市區與尾道水道風光為最佳展望點，也是最有人氣之處。



 餐食 早餐：飯店內用 午餐：日式料理 晚餐：飯店內會席料理或日式料理
 住宿 賀茂川莊或同級 (*賀茂川莊為日式庭園式旅館,但房間內無浴室,盡請注意)

第06天

廣島/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

配合回程航班時刻表，專車前往廣島機場。在一片互道珍重再見聲中，快樂出門平安回家；團體圓滿結束，留下美好回憶。

 餐食 早餐：飯店內用 午餐：X 晚餐：X
 住宿 甜蜜的家

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項，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. 貴重要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