上 市



# Tour Member Handbook



號: JPN190210

行程名稱: 海之京都、丹後半島天橋立五日遊

集合時間: 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

# 海之京都、丹後半島天橋立五日遊

#### \* 行程特色

海之京都在京都以北的延日本海的150公里區域,有不可錯過的美景,如舞鶴港紅磚倉庫、日本三景之一的天橋立、伊根海上舟屋、京 都美山町合掌村及丹後半島等,有著豐富的自然景觀,以及日本海所帶來的美味海產,體會「海之京都」的多元魅力。

#### ■嚴選特殊景點■

【美山町茅草屋之里】在美山町的茅屋之里散步·感受江戶時代遺留至今的原汁原味的日式村落風貌。

【天橋立傘松公園】天橋立位於天橋立在京都府西北地方的丹後半島地區的宮津灣內,主要特色就是一道長約三公里、寬約40-100公尺的沙洲,沙洲長滿了八千多棵的古松將海灣隔開,走在沙洲上可以看到兩側都是海,古松夾道海潮聲響,是日本三景之一。

【天橋立纜車】搭纜車登高前往俯視天橋立的觀景台·可觀賞到天橋立「斜一文字」景觀。用「跨下望」(是指彎腰從兩腿之間望向後方的動作)望向天橋立的話·天橋立會像是架在天上的橋一樣。

【伊根船屋】丹後伊根灣內,濱海的一排漁村,就有如一幅十分美麗的風情畫,景色別緻,叫人感動,建構出特有的古老船屋特色,也被選為「全日本最美麗的十八個村莊」之一,被列為受保護的傳統建築物群,保留住這份獨特的美麗。

【不進免稅店】本行程不進免稅店,以保留更多的時間觀光旅遊。

■嚴選飯店特色■

琵琶湖萬豪飯店 Lake Biwa Marriott Hotel:琵琶湖萬豪網址 http://biwako-marriott.com

斬新的琵琶湖萬豪飯店是Marriott國際連鎖飯店在日本的又一佳作‧地處日本第一大湖「琵琶湖」畔‧以湖為創意設計的274間客房‧ 舒適而兼具功能性。挑高氣派的大廳及設計時尚新穎的客房‧請您盡享深受全世界喜愛的萬豪國際化接待服務‧度過一段美妙旅程。

湯村溫泉~朝野家Asanoya: 朝野家網址 http://www.asanoya.co.jp/

位於湯村溫泉的高地位置,由於朝野家族原是武士家族出身,所以將飯店外觀建成像城堡的樣子,是繼承桃山時代的文化傳統的城堡旅館,到達時會提供抹茶及和菓子去迎接每位客人。館內佈滿各式各樣的花卉,以及日本文化三道(茶道、華道、香道)誠心款待每位客人。更備有庭園風露天溫泉,為您洗去平日的身心疲勞。

# 第01<sub>天</sub>

桃園國際機場 / 大阪關西國際機場 / 琵琶湖 Pieri 守山 / 琵琶湖 (日本最大的湖)

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搭乘豪華客機飛往日本大阪關西國際機場。

抵達後前往位於琵琶湖畔的®【 Pieri 守山 】,是全新開幕的大型購物中心,集合了將近200家以上得特色店舖包括服飾、雜貨、飾品、書店、餐廳及生鮮超市等等是滋賀縣內最大規模的購物中心。

夜宿琵琶湖畔·琵琶湖位於滋賀縣的中心·佔滋賀縣面積的六分之一·湖面積約670.25平方公里·為日本最大的湖·因形狀似琵琶·所以稱做琵琶湖·也因為湖面一望無際·所以自古以來也稱為淡海或近江的海。

₹ 餐食 早餐:X午餐:機上餐點 晚餐:飯店內用餐

← 住宿 HOTEL琵琶湖 PLAZA或大津王子飯店或同級

# 第02天

飯店/比叡山延曆寺/京都美山町合掌村(茅草屋之里)/舞鶴紅磚倉庫群漫步/飯店

符號表示:★表含門票◎表下車參觀 未標示者表行車經過

- ★【比叡山延曆寺】·建於比叡山上·佔地廣闊·是天台宗總本山·有著許多重要的寺廟佛堂·其中尤以根本中堂最具代表性。平成6年 (1994年)被列為世界文化遺產·平成27年(2015年)入選為日本遺產。「根本中堂」由佛教祖師創建·史稱一乘止觀院。相傳堂中的如來佛象由祖師親身雕刻而成。佛像前的不滅的法燈自西元1200年前點燃以來·從未熄滅過。
- ◎【美山町合掌村~茅草屋之里】·位於京都南丹市美山町的茅草屋部落·有純樸傳統的農村風景·有50戶傳統農家建物·其中有38戶仍是使用茅草或芒草建造屋頂的傳統房子。美山町四季皆美·散步村內也能感受村莊的靜謐·每個季節造訪合掌村都有美景欣賞·已經列為日本國家重要傳統建築物群保存地區。
- ◎【舞鶴紅磚公園】·位於京都府北部·靠日本海側·是著名的軍港港灣都市·1901年日本海軍在舞鶴設立舞鶴鎮守府(海軍軍事基地) ·現在是日本海上自衛隊的駐紮基地!後為了軍需在此建蓋了許多紅磚建築倉庫·戰後這些建築依然好好的保存了下來·偶有舉辦藝文 活動·被指定為國家重要文化財·於2012年開始開放參觀·紅磚、草皮、藝文的FU最適合外拍·也獲得許多日劇取景的青睞。
- 餐食 早餐:飯店內用午餐:日式風味料理晚餐:飯店內自助餐
- ← 住宿 メルキュール京都宮津リゾート&スパ或同級

# 第03<sub>天</sub>

飯店 / 「日本三景」~天橋立(上下搭乘纜車)~傘松公園展望台/伊根船屋(搭乘觀光船欣賞有如飄浮在海上的船屋)/湯村溫泉(中心地~荒湯溫泉街)/飯店

符號表示:★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

◎【天橋立】·位於日本京都府北部的宮津市宮津灣·是一個特殊的自然景觀·因為地殼的推擠作用·在海上形成一個沙洲地形·被日本人譽稱為丹後之天橋立·其與安藝之宮島及陸奧之松島共同被稱為「日本三景」。搭乘著名的【天橋立纜車】隨著高度緩緩爬升·天橋立全景也慢慢盡現眼前。

- ◎【傘松公園展望台】位於成相山山腰上,是可將天橋立周邊美景盡收眼底的最佳地點,站在著名的 ( 胯間展望台 ) 灣下腰由兩腿之間看出去,讓天幕與海面顛倒過來,天橋立彷彿是-條在空中騰雲駕霧的飛龍,又像是一座從天而降的一字橋,您可以讓想像力自由奔馳,靜心觀察大自然優美絕妙的巧奪天工。
- ★【伊根船屋】位於丹後半島東側的伊根町,為了出海捕魚之便,沿著海灣周圍5公里約有 230棟的船屋林立,棋盤式建造方式,漲潮時房屋彷彿飄浮在海上,為日本非常獨特且稀有的景觀,今日搭乘觀光船出海去觀賞。
- ◎【湯村溫泉】,是位於兵庫縣美方郡新溫泉街的溫泉,是848年被發現的有歷史的溫泉。源泉有"荒湯"之稱,以每分鐘470 L的速度 湧出98度的溫泉,是日本屈指可數的高熱的溫泉。1981年成為了NHK播放的電視劇《夢千代日記》的外景地。溫泉街的中心流著春來 河水,沿著河邊設有足湯,很多遊客一邊眺望著眼前的河流一邊泡足浴,悠閒地度過時光。
- 餐食 早餐:飯店內用午餐:松井物產日式海味定食晚餐:飯店內日式會席料理
- 住宿 湯村溫泉 朝野家或同級

# 第04<sub>天</sub>

飯店/姬路城/有馬温泉老街/神戶市/飯店

符號表示:★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

- ★【姬路城】·是代表日本近代城郭的古城·因為其美麗的白色漆城牆·型態優美·彷彿展翅的白鷺所以也被稱為白鷺城。姬路城、熊本城及松本城同稱日本三大名城·姬路城也和松山城、和歌山城合稱日本三大連立式平山城。因為保持著築城時的風貌·所以也被稱為「天下名城」或是「日本第一名城」。由於整座城外觀又白又美·許多古裝連續劇和古裝電影在此拍攝外景。
- ◎【有馬温泉老街】·位於神戶的「有馬溫泉」是日本三大古溫泉之一·與和歌山縣的「白濱溫泉」及愛媛縣的「道後溫泉」齊名·另外還與岐阜縣的「下呂溫泉」及群馬縣的「草津溫泉」並列為日本三大名湯。不但如此·日本著名的歷史人物豐臣秀吉也常愛來此泡湯療養·其泉質之佳與名氣之高·非常值得一遊。泉水可以分為含鐵量高的「金泉」·以及或含碳酸的「銀泉」 三種療效泉質。溫泉街上有美食小吃.還有伴手禮和紀念品可以買,古色古香的景色超有懷舊感,很值得花點時間慢慢逛上一圈。像是炭酸煎餅、碳酸汽水、松茸昆布、佃煮、溫泉饅頭…等都很有在地特色,您可以自費自由購買品嚐。
- 🬇 餐食 早餐:飯店內用 午餐:日式風味料理 晚餐:百匯自助餐
- ← 住宿 神戶美麗堅公園東方酒店或神戶大倉飯店或同級

# 第05天

飯店/關西臨空城 RINKU PREMIUM OUTLETS/關西國際空港/台北

符號表示:★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

◎【關西臨空城 RINKU PREMIUM OUTLETS 】·位於機場附近的大型RINKU PREMIUM OUTLETS·集合了 160 間國際及日本品牌店舖 ·提供知名品牌·優質的優惠·其中包括各類的豪華商品、設計師及流行商店·它們代表了時尚與宜室宜家·你可以在此享受高品質購物。

集合之後·帶著滿滿豐富精采的回憶·驅車前往大阪關西國際機場·搭乘豪華客機飛台灣·在親朋好友的歡迎下·結束此趟愉快的日本之旅。

🜇 餐食 早餐:飯店內用 午餐:機上餐點 晚餐:溫暖的家

▲ 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<mark>班機起飛前二小時</mark>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人、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。

#### 万、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、凡事以團體為優先並相互合作、幫助、發揮團隊精神,若有服務不問之處,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·大部分地區的兩季約在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<mark>護照自帶</mark>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<mark>您的護照或簽證等相關旅行文件..</mark>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)	口簽證	口出境證
□機票	口旅遊行程手冊	□各地旅遊參考資料
□ 外幣零用金	口信用卡	□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	口襯衫、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)	□摺傘或輕便兩衣	
□太陽眼鏡、防曬乳液	□遮陽帽		
個人用品			
□ 梳子、髮油	口刮鬍刀、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	口水壺	口吹風機	
□ 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)	口零食	口紀念品	
□ 親友請託購物品清單	口休閒雜誌	口筆	

Have a nice trip 旅途愉快

