



# Tour Member Handbook 旅客手冊



團 號： TLL240627  
行程名稱： 泰愛華欣 丹能水市場 海景下午茶 按摩泰享受 5天(全程無購物)  
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

### 泰愛華欣 丹能水市場 海景下午茶 按摩泰享受 5天(全程無購物)

#### \* 行程特色

曼谷華欣五日遊，沉浸於無盡魅力之中！

華欣曼谷旅遊，結合城市活力與海灘寧靜，是一段豐富多彩的假期。在曼谷，您可以觀賞大城市的蓬勃、品味道地美食，並體驗JODD FAIRS喬德市集的繁華。在華欣，您將沉浸於金色沙灘，感受海風輕撫，同時探索美功鐵道市集、丹能莎朥水上市場和駱駝共和國的特色。在浪漫的海景咖啡廳，享受下午茶，並參觀華欣火車站感受歷史氛圍。曼谷的古宮拷汪宮和水中屋網美咖啡廳，以及Health Land

JX 745 台北TPE/曼谷BKK 1350-1640

JX 746 曼谷BKK/台北TPE 1740-2230

\*請注意,行程會略因航班時間而前後順序調整.依照最後航班為主,謝謝

## 第01天

桃園TPE→曼谷BKK 四面佛祈福+周邊商圈自由逛-曼谷最夯JODD FAIRS喬德市集

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

**四面佛 (Erawan Shrine)** 是位於泰國曼谷市中心的一個知名宗教聖地，被認為是保佑著城市和居民的神祇。四面佛位於曼谷市中心的錦繡大道 (Ratchaprasong Intersection) 附近，鄰近許多著名的購物中心和飯店。四面佛的正式名稱是「泰國大城和曼谷的守護神」，被尊稱為「陀耶瑪哈拉賽」。它是四面形象的神祇，代表著慈悲、幸運、保佑和祝福。四面佛的四個面向分別代表著不同的護佑，包括事業、財富、健康和人際關係。四面佛的傳說起源於1956年，當時在興建錦繡大道的工程中屢次遭遇意外。為了化解厄運，當局決定建造一座佛像，以祈求保佑，隨後工程順利進展。因此，四面佛成為了一個重要的祈福聖地，吸引著無數的信徒和遊客前來參拜。參拜四面佛的習俗是將香、花、水果、金箔等供品奉獻給神像，然後輕輕拍打佛像，表示自己的祈求。此外，也可以購買各種祈福的紀念品，如金箔、香火等，來表達自己的虔誠。

曼谷四面佛周邊有幾個知名的商圈和百貨公司，提供了購物、用餐和娛樂的多種選擇。以下是幾個您可以在參拜四面佛後探索的周邊商圈：

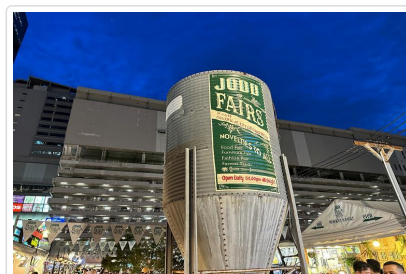
1. 錦繡大道 (Ratchaprasong Intersection)：這個地區是四面佛的所在地，同時也是曼谷最繁忙和現代的商業區之一。您將找到許多高級百貨公司和購物中心，如CentralWorld、Gaysorn Village和Siam Paragon。這些購物中心充滿了國際品牌、時尚潮流，以及各種餐廳和娛樂設施。
2. Siam區：Siam區是曼谷最具代表性的購物區之一，附近的購物中心包括Siam Center、Siam Discovery和Siam Paragon。這些購物中心以其時尚的設計和多樣性的品牌而聞名，您可以找到從國際高級品牌到本土設計師品牌的各種商品。
3. MBK中心：位於四面佛附近的MBK中心是一個大型購物中心，以其多樣性和實惠的價格而受歡迎。您可以在這裡找到各種商品，包括服裝、手機、電子產品、手工藝品等。
4. CentralWorld：這是亞洲最大的購物中心之一，擁有數百家商店，提供了廣泛的選擇，從時尚服飾到家居用品。此外，CentralWorld還有許多餐廳、咖啡館和娛樂設施，是一個集購物和休閒娛樂於一身的場所。

這些商圈和百貨公司均位於四面佛附近，為您提供了豐富的購物和用餐選擇。無論您是追求時尚潮流、尋找特色商品，還是享受美食，這些地方都能滿足您的需求。

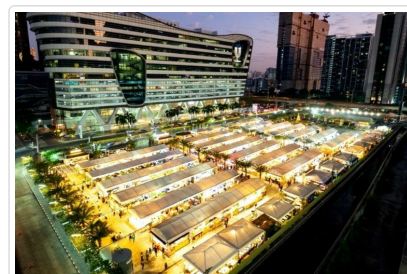
**JODD FAIRS (喬德市集)** 是曼谷一個極具時尚、藝術和創意氛圍的市集，吸引了許多遊客和本地居民前來探索、購物和享受獨特的體驗。JODD FAIRS位於曼谷市中心，鄰近錦繡大道 (Ratchaprasong Intersection) 和Siam區，交通便利，可以輕鬆到達。以融合時尚、藝術和創意為特點，匯聚了來自不同領域的設計師、創意品牌和藝術家的作品。在這個市集中，您可以找到獨特的時尚服飾、手工藝品、設計商品、藝術作品，以及各種具有創意的精品。JODD FAIRS注重推廣本土設計師和藝術家的作品，為他們提供了一個展示才華和創意的平台。這使市集的商品更具個性和獨特性，讓您有機會購買到獨一無二的商品，或是與設計師直接交流。




四面佛



JODD FAIRS (喬德市集)



JODD FAIRS (喬德市集)

 餐食 早餐：X 午餐：機上套餐 晚餐：Savoey 泰式料理餐廳(餐標350/人)

 住宿 MADISON BANGKOK

## 第02天

曼谷-華欣 美功鐵道市集-丹能莎朵水上市場(含搭乘電動船) -駱駝共和國(含餵羊體驗+飲品一杯)-CICADA週末市集(若遇平日前往華欣夜市)

**美功鐵道市集 ( Maeklong Railway Market )** 是一個獨特的市集，位於泰國曼谷以西約72公里的美功省 ( Samut Songkhram )。美功鐵道市集是一個位於火車軌道旁邊的市集。市集的攤位和商店分佈在火車軌道兩側，當火車靠近時，攤位會迅速撤離，火車穿過市集，然後攤位又會迅速擺回原位。美功鐵道市集上的火車線是泰國鐵路的一部分，每天都有幾班火車經過。火車的到來時刻已經成為市集的一個熱門觀光活動。遊客可以在火車到來前散步於市集，然後在火車駛近時觀察攤位迅速撤離的景象，讓火車順利通過，然後再看到市集恢復正常。在美功鐵道市集，您可以找到各種當地的食物、水果、蔬菜、海鮮等商品。市集提供了豐富的食物選擇，讓您品嚐到當地的美味。此外，您還可以在市集尋找紀念品、手工藝品和其他商品。

**丹能莎朵水上市場 ( Damnoen Saduak Floating Market )** 是泰國曼谷以外最知名的水上市場之一，位於曼谷以西約100公里的丹能莎朵區 ( Damnoen Saduak )。丹能莎朵水上市場坐落於一個迷人的水道系統中，您可以看到船隻來往穿梭，攤位位於小船上，形成一個彷彿漂浮在水面上的市場。這種獨特的環境賦予市場一種獨特的魅力，讓您能夠在浪漫的水上環境中購物和品味美食。在丹能莎朵水上市場，您可以找到各種各樣的商品，包括手工藝品、服裝、飾品、紀念品等。此外，市場也以其豐富的食物選擇而聞名，您可以品嚐到地道的泰國美食，如炒米粉、炸春卷、糯米糕等，都是由攤販現場製作的。

**華欣駱駝共和國 ( Hua Hin Camel Republic )** 是一個位於泰國華欣的主題公園，以其獨特的主題、豐富的娛樂項目和特色活動而受到遊客歡迎。華欣駱駝共和國是一個集合了不同主題的主題公園，以駱駝為主題，同時還融入了娛樂、冒險和互動元素。這個公園結合了寵物動物園、遊樂設施、表演和休閒娛樂，為遊客提供了一個多元化的旅遊體驗。

**CICADA週末市集**是泰國華欣的藝術與手工藝市集，匯聚藝術、音樂、美食，週五、週六晚上限時開放。市集展示當地和國際藝術家作品，許多攤位現場創作。觀賞音樂表演，品味美食，體驗創意氛圍。



美功鐵道市集



丹能莎朵水上市場



CICADA周末市集

**🍴 餐食** 早餐：飯店內 午餐：丹能米粉湯風味合菜(餐標300/人) 晚餐：ChomView Seafood泰式海鮮餐(餐標500/人)

**🏠 住宿** Radisson Resort & Spa Hua Hin或同級

## 第03天

華欣★盡情享受悠閒華欣早晨(自由享受飯店設施)□-Bluport Hua Hin海洋購物中心-□□浪漫海景咖啡廳下午茶(兩人一套)-華欣火車站

**Bluport Hua Hin海洋購物中心**是泰國華欣的時尚購物中心，集時尚品牌、美食、娛樂於一身。擁有國際與本地品牌，提供豐富選擇。兒童遊樂區、電影院等娛樂設施，適合全家享受。多種餐廳和美食街，品嚐多國美食。舉辦時尚文化活動，加強購物體驗。位於市中心，靠近海灘，方便抵達。

**浪漫海景咖啡廳下午茶**在這浪漫的海景咖啡廳，下午茶成了一場愉悅的奢華體驗。你坐在舒適的座位上，輕輕的海風輕撫著你的臉龐，遠處的海浪輕拍著沙灘，營造出一種寧靜和浪漫的氛圍。茶點盤中，色彩繽紛的小甜點、精緻的餅乾和水果，美不勝收。優雅的茶壺散發著淡淡的香氣，讓你感受到一份愉快的期待。一杯精心沖泡的香濃咖啡或香濃的茶，讓你沉浸在美味的享受中。

**華欣火車站**是泰國華欣地區的古老火車站，建於泰國拉瑪4世時代，保留了濃厚的懷舊風情。這個歷史悠久的火車站是華欣的標誌性景點之一，吸引著遊客和鐵道愛好者。火車站的建築保持著古老的特色，有著木質結構和優雅的設計。在站內，您可以看到保存完好的古老時鐘塔，以及綠意盎然的庭院，營造出寧靜愜意的氛圍。站內也有一些小型的紀念品店，供遊客購買紀念品和手工藝品。附近的街道和小巷也充滿了餐廳、小吃攤和小店，供遊客品嚐當地美食和購物。您可以在這裡嚐到各種風味的泰國小吃，以及新鮮的水果和海鮮。



Bluport Hua Hin



下午茶



華欣火車站

**🍴 餐食** 早餐：飯店內 午餐：方便自由活動;敬請自理 晚餐：AIR SPACE 創意泰式料理咖啡廳(餐標500/人)

## 第04天

華欣 拷汪宮(搭乘纜車體驗)-曼谷- 水中屋網美咖啡廳Manpai Sainam Cafe & Restaurant-♀Health Land泰式按摩兩小時-河畔地標ICONSIAM暹羅天地

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

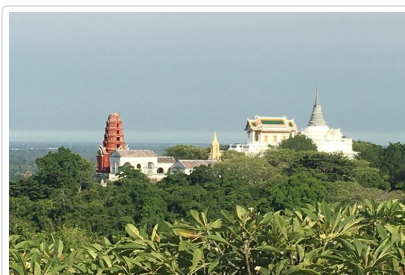
**拷汪宮 (Kawang Palace)** 位於泰國南部南邦府，是一處具有深厚歷史和文化價值的寺廟。它被認為是南邦府的宗教和文化中心，以其精美的建築和宗教活動而聞名。寺廟建築融合了泰國傳統的佛教建築風格，包括寺廟大殿、佛塔和講堂，這些建築都飾以華麗的彩繪和雕刻，彰顯泰國藝術之美。考汪宮也是當地居民的信仰中心，每年舉行多種佛教儀式和宗教節日，吸引信徒和遊客參與。參觀者可以在這裡感受到莊嚴的宗教氛圍，同時欣賞寺廟的建築藝術。

**水中屋網美咖啡廳Manpai Sainam Cafe & Restaurant** 進入這個網美咖啡廳，彷彿步入馬爾代夫水上屋的夢幻世界。咖啡廳仿佛漂浮在清澈的水面上，環繞著潺潺的水聲，營造出奢華的度假感。坐在舒適的座位上，可以俯瞰蔚藍的水景，靜靜欣賞陽光照射下水面的光影交織。

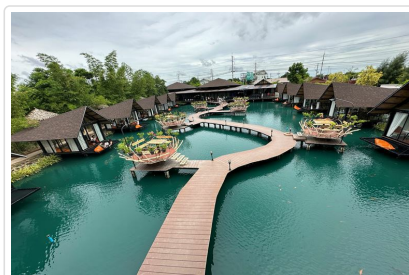
<https://www.facebook.com/people/Manpai-Sainam-CafeRestuarant/100081770051609/>

**Health Land泰式按摩兩小時** Health Land是泰國著名的健康和水療中心，其泰式按摩為您提供了一次身心靈的療癒之旅。兩小時的Health Land泰式按摩是一種極具放鬆效果的療程，讓您徹底放鬆並恢復活力。在典雅的環境中，您會被熟練的按摩師使用古老的泰式按摩技巧療癒身體。這種按摩以壓力、拉伸和按摩結合，有助於促進血液循環，緩解肌肉緊張，舒緩壓力。按摩師會根據您的需求和偏好，針對不同部位進行專業的療程。

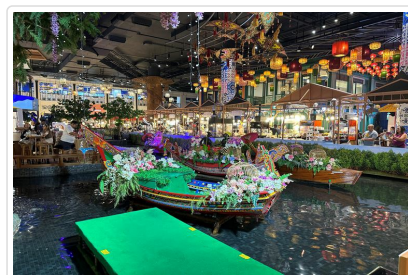
**ICONSIAM 暹羅天地購物中心**Siam Paragon所屬的Siam Piwat集團斥資超過540億泰銖大手筆打造的全新購物中心，除了最吸睛的將泰國特色水上市場搬進百貨公司內，購物中心內更是祭出了豪華電影院、國際品牌專櫃、在地泰國品牌專櫃、全球各地爆紅咖啡廳、美食餐廳，甚至想買3C用品、泰國居家雜貨、超市掃伴手禮都可以在Iconsiam一次滿足，可以說是近年來最強、最有設計規畫性的商場。ICONSIAM於2018年底正式開幕，獨特透明的建築外窗，據說是世界最長無柱玻璃幕牆，光外觀就非常吸睛。而讓大家趨之若鶩、相機拍不停的室內水上市場，則是百貨一進來的G層「Sooksiam」，從美食、服飾、名產，到藝術文化，融合泰國4大區、77個省份的文化特色，逛個百貨公司也能體驗泰國在地風情，真的是來曼谷必逛啊！



拷汪宮



水中屋網美咖啡廳



ICON SIAM

**餐食** 早餐：飯店內 午餐：水中屋網美咖啡廳(餐標500/人) 晚餐：韓式火鍋吃到飽+飲料無限暢飲(餐標300/人)

**住宿** Centra By Centara Hotel Bangkok Phra Nakhon

## 第05天

曼谷-Siam Premium Outlet-曼谷BKK→桃園TPE

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

在曼谷的最後一個早晨，輕鬆愉快地享用完飯店早餐，去 **Siam Premium Outlet** 商圈最後血拚~下午導遊將會前往飯店接送賓客至機場，結束這五天的快樂之旅

**餐食** 早餐：飯店內 午餐：城市綠洲 B.400 晚餐：機上簡餐

**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](http://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。



1. 當地海關對於攜帶入境的外幣沒有最高金額的限制。
2. 任何旅客入境新加坡前6日若曾停留於黃熱病流行區應出示疫苗接種證明。
3. 當地政府致力於保持市容清潔，亂丟垃圾將受重罰，亦全面禁售，禁食口香糖。
4. 行人於行人穿越道，天橋或地下道50公尺內穿越馬路得處以罰金。
5. 香菸完全沒有免稅額度，每包進口香菸均需課稅，倘私自攜帶入境而被查獲，最高可罰新幣10,000元 (折合新台幣236,700元) 或有期徒刑。

### 印尼旅遊

1. 印尼是世界主要的回教國家之一，應尊重當地特有風俗。
2. 印尼人以握手為禮，不可用左手拿東西給人或接受人給予。

### 馬來西亞旅遊

1. 馬來西亞為回教國家，對女性態度謙恭，尊重這些傳統道德，對馬來西亞人而言非常重要。
2. 動植物、種子須取得有關單位許可才可攜入。
3. 攜帶應課稅物品入境如錄影配備，須繳付抵押金，離境時可退還。
4. 觀賞熱帶雨林動植物自然生態及叢林，請勿破壞自然環境及餵食動物。

## ■ 旅遊實用資訊

### 東南亞旅遊

#### 一、電壓：220伏特(Volt)，插座與台灣不同(電器充電請自行準備萬用插頭及變壓器)

泰國：兩腳扁型、三孔型(一圓+兩扁孔)

馬來西亞：三角扁型

新加坡：三角扁型

印尼：雙腳圓型

菲律賓：兩腳扁型、三孔型(一圓+兩扁孔)

越南：兩腳扁型、雙腳圓型

#### 二、時差：

1. 泰國、越南、柬埔寨：-1小時
2. 印尼：西印尼-1小時、東印尼+1小時、中印尼(峇里島)無時差
3. 馬來西亞、新加坡、汶萊、菲律賓：無時差

#### 三、匯率：

1 泰銖約=新台幣1元 (僅參考，請以當地銀行為準)

1 馬幣約=新台幣9.77元

1 印尼盾(盧比)約=新台幣0.0034元

1 新加坡幣約=新台幣22元

1 披索(菲律賓)約=新台幣0.77元

1 越南盾約=新台幣0.0014469元

1 汶元約=新台幣20元

1 里耳(柬埔寨)約=新台幣0.008元

\*各國際機場的班機出入境處都有兌換外幣的服務，如在國外兌換需準備美金以利兌換。

#### 四、如何撥打電話：

1. 由當地打電話回台灣：該國國際冠碼+886+區域碼(去0)+電話號碼
2. 由台灣打電話到當地：002+該國國碼+區域碼(去0)+電話號碼
3. 各國國際冠碼/國碼  
泰國001/66、馬來西亞00/60、印尼001/62、新加坡001/65、  
越南 00/84、菲律賓 00/63、汶萊 01/673、柬埔寨001/855

#### 五、氣候：

東南亞地區的國家多屬亞熱帶氣候，少部分為熱帶性雨林，全年平均溫度約在25-35度左右。  
請參考[中央氣象局](#)提供之最新氣象

#### 六、其他：

1. 任何食物、不宜過量，以免腸胃不適應，並不吃保育類野生動物之食品。
2. 請準備防曬用品：防曬乳、太陽眼鏡、帽子、摺疊傘、保潔乳液等。
3. 請自行準備個人藥品 (如：暈車藥、感冒藥、胃腸藥、個人特殊用藥)

## ■ 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		

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