

持ち物リスト 衣類編

重要度	持ち物	コメント	備考
◎	ズボン(ロングパンツ)	一部の国のお寺などでは、ショートパンツやスカートでは入場不可のことがあります。通常の着替えとしてのズボンは必需品です。	
◎	シャツ	Tシャツ、半袖シャツ、長袖シャツなど、渡航先の気候に合わせて持参しましょう。ホテルで洗濯(手洗い)する場合は、乾きやすい素材のものがお勧め。Tシャツは現地で購入し、自分へのお土産にすることもできます。	
◎	下着	万が一、ロストバゲージした時のため、1枚(着替え1回分)は、機内持ち込みのバッグに入れておきましょう。	
◎	靴下、ストッキング	必要に応じたものを持参しましょう。	
◎	パジャマ、室内着	基本的に、海外のホテルは日本のホテルのように、室内着(浴衣)類の備え付けはありません。パジャマ(寝巻)ではなく、ジャージなど、ホテルの室内で寛ぐときと就寝時に着用するものがあると楽です。	
○	ウインドブレーカー	防寒具、レインコート代用、強い日差しから肌を守るのに役立ちます。コンパクトタイプのものが最適。機内の空調が寒い場合があるので、機内持ち込みがおすすめ。また、目的地が出発時の日本よりも寒い所の場合、現地空港到着後、すぐに着れるようにしておきましょう。	
◎	帽子	普段、かぶらない人もあったほうが便利です。特に、屋外を歩き回ることが多い場合は必須です。	
◎	ハンカチ	特に、男性は忘れがちです。速乾性の素材なら、ホテルで手洗いして干しておけば、何枚も持参する必要はありません。手をふくだけなら、使い捨ての携帯用ペーパータオルも可。	100円SHOP
○	タオル	雨の多い地域や雨季の国に訪問する場合、高温の地域(汗をかきやすい地域)へ行く場合は、持ち歩きましょう。一部のホテルでは、タオルが1枚(バスタオルのみ)の場合もあります。使い古しのタオルで、最終日に現地で処分して帰ると、その分、荷物がコンパクトになります。	100円SHOP
△	水着	ビーチやホテルのプールで泳ぐ予定のある人は持参しましょう。ラッシュガードや水中メガネもあると便利です。また、サウナやトルコのハمامなどでは水着着用の所もあります。	渡航先限定
△	ドレスコードにあわせた衣服、服飾雑貨	ドレスコードのある店へ行く予定のある場合は、必需品です。クルーズ船(一部を除く)に乗船する場合も必要になります。衣類だけでなく、ネクタイ、靴などの服飾雑貨も忘れずに。	該当者のみ
○	替えの靴	短期間の旅行の場合、替えの靴は不要ですが、東南アジアなどへ雨季の時期に観光する場合や、トレッキングをする予定のある場合など、替えの靴があると重宝します。ただし、かさばるため、スーツケースの空き容量を見て調整しましょう。	該当者のみ

<https://maokon-trip.com/>

重要度の記号

- ◎＝必需品です
- ＝あれば便利、渡航先に応じて持参しましょう
- △＝余裕があれば持参しましょう
- ★＝必需品ではないですが、おススメグッズです

備考欄のマーク

100円SHOP 100円ショップで購入できます(一部店舗を除く)

該当者のみ 該当する方は持参しましょう

渡航先限定 渡航先によっては必要です