

持ち物リスト 雑貨・小物編① 観光中に使用するもの

重要度	持ち物	コメント	備考
◎	雨具 (折り畳み傘、レインコート)	国内の移動(空港への往復など)にも必要な場合があります。観光する場所によっては、傘よりレインコートのほうが便利な場合があります。	該当者のみ
◎	S字フック	ツアーのバスで軽いものなら前の座席の手摺りなどにひっかけて、軽いものを掛けるのに便利です。 ホテルのクローゼットなどに小物やズボンなどを掛けておくのに便利です。 ※金属製よりプラスチック製で、中央で曲げられるタイプが最適です。	100円SHOP
◎	鍵 (ダイヤル式、ワイヤー式)	スーツケースの鍵。予備も含む。ホテル連泊中、部屋に置いておくスーツケースも施錠しておきましょう。また、治安の悪い国を観光する場合、持ち歩くリュックの外ポケットのジッパーにもダイヤル式の鍵をつけておくことをお勧めします。(→そのほうが、泥棒も鍵がついてるのを見て、ポケットを開けようとするのを諦めると思います。また、泥棒を騙すため、鍵をかけたポケット内には貴重品を入れず、別のところに入れておくのも一つの手法です。)ただし、鍵があるから、といって過信しないように！	該当者のみ
◎	サングラス	強い日差しから目を守るだけでなく、砂埃対策にもなります。	該当者のみ
○	サンダル	ビーチに行く時、ホテルのプールに行く時には必需品。ちょっとした外出にも利用できます。また、ホテルによってはバスルームの水はけが良くない場合や、シャワーでバスルームの足元が水浸しになることもあります。そんな時、サンダルがあれば便利です。	該当者のみ
△	スカーフ、ストール	防寒用だけでなく、イスラム圏の国では、女性は頭と首を隠すためのスカーフが必要なことがあります。特に、モスク内部を見学する場合、スカーフが必要なケースがあります。バンダナでもOK。	渡航先限定 該当者のみ
○	アルコール消毒液 (除菌スプレー)	携帯用。感染対策に。	該当者のみ
◎	日焼け止め	ビーチへ行かない場合も必需品。気が付かないうちに日焼けしていて、大変なことになる場合があります。積雪地域の雪焼けにも注意しましょう。	渡航先限定 該当者のみ
◎	ウェットティッシュ	必需品。日本のようにレストランで、おしぼりが出てくることは、ごく稀です。何かと使うことがありますので、10～20枚入りのコンパクトタイプだけでなく、大容量タイプがあっても良いでしょう。日本製の除菌タイプをお勧めします。	該当者のみ
◎	エコバック	海外もレジ袋有料の店が多いです。買い物の時だけでなく、貸切でのバス観光の時など、観光地で不要なものをエコバックに入れて車内に置いておく時にも便利です。ジッパー付きが良いでしょう。複数枚あれば便利です。	該当者のみ
◎	ガイドブック	冊子タイプと電子書籍があります。本1冊まるごと持ち運ぶと重いので、あらかじめ必要なページだけをコピーして持ち運ぶ方がコンパクトです。〔体験談〕以前は、ガイドブックを購入していましたが、最近は図書館で借りてコピーしています。	該当者のみ
★	ガイド入れクリアケース	ガイドブックを持ち歩くとかさ張って重いです。歩きスマホは危険で、バッテリー残量や通信状況も考えなければならないので、散策する所の地図をコピーして持ち歩いています。コピーした紙だと、しわになったり、水に濡れると台無しで、クリアケース(折り曲げられるソフトタイプのもの)に入れておくとう便利です。	該当者のみ
△	ステンレスボトル(水筒)	寒い国に行くときは重宝します。観光に出かける前に、温かい飲み物を入れていく、など。中身が空の場合、国際線の機内持ち込みが可能です。	該当者のみ
○	扇子	暑い中、列に並んでいる時や、電車・バスが来るのを待っている時に、役立ちます！外国人からも珍しがられます！空調の利かない部屋でも重宝します。うちわでも可。	該当者のみ
◎	流せるウェットティッシュ	お尻を拭くウェットティッシュで、水洗トイレに流せるタイプのものです。海外のトイレは、ごく一部を除き、洗浄機能付きの便座はありませんので、気になる方はぜひ。	100円SHOP
△	制汗剤、制汗シート	暑い国に行く時は必需品です。スプレータイプのものは機内持ち込み制限に該当するため、預け入れのスーツケース等にいれましょう。搭乗する航空会社の規則に従う必要があります。	100円SHOP
○	使い捨てカイロ	寒い地域へ行く場合は必需品。注意すべき点は、一部の航空会社では使い捨てカイロを受託手荷物(スーツケースなど)に入れることが出来ません。使い捨てカイロは、機内持込手荷物にしましょう。また、受託手荷物(スーツケースなど)に入れる際には利用する航空会社へ事前に確認したほうが良いです。冬のエジプトのカイロ滞りもカイロがあれば助かります！	100円SHOP 渡航先限定
○	ペットボトル袋	保冷・保温ができるタイプで、ひも付きをお勧めします。場合によっては、機内で前の座席のフックにぶらさげておくことも可能です。	100円SHOP

重要度	持ち物	コメント	備考
◎	便座除菌クリーナー	スプレータイプ、ウェットティッシュタイプがあります。観光地のトイレだけでなく、ホテルやレストランのトイレも汚い場合があります。アルコール消毒液でもOK。	100円SHOP
◎	ボールペン	紛失した時のために、最低2本。国によっては機内等で出入国カードを書く必要がある。黒だけでなく、赤青などの2～3色ボールペンが便利。シャープペンシルもあれば便利。	100円SHOP
◎	ポケットティッシュ	水に溶ける(トイレに流せる)タイプのものが便利です。	100円SHOP
○	観光用のバッグ	①美術館や博物館見学の際、大きいサイズの鞆やリュックは持ち込みできないケースが多いので、軽量でコンパクトなバッグがあれば重宝します。②団体ツアーの場合、観光地で貴重品以外はバス車内に置いておくことができる場合が多いです。その時に持ち歩くためのバッグです。③ホテルから近くのレストランへの食事や、スーパーやコンビニへの買い物へ行く時に使うかばんです。	
○	双眼鏡、オペラグラス	アフリカのサファリへ行く場合や、大自然を満喫体験するツアーの場合、あると便利です。	渡航先限定
○	SDカード(予備)	デジカメやスマホを持参する場合、事前にSDカードの空き容量を確認しておきましょう。デジカメの場合、SDカードの保存容量オーバーだけでなく、突然、カードがエラー(故障)を起こす場合があります。現地でも調達できますが、念のため、予備があれば安心です。	渡航先限定
△	自撮り棒	写真、動画撮影用です。観光地や場所によっては、自撮り棒の使用が禁止されている場合もあります。使用する場合は、周囲に留意しましょう。	該当者のみ
△	三脚	写真撮影用です。キャリーバッグ等の預け入れ手荷物に入れましょう。観光地や場所によっては、三脚の使用が禁止されている場合もあります。	該当者のみ
○	防水の貴重品・スマホ入れ	水辺でスマホで写真を撮る場合や、ナイアガラ滝の滝など、水しぶきがかかる所にいく人はあったほうが良いです。	100円SHOP
◎	マスク	感染症対策だけでなく、機内での乾燥対策にもなります。	100円SHOP
◎	メモ帳	気になったことをメモするだけでなく、筆談にも利用できます。リングで綴じてあるもので、ミシン目がついているのタイプがベスト。ミシン目できれいに切り取れるので、筆談のときや、買い物リストをメモするのに重宝します。 ※筆談…どうしても言葉が通じない場合は、メモに書いて見せればOKです。特に、タクシーに乗る時や、駅の窓口でチケットを買う場合など、書いて見せた方が確実に伝わります。	100円SHOP
○	おみやげリスト	誰に、何を(どのようなものを)買って帰るかのリストをあらかじめ作成しておけば、買い忘れ防止になります。また、事前に調べた、現地でしか買えないお土産の名称(メーカー名)や、ショップの場所のメモも用意しておくことです。	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