

携行品チェック表

品名	重要度	チェック	＜スーツケース＞		
＜常に身につけるもの＞			半袖シャツ（4枚程。これより少なくても問題なし）	◎	
パスポート	◎◎		着替えのズボン・スカート	◎	
財布（極力小さい物）	◎◎		肌着、靴下（なるべく少なく）	◎	
小遣い（必要最小限度）	◎◎		体操服（夏用）	○	
出入国カード申告カード	◎◎		長袖のトレーナー、パーカー	◎	
＜手荷物＞			パジャマ（ジャージでもOK）	◎	
研修旅行の「しおり」	◎◎		バスタオル 歯磨きセット	◎	
筆記用具・メモ帳	◎		スポーツタオル（あれば便利）	○	
辞書（英和・和英）	◎		パスポートのコピー	◎	
常備薬（頭・腹・風邪等）	◎		予備の写真（45×35mm、1枚）	○	
バンドエイド・体温計	○		ビニール袋	○	
長袖のシャツ（1枚は必ず）	◎		虫除け（塗布）[缶スプレーは×]	○	
生理用品	○		雨具	○	
タオル	◎		作成した個人プロフィール	◎	
帽子	◎		海外旅行傷害保険証書 （任意保険加入者のみ）	◎	
ポケットティッシュ	◎		ホストファミリーへのお土産（高価なもの・食品などは避ける）	◎	
クラスTシャツ	◎		ゴーグル・水着（サーフィンをする生徒）	◎	
マスク・ウェットティッシュ （風邪・インフル対策用）	◎		学校訪問に必要なもの バディへのお土産・名札シール	◎	
着替え1日分（ロストバゲージに備えて）	◎				

＜注意＞

- 1 スーツケースはよく似たものが多いので、一目で自分のものとわかる目印があると探しやすい。なお、旅行社が配るネームタグを必ずつけておくこと。
- 2 飛行機に預けるので、スーツケースには鍵を必ずかけること。
- 3 帰りは、おみやげ等荷物が増える。往路は余裕を持って、スーツケースに、荷物を入れること。余計な物（遊び道具等）は持っていかないこと。
- 4 海外旅行で特に大事なものはパスポートである。いつでも、どこでも、絶対に肌身離さず持ち歩くようにすること。
- 5 「常備薬」を忘れずに持ってくること。
- 6 クラスTシャツはスーツケースに入れず、バスの中ですぐ着られるように手荷物に入れておく。
- 7 オーストラリアでは、電圧は240/250Vで周波数は50Hz。コンセントはハの字型（O型）。対応していない機器は故障することもある。
- 8 靴は動きやすいものを履くこと。いつも履いている運動靴やスニーカーで十分である。（特に「山のコース」は履き慣れたものを）
- 9 学校訪問にふさわしい服装をして来ること。サンダル・ミュールは履かないこと。アクティビティがあるので動きやすい服装で。

