

必要なもの	チェック
パスポート	
ビザ	
航空券	
ホテル予約確認書	
クレジットカード	
海外旅行保険証書	
現地通貨	
スマホと充電器	
変換プラグ	
モバイルバッテリー	
Wifi・VPN	
着替え	
靴	
薬	
折りたたみ傘やレインコート	
スーツケース	
眼鏡・コンタクト	
リュック(バックパック)	

必要なアプリ	チェック
Googleマップ	
Google翻訳	
Googleレンズ	
航空券検索アプリ	
ホテルアプリ	
kindleアプリ	
タクシーアプリ	
トリップアドバイザー	
WhatsApp	
Currency	

あると便利なもの	チェック
ウェットティッシュ	
ガイドブック(紙)	
マスク	
プラスチックの皿・スプーン・フォーク	
サンダル・スリッパ	
歯ブラシ	
ひげ剃り	
ドライヤー	
ボールペンとメモ帳	
タオル	
エコバック	
箱ティッシュ	
ノイズキャンセル付きイヤホン	
ティーバック	

あると便利なアプリ	チェック
FlixBus	
omio	
PayPal	
Yelp	
Perplexity	

夏に必要なもの	チェック
軽装の服装	
サングラスと帽子	
日焼け止め	
サンダルや軽量の靴	
水分補給用のボトル	
虫除けスプレー	
ポータブル扇風機	
クールタオル	
水着	

冬に必要なもの	チェック
防寒着	
手袋、マフラー、ニット帽	
保湿クリーム	
カイロ	
マグボトル	

女性向けの持ち物	チェック
生理用品	
化粧品・スキンケア用品	
メイク落としと洗顔用品	
ドライシャンプー	
下着・ブラジャー	
ヘアアイロンやスタイリング道具	
サニタリー用ポーチ	
アクセサリーケース	
エッセンシャルオイルやアロマスプレー	
コンパクトミラー	