

< 出発前の確認に！「マスト」な持ち物チェックリスト >

- 現金
- クレジットカード
- スマートフォン・携帯電話
- 充電器
- コンタクト/眼鏡
- コンタクトケース・洗浄液
- マスク（日数分）
- 身分証（運転免許証・保険証・学生証）
- 交通系 IC カード
- 航空券や新幹線など乗車券・施設の入場チケット
- ETC カード
- パスポート
- 着替え
- 下着
- 靴下
- 洗面道具（洗顔・歯ブラシなど）
- 常備薬（頭痛薬・胃腸薬・酔い止め・ピルなど）
- ハンカチ・ティッシュ
- ヘアブラシ・くし

< 「いざという時に助かる！」便利な持ち物リスト >

- モバイルバッテリー
- ポケット型 WiFi
- 耳栓
- アイマスク
- ウェットティッシュ
- ジップロック
- ゴミ袋
- エコバッグ
- 折り畳み傘
- 絆創膏

< アメニティ >

- ヘアブラシ・くし
- 歯ブラシ・歯磨き粉
- 剃刀（かみそり）
- シャワーキャップ
- 洗顔料

<「女性」の持ち物リスト>

- クレンジング（化粧落とし）
- 化粧品・コスメ
- シャンプー・リンス
- ヘアオイル
- 生理用品
- アイロン・コテⁱ
- 予備ストッキング

<「男性」の持ち物リスト>

- 剃刀/電気シェーバー
- 整髪剤

<「夏」に役立つ持ち物リスト>

- 日焼け止め
- 制汗剤・汗拭きシート
- 雨具・折りたたみ傘
- 帽子
- サングラス
- 虫除け・かゆみ止めグッズ
- 水筒
- アームカバー
- 汗拭き用のタオル

<「冬」に役立つ持ち物リスト>

- リップクリーム
- ハンドクリーム
- ボディクリーム
- カイロ
- 手袋
- マフラー
- 腹巻き