

| 必需品編 | | |
|--------------------------|----------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | パスポート | パスポートを忘れると海外旅行には行けません。 |
| <input type="checkbox"/> | ビザ | 日本は193カ国、ビザなしで海外旅行に行けます。 |
| <input type="checkbox"/> | クレジットカード | ショッピング・キャッシングなどで便利です。 |
| <input type="checkbox"/> | 現地通貨 | 両替は日本でも現地でもできます。 |
| <input type="checkbox"/> | スマートフォン | SIMフリーにしておきましょう。 |
| <input type="checkbox"/> | ポケットWiFi | 家族旅行や大人数で行く時には便利です。 |
| <input type="checkbox"/> | 常備薬 | 酔い止め・腹痛薬があると安心です。 |

| 荷造り編 | | |
|--------------------------|------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | スーツケース | 形が崩れにくいので、壊れやすいものがある人は必須。 |
| <input type="checkbox"/> | リュック (バックパック) | ちょっと街を歩く時など、リュックは便利です。 |
| <input type="checkbox"/> | ネームタグ | 自分の荷物が一瞬でわかるものがおすすめです。 |
| <input type="checkbox"/> | 南京錠・ワイヤーロック | 防犯対策としてホテル・出先で使えます。 |
| <input type="checkbox"/> | トラベルポーチ | 貴重品やすぐに取り出したいものを入れておくと便利です。 |
| <input type="checkbox"/> | 圧縮袋 | 嵩(かさ)をとる服やタオルに使うとコンパクトになります。 |

| 衣類編 | | |
|--------------------------|------|--------------------|
| <input type="checkbox"/> | 服 | 現地で購入することもできます。 |
| <input type="checkbox"/> | 下着 | 使い捨てができるものがおすすめです。 |
| <input type="checkbox"/> | 靴下 | - |
| <input type="checkbox"/> | パジャマ | - |
| <input type="checkbox"/> | タオル | - |

| | | |
|--------------------------|-------|-----------------------------|
| <input type="checkbox"/> | 帽子 | 日差しが強い国では必需品です。 |
| <input type="checkbox"/> | 雨具 | 突然雨が降り始めることもあります。 |
| <input type="checkbox"/> | 水着 | マリナクティビティー・海に入りたい人 |
| <input type="checkbox"/> | サンダル | 季節や地域によって地面がぐちゃぐちゃなこともあります。 |
| <input type="checkbox"/> | サングラス | 日差しが強い国では必須です。 |

| 生活用品編 | | |
|--------------------------|---------------------|----------------------------|
| <input type="checkbox"/> | 歯ブラシ・歯磨き粉 | 空港でも使えるので便利です。 |
| <input type="checkbox"/> | シャンプー・リンス・ボディソープ・洗顔 | 海外製品が合わない人は必須です。 |
| <input type="checkbox"/> | メイク落とし | - |
| <input type="checkbox"/> | 化粧水・乳液 | - |
| <input type="checkbox"/> | コンタクトレンズ・洗浄液 | - |
| <input type="checkbox"/> | カミソリ・髭剃り | - |
| <input type="checkbox"/> | 整髪料 | - |
| <input type="checkbox"/> | 生理用品 | - |
| <input type="checkbox"/> | 日焼け止め | 紫外線が強い国には持って行きましょう。 |
| <input type="checkbox"/> | 虫除けスプレー | 暖かい国には必ず持って行きましょう。 |
| <input type="checkbox"/> | 使い捨て便座シート | 海外のトイレは汚れていることが多いです。 |
| <input type="checkbox"/> | 携帯ウォシュレット | トイレトペーパーがない時に便利です。 |
| <input type="checkbox"/> | ウエットティッシュ | 何かと便利です。 |
| <input type="checkbox"/> | 洗濯用洗剤 | 100均で購入できる小さい入れ物に入れると便利です。 |
| <input type="checkbox"/> | インスタント食品 | 外国の食べ物が合わない人におすすめです。 |
| <input type="checkbox"/> | ハンガー | 折りたたみハンガーはおすすめです。 |
| <input type="checkbox"/> | S字フック | 小さな荷物をまとめておけます。 |
| <input type="checkbox"/> | オペラグラス | 綺麗な景色を見る時に便利です。 |

| | | |
|--------------------------|--------|-------------------------|
| <input type="checkbox"/> | ガイドブック | 旅行の専門家の雑誌は旅行を充実させてくれます。 |
|--------------------------|--------|-------------------------|

| 電子機器編 | | |
|--------------------------|-----------|-----------------------------|
| <input type="checkbox"/> | カメラ | 持っているだけでカッコいいです。 |
| <input type="checkbox"/> | GoPro | 動画撮影に最適です。海外好きにとっても人気があります。 |
| <input type="checkbox"/> | SDカード | 写真を多く撮る人は忘れないようにしましょう。 |
| <input type="checkbox"/> | スマホ充電器 | - |
| <input type="checkbox"/> | モバイルバッテリー | 移動中や出先で活躍してくれます。 |
| <input type="checkbox"/> | 延長コード | - |
| <input type="checkbox"/> | ドライヤー | 安宿ではない場合もあります。 |
| <input type="checkbox"/> | ヘアアイロン | - |
| <input type="checkbox"/> | 変換プラグ | 海外でスマホを充電するために必要です。 |