

# 旅Style

たびスタイル

早わかり!

旅行準備  
のご案内

心がけたい。新しい旅のエチケット



## 旅行先の流行・混雑状況の確認

ニュースや行政機関のホームページから、現地の最新の情報を確認するようにしましょう。観光地やお店への訪問は、混雑しない時期・時間帯を選ぶのもおすすめです。



## ご自身の体調管理

旅行前も旅行中も、体調管理や健康チェックを心がけましょう。旅行前に体調不良を感じる時は、旅行を控える選択も視野に入れてご検討ください。



## マスクの着用・消毒・黙食など

必要に応じたマスクの着用やこまめな手洗いなど、しっかり対策しながら楽しい時間をお過ごしください。また、移動中や食事での会話など周囲にもご配慮を。



【渡航先の入国制限】と【帰国時水際対策】は、状況に応じて条件が変わります。ご出発前に再度、お客様でご確認ください。詳しくは、下記、外務省と厚生労働省ホームページでご確認をお願いします。

新型コロナウイルスに係る日本からの渡航者・日本人に対する各国・地域の入国制限措置及び入国に際しての条件・行動制限措置



日本帰国時にも制限について



パスポートカバーは、  
あると便利!  
デザイン性と安全性を  
兼ね備えたものを事前に  
用意しておきましょう!



## パスポートの申請&取得

### 申請に必要なもの

- 一般旅券発給申請書…1通
- ・申請書は各都道府県のパスポート申請窓口で入手できます。
- ・申請書は次の2種類に分けられています。
- 5年有効なパスポート申請用(5年用)
- 10年有効なパスポート申請用(10年用)
- ※20歳未満の方は、5年有効なパスポートしか申請できません。

- 住民票の写し…1通(※住基ネット登録者は不要)
- ・申請日前6ヶ月以内に発行されたもの。

- 写真…1枚(国外で申請する場合は2枚)
- ・縦4.5cm×横3.5cmの緑なで、無背景の写真。
- ・申請日6ヶ月以内に撮影されたもの。

- 戸籍謄(抄)本…1通
- ・申請日前6ヶ月以内に発行されたもの。

- 申請者本人を確認できる書類(有効な日本国旅券・運転免許証など)

### 受領に必要なもの

- 申請の時に渡された受理票(受領証)
- 手数料(必要額の収入証紙及び収入印紙を受領証に貼付して下さい)

旅券の種類	都道府県収入証紙	収入印紙	計
10年有効な旅券(18歳以上)		14,000円	16,000円
5年有効な旅券(12歳以上)	2,000円	9,000円	11,000円
5年有効な旅券(12歳未満)		4,000円	6,000円

※詳しくは、[https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/passport/pass\\_2.html](https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/passport/pass_2.html)

## 旅行期間別カバン選び

スーツケースは、旅行日数に合わせて選ぶのが基本です。荷物の多い長期旅行には大きなスーツケースが必要ですが、荷物がたくさん入る反面、それだけ重くなります。2~3日の旅行なら動きやすい小型のスーツケースがおすすめです。現地での買い物を予定している人は大きめのスーツケースをチョイスし、行きのパッキングの際はスーツケースの片面を空にしてスペースを作っておきましょう。

少しでも軽くしたいなら  
ジッパータイプの  
キャリーがオススメ!

### 2~3日の旅行



(イメージ)

WORLD HERITAGE SMILE PROJECT  
ジッパーキャリーⅢ 48cm  
●商品サイズ:(本体)460×370×210mm  
(総外寸)560×390×210mm

### 5日程度の旅行

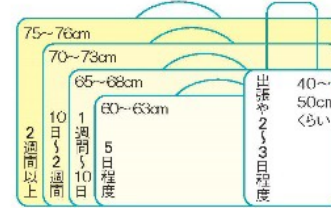


(イメージ)

WORLD HERITAGE SMILE PROJECT  
ジッパーキャリーⅢ 56cm  
●商品サイズ:(本体)560×380×260~300mm  
(総外寸)620×410×260~300mm

### 旅行日程とサイズの目安

帰りのおみやげのスペースを考慮し、少し大きめのサイズを選んでおきましょう。



## TSAロック搭載のスーツケースがおすすめ

TSAロックとは、米国内の空港において荷物の保安検査を実施している、米国運輸保安局【TSA:Transportation Security Administration】公認のロックシステムです。預けた荷物中身検査のためTSA職員による鍵の破壊が認められ、壊されても一切保険がありません。TSAロックならTSA職員が専用のマスターキーで開錠できるので、荷物に鍵をかけたまま預けることができます。



TSA LOCK®

※緊急の場合は、TSA職員が錠前を壊す可能性があります。※航空会社によりTSAロック搭載のカバンでも開錠しておくよう求められる場合があります。



かさばる  
お土産は  
事前購入が  
おすすめ!

箱入りのおみやげは、実際にスーツケースに入れてみると意外とかさばるものです。また帰国便の荷物超過料金もあるのでおみやげは、事前購入がおすすめです!



## 収納の裏ワザ

あらかじめ日程に合わせて着るものをセットして入れておきましょう。シャツ、下着、靴下、ハンカチ等をセットにして、使う日付が遠いものから順に圧縮袋に詰めます。また着終わったものは種類ごとに分けて洗濯用ネットに入れておけば、帰国後そのまま洗濯機へ入れられるので便利です。



## 安心アドバイス

荷物の隙間には小物を詰めて、荷ずれを防ぎましょう!  
収納ケースがおすすめです。



衣類がそのまま洗える収納ポーチ3点セット

## ビザ(査証)について

日本国籍の方が海外へ渡航する際のビザについては、渡航先国・渡航目的・滞在期間等によって要・不要、種類が異なります。詳しくは日本国内にある渡航先の大使館、総領事館に確認してください。

## アメリカへ渡航の際は必ずESTAに申請してください

観光、短期商用等の90日以内の短期滞在目的で米国を訪問される場合は、査証(ビザ)が免除されており、米国の査証を取得する必要はありませんが、事前に電子渡航認証システム(Electronic System for Travel Authorization:ESTA)に従って申請を行い、認証を受ける必要があります。申請費用は14USD。有効期限は2年間またはパスポートの有効期限までです。

### ESTAの申請方法

ESTAへの申請は専用ウェブサイト<https://esta.cbp.dhs.gov/>から行います。日本語表記のサイトもありますが、入力自体は英語で行います。インターネット環境のない方や英語がわからない方等は、申請者本人以外が代行することも可能です。

**STEP1 申請書の入力** ESTA専用のウェブサイト上にある申請ページで必要事項を記入してください。

**STEP2 申請書の送信** ステップ1で入力した情報を確認するページです。間違いがないよう注意深くチェックします。

**STEP3 申請番号の受領・記録** 申請番号が発行されます。申請番号は情報を更新する際に必要となります。印刷するか控えておきましょう。

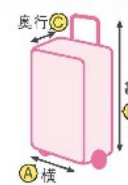
**STEP4 申請に対する回答の受領**

回答は、「渡航認証許可」「渡航認証保留」「渡航認証拒否」のいずれか即座に表示されます。申請番号と有効期限が表示されていますので、印刷して保存しておいてください。(空港で提示する必要はありません。)

## 手荷物制限について(国際線の場合)

飛行機の持ち込み・預け入れ荷物には制限があります! ※無料預け荷物の制限であり、超過料金を支払えば、制限を超えた場合も荷物を預けることが可能です。

### 客室内持ち込み手荷物



身の回りの品(ハンドバッグなど)1個と下記条件の手荷物1個の合計2個まで。両者の合計が10kg以内。3辺の和が115cm以内かつ各辺の長さがそれぞれ55×40×23cm以内。  
※預け入れ・持ち込み手荷物の制限についての規定は航空会社や路線により、異なる場合がございます。詳しくはご搭乗予定の航空会社へお問い合わせください。

3辺の和	A+B+C ≤ 115cm (45Inch)
合計重量	10kg以内

### 預け入れ荷物(代表的な例)

Economy class	JAL	ANA
重量	23kg/個	23kg/個
個数	2個	2個
大きさ	3辺の合計が203cm以内 ※	3辺の合計が158cm以内 ※

※大きさはキャスターと持ち手を含む。 ※預け入れ・持ち込み手荷物の制限についての規定は航空会社や路線により、異なります。詳しくはご搭乗予定の航空会社へお問い合わせください。 ※各社ホームページより確認。



### 機内液体物持込について ■制限内容(例:日本出発の場合)

- あらゆる液体物は100ml以下の容器に入れる。
  - それらの容器を再封可能容量1リットル以下の透明プラスチック袋に余裕を持って入れる。
  - 旅客1人あたりの袋の数は1つのみ持込可能。
  - 手荷物検査場では、上記プラスチック袋はバッグから取り出し検査員に提示。
- ※1)上記制限は機内持ち込み時の制限であり、受託手荷物(航空会社カウンター等で預けるスーツケース等)には適用されません。  
※2)医薬品、ベビーミルク/ベビーフード、特別な制限食等については適用外です。(液体物の機内での必要性について照会される場合があります。)  
※3)保安検査後の免税店等で購入した商品は、機内持込が可能です。ただし、お取り寄せの場合は、その国のルールに従い、没収される可能性もあります。  
※4)日本は国際線のみ適用となります。 ※詳しくは国・交通機関ホームページをご覧ください。



100ml以下  
縦横合計40cm  
以下が目安!

## 世界の気候と服装の目安 渡航先の気候も事前に確認しておきましょう。

●コート・ダウン ●冬服 ●合服 ●夏服

寒冷地への旅行は、防寒着などで荷物が増えます。また、昼夜の寒暖の差が大きい場所では、昼間薄着でも日が暮れるとやはり防寒着が必要になることもあります。現地の気候に合わせたスーツケースサイズ選びや荷造りをしましょう。

国名	都市名	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
日本	東京												
韓国	ソウル												
中国	北京												
中国	香港												
台湾	台北												
タイ	バンコク												
インドネシア	ジャカルタ												
シンガポール	シンガポール												
インド	ニューデリー												
イギリス	ロンドン												
イタリア	ローマ												
フランス	パリ												
オーストリア	ウィーン												
スペイン	マドリッド												
ドイツ	ベルリン												

国名	都市名	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
ギリシャ	アテネ												
ロシア	モスクワ												
アメリカ	ニューヨーク												
アメリカ	ロサンゼルス												
アメリカ	ラスベガス												
ハワイ	ホノルル												
アメリカ	グアム												
カナダ	トロント												
ブラジル	リオデジャネイロ												
オーストラリア	シドニー												
オーストラリア	ケアンズ												
ニュージーランド	オークランド												
エジプト	カイロ												
南アフリカ	ケープタウン												

\*出発前に渡航先に天気・気温を確認しましょう。  
詳しくは、世界の天気：一般財団法人 日本気象協会 <https://tenki.jp/world/> をご覧ください。

## 海外での日本の電気製品の使い方について



日本と海外では電圧、コンセントプラグの形状が違います。日本使用の電気製品を海外で使用する場合には、滞在先の電圧とプラグの形状を合わせる必要があります。



### ①海外の国では電圧が違います!

日本の電圧は100Vで世界で一番低く、海外の電圧は110~240Vで日本より高い電圧です。そのため日本の電気製品をそのまま使うと故障したり、火災が起きる危険もあります。海外で日本製品を使用する場合は電圧変換器で下げて使用する必要があります。使用電力(W)と目的地の電圧(V)に合わせた「変圧器」をご確認ください。  
★充電器などは右図のように電圧対応されているものがあります。「100-240V」と記載のある製品は、変圧器が不要です。

#### 電圧チェック!



定格入力  
AC100V-240V  
50-60Hz  
14-23VA  
定格出力  
DC5V1000mA  
室内用

### ②海外の国ではコンセントの形状が異なります!

日本のコンセント差込口の形状は、Aタイプです。海外ではAタイプを含め8種類ありますので、旅行先に対応した変換プラグが必要です。

#### ■各国のプラグ形状と電圧、周波数

		Aタイプ	基本Bタイプ	BFタイプ	B3タイプ	0タイプ	02/0Cタイプ	基本Cタイプ	SEタイプ		
国名(地域名)	電圧(V)	周波数(Hz)	プラグタイプ	国名(地域名)	電圧(V)	周波数(Hz)	プラグタイプ	国名(地域名)	電圧(V)	周波数(Hz)	プラグタイプ
日本	100	50/60	A	ブラジル	127/220	60	A	ドイツ	127/230	50	A
インド	115/230/240	50	A	ペルー	220	60	A	ブルウェー	230	50	A
インドネシア	127/220/230	50	A	メキシコ	120/127/230	60	A	ハンガリー	220	50	A
シンガポール	115/230	50	A	オーストラリア	240/250	50	A	フィンランド	120/230	50	A
タイ	110/220	50	A	グアム	120/240	50	A	フランス	127/230	50	A
台湾	110/220	60	A	サイパン	110	60	A	ブルガリア	110/220	50	A
韓国	110/220	60	A	タヒチ	110/220	60	A	ベルギー	127/230	50	A
中国	110/220	50	A	ニュージーランド	230/240	50	A	ポーランド	220	50	A
バリ島	110/220	50	A	フィジー	120/240	50	A	ポルトガル	230	50	A
フィリピン	120/230/240	60	A	アイスランド	230	50	A	モナコ	127/220	50	A
香港	110/220	50	A	ギリシャ	230/240	50	A	クロアチア共和国	220	50	A
マレーシア	240	50	A	イタリア	125/220	50	A	ルーマニア	220	50	A
モルディブ	220	50	A	オーストリア	230	50	A	ルクセンブルク	120/220	50	A
サウジアラビア	127/220	50	A	オランダ	230	50	A	エジプト・アラブ共和国	220	50	A
トルコ	220	50	A	ギリシャ	230	50	A	エチオピア	220	50	A
アメリカ合衆国	120	60	A	スイス	230	50	A	ケニア	240	50	A
アラスカ	127/240	60	A	スウェーデン	230	50	A	南アフリカ	220/230/250	50	A
ハワイ	120	60	A	スペイン	127/220	50	A	モロッコ	115/127/220	50	A
カナダ	120/240	60	A	ロシア	127/220	50	A				
中東	アルゼンチン	220	60	デンマーク	230	50	A				

※上記の表は目安です。ご出発の前にガイドブックや各国関係機関で確認ください。

## 持ち物チェックリスト



旅をより快適に楽しむ事前準備です。下記右下で紹介するサイトからは、アドバイス付きのより詳細なチェックリストがダウンロードできます!

### ■必需品

<input type="checkbox"/> パスポート	身分証明書です、番号は控えておいて
<input type="checkbox"/> 航空券	出発日時、航空会社、便名、ルートを確認
<input type="checkbox"/> 現金(日本円・外貨)	万に備えてセキュリティグッズなどで何ヶ所かに分散を
<input type="checkbox"/> クレジットカード	海外で使えるカードを数種用意を
<input type="checkbox"/> 旅行傷害保険証	万一の盗難、病気、事故災害などに備えて
<input type="checkbox"/> 国際免許証	レンタカーの利用に必要、国内免許証も一緒に
<input type="checkbox"/> 常備薬	旅先でも安心出来る準備を
<input type="checkbox"/> 携帯電話	渡航先が通話可能か事前確認しておきましょう
<input type="checkbox"/> Wi-Fiルーター	街歩きの際のインターネット利用に

### ■手荷物

<input type="checkbox"/> スーツケース	少し大きめのサイズがおすすめ
<input type="checkbox"/> ネームタグ	同じカバンで迷わないように
<input type="checkbox"/> 機内持ち込みバッグ	利用航空会社に持ち込みサイズの確認を
<input type="checkbox"/> 折りたたみバッグ	おみやげが増えたときに重宝
<input type="checkbox"/> 機内持込ビニール袋	機内に液体物を持ち込む場合に必要です

### ■飛行機内

<input type="checkbox"/> スリッパ	機内やホテルでリラックス
<input type="checkbox"/> 空気枕	首も疲れずスヤスヤ、時差ボケ防止にも
<input type="checkbox"/> アイマスク	機内で安眠できるように
<input type="checkbox"/> 耳栓	飛行機のエンジン音や耳鳴りをカット。気圧調整耳せんもおすすめ

## 帰国時の持ち込みについて



現地で購入したものは、帰国時の持ち込みに注意が必要です。国が定める輸入規制により、せっかくおみやげとして購入した肉製品、フルーツ、チーズなどの乳製品は検査対象で検査証明書等が無い場合は没収され持ち込むことができません。制限の心配のないおみやげ宅配サービスの利用をおすすめします。

### ■日本帰国時の免税範囲(成人1人当たり)

品名	数量または価格	備考
酒類	3本	1本760mlのもの。
たばこ	紙巻のみ …… 200本 加熱式のみ …… 個装等10個 ※1種類あたりの数量は、紙巻20本に相当する量 葉巻のみ …… 50本 その他 …… 250g	(加熱式の免税数量の例) ・「アイコス」(IQOS)の場合: 400本 ・「グロ」(GLOS)の場合: 400本 ・「プルーム・テック」(Ploom TECH)の場合: 100個 なお、2021年10月1日からは、紙巻200本、葉巻50本、加熱式個装等10個、その他のたばこ250gとなります。
香水	2オンス	1オンスは約28ml。オーデコロン、オートフレは含まない。
品その他の	20万円 (品物の海外市価の合計額)	①合計額が20万円を超える場合は、20万円以内におさまる品物が免税になり、その残りの品物に課税される。税関では、旅行者に有利になるようご免税品となる品物を選択のうえ課税される。 ②1個で20万円を超える品物、例えば25万円のバッグは25万円の全額について課税される。 ③1品目毎の海外市価の合計額が1万円以下のもの(例えば1本5000円のネクタイ2本は免税になる。)

※海外市価とは外国における通常の小売購入価格のこと、日本円への換算は定められたレートにより行われる。

## 世界のおみやげ予約・宅配サービス

出発前に注文すれば、あなたの旅行は、もっと楽しくなります。



溶けやすいチョコも安心

夏はクール便でお届けします!

割れモノ安心お届け

安心梱包で大切に自宅へ!

液体物心配無用

機内持ち込み制限の不安解消!

スマホで簡単注文!

かさばる荷物もらくらく

手荷物を減らしてスマート旅行!

肉製品をおみやげに!

国内持ち込み制限の心配無用!

生鮮品も大丈夫

フレッシュな現地の味をそのままキープ!