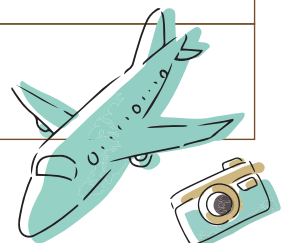


持ち物チェックリスト

Packing Checklist

1. carry-on baggage (機内持ち込み手荷物)

| | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> パスポート | 管理には十分に気をつけること。2,3枚コピーを取っておくことも忘れずに。日本のご家族へも渡しておく。 |
| <input type="checkbox"/> ビザ | ビザが必要な方は、パスポートと一緒に大切に保管すること。 (アメリカ渡航の方：I-20 原本も必要) |
| <input type="checkbox"/> 航空券 (E チケット控え) | 往復航空券の場合は、復路便も同じ E チケットが必要。 失くさないように気をつける。 |
| <input type="checkbox"/> 学校の入学許可書 | 入国時に必要になる場合もある。控えとしてデジタルコピー又は紙で用意 |
| <input type="checkbox"/> 空港出迎えサービス情報 | 遅延・欠航の場合の緊急連絡先情報も、必ず確認しておくこと。 |
| <input type="checkbox"/> 滞在先の情報 | ホームステイ先の住所や寮の住所、電話番号など。 日本の家族にもコピーを渡しておきましょう。 |
| <input type="checkbox"/> 現金 (日本円、外貨) | 出国するまでに必要な日本円&1万円ほどの現地通貨。盗難や置き引き、スリの被害にあわないよう、分散して持ちましょう。 |
| <input type="checkbox"/> クレジットカード | 現地で使えるクレジットカード。 クレジットカード番号と紛失時の問い合わせ先を必ず控えておく。 |
| <input type="checkbox"/> 海外旅行損害保険証券 | 保険証券は現地での保険証代わりです。 外出の際は必ず携帯しましょう。 |
| <input type="checkbox"/> 電子辞書 | 辞書アプリでも可。ただし、学校によっては授業中の使用が不可なので注意。 |
| <input type="checkbox"/> 筆記用具 | 現地でも購入出来ますが、入学日に間に合うように準備しておく。 |
| <input type="checkbox"/> SIM カード | 留学先の国の SIM カード。 日本でネット購入可能なので、渡航前に準備しておくで安心です。 |
| <input type="checkbox"/> | |
| <input type="checkbox"/> | |



2.suitcase (スーツケース)

| | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 服・カジュアルウェア | 現地でも購入できるので、1週間分程度でOK。 学校はカジュアルウェアが基本です。 |
| <input type="checkbox"/> 防寒着 | 寒暖の差が激しい地域の方は特に必要。 |
| <input type="checkbox"/> 下着 | 現地でも購入できるので、1週間分程度でOK |
| <input type="checkbox"/> 靴下 | 寒い地域、寒い季節に留学するなら5～6足持って行きましょう。 タイツも有効です。 |
| <input type="checkbox"/> パジャマ | 現地でも購入できる。 |
| <input type="checkbox"/> スポーツウェア、運動靴 | アクティビティなどに参加する場合は特に必要。。 |
| <input type="checkbox"/> サンドル (スリッパ) | ホテルや寮滞在の場合、室内履きにも使えます。 |
| <input type="checkbox"/> 折り畳み傘／雨具 | 季節や国によっては必需品。海外ではあまり手に入らないので、 雨量の多い所は必ず持って行きましょう。 |
| <input type="checkbox"/> 帽子・サングラス | 海外の暑さや日差しを甘く見てはいけません。十分に注意しましょう。 |
| <input type="checkbox"/> 洗面用具 (シャンプー・せっけん等) | アレルギーや品質が気になる人は日本から持参する。現地でも購入できます。 |
| <input type="checkbox"/> タオル・バスタオル | 現地でも購入できます。帰国時に割れ物などを包むこともできるので、 あると便利です。 |
| <input type="checkbox"/> 常備薬 (医薬・鎮痛剤・酔い止め) | 海外では刺激が強い、副作用が強い、用法・用量が日本人に合わないので、 ご持参をおススメします。 |
| <input type="checkbox"/> 爪切り・耳かき・綿棒 | 日本製品は優れているので、こだわりのある方は持っていくほうがいいでしょう。 |
| <input type="checkbox"/> スキンケア用品 (日焼け止め等) | 紫外線の多い地域では日焼け止め、リップクリーム等もご持参をおススメします。 |
| <input type="checkbox"/> 洗濯ネット 折りたたみ式物干し | 海外での購入は難しいので日本から持って行きましょう。 |
| <input type="checkbox"/> ドライヤー | 必ず事前に説明書を確認し、海外対応か否かを確認してください。 |
| <input type="checkbox"/> 変圧器・変換プラグ | 100V～240V 対応であれば変圧器は不要ですが、海外のコンセント 差し込み口の形状は日本と異なるので、変換プラグが必要です |
| <input type="checkbox"/> ホームステイ先へのお土産 | 高価なものは必要ありません。日本を感じられるものがおすすです。 |

