



Tour Member Handbook 旅客手冊



團 號： JPN250621B
行程名稱： 九州小資漫遊 5 日》夢幻魅力湯布院、天空步道夢吊橋、水都柳川遊船、瞎拼GO~
集合時間：
胸 牌：
領 隊：
送機人員： 沈昆毅先生 (0986242434)

*再次提醒**護照自帶**的貴賓，請在前往機場與團體集合出發前，請再次檢查是否已經攜帶**您的護照或簽證等相關旅行文件**..等，並請提早或準時抵達機場，以便協助您辦理Check-in手續。

■ 行程內容

九州小資漫遊 5 日》夢幻魅力湯布院、天空步道夢吊橋、水都柳川遊船、瞎拼GO~

* 行程特色

【柳川遊船】船舟悠閒的航行在柳川城四周的護城河，身穿古典服飾的船夫一邊搖船一邊以愉悅的神情唱著傳統民謠，融合自然與文化的水鄉之都。

【九重夢大吊橋】日本第一高大吊橋。懸掛在九醉溪谷上方，也是日本第一步行專用吊橋。站在橋中央可看到日本百水名水之一的《震動之瀑布》令人震撼。

【太宰府天滿宮】有學問之神之稱是福岡近郊排名第一的風景名勝區。

【湯布院(湯之坪街道散策)】有《晨霧和出泉之鄉》的美稱，是一個寧靜優雅的歐風山中城鎮，更有九州的輕井澤稱號。全日本OL票選第一名的旅遊景點首選。

【金鱗湖(晨霧和出泉之鄉)】由溫泉匯流而成的金鱗湖，即使是嚴冬季節湖水也熱氣騰騰，是盆地中晨霧的來源，也是湯布院最著名的湖泊。

第01天

桃園國際機場 / 福岡國際空港 → 宿泊飯店

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

本日集合於 **桃園國際機場**，由本公司專業領隊協辦好搭機手續之後，搭機飛往 **日本九州第一大城—福岡空港**。

探索福岡，平均飛行時間為2小時15分鐘。福岡市是位於日本九州北部、福岡縣西部的都市，為福岡縣首府，同時為政令指定都市之一。全市人口約158萬，是九州最大都市與政治、經濟、交通中心，也是大阪以西人口最多的城市。以福岡市為中心的福岡都市圈聚集了眾多政府機關和企業分公司，是日本人口第四多的都市圈，並和北九州都市圈共同構成了北九州-福岡都市圈。

今晚安排宿泊於福岡地區以簡單整潔之商務旅館。



🍴 **餐食** 早餐：溫暖的家 午餐：溫暖的家 晚餐：機上精緻套餐

🏠 **住宿** ホテル モンテ エルマーナ福岡或ARK HOTEL ROYAL 福岡天神或福岡天神南昆特薩飯店或ベストウェスタンプラス福岡天神南或同級

第02天

宿泊飯店 → 九州輕井澤 ~ 湯布院藝術街道(日本OL人氣NO.1散策地) · 夢幻魅力之湖 ~ 金鱗湖 → 天空步道 ~ 九重『夢』大吊橋 · 遠眺震動瀑布(日本百選瀑布) → 阿蘇溫泉鄉

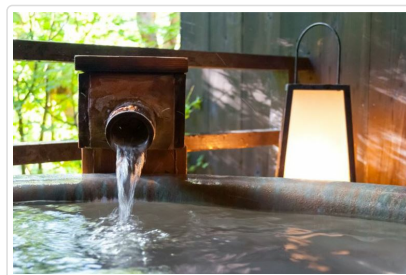
符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

◎【**湯布院(湯之坪街道散策)**】位於由布岳山腳下，有許多美術館及畫廊，是一個寧靜優雅的山中城鎮，溫泉更是自古聞名。此外熱鬧、歡騰的藝術活動，更使來訪者捨不得離開。湯布院街道充滿藝術氣息的城鎮，經常榮登日本人氣之觀光區；在此您可盡情享受城鎮的好山好水好風光，其精巧的陶藝、木雕、彩繪玻璃及壓花等民間藝術皆極出色。另外您可自行漫遊尋找人氣名店：魔法少女琪琪的麵包屋、史努比茶屋、宮崎駿專賣店。

◎【**金鱗湖(晨霧和出泉之鄉)**】由溫泉匯流而成的金鱗湖，即使是嚴冬季節湖水也熱氣騰騰，是盆地中晨霧的來源。這一帶充滿情趣的風景，深深地迷戀了與謝野晶子和北原白秋等著名人士，是湯布院最著名的湖泊。

★【**九重夢大吊橋**】日本第一高大吊橋。標高777高173全長390的人道專用，懸掛在九醉溪谷上方，是日本第一步行專用的吊橋，站在橋的中央可看到日本百水名水之一的《震動之瀑布》，往下可欣賞九醉溪的360度美景，遠方還有九重連綿的群山為背景，視野相當遼闊令人震撼。

註：參觀吊橋時依規定遇雨不得撐傘，避免風大危險(因為在峽谷正上方，有時會忽然起大風)，建議可準備輕便雨衣。



🍴 **餐食** 早餐：飯店內用 午餐：湯布院精緻和風御膳 ¥ 3000 晚餐：飯店內會席料理或自助餐

🏠 **住宿** 阿蘇 RESORT GRANDVRIO HOTEL或阿蘇之司VILLA PARK或阿蘇農場或同級

第03天

溫泉旅館⇒浪漫情懷～古裝船夫吟唱小曲～水鄉柳川遊船⇒太宰府天滿宮⇒免稅店⇒福岡～可自由逛街天神或中洲或博多車站商圈

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

★【柳川遊船】 有著沉靜古都的面貌，也兼具熱鬧繁華的街道，日本國內旅行的熱門地點乘坐稱為「到恩烤」的小舟沿著護城河順流而下，由河面上遊玩這些名勝，這也是最能體驗柳川市魅力的方法。船舟悠閒的航行在柳川城四周的內護城河(或外護城河)，聆聽竹竿划水聲，頭戴草笠，身穿古典服飾的船夫掌舵技術絕妙高超，一邊搖船一邊以愉悅的神情姿態的又唱傳統民謠又解說，又是充分體驗穿過水門和橋下的水鄉旅情。白色的海鼠壁、紅磚建築的並倉、刻上各個文人詩詞的石碑、加上水道綠樹林蔭，河岸又見花開茂盛，在這具備歷史文化和詩情畫意的航行之中，將旅客帶入優雅如詩的世界。

特別提醒：柳川人力遊船 如遇定休或天候等不可抗力因素，則改往 北原白秋生家紀念館。

◎【太宰府天滿宮】 供奉日本「學問之神」菅原道真的天滿宮，此處為日本全國各地天滿宮的總本社，每逢考試期間就擠滿了祈求金榜題名的學子家長。由於菅原道真愛梅，還衍生出「飛梅傳說」，天滿宮園中遍植梅樹，梅餅、梅茶等更是當地名產。天滿宮前的街道上販賣各式各樣飾品與名產點心，還有一間由知名建築師隈研吾設計、造型獨特的星巴克，絕對讓您流連忘返。

◎【免稅店】 您可自由採買致贈親友的紀念品及物產等等。

◎【AEON MALL】 日本最有名的購物商場之一AEON，在日本是既普遍又特別的存在，萬種風情讓人流連不已。在大型店鋪中設有專門店一條街，匯集了大約40~200間專門店，裡面應有盡有，舉凡日式藥妝店、平價超市、電器、美食，還有日本的國民品牌等等，只要您想要的這裡都找的到，來到這千萬別錯過這個購物的好機會。



🍴 餐食 早餐：飯店內用 午餐：柳川風味餐或日式套餐 晚餐：方便遊逛 敬請自理

🏠 住宿 ホテル モンテ エルマーナ福岡或ARK HOTEL ROYAL 福岡天神或福岡天神南昆特薩飯店或ベストウェスタンプラス福岡天神南

第04天

日幣匯率貶值不停，創下34年新低點！不買對不起自己！！全天自由活動～～GO GO採買趣～～

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

本日全天自由活動。推薦可自行前往：

【LaLaport購物中心】：位於福岡市中心。商場前的一比一等身鋼彈最為吸睛，並設有鋼彈基地可以逛個過癮，小朋友可以在頂樓公園、噴水池，還有職業體驗工廠「KidZania」與強調以木質玩具著稱的「玩具美術館」遊玩，美食名店更是不在少數，日本首間GODIVA可麗餅專賣店的進駐就在此處。商場百貨中，LOFT、無印良品、各式雜貨、平價服飾、電器、母嬰用品都有販售，不愧是sopping的最愛啊...

【天神商圈】：天神是位日本福岡市中心區的地名與町名，為福岡市的中心商務區，同時也是九州最大的商業區，集中了大量的百貨與商場。

【中洲商圈】：中洲在福岡市東部，是夾在珂川和博多川之間的九州最大的鬧市。雲集於中洲的約3500家飲食店和排列在那珂川沿岸的攤檔（屋台文化，有點兒類似我們的路邊攤或者夜市的概念！），再加上博多河畔城等大型綜合商店，構成了一幅商業繁榮的景象。

【博多車站】：博多車站裡的「JR博多城」是一個集美食、購物、休閒與娛樂為一身的綜合百貨商場，最重要的還有國人喜愛的UNIQLO、無印良品.....等，不但交通方便，也能滿足來自各地旅人購物的需求，同時也提供多樣美食與休憩的場所，是來福岡絕對不能錯過的好地方。



🍴 餐食 早餐：飯店內用 午餐：方便逛街·敬請自理 晚餐：方便逛街·敬請自理

🏠 住宿 ホテル モンテ エルマーナ福岡或ARK HOTEL ROYAL 福岡天神或福岡天神南昆特薩飯店或ベストウェスタンプラス福岡天神南

第05天

昨天絕對買不夠吧！(再利用大半天時間)自由活動~繼續補貨趣！⇒福岡國際空港 / 桃園國際機場

符號表示：★表含門票 ◎表下車參觀 未標示者表行車經過

實在太便宜了，怎能不繼續買個夠呢？

福岡 是九州最大的城市，有悠久的歷史文化，因漁業發達美食也多不勝數，更有美麗的自然風景。

今日讓您用自己的方式體驗福岡.....Shopping或許不是第一選項，但是當然是必不可少的選項，著名的天神商圈或中洲商圈，琳瑯滿目的時裝精品，滿足不同的購物需求；或者駐足於福岡博多車站，啜飲一杯香濃咖啡或日式抹茶，與舊時文人激盪的火花相遇～日幣匯率貶值不停，創下3 4年新低點！不買對不起自己！

◆【退稅規定】◆：

入境日本未滿6個月的短期停留外籍人士。

標示「Japan. Tax-free Shop」的店家。

需於「同日、同一商店」累計消費，須滿未稅金額5000日圓，即可退稅10%。

消耗物品（如食品、藥妝）退稅後，請包裝於「免稅專用透明膠袋」內，禁止於日本境內使用。

結帳時出示護照，即可支付免稅後金額。

於導遊約定時間地點集合後，搭乘專車前往 **福岡國際空港**，搭乘豪華客機返回台北，結束了豐富的 **九州之旅**。

註1：本行程將依當地實際狀況由當團導遊做小幅度順序調整，保證行程會全部走完，不便之處，尚祈鑒諒。

註2：行程表中列明之住宿順序僅為先行提供給貴賓參考，請依當團行前說明會公佈之正確資料為準。



餐食 早餐：飯店內用 午餐：方便逛街,敬請自理 晚餐：機上精緻套餐

住宿 甜蜜的家

■ 旅遊注意事項

親愛的鳳凰貴賓，您好！

感謝您與鳳凰旅遊一起共享旅行世界的樂趣！為了旅途順暢及維護您的權益，我們竭誠建議您詳閱下列注意事，以便利您充分享受一趟快樂之旅。

一、 出入境

1. 請依約定的集合時間、地點，於**班機起飛前二小時**攜帶行李及相關證件至指定航空公司團體櫃檯，向領隊或送機人員辦理報到，完成搭機（check in）及出境手續（提醒您，部分航空公司與旺季期間則須於班機起飛前三小時集合）。
2. 托運行李請備堅固耐用者為佳，需備鎖，以每人交運一件（限重20公斤以內或依各家航空公司規定），以及一件輕便隨身行李自帶為原則（隨身行李不可超過：長56x寬36x高23公分）。
3. 目前大部分航空公司均規定行李托運須自行辦理check in手續，亦請旅客自行保留行李收據。
4. 貨幣：超過等值美金1萬元現金者，應報明海關登記；人民幣限額為兩萬元；新台幣以6萬元為限，如所帶之新台幣超過限額時，應在出境前事先向中央銀行申請核准，持憑查驗放行，超額部份未經核准，不准攜出。

如結匯是購買美金旅行支票，請務必結匯後立刻在支票左上角簽名欄簽名，下面的簽名欄則待支付款項時再簽名。建議您可另外用一張紙記下每張支票號碼，每用掉一張則劃掉一個號碼，並保留購買旅行支票時的存根，以便萬一遺失時可迅速辦理掛失補發。

（如有最新公告，依財政部關稅局公告為主）

二、海關

1. 旅客返國可免稅攜帶香煙一條、酒一瓶，及少量自用香水或禮物。

2. 禁止攜帶各種肉類、植物、蔬菜及不良刊物入、出境。
3. 毒品、槍械、彈藥，未經主管機關許可，禁止攜帶入、出境。
4. 銼刀、指甲剪、水果刀請置於大行李箱內托運（否則過關時將會沒收）。
5. 保育類野生動物及其產製品，如未取得許可文件就帶回國或郵寄，依法將以走私論罪，敬請旅客留意。
6. 購買非保育類野生動植物產製品時，亦應向廠商索取海關許可證明，因各國管制辦法不同，攜帶此類物品常會造成入、出境的麻煩。
7. 不接受他人托帶物品，以免在海關檢查時遭無妄之災。
8. 任何團員若有私帶私貨之嫌，領隊有權拒絕隨團報關，以免影響其他團員通關手續(權益)。
9. 出入境不能攜帶超過報關金額（可參考一.出入境第4點）。
10. 海關查驗行李時應予配合，超額物品應誠實申報。
11. 出發前應檢查自己的證件是否過期，證件包括護照及當地簽證等。

◎ 特別注意！民航局安檢規定：

1. 旅客隨身攜帶之液體、膠狀及噴霧類物品容器，其體積不得超過100毫升。
2. 所有液體、膠狀及噴霧類物品容器均應裝於不超過1公升且可重複密封之透明塑膠袋內，所有容器裝於塑膠袋內時，塑膠袋應可完全密封，並且每名旅客限制攜帶1個，於通過安檢線時由檢查人員目視檢查。
3. 旅客攜帶旅行中所必要，但未符合前述限量規定之嬰兒奶粉(牛奶)、嬰兒食品、藥物、糖尿病或其他醫療所需之液體、膠狀及噴霧類物品，經向安全檢查人員申報並獲得同意後即可攜帶。
4. 出境或過境(轉機)旅客在機場管制區或前段航程於機艙內購買、或取得前述物品可隨身攜帶上機，但需包裝於經籤封防止調包及顯示有效購買證明之塑膠袋內。
5. 為使安檢線之X光檢查儀有效檢查，前述塑膠袋應與其它手提行李、外套或手提電腦分開通過X光檢查。

航空站出境服務台24小時聯絡電話

- 第一航廈 (03) 398-2143~4
 - 第二航廈 (03) 398-3274、(03) 398-3294
- 臺灣桃園國際機場

◎ 美加地區特別注意事項

自2008年5月5日起，美加境內托運行李之規定將有變動，凡購買經濟艙機票及兌換里程獎勵之經濟艙機票，可免費托運一件行李，第二件托運行李則須酌收美金25元。

美國聯邦運輸安全署 (TSA) 發布以下航空旅遊注意事項：

1. 各類的液態或凝膠狀物品(包括飲料、洗髮精、防曬油、乳液、牙膏和髮膠等等)禁止攜帶上機，必需放置在托運行李中。但嬰幼兒食品及有醫生處方之必備藥物不在此限。
2. 儘量減少隨身攜帶的行李。
3. 至少在飛機起飛前三個小時到達機場。
4. 安檢後在候機處所購買的飲料，必需在登機前喝完，安檢人員會在登機門進行抽檢。
5. 與TSA安檢人員及航空公司人員充分配合，提高警覺，若有看到行徑可疑之人或事，向有關單位報告。

*出國旅客可瀏覽美國聯邦安全署 (TSA) 的網站www.tsa.gov，得知最新相關規定。

三、食

1. 早餐一般以自助餐為主，可任意取用，但以適量為宜。
2. 午餐及晚餐以中、西餐以及風味特色餐搭配（不含飲料），盡量安排多樣化。
3. 於餐廳用餐時，請勿飲用自己所攜帶的酒類及飲料。
4. 若安排在中國餐廳用餐，因各大城市之中國餐廳，受限於材料來源及烹調方式，實在無法與國內相比較，若無法盡善盡美，敬請見諒！
5. 飲食有特殊需要者，如吃素或不吃牛肉，請在旅遊行前說明會時告知，以便事先預訂（因機上無法臨時準備）。

四、衣

1. 衣著及鞋子以輕便舒適為原則。
2. 冬天服裝以保暖又便於穿脫為原則，同時請備厚毛襪、圍巾、手套等禦寒裝備。
3. 如遇下雪或極地地區，因雪地反光甚強，請備墨鏡護眼，並攜帶面霜、護脣膏等，以防凍傷。

五、住

1. 團體旅遊住宿，一般以二人一室為原則，如欲住單人房則須增繳單人房價差。
2. 一般飯店內不提供牙膏、牙刷、毛巾等私人用品，且基於衛生理由，敬請自行攜帶。
3. 房內如有煮具與茶包、咖啡包，多為免費供應，但冰箱內之任何東西則需付費。
4. 在浴缸內淋浴時，請務必拉起浴簾並將其放於浴缸內，以防濺濕地板。
5. 貴重物品請放置飯店保險箱內，如隨身攜帶，切勿離手。
6. 住宿飯店請隨時加扣安全鎖，並勿將衣物披在燈上或在床上抽煙，聽到警報器時，請由緊急出口迅速離開。
7. 提醒您全球各地因響應環保而實施「公共區域禁菸」的國家越來越多，飯店房間內亦列為禁止吸菸場所，在此提醒您請勿在飯店

公共區域或客房內吸菸，以免誤觸當地法規而遭受高額罰款。

8. 游泳池未開放時間，請勿擅自入池，並切記勿單獨入池。
9. 夜間或自由活動時間自行外出，請告知領隊或團友。

六、交通及行程

1. 搭乘飛機時，請隨時扣緊安全帶，以免亂流影響安全。
2. 搭車時請勿任意更換座位，頭、手勿伸出窗外，上下車請注意來車。
3. 搭乘纜車時，請依序上下，聽從工作人員指揮。
4. 出國旅遊期間，下車或於旅館外出時，貴重物品（護照、金錢、相機、攝影機、沿途新購物品）。請勿置於車上及房間內。
5. 出國旅遊期間，請勿將護照交給他人保管(包括領隊或當地導遊)。要求統一保管時，亦請您回絕。
6. 隨團體參觀時請緊隨團體行動，不單獨行動。
7. 出門在外特別注意安全，切記財不露白，平時財物分開放置，購物時也不應當眾掏出大把鈔票點數。
8. 遵守領隊所宣布的觀光區、餐廳、飯店、遊樂設施等各種場所的注意事項。
9. 旅遊活動安全等級以品保協會評定之危險標準為依據，品保協會未評定者，則由本公司自行評定；身體狀況不佳、孕婦、幼兒及患有心臟病、高血壓、氣管疾病等貴賓，請自行斟酌個人身體狀況，請勿勉強參加。
10. 本公司未提供的自費活動項目，建議您不要參加。若因自行參加而導致意外發生時，本公司恕不負責。
11. 正常旅遊時間外所有客人要求領隊帶領之額外活動，若發生任何意外時，本公司及領隊恕不負責。
12. 搭乘船隻請務必穿著救生衣，搭乘快艇請扶緊坐穩，勿任意移動。
13. 行走雪地及陡峭之路，請小心謹慎。
14. 團體行進中一切以團隊精神為主，暫時需要犧牲一些個人自由、凡事以團體為優先並相互合作、幫助、發揮團隊精神，若有服務不周之處，敬請不吝賜教，並求改進，謝謝！

外交部緊急聯絡中心設有「旅外國人急難救助全球免付費專線」800-0885-0885目前可適用歐、美、日、韓、澳洲等22個國家或地區，並印製有「旅外國人急難救助卡」，可至機場服務台自由取用或至外交部網站下載

七、保險

再次感謝您的支持，參加本公司所承辦的團體旅遊。自2023年5月1日起，為參團旅客投保【責任保險】金額提高至新台幣500萬元，【意外醫療實支實付】為新台幣20萬元（均已超過旅行業管理規則第五十三條規定的200萬元，意外醫療亦已超過交通部觀光局規定的實支實付新台幣10萬元）。唯15歲以下、70歲以上之旅客，與《以台灣為母港出發的郵輪航程》的部分，保險公司只接受最高保額為兩百萬，敬請知悉與理解。以及綜合旅行社的八千萬履約責任險。另外，**觀光局在「國外定型化旅遊契約書」第九條第五款中規定，旅行社有告知旅客自行投保旅行平安保險之義務。**因此，為了您的權益，特別提醒每一位參加團體的貴賓，不要忘了自行投保旅遊平安險，或洽詢您的服務人員相關問題。

■ 旅遊實用資訊

日本旅遊

- 一、**電壓**：日本家庭電壓為110伏特。各大城市的主要飯店都有100伏特及220伏特的電源插座，一般只能插入雙腳插頭。
- 二、**時差**：比台灣時間快一小時。
- 三、**匯率**：單位：¥日圓
 - 1.匯率：1日圓=約0.21台幣(匯率隨時變動，以上僅供參考，[查詢](#))
 - 2.在國際機場的兌換處或各大銀行及觀光飯店都可兌換貨幣
 - 3.旅行支票在銀行兌換比較方便，一般商店和餐廳幾乎無法使用旅行支票。
 - 4.機場兌換處營業時間為06：30~23：00，銀行的營業時間：星期一至五09：00~15：00，星期六、日和公共假期都關閉。
- 四、**如何撥打國際電話**
 - 1.從日本打電話回台灣：001010+886+台灣城市區域碼+對方電話號碼
 - 2.從台灣打電話到日本：002+81+當地區域碼+對方電話號碼
※請注意，區域碼不加0，如台北市的區域碼是02，撥的時候只需撥2即可；同理撥打對方的行動電話時前面的0不用加。
 - 3.市內電話：日本到處都有公用電話，特別是在車站和商業區周圍，共分紅、黃、粉紅和綠四種顏色。打公共電話可使用10日圓和100日圓的硬幣以及電話卡。市內電話費為每分鐘10日圓，使用預付電話卡是最方便的方法。
 - 4.電話卡：有500日圓和1,000日圓兩種，1,000日圓的電話卡可打105次10日圓的電話，大部分的電話亭裡設有電話卡自動售卡機，便利店和車站小賣店亦有販售，在風景名勝地區亦出售有製作精美的紀念電話卡，雖然價錢會較貴、且所含的單位也較少，但可收藏。
- 五、**季節氣候**
 - 1.日本的氣候屬於溫帶海洋性氣候，北端位於亞寒帶，而最南端屬於亞熱帶，大部分地區的雨季約在6月中旬至7月中旬，降雨量比其他時期多。春、秋兩季氣候較為涼爽，需穿外套和薄毛衣。夏季炎熱，以

短袖運動服裝等 輕便衣著為主。冬季寒冷，需攜帶輕便大衣、保暖外套或厚毛衣等。

* 春季【3-5月】夏季【6-8月】秋季【9-11月】冬季【12-2月】

住宿飯店資訊

* 提醒您全球各地因響應環保而實施「公共區域禁菸」的國家越來越多，飯店房間內亦列為禁止吸菸場所，在此提醒您請勿在飯店公共區域或客房內吸菸，以免誤觸當地法規而遭受高額罰款。

本團飯店尚在確認中，我們將隨時為您提供最新資訊，謝謝!!

航班資訊

再次提醒**護照自帶**的貴賓，請在前往機場與團體集合出發前，請再次檢查是否已經攜帶**您的護照或簽證等相關旅行文件**..等，並請提早或準時抵達機場集合，以便協助您辦理Check-in手續。

鳳凰再次叮嚀貴賓~旅遊安全的注意事項

出國旅遊已經是台灣旅客從事休閒的主要活動之一，鳳凰旅遊非常榮幸能在此趟行程為貴賓提供服務，但是，基於維護貴賓的旅遊安全，希望您能耐心與仔細閱讀我們以下的叮嚀，任何疑問也請隨時洽詢隨團服務的領隊或導遊，謝謝!

根據旅遊醫學專業醫師的建議：

1. 懷孕婦女、年長者、行動不便、慢性病患者如心臟病血管疾病、肺及呼吸疾病、腎臟病及尿毒症、痛風及高尿酸血症、糖尿病及高血壓病患者，及癌症患者或健康狀況不佳者，參團出國旅遊時，一定要有親友隨行照料（尤其是行動不便者）；並在行程出發前主動告知旅行社，以便旅行社能在行程中、儘量協助安排相關事宜。
2. 慢性疾病患者請記得在行程出發前做好個人用藥的準備，例如：攜帶足夠的藥物量，以及英文處方箋（含：藥物名稱、劑量及用法）；尤其是長途飛行的旅程中，貴賓一定要將相關藥品及醫師處方箋放在隨身行李，請勿只放在大行李箱內。
3. 基於旅遊安全考量，請貴賓自行酌量身體狀況，是否能夠參加具刺激性或危險性的活動，並請務必提醒領隊或導遊個人的病史，（刺激性活動如：高原、高山旅遊、浮潛、潛水、衝浪及相關水上活動、泛舟、滑雪、高空彈跳..等）。
4. 相當受到喜愛的泡湯活動，並不是人人都合適喔!尤其是泡湯時，因為溫度急遽的變化容易引起身體不適，請貴賓斟酌。想泡湯的貴賓，提醒您泡湯前先作暖身運動，下池時速度放緩、由手、腳尖、腿、腰、身體至全身，每次泡湯以10~15分鐘為宜，最多不要超過2次，泡湯後需補充水分。

鳳凰再次叮嚀：

提醒貴賓隨時留意自身的健康外，若有任何身體不適，請務必在第一時間通知隨團服務的領隊或導遊；參加各項活動前，也請務必仔細聆聽領隊或導遊的安全須知宣導及規定，並請遵守。

*基於旅遊安全考量，貴賓有義務告知您的身體狀況，若因貴賓未告知或隱瞞，則表示旅客願意自行承擔一切責任。

出國旅遊攜帶物品核對表

| 旅遊文件資料 | | |
|---|---------------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 護照 (出國日起六個月以上效期) | <input type="checkbox"/> 簽證 | <input type="checkbox"/> 出境證 |
| <input type="checkbox"/> 機票 | <input type="checkbox"/> 旅遊行程手冊 | <input type="checkbox"/> 各地旅遊參考資料 |
| <input type="checkbox"/> 外幣零用金 | <input type="checkbox"/> 信用卡 | <input type="checkbox"/> 記事本 |
| <input type="checkbox"/> 名片 (旅客自行斟酌) | <input type="checkbox"/> 親友聯絡地址、電話 | |
| 衣物用品 | | |
| <input type="checkbox"/> 西裝、洋裝、領帶 | <input type="checkbox"/> 襯衫、休閒服、夾克 | <input type="checkbox"/> 毛衣、風衣、長褲 |
| <input type="checkbox"/> 襪子、手帕、內衣褲 | <input type="checkbox"/> 便鞋、平底鞋、拖鞋 | <input type="checkbox"/> 睡衣褲 |
| <input type="checkbox"/> 防寒衣物 (帽子、手套、圍巾) | <input type="checkbox"/> 游具(泳衣、泳帽、蛙鏡) | <input type="checkbox"/> 摺傘或輕便雨衣 |
| <input type="checkbox"/> 太陽眼鏡、防曬乳液 | <input type="checkbox"/> 遮陽帽 | |

個人用品

| | | |
|--|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 梳子、髮油 | <input type="checkbox"/> 刮鬍刀、刮鬍膏(請放入托運行李箱) | <input type="checkbox"/> 化妝品、面紙、面霜、面膜 |
| <input type="checkbox"/> 牙刷、牙膏、洗面乳、沐浴乳、洗髮精 | <input type="checkbox"/> 水壺 | <input type="checkbox"/> 吹風機 |
| <input type="checkbox"/> 針線、備用釦 | <input type="checkbox"/> 指甲刀、水果刀(請放入托運行李箱) | <input type="checkbox"/> 轉換插頭、變壓器 |
| 其他 | | |
| <input type="checkbox"/> 個人自用應急藥品 (慢性病英文處方箋) | <input type="checkbox"/> 零食 | <input type="checkbox"/> 紀念品 |
| <input type="checkbox"/> 親友請託購物品清單 | <input type="checkbox"/> 休閒雜誌 | <input type="checkbox"/> 筆 |

Have a nice trip

旅途愉快