

# Packing Checklist

## 1. Essentials

<input type="checkbox"/> パスポート	空港で頻繁に提出が求められるので、手持ちのカバンに用意
<input type="checkbox"/> 航空券 (E チケット)	デジタルの航空券を空港に持参して印刷する形が多い
<input type="checkbox"/> ビザ関連書類	自分の渡航タイプにあったビザを用意
<input type="checkbox"/> 学校の入学許可書	学校に通う場合、デジタルコピー or 紙で用意
<input type="checkbox"/> 海外旅行保険の証明書	滞在中に有効な医療保険の証明書
<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
<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を最低2枚
<input type="checkbox"/> 現金	出国するまでに必要な日本円 & 1万円ほどの現地通貨
<input type="checkbox"/> バックパック	到着後の通学でも使える便利なバックパック
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

## 2. Tech

<input type="checkbox"/> 現地の SIM カード	日本で SIM カードを手配 (AK-Media 記事参照)
<input type="checkbox"/> スマートフォン	SIM カードを差し込んで使える SIM フリースマホ
<input type="checkbox"/> パソコン	デジタル化が進んでいる学校も多いので重宝する
<input type="checkbox"/> 充電器	スマートフォン、パソコン、カメラ用など
<input type="checkbox"/> モバイルバッテリー	現地の大型スーパーや家電量販店でも調達可
<input type="checkbox"/> 変換プラグ・変圧器	国によっては必要なので事前に要チェック
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

## Notes»



# Packing Checklist

## 3. Toiletries

<input type="checkbox"/> 常備薬	普段から飲み慣れている風邪薬や痛み止め
<input type="checkbox"/> スキンケア用品	新しい環境では肌荒れしやすいので、使い慣れたもの
<input type="checkbox"/> コンタクト・メガネ	必要な人は持参する
<input type="checkbox"/> コンタクト保存液	現地調達ができるのでトラベルサイズのみ
<input type="checkbox"/> 化粧品	使い慣れたものを持参（外国製品は現地で安く購入できる）
<input type="checkbox"/> 折り畳み傘	現地調達も可
<input type="checkbox"/> 歯磨きセット	現地で手に入るが、歯ブラシのサイズが大きめ
<input type="checkbox"/> 洗濯ネット	強い洗濯機や乾燥機を使うので役立つアイテム
<input type="checkbox"/> 衣類圧縮パック	移動時に衣類のかさばりを抑えることができる
<input type="checkbox"/> ひげ剃り	電動シェーバーを持参する場合、対応電圧を事前確認
<input type="checkbox"/> 目薬	飛行機内で使いたい・お気に入りがある場合（現地調達も可）
<input type="checkbox"/> 日焼け止め	日本製にこだわる方は持参（現地調達も可）
<input type="checkbox"/> タオル・バスタオル	1枚ずつ持参していると安心
<input type="checkbox"/> ヘアアイロン・ドライヤー	使い慣れたものを使用したい人は持参（海外対応のもの）
<input type="checkbox"/> シャンプー・コンディショナー	余裕があればトラベル用の小さいものを持参
<input type="checkbox"/> 耳かき・爪切り	現地調達も可
<input type="checkbox"/> 生理用品	日本製のものは高品質なので、気になる方は持参
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

## Notes»



# Packing Checklist

## 4. Clothes

<input type="checkbox"/> 普段着 __日分	乾燥機を使用することが一般的なので、縮まない服
<input type="checkbox"/> 下着 __日分	ホームステイの場合、洗濯は週1の家庭が多い
<input type="checkbox"/> 靴下 __日分	下着と同じくらいあれば十分
<input type="checkbox"/> 部屋着	他人に見られても OK な部屋着
<input type="checkbox"/> スニーカー	履きつぶしてもいいものを持参 or 履いて渡航
<input type="checkbox"/> 防水ジャケット	撥水加工の効いたフード付きのウィンドブレーカー
<input type="checkbox"/> 帽子・サングラス	日差しが強いので使い慣れたものがあれば持参
<input type="checkbox"/> ヒートテック	冬は持参がベター（海外にも UNIQLO の店舗有）
<input type="checkbox"/> 防寒具	寒い地域へ渡航される場合、暖かいダウンジャケット
<input type="checkbox"/> 水着	夏に滞在 & お気に入りのものがある場合は持参
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

## 5. School

<input type="checkbox"/> 筆記用具	学校に通う予定の人は持参
<input type="checkbox"/> ノート・メモ帳	現地調達も可
<input type="checkbox"/> 電子辞書	学校へ通う予定の人はあると便利（携帯の翻訳アプリでも十分）
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

## 6. Other

<input type="checkbox"/> 日本のお土産	ホームステイの予定がある人は会話のキッカケになる
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	