



沖縄旅行 持ち物チェックシート

日焼け・台風・海遊び・子連れ旅の準備に



☐ を使って出発前の準備を確認できます。下のメモ欄には、自分で追加したい持ち物や買うものを書き込めます。

おすすめ持ち物チェック

☐ 日焼け止め

肌に合うものを準備

☐ 帽子・サングラス

日差し対策に便利

☐ ハンディ扇風機・冷感タオル

暑さ対策に

☐ ラッシュガード・薄手の羽織り

日差しと冷房対策

☐ マリンシューズ・ビーチサンダル

海遊び予定があるなら

☐ タオル・着替え

子連れは少し多めがおすすめ

☐ 防水バッグ・ジップ袋

濡れ物やスマホ整理

☐ 折りたたみ傘・レインコート

急な雨対策

☐ モバイルバッテリー・充電ケーブル

観光中や台風時に安心

☐ 子供用のおやつ・飲み物

一部は現地購入でもOK

☐ 常備薬・受診に必要なもの

マイナ保険証・資格確認書など

☐ 熱中症対策グッズ

塩分タブレット・冷却シートなど

自分で追加したい持ち物メモ

☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	

準備メモ

前日までに入れるもの

例：充電器・常備薬・ラッシュガード

現地で買ってもよいもの

例：飲み物・おやつ・日用品

忘れたくないひとことメモ

例：保険証・予約確認・天気チェック
