【国内旅行チェックリスト】

出発日：＿＿＿＿＿＿　帰宅日：＿＿＿＿＿＿　行き先：＿＿＿＿＿＿＿＿

交通手段：□新幹線　□飛行機　□車　□バス　宿泊数：＿＿泊

カテゴリ	項目	チェック	数量	メモ
【必需品】				
必需品	財布（現金・小銭／ICカード）			ATMや交通系の残高確認
必需品	スマホ本体			充電残量を前日までに確認
必需品	スマホ充電器・ケーブル			コンセント口数もイメージしておく
必需品	モバイルバッテリー			容量・フル充電か確認
必需品	家の鍵			合鍵の扱いも確認
必需品	身分証（免許証・マイナンバーカード）			車・病院利用を想定
必需品	常備薬・酔い止め			乗り物・体調不良対策
【交通・宿泊】				
交通・宿泊	新幹線／特急／バスの予約情報（予約番号）			スマホ／印刷どちらで提示するか
交通・宿泊	飛行機の予約情報（便名・時間）			チェックイン締切時間も確認
交通・宿泊	ホテル・旅館の予約確認書			チェックイン時間・朝食有無
交通・宿泊	レンタカー予約情報			店舗場所・ガソリン返却条件
交通・宿泊	運転免許証（運転する人）			レンタカー利用の有無
交通・宿泊	ETCカード			高速道路を使う場合のみ
【衣類】				
衣類	着替え（トップス）			日数＋予備1枚が目安
衣類	着替え（ボトムス）			
衣類	下着・靴下			
衣類	パジャマ／部屋着			旅館にない場合を想定
衣類	上着・羽織り（気温差対策）			冷房・朝晩冷え込み用
衣類	雨具（折りたたみ傘・レインコート）			
【衛生・生活用品】				
衛生・生活	歯ブラシ・歯磨き粉			アメニティの有無で調整
衛生・生活	タオル・ハンカチ			
衛生・生活	マスク・除菌シート			
衛生・生活	化粧品・スキンケア一式			メイク落とし含めて確認
衛生・生活	コンタクト／保存液・ケース			予備レンズもあると安心
衛生・生活	眼鏡			寝る前・非常時用
衛生・生活	整髪料・ヘアブラシ			
【レジャー・用途別】				
レジャー	カメラ・SDカード			スマホ撮影で足りるかも検討
レジャー	水着・ビーチサンダル（温泉・プール）			
レジャー	レジャー用タオル（海・プール）			
レジャー	双眼鏡（ライブ・観光向け）			
レジャー	推し活グッズ（ペンライト等）			電池残量・充電ケーブル
レジャー	子ども用の着替え・おむつ・おしりふき			
レジャー	子どものおやつ・退屈しのぎグッズ			
レジャー	ノートPC・充電器（出張時）			資料・データの事前準備
【家の準備（出発前チェック）】				
家の準備	玄関・窓の施錠			戸締まり最終確認
家の準備	ガスコンロ・元栓の確認			
家の準備	電気（不要な家電のコンセント）			
家の準備	冷蔵庫の中（傷みやすいものの処理）			
家の準備	ゴミ出し			出発前日・当日のどちらで出すか
家の準備	郵便物・宅配の対応			長期の場合は一時止めも検討
家の準備	植物の水やり／ペットの世話手配			
【メモ｜自由欄】	行き先ごとの持ち物や特記事項など			