

カテゴリ	優先度	持ち物	チェック	ワンポイントアドバイス
貴重品	★★★	パスポート	☐	残存有効期間が6ヶ月以上あるか必ず確認！
	★★★	航空券（eチケット）	☐	スマホだけでなく紙にも印刷しておくとう安心感が段違いです
	★★★	現金（日本円・台湾ドル）	☐	1～2万円分を台湾ドルに。残りは日本円でOK
	★★★	クレジットカード	☐	VISA/Mastercardを推奨。最低2枚あると盤石
	★★☆	海外旅行保険証	☐	カード付帯で十分か要確認。万が一のお守りです
電子機器	★★★	スマートフォン	☐	充電器とケーブルもセットで。これが無いと始まりません
	★★★	モバイルバッテリー	☐	10000mAh以上推奨。預け入れ荷物は絶対NG！
	★★★	ポケットWi-Fi / SIM / eSIM	☐	eSIMが最も身軽でストレスフリー。事前設定を忘れずに
	★☆☆	変換プラグ	☐	台湾は日本と同じAタイプなので、基本的には不要です
衣類	★★★	トップス（Tシャツなど）	☐	汗をかくので日数分＋予備1枚が基本
	★★★	ボトムス	☐	着回しが効くものを2本あれば十分
	★★★	羽織もの	☐	必須！強烈的な冷房対策にカーディガンや薄手パーカーを
	★★★	下着・靴下	☐	日数分＋汗をかいた時用の予備1セット
	★★★	歩きやすい靴	☐	とにかく歩くのでスニーカーが最強。新品の靴は靴擦れ注意！
洗面・衛生用品	★★☆	歯ブラシ・歯磨き粉	☐	台湾のホテルはSDGsで置いていないことも増えています
	★★☆	常備薬・絆創膏	☐	胃腸薬、頭痛薬など、自分が飲み慣れたものが一番安心
	★★★	ウェットティッシュ	☐	夜市やローカル食堂での食事の必需品です
	★★☆	折りたたみ傘	☐	天気が変わりやすいので晴雨兼用がベスト