

PEACE BOAT
Since 1983

旅行企画・実施 株式会社ジャパングレイス

本パンフレットに掲載の内容は2024年6月時点のご案内です。実際のサービスや設備が変更となる場合がございますので、ご了承ください。
PHOTO : PEACEBOAT、千賀健史、shutterstock.com

2024年6月発行

PACIFIC WORLD

船内生活の手引き
Guide to Life Onboard

PEACE BOAT
Since 1983

ご出発前の 準備について

ご出発までにご準備いただく書類や旅行に必要な準備のご案内です。

旅券（パスポート）

旅行終了日（帰着日）から 6 か月以上の有効期限が必要となります。残存期間が十分でないパスポートをお持ちの方は、パスポートセンターにて更新手続きをおこなってください。

査証（ビザ）

クルーズに必要な査証（ビザ）は、弊社にて取得手続きの代行をいたします。別途お渡しする「必要書類のご案内」をご確認ください。

※日本国籍以外のお客様は、弊社までご連絡ください。

証明写真

クルーズごとの必要な枚数とサイズについては、別途お知らせいたします。

外貨

船内では日本円から外貨への両替はおこなっておりません。多くの場合クレジットカードがご利用いただけますので、現金は露店などでお買い物に備えてご準備ください。必要な通貨については、「オプションルツアーのご案内」にてご確認ください。

※露店でのお買い物には小額紙幣をお持ちになると便利です。

お荷物 / 宅配便サービス

乗船時は、ご自宅から船室までお荷物を宅配便で送ることができます。集荷の期日・送料については別途ご案内いたします。下船時の宅配便については船内のご案内いたします。

クレジットカード

クレジットカードまたはデビットカードを乗船手続きにご登録いただくことで、船内の各種サービスがご利用いただけます。登録できるカードは下記の 4 社に限ります。



※JCB は日本国内では加盟店の多いブランドですが、海外では使える場所が限定されます。新たに作る場合は、別ブランドで登録されることをお勧めします。

※デビットカードは、Visa や MasterCard、JCB などの国際ブランドが付いていない J-Debit はご使用できません。

ご確認ください

①有効期限

クレジットカードの有効期限がご帰国日の翌月以降まであるかご確認ください。

②暗証番号

少額のお買い物でも暗証番号を求められることがあります。乗船前にご確認ください。

③ご利用限度額

ご自身の利用限度額をご確認のうえ、必要に応じてご出発前に利用限度額の引き上げ手続きをお勧めいたします。

④お客様とクレジットカード会社のご精算期日
クレジットカードは発行会社によって集計期間（※日）、請求書発行日、金融機関からの引き落とし日が異なります。乗船中にご利用になった請求が、ご帰国数か月後の引き落としになる場合がございます。ご不明な点はカード会社にご確認ください。

⑤紛失時連絡先

万が一に備え、クレジットカード / デビットカード会社の連絡先をお持ちいただくことをお勧めいたします。また、紛失・上限金額超過等に備え、クレジットカードは 2 枚以上ご準備いただくと安心です。

船内精算

船内では現金でのご精算はお受けしておりません。乗船時にクレジットカード（またはデビットカード）をご登録ください。ご出発時に「早得ぶらす残高 + 早得ぶらすポイント」がある方は、船内で使えるオンボードクレジットとして自動で登録されます。

クレジットカード（またはデビットカード）を登録されない場合、ご旅行出発前に前払金のお支払いをお済ませください。振込口座はご旅行代金の振込先とは異なりますのでご注意ください。

■三井住友銀行 高田馬場支店
普通：5151339 （株）ジャパングレイス

※お振り込みの際のご名義には、お名前の前に必ず申込番号を付け加えてください（例 1234 フナタビハルカ）。

※お振り込み金額は余裕をもってご入金いただくことをお勧めいたします（上限はございません）。

※前払金はオンボードクレジット残高が不足した場合、追加入金（銀行振込）として船内有料サービスのお支払いにご使用いただけます。インターネットバンキングなどをご利用のうえ、ご旅行中に指定口座へお振り込みください。

※クレジットカード、デビットカードをご登録いただいている場合も、オンボードクレジットでのご精算をご利用いただけます（※ オンボードクレジット残額からのご精算が優先されます）。

※オンボードクレジットの残金は、クルーズ終了後にお客様ご指定の口座にご返金いたします。

※ご出発時に複数クルーズへお申込の場合、「早得ぶらす残高」は次のお申込クルーズへ自動で引き継がれます。

健康管理について

通院・処方薬のあるお客様は、主治医に相談のうえ、処方薬は必ず旅行日数分より多めに持参ください。

船内の医療体制

船内の診療室は、日本語で受診ができます。医療設備や常備している薬剤には限りがありますので、病状によって詳しい検査や治療が必要な場合、寄港地で下船し、現地の医療機関を受診していただく場合もございます。

海外旅行保険

船内の診療室での診療費は「海外旅行保険」の請求対象となります。乗船前に治療を受けている病気（既往症）については保険会社は免責です。帰国後、診療費を保険会社に請求する場合には、診療室発行の診断書（有料。ご乗船中にお申し出ください）とレシートが必要です。大切に保管してください。

その他の手続き

長期でのご旅行となりますので、各種免許および手帳の切り替えなど、公的手続きはご出発前に必ずお済ませください。

アルコール類の取り扱い

船内へ持ち込まれたアルコール飲料は、下船まで開封せずご自身の船室にて保管ください。ワインに限りダイニングレストランにてご飲用いただけます（開栓料として 1 本あたり 2000 円を頂戴しております）。

出 航 当 日 に つ い て

出航の当日は以下のようにご乗船いただきます。
クルーズ中に必要な書類やカードなどは
出航日にターミナルでお渡しいたします。

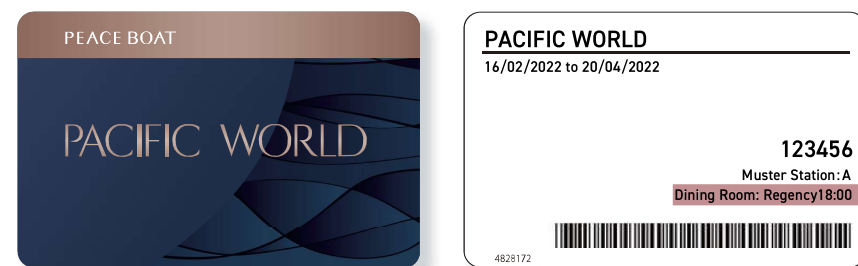
お渡しするもの

ターミナルでのチェックイン時に、以下をお渡しいたします。

■ID カード

以下の 3 つの役割を果たすカードです。

- ①船室の鍵
- ②船内有料サービスのご利用
※チェックイン時にクレジット/デビットカード情報をご登録いたします。
- ③乗下船時のセキュリティチェック



■クルーズチケット（乗船券）

お名前、乗下船地、船室番号などが記載されています。
クルーズが終了するまでお手元にて保管をお願いいたします。

■ツアーバウチャー

ご乗船前にお申し込みいただいたオプションツアーの参加券です。ツアー参加時に必要となります。
※クルーズ出航後船内にて、ご変更・お取り消しをされる場合にも必要となります。

■海外旅行保険証券

ご乗船前にジャパングレイスを通じてお申し込みいただいた海外旅行保険の証券です。
※旅行変更費用補償特約付帯のものを除きます。
※ご自身で他社の海外旅行保険に加入されている方は、保険証券や緊急時の現地アシスタントサービスの連絡先をお忘れなくご持参ください。

■パスポートコピー

PP コピーを紛失した場合は、レセプションにて再発行できます（有料）。

ご乗船のながれ（日本から乗船される場合）

①乗船手続き

港のターミナルにてチェックインをお済ませください。（左記 4 ページの物をお渡しいたします）
出国審査後、乗船口よりご乗船ください。

②船室へご案内

クルー（乗組員）がお客様の船室までご案内いたします。ご自身の船室にお入りいただき、まずは
以下をご確認ください。

- ・乗船前に宅配便（当社指定のもの）にてお送りいただいたお荷物は船室に運び込んでおります。
全てのお荷物が到着しているかご確認ください。
- ・船室ドア（室内側）に掲示されているマスターステーション（緊急時集合場所）と、クローゼット内のライフジャケット（救命胴衣）をご確認ください。

③避難訓練に参加する

クルーズ出航前に、全てのお客様にご参加いただく避難訓練を実施いたします。詳細は、当日お渡しする「非常時集合場所確認のお願い」をご確認ください。

携帯電話・スマートフォンのご利用と設定について

船内では、ご契約の携帯電話会社により国際ローミングによる通話サービスをご利用いただけます。
船内ではマナーモードに設定し、公共スペースでの大声での会話はご遠慮いただくなど、周りのお客様へのご配慮をお願いします。
海外（船内や寄港地）では通信料が高額になる恐れがあります。ご利用にならないときは、不要な通信を避けるため、電源をお切りになるか機内モードへの設定をお勧めします。

船内設備について

クルーズをより快適に楽しく過ごしていただくための、公共スペースの設備についてご紹介します。

レセプション 5階中央

お客様のご質問やお問い合わせに対応する窓口です。



ツアーデスク 5階中央 10:00-15:00

オプションツアーのお申込み、ご相談を承っております。

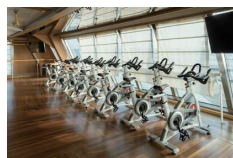
ショップ 6階中央 09:00-21:00

“手ぶらでできる世界一周”をコンセプトにあらゆるアイテムを取り揃えています。日用品や文房具、お菓子、ピースボートオリジナルグッズ、アウトドアブランドなどの商品も販売しています。
※環境保護の一環としてお買い物袋はお渡ししておりませんので、バッグをお持ちいただくと便利です。



フィットネスセンター（スポーツジム） 12階後方 07:00-22:00

数多くのトレーニングマシンを備えております。ご利用は無料です。



美容室 / マッサージ 12階後方 09:30-19:30

各種メニューをご用意しております（有料）。どなたでもご利用いただけます。



サウナ 12階後方 10:00-20:00

水着着用でご使用いただける、男女別のサウナルームがございます。

プリンセスシアター 7階前方

映画鑑賞をお楽しみいただける屋内シアター。プログラムの詳細は船内新聞にてご確認くださいませ。



ビスタラウンジ 7階後方

水先案内人の講座やピースボートならではのイベントが開催されます。



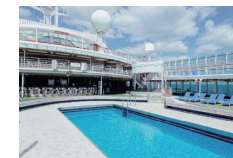
フリースペース 8階中央

社交ダンスや自主企画、卓球など、ピースボートクルーズをより楽しむためのスペース。待ち合わせや憩いの場としてもお使いください。



リエラスイミングプール 12階中央 09:00-18:00 頃

リフレッシュや健康維持にご活用ください。



ゲームエリア 12階中央

囲碁・将棋、麻雀やカードゲームをお楽しみいただけるエリアです。



ムービーズアンダーザスターズ 14階

日中から夜まで映画や寄港地映像などを随時上映しています。



プラチナスタジオ 12階中央 11:00 - 22:00 頃

プライベートな空間でカラオケ（有料）をお楽しみいただける特別スタジオです。

船内設備について

日々を彩る「食」は旅の楽しみの一つ。船内のレストラン、カフェ、バーをご紹介します。

レストラン

■5階中央 マーキスダイニング 朝 06:00 - 08:30 / 昼 11:30 - 13:30 / 夕 前半 17:00 - 後半 19:30 - 朝・昼は和御膳 夕は洋食アラカルトを提供するダイニングです。



■6階中央 リージェンシーダイニング 朝 06:00 - 08:30 / 昼 11:30 - 12:30 / 夕 前半 17:00 - 後半 19:30 - 朝・昼・夕ともに洋食アラカルトを提供するダイニングです。

■14階前方 ホライゾンコート 05:00 - 24:00 頃
ビュッフェスタイルで、日本食、中華、イタリアンなど世界中の味が楽しめます。



■14階前方 テラスグリル 10:00 - 14:00 / 波へい 17:00 - 24:00 頃
朝・昼は焼きたてのハンバーガーなどをご提供し、夜は居酒屋“波へい”（有料）となります。



■7階中央 有料レストラン すし処 海 (Kai SEAFOOD BAR) 11:30 - 14:00 / 17:00 - 21:30
ランチは数量限定の海鮮丼、夜は握りを一貫からご注文いただけます。



バー / カフェ / ラウンジ

数多くのバーやラウンジがあり、ビール、カクテル、ワインのほか、ウイスキーなどのボトルキープも承ります（有料）。カフェでは、アメリカンコーヒーやエスプレッソ、カプチーノ、紅茶などもご提供しています（有料）。

ドリンクメニューと参考価格

コーヒー・紅茶	380 円～	酎ハイ	390 円～
ソフトドリンク	320 円～	日本酒 (300ml)	1,000 円～
ビール	370 円～	ボトルキープ	2,000 円～
グラスワイン	560 円～		

インターナショナルカフェ 5階中央 08:00 - 23:00 頃

コーヒー・紅茶、ソフトドリンクと無料の軽食（10:00 ～ 16:00）を提供しています。窓辺の席で海を眺めながら、ゆっくりとした時間を過ごすのにオススメのカフェです。



クルーナーズバー 7階中央 17:00 - 22:00 頃

4階吹き抜けのアトリウムに位置する開放的なカフェバー。弾き語り演奏もお楽しみください。



リビエラバー 12階中央 11:00 - 21:00 頃

海のそよ風を感じながら飲むビールは格別！刻一刻と移り変わる空や海の景色を眺めながら、船旅ならではの贅沢なひとときを。



ホイールハウスバー 7階前方 18:00 - 遅くまで

ウイスキーなどのボトルキープも可能なほか、夜はバンド演奏が入り、ダンスも楽しめます。



船室設備について

船室には、クルーズライフを快適にするさまざまな設備をご用意しております。全室共通の基本設備をご紹介します。

■電源

船室の電源は110V（平型Aタイプ）、220V（丸型Cタイプ）、220V（ハの字型Oタイプ）の3種類あり、全て60ヘルツです。

平型Aタイプの差し込み口は日本と同じ形状ですが、CタイプやOタイプの変換プラグがあると便利です。電圧が異なりますので、差し込み間違いのないようご注意ください。

また、日本と同じ平型Aタイプ用の多数口の電源タップや延長コードがあると便利です。ただし、コンセントの消費電力上限は約1100Wとなりますので、使用時の合計電力にご注意ください。なお、防災上の観点から使用後はコンセントを抜いていただくようお願いします。

※使用する電化製品によっては変圧器、変換プラグをご準備ください。

※変圧器、変換プラグは乗船前の準備をお勧めいたしますが、船内ショップでも取り扱いがございます。

※現在日本国内で販売されている充電式電化製品（携帯電話・シェーバー・デジタルカメラ・音楽プレーヤーなど）の多くは、100V～240Vまで対応しています。詳しくは取扱説明書をご確認いただくか、最寄りの電化製品店でご確認ください。



■清掃

船室の清掃、ベッドメイクは毎朝（または夕方）に行われます。

清掃の必要がないときは、「Do not Disturb」のカードをドアに掲示してください。



■セーフティボックス（金庫）

貴重品の管理については各船室に備え付けられているセーフティボックス（金庫）をご利用ください。

■備品 / アメニティ

テレビ、ミニ冷蔵庫、電気ケトル、ドライヤー、バスタオル、フェイスタオル、リンスインシャンプー、ボディーソープは船室にございます。

※マグカップなどのご用意はございませんので、お客様ご自身でご準備ください。船内ショップでも取り扱いがございます。

※本冊子17ページ「船室にご用意のある備品」と合わせてご確認ください。

❶喫煙

船室を含む船内（屋内）、及び船室バルコニーは禁煙です。喫煙は屋外デッキの灰皿設置場所をご利用ください。本船では電子タバコにつきましても、通常のタバコと同様の取り扱いになります。

※喫煙所は、12階リビエラデッキ中央右舷側の灰皿設置場所です。

各種サービスについて

船旅をよりよいものにする、あるとうれしいオプションサービスをご紹介します。

クルージングパーティー

航海中に開催されるクルージングパーティーでは、普段とは違うおしゃれをしてお楽しみください。
男性：ジャケットにネクタイ、スーツ、タキシードをお召しになる方もいらっしゃいます。
女性：ワンピース、ドレス、着物や寄港地で購入された民族衣装をお召しになる方もいらっしゃいます。

アニバーサリープラン

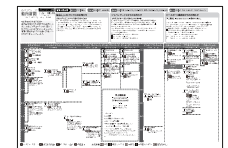
お誕生日を迎えられるお客様には、バースデーケーキのサービスがございます。その他、アップグレードメニュー（有料）もご用意しておりますので、記念日や特別な日にぜひご利用ください。

ピースボートセンター

ピースボートセンターでは、ご自身で講座やイベントを企画してみたいという方のご相談を受け付けています。また船内企画で使用する小道具や機材、スポーツ用品の貸し出しをしています。

船内新聞

毎日発行し、船室にお届けいたします。翌日のイベント・講座のスケジュール・食事時間・各種サービス施設の営業時間など、さまざまなお知らせが掲載されます。Webでもご覧いただけます。



※スマートフォンやタブレット端末等で船内専用のWi-Fiに接続し、Webサイトで閲覧できます（無料）。
詳しい接続方法は船内にてご案内いたします。

船から日本への連絡方法

電話、インターネット、FAX、郵便がご利用いただけます（有料）。詳細は、別途ご案内いたします。

ランドリーサービス（洗濯・乾燥）

船室に備え付けのランドリーバッグに衣類を入れ、ネームタグをつけて専用申込書とともにベッドの上に置いてください。ハウスキーパーがお預かりいたします。また、客室階にはコインランドリーもございます。アイロン（無料）はコインランドリー内に備え付けられています。

◎ランドリーサービス 1バッグ800円

※料金はIDカードへチャージされます。

◎コインランドリー 1コイン350円（洗濯1コイン、乾燥1コイン）

※専用コインはレセプションまたはショップにて事前購入が必要です。

※洗剤・柔軟剤はご用意ください（ショップでも販売しております）。

※熱に弱い素材や、刺繍や装飾ボタン等のある衣類のご利用はお控えください。

※防災上、船室内でのアイロンの使用は禁止されております。

インターネット（Wi-Fi）接続

インターネット（Wi-Fi）のご利用には、専用カードをショップ（6階中央）にてお買い求めください。

◎インターネットカード 1ギガ10US\$

※ご出発時のレートにより日本円で提供します。

※1ギガ単位でご購入いただけます。

※船内では船室を含むすべての場所で接続が可能です。

ルームサービスについて

あるとうれしい朝食時の無料ルームサービスは、全船室にてご利用可能です。

ルームサービス

相部屋をのぞくすべての船室で、ルームサービスをご利用いただけます。24 時間営業の有料アラカルトメニューをご用意しており、朝食時には無料でのサービスもごございます。

※相部屋の方は朝食時の無料ルームサービスのみご利用できます。



Room Service

ルームサービスメニュー

24時間
対応

船内電話機
[ROOM SERVICE]
または 9001

すし処 海

11:30-13:30

海鮮重

¥3,500

17:00-21:00

松 上握り

¥5,500

竹 中握り

¥4,500

梅 並握り

¥3,500

フルーツ盛り合わせ

¥2,250

チーズ盛り合わせ

¥2,250

ミックスビザ

¥1,850

ハンバーガー

¥1,850

クラブサンドウィッチ

¥1,750

ベーコンレタストマトサンドウィッチ

¥1,650

ベジタブルサンドウィッチ

¥1,650

ミックスサラダ

¥1,200

フライドポテト

¥1,200

おにぎり3種(みそ汁付)

¥1,200

BEER

キリン一番搾り(330ml)

¥550

COCKTAIL

レモンサワー

¥450

ハイボール

¥550

GLASS WINE

白・赤

¥700

BOTTLE WINE

ワインボトルを別途用意しております。
お気軽にオペレーターにお尋ねください。

SOFT DRINK

コカコーラ

¥450

ジンジャエール

¥450

ペリエ

¥650

ミネラルウォーター

¥350

*サービスチャージ15%を加算させていただきます。

寄港地について

各寄港地での上陸手続きも簡単です。外国でも不安が少なく旅ができるのが船旅の魅力です。

出入国審査方法

寄港地に到着後、現地の入国管理官、税関、検疫官等によって入国審査がおこなわれます。多くの寄港地は、書類審査のみです。お客様は終了まで船室や公共スペースでお待ちください。ただし、寄港地によっては、空港と同様、お一人ずつ出入国審査を受けていただくこともございます。

上陸方法

すべてのお客様の「上陸許可」がでましたら船内放送にてご案内いたします。上陸の際は、チェックイン時にお渡しする ID カードとパスポートコピーを必ずご携帯ください。

帰船リミット

通常、出港予定時刻の 1 時間前から 2 時間前を「帰船リミット（帰船時刻）」としております。帰船リミットを過ぎると乗船できませんのでご注意ください。

パスポート

航海中はパスポートをお預かりし、寄港地では一括で出入国手続きを行います。パスポートが必要な時にはその都度お返しいたします。

寄港地情報

世界的なインターネット化と環境保護の観点から各寄港地での紙面による地図の取り扱いは終了しています。自由行動をはじめ寄港地にて地図情報が必要な方は、インターネットが接続されていない状態（オフライン）でも見ることができる地図アプリ（Google Map など）をご出発前にインストールすることをお勧めします。船内での寄港地情報書籍の貸出ならびに閲覧は行っておりませんので、書籍本体が必要なお客様はご自身でご用意ください。

オプションツアー代金のお支払い

ID カードでの精算となります。

ルールとマナー

より快適で安全にクルーズを楽しむため、
服装のルールとマナーをお守りください。

船内での服装

日中は、動きやすいカジュアルな服装でお過ごしください。客室の外に出られるときは、寝巻きなどの部屋着、スリッパはご遠慮ください。また安全上、下駄やかかとは固定されていないサンダル(クロックスなど)の着用、裸足での外出はご遠慮ください。ただし、プールサイドでのビーチサンダル、寄港地上陸時のサンダル、和服をお召しの際のお履き物は着用可能です。

水着姿でラウンジなど公共スペースへお出かけになるのはご遠慮ください。客室とプールを行き来する際には、水着の上にTシャツやカーディガンなどをご着用ください。

ダイニングレストランでの服装

ダイニングレストランでは、クルーズならではの落ち着いた雰囲気をお楽しみいただくために、水着、短パン、かかとは固定されていないサンダル(クロックスなど)やスリッパ、帽子(フォーマルにふさわしい帽子は可能)、バンダナなどを着用しての入場はご遠慮いただいております。

服装例

男性：襟付きシャツ、ポロシャツ、長ズボン(ジーンズ可)

女性：ブラウス、スカート、長ズボン(ジーンズ可)、リゾートワンピースなど

飲食物の船外からの持ち込み

衛生上の理由により、船外から生鮮食品等の食材、生または調理が不十分な、肉、魚介類、甲殻類、卵などを持ち込むことはできません(品質保証されたフルーツや調理済食品は除きます)。

船内の移動

船内では右側通行にご協力ください。デッキ(7階)にてウォーキングをする際は、他の方との衝突を避けるため「反時計回り」の周回にご協力をお願いします。

出航までのながれ

クルーズ出航までのおおまかなスケジュールです。

ご出発の4カ月前

☒ オプショナルツアーのお申込み

※「オプショナルツアーのご案内」冊子が届きましたら、ご希望のオプショナルツアーをお選びください。

ご出発の3カ月前

☒ 必要書類・渡航手続きのご案内

※パスポートや証明写真など、クルーズ参加に必要な書類や健康質問書などのご案内をお送りいたします。指定の期日までにご準備いただきご提出ください。

※出航時の年齢が75歳以上の方は、健康質問書に加え、医師による「健康診断書」ご提出ください。

☒ 海外旅行保険のご案内

※旅行中の病気やケガ・盗難に備え、海外旅行保険への加入が必要です。(自己加入される場合は、旅行期間すべてをカバーしている保険へご加入ください)

ご出発の2ヶ月前頃

☒ 持ち物の準備

※余裕をもって準備を進めてください。持ち物については、本冊子16-17ページの持ち物チェックリストに掲載しております。

※長期のご旅行となりますので、各種免許および手帳の切り替えなど、公的手続きは必ずご出発前にお済ませください。

☒ 外貨への両替

※現地通貨と両替については、「オプショナルツアーのご案内」冊子の各寄港地のページにてご案内いたします。(外貨への両替は、必ずクルーズ出発前にお済ませください)

☒ ご精算

※請求書に記載されているお支払い期日までにお済ませください。

ご出発の1ヶ月前頃

☒ ご出発に際してのご案内

※ご出発当日の集合時間・場所の確定書面をお送りいたします。必ずご確認ください。

☒ お荷物の送り方ご案内

※大きなお荷物の宅配便利用方法をお知らせいたします。

※スマートフォンやタブレットなどの利用予定のある方は、海外での使用方法を、ご出発前にご確認ください。(ご契約のメーカーへお問い合わせください)

持ち物 チェックリスト

必要なものはひとそれぞれ異なりますが、
一般的なものを一覧にいたしました。旅
の準備にお役立てください。

たいせつな貴重品

出航当日は、必ず手荷物にてご持参ください。

☐ パスポート◎	☐ 外貨◎	☐ 海外旅行保険証券◎
☐ クレジット/デビットカード◎	☐ 日本円△ ※自宅から港までの交通費など	※ジャバングレイスを通じてお申し込みされた場合は、出発当日にお渡しいたします。（旅行変更費用補償特約付帯の保険にご加入の方を除きます）

健康をまもるために

より快適に過ごすために、ぜひお持ちください。

☐ 常備薬◎ 胃腸薬・目薬・風邪薬・痛み止めなど ※持病や既往症で処方薬のある方は、主治医にご相談のうえで準備いただき、貴重品として手荷物でお持ちください。	☐ マスク○ ☐ 体温計○ ☐ 手指アルコール消毒液○ ☐ 除菌シート○	☐ 虫除け※塗るタイプがおすすめです○ ☐ 日焼け止め△ ☐ 絆創膏△
---	---	--

船内・寄港地の衣類など

船内・寄港地の服装は動きやすい普段着を一週間分を目安にご用意ください。

☐ Tシャツ・ポロシャツ◎ ☐ カーディガン・ジャケット○ ☐ パーカー・トレーナー○ ☐ ウインドブレーカー○ ☐ 防寒着○ ※航路によって必要となります。	☐ ズボン・スカート◎ ☐ 就寝着（パジャマ）◎ ☐ 帽子・サングラス○ ☐ パーティー用のドレス・スーツ◎	☐ スポーツウェア○ ☐ 水着△ ☐ レインコート/折り畳み傘◎
---	---	---

履き物

出発前から履き慣らしておきましょう。

☐ スニーカー◎ ☐ サンダル△	☐ パーティー用の靴◎ ☐ ウォーターシューズ△	☐ ルームスリッパ○
---	---	-----------------------------------

洗面用具

日頃からどれくらいの期間で交換しているかチェックしておきましょう。

☐ 歯ブラシ◎ ☐ 歯磨き粉◎ ☐ シャンプー△ ☐ コンディショナー○	☐ 外泊用の携帯洗面用具△ ☐ 化粧用品○ ☐ 入浴用ボディータオル◎	☐ スポーツタオル○ ☐ くし・ブラシ○
※船室備品にはシャンプー・ボディークリーム・ハンドソープがございます。 ※船内ショップにて環境にやさしい商品をお取り扱いしております。		

日用品

日常生活用品が船旅に使用できるか確認しておきましょう。

☐ 目覚まし時計○ ☐ 寄港地用バッグ◎ ☐ 船内生活用泊り◎ ☐ 爪切り◎ ☐ 耳掻き・綿棒◎	☐ 腕時計◎ ☐ ハンカチ◎ ☐ ウェットティッシュ○ ☐ ポケットティッシュ○ ☐ 生理用品△	☐ 眼鏡・コンタクト△ ☐ 水筒◎ ☐ タンブラー○ ☐ 筆記用具○
---	---	---

※ご自身で時刻設定のできる腕時計をお持ちください。（電波時計は本旅行には不向きです）

電化製品

出発前に使用方法を確認しておきましょう。

☐ 変換プラグ△ ☐ 変圧器△	☐ スマートフォン◎ ☐ 髭剃り△	☐ カメラ○ ☐ メモリーカード/フィルム○ ☐ パソコン△ ☐ タブレット△
※現在、日本国内で販売されている充電式電化製品（携帯電話、シェーバー、デジタルカメラ、音楽プレーヤーなど）の多くは、100～240Vまで対応しています。詳しくは取扱説明書をご確認いただくか、最寄りの電化製品店までお問合せください。 ※アイロンなどの熱を発する器具はお持ち込みいただけません。		

あと便利なもの

☐ 寄港地用財布 ☐ 住所録 ☐ 浴衣・着物 ☐ スカーフ・ストール ☐ エコバッグ ☐ 手ぬぐい	外貨を仕分ける際に 旅先からのお便りに パーティーではもちろん、海外でも人気 オシャレにも、風よけにも 船内ショップでのお買い物に （ショップではビニール袋をお渡ししておりません） 暑い寄港地での汗ふきなどに （タオルよりかさばらず便利です）	☐ カイロ ☐ はさみ ☐ ビニール袋 ☐ 食器用洗剤・スポンジ ☐ ファイル ☐ 名刺 ☐ オプションツアーのご案内	寒い地域にて活躍 何かと便利 防水用・ぬれた物を入れる用に 持参の水筒やコップを洗うのに便利 船内新聞や、講座のプリント整理に 連絡先の交換に 弊社からお送りするガイドブックです
※その他、趣味のグッズなどありましたらお持ちください。 ※船内にはショップもございます。補充にご利用ください。			

船室にご用意のある備品

バスタオル/フェイスタオル/バスマット/リンスインシャンプー/ボディークリーム/ハンドソープ/ドライヤー/ミニ冷蔵庫/電気ケトル/グラス/箱ティッシュ/トイレトペーパー/ハンガー

ショップ取扱商品の一例
[生活用品]セッケン・シャンプー・洗面用具・爪切り・カミソリ・洗濯用品・マスク・日焼け止め
[電化製品・写真用品]デジカメ記録用メディア・パソコン用記録メディア・電池・目覚まし時計・変換プラグ
[交流や趣味に役立つ玩具・小物]折り紙・ウクレレ・けん玉
[書籍・文房具]ピースボート関連書籍・水先案内人書籍・筆記用具・ノート各種
[スナック類]アイスクリーム・スナック菓子・チョコレート・飴・せんべい・インスタント食品
[オリジナルグッズ]ピースボートオリジナルグッズ

上記は、あくまで目安です。必要なものはご自身でご確認をお願いいたします。

