

旅行予約管理 チェックリスト

交通・宿泊・観光の予約をまとめて整理

予約内容・支払い・変更期限・帰りの予定を、
書き込みながら確認できます。



国内旅行



日帰り・宿泊

目次

使い方・予約準備

今回の旅行で使うページに印を付け、
必要なページだけ選んで使用してください。



使い方・基本情報

- ☐ このチェックリストの使い方
- ☐ 印刷方法
- ☐ 旅行基本情報
- ☐ 旅行日程メモ
- ☐ 予約全体一覧
- ☐ 基本の持ち物



予約前の整理

- ☐ 予約前の比較・手配順
- ☐ 支払い期限・支払い状況
- ☐ 変更・キャンセル期限



予約種類別の管理

- ☐ 行きの交通予約
- ☐ 帰りの交通予約
- ☐ 宿泊予約
- ☐ 観光施設・イベント予約
- ☐ 体験・ツアー予約
- ☐ 飲食店予約
- ☐ レンタカー予約
- ☐ 駐車場予約



利用準備

- ☐ チケット・乗車券・搭乗券の確認
- ☐ 同行者・利用区分



すべてのページを印刷する必要はありません。
今回利用する予約や旅行条件に合うページを選び、
同じ種類の予約が複数ある場合は必要なページを追加印刷してください。



最初に旅行全体と予約内容を整理してから、
必要な専用ページを選ぶと確認しやすくなります。



目次

出発前・旅行中・帰宅後

共有・連絡、出発前の確認、旅行中の予定変更、帰りの交通、帰宅後の整理に使うページです。



共有・連絡

- ☐ 配慮事項・共有方法
- ☐ 予約情報の共有・連絡方法
- ☐ 集合場所・入口・乗り場・受付場所
- ☐ 予約先・問い合わせ先
- ☐ 緊急連絡先・緊急時メモ
- ☐ スマホ・充電・予備手段



出発前・移動中

- ☐ 出発前日の予約最終確認
- ☐ 出発当日の予約情報確認
- ☐ 移動開始前の乗り場・受付確認
- ☐ 移動中の次の予定確認



トラブル・帰り

- ☐ 遅延・運休・臨時休業時の対応
- ☐ 予約変更・キャンセル・払い戻し
- ☐ 帰りの交通手段・出発場所の再確認
- ☐ 帰る前の精算・チェックアウト確認



現地到着後・旅行中

- ☐ 現地到着後の受付・チェックイン確認
- ☐ 観光中・宿泊中の予定変更確認



帰宅後・振り返り

- ☐ 帰宅後の返金・領収書・ポイント確認
- ☐ 旅行後の予約振り返り
- ☐ 自由メモ



トラブル時は予約の維持より安全確保を優先し、交通機関・施設・自治体等の最新の公式案内を確認してください。



出発前に、旅行中・帰宅後まで使うページも選んでおくと、予定変更や未完了の手続きを確認しやすくなります。

このチェックリストの使い方

予約前から帰宅後まで、今回の旅行に必要なページを選び、確認する時期に合わせて使用してください。



1 使うページを選ぶ

- ☐ 旅行基本情報・旅行日程メモ
- ☐ 予約全体一覧
- ☐ 利用する予約の専用ページ
- ☐ 基本の持ち物



2 旅行前に整理する

- ☐ 支払い期限・変更期限
- ☐ 行きと帰りの交通予約
- ☐ 集合場所・問い合わせ先
- ☐ スマホが使えない場合の予備手段



3 旅行中・帰宅後に見直す

- ☐ 出発前日・当日の最新情報
- ☐ 次の予約と帰りの交通
- ☐ 変更・キャンセルの処理
- ☐ 帰宅後の返金・領収書



4 情報を安全に管理する

- ☐ 該当しない項目へ「-」を記入
- ☐ 変更前の内容は二重線で修正

記入欄



今回使用するページ



旅行出発日

_____ 年 _____ 月 _____ 日



次に確認する日

_____ 年 _____ 月 _____ 日



すべてのページを使う必要はありません。今回予約した交通、宿泊、観光施設等に合うページを選び、同じ種類の予約が複数ある場合は必要な枚数を追加印刷してください。



【共通注意文】交通機関、旅行会社、宿泊施設、観光施設等の利用条件は変更されることがあります。予約内容と、利用する事業者・施設の最新案内を確認してください。
このチェックリストは、準備や確認を補助するものであり、安全を保証するものではありません。
現地の状況と係員等の案内を優先し、無理のない行動をしてください。



【個人情報に関する注意文】クレジットカード番号、セキュリティコード、暗証番号、予約サイトやメールのパスワードは記入しないでください。
予約番号やQRコードを含む紙面は、必要な人以外に見せないよう管理してください。

最初に旅行全体と予約一覧を整理し、必要な専用ページへ書き分けると、確認漏れを見つけやすくなります。



印刷方法

このチェックリストを、きれいに印刷してお使いいただくための方法です。

このPDFは、A4サイズ（縦）で使うことを想定して作成しています。

ご自宅やコンビニなどで、簡単に印刷できます。

印刷方法は、次の**3**つがおすすめです

1

自宅のプリンターで印刷する



お手持ちのプリンターで、
A4サイズの普通紙に印刷します。

おすすめの用紙

コピー用紙（普通紙）
または 上質紙
白色度が高い用紙が見やすく、
書き込みやすくなります。

2

コンビニの
ネットプリントを使う



PDFをUSBやスマホに保存して、
コンビニのマルチコピー機で
印刷できます。

プリントできるコンビニ例

セブン-イレブン・ファミリーマート
ローソン・ミニストップ など

※店舗によって操作方法や料金が異なります。

3

ネット印刷を
利用する



大切に保管したい方や、たくさん印刷
したい方におすすめです。

おすすめの使い方

両面印刷・中綴じ製本・
カラー印刷にも対応

※サービスによって料金や納期が異なります。



印刷設定のポイント



用紙サイズ

A4サイズを選択
してください。



印刷の向き

縦向き（ポートレート）
を選択してください。



両面印刷

両面印刷がおすすめです。
（長辺とじ）



カラー / モノクロ

カラーでもモノクロでも
見やすく作成しています。

※機種やサービスによって表示や名称が異なる場合があります。



きれいに使うコツ

- ✓ ボールペンや鉛筆で書き込みやすい用紙を選びましょう。
- ✓ 書き間違えたときは、消しゴムや修正テープを使いましょう。
- ✓ 必要なページだけ追加で印刷すると、無駄がありません。



ご注意ください

- ・このPDFの再配布・販売はご遠慮ください。
- ・印刷後のページの入れ替えや加工は、
ご自身の利用の範囲でご活用ください。
- ・内容やデザインは予告なく変更される場合があります。

印刷して準備しておくと、旅行前・当日・旅行中にとても便利です♪

旅行基本情報

旅行の基本情報をまとめておくと、予約や準備がスムーズになります。

旅行の概要や連絡先、緊急連絡先などを記入しておきましょう。

1 旅行の概要

旅行の目的・テーマ

旅行の形式 ☐ 日帰り ☐ 1泊2日 ☐ 2泊3日 ☐ 3泊以上
(泊 日)

旅行の地域・エリア

主な行き先・観光地

出発日 年 月 日 ()

帰宅日 年 月 日 ()

旅行の人数

大人 (人) 子ども (人)

合計 (人)

2 宿泊先の情報

宿泊先名

住所 〒 -

電話番号 () -

チェックイン 年 月 日 ()

チェックアウト 年 月 日 ()

予約者名

3 交通手段の情報

区 間	交通手段	出発時刻	到着時刻	予約番号・便名など	備考
行き (出発地 → 目的地)		:	:		
帰り (目的地 → 帰宅地)		:	:		
現地移動 (レンタカー・バスなど)		:	:		

4 緊急連絡先

緊急連絡先 (家族・知人など)

名前:

続柄:

電話番号:

() -

滞在先・宿泊先の連絡先

電話番号:

() -

備考:

MEMO

このページを最初を書いておくと、予約の確認やトラブル時にも役立ちます。
旅行の計画をしっかりと整理して、素敵な旅にしましょう!

旅行日程メモ

旅の流れを整理して、スムーズで楽しい旅行にしましょう。

出発から帰宅までの予定や、立ち寄り先・宿泊先などを書き込んでおきましょう。

旅行の基本情報

旅行の目的・テーマ

旅行の形式 ☐ 日帰り ☐ 1泊2日 ☐ 2泊3日 ☐ 3泊以上
(泊 日)

出発日 年 月 日 ()

帰宅日 年 月 日 ()

旅行の人数 大人 (人) 子ども (人) 合計 (人)

行きの予定

日付／時間	出発地・場所	交通手段	目的地・立ち寄り先	内容・メモ
/ () : ~ :				
/ () : ~ :				
/ () : ~ :				

宿泊先の予定

泊数	チェックイン日／時間	宿泊先名・場所	連絡先・電話番号	備考・メモ
1泊目	年 月 日 () : ~			
2泊目	年 月 日 () : ~			
3泊目以降	年 月 日 () : ~			

帰りの予定

日付／時間	出発地・場所	交通手段	帰宅手段・目的地	内容・メモ
/ () : ~ :				
/ () : ~ :				
/ () : ~ :				

メモ

予約全体一覧

すべての予約を一覧で確認して、安心の旅に

予約内容・支払い・変更期限・連絡先をまとめて管理しましょう。



旅行の基本情報

旅行の目的・テーマ

出発日 年 月 日 ()

帰宅日 年 月 日 ()

旅行の人数 大人 (人) 子ども (人) 合計 (人)

同行者

メモ

旅行の形式 ☐ 日帰り ☐ 1泊2日 ☐ 2泊3日 ☐ 3泊以上

旅行の地域・エリア

主な行き先・観光地

緊急連絡先



予約一覧

予約内容	予約先/会社名	予約番号/確認番号	予約日時	支払い状況	変更・キャンセル期限	連絡先	メモ
☐ 行きの交通							
☐ 帰りの交通							
☐ 宿泊							
☐ 観光施設・イベント							
☐ 体験・ツアー							
☐ 飲食店							
☐ レンタカー							
☐ 駐車場							



使い方のポイント

- すべての予約内容を記入して、一覧で管理しましょう。
- 支払い期限や変更期限を必ず確認しましょう。
- 予約が複数ある場合は、同じ種類のページを追加印刷して活用してください。
- 旅行中は、連絡先や確認番号を手元に控えておくと安心です。



注意

- 予約内容や料金、条件は変更される場合があります。
- 最新の情報は予約先の公式サイトでご確認ください。
- 重要な情報は、スクリーンショットや紙で保管すると便利です。



メモ



基本の持ち物

どの旅行にも必要な持ち物を、出発前にチェックしましょう。

持ち物をそろえておくと、旅行当日がスムーズで安心です。



1 貴重品・身分証

- ☐ 財布
- ☐ 現金
- ☐ 小銭
- ☐ クレジットカード
- ☐ キャッシュカード
- ☐ 電子マネー・プリペイドカード
- ☐ 身分証（運転免許証・マイナンバーカードなど）
- ☐ 健康保険証またはマイナ保険証
- ☐ 家の鍵
- ☐ 車の鍵
- ☐ 緊急連絡先メモ



💡 ひとことメモ

2 スマホ・充電関係

- ☐ スマホ
- ☐ 充電器（ACアダプター）
- ☐ 充電ケーブル
- ☐ モバイルバッテリー
- ☐ イヤホン／ヘッドホン
- ☐ 車用充電器
- ☐ 変換プラグ
- ☐ カメラ
- ☐ メモリーカード・予備バッテリー
- ☐ オフライン地図・地図アプリ



💡 ひとことメモ

3 予約・チケット・交通

- ☐ 予約情報（印刷またはスクショ）
- ☐ 宿泊予約情報
- ☐ 電子チケット・QRコード
- ☐ 交通系ICカード
- ☐ 乗車券・指定席券
- ☐ 入場券・チケット
- ☐ 駐車場の予約・場所情報
- ☐ 宿泊先の住所・連絡先
- ☐ 地図・地図アプリ
- ☐ 旅行保険証書（加入者のみ）



💡 ひとことメモ

4 衣類・靴

- ☐ トップス（Tシャツ・シャツなど）
- ☐ ボトムス（パンツ・スカートなど）
- ☐ 下着・靴下・ストッキング
- ☐ パジャマ・部屋着（宿泊時）
- ☐ 上着（カーディガン・ジャケットなど）
- ☐ レインウェア・傘
- ☐ 帽子・マフラー・手袋（季節に応じて）
- ☐ 歩きやすい靴・スニーカー
- ☐ サンドル・スリッパ（宿泊時）

💡 ひとことメモ



5 洗面用品・身だしなみ

- ☐ 歯ブラシ・歯磨き粉
- ☐ シャンプー・リンス（宿泊時）
- ☐ ボディソープ・石けん
- ☐ 洗顔料・メイク落とし
- ☐ 化粧品・スキンケア用品
- ☐ ヘアブラシ・ヘアゴム・ヘアピン
- ☐ くし・鏡・整髪料
- ☐ タオル・ハンカチ・ティッシュ
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ 生理用品

💡 ひとことメモ



6 薬・体調管理

- ☐ 常備薬・おくすり手帳
- ☐ 頭痛薬・胃腸薬
- ☐ 絆創膏・消毒液・虫よけ
- ☐ 酔い止め（車・船・飛行機用）
- ☐ 解熱剤・風邪薬
- ☐ のど飴・マスク
- ☐ 体温計
- ☐ サプリメント（必要な方のみ）
- ☐ 水筒・マイボトル

💡 ひとことメモ



📎 メモ（その他に必要なものを書き出しておきましょう）



予約前の比較・手配順

納得できる旅行にするために、比較と手配の順番を整理しましょう。

情報を整理してから予約すると、迷いや失敗を防げます。

比較ポイント

複数の選択肢を比較して、自分に合うプラン・便・宿泊先を選びましょう。

比較項目	選択肢①	選択肢②	選択肢③	確認メモ
 日程・時間 (出発時間・滞在時間など)	☐	☐	☐	
 料金 (総額・追加料金・支払方法)	☐	☐	☐	
 移動手段・所要時間 (乗り換え・休憩・快適さなど)	☐	☐	☐	
 宿泊・施設の条件 (場所・設備・食事など)	☐	☐	☐	
 食事の内容・回数 (食事付き・内容の充実度)	☐	☐	☐	
 観光・体験内容 (見学地・自由時間・体験など)	☐	☐	☐	
 キャンセル・変更条件 (キャンセル料・変更可否)	☐	☐	☐	
 安全・サポート体制 (添乗員・サポート・保険など)	☐	☐	☐	

 **ひとことメモ**：比較した結果の感想や決め手を書き留めておきましょう。

手配の順番

この順番で進めると、漏れなくスムーズに準備できます。

1 目的・条件を整理

- ☐ 旅行の目的を決める
- ☐ 行き先・エリアを決める
- ☐ 日程の希望を整理する
- ☐ 予算の上限を決める
- ☐ 重視するポイントを決める

 メモ

2 情報を集めて比較

- ☐ 旅行会社・サイトを調べる
- ☐ プラン・便を比較する
- ☐ 宿泊先を比較する
- ☐ 口コミや評判を確認する
- ☐ 比較表で整理する

 メモ

3 予約内容を決定

- ☐ 日程・プランを決める
- ☐ 移動手段を決める
- ☐ 宿泊先を決める
- ☐ オプションを選ぶ
- ☐ 総額を確認する

 メモ

4 予約・支払い

- ☐ 予約手続きを行う
- ☐ 支払い方法を確認する
- ☐ 支払いを完了する
- ☐ 予約完了メールを確認
- ☐ 予約番号をメモする

 メモ

5 情報を整理・保管

- ☐ 予約内容をまとめる
- ☐ 連絡先を整理する
- ☐ チケット・書類を保存
- ☐ スケジュールに転記する
- ☐ 家族や同行者と共有

 メモ

ポイント

- ・比較は「料金」だけでなく「時間・内容・条件」も確認しましょう。
- ・キャンセル・変更条件は必ず事前に確認しておきましょう。
- ・予約後は、すぐに内容を整理し、必要な人と共有しておくで安心です。

自由メモ

TICKET

支払い期限・支払い状況

支払い期限と支払い状況を管理して、安心の旅行に

支払い漏れや期限切れを防ぎ、スムーズに旅行を楽しみましょう。



支払い期限一覧

予約内容・項目	支払い方法	支払い金額	支払い期限	支払い状況		備考・メモ
				〇済み	△一部支払い	
交通費(往路)	☐ クレジットカード ☐ 銀行振込 ☐ コンビニ払い ☐ その他 ()			/	/	
交通費(復路)	☐ クレジットカード ☐ 銀行振込 ☐ コンビニ払い ☐ その他 ()			/	/	
宿泊費	☐ クレジットカード ☐ 銀行振込 ☐ コンビニ払い ☐ その他 ()			/	/	
食事・オプション	☐ クレジットカード ☐ 銀行振込 ☐ コンビニ払い ☐ その他 ()			/	/	
観光・入場券	☐ クレジットカード ☐ 銀行振込 ☐ コンビニ払い ☐ その他 ()			/	/	
レンタカー・駐車場	☐ クレジットカード ☐ 銀行振込 ☐ コンビニ払い ☐ その他 ()			/	/	
バス・シャトル	☐ クレジットカード ☐ 銀行振込 ☐ コンビニ払い ☐ その他 ()			/	/	
旅行保険	☐ クレジットカード ☐ 銀行振込 ☐ コンビニ払い ☐ その他 ()			/	/	
お土産・事前購入品	☐ クレジットカード ☐ 銀行振込 ☐ コンビニ払い ☐ その他 ()			/	/	
その他(自由記入)	☐ クレジットカード ☐ 銀行振込 ☐ コンビニ払い ☐ その他 ()			/	/	



ひとことメモ：支払い期限の前に早めに準備しておくで安心です。



支払い状況のチェックポイント

- ☐ すべての支払い内容を一覧にした
- ☐ 支払い期限をカレンダーやリマインダーに登録した
- ☐ 支払い方法や手数料を確認した
- ☐ 必要な金額を準備しておいた
- ☐ 支払い後の確認メールや領収書を保管している



注意

- ☐ 支払い期限を過ぎると、予約が取り消される場合があります。
- ☐ クレジットカードの利用枠や引き落とし日も確認しましょう。
- ☐ 変更・キャンセル時の返金条件を事前に確認しましょう。
- ☐ 分割払いや一部支払いが可能かも確認しておくで安心です。



自由メモ

変更・キャンセル期限

変更やキャンセルの期限と条件を事前に確認して、トラブルを防ぎましょう。

締切日や条件は、予約時の案内や公式サイトで必ず確認してください。

変更・キャンセル期限の一覧

予約内容・項目	変更期限 (いつまで)	キャンセル期限 (いつまで)	変更条件のポイント	キャンセル条件のポイント	確認日・メモ
 交通(往路) (例: 飛行機・新幹線など)	/ / ()	/ / ()	☐ ☐	☐ ☐	日 / /
 交通(復路) (例: 飛行機・新幹線など)	/ / ()	/ / ()	☐ ☐	☐ ☐	日 / /
 宿泊先 (ホテル・旅館など)	/ / ()	/ / ()	☐ ☐	☐ ☐	日 / /
 食事・オプション (食事プラン・体験など)	/ / ()	/ / ()	☐ ☐	☐ ☐	日 / /
 観光・入場券 (テーマパーク・施設など)	/ / ()	/ / ()	☐ ☐	☐ ☐	日 / /
 レンタカー (車種・クラスなど)	/ / ()	/ / ()	☐ ☐	☐ ☐	日 / /
 バス・シャトル (高速バス・送迎など)	/ / ()	/ / ()	☐ ☐	☐ ☐	日 / /
 旅行保険 (保険プラン)	/ / ()	/ / ()	☐ ☐	☐ ☐	日 / /
 お土産・事前購入品 (事前購入グッズ・冷凍便など)	/ / ()	/ / ()	☐ ☐	☐ ☐	日 / /
 その他(自由記入) ()	/ / ()	/ / ()	☐ ☐	☐ ☐	日 / /

キャンセル料・変更手数料の目安

区分	～〇日前まで	〇日前～前日	当日	無連絡(連絡なし)	備考
 交通(航空・新幹線など)	無料・ %	%	%		
 宿泊先	無料・ %	%	%		
 バス・シャトル	無料・ %	%	%		
 観光・入場券	無料・ %	%	%		
 その他(自由記入)	無料・ %	%	%		

💡 ヒトことメモ：キャンセル料や手数料は予約先やプランによって異なります。最新の条件を必ず確認しましょう。

✓ 確認のポイント

- ☐ 変更やキャンセルの期限をカレンダーに記入した
- ☐ 料金や手数料の条件を確認した
- ☐ 変更方法や連絡先を確認した
- ☐ 返金の方法や時期を確認した
- ☐ トラブル時の連絡先をメモした

⚠ 注意

- ☐ 期限を過ぎるとキャンセル料が発生します。早めの確認・連絡が安心です。
- ☐ 無連絡キャンセルは返金不可になる場合があります。
- ☐ プランや予約サイト、時期によって条件が異なります。
- ☐ クレジットカード決済は、返金に時間がかかる場合があります。

📝 メモ (その他の変更・キャンセルに関することを自由に書きましょう)



行きの交通予約



行きの交通手段を予約した内容を確認し、大切な情報を記録しておきましょう。

予約内容の確認と、当日の持ち物・注意点もチェック！

1 予約内容の確認

- ☐ 予約方法（ネット・窓口・旅行会社など）を確認した
- ☐ 出発日・時間・区間が正しいか確認した
- ☐ 乗車・搭乗する便・列車を確認した
- ☐ 座席番号・座席クラスを確認した
- ☐ 人数・利用者の氏名が正しいか確認した
- ☐ 料金・支払い方法を確認した
- ☐ 予約番号・予約番号・予約内容の控えを保存した

予約日	年 月 日
交通手段	☐ 電車 () ☐ 新幹線 () ☐ 飛行機 ☐ バス () ☐ その他 ()
出発日	月 日 ()
出発時刻	:
出発地	
目的地（到着地）	
利用会社・路線・便名	
予約番号	
座席番号・座席クラス	
人数	大人 () 名・子ども () 名・合計 () 名
料金	大人: _____ 円 子ども: _____ 円 合計: _____ 円
支払い方法	☐ クレジットカード ☐ 現金 ☐ その他 ()
支払い日	年 月 日
支払い金額	_____ 円

2 乗車・搭乗のポイント確認

- ☐ 出発時刻の○分前までに到着する
- ☐ 駅・空港までの移動時間を考えて行動する
- ☐ 乗り場・搭乗口を事前に確認する
- ☐ 乗り換えがある場合は、時間に余裕を持つ
- ☐ 大型荷物のルール・預け場所を確認する

メモ



3 当日の持ち物・必要なもの

- ☐ きっぷ・チケット（紙・スマホ画面・QRコード）
- ☐ 身分証明書（必要な場合）
- ☐ 交通系ICカード・クレジットカード
- ☐ スマホ・充電器・モバイルバッテリー
- ☐ 飲み物・軽食・常備薬・その他必要なもの

メモ



4 変更・キャンセルについて

- ☐ 変更・キャンセルの条件を確認した
- ☐ 手数料・払い戻しの有無を確認した
- ☐ 連絡先・受付時間を確認した
- ☐ 緊急時の問い合わせ先を保存した

連絡先・問い合わせ先

会社名・窓口名

電話番号

受付時間

メモ

5 当日の最終チェック

- ☐ 出発地・時刻・乗り場を再確認した
- ☐ きっぷ・チケットを準備した
- ☐ 持ち物をすべて確認した
- ☐ 移動ルート・経路を確認した
- ☐ 家族・同行者に出発予定を伝えた



メモ



ポイント

- 予約内容は必ず控えを保存しておきましょう。
- 出発当日は時間に余裕を持って、早めの行動を心がけましょう。
- 急な交通トラブルや変更に対応して、連絡先や条件を事前に確認しておきましょう。





帰りの交通予約



帰りの交通手段を予約した内容を確認し、当日の持ち物・注意点もチェック！

スムーズに帰宅できるように、しっかり準備しておきましょう。

1 予約内容の確認

- ☐ 予約方法（ネット・窓口・旅行会社など）を確認した
- ☐ 出発日・時間・区間が正しいか確認した
- ☐ 乗車・搭乗する便・列車を確認した
- ☐ 座席番号・座席クラスを確認した
- ☐ 人数・利用者の氏名が正しいか確認した
- ☐ 料金・支払い方法を確認した
- ☐ 予約番号・予約内容の控えを保存した

予約日	年 月 日
交通手段	☐ 電車 () ☐ 新幹線 () ☐ 飛行機 () ☐ バス () ☐ その他 ()
出発日	月 日 ()
出発時刻	:
出発地	
目的地（到着地）	
利用会社・路線・便名	
予約番号	
座席番号・座席クラス	
人数	大人 () 名・子ども () 名・合計 () 名
料金	大人: _____ 円 子ども: _____ 円 合計: _____ 円
支払い方法	☐ クレジットカード ☐ 現金 ☐ その他 ()
支払い日	年 月 日
支払い金額	_____ 円



2 乗車・搭乗のポイント確認

- ☐ 出発時刻の○分前までに到着する
- ☐ 乗り場・搭乗口を事前に確認する
- ☐ 乗り換えがある場合は、時間に余裕を持つ
- ☐ 改札・搭乗口までの移動時間を考えて行動する
- ☐ 大型荷物のルール・預け場所を確認する



メモ

.....

3 当日の持ち物・必要なもの

- ☐ きっぷ・チケット（紙・スマホ画面・QRコード）
- ☐ 身分証明書（必要な場合）
- ☐ 交通系ICカード・クレジットカード
- ☐ スマホ・充電器・モバイルバッテリー
- ☐ 飲み物・軽食・常備薬・その他必要なもの



メモ

.....

4 変更・キャンセルについて

- ☐ 変更・キャンセルの条件を確認した
- ☐ 手数料・払い戻しの有無を確認した
- ☐ 連絡先・受付時間を確認した
- ☐ 緊急時の問い合わせ先を保存した

連絡先・問い合わせ先

会社名・窓口名

電話番号

受付時間

メモ

.....

5 当日の最終チェック

- ☐ 出発地・時刻・乗り場を再確認した
- ☐ きっぷ・チケットを準備した
- ☐ 持ち物をすべて確認した
- ☐ 移動ルート・経路を確認した
- ☐ 家族・同行者に帰宅予定を伝えた



メモ

.....



ポイント

- 予約内容は必ず控えを保存しておきましょう。
- 出発時刻や乗り場には余裕を持って、慌てずに行動しましょう。
- 乗り換えがある場合は、遅延や混雑も考えて余裕のある計画にしましょう。





宿泊予約



宿泊先の情報をしっかり確認して、安心して旅行を楽しみましょう。

予約内容・支払い・チェックイン方法・設備・キャンセル条件を確認しましょう。



予約の基本情報

宿泊先名	
所在地	
電話番号	
チェックイン日	年 月 日 ()
チェックアウト日	年 月 日 ()
宿泊日数	泊
宿泊人数	大人 () 名・子ども () 名
部屋タイプ	☐ シングル ☐ ツイン ☐ ダブル ☐ トリプル ☐ 和室 ☐ その他 ()
予約番号・確認番号	
予約サイト・窓口	
備考・メモ	



支払い情報

支払い方法	☐ クレジットカード ☐ 現地払い ☐ 銀行振込 ☐ その他 ()
支払い状況	☐ 支払い済み ☐ 未払い ☐ 一部支払い
支払い金額	円
支払い期限	年 月 日 ()
領収書の有無	☐ 必要 ☐ 不要 ☐ 発行済み
その他メモ	



キャンセル・変更条件の確認

キャンセル期限	年 月 日 ()
キャンセル料の発生	☐ あり ☐ なし (期限後はキャンセル料が発生します)
変更の可否	☐ 変更可能 ☐ 変更不可 ☐ 条件付きで変更可能
備考・メモ	



宿泊内容・設備の確認

客室・プラン	☐ 禁煙 ☐ 喫煙 ☐ 未指定 ☐ 朝食付き ☐ 夕食付き ☐ 食事なし ☐ 素泊まり ☐ その他プラン ()
ベッドタイプ	☐ シングル ☐ セミダブル ☐ ダブル ☐ ツイン (ベッド数:) ☐ 和室 (布団:) ☐ その他 ()
客室設備	☐ バス ☐ シャワー ☐ トイレ (温水洗浄便座) ☐ テレビ ☐ 冷蔵庫 ☐ エアコン ☐ Wi-Fi ☐ その他 ()
館内設備・サービス	☐ 大浴場・温泉 ☐ レストラン ☐ ランドリー ☐ 駐車場 ☐ エレベーター ☐ その他 ()
チェックイン方法	☐ フロント ☐ セルフチェックイン ☐ その他 ()
到着予定時刻	時 分 ごろ
備考・メモ	

アクセス・周辺情報

最寄り駅・バス停	
アクセス方法	
所要時間 (目安)	約 分
駐車場の有無	☐ あり (台数: 台) ☐ なし ☐ 予約要 ☐ 先着順 ☐ 無料 ☐ 有料
駐車料金	円/泊・日
周辺の便利な施設 (コンビニ・スーパーなど)	
その他メモ	



確認チェックリスト

- | | |
|---|---|
| ☐ 予約内容 (日時・人数・プラン) を確認した | ☐ 駐車場の有無や料金を確認した |
| ☐ 支払い方法・金額・支払い期限を確認した | ☐ 客室タイプや設備を確認した |
| ☐ キャンセル期限とキャンセル料を確認した | ☐ 食事の有無や内容を確認した |
| ☐ チェックイン・チェックアウト時間を確認した | ☐ 到着予定時刻を決めた |
| ☐ アクセス方法と所要時間を確認した | ☐ 必要な持ち物を準備した |



ひとことメモ



ポイント

人気の宿は早めの予約がおすすめです。変更やキャンセルの条件は必ず事前に確認しましょう。



自由メモ



観光施設・イベント予約



予約内容をしっかり確認して、当日はスムーズに楽しみましょう。

予約内容・入場方法・キャンセル条件などを確認して、必要な準備を整えましょう。



予約の基本情報

施設・イベント名			
所在地・最寄り駅			
予約日（利用日）	年	月	日（ ）
開始時間	:	（開場・受付時間）	
終了予定時間	:		
利用人数	大人（ ）名・子ども（ ）名・合計（ ）名		
予約方法	☐ 公式サイト ☐ 予約サイト ☐ 電話 ☐ メール ☐ その他（ ）		
予約番号・確認番号			
予約サイト・窓口名			
備考・メモ			



入場・利用に関する確認

入場方法	☐ 電子チケット（QRコード） ☐ 紙チケット ☐ 予約番号の提示 ☐ 本人確認が必要 ☐ 整理券・時間指定 ☐ その他（ ）
必要な持ち物	
年齢制限・対象	☐ あり（ ）歳以上／（ ）歳以下 ☐ なし
入場時間の指定	☐ あり（ ）：（ ）～（ ）：（ ） ☐ なし ☐ 自由入場
再入場の可否	☐ 可 ☐ 不可 ☐ 条件あり（ ）
服装・持ち物の制限	☐ あり（ ） ☐ なし（ ）
写真・動画の撮影	☐ 可 ☐ 条件あり（ ） ☐ 不可
駐車場の有無	☐ あり（料金：（ ）円） ☐ なし
その他メモ	



料金・支払い

料金（合計）	円		
内訳	大人（ ）名 × 円 = 円 子ども（ ）名 × 円 = 円 その他（ ） = 円		
支払い方法	☐ クレジットカード ☐ 銀行振込 ☐ コンビニ払 ☐ 現地支払い ☐ その他（ ）		
支払い状況	☐ 支払い済み ☐ 本払い（一部支払い含む） ☐ 現地で支払い（ ）		
領収書の有無	☐ 必要 ☐ 不要 ☐ 発行済み		
備考・メモ			



キャンセル・変更条件の確認

キャンセル期限	年 月 日（ ）時まで
キャンセル料の発生	☐ あり（期限後は発生します） ☐ なし
キャンセル料	☐ 無料 ☐ 期限後は（ ）% ☐ 定額（ ）円
変更の可否	☐ 変更可能 ☐ 変更不可 ☐ 条件付きで変更可能
備考・メモ	



当日のチェックポイント

- ☐ 予約内容（日時・人数・料金）を確認した
- ☐ 入場方法・必要な持ち物を確認した
- ☐ 交通手段・所要時間を確認した
- ☐ 料金・支払い方法を確認した
- ☐ キャンセル・変更条件を確認した
- ☐ 駐車場の場所と料金を確認した
- ☐ 混雑予想や注意事項を確認した
- ☐ 予約確認メール・チケットを準備した
- ☐ 必要な持ち物をそろえた
- ☐ 家族・同行者に共有した



ひとことメモ



注意事項

- ・営業時間や休館日、入場条件、料金は変更されることがあります。
- ・最新の情報は、公式サイトや予約サイトで必ず確認してください。
- ・交通機関の遅延や天候により、開始時間に間に合わない場合があります。余裕をもって移動しましょう。
- ・電子チケットは通信が必要な場合があります。スクリーンショットやオフライン保存をしておくと安心です。



トラブル時の連絡先メモ

施設・イベント名： _____
電話番号： _____
受付時間： _____ : _____ ~ _____ : _____
その他（緊急連絡先など）： _____



自由メモ（気づいたことや追加で確認したいことを書きましょう）



飲食店予約

予約内容をしっかり確認して、当日はゆっくり食事を楽しみましょう。

お店の情報・支払い方法・キャンセル条件などを事前に確認しておくで安心です。

予約の基本情報

店舗名			
ジャンル	☐ 和食 ☐ 洋食 ☐ 中華 ☐ その他 ()		
所在地			
電話番号			
予約日 (利用日)	年	月	日 ()
予約時間	時	分	
予約名 (代表者)			
予約人数	大人 () 名	子ども () 名	合計 () 名
予約番号・確認番号			
予約サイト・窓口	☐ 公式サイト ☐ 予約サイト ☐ 電話 ☐ メール ☐ その他 ()		
備考・メモ			

予約内容の確認

席の種類	☐ テーブル席 ☐ カウンター席 ☐ 個室 ☐ 半個室 ☐ その他 ()
コース・プラン	☐ あり (名称:) ☐ なし (席のみ予約)
食事内容	
特別な条件	☐ 誕生日・記念日 ☐ 景色の良い席 ☐ にぎやかさを避けたい ☐ その他 ()
食物アレルギー	☐ あり (内容:) ☐ なし
苦手な食材	☐ あり (内容:) ☐ なし
子ども用メニュー	☐ あり ☐ なし ☐ 要確認
その他の希望	

料金・支払いの確認

料金の目安	1人あたり 約 円
コース料金	☐ あり (1人あたり 約 円) ☐ なし
支払い方法	☐ クレジットカード ☐ 現地払い ☐ 電子マネー ☐ その他 ()
支払い状況	☐ 支払い済み ☐ 未払い (当日支払い)
領収書	☐ 必要 ☐ 不要 ☐ 要確認
備考・メモ	

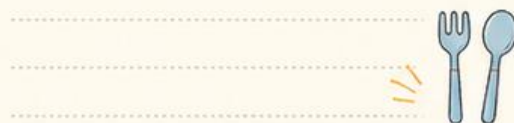
キャンセル・変更条件の確認

キャンセル期限	年 月 日 () 時まで
キャンセル料の発生	☐ あり (期限後は発生します) ☐ なし
キャンセル料	☐ 無料 ☐ 期限後は (%) ☐ 定額 (円)
人数・時間の変更	☐ 変更可能 ☐ 変更不可 ☐ 条件付きで変更可能 ()
連絡方法	☐ 電話 ☐ 予約サイトのマイページ ☐ メール ☐ その他 ()
その他 (特記事項)	

予約の最終チェックリスト

- | | |
|--|---|
| ☐ 店名・予約日時・人数を確認した | ☐ キャンセル・変更条件を確認した |
| ☐ 予約番号・確認番号を控えた | ☐ お店までの行き方・所要時間を確認した |
| ☐ 席の種類・コース内容を確認した | ☐ 当日のスケジュールに組み込んだ |
| ☐ 食物アレルギーや要望を伝えた | ☐ 必要な持ち物を準備した |
| ☐ 支払い方法を確認した | ☐ 最新情報を事前に再確認する |

ひとことメモ



注意事項

- ・営業時間や定休日、予約条件は変更される場合があります。
- ・アレルギー対応や子ども用メニューは、事前にお店へ直接確認しましょう。
- ・混雑や交通事情により到着が遅れる場合は、早めに連絡しましょう。

自由メモ





レンタカー予約



予約内容をしっかり確認して、安心・快適なドライブに備えましょう。

予約内容・車両・料金・保険・受け取り方法などを確認しておきましょう。



予約の基本情報

予約番号・確認番号			
レンタカー会社・店舗名			
予約日（利用日）	年	月	日（ ）
利用期間	年	月	日（ ）～ 年 月 日（ ）
利用時間	:	～	:
利用人数	大人（ ）名・子ども（ ）名・合計（ ）名		
主な利用目的	☐ 観光・旅行 ☐ 帰省 ☐ 出張 ☐ 買い物・送迎 ☐ その他（ ）		
連絡先（電話番号）			
予約方法	☐ 公式サイト ☐ 予約サイト ☐ 電話 ☐ 店舗 ☐ その他（ ）		
備考・メモ			



車両・プランの確認

車種・クラス			
車両タイプ	☐ 軽自動車 ☐ コンパクトカー ☐ セダン ☐ ミニバン ☐ SUV ☐ ワゴン ☐ その他（ ）		
乗車定員	（ ）名		
オプション・装備	☐ カーナビ ☐ ETC車載器 ☐ バックカメラ ☐ チャイルドシート ☐ スタッドレスタイヤ ☐ Wi-Fi ☐ その他（ ）		
禁煙・喫煙	☐ 禁煙車 ☐ 喫煙車 ☐ 指定なし		
燃料タイプ	☐ ガソリン ☐ ハイブリッド ☐ ディーゼル ☐ その他（ ）		
走行距離制限	☐ あり（上限： km） ☐ なし		
備考・メモ			



料金の確認

基本料金	約（ ）	円
オプション料金	約（ ）	円
免責補償料	約（ ）	円
チャイルドシート等	約（ ）	円
その他料金	約（ ）	円
合計金額	約（ ）	円
支払い方法	☐ クレジットカード ☐ 現地払い ☐ 事前決済 ☐ その他（ ）	
支払い状況	☐ 支払い済み ☐ 未払い ☐ 一部支払い	
領収書の有無	☐ 必要 ☐ 不要	
備考・メモ		



保険・補償の確認

基本補償	☐ あり ☐ なし (内容:)
免責補償(CDW)	☐ 加入する ☐ 加入しない
NOC補償	☐ 加入する ☐ 加入しない
その他の補償	☐ 対人 ☐ 対物 ☐ 車両 ☐ 人身傷害 ☐ ロードサービス ☐ その他（ ）
自己負担額 (免責額)	約（ ） 円
事故・トラブル時の 連絡先	
備考・メモ	



受け取り・返却の確認

受け取り日時	年	月	日（ ）
受け取り場所			
返却日時	年	月	日（ ）
返却場所			
燃料の受け渡し	☐ 満タン返し ☐ 満タン受け渡し ☐ その他（ ）		
延長の可否	☐ 可能 ☐ 不可 ☐ 条件あり (条件:)		
備考・メモ			



キャンセル・変更条件の確認

キャンセル期限	年	月	日（ ）	時まで
キャンセル料の発生	☐ あり（期限後は発生します） ☐ なし			
変更の可否	☐ 変更可能 ☐ 変更不可 ☐ 条件付きで変更可能（ ）			
変更・キャンセル連絡先				
その他（特記事項）				



当日のチェックポイント

- ☐ 予約内容（日時・車種・料金・保険）を確認した
- ☐ 運転免許証を持っていることを確認した
- ☐ クレジットカード（本人名義）を確認した
- ☐ 受け取り場所・時間を再確認した
- ☐ ガソリンスタンドの場所を確認した
- ☐ カーナビの目的地・経由地を確認した
- ☐ 緊急連絡先を控えた
- ☐ 車の外装・内装を受け渡し時に確認する



トラブル時の連絡先メモ

レンタカー会社・店舗:	
営業時間:	～ ～
緊急連絡先（24時間対応など）:	
その他（ロードサービスなど）:	



確認チェックリスト

- ☐ 予約内容を確認した
- ☐ 受け取り・返却方法を確認した
- ☐ 車両・プランを確認した
- ☐ キャンセル・変更条件を確認した
- ☐ 料金・支払い方法を確認した
- ☐ 必要な持ち物を準備した
- ☐ 保険・補償内容を確認した
- ☐ 経路・立ち寄り先を確認した



自由メモ



ポイント

レンタカーは事前確認が安心・安全につながります。出発前にもう一度、すべての項目をチェックしましょう。





駐車場予約



予約内容をしっかり確認して、スムーズな駐車を。

場所・料金・利用時間・ルール・キャンセル条件などを事前に確認しておきましょう。



予約の基本情報

駐車場名			
予約サイト・会社名			
予約番号・確認番号			
予約日（利用日）	年	月	日（ ）
利用時間	:	~	:
利用日数・時間	（ 日間・ 時間）		
車両ナンバー（任意）			
予約台数	（ ）台		
連絡先（電話番号）			
支払い方法	☐ クレジットカード ☐ 現地払い ☐ その他（ ）		
備考・メモ			



駐車場の内容確認

駐車場の種類	☐ 時間貸し（予約制） ☐ 月極・定期利用 ☐ 特定日専用 ☐ その他（ ）		
駐車場の場所			
住所			
マップリンク・所在地確認済み	☐ 済 ☐ 未		
駐車位置・番号	☐ 指定なし		
料金（合計）	円		
料金の内訳	☐ 基本料金 ☐ 時間料金 ☐ 日/最大料金 ☐ その他（ ）		
利用可能時間	:	~	:
入出庫の制限	☐ あり（制限内容： ） ☐ なし		
車両制限	☐ 高さ制限（ m） ☐ 幅制限（ m） ☐ 長さ制限（ m） ☐ 重量制限（ t） ☐ なし		
備考・メモ			



支払い・料金の確認

料金（合計）	円
支払い金額	円
支払い期限	年 月 日（ ）
キャンペーン・割引	☐ あり（内容： ） ☐ なし
領収書の要否	☐ 必要 ☐ 不要
備考・メモ	



キャンセル・変更条件の確認

キャンセル期限	年 月 日（ ） 時まで
キャンセル料の発生	☐ あり（期限後は発生します） ☐ なし
キャンセル料	☐ 無料 ☐ 定額（ 円） ☐ 期限後は（ %）
変更の可否	☐ 変更可 ☐ 変更不可 ☐ 条件付きで変更可（条件： ）
備考・メモ	



当日の確認事項

- ☐ 予約内容（日時・場所・料金・車両制限）を確認した
- ☐ 駐車場の場所・ルートを地図で確認した
- ☐ 現地の案内（看板・入口・精算方法）を確認した
- ☐ 連絡先（駐車場・予約サイト）を確認した
- ☐ 雨天時の対応や代替駐車場を確認した
- ☐ 車内には貴重品を置かないようにする
- ☐ 出庫に必要な券・QRコード・アプリ等を準備した
- ☐ 緊急連絡先をメモ・保存した（スマホ・紙）



駐車場の設備・サービス確認（必要に応じて）

- ☐ 屋根あり ☐ 屋根なし
- ☐ 電気自動車（EV）充電設備 ☐ なし ☐ あり（有料／無料）
- ☐ 24時間出入庫可 ☐ 時間制限あり（ ）
- ☐ トイレ・休憩所あり ☐ なし
- ☐ 防犯カメラ・照明あり ☐ なし
- ☐ その他（ ）

備考・メモ



トラブル時の連絡先メモ

駐車場名・管理会社：	
電話番号：	
受付時間：	： ~ ：
予約サイト・会社：	
電話番号：	
その他（緊急連絡先など）：	



ひとことメモ



ポイント

駐車場は事前予約で安心・確実に確保できます。出発前に最新情報を確認し、時間に余裕をもって行動しましょう。





チケット・乗車券・搭乗券の確認



大切なチケットや乗車券・搭乗券を確認して、安心して出発しましょう。

予約内容・時間・利用条件・持ち物などを事前に確認し、印刷や保存の準備もおきましょう。



予約の基本情報

予約日（利用日）	年 月 日（ ）
予約者名	
人数	大人（ ）名・子ども（ ）名・合計（ ）名
予約番号・確認番号	
予約先・サイト・会社名	
連絡先（電話番号）	
予約内容の種類	☐ 航空券 ☐ JR・新幹線 ☐ 在来線 ☐ 高速バス ☐ フェリー ☐ 入場券・チケット ☐ その他（ ）
予約方法	☐ 公式サイト ☐ 旅行会社 ☐ アプリ ☐ 電話 ☐ 店舗 ☐ その他（ ）
支払い方法	☐ クレジットカード ☐ 現地払い ☐ コンビニ払い ☐ その他（ ）
備考・メモ	



チケットの内容確認

利用区間・路線	
出発日時	年 月 日（ ） : ~
到着日時	年 月 日（ ） : ~
乗車・搭乗場所 出発・入場場所	
降車・到着場所 目的地・入場場所	
便名・列車名 路線名・施設名	
座席・座席番号	☐ 指定席（ 号車 番 席） ☐ 自由席 ☐ その他（ ）
利用人数・券種	☐ 大人（ ）名 ☐ 子ども（ ）名 ☐ 往復 ☐ 片道 ☐ その他（ ）
チケットの種類	☐ 紙のチケット ☐ 電子チケット（QRコード・バーコード） ☐ スマホアプリ表示 ☐ その他（ ）
有効期限・利用期限	年 月 日（ ）（ ）まで
変更・キャンセル条件	☐ 期限あり（ 月 日（ ）まで） ☐ 条件あり（ ） ☐ 不可
備考・メモ	



保存・印刷の確認

チケットの保存方法	☐ 紙で印刷した ☐ スマホに保存した ☐ メールで保存した ☐ アプリで保存した
オフラインで確認可能	☐ 画面保存（スクリーンショット）した ☐ オフラインでも表示できるアプリを準備した
印刷の有無	☐ 印刷した（ ）枚 ☐ 印刷しない
QRコード・バーコード の読み取り確認	☐ 読み取れるか確認した ☐ 確認していない
備考・メモ	



持ち物・当日の準備

チケット本体	☐ 紙のチケット ☐ スマホ（充電済み）
身分証明書	☐ 運転免許証 ☐ マイナンバーカード ☐ パスポート ☐ その他（ ）
必要なもの	☐ クレジットカード ☐ 交通系ICカード ☐ 学生証・割引証明書 ☐ その他（ ）
充電・電源の確認	☐ モバイルバッテリーを用意した ☐ ケーブル・充電器を用意した
時間の余裕を確認	☐ 出発・搭乗時刻の（ ）時間前に到着予定
備考・メモ	



出発前の最終チェック

- | | |
|---|--|
| ☐ 予約内容（日時・区間・人数・座席など）を確認した | ☐ チケット・乗車券・搭乗券を準備した |
| ☐ 乗車・搭乗場所・集合場所を確認した | ☐ 身分証明書を準備した |
| ☐ 出発・搭乗時刻を確認した | ☐ 必要な持ち物（充電・支払い方法など）を準備した |
| ☐ QRコード・バーコードが表示できるか確認した | ☐ キャンセル・変更条件を確認した |
| ☐ オフラインで表示できるか確認した | ☐ 不明点があれば予約先へ問い合わせた |



トラブル時の連絡先メモ

予約先（会社・サイト）名：.....
電話番号：.....
受付時間：..... ~
その他（緊急連絡先など）：.....



ひとことメモ

.....
.....
.....



ポイント

チケットは紛失や通信不良に備えて、複数の方法で保存しましょう。
余裕のある行動で、快適な旅を楽しみましょう。





同行者・利用区分



旅行を一緒に楽しむ仲間や利用区分を確認しましょう。

年齢区分やサポートの有無によって、必要な準備やサービスが変わります。



1. 同行者の情報

	名前／イニシャル	続柄・グループ	生年月日／年齢	備考（持病・食事制限・アレルギー・サポートなど）
①			年 月 日（ 歳）	
②			年 月 日（ 歳）	
③			年 月 日（ 歳）	
④			年 月 日（ 歳）	
⑤			年 月 日（ 歳）	

同行者が多い場合は、メモ欄や別紙にまとめてもOKです。



2. 利用区分の確認

旅行の目的

- ☐ 観光・レジャー ☐ 帰省・親族訪問 ☐ ビジネス・出張
☐ イベント・コンサート ☐ その他（ ）

宿泊の有無

- ☐ 日帰り ☐ 宿泊あり（ 泊）

利用する主な交通手段（予定）



- ☐ 車 ☐ 電車 ☐ バス ☐ 飛行機 ☐ 船・フェリー
（自家用車） ☐ その他（ ）

利用する主なサービス・施設（予定）

- ☐ 宿泊施設（ホテル・旅館・民泊など） ☐ レンタカー
☐ 観光施設・テーマパーク ☐ レストラン・飲食店
☐ 温泉・スパ ☐ 体験・ツアー
☐ その他（ ）



3. 年齢区分の確認

大人（満13歳以上）

- ☐ あり → 人数： _____ 名
☐ なし

子ども（満6～12歳）

- ☐ あり → 人数： _____ 名
☐ なし

幼児（満3～5歳）

- ☐ あり → 人数： _____ 名
☐ なし

乳幼児（満2歳以下）

- ☐ あり → 人数： _____ 名
☐ なし

高齢者（満65歳以上）

- ☐ あり → 人数： _____ 名
☐ なし

備考・メモ：



4. サポート・配慮が必要な同行者

- 介助・サポートが必要な方 ☐ あり（内容： _____） ☐ なし
移動に配慮が必要な方 ☐ あり（内容： _____） ☐ なし
食事に配慮が必要な方 ☐ あり（内容： _____） ☐ なし
その他の配慮が必要な方 ☐ あり（内容： _____） ☐ なし

備考・メモ：



5. 特記事項・希望メモ



ひとことメモ

年齢区分や利用区分、サポートの有無を事前に整理しておくと、予約や移動、現地での計画がスムーズになります。



チェックポイント

- ☐ 同行者全員の情報を確認した ☐ サポート・配慮が必要な内容を整理した
☐ 年齢区分を確認した ☐ 食事やアレルギーの有無を確認した
☐ 利用する交通・サービスを確認した ☐ 特に必要なことをメモした





配慮事項・共有方法



安心・快適な旅行のために、事前に伝えて準備しておきましょう。

体調やサポートの必要性、連絡方法などを同行者と共有し、トラブルを防ぎましょう。



1. 配慮が必要なことの確認

体調や事情により配慮が必要な場合は、事前に共有しておきましょう。

確認項目	内容・メモ
持病・健康状態	☐ あり ☐ なし (内容:)
食事の配慮	☐ あり ☐ なし (内容:)
アレルギー	☐ あり ☐ なし (内容:)
移動・歩行の配慮	☐ あり ☐ なし (内容:)
サポートが必要な場面	☐ あり ☐ なし (内容:)
その他の配慮事項	☐ あり ☐ なし (内容:)

自由メモ



2. サポート・配慮ができる人の確認

サポートをお願いできる人や、できることを確認しておきましょう。

	名前／関係	お願いできること・メモ
①		☐ 連絡・情報共有 ☐ 移動のサポート ☐ 見守り・付き添い ☐ その他 (.....)
②		☐ 連絡・情報共有 ☐ 移動のサポート ☐ 見守り・付き添い ☐ その他 (.....)
③		☐ 連絡・情報共有 ☐ 移動のサポート ☐ 見守り・付き添い ☐ その他 (.....)
④		☐ 連絡・情報共有 ☐ 移動のサポート ☐ 見守り・付き添い ☐ その他 (.....)
⑤		☐ 連絡・情報共有 ☐ 移動のサポート ☐ 見守り・付き添い ☐ その他 (.....)

自由メモ



3. 緊急時の連絡先と対応方法の共有

万が一のときに備え、連絡先と対応方法を共有しておきましょう。



緊急連絡先（家族・知人など）	:	
電話番号	:	
現地の連絡方法（電話・LINEなど）	:	
集合場所・目印	:	
落ち合えない場合の対応	:	
緊急時の対応方法・手順	:	

自由メモ



4. 共有しておく安心な情報

旅行中に役立つ情報を共有し、スムーズな旅にしましょう。



旅のスケジュール・行き先	:	
宿泊先の情報・住所・連絡先	:	
交通手段・予約内容	:	
持ち物の分担・重要な荷物	:	
Wi-Fi・通信手段の共有方法	:	
お金の管理方法（現金・カード）	:	
その他の共有したい情報	:	

自由メモ



5. 共有チェックリスト

- ☐ 配慮が必要なことを伝えた
- ☐ サポートが必要な場面を共有した
- ☐ サポートしてくれる人を決めた
- ☐ 緊急連絡先を共有した
- ☐ 現地での連絡方法を確認した



- ☐ 集合場所・落ち合えない場合の対応を決めた
- ☐ スケジュール・行き先を共有した
- ☐ 宿泊先の情報を共有した
- ☐ 交通手段・予約内容を共有した
- ☐ 持ち物の分担を決めた



- ☐ Wi-Fi・通信手段を共有した
- ☐ お金の管理方法を共有した
- ☐ その他の重要情報を共有した
- ☐ 不明点があれば確認した
- ☐ すべての内容を共有・確認した



ポイント

事前に配慮事項や連絡方法を共有しておくことで、安心して旅行を楽しむことができます。
困ったときに助け合えるよう、しっかり準備しておきましょう。





予約情報の共有・連絡方法



スムーズで安心な旅行のために、予約情報と連絡方法を確認・共有しましょう。

万が一のトラブルや、はぐれたときにも安心できるように準備しておきましょう。

1 代表者・緊急連絡先の確認

旅行の代表者（連絡の窓口になる人）

氏名：

電話番号：（いつでも連絡が取れる番号）

緊急連絡先（旅行先で困ったときの連絡先）

氏名：

続柄：

電話番号：

備考：



2 予約情報の共有方法

予約した内容を、同行者全員と共有する方法を決めておきましょう。

共有する情報（例）

- ☐ 交通（乗車券・特急券・航空券など）
- ☐ 宿泊先（ホテル・旅館・キャンプ場など）
- ☐ 観光施設・イベント・体験・ツアー
- ☐ 飲食店・駐車場・レンタカー
- ☐ その他の予約
- ☐ 行程表（スケジュール）
- ☐ 緊急連絡先

共有の方法（使うものにチェック）

- ☐ LINEグループ
- ☐ LINEノート
- ☐ メッセージ（個別送信）
- ☐ メール
- ☐ Googleドライブ
- ☐ アプリの共有機能
- ☐ 紙で印刷して配布
- ☐ その他（ ）

メモ・補足

.....

.....

.....

.....

.....



3 共有するタイミング

- ☐ 予約した直後に共有した
- ☐ 出発の 日前に共有した
- ☐ 前日に再確認・再共有した
- ☐ 出発当日の朝に最終確認した
- ☐ その他（ ）

メモ・補足

.....

.....

.....

.....



4 連絡方法の確認

連絡手段	使うもの・アプリなど	連絡先・IDなど	備考
電話			
LINE（グループ・個別）			
メール			
SMS（ショートメッセージ）			
Wi-Fi通話・アプリ通話			
その他（トランシーバーなど）			

※ 電波が届かない場所がある場合は、事前に連絡方法をしっかり決めておきましょう。

5 はぐれた・連絡が取れない時の約束

- ☐ はぐれたときの集合場所：
- ☐ 集合時間・目安：
- ☐ 連絡が取れない時の対応：
- ☐ その他の約束ごと：

メモ・補足

.....

.....

.....

.....



ポイント

予約情報と連絡方法を全員で共有することで、トラブルを防ぎ、安心して旅を楽しむことができます。

出発前に必ず確認し、最新の情報にしておきましょう。



集合場所・入口・ 乗り場・受付場所

迷わず行動できるように、行く場所と受付の流れを事前に確認しておきましょう。

当日の移動や待ち合わせをスムーズにするため、場所・時間・連絡方法を整理しておきましょう。

1 集合場所の確認

- ☐ 集合する場所の正式名称を確認した
- ☐ 住所・施設名・目印を確認した
- ☐ 集合日時を確認した
- ☐ 集合の相手・窓口名を確認した
- ☐ 遅れそうな場合の連絡先を控えた
- ☐ 現地までの所要時間を確認した

メモ（集合場所について）

2 入口・受付場所の確認

- ☐ 利用する入口を確認した
- ☐ 受付場所・カウンター名を確認した
- ☐ 受付開始時間・締切時刻を確認した
- ☐ 提示するものを確認した
- ☐ 本人確認が必要か確認した
- ☐ 受付後に受け取るものを確認した

受付で受け取るものメモ

3 乗り場・待ち合わせの確認

- ☐ 利用する交通手段の乗り場を確認した
- ☐ ホーム・バス乗り場・乗車位置などの案内を確認した
- ☐ 乗り換えの有無を確認した
- ☐ 同行者と会えない場合の待ち合わせ方法を決めた
- ☐ 天候に応じた待機場所を考えた
- ☐ 迷ったときの案内所・係員の位置を確認した

メモ（乗り場・待ち合わせについて）

4 案内図・連絡方法

- ☐ 案内図・スクリーンショットを保存した
- ☐ オフラインでも見られるようにした
- ☐ 同行者や家族へ共有した
- ☐ 問い合わせ先と受付時間を控えた
- ☐ 緊急時の連絡先を確認した
- ☐ その他（ ）

連絡先・問い合わせ先

施設名・窓口名：

電話番号：

受付時間：

5 当日の最終確認

- ☐ 出発前に集合場所を再確認した
- ☐ 入口・受付場所を再確認した
- ☐ 乗り場・発車時刻を再確認した
- ☐ 持ち物と提示物を準備した
- ☐ 時間に余裕を持って移動した
- ☐ 分からないときは係員へ確認する

メモ

★ ポイント

- 集合場所と受付場所は別の場合があります。施設名だけでなく、入口やカウンター名まで確認しておきましょう。
- 歩きながらスマホを見ず、安全な場所で案内図やメッセージを確認しましょう。

予約先・問い合わせ先

予約先ごとの連絡方法や問い合わせ先を整理して、
変更や確認が必要なときにすぐ対応できるようにしましょう。

受付時間や連絡手段を整理し、急ぎの確認にも落ち着いて対応できるようにしておきましょう。

1 予約先の基本情報

- ☐ 予約先の種類：交通／宿泊／観光施設／体験／飲食店／レンタカー／駐車場／その他
- ☐ 予約先名
- ☐ 予約内容（便・施設・プランなど）
- ☐ 予約者名・利用者名
- ☐ 予約番号
- ☐ 利用日・利用時間
- ☐ 予約人数
- ☐ 支払い状況

メモ（予約内容の要点など）

2 連絡方法の確認

- ☐ 電話番号
- ☐ 公式サイト
- ☐ 予約確認ページ
- ☐ メールアドレス
- ☐ 問い合わせフォーム
- ☐ アプリ・メッセージ機能
- ☐ 当日用の連絡先
- ☐ 緊急時の連絡先

すぐ使う連絡先メモ

3 問い合わせするときに確認すること

- ☐ 変更したい内容
- ☐ 確認したい内容
- ☐ 利用条件・持ち物
- ☐ 集合場所・受付方法
- ☐ キャンセル条件
- ☐ 払い戻しの有無
- ☐ 当日の注意事項
- ☐ その他（ ）

メモ
（質問内容・
答えなど）

4 受付時間・対応状況

- ☐ 問い合わせ先の受付時間
- ☐ 休業日・対応不可時間
- ☐ 混雑しやすい時間帯
- ☐ 回答予定の目安
- ☐ 連絡した日時
- ☐ 対応した相手
- ☐ 回答内容を記録した
- ☐ 必要な追加対応を確認した

受付時間メモ

平日

土日祝

その他

5 連絡後の再確認

- ☐ 修正後の予約内容を確認した
- ☐ 予約番号・利用日時を再確認した
- ☐ 必要な画面や書類を保存した
- ☐ 同行者へ共有した
- ☐ 支払い・返金の有無を確認した
- ☐ 当日に必要な持ち物を見直した

連絡記録メモ

連絡日

連絡方法

要点

メモ



ポイント

- 問い合わせ前に、予約番号や利用日時を手元にそろえておきましょう。
- 電話以外の連絡方法も控えておくと、つながりにくいときに便利です。
- 回答内容はメモし、必要な変更や共有を忘れずに行いましょう。



緊急連絡先・緊急時メモ



いざという時に慌てないように、連絡先と対応方法を決めておきましょう。

家族や同行者と情報を共有し、スマホが使えない場合にも備えておきましょう。

1. 緊急連絡先（家族・知人など）

名前／関係	電話番号	備考
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		

★ ポイント

普段つながりやすい連絡先を、複数用意しておくとう安心です。

2. 現地での緊急連絡先（旅行先）

宿泊先（ホテル・旅館など）：.....
宿泊先の電話番号：.....
予約番号（確認番号）：.....
現地の知人・関係者：.....
電話番号：.....
滞在先の住所：.....
その他の連絡先：.....

★ ポイント

チェックイン後に、連絡先を再確認しましょう。



3. 緊急時の主な連絡先

警察	救急・消防	海の事故・事件	山岳遭難・事故	観光案内所・自治体	保険会社 （契約内容により）
110	119	118	110		
メモ	メモ	メモ	メモ	メモ	メモ

☆ 携帯電話がつかない場合に備え、紙にもメモして持ち歩きましょう。



4. 緊急時の対応メモ

- ☐ トラブルが起きたときに
まず連絡する人
- ☐ 集合場所・待ち合わせ場所
- ☐ 連絡が取れないときの方法
（アプリ・目印・時間など）
- ☐ 困ったときに相談できる人・場所
- ☐ 持病・アレルギー・
配慮が必要なこと
- ☐ その他の注意事項・希望

5. 自由メモ

.....
.....
.....
.....
.....
.....



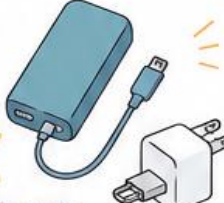
💡 ポイント

- ☐ スマホの電池切れや圏外に備え、紙にもメモしておきましょう。
- ☐ オフラインで地図や連絡先を確認できるように、スクリーンショットを保存しておくとう安心です。
- ☐ 同行者全員で情報を共有し、出発前に確認しておきましょう。





スマホ・充電・予備手段



スマホのバッテリー切れや通信トラブルに備えて、しっかり準備しましょう。

地図・連絡・予約情報はスマホに入っていることが多いので、予備手段も確認しておくで安心です。

1 スマホの基本確認

- ☐ バッテリー残量（出発前の確認） %
- ☐ OS・アプリは最新に更新した
- ☐ ストレージの空き容量を確保した
- ☐ 重要な連絡先を登録・確認した
- ☐ 画面ロックの解除方法を確認した
- ☐ 機内モード・Wi-Fi・モバイル通信の切替を確認した
- ☐ 位置情報（GPS）の設定を確認した
- ☐ データ通信・通話のプランを確認した
- ☐ データ通信の残量（上限がある場合） GB
- ☐ 海外で使う場合は、通信設定を確認した
- ☐ スマホ保険・保証サービスの有無を確認した

メモ



2 充電の準備

- ☐ 充電器（ACアダプター）
- ☐ 充電ケーブル（スマホ用）
- ☐ モバイルバッテリー
- ☐ 予備のケーブル（短いタイプ含む）
- ☐ カーチャージャー（車移動の場合）
- ☐ ポータブル電源（車中泊・長時間移動の場合）
- ☐ コンセント変換プラグ（海外の場合）
- ☐ 延長コード・マルチタップ（宿泊先で便利）
- ☐ その他（ ）

モバイルバッテリーの確認

容量： mAh

フル充電した日： 年 月 日

充電回数の目安： 約（ ）回

★ 宿泊数や移動時間に合わせて、十分な容量を用意しましょう。



3 予備手段の準備

通信トラブルに備えて

- ☐ オフライン地図をダウンロードした（Google マップなど）
- ☐ Wi-Fiが使える場所を事前に調べた
- ☐ ホテル・施設のWi-Fi情報を控えた
- ☐ フリーWi-Fi利用時のセキュリティに注意する
- ☐ テザリングできるか確認した
- ☐ 海外の場合：eSIM / SIMカード / レンタルWi-Fiを準備した
- ☐ その他（ ）



情報を残しておく（オフラインでも見られるように）

- ☐ 行き先の地図・ルートを保存した
- ☐ 予約情報・チケットをスクリーンショットで保存した
- ☐ 宿泊先・集合場所の住所・連絡先をメモした
- ☐ 緊急連絡先を紙にメモして持ち歩く
- ☐ 必要な情報を家族や同行者に共有した
- ☐ その他（ ）



4 緊急時に役立つ設定

- ☐ 緊急SOS（警察・救急）への連絡方法を確認した
- ☐ 緊急連絡先（ICE）の登録をした
- ☐ 位置情報の共有設定を確認した
- ☐ 画面ロック設定を確認した
- ☐ 紛失時の「スマホを探す」機能をONにした
- ☐ キャリアの紛失・盗難サポート連絡先を確認した
- ☐ その他（ ）



5 出発前の最終チェック

- ☐ フル充電した
- ☐ モバイルバッテリーもフル充電した
- ☐ 充電器・ケーブル式をバッグに入れた
- ☐ 予備手段（オフライン地図・メモなど）を準備した
- ☐ 重要な情報をバックアップ・共有した
- ☐ スマホを防水・耐衝撃ケースに入れた（必要に応じて）
- ☐ その他（ ）



メモ



ポイント

スマホは「旅のコンシェルジュ」。充電・通信・予備手段を万全にして、安心して旅を楽しみましょう。





出発前日の予約最終確認



忘れやすい予約内容や時間を、出発前日にもう一度確認しましょう。

予約内容・時間・場所・連絡先を最終チェックして、安心して出発しましょう。

1 予約内容の最終確認

すべての予約を確認し、時間・場所・内容に間違いがないかチェックしましょう。

予約項目	予約内容（施設名・便名・プラン名など）	日付・時間	確認チェック	メモ・確認事項
 飲食店予約		月 日() : ~ :	☐ 確認済み	
 レンタカー予約		月 日() : ~ :	☐ 確認済み	
 駐車場予約		月 日() : ~ :	☐ 確認済み	
 チケット・乗車券 ・搭乗券の確認		月 日() : ~ :	☐ 確認済み	
 同行者・利用区分		月 日() : ~ :	☐ 確認済み	
 宿泊施設の予約		月 日() : ~ :	☐ 確認済み	
 温泉・入浴施設の予約		月 日() : ~ :	☐ 確認済み	
 体験・ツアー・施設予約		月 日() : ~ :	☐ 確認済み	
 その他の予約		月 日() : ~ :	☐ 確認済み	

 メモ（気になること・変更連絡など）

2 連絡先の確認

連絡先・予約番号・緊急連絡先を手元にまとめておきましょう。



宿泊先の電話番号：

レンタカー会社：

駐車場の連絡先：

飲食店の電話番号：

チケット・交通機関の連絡先：

緊急連絡先（家族・知人など）：

メモ：

3 持ち物・書類の準備チェック

必要な持ち物や書類を準備できているか確認しましょう。



- ☐ 予約確認メール・画面の保存
- ☐ チケット・乗車券・搭乗券
- ☐ 身分証明書・保険証・マイナ保険証
- ☐ クレジットカード・現金
- ☐ レンタカー免許証
- ☐ ホテル・宿泊先の住所・地図
- ☐ 充電器・モバイルバッテリー
- ☐ その他（ ）

メモ

4 出発時間・移動手段の再確認



☐ 出発予定時刻： 月 日() :

☐ 移動手段： ☐ 車 ☐ 電車 ☐ バス ☐ 飛行機 ☐ その他（ ）

☐ 出発場所：

☐ 所要時間（見込み）： 約 時間 分

☐ 到着予定時刻： 月 日() :

☐ メモ：

5 最終チェックとひとことメモ



- ☐ すべての予約を確認した
- ☐ 連絡先をメモ・保存した
- ☐ 持ち物・書類を準備した
- ☐ 出発時間・ルートを確認した
- ☐ 家族・同行者と内容を共有した

ひとことメモ



★ ポイント

出発前日は、早めに準備を終えて、ゆっくり休んで明日に備えましょう。

不安なことや変更があれば、早めに連絡しておくで安心です。





出発当日の予約情報確認



出発前にすべての予約情報を最終確認して、安心して出発しましょう。

時間・場所・連絡先をもう一度チェックし、必要な情報はすぐ確認できるようにしておきましょう。

1 予約情報の最終確認

すべての予約内容を再確認し、時間・場所・内容に間違いがないかチェックしましょう。

予約項目	内容（施設名・便名・プラン名など）	日時・時間	場所・集合場所	確認チェック	備考・確認事項
 飲食店予約		月 日（ ） : ~ :		☐ 確認済み	
 レンタカー予約		月 日（ ） : ~ :		☐ 確認済み	
 駐車場予約		月 日（ ） : ~ :		☐ 確認済み	
 チケット・乗車券・ 搭乗券		月 日（ ） : ~ :		☐ 確認済み	
 同行者・利用区分		月 日（ ） : ~ :		☐ 確認済み	
 宿泊施設の予約		月 日（ ） : ~ :		☐ 確認済み	
 温泉・入浴施設の予約		月 日（ ） : ~ :		☐ 確認済み	
 体験・ツアー・施設予約		月 日（ ） : ~ :		☐ 確認済み	
 その他の予約		月 日（ ） : ~ :		☐ 確認済み	

 メモ（気になること・変更連絡など）

2 チケット・乗車券・搭乗券の確認

必要なチケットや乗車券がそろっているか確認しましょう。

- ☐ 紙チケットを持っている
- ☐ 電子チケットをスマホに保存した
- ☐ QRコードのスクリーンショットを保存した
- ☐ 予約番号・確認番号をメモした
- ☐ 乗車・搭乗の時間・場所を確認した
- ☐ 変更・キャンセルの条件を確認した
- ☐ 同行者分もそろっている
- ☐ その他（ ）



メモ

3 連絡先・緊急連絡先の確認

すぐに連絡できるように、必要な連絡先を確認しましょう。

- 宿泊先の電話番号 :
- レンタカー会社 :
- 駐車場の連絡先 :
- 飲食店の電話番号 :
- チケット・交通機関の連絡先 :
- 緊急連絡先（家族・知人など） :
- 現地の緊急連絡先・病院情報 :

メモ

4 持ち物・スマホの最終確認

忘れ物がないか、スマホと持ち物を最終チェックしましょう。

- ☐ スマホの充電は十分な
- ☐ モバイルバッテリーは持ったか
- ☐ 充電ケーブル・アダプターを持ったか
- ☐ 現金・クレジットカード・電子マネーはあるか
- ☐ 身分証明書・保険証を持ったか
- ☐ チケット・乗車券・搭乗券は持ったか
- ☐ 鍵・車の鍵・家の鍵を持ったか
- ☐ 旅行保険・お薬・常備薬を持ったか
- ☐ その他（ ）



スマホの充電残量

約 %
(出発時)

メモ

5 出発前の最終チェック

すべて整ったら、気持ちよく出発しましょう！

- ☐ すべての予約を確認した
- ☐ 時間・場所・集合場所を再確認した
- ☐ 交通手段・ルートを確認した
- ☐ 連絡先をメモ・保存した
- ☐ 持ち物を準備した
- ☐ 天気・気温を確認した
- ☐ 家の戸締り・火の元チェックをした
- ☐ 出発時間・集合時間を再確認した

いってきます！



メモ

★ ポイント

出発当日はあわただしくなりがちです。早めに行動して、余裕をもって出発しましょう。

トラブルが起きたときに備え、必要な情報はスマホと紙の両方で持っておくと安心です。





移動開始前の乗り場・受付確認



出発前にもう一度しっかり確認して、スムーズに移動をスタートしましょう。

時間に余裕を持って行動し、迷いや乗り遅れを防ぎましょう。

1 出発時刻・乗車時刻の確認



- ☐ 出発時刻（乗車時刻）： 月 日（ ） :
- ☐ 乗車便・列車名・便名：
- ☐ 発車時刻（出発時刻）： 月 日（ ） :
- ☐ 乗り場・ゲート・ホーム番号：
- ☐ 予約番号・確認番号：
- ☐ 座席番号・座席位置：
- ☐ 利用するサービス（特典・ターボンなど）：

メモ（変更・遅延などがないか最終確認）

2 乗り場・受付場所の確認

交通手段	乗り場・受付の場所	目印・備考
飛行機	(ターミナル：) (カウンター／ゲート)	
電車・新幹線	(番線／ 番ホーム)	
バス	(番のりば) (バス停・バスターミナル名：)	
船・フェリー	(乗り場・受付：)	
レンタカー	(受付場所：)	
駐車場	(駐車場所：)	

メモ（入口・フロア・カウンター番号など）

3 受付・チェックインの確認



- ☐ 受付・チェックイン開始時間を確認した
- ☐ 必要な書類・チケット・身分証を準備した
- ☐ 荷物の預け入れが必要か確認した
- ☐ QRコード・電子チケットをすぐに提示できるようにした
- ☐ オンラインチェックイン・事前手続きは完了している
- ☐ 座席指定・オプションの内容を再確認した
- ☐ 変更・アップグレードの手続きが必要な場合は確認した
- ☐ その他 ()

メモ（受付で伝えること・特別なリクエストなど）

4 持ち物・荷物の最終確認



- ☐ チケット・乗車券・搭乗券（紙・スマホ）
- ☐ 身分証明書・マイナンバーカード・保険証など
- ☐ 財布・クレジットカード・現金
- ☐ スマホ・モバイルバッテリー・充電ケーブル
- ☐ 鍵（家・車・ロッカーなど）
- ☐ 手荷物・スーツケースの数を確認した
- ☐ 手荷物のサイズ・重さのルールを確認した
- ☐ 忘れ物はないか最終チェックした
- ☐ その他 ()

メモ（忘れ物・追加で持っていくものなど）

5 時間・ルート・混雑の確認



- ☐ 乗り場・受付までの時間に余裕がある
- ☐ 移動ルートを再確認した
- ☐ 交通状況・運行状況を確認した
- ☐ 遅延・運休の情報を確認した
- ☐ 混雑する時間帯を考慮して行動している
- ☐ 万が一の代替ルートを確認した
- ☐ その他 ()

メモ（注意したいポイント・代替案など）

6 最終チェック



- ☐ 集合時間・場所を再確認した
- ☐ 同行者・利用区分を再確認した
- ☐ 緊急連絡先を控えた・共有した
- ☐ 予約内容に変更がないか最終確認した
- ☐ すべての準備が整ったので、余裕を持って出発する

ひとことメモ（気をつけたいこと・意気込みなど）



★ ポイント

★ 出発の30分～1時間前には乗り場・受付に到着するのが安心です。

★ 天候や交通状況により遅延・変更がある場合は、すぐに公式情報を確認しましょう。





移動中の次の予定確認



スムーズに行動できるように、今から次の予定を確認しておきましょう。

時間に余裕を持って準備し、乗り換えや到着後の行動をスムーズに進めましょう。

1 次の予定の内容確認



- ☐ 次の予定（内容）：
- ☐ 開始予定時刻： 月 日（ ）：
- ☐ 場所・施設名：
- ☐ 所在地・エリア：
- ☐ 予約の有無：☐ あり（予約番号：）
☐ なし
- ☐ 連絡先・電話番号：
- ☐ チケット・入場券：☐ あり ☐ なし
- ☐ 必要な持ち物・準備：

メモ（気になること・確認しておきたいこと）

3 移動ルート・乗り換えの確認



- ☐ 次の移動ルート：
- ☐ 乗り換えの有無：☐ あり（ 回） ☐ なし
- ☐ 乗り換え駅・バス停：
- ☐ 乗り換え時の注意点：
- ☐ 乗り場・ホーム・出入口：
- ☐ 所要時間（移動＋待ち時間）： 約 分
- ☐ 遅延・運休時の代替ルート：

メモ（乗り換えで注意したいことなど）

2 到着後の行動計画



やること	場所・移動手段・所要時間	目安時刻	チェック
到着・降車		：	☐
移動（乗り換え）	（ → ） 約 分	：	☐
目的地までの移動	（手段： ） 約 分	：	☐
食事・休憩	（場所： ）	：	☐
観光・体験・見学	（場所： ）	：	☐
買い物・用事	（場所： ）	：	☐
その他	（内容： ）	：	☐

メモ（変更の可能性があることなど）

4 交通・運行状況の確認



- ☐ 運行状況（遅延・運休・ダイヤ変更）の確認をした
- ☐ 交通機関の公式サイト・アプリで確認した
- ☐ 天気・道路状況を確認した
- ☐ 混雑予測や所要時間を確認した
- ☐ 代替手段（別ルート・別交通手段）を確認した
- ☐ 海外の場合：入国・入場時間の確認をした
- ☐ その他（ ）

メモ（気になる情報など）

5 チケット・予約情報の再確認



- チケット・乗車券・搭乗券を確認した
- 予約内容（日時・場所・プラン）を再確認した
- ☐ QRコード・電子チケットを表示できるか確認した

予約情報・チケットの保管方法（チェック）

- ☐ スマホで保存している（スクリーンショット含む）
- ☐ 紙チケット・予約確認書を持っている
- ☐ オフラインでも確認できるようにしている

メモ（変更・キャンセル条件など）



★ ポイント

★ 次の予定の開始時刻に遅れないように、早めに行動しましょう。

★ 分からないことがあれば、交通機関や施設に早めに問い合わせて安心して移動しましょう。





現地到着後の受付・チェックイン確認



到着後の手続きをスムーズに行い、安心して旅をスタートしましょう。

時間に余裕を持って行動し、必要な手続きや案内をしっかりと確認しましょう。



1 到着後の受付・チェックイン確認

- ☐ 施設・宿泊先名：.....
- ☐ 到着時刻： 月 日 () :
- ☐ 予約者名：.....
- ☐ 予約内容とプランを確認した
- ☐ 本人確認・身分証の提示をした
- ☐ 予約確認書・予約番号を提示した
- ☐ チェックイン手続きを完了した (時間：.....)
- ☐ 部屋番号・利用場所を確認した
- ☐ 鍵・カードキー・暗証番号を受け取った
- ☐ 館内・施設の利用案内を受け取った
- ☐ Wi-Fi・パスワードを確認した
- ☐ 支払い方法・追加料金の有無を確認した



メモ (伝えられた重要事項など)

2 受け取ったもの・確認したもの

- ☐ ルームキー・カードキー
- ☐ 館内マップ・案内資料
- ☐ Wi-Fi情報・パスワード
- ☐ 朝食券・利用券・チケット類
- ☐ 館内施設の利用案内
- ☐ 緊急時の連絡先・避難経路
- ☐ チェックアウト時間
- ☐ 追加料金・サービス内容の説明
- ☐ その他 (.....)

受け取ったものメモ

大切な連絡先メモ

- ・フロント：.....
- ・緊急時：.....
- ・その他：.....

3 お部屋・設備の確認

- ☐ 部屋タイプ・人数・ベッド数を確認した
- ☐ 部屋の清掃・設備の状態を確認した
- ☐ エアコン・暖房・換気の動作を確認した
- ☐ 照明・コンセントの位置を確認した
- ☐ お風呂・シャワー・トイレの使い方を確認した
- ☐ 冷蔵庫・テレビ・電気設備を確認した
- ☐ 貴重品の保管場所 (セーフティボックス等) を確認した
- ☐ 気になる点があればフロントに連絡した
- ☐ その他 (.....)



メモ (部屋・設備について)

4 館内・施設利用の確認

- ☐ 大浴場・温泉・プールなどの場所と利用時間
- ☐ レストラン・朝食全場の場所と時間
- ☐ 館内ショップ・自動販売機の場所
- ☐ エレベーター・階段の位置
- ☐ 喫煙所・ごみ処理場所
- ☐ コインランドリー・その他施設の場所と使い方
- ☐ 利用できないサービス・注意事項
- ☐ その他 (.....)

利用時間メモ

- ・大浴場：.....
- ・朝食：.....
- ・チェックアウト：.....



メモ (施設利用について)

5 荷物・貴重品の確認

- ☐ 荷物を部屋・ロッカーに置いた
- ☐ 貴重品を安全に保管した
- ☐ 大きな荷物の置き場所を確認した
- ☐ 忘れ物がないかチェックした
- ☐ 必要なものをすぐに取り出せるようにした
- ☐ その他 (.....)

保管場所メモ

- ・貴重品：.....
- ・大きな荷物：.....
- ・その他：.....

メモ (荷物・貴重品について)



6 到着後のひとことメモ

気になったこと・困ったこと・やることメモなど、自由に書きましょう。



★ ポイント

- ★ 受付やチェックインは、時間に余裕を持って行動しましょう。
- ★ 分からないことや困ったことがあれば、遠慮せずフロントに相談しましょう。



観光中・宿泊中の予定変更確認

現地での急な変更に対応できるように確認しましょう。

観光や宿泊は変更がつきもの。こまめに確認して、安心・快適な旅を楽しみましょう。



1 観光予定の確認・変更

観光スポットやアクティビティの予定を確認し、必要に応じて調整します。

予定日時	観光地・アクティビティ	確認✓	変更事項・メモ
： ～ ：		☐	
： ～ ：		☐	
： ～ ：		☐	
： ～ ：		☐	

メモ（変更・キャンセル・追加など）

2 宿泊情報の確認・変更

宿泊先の変更や追加がないか確認しましょう。

日程	宿泊施設	確認✓	変更事項・メモ
： ～ ：		☐	
： ～ ：		☐	
： ～ ：		☐	
： ～ ：		☐	

メモ（変更・連絡事項など）

3 交通・移動手段の確認

交通機関の遅延や変更、代替手段を確認しましょう。



区間・日時	交通手段	確認✓	変更・代替手段・メモ
： ～ ：		☐	
： ～ ：		☐	
： ～ ：		☐	
： ～ ：		☐	

メモ（遅延・運休情報、代替案など）

4 天候・イベント・現地情報の確認

天候やイベント、現地の状況を確認して、予定を調整しましょう。

項目	確認内容	確認✓	変更・対応メモ
天気予報		☐	
イベント・祭り		☐	
交通規制・混雑		☐	
各施設の営業状況		☐	
その他現地情報		☐	

メモ（気になる情報・対応事項など）

5 体調・持ち物・サービスの確認

体調や持ち物、利用サービスに変更や追加がないか確認しましょう。



項目	確認内容	確認✓	変更・追加メモ
体調・体力		☐	
持ち物（追加・補充）		☐	
通信・データ・Wi-Fi		☐	
保険・サポートサービス		☐	
その他		☐	

メモ（気づいたこと・必要な対応など）

6 最終確認・出発準備

変更点を最終確認し、出発に向けて準備を整えましょう。



確認項目	確認✓	メモ
すべての予定を再確認した	☐	
変更・連絡が必要なものは対応済み	☐	
必要な手続き・支払いは完了	☐	
お土産・持ち物の最終チェック	☐	
出発の準備が整った	☐	

メモ（気づいたこと・追加事項など）



ポイント

- ★ 変更は早めに確認・対応することで、安心して旅を楽しめます。
- ★ 情報はこまめにチェックし、必要に応じてプランを柔軟に調整しましょう。
- ★ わからないことや不安なことは、現地の人や公式窓口にご相談しましょう。





遅延・運休・臨時休業時の対応



トラブルが起きても慌てないように、事前に確認しておきましょう。

安全を最優先に、最新の情報を確認しながら冷静に行動しましょう。

1 まず確認すること



- ☐ 最新の運行・営業情報を確認した
- ☐ 情報の出典（公式サイト・アプリなど）を確認した
- ☐ 原因・見通し・代替案の有無を確認した
- ☐ 乗り継ぎ・予約への影響を確認した
- ☐ 連絡が必要な相手に状況を共有した（家族・同行者など）

メモ（確認した情報・時刻・担当者など）

2 情報の確認先（例）



	交通機関の公式サイト・アプリ	
	駅・バス停・空港の案内表示	
	施設・観光地の公式サイト・SNS	
	宿泊施設・予約先への連絡	
	旅行会社・予約サイトのサポート	
	その他（ ）	

メモ（確認した情報の要点）

3 交通機関の遅延・運休時の対応



- ☐ 代替ルート・代替交通手段を調べた
（例：別の路線・後続便・バス・タクシー・レンタカーなど）
- ☐ 予約の変更・払い戻し条件を確認した
- ☐ 乗り継ぎ先・宿泊先への影響を確認した
- ☐ 必要に応じて変更・キャンセル手続きをした
- ☐ 移動時間の見直しを行った
- ☐ 安全に移動できる方法を選んだ

メモ（代替案・変更内容・連絡先など）

4 施設・お店の臨時休業時の対応



- ☐ 代替の観光地・お店を探した
（例：近くの施設・別のエリア・営業時間の違うお店など）
- ☐ 予約していた施設のキャンセル・変更条件を確認した
- ☐ 入場券・体験・レストランなどの振替可否を確認した
- ☐ 事前予約が必要な場合は、早めに連絡・再予約をした
- ☐ 宿泊や交通への影響を確認した
- ☐ 同行者と相談して予定を見直した

メモ（代替案・変更内容・連絡先など）

5 宿泊・予約に影響がある場合



- ☐ 予約先に連絡し、状況を伝えた
- ☐ 到着時間の変更・キャンセル条件を確認した
- ☐ 連絡方法（電話・メール・アプリなど）を確認した
- ☐ 宿泊費・キャンセル料・返金の条件を確認した
- ☐ 必要に応じて宿泊日・内容の変更手続きをした
- ☐ 代替の宿泊先を確保した

メモ（予約先・対応内容・連絡先など）

6 困ったときの行動ポイント



✓ 安全を最優先にする	無理に移動せず、危険を避けて行動しましょう。
✓ 最新情報をこまめに確認する	状況は変わるため、定期的に情報を更新しましょう。
✓ 早めに行動・連絡する	遅れれば選択肢が減るため、早めの対応が大切です。
✓ 代替案をいくつか考えておく	事前に調べておくと、落ち着いて対応できます。
✓ 記録を残す	やり取りや変更内容は、メモや写真で残しましょう。

メモ（気づいたこと・やっておくとよいことなど）

緊急連絡先メモ

家族・同行者：
宿泊施設：
旅行会社・予約先：

交通機関サポート：
保険会社（海外・国内旅行保険）：
その他（ ）：



★ ポイント

- ★ 発生時は焦らず、正確な情報を確認してから行動しましょう。
- ★ 状況が悪化する前に、早めの判断と連絡を心がけましょう。
- ★ 無理な行動は避け、安全第一で対応してください。





予約変更・キャンセル・払い戻し



トラブルを防ぎ、損をしないために、事前にルールを確認しておきましょう。

予約内容や条件を正しく理解して、必要に応じて手続きをスムーズに行いましょう。

1 予約内容の確認



- ☐ 予約内容（日時・人数・プラン・座席・部屋など）を確認した
- ☐ 利用条件・注意事項を確認した
- ☐ 変更・キャンセルの条件を確認した
- ☐ 予約・購入番号を控えた
- ☐ 予約確認メール・画面を保存した

メモ（予約内容・条件など）

2 変更が必要になったとき



- ☐ 変更可能な項目（日時・便・人数・プランなど）を確認した
- ☐ 変更可能期間・期限を確認した
- ☐ 変更手数料の有無・金額を確認した
- ☐ 空席状況・空室状況を確認した
- ☐ 変更手続きの方法（Web・電話・窓口など）を確認した
- ☐ 変更後の内容・料金を確認した

メモ（変更内容・条件・連絡先など）

3 キャンセルが必要になったとき

CANCEL



- ☐ キャンセル可能な期限を確認した
- ☐ キャンセル料の有無・金額を確認した
- ☐ 返金方法・返金時期を確認した
- ☐ 手続き方法（Web・電話・窓口など）を確認した
- ☐ キャンセル後の予約番号・控えを保存した

メモ（キャンセル内容・条件・連絡先など）

4 払い戻しについて



- ☐ 払い戻しの対象・条件を確認した
- ☐ 払い戻し金額（手数料差引後）を確認した
- ☐ 払い戻し方法（クレジットカード・口座・現金など）を確認した
- ☐ 払い戻しまでの目安日数を確認した
- ☐ 払い戻し手続きの期限を確認した
- ☐ 必要な情報・書類（カード番号・口座情報など）を準備した

メモ（払い戻し内容・条件・期限など）

5 連絡先・問い合わせ先の確認



緊急時や手続きで迷ったときの連絡先を控えておきましょう。

予約先（会社・サイト名）	
電話番号	
受付時間	
メールアドレス	
よくある質問ページURL	
その他メモ	

6 トラブルを防ぐポイント

- ✓ 予約時に変更・キャンセル条件を必ず確認する
- ✓ 締切日や手数料のルールをメモしておく
- ✓ 予約確認メール・画面をスクリーンショットで保存する
- ✓ 手続きは期限に余裕をもって行う
- ✓ 不明点は早めに問い合わせで確認する
- ✓ 重要な連絡はメールなど記録が残る方法で行う

メモ（気をつけたいこと・確認したことなど）



自由メモ



ポイント

- ★ 条件や期限を事前に確認することで、余計な出費やトラブルを防ぐことができます。
- ★ 変更やキャンセルが必要になったら、早めに行動して安心な旅にしましょう。





帰りの交通手段・出発場所の再確認

スムーズに帰るために、出発前にもう一度しっかり確認しましょう。

余裕を持った行動で、最後まで安心・快適な旅に。



1 帰りの交通手段の確認

- ☐ 利用する交通手段（電車・バス・飛行機・車など）を確認した
- ☐ 予約内容（日時・便・座席・車両・設備）を確認した
- ☐ 乗り換えや経由地がある場合は、経路を確認した
- ☐ 所要時間や到着時間を再確認した
- ☐ 遅延時の代替手段・乗り継ぎ方法を確認した
- ☐ 交通系ICカード・きっぷ・QRコードの準備をした



メモ（交通手段・予約内容など）

2 出発場所の再確認

- ☐ 出発場所（駅・バス停・空港・駐車場など）を確認した
- ☐ 出発場所の住所や名称を再確認した
- ☐ 施設のフロア・改札・乗り場・カウンターを確認した
- ☐ 集合時間と出発時間の違いを確認した
- ☐ 待ち合わせ場所や目印を再確認した
- ☐ 周辺の地図やアクセス方法を調べ直した



メモ（出発場所・アクセスなど）

3 出発時刻・集合時間の再確認

- ☐ 出発時刻を再確認した
- ☐ 集合時間がある場合は、時間を再確認した
- ☐ 余裕を持って出発する時刻を決めた
- ☐ 所要時間や渋滞・混雑を考慮して行動計画を立てた
- ☐ 天候や交通状況による遅延リスクを確認した
- ☐ アラームやリマインダーを設定した



メモ（時間・余裕・遅延リスクなど）

4 きっぷ・チケット・予約情報の確認

- ☐ きっぷ・チケット・QRコードを準備した
- ☐ 座席番号・便名・車両番号を再確認した
- ☐ 予約確認メールや画面を保存・スクリーンショットした
- ☐ 必要な場合は印刷やオフライン保存をした
- ☐ 支払い済みかどうかを確認した
- ☐ 領収書や予約番号を控えた



メモ（予約情報・チケットなど）

5 荷物・忘れ物の最終確認

- ☐ 貴重品（財布・スマホ・鍵など）を確認した
- ☐ 荷物の取り忘れがないか再確認した
- ☐ 宿やロッカーに忘れ物がないか確認した
- ☐ お土産や購入したものを確認した
- ☐ ゴミや傘などの置き忘れがないか確認した
- ☐ 忘れ物チェックリストを使って確認した



メモ（忘れ物・貴重品など）

6 万が一に備えた確認

- ☐ 遅延・運休時の対応方法を確認した
- ☐ 緊急連絡先（交通機関・宿・家族など）を控えた
- ☐ モバイルバッテリーを充電した
- ☐ スマホの通信・電波状況を確認した
- ☐ 保険やサポートサービスの連絡先を確認した
- ☐ 必要なアプリが使えるか確認した



メモ（緊急時の対応・連絡先など）



ポイント

- ✿ 出発前の再確認で、時間ロスやトラブルを防げます。
- ✿ 時間に余裕を持って行動し、最後まで気持ちのよい旅にしましょう。
- ✿ 不安なことや迷ったことがあれば、遠慮せずスタッフや交通機関に相談を。



帰る前の精算・チェックアウト確認

気持ちよく出発するために、最後の確認を忘れずにしましょう。

忘れ物や精算漏れを防いで、スムーズに帰路につきましょう。

1 精算内容の確認

利用したサービスの精算内容を確認しましょう。

- ☐ 宿泊費が正しいか確認した
- ☐ 食事代・追加注文料金を確認した
- ☐ 入湯税・宿泊税・サービス料などを確認した
- ☐ 駐車場代・利用時間・料金を確認した
- ☐ ルームサービス・ホテル内ショップの精算を確認した
- ☐ クーポン・割引が正しく適用されているか確認した
- ☐ 領収書の宛名・金額を確認した



メモ（精算に関するメモ）

2 支払い方法の確認

支払い方法や明細をしっかりと確認しましょう。

- ☐ 支払い方法（現金・カード・電子決済など）を確認した
- ☐ クレジットカードの利用明細を確認した
- ☐ ポイント・マイルの付与状況を確認した
- ☐ 返金・キャッシュバックの有無を確認した
- ☐ デPOSIT（預かり金）の返金を確認した
- ☐ 分割・リボ払いなどの設定を確認した
- ☐ 支払い済みの内容はチェックを付けた

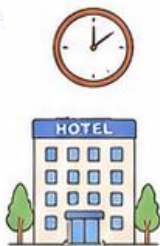


メモ（支払いに関するメモ）

3 チェックアウト手続きの確認

スムーズにチェックアウトできるよう確認しましょう。

- ☐ チェックアウト時間を確認した
- ☐ 鍵やカードキーを返却した
- ☐ 延長料金の有無を確認した
- ☐ 荷物の預かりサービスを確認した
- ☐ 交通手段までの送迎サービスを確認した
- ☐ 精算後のルーム確認が不要か確認した
- ☐ チェックアウト完了を確認した



メモ（チェックアウトに関するメモ）

4 忘れ物の最終確認

部屋や周辺に忘れ物がないか、もう一度確認しましょう。

- ☐ 部屋のすべての場所を確認した
- ☐ クローゼット・引き出しの中を確認した
- ☐ 冷蔵庫・セーフティボックスを確認した
- ☐ コンセント・充電器を確認した
- ☐ 洗面所・お風呂場・トイレを確認した
- ☐ ベッドの下・カーテンの裏を確認した
- ☐ 忘れ物がないか最終確認した



メモ（忘れ物に関するメモ）

5 施設・備品の確認

使用した備品や施設の状態を確認しましょう。

- ☐ 借りたもの（充電器・アメニティなど）を返却した
- ☐ 備品の破損や汚損がないか確認した
- ☐ 使用した設備（温泉・プールなど）のルールを守った
- ☐ ゴミの分別・処理ルールを守った
- ☐ 部屋の電気・エアコン・窓の施錠を確認した
- ☐ 忘れ物の連絡先を控えた
- ☐ 施設スタッフにお礼を伝えた



メモ（施設・備品に関するメモ）

6 次の予定・移動の最終確認

次の移動や帰路の予定を再確認しておきましょう。

- ☐ 帰りの交通手段・乗車時間を確認した
- ☐ 乗り場までの移動時間を確認した
- ☐ 切符・チケット・予約情報を再確認した
- ☐ 天候や交通状況をチェックした
- ☐ 必要な連絡先・マップを準備した
- ☐ バッテリー残量を確認した
- ☐ 出発時刻に遅れないよう準備した



メモ（次の予定・移動に関するメモ）



ポイント

- ✿ 精算・チェックアウト・忘れ物確認をしっかり行いましょう。
- ✿ 時間に余裕を持って移動し、帰りの交通手段に遅れないようにしましょう。
- ✿ 最後まで気を抜かず、気持ちよく旅を締めくくりましょう。





帰宅後の返金・領収書・ポイント確認

旅行後の手続きも大切なチェックポイントです。忘れずに確認しましょう。

返金・書類・ポイントを整理して、次の旅をもっとお得に快適に。



1 返金の確認

返金の有無や内容を確認しましょう。

- ☐ 返金対象となる内容を確認した
- ☐ 返金申請が必要な場合、期限を確認した
- ☐ 返金申請手続きを行った
- ☐ 返金状況を確認した
- ☐ 返金金額・方法・予定日を確認した
- ☐ 返金が完了したことを確認した



メモ（返金に関するメモ）

2 領収書・明細の整理

領収書や利用明細を確認・整理しましょう。

- ☐ 必要な領収書がすべて揃っているか確認した
- ☐ 領収書の宛名・日付・金額を確認した
- ☐ 電子領収書・明細書を保存（ダウンロード）した
- ☐ クレジットカードの利用明細を確認した
- ☐ 交通系ICカードの履歴を確認した
- ☐ 経費精算が必要な場合、書類を準備した



メモ（領収書・明細に関するメモ）

3 ポイント・マイルの確認

獲得ポイントやマイルを確認しましょう。

- ☐ ポイント・マイルが付与されているか確認した
- ☐ ポイント・マイルの付与予定日を確認した
- ☐ ポイント・マイルの有効期限を確認した
- ☐ 使えるポイント・マイルの残高を確認した
- ☐ 会員ランクへの反映状況を確認した
- ☐ 次回の旅行で使える特典を確認した



メモ（ポイント・マイルに関するメモ）

4 予約・会員サービスの確認

今後のために登録・設定を見直しましょう。

- ☐ 予約アプリ・サイトの履歴を確認した
- ☐ 会員情報・連絡先の登録内容を確認した
- ☐ メールマガジンや通知設定を見直した
- ☐ 不要な自動更新サービスを解約した
- ☐ 次回利用のために会員情報を更新した
- ☐ お気に入り・リストなどを整理した



メモ（予約・会員サービスに関するメモ）

5 トラブル・問い合わせの確認

未解決の内容がないか確認しましょう。

- ☐ 旅行中のトラブル内容を振り返った
- ☐ 未解決の問い合わせがないか確認した
- ☐ 問い合わせの返信・対応状況を確認した
- ☐ 必要な追加連絡・書類提出を行った
- ☐ トラブルの再発防止に役立つメモを残した
- ☐ サービスや対応についての評価・感想を記録した



メモ（トラブル・問い合わせに関するメモ）

6 次の旅の準備メモ

次の旅行に向けて、気づきをまとめましょう。

- ☐ 良かった点・また行きたい場所をメモした
- ☐ 改善したい点・注意点をメモした
- ☐ 持ち物の見直しメモを作成した
- ☐ 予算の振り返りをした
- ☐ 行きたい場所・候補をリストアップした
- ☐ 次の旅行の計画を立てた



メモ（次の旅に向けたメモ）



ポイント

- 返金や領収書、ポイントの確認は早めに行うと安心です。
- 必要な書類や明細は、しばらく保管しておきましょう。
- 旅行の振り返りを次に活かして、もっと素敵な旅に！





旅行後の予約振り返り



次の旅行をもっと快適にするために、予約や手配を振り返りましょう。

良かった点・改善点を整理して、次の旅の計画に役立てましょう。

1 予約全体の振り返り

予約や手配の全体を振り返りましょう。



- ☐ 予約した内容をすべて確認した
- ☐ スケジュール全体はスムーズだった
- ☐ 行きたい場所・やりたいことを楽しめた
- ☐ 移動や乗り継ぎの時間は適切だった
- ☐ 宿泊やプランの満足度は高かった
- ☐ 費用は予算の範囲内でおさまった

メモ（全体の感想・気づきなど）

2 交通手段の予約を振り返る

移動に関する予約を振り返りましょう。



- ☐ 移動手段の選択は良かった
- ☐ 出発・到着時間はちょうどよかった
- ☐ 乗り換えや待ち時間は負担にならなかった
- ☐ 座席や設備は快適だった
- ☐ きっぷ・チケットの手配はスムーズだった
- ☐ 次回の改善点が見つかった

メモ（交通手段に関する良かった点・改善点）

3 宿泊の予約を振り返る

宿泊に関する予約を振り返りましょう。



- ☐ 宿泊先の立地やアクセスは良かった
- ☐ 部屋や設備は期待どおりだった
- ☐ サービスや接客の満足度は高かった
- ☐ 食事内容は満足できた
- ☐ チェックイン・チェックアウトはスムーズだった
- ☐ 次回の改善点が見つかった

メモ（宿泊に関する良かった点・改善点）

4 現地での体験・プランを振り返る

現地での体験や予約プランを振り返りましょう。



- ☐ 観光地や施設の予約は役立った
- ☐ 食事や体験の予約は良かった
- ☐ 混雑や待ち時間は想定どおりだった
- ☐ 予約なしでも楽しめた場所があった
- ☐ もっと時間をとれば良かったことがあった
- ☐ 次回の改善点が見つかった

メモ（体験・プランに関する良かった点・改善点）

5 お金・支払いを振り返る

費用や支払い方法を振り返りましょう。



- ☐ 予算の立て方は適切だった
- ☐ 実際の費用は予算どおりだった
- ☐ 支払い方法（現金・カード・電子決済）は便利だった
- ☐ お得な割引やクーポンを活用できた
- ☐ ポイントやマイルを活用できた
- ☐ 次回の改善点が見つかった

メモ（費用・支払いに関する気づきなど）

6 次の旅行に活かすこと

今回の振り返りを、次の旅行に活かしましょう。



- ☐ 次は早めに予約したいこと
- ☐ 次は違う方法で試したいこと
- ☐ 次は行きたい場所・やりたいこと
- ☐ 持ち物や準備で改善したいこと
- ☐ やめても良いと思ったこと
- ☐ 次の旅行の優先事項を決めた

メモ（次の旅行の目標・楽しみなことなど）



ポイント

- 🌸 良かった点を伸ばし、改善点を次の旅に活かしましょう。
- 🌸 予約方法や時期を工夫すると、より快適でお得な旅行になります。
- 🌸 振り返りノートやアプリに記録しておくと、次の計画がスムーズです。





思い出も計画も、ここに自由に残そう♪

自由メモ



気づいたこと・やりたいこと・大切な情報など、自由に書き留めましょう。



メモ

Blank lined area for writing notes.



使い方のヒント

- ✿ 旅行中に気づいたことや、行きたい場所を書き留めておきましょう。
- ✿ 次回の旅行のアイデアや、改善点の記録に役立ちます。
- ✿ チケットやパンフレットの情報を書き写しておくのもおすすめです。

