

 出國前準備

1. 與旅行社簽訂旅遊契約，亦可同時索取代收轉付收據以維護自身權益。
2. 建議可購買**旅遊平安及醫療保險**，並詳加了解保險的項目，加強自身保障。
3. 將行程、國外住宿旅館之電話號碼及所參加的旅行社聯絡電話告知家人，如係個人自助旅行，亦應隨時與家人保持聯繫，並準備一份旅遊地點之我國駐外辦事處通訊資料隨身攜帶。
4. 自備慣用藥品或外用藥膏，避免攜帶粉狀藥物，以免被誤為毒品；如身體不適，不隨便服用他人藥物，應告知領隊安排就醫。
5. 攜帶數張大頭照片備用，另將機票、護照、簽證、結匯收據、簽帳卡等證件影印乙份和正本分開攜帶，以備不時之需。
6. 保育類動物及其產製品，如未取得許可文件就帶回國或郵寄，有關單位將以走私罪論處。
7. 孕婦及年長者或健康狀況不良者，宜有家人隨行，且應先到醫院索取附有中文說明的英文診斷書備用。
8. 可至附設旅遊醫學門診之醫院，洽詢旅遊區疫情、疫苗施打、常見旅遊疾病及衛教等相關資訊。
9. 如為五人以上之團體旅遊（含家族旅遊），目前北中南東區有 12 所醫院可作團體衛教服務，亦可連繫台灣大學家庭醫學部游小姐（02-23123456 轉 66010）協助安排團體衛教事宜。

 國外旅途中

1. 搭乘飛機時，請隨時扣緊安全帶，以免亂流影響安全。
2. 旅遊期間，敬請旅客隨時注意自身安全並妥善保管財物，以免發生意外或個人財物損失等事宜。
3. 住宿飯店請隨時加扣安全鎖，勿將衣服披在燈上或在床上抽煙，聽到警報器時請由緊急出口迅速離開。
4. 飯店游泳池未開放時間，請勿擅自入池，並切忌勿單獨入池。
5. 活動內容具有刺激性，身體狀況不佳者，請勿參加。
6. 夜間或自由活動時間自行外出，應特別注意安全。並隨身攜帶飯店的名片，萬一迷失方向時可用。
7. 行走雪地及陡峭之路，請小心謹慎。搭乘纜車請依序上下，聽從工作人員指揮。
8. 參加浮潛時，請務必穿著救生衣，接受浮潛老師之講解，並於岸邊練習使用呼吸。
9. 參加水上活動宜結伴同行，並了解活動場地是否合法及器材的使用操作，聽從專家事先了解地形、潮汐、海流、風向、溫度、出入水點等因素，如上面因素不適合水上活動時，則不要勉強參加。
10. 搭乘船隻及如參加水上活動行程，請嚴格遵守全程穿救生衣的規定，且應全程穿著；如未提供救生衣，則應主動要求。
11. 乘坐遊艇及水上摩托車，請扶緊坐穩，勿任意移動，且不跨越安全海域，泳客亦不能在水上摩托車、快艇、拖曳傘等水上活動範圍區內游泳。

12. 注意活動區域之安全標示、救援設備及救生人員設置地點。
13. 應注意自己的身體狀況，有心臟病、高血壓、感冒、發燒、醉酒、孕婦及餐後，不參加拖曳傘及水上活動及浮潛，感覺身體疲倦、寒冷時，應立即離水上岸。

疾病檢疫 / 旅遊醫學資訊

1. 出國前，至疾病管制署全球資訊網查詢國際疫情資訊及防疫建議，或於出國前 4 至 6 週前往「旅遊醫學門診」接受評估。
2. 旅途中或返國時，曾有發燒、腹瀉、出疹或呼吸道不適等疑似傳染病症狀，請於入境時主動告知機場檢疫人員；返國後 21 天內，若有身體不適，請盡速就醫，並告知醫師旅遊史及接觸史。
3. 傳染病預防措施：用肥皂勤洗手、吃熟食、喝瓶裝水。
4. 有呼吸道症狀應配戴口罩。
5. 噴防蚊液，避免蚊蟲叮咬。
6. 不接觸禽鳥、犬貓及野生動物。
7. 更多旅遊醫學相關資訊請查詢疾病管制署全球資訊網 <https://www.cdc.gov.tw> 「國際旅遊與健康」專區,或撥打防疫專線 1922 (國外可撥+886-800-001922)。



緊急電話

1. 「旅外國人急難救助全球免付費專線」：**800-0885-0885**
目前僅適用於 22 個國家 / 地區，參考下表，該專線可以當地申請之行動電話門號、公共電或市話方式撥打；倘以國內行動電話門號撥打，則須另自付國際漫遊電話費用。

亞洲	日本、南韓、新加坡、泰國、馬來西亞、香港 / 澳門、菲律賓
中東	以色列
大洋洲	澳洲、紐西蘭
歐洲	英國、法國、德國、瑞士、義大利、比利時、荷蘭
美洲	美國、加拿大、阿根廷

(如有更動,請以外交部網頁公告為主)

2. 「旅外國人緊急服務專線」0800-085-095

國內免付費，自國外撥打回國須自付國際電話費用，撥打方式為：

(當地國國際電話冠碼) +886-800-085-095。

國人在國外遭逢急難事故，一時無法與駐外館處取得聯繫時，可以透過該上述 2 支專線電話向「外交部緊急聯絡中心」尋求協助。該專線電話係為國人在海外遭遇緊急危難時使用，若非涉海外急難救助事項，切勿撥打該專線電話，以免線路過度負載，耽誤海外緊急事故處理時效。

出入境搭機注意事項

出發前簽證別忘了檢查仔細，不能帶的伴手禮也要看清楚

役男出國應申請核准

3. 役男定義：役男係指年滿 19 歲當年 1 月 1 日起至年滿 36 歲當年 12 月 31 日尚未履行兵役義務男子。
4. 役男申請短期出境請至內政部役政署網站申請出國核准後
(<https://www.ris.gov.tw/departure/app/Departure/main>) 再行出國。
5. 國內在學役男出境，雙聯學制、交換學生或出國研究、進修等，請向國內就讀學校申請出國。
6. 出境就學、居住未滿 1 年之僑民役男及歸化我國國籍者、大陸、香港、澳門地區來臺設籍未滿 1 年之役男，請至內政部移民署各縣市服務站申請出境核准。
7. 現役役男應向服役(勤)單位申請出境核准後，再行出國。已退伍(役)、免役或免除兵役義務者，出國不須申請核准程序，但退伍後短期內要出境，請務必攜帶相關證明文件正本，以備國境人員查驗。

簽證相關

為避免出國當天無法成行的狀況，請您再度檢查確認您的護照(回國日起算 6 個月以上)。另外如果您屬於下列身份的旅客，更是需要再確認證照內容：

- 雙重國籍：依規定，進出中華民國國境需使用同一本護照，並需自行攜帶並備妥可入出本國境之簽證或護照。(持外國護照入境，如有在臺灣設籍，第一次出國就要拿中華民國護照出境。)
- 有效護照與有效簽證不在同一本者：請務必同時攜帶有效之護照及簽證以便出入相關國境。
- 身分變更：目前您的中華民國身分證所登載內容與護照登載內容已有變更者(姓名、身分證字號、出生日期、受管制入出境身分...之變更。)
- 護照遺失：所持護照如曾向警政單位申報遺失備案，則護照及其相關簽證自然無效，切莫再持有及使用，請重新申請新護照並持新護照出境。

禁止攜帶至機上物品

1. 新鮮、脫水或已包裝的肉類或肉製品；非罐裝或醃燻之魚類及魚卵。
2. 禁止將生肉、肉腸、火腿、臘肉等肉製品攜帶出入境，即使在出、入關的免稅店購買也不能攜帶。
3. 植物種子、蔬菜、水果、及土壤。
4. 昆蟲、蝸牛及其他對植物有害之蟲類。
5. 野生動物或魚類及其肢體(如羽毛、皮及卵)以及由野生動物的產品(如豹皮、鱷魚皮鞋、皮包、標本等)。
6. 毒品或危險藥品、火及彈藥物品。
7. 包藏酒液之糖果。

台灣出境 每人攜帶金額限制

台幣：現金不超過 100,000 元。

外幣總值：不超過美金 10,000 元

人民幣：以 2 萬元為限，如所攜帶之人民幣超過限額時，雖向海關申報；仍僅能於限額內攜出；如申報不實者，其超過部份依法沒入。

* 旅行支票不受限制

禁止攜帶入境的物品

1. 動物產製品 (不論加工前後與包裝方式)
2. 未經合法授權之翻印書籍 (不包括本人自用者在內)、翻印書籍之底版。
3. 未經合法授權之翻製唱片 (不包括本人自用者在內)、翻製唱片之母模及裝用翻製唱片之圓標及封套。
4. 未經合法授權之翻製錄音帶及錄影帶 (不包括本人自用者在內)。
5. 古董、古幣、古畫等。
6. 偽造或變造之各種幣券、有價證券、郵票、印花稅票及其他稅務單照憑證。
7. 槍械 (包括獵槍、空氣槍、魚槍)、子彈、炸藥、毒氣及其他兵器。
8. 宣傳共產主義或其他違反國策之書籍、圖片、文件及其他物品。
9. 鴉片類 (包括罌粟種子)、大麻類、高根類、化學合成麻醉藥品類及以上各類物品之各種製劑。
10. 依其他法律禁止出口之物品 (如：偽禁藥、黃金、動物標本、果樹苗等)。

台灣入境 台灣海關入境限制

煙酒

入境攜帶菸酒免稅數量酒類 1 公升，捲菸 200 支或雪茄 25 支或菸絲 1 磅

攜帶超逾該免稅限量菸酒入境,限酒 4 公升，捲菸 4 條 (800 支)、雪茄 100 支或菸絲 4 磅以內，並應主動向海關申報完稅放行

非處方藥品

錠狀、膠囊狀食品、非處方藥每種至多 12 瓶 (無論盒、罐、條、支包裝)，合計不超過 36 瓶

電器 / 名牌商品

每人免稅額為新台幣 2 萬元，電器未稅超過 2 萬者須申報。名牌商品由海關隨機抽檢

入境肉類食品管制

因應豬瘟疫情嚴重，入境時攜帶豬肉、肉製品者 (包含所有動物肉，如豬、魚、雞鴨鵝、馬牛羊等...)，未依規定申請檢疫，將依「動物傳染病防治條例」處以罰鍰，違規旅客自疫區攜帶豬肉品入境將罰台幣 20 萬元以上，若無法於第一時間繳清，當場即拒絕其入境。

👍 無需申報檢疫項目

1. 保久乳、奶粉及乳酪。
2. 不含肉類成分之餅乾、蛋糕、麵包等食品。
3. 經乾燥、醃漬、調製等加工處理之植物產品，各不超過一公斤。
 - 水果乾、乾香菇、不含種子之乾燥中藥材
 - 乾燥蔬菜、乾燥花、植物香辛料粉、中藥粉、穀類及豆類粉狀製品
 - 水果罐頭、果醬、醃漬蜜餞、泡菜、蘿蔔乾、焙炒堅果及花生、茶
4. 不含肉類調理包的速食麵（或泡麵）、速食粥、固態或粉狀之湯類等食品。
5. 經染色加工之動物羽、毛等產品及經鞣製加工處理之動物皮革等產品。

🧳 隨身行李安檢新措施

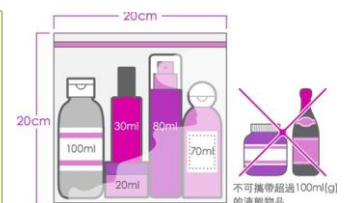
1. 為維護飛航安全，自 2007 年 3 月 1 日起，凡我國搭乘國際線班機（含國際包機）之出境、轉機及過境旅客所攜帶之液體、膠狀及噴霧類物品實施管制。
2. 如您隨身攜帶任何液狀、膠狀、乳狀物體通過行李檢查關卡，您必須以不超過 100 毫升的容器分別盛裝有關物體。
3. 旅客必須將上述容器妥善放置在一個容量一公升並可重新封口的透明膠袋內。一個容量一公升的膠袋的尺寸約 20 公分 x20 公分（8 吋 x8 吋）。
4. 您可攜帶航班上必需及足夠的特別食品（例如嬰兒食品、因乳糖不耐症（lactose-intolerant）而需預備的食品等）、藥物及其他經醫生證明的液體。保安人員會於行李檢查關卡檢查有關物品，並可能要求您證明有關物品為真確無偽或試飲所攜帶的液體。
5. 由於手提電腦及其他電子器材有可能阻礙 X 光檢查，因此您必須將有關器材從手提行李取出以另作檢查。
6. 指甲刀、修容組、瑞士刀等銳利物品放入行李託運。鋰電池請手提【請勿託運】。
7. 所有外套應脫下以作檢查。
8. 旅客可於禁區內的商店購買免稅液體商品。
9. 出境或過境（轉機）旅客在機場管制區或前段航程於機艙內購買或取得前述物品可隨身上機，但需包裝於經籤封防止調包及顯示有效購買證明之塑膠袋內。
10. 為使安檢線之 X 光檢查儀有效，前述之塑膠袋應與其他手提行李、外套或手提電腦分開通過 X 光檢查。

手提行李尺寸

大小必須能放置在座椅底下，或座椅上方的密閉置物櫃內。每位旅客可以攜帶一件長寬高不超過 23 公分 x36 公分 x56 公分，總尺寸不超過 115 公分，重量不超過 7 公斤的手提行李。

隨身攜帶液狀、膠狀、乳狀物品收納方法

以不超過 100 毫升的容器分別盛裝，並將上述容器放置在一個容量一公升，並可重新封口的透明塑膠袋內。尺寸大約是 20 公分 x20 公分（8 吋 x 8 吋）



鋰電池與行動電源注意事項

多大容量才能帶，輕鬆搞懂不煩惱

可以攜帶上機的類型

1. 內置於個人電子產品內的小型、中型鋰電池，如相機、手機、手錶、計算機、筆記型電腦等。
2. 以上裝置的備用鋰電池,或獨立的行動電源,電池容量不超過 100Wh，每人最多可在手提行李中攜帶 2 個備用電池上機。

需航空公司同意的類型

1. 備用鋰電池容量高於 100Wh，但不超過 160Wh，經航空公司同意後，每個人最多可在手提行李中攜帶 2 個備用電池上機。
2. 下列物品內含的鋰電池，每個電池需符合聯合國「測試和標準手冊」第三部分，38.3 節之每項試驗要求
 - * 裝有鋰電池的輪椅或其他電動行動輔助裝置
 - * 具有保全裝置之設備
 - * 可攜式電子醫療裝備

其他建議：

1. 如果你的行動電源上面沒有標示容量的話，建議不要帶出國。
2. 若你確定此產品不是鋰電池或乾電池，就不要帶出國。

Wh (瓦時) 怎麼看？

一般電池均以 mAh 作為容量單位。若要換算成 Wh (瓦時)，可參考下例：20,000mAh 的行動電源，標示電壓 3.7V

$$(20,000 \times 3.7) / 1000 = 74Wh$$

換算後瓦時即為 74Wh

* 可否攜帶以機場安檢為準

攜帶鋰電池注意！

1. 個別保護可在電極貼上絕緣膠帶，或個別放入塑膠保護袋中。
2. 隨身攜帶僅限手提行李上機：不可放置於託運行李中。
3. 標示清楚本體上需有詳細標示 mah 及電壓等完整規格資訊，標示不清可能會被安檢沒入。

行李檢查清單

準備出發了嗎·記得帶上這些美好旅行的必備品

務必攜帶物品

- 護照 / 簽證
- 現金 / 外幣
- 信用簽帳卡
- 折傘 / 雨具
- 轉接插頭

一般物品

- 太陽眼鏡
- 眼鏡 / 隱形眼鏡
- 帽子 / 遮陽帽
- 防曬乳
- 防蚊用品
- 圍巾 / 手套 (冬季)
- 面紙 / 手帕 / 濕紙巾
- 泳裝 / 褲
- 室內拖鞋
- 便條紙 / 筆
- 塑膠袋 / 環保袋
- 常備藥品
- 水壺 / 保溫杯

相機 / 攝影 / 3C 類

- 相機
- 相機 / 手機鋰電池 (隨身行李)
- 相機 / 手機充電器
- 自拍棒 / 腳架 (託運行李)
- 行動電源 (隨身行李)
- 乾電池

盥洗清潔類

- 盥洗用品
- 換洗衣物
- 化妝品/保養品
- 牙膏/牙刷
- 刮鬍刀(託運行李)

整理行李小秘訣

1. 打包時建議您選擇有輪子的行李箱, 並預留空位給回程採購的當地物產。
2. 飛機上要使用的東西或重要物品, 請裝在隨身包中隨身攜帶。
3. 較早會使用到的東西可放在較上層, 方便拿取。
4. 若攜帶刀剪類, 請放在託運行李裡。
5. 拖運行李請務必上鎖

