COUNTER APP — TALLY & CLICKER · 印刷用シート

旅行出発チェックリスト

荷造りして、各滞在先を出るときにもう一度確認

使い方

1. 不要なものは消し、空欄の行に自分の品目を加えます。持っていく数量を書きます。
2. 荷造り中に「荷造り」にチェックを入れます。家、ホテル、ホステルを出るたびに、最後にひと回り見てから「出発」にチェックを入れます。
3. 複数ある物（充電器、アダプター、靴下）はチェックだけでなく数を数え、置き忘れを防ぎます。

旅行 _____ 日程 _____

旅行者 _____ 次の滞在先 _____

品目	数量	荷造り	出発
書類			
パスポート / 身分証		☐	☐
ビザ / 入国書類		☐	☐
チケット・予約		☐	☐
旅行保険の情報		☐	☐
運転免許証		☐	☐
緊急連絡先		☐	☐
お金			
カード		☐	☐
現金		☐	☐
別に保管する予備カード		☐	☐
電子機器			
スマートフォン		☐	☐
充電器・ケーブル		☐	☐
モバイルバッテリー		☐	☐
変換プラグ		☐	☐
ヘッドホン		☐	☐
カメラ・バッテリー		☐	☐
健康			
処方薬		☐	☐
救急用品		☐	☐
眼鏡 / コンタクトレンズ		☐	☐

品目	数量	荷造り	出発
衣類			
トップス		☐	☐
ズボン / スカート		☐	☐
下着		☐	☐
靴下		☐	☐
寝間着		☐	☐
ジャケット / 雨具		☐	☐
靴		☐	☐
洗面用品			
歯ブラシ・歯磨き粉		☐	☐
洗面セット		☐	☐
日焼け止め		☐	☐
家を出るとき			
窓と戸の施錠		☐	☐
家電の電源オフ		☐	☐
ゴミ出し / 冷蔵庫の整理		☐	☐
鍵		☐	☐
ホテル / ホステルを出るとき			
セーフティボックスと引き出しが空		☐	☐
充電器をコンセントから抜く		☐	☐
バスルームの確認		☐	☐
		☐	☐
		☐	☐

counterapp.online — このシートのアプリ版。 アプリでは、削除したカウンターはゴミ箱に入り復元できるので、調整したパッキングリストが失われません。

ガイド： counterapp.online/ja/articles/travel-adventures/travel-packing-list-counter-app/

© 2026 GiveMeMood