



オーストラリア旅行のチェックリスト



服装と持ち物

基本の必須アイテム

- ☐ 歩きやすいスニーカー
- ☐ ビーチサンダル
- ☐ 薄手の上着・カーディガン・パーカー
- ☐ 着替え（下着・靴下含めて3〜5日分）
- ☐ 小さめの折りたたみ傘またはレインジャケット
- ☐ 帽子・日焼け止め・サングラス

北部・熱帯気候向けの服装と持ち物

- ☐ 通気性の良いTシャツ・ポロシャツ・リネン素材の服
- ☐ 短パン、スカート、ワンピースなど
- ☐ 虫除けスプレー・蚊取り用品
- ☐ 水着・ビーチ用タオル・ビーチサンダル
- ☐ 帽子・サングラス・日焼け止め

南部・温帯気候向けの服装と持ち物

- ☐ 重ね着できる長袖シャツ、カーディガン、ジャケット
- ☐ 夏：半袖＋羽織りもの
- ☐ 秋春：長袖＋薄手コート
- ☐ 冬：ダウンやニットなど暖かい服装
- ☐ 冬季は手袋・マフラー・ニット帽もあると便利
- ☐ 防水アウター

登山・ハイキング（ブルーマウンテンズなど）向けの持ち物

- ☐ トレッキングシューズまたはしっかりしたスニーカー
- ☐ 吸汗速乾性のウェア、レギンスやアウトドアパンツ
- ☐ 帽子・虫除け・水筒・簡易救急用品

ビーチ・リゾート（ゴールドコースト、ハミルトン島など）向けの持ち物

- ☐ ラッシュガード、水着、ビーチタオル
- ☐ 防水バッグ、防水スマホケース
- ☐ サングラス・日焼け止め（高SPF）

アウトバック探検（ウルルなど内陸部）向けの持ち物

- ☐ つばの広い帽子、UVカットの長袖シャツ
- ☐ 頑丈なブーツまたはトレッキングシューズ
- ☐ ライト（ヘッドライトまたは懐中電灯）
- ☐ 日焼け止め・虫除け・携帯浄水ボトル

オーストラリア旅行の便利グッズ

- ☐ 洗濯ロープと折りたたみハンガー
- ☐ マスクと除菌グッズ
- ☐ 常備薬・酔い止め・胃薬など個人用の薬



必要書類と手続き

- ☐ パスポート
- ☐ ETA（電子渡航認証／サブクラス601）
- ☐ その他のビザ
- ☐ 海外旅行保険
- ☐ 滞在資金の証明
- ☐ 税関申告書
- ☐ 航空券
- ☐ ホテルや宿泊施設の予約確認書
- ☐ 国際運転免許証



推奨される予防接種

- ☐ 破傷風（Tetanus）
- ☐ 麻疹・風疹・おたふく風邪（MMR）
- ☐ インフルエンザ（季節によって流行）
- ☐ COVID-19



オーストラリア旅行の通信・電子機器

必須品

- ☐ スマートフォン
- ☐ USB充電器・充電ケーブル
- ☐ モバイルバッテリー
- ☐ 変換アダプター（Oタイプ対応）
- ☐ 変圧器（必要に応じて）
- ☐ eSIMまたはSIMカード

あると便利なアイテム

- ☐ ノイズキャンセリングヘッドフォン
- ☐ スマートウォッチ
- ☐ ノートPC・タブレット
- ☐ マルチポート変換アダプター