

# 出稼ぎ持ち物リスト

目的地：

日程：

絶対必要な物	← +手荷物の中身
<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> 顔写真付きの身分証明書</li><li><input type="checkbox"/> 移動手段のチケット・領収書</li><li><input type="checkbox"/> 健康保険証</li><li><input type="checkbox"/> お財布</li><li><input type="checkbox"/> スマホ・充電器</li><li><input type="checkbox"/> ※性病検査表（必要なら）</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> メイクポーチ</li><li><input type="checkbox"/> 鏡（コンパクトミラー）</li><li><input type="checkbox"/> ハンカチ</li><li><input type="checkbox"/> 常備薬</li></ul>
衣類	日用品
<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> 日数分の洋服・靴下</li><li><input type="checkbox"/> 日数分の下着</li><li><input type="checkbox"/> パジャマor部屋着</li><li><input type="checkbox"/> ※もこもこスリッパ（必要なら）</li><li><input type="checkbox"/> ※歩きやすい靴（必要なら）</li><li><input type="checkbox"/> ※お仕事用の靴（必要なら）</li></ul> <p style="color: #e91e63; text-align: center;">※洗濯機があるかお店に要確認！</p>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> 歯ブラシ&amp;歯磨き粉</li><li><input type="checkbox"/> 電子レンジ対応のマグカップ</li><li><input type="checkbox"/> お箸などのカトラリー</li><li><input type="checkbox"/> コンタクト&amp;コンタクトケース</li><li><input type="checkbox"/> カミソリ（ムダ毛処理用）</li><li><input type="checkbox"/> ヘアブラシ（くし）</li><li><input type="checkbox"/> 綿棒</li><li><input type="checkbox"/> 生理用品</li><li><input type="checkbox"/> 日焼け止め</li><li><input type="checkbox"/> ※ドライヤー・アイロン・コテ</li><li><input type="checkbox"/> ※フェイスタオル（バスタオル）</li></ul> <p style="color: #e91e63; text-align: center;">※寮にあるか確認！</p>
美容・お風呂系	お仕事用品
<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> メイク落とし・洗顔料</li><li><input type="checkbox"/> 化粧水・乳液・美容液</li><li><input type="checkbox"/> 美容パック</li><li><input type="checkbox"/> ボディクリーム</li><li><input type="checkbox"/> 爪切り</li><li><input type="checkbox"/> ヘアゴム</li><li><input type="checkbox"/> ※シャンプー・トリートメント</li><li><input type="checkbox"/> ※ボディソープ</li></ul> <p style="color: #e91e63; text-align: center;">※寮にあるか確認！</p>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> ウエトラ</li><li><input type="checkbox"/> マウスウォッシュ</li><li><input type="checkbox"/> セペ（必要なら）</li><li><input type="checkbox"/> ピル（必要なら）</li><li><input type="checkbox"/> おもちゃ系（必要なら）</li><li><input type="checkbox"/> 自撮り棒（必要なら）</li><li><input type="checkbox"/> 海綿（必要なら）</li><li><input type="checkbox"/> タイマー（必要なら）</li></ul> <p style="color: #e91e63; text-align: center;">※お店が用意してあるか確認！</p>
あると便利なもの	
<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> 延長コード</li><li><input type="checkbox"/> 洗濯ネット</li><li><input type="checkbox"/> 晴雨兼用の折り畳み傘</li><li><input type="checkbox"/> メモ帳&amp;ボールペン</li><li><input type="checkbox"/> ビタミン剤</li><li><input type="checkbox"/> 塗り薬</li><li><input type="checkbox"/> 体温計</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> 蒸気のホットアイマスク</li><li><input type="checkbox"/> 除菌ウェットティッシュ</li><li><input type="checkbox"/> メディキュット</li><li><input type="checkbox"/> （夏）汗拭きシートや制汗剤</li><li><input type="checkbox"/> （冬）カイロや防寒具</li><li><input type="checkbox"/> のど飴・のどスプレー</li><li><input type="checkbox"/> お店への手土産</li></ul>

