

# 泊まり編①服・身につける系

- ☐ 着替え×宿泊数
- ☐ 下着・靴下・肌着×宿泊数
- ☐ パジャマ（私はいつもの持っていく）
- ☐ 替えのハンドタオル
- ☐ 予備の常備薬
- ☐ （腕時計・アクセサリー）
- ☐ （マスク）
- ☐ （コンタクト・メガネ）
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

# 泊まり編②洗面・お風呂・美容

- ☐ メイク関連（道具・落とし）
- ☐ ヘア関連（アイロン・ゴム・ミルク）
- ☐ 化粧水などお手入れ系
- ☐ 歯磨き関連（歯磨き粉・フロス等）
- ☐ いつものシャンプー/洗顔（必要な人）
- ☐ ヘアターバン（洗顔用）
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

# 泊まり編③ガジェット・子ども

☐ タブレット（ホテルでの暇つぶし用）

☐ 各充電器

☐ 延長コード（もしくは電源タップ）

☐ 子ども用のホテル遊びグッズ

☐☐☐☐☐☐☐☐

# 泊まり編④回復系グッズ・その他

☐

アイマスク

☐

湿布類

☐

圧着ソックス

☐

サプリ類

☐

水筒洗う用の使い捨てスポンジ

☐☐☐☐☐☐☐