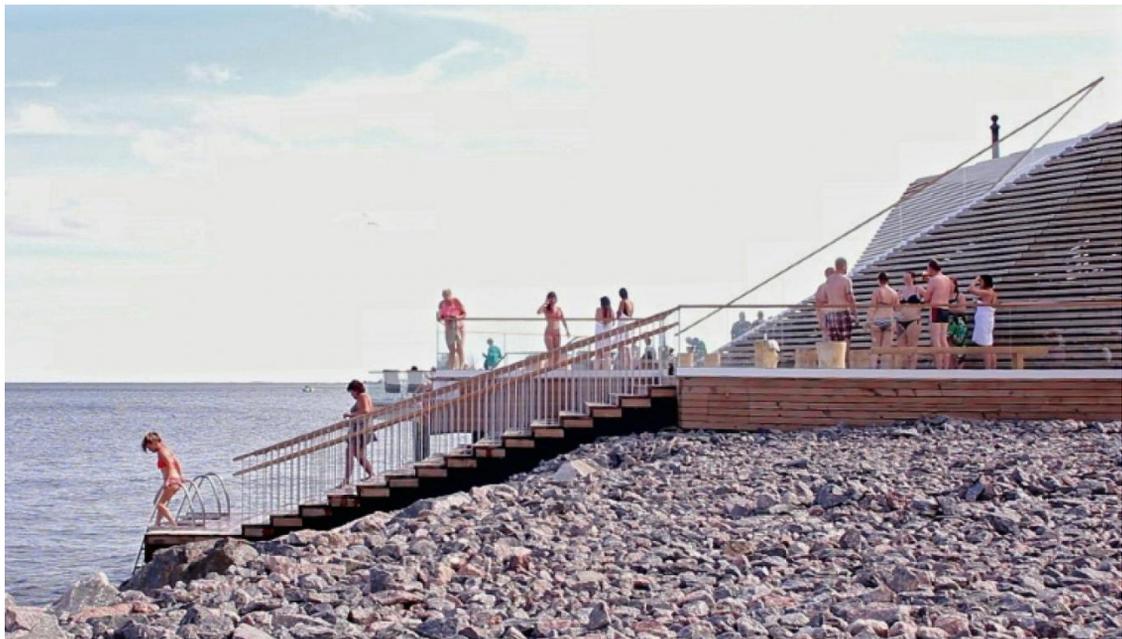


# 第17回国際サウナ会議日本代表団 ハパランダ・ヘルシンキ 研修視察ツアー

～ ご旅行のしおり ～

ご出発日 2018年6月6日(水)  
ご帰国日 2018年6月13日(水)

JTB 虎ノ門第一事業部



Japan  
Sauna Spa  
Association



**!** パスポートをお忘れなく!!

## 出発前の準備について

お荷物準備の際  
必ずお読みください

- 航空会社にお預けする荷物（スーツケース等）について  
荷物重量制限  
エコノミークラス（23kgの荷物2個まで）

※上記の重量を超えた場合、多額な超過手荷物料金がかかることがありますので  
ご注意ください。

※3辺の和が158cm以内となります。

※なお、貴重品、こわれもの、ライター等の危険物を入れないよう、お願い申し上げます。  
すべてのお荷物は高性能の新型X線検査装置を通り、航空機までお運びすることになります。

- 機内に持ち込む手荷物

- 機内へ持ち込める手荷物の個数

エコノミークラス・・・機内には、お一人様1個お持ち込みいただけます。

ビジネスクラス・・・機内には、お一人様2個お持ち込みいただけます。

お持ち込み可能な荷物は、各辺が56cm×45cm×25cmの大きさで、重さ8kg以内のものとなります。（コート、杖、ハンドバッグ、免税店での買い物袋、ノートブック  
パソコンは、上記個数に数えません）

- 携行医薬品について

旅行は日常環境からの変化があります。海外での購入の場合、日本人の体に合った薬を探すことは困難なため、必ず日本の薬をお持ちください。

○常備薬：胃腸薬・便秘薬・下痢止め・かぜ薬・鎮痛剤・乗り物の酔い止め・外傷薬など

○用具類：絆創膏など

○その他の薬：目薬・かゆみ止めなど

- その他

○靴は履き慣れたものをご用意ください。

○海外旅行保険をJTB以外にてお申込みされた方は必ず保険証券をお持ちください。

また、万一の際の保険会社連絡先を必ずお控えください。クレジットカード付帯保険の場合も連絡先を控えておくことをおすすめします。

# 出発時のご案内～成田空港～

ご 出 発 日	2018年 6月 6日 (水)
ご 集 合 時 刻	午前 9時 00分 (時間厳守にてお願いします)
ご 集 合 場 所	成田国際空港 第2ターミナル 3階
ご 出 発 便	フィンエアー (AY) 74便 11時 00分 出発予定



## ■当日の流れ

- ①当日、「第17回国際サウナ会議日本代表团 ハパラダ・ヘルシンキツアー」の看板を持ったJTBスタッフが上記集合場所にて待機しております。
- ②航空券・保険証書（お申込みの方）をお渡しします。
- ③各自にて航空会社のカウンターでチェックインを行っていただき、搭乗口にお進みください。

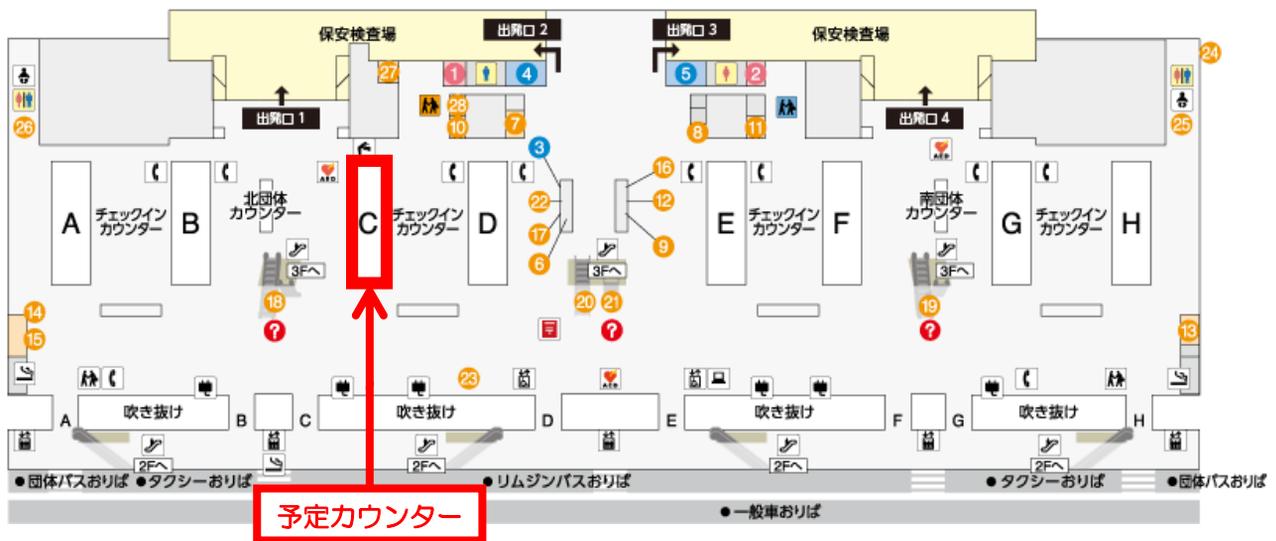
## ■出発当日の緊急連絡先

※万一、集合時間に遅れてしまう場合は、以下にご連絡をお願いいたします。  
JTB加藤 ☎ 080-2288-0616

# 出発時のご案内～関西国際空港～

ご 出 発 日	2018年 6月 6日 (水)
ご 出 発 便	フィンエアー (AY) 78便 10時 45分 出発予定

## 関西国際空港 第1ターミナルビル4階 国際線出発フロアー



### ■当日の流れ

事前にJTBよりお送りする航空券(Eチケット)をお持ちの上、各自にて航空会社のカウンターでチェックインを行っていただき、搭乗口にお進みください。

### ■出発当日の緊急連絡先

JTB加藤

☎ 080-2288-0616

※搭乗2時間前にはチェックインを行っていただくことをお勧めいたします。

# 出発時のご案内～中部国際空港～

ご 出 発 日	2018年 6月 6日 (水)
ご 出 発 便	フィンエアー (AY) 80便 10時 30分出発予定

## 中部国際空港 3階 出発フロア



### ■当日の流れ

事前にJTBよりお送りする航空券(Eチケット)をお持ちの上、各自にて航空会社のカウンターでチェックインを行っていただき、搭乗口にお進みください。

### ■出発当日の緊急連絡先

JTB加藤

☎ 080-2288-0616

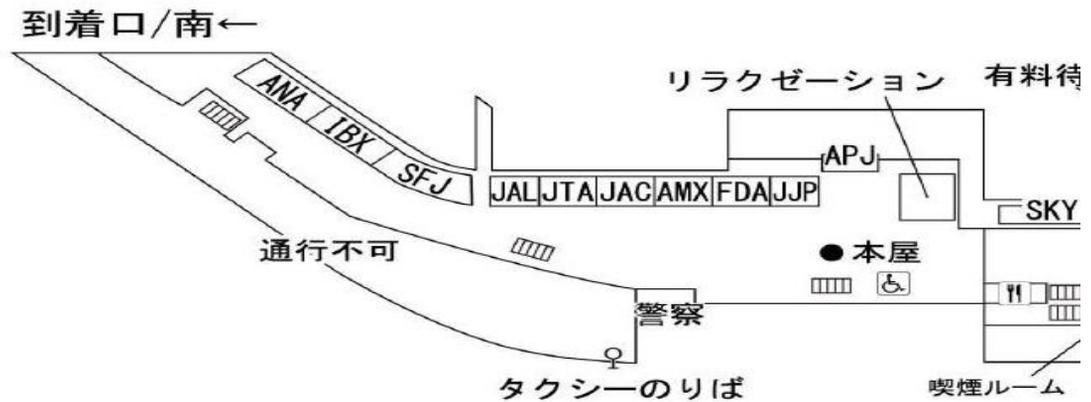
※搭乗2時間前にはチェックインを行っていただくことをお勧めいたします。

# 出発時のご案内～福岡空港～

ご 出 発 日	2018年 6月 7日 (木)
ご 出 発 便	日本航空 (JL) 3052便 7時 20分出発予定

福岡空港 1階 国内線ターミナル

## 福岡空港 国内線旅客ターミナル[1階]



### ■当日の流れ

事前にJTBよりお送りする航空券(Eチケット)をお持ちの上、各自にて航空会社のカウンターでチェックインを行っていただき、搭乗口にお進みください。

### ■出発当日の緊急連絡先

JTB加藤

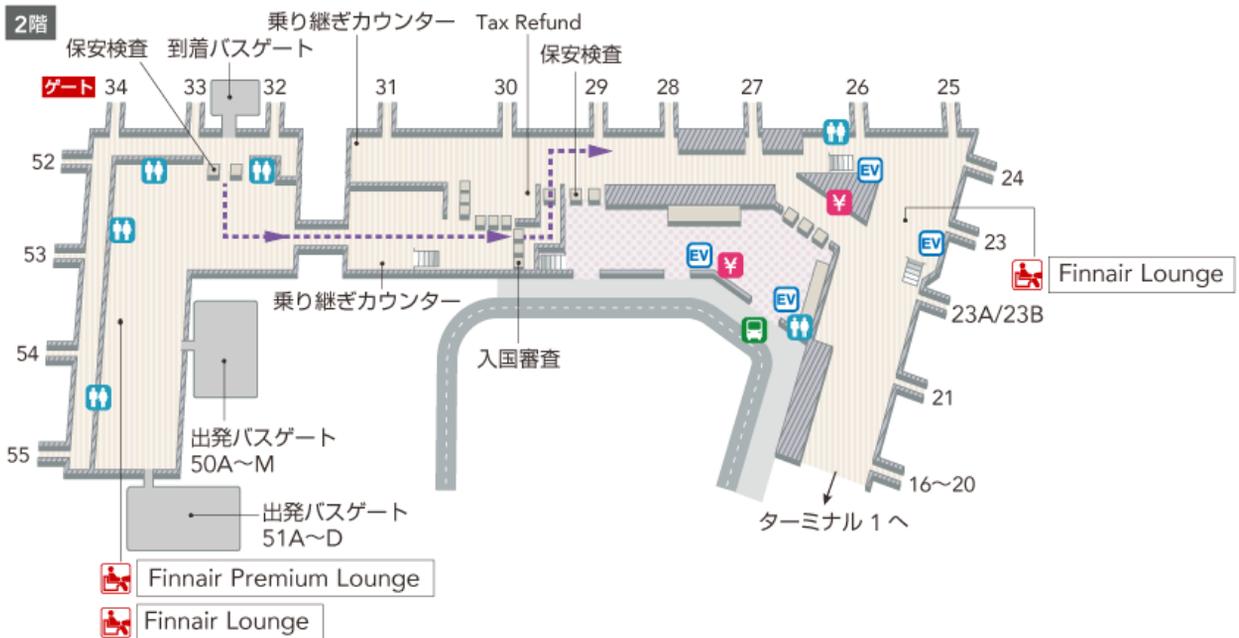
☎ 080-2288-0616

※搭乗1時間前にはチェックインを行っていただくことをお勧めいたします。

# 乗り継ぎ時のご案内～ヘルシンキ空港～

ご 出 発 日	2018年 6月 6日 (水)
ご 出 発 便	フィンエアー (AY) 631便 18時 20分 出発予定

ヘルシンキ空港 地図



## ■ヘルシンキ空港乗り継ぎの流れ

出発便情報を表示しているモニター（掲示板）にて乗り継ぎ便の出発ゲートをご確認ください。  
ご不明な点は、降機後、係員が待機しておりますのでお気軽にお尋ねください。  
順路については上記MAPの矢印をご参照ください。

保安検査を受けパスポートコントロール（入国審査）を済ませて搭乗ゲートに向かいます。  
ICパスポートをお持ちで、かつ、査証が不要なお客さまは、自動化レーンをご利用いただけます。

※ご利用出来ない時間帯もございます。

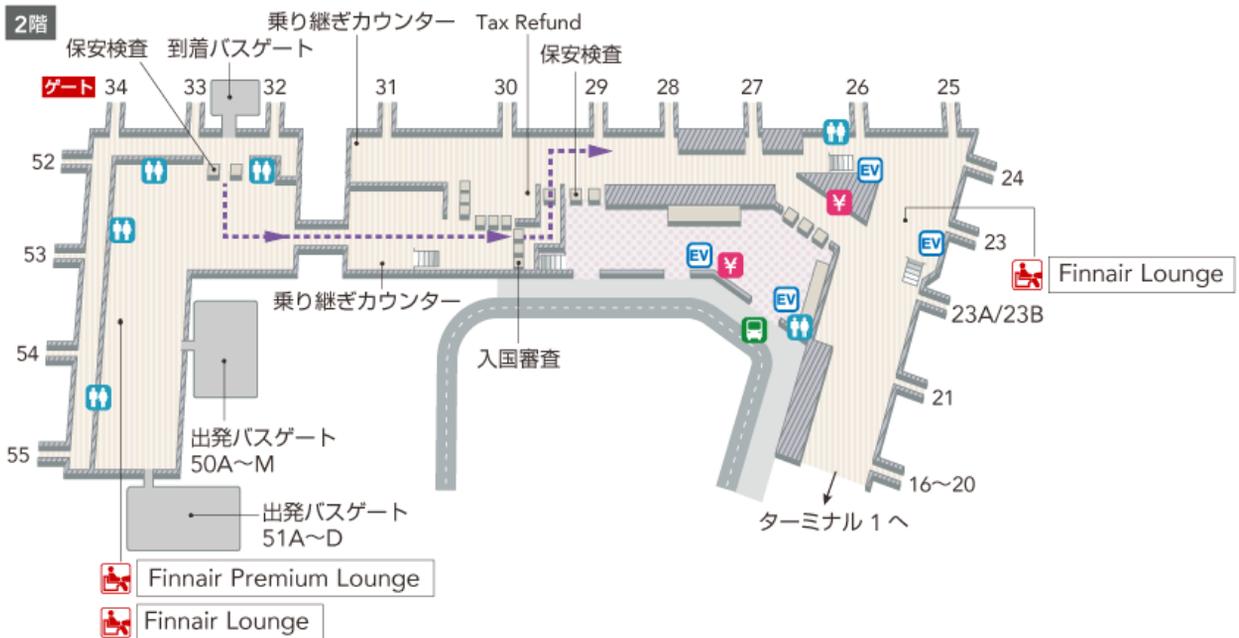
## ■ケミ・トルニオ空港到着時について

到着ゲートにて英語ガイドがステッカーを持ってお待ちしております。  
恐縮ながら大変小規模な空港のため、地図はございません。

# 乗り継ぎ時のご案内～ヘルシンキ空港～

ご 出 発 日	2018年 6月 7日 (木)
ご 出 発 便	フィンエアー (AY) 631便 18時 20分 出発予定

ヘルシンキ空港 地図



## ■ヘルシンキ空港乗り継ぎの流れ

出発便情報を表示しているモニター（掲示板）にて乗り継ぎ便の出発ゲートをご確認ください。  
ご不明な点は、降機後、係員が待機しておりますのでお気軽にお尋ねください。  
順路については上記MAPの矢印をご参照ください。

保安検査を受けパスポートコントロール（入国審査）を済ませて搭乗ゲートに向かいます。  
ICパスポートをお持ちで、かつ、査証が不要なお客さまは、自動化レーンをご利用いただけます。

※ご利用出来ない時間帯もございます。

## ■ケミ・トルニオ空港到着時について

到着後、タクシーにて移動をお願いいたします。

## 集合の際のご注意

### ■必要事項（お忘れないようご注意ください）

1. 旅券（パスポート）…万に備え、旅券の番号・発行日等を書き控えておきましょう。
2. 航空券（eチケット控え）  
…成田空港ご出発の方は、当日JTBスタッフよりお渡しいたします。
3. 海外旅行保険証書（任意）

### ■チェックポイント

#### <受託荷物について>

無料でお預けになれる荷物はお一人様、3辺の和が158cm以内かつ1個の重さが23kg（2個）までです。大きさはまたは重さが規定を超えてしまう場合は超過代金をお支払いただきます。なお、航空会社に預ける荷物（スーツケース類）にはカギをかけてください。また、貴重品・こわれもの・ライターは機内持ち込みにてお願いします。（ライターはおひとり様あたり1個まで、ターボライターとジッポは不可）

#### <機内持ち込み手荷物について>

お持ち込み可能な荷物は、各辺が56cm×45cm×25cmの大きさで、重さ8kg以内のものとなります。（コート、杖、ハンドバッグ、免税店での買い物袋、ノートブックパソコンは、上記個数に数えません）

刃物類（果物ナイフ、ハサミ、ツメ切りなど）を入れておきますと、ハイジャック防止検査の際、没収されてしまいますので、航空会社へ預けるスーツケース類にお入れください。

#### <その他>

- 外国製の時計・カメラ等、あるいは日本製であっても高価な貴金属、宝石類は日本から持ち出す証明を受けますので、機内持込用手荷物に入れてください。（税関で「外国製品持出し届」に係員の検印をもらいます）
- 現金（外国通貨含む）、小切手、約束手形、有価証券（国債、地方債、株券など）の合計金額が100万円を超える場合は、税関の届出が必要となりますのでご注意ください。

# 「航空機内への液体持込制限」ご注意ください！

国際線をご利用の場合は機内への液体物の持ち込みが制限されます。機内に液体・ジェルなどの液体物を持ち込む場合はご確認ください。

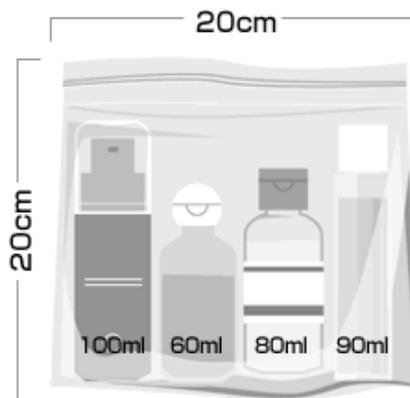
例えば・・・

- 化粧品類（化粧水、液体ファンデーションなど）
  - 練り歯磨き
  - 飲み物など
- 機内に持ち込みできる量が制限されます。

## 機内へ液体物を持ち込む方法

- ・液体物は個々に100ml以下の容器に入れる。
- ・ジッパー付無色透明のプラスチック製袋に上記の容器を入れる。
- ・ひとりにつき1袋まで。

お乗り継ぎ地でも同様の  
検査があります



容器の容量合計は  
1リットル(1000ml)以下に

入りきらない液体物はスーツケースに入れてカウンターにお預けください。

※食餌療法のための食品・医薬品（基本的に処方箋が必要）などは、機内で必要と思われる最小限の量に限り、申告により持ち込みできます。

最新情報・詳細については、国土交通省のホームページにてご確認ください。

### 国土交通省のホームページ

([http://www.mlit.go.jp/koku/15\\_bf\\_000006.html](http://www.mlit.go.jp/koku/15_bf_000006.html))

※現地発・乗り継ぎの際にも機内持ち込み制限が行われる場合がございます。  
※予告なしに規制の内容が変更される場合がございます。

保安検査後、免税店等で液体物の購入は可能ですが、規定量を超える場合は海外での乗り継ぎの際に放棄する可能性がありますので、ご注意ください。

# 出国手続のご案内

搭乗手続きが済みましたら、出国手続検査場へお進みください。  
外国製品、貴金属、免税品、破損しやすい物、機内で使用する物、  
現金等は絶対にスーツケースに入れないでください。

## 出国手続順序

- (1) 手荷物検査（ハイジャック防止）  
係員が手荷物を確認します。刃物類（果物ナイフ、爪切り等）は予めスーツケース等にお入れください。
- (2) 税関申告  
外国製品、貴金属、免税品を持出される方は、現物と照合のうえ「外国製品の持出し届」に係員の検印を受け帰国時の参考とします。（現物は予め身につけるか、手荷物へお入れください）合計金額が100万円を超える現金、小切手、有価証券などお持ちの方はここで届出を行います。なお、申告の必要のない方は次にお進みください。
- (3) 出国審査  
**旅券（パスポート）、搭乗券**を提示、旅券に出国スタンプを受けます。
- (4) 搭乗  
以上で手続は終了です。出発待合室（サテライト）にて搭乗アナウンスがあるまで待機となりますが、必ず搭乗のゲート番号をご確認ください。

搭乗機出発の30～40分前に搭乗のご案内のアナウンスがありますので、航空会社係員の誘導のもとにご搭乗ください。ご搭乗の際、航空会社係員に搭乗券をご提示ください。

# 全日程表

日次	月日(曜)	地名	現地時間	交通機関	スケジュール	食事
1	6/6 (水)	各空港発 ヘルシンキ着 ヘルシンキ発 ケミ・トルニオ着	午前 18:20 20:40	航空機 AY631 専用車	経由便にてケミ・トルニオへ ※フライトはしおりを参照ください 着後、お乗り継ぎ 着後、合流。専用車にてホテルへ  ＜ハバランダスタッズホテル 泊＞	機内食2回 夕:×
2	6/7 (木)	ハバランダ	終日		会議(ウェルカムレセプション/国際サウナ協会ショートプレゼンテーション)  ＜ハバランダスタッズホテル 泊＞	朝:○ 昼:× 夜:×
3	6/8 (金)	ハバランダ	終日		会議(SSA30周年祝賀会/BBQ/サウナイブニング)  ＜ハバランダスタッズホテル 泊＞	朝:○ 昼:× 夜:○
4	6/9 (土)	ハバランダ	終日		会議(ISA60周年祝賀会/フェアウェルパーティー)  ＜ハバランダスタッズホテル 泊＞	朝:○ 昼:× 夜:○
5	6/10 (日)	ハバランダ ケミ・トルニオ発 ヘルシンキ着 ヘルシンキ	12:40 14:55 15:30 16:00 16:30 16:40 18:15 18:30 19:00 19:10	専用車 AY632 専用車	専用車にてケミ・トルニオ空港へ 直行便にてヘルシンキへ  ヘルシンキ空港発 サウナマーケット着 サウナマーケット発 ロウリュ着 ロウリュ発 ホテル着(チェックイン/荷物をお部屋に) 夕食会場へ出発 ご夕食(ホテル徒歩圏内) ※夕食会場着後、バスは利用しません  ＜オリジナルソコスホテルプレジデンティ 泊＞	朝:○ 昼:× 夜:×
6	6/11 (月)	ヘルシンキ	13:20 13:30 13:45 14:00  16:30	タクシー  船  船	ホテル発 カウツバトリ港着 カウツバトリ港発 ロンナ島サウナ体験(14:00~16:15) 体験終了後、カウツバトリ港へ 着後解散  ＜オリジナルソコスホテルプレジデンティ 泊＞	朝:○ 昼:× 夜:×
7	6/12 (火)	ヘルシンキ  ヘルシンキ発	11:50 12:00 14:30 15:00 夕刻	専用車  航空機	ホテル発 サウナセウラ着 サウナセウラ発 ヘルシンキ空港着 直行便にて各空港へ ※フライトはしおりを参照ください  ＜機中 泊＞	朝:○ 機内食2回
8	6/13 (水)	各空港着	午前		到着後解散。お疲れ様でした。	朝:× 昼:× 夜:×

# ハパランダ会議スケジュール

## 7日(木) ソーコヤルヴィサウナツアー

ホテルから10kmほど離れたソーコヤルヴィ(SOUKOLOJÄRVI)にて5つのスモークサウナを堪能いただけます。

08.40 ホテル発

09.00-14.00 サウナ視察

14.20 ホテル着

19.00-22.00 レストランにて歓迎パーティー

※歓迎パーティーの後にはホテルへのシャトルバスをご利用いただけます。

## 8日(金) 国際サウナ会議

08.00-09.30 パークホテルトルニオにて受付開始

09.30-10.15 開会式

- ・エローマ会長より開会の挨拶
- ・来賓の方々の挨拶

10.15-10.30 休憩

10.30-12.00 セミナー1 サウナと健康

12.00-13.00 昼食

13.00-14.30 セミナー2 歴史と文化

14.30-15.00 休憩

15.00-17.00 セミナー3 テクノロジー・デザイン・建築

※セミナー3の後はスタッズホテルへのシャトルバスをご利用いただけます。

※全てのセミナーはパークホテルトルニオにて行われます。

# ハパランダ会議スケジュール

## 9日(金) ワークショップ

Room 1 Room 2 Room 3に分かれて行います。

09.00-09.25	WS 1	WS 2	WS 3
09.30-09.55	WS 4	WS 5	WS 6
10.00-10.30	休憩		
10.30-10.55	WS 7	WS 8	WS 9
11.00-11.25	WS 10	WS 11	WS 12
11.30-12.30	昼食		
12.30-13.45	合同セッション		
14.00-18.00	Kukkolaforsen saunaでのウィスキング体験		
※IJSS meetingの閉会后、シャトルバスをご利用いただけます。			
19.00-	ISA60周年記念パーティー		
※パーティーの後、ホテルへのシャトルバスをご利用いただけます。			
※ Kukkolaforsenにてモバイルサウナの展示会も行っています。			

### Workshop 1-12

WS 1	フィンランドサウナのデザイン
WS 2	モバイルスモークサウナ
WS 3	サブバージョンとしてのサウナ
WS 4	サウナの健康研究に関する議論
WS 5	神秘のサウナに潜む真実
WS 6	革新性を秘めたサウナとその繋がり
WS 7	ロシアのバーニャ
WS 8	アウフグースのトレンドと進化
WS 9	ウィスキングは必要？それとも不要？ リトアニアのヴィヒタについて
WS 10	日本のサウナ文化について(タナカカツキ先生)
WS 11	フィンランドのサウナ建築について
WS 12	体と水

# ヘルシンキ基本情報

## 都市:ヘルシンキ/HELSINKI

更新日:2017/12/07

フィンランドの首都ヘルシンキ。フィンランド湾に面した小さな半島に位置し、「バルト海の乙女」や「北欧の白い都市」などと呼ばれる。複雑な海岸線が生み出す水辺の風景が美しく、街の30%以上を緑地や公園が占める。町の中には、19世紀初頭のネオ・クラシック様式や20世紀のモダンな建築物が立ち並び、整然とした街並みが広がる。ヘルシンキはスウェーデン国王によって、1550年に対岸都市(現エストニアの首都タリン)との貿易拠点として建設された。1812年には、ロシアの自治大公国だったフィンランドの首都となり、都市としての整備が始まる。元老院広場を中心に、ネオ・クラシック様式の建物が次々と建設され、その景観が今に続いている。19世紀後半から工業を中心に急速に発展し、現在はバルト海の中心的な国際都市となっている。

市内へのアクセス:ヘルシンキ バンター空港(HELSINKI VANTAA AIRPORT:HEL)から20KM、タクシー 30分 45~50ユーロ、エアポートバス 30分 6.30ユーロ。

時差・サマータイム:日本との時差は-7時間。ヘルシンキの方が遅れている。サマータイム期間(2018/3/25~2018/10/28)は-6時間。[2018年情報]

平均気温・降水量・服装

A:夏服・半袖 B:薄手のセーター、カーディガン等 C:冬服・薄手のコート等 D:厚手のコート、手袋等の防寒具

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
最高気温	0	-1	3	10	15	19	22	21	16	9	4	1
最低気温	-5	-7	-4	0	4	9	12	11	7	3	-2	-4
降水量	54	39	37	31	40	59	66	78	65	81	72	60
服装	D	D	D	CD	BD	BC	BC	BC	CD	CD	D	D

通貨

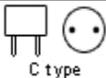
通貨単位・略号	ユーロ EURO/S	
1米ドル=0.85ユーロ	1ユーロ=134.77円	更新日:2018/05/23

この「為替レート」は、各通貨を日本で購入する場合の参考レートです。

※上記レートはJTB トラベル外貨センターの外国通貨売相場レートを表示しています。

※外貨購入レートは銀行、両替実施日によって異なります。

電気・通信機器

電圧	220/230VV	周波数	50Hz
プラグタイプ	 C type		

※差込口の形状は同タイプで複数あり、イラストと異なる場合がありますのでご注意ください。

飲み水:可。水道水は飲めるが、ミネラルウォーターの方が望ましい。

祝祭日(\*印は年により日にちが変わる祝日):2018年 1/1(元日),1/6(主顕節),3/30\*(聖金曜日),4/1\*(イースター),4/2\*(イースター マンデー),5/1(メーデー),5/10\*(キリスト昇天祭),5/13\*(母の日),5/20\*(ウィット サンデー),6/23\*(夏至祭),11/3\*(万聖節),11/11\*(父の日),12/6(独立記念日),12/24(クリスマス イブ),12/25(クリスマス),12/26(ボクシング デー)[\*は年により日異なる]

チップ:無 <ホテル>ポーター、ルームメイドに1ユーロ程度 <レストラン>不要 <タクシー>不要 <その他>特になし

持込制限・持出制限

(日本国の持出・持込制限は税関(<http://www.customs.go.jp/kaigairyoko/index.htm>)をご確認ください)

持込制限	持出制限
<通貨>現地通貨:EUR10,000(外貨,TC等含む)以上は申告要、外貨:EUR10,000(TC等含む)以上は申告要 <タバコ>:200本又葉巻50本又細葉巻100本(1本3g)又刻みタバコ250g/17歳以上、<アルコール>:22度以上1L又は22度以下2L、他ビール16L、ワイン2L/20歳以上、<香水・オーデコロン>:香水50g又は0.25Lのオードトワレ	<通貨>現地通貨:EUR10,000相当(外貨,TC等含む)以上は申告要、外貨:EUR10,000相当(外貨,TC等含む)以上は申告要 <タバコ>:入国時持込量迄、<アルコール>:入国時持込量迄

渡航手続

(周遊の場合、旅券残存有効期間はすべての訪問国の条件を満たすこと)

(税関申告書「要」は免税範囲に関係なく申告書を提出するケースとなります)

<観光査証・渡航認証>不要、180日間で90日以内の観光は査証不要。シェンゲン協定加盟国。旅券の未使用査証欄は2頁以上必要。出国用航空券が必要。

<旅券残存有効期間>シェンゲン協定加盟国出国時3ヵ月以上必要。

<税関申告書>入国時:不要、出国時:不要

上記の情報は、随時更新を行っておりますが、予告無しに変更され、実際とは異なる場合もございますので、あくまでもご旅行・ご宿泊の参考としてご覧下さい。情報の相違に起因するお客様の損害(損失)につきましては、責任を負いかねますので予めご了承願います。

コンセントのタイプや通貨などハパラダも大きな違いはありません。  
ただ、気温に関しては2,3℃寒く感じるかもしれません。  
脱ぎ着のできる上着をお持ちすることをお勧めします。

# ヘルシンキ滞在ホテル情報

ホテル：オリジナル ソコス ホテル プレジデンティ(旧:ソコス ホテル プレジデンティ)  
ORIGINAL SOKOS HOTEL PRESIDENTTI(旧:SOKOS HOTEL PRESIDENTTI)

更新日:2017/06/30

【ダイニングも充実の高級ホテル】

市内中心部に立つ高級ホテル。キアズマ国立近代美術館に近く、バス停へは徒歩2分ほど、中央駅へは500メートルほどの距離。客室はシンプルな造りで、シングルルームはシャワーのみ。全室無線LANが無料で利用できるほか、冷房も完備している。館内には、大型テレビでスポーツやイベントを上映するパブや、スペイン料理のバス、ステーキ、サングリアなどが楽しめるバー&レストラン「セヴィリヤ」、ナイトクラブなどがある。サウナやプール、ビジネスセンターなども備えている。

【おすすめポイント】

ヘルシンキの中心部に位置するホテル。カンピ ショッピングセンターへ近い。

【所在地】 ETELAINEN RAUTATIEKATU 4, HELSINKI, 00100, FINLAND  
 【TEL】 (20)1234608 【FAX】 (09)6947886 【e-mail】 sokos.hotels@sok.fi  
 【交通】 ヘルシンキ バンター空港(HELSINKI VANTAA AIRPORT:HEL)から21KM、タクシー 30分 45.00ユーロ、バス 45分 5.50ユーロ。鉄道 ヘルシンキ中央駅(HELSINKI CENTRAL STATION)から0.5KM タクシー5分 10.00ユーロ 地下鉄駅(KAMPPI METRO STATION)から0.2KM。

【ホームページ】 <http://www.sokoshotels.fi/fi/helsinki/sokos-hotel-presidentti>

【クレジットカード】 Diners, Visa, JCB, Master, American Express,

【チェックインデポジット】:

※クレジットカードでお支払いをする際、手数料がかかる場合がありますのでご注意ください。

※チェックイン時にクレジットカードの提示(お持ちでない場合はデポジットの支払い等)が求められる場合があります。

【創業年】 1980年 【改装年】 2018年 チェックイン 15:00 チェックアウト 12:00

【客室数】 総客室数: 483 (シングル: 0 / ツイン: 255 / ダブル: 56 / 스위트: 5 / コネクティング: )

【備考】

【客室内設備(スタンダードタイプ(2名1室利用の場合)の設備)】

×…全客室に無、無、不可 ○…全客室に有、有、可 △…一部客室に有 ▲…リクエストベース 空欄…情報なし

冷房	<input type="radio"/>	暖房	<input type="radio"/>	電話	<input type="radio"/>	目覚まし時計	<input type="radio"/>
テレビ	<input type="radio"/>	NHK	<input type="radio"/>	CDプレーヤー	<input type="radio"/>	DVDプレーヤー	<input checked="" type="radio"/>
PC貸出	<input type="radio"/>	インターネット回線	<input type="radio"/>	Wi-Fi接続	<input type="radio"/>	インターネット接続	無料
ミニバー	<input type="radio"/>	冷蔵庫	<input checked="" type="radio"/>	湯沸しポット	<input checked="" type="radio"/>	コーヒーメーカー	<input checked="" type="radio"/>
ヘアドライヤー	<input type="radio"/>	セーフティボックス	<input type="radio"/>	アイロン・ズボンプレス	<input type="radio"/>	スリッパ	<input checked="" type="radio"/>
歯ブラシ・歯磨き粉	<input checked="" type="radio"/>	バスルームアメニティ	<input type="radio"/>	バスローブ	<input checked="" type="radio"/>	バスタブ	△
シャワーブース	<input checked="" type="radio"/>	ジェットバス	<input type="radio"/>	ハンドシャワー	<input checked="" type="radio"/>	洗浄機能付き便座	<input checked="" type="radio"/>
キッチン	<input type="radio"/>	バルコニー	<input type="radio"/>	洗濯機・乾燥機	<input type="radio"/>	調理器具	<input type="radio"/>
炊飯器	<input type="radio"/>	電子レンジ	<input type="radio"/>	トースター	<input type="radio"/>	日本語案内文	<input checked="" type="radio"/>
タオル	<input type="radio"/>	ベビーベッド貸出	有料	ベビーベッド予約	有料	ベッドガード貸出	<input type="radio"/>
無料飲料水	<input type="radio"/>	室内喫煙	<input checked="" type="radio"/>				

※シングルルーム、お部屋のカテゴリーによっては上記と異なる場合があります。

※インターネット接続の環境、パソコンの有無はホテルによって異なります。また、有料の場合もございますのでご注意ください。

※歯ブラシなど有料の場合がございます。

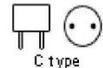
【ホテル内】

×…無 ○…有 24H…有(24時間) ※…備考有

ルームサービス	<input type="radio"/>	クリーニング	有料	ベビーシッター	<input checked="" type="radio"/>	キッズクラブ	<input checked="" type="radio"/>
キッズスペース	<input type="radio"/>	託児所	<input type="radio"/>	日本語スタッフ	<input checked="" type="radio"/>	日本語新聞	<input type="radio"/>
ビジネスセンター	<input type="radio"/>	セーフティボックス	<input type="radio"/>	モーニングコール	<input type="radio"/>	変圧器貸出	<input type="radio"/>
インターネット回線	無料	Wi-Fi接続	無料	ホテル設置PC	<input type="radio"/>	駐車場	有料
シャトルバス	<input checked="" type="radio"/>	定期観光バス発着	<input checked="" type="radio"/>	レストラン	<input type="radio"/>	コーヒーショップ	<input type="radio"/>
バンケットルーム	<input type="radio"/>	サウナ	<input type="radio"/>	フィットネス・ジム	<input checked="" type="radio"/>	エステ・スパ	<input checked="" type="radio"/>
売店	<input checked="" type="radio"/>	免税店	<input type="radio"/>	両替	<input checked="" type="radio"/>	コインランドリー	<input type="radio"/>
レンタカー予約	<input type="radio"/>	カジノ	<input type="radio"/>				

※「日本語スタッフ」が「有」の場合でも常駐しているとは限りません。

【プラグタイプ】



C type

※差込口の形状は同タイプで複数あり、イラストと異なる場合がありますのでご注意ください。

JTBデスク	<input checked="" type="radio"/>		喫煙スペース	<input type="radio"/>
ハンディキャップ対応施設		体の不自由なお客様に対応した客室あり		
ホテル	<input checked="" type="radio"/>	客室	<input type="radio"/>	

【改装工事・休業・その他】

<改装中>改装工事期間は2016-2018です。

客室、ロビー、講堂、レストラン

上記の情報は、随時更新を行っておりますが、予告無しに変更され、実際とは異なる場合もございますので、あくまでもご旅行・ご宿泊の参考としてご覧下さい。情報の相違に起因するお客様の損害(損失)につきましては、責任を負いかねますので予めご了承願います。表示されている画像の無断転載・複製は禁止いたします。



【周辺情報(ホテル内施設情報)】

・セビリア(SEVILLA)

種別: スペイン料理

営業時間: MON-THU 11:00-23:00/FRI 11:00-24:00/SAT 12:00-24:00/SUN 16:00-22:00

・PUB ADJUTANTTI

種別: バー・パブ・クラブ

営業時間: 16:00-24:00/16:00-02:00

・PRESSA

種別: バー・パブ・クラブ

営業時間: 21:00-4:00

・バンケットルーム

種別: ファンクショナルルーム



## 帰国時のご案内

現地出発日	2018年 6月 12日 (火)
ご出発便	フィンランド航空 (AY) 71便 16時 45分出発予定

### 入国手続順序

(1) 検疫

航空機内で、検疫アンケート等必要書類が配布された場合は、機内でご記入の上、空港の検疫官にお渡しください。

植物・果物・肉製品などは購入時に検査証明書を取得し、日本到着時に、税関検査場内すみにある動植物検疫カウンターで持込み許可のスタンプを受けてください。  
なお、国・地域や品物によっては、日本への持ち込みができない場合がございます。

(2) 入国審査

旅券を提示し、係員より入国印をもらってください。

(3) 荷物受け取り

ご到着便の便名が示されたターンテーブルから、ご出発地でお預けの荷物が出てきます。

お預けになった荷物が万が一出てこない場合には、添乗員または利用航空会社の職員に、その旨をお申し出願います。

(4) 税関手続

全ての荷物が出揃いましたら税関審査台へお進みください。

2007年5月14日より税関申告書の様式が改定され、申告が義務化されました。  
所定の申告書にご記入のうえ、提出ください。尚、家族の場合は1枚で対応可能です。

◎ 通常30分～1時間で帰国手続きは終了します。

ご帰国日	2018年 6月 13日 (水)
ご到着時間	8時 05分到着予定
ご到着場所	成田国際空港 第2ターミナル

## 帰国時のご案内

現地出発日	2018年 6月 12日 (火)
ご出発便	フィンランド航空 (AY) 77便 17時 25分 出発予定

### 入国手続順序

(1) 検疫

航空機内で、検疫アンケート等必要書類が配布された場合は、機内でご記入の上、空港の検疫官にお渡しください。

植物・果物・肉製品などは購入時に検査証明書を取得し、日本到着時に、税関検査場内すみにある動植物検疫カウンターで持込み許可のスタンプを受けてください。  
なお、国・地域や品物によっては、日本への持ち込みができない場合がございます。

(2) 入国審査

旅券を提示し、係員より入国印をもらってください。

(3) 荷物受け取り

ご到着便の便名が示されたターンテーブルから、ご出発地でお預けの荷物が出てきます。

お預けになった荷物が万が一出てこない場合には、添乗員または利用航空会社の職員に、その旨をお申し出願います。

(4) 税関手続

全ての荷物が出揃いましたら税関審査台へお進みください。

2007年5月14日より税関申告書の様式が改定され、申告が義務化されました。  
所定の申告書にご記入のうえ、提出ください。尚、家族の場合は1枚で対応可能です。

◎ 通常30分～1時間で帰国手続きは終了します。

ご帰国日	2018年 6月 13日 (水)
ご到着時間	8時 55分 到着予定
ご到着場所	関西国際空港

## 帰国時のご案内

現地出発日	2018年 6月 12日 (火)
ご出発便	フィンランド航空 (AY) 79便 17時 15分 出発予定

### 入国手続順序

(1) 検疫

航空機内で、検疫アンケート等必要書類が配布された場合は、機内でご記入の上、空港の検疫官にお渡しください。

植物・果物・肉製品などは購入時に検査証明書を取得し、日本到着時に、税関検査場内すみにある動植物検疫カウンターで持込み許可のスタンプを受けてください。  
なお、国・地域や品物によっては、日本への持ち込みができない場合がございます。

(2) 入国審査

旅券を提示し、係員より入国印をもらってください。

(3) 荷物受け取り

ご到着便の便名が示されたターンテーブルから、ご出発地でお預けの荷物が出てきます。

お預けになった荷物が万が一出てこない場合には、添乗員または利用航空会社の職員に、その旨をお申し出願います。

(4) 税関手続

全ての荷物が出揃いましたら税関審査台へお進みください。

2007年5月14日より税関申告書の様式が改定され、申告が義務化されました。  
所定の申告書にご記入のうえ、提出ください。尚、家族の場合は1枚で対応可能です。

◎ 通常30分～1時間で帰国手続きは終了します。

ご帰国日	2018年 6月 13日 (水)
ご到着時間	8時 50分 到着予定
ご到着場所	中部国際空港

## 帰国時のご案内

現地出発日	2018年 6月 12日 (火)
ご出発便	フィンランド航空 (AY) 75便 16時 30分 出発予定

### 入国手続順序

(1) 検疫

航空機内で、検疫アンケート等必要書類が配布された場合は、機内でご記入の上、空港の検疫官にお渡しください。

植物・果物・肉製品などは購入時に検査証明書を取得し、日本到着時に、税関検査場内すみにある動植物検疫カウンターで持込み許可のスタンプを受けてください。  
なお、国・地域や品物によっては、日本への持ち込みができない場合がございます。

(2) 入国審査

旅券を提示し、係員より入国印をもらってください。

(3) 荷物受け取り

ご到着便の便名が示されたターンテーブルから、ご出発地でお預けの荷物が出てきます。

お預けになった荷物が万が一出てこない場合には、添乗員または利用航空会社の職員に、その旨をお申し出願います。

(4) 税関手続

全ての荷物が出揃いましたら税関審査台へお進みください。

2007年5月14日より税関申告書の様式が改定され、申告が義務化されました。  
所定の申告書にご記入のうえ、提出ください。尚、家族の場合は1枚で対応可能です。

◎ 通常30分～1時間で帰国手続きは終了します。

ご帰国日	2018年 6月 13日 (水)
ご到着時間	8時 00分 到着予定
ご到着場所	福岡空港

# 携帯品・別送品申告書のご案内

※日本に入国する際に必要  
書式は予告なく変更になる場合があります。

(A面)		(B面)	
<p>携帯品・別送品申告書</p> <p>入国日 2009 年 1 月 20 日</p> <p>氏名 日航 太郎</p> <p>住所 東京都品川区東品川 2-4-11</p> <p>職業 会社員</p> <p>生年月日 1981 年 5 月 7 日</p> <p>別送品番号 MG1234567</p> <p>1. 下記に掲げるものを持っていますか？</p> <p>① 日本への持込みが禁止又は制限されているもの (B面を参照) <input type="checkbox"/> はい <input checked="" type="checkbox"/> いいえ</p> <p>② 免税範囲 (B面を参照) を超える購入品・お土産品・贈答品など <input type="checkbox"/> はい <input checked="" type="checkbox"/> いいえ</p> <p>③ 商業貨物・商品サンプル <input type="checkbox"/> はい <input checked="" type="checkbox"/> いいえ</p> <p>④ 他人から預かったもの <input type="checkbox"/> はい <input checked="" type="checkbox"/> いいえ</p> <p>2. 100万円相当額を超える現金又は有価証券等を持っていますか？ <input type="checkbox"/> はい <input checked="" type="checkbox"/> いいえ</p> <p>3. 別送品 入国の際に携帯せず、郵送などの方法により別に送った貨物 (引揚貨物を含む。) がありますか？ <input type="checkbox"/> はい <input checked="" type="checkbox"/> いいえ</p> <p>4. 署名 (パスポートと同じ署名) 14</p>		<p>※ 入国時に携帯して持ち込むものについて、下記の表に記入してください。 15</p> <p>※ 日本への持込みが禁止されているもの</p> <p>① 麻薬、向精神薬、大麻、かへん、覚せい剤、麻薬など</p> <p>② けん銃等の銃器、これらの銃器弾薬やけん銃部品</p> <p>③ 刀 (ナイフ) などの携帯用刃物、化学兵器の原材料</p> <p>④ 銃剣、銃剣、有価証券、RPG (ロケット) などの爆発物</p> <p>⑤ わいせつ雑誌、わいせつDVD、児童ポルノなど</p> <p>⑥ 偽ブランド品、海關税などの知的財産侵害物品</p> <p>※ 日本への持込みが制限されているもの</p> <p>① 銃剣、空気銃及び日本刀などの刀剣類</p> <p>② ワンテン条約により輸入が制限されている動物及びその製品 (ウール、毛皮、象牙、ヒメ、ヒメなど)</p> <p>③ 事前に検疫確認が必要となる生きた動物、肉製品 (ソーシ、ソーシ類を含む。)、野菜、果物、米など</p> <p>※ 事前に動物・植物検疫センターでの確認が必要です。</p> <p>※ 免税範囲 (乗組員を除く)</p> <p>・酒類 3本 (750ml/本)</p> <p>・外国製紙巻たばこ 200本 (その他のたばこの場合は250本)</p> <p>・20歳未満の方は酒類とたばこの免税範囲はあません。</p> <p>・香水 2オンス (1オンスは約28ml)</p> <p>・海外産品の合計額が20万円の範囲に納まる品物 (入国者の個人的使用に供するものに限る。)</p> <p>・4歳未満のお子様は、お持ち込みが本人が使用するもの以外は無税になります。</p> <p>・海外市価とは、外国における通常の小売価格 (購入価格) です。</p>	

- 1: 搭乗機 (船舶) 名 例: JL062
- 2: 出発地 例: ロサンゼルス
- 3: 入国日 (年/月/日)
- 4: 氏名
- 5: 住所 (日本での滞在先)
- 6: 電話
- 7: 職業
- 8: 生年月日 (年/月/日)
- 9: 旅券番号
- 10: 同伴家族
- 11~13: 該当するほうに印を付けてください。

※11のいずれかで「はい」を選択した方は、B面に入国時に携帯して持ち込むものを記入してください。

※12で「はい」を選択した方は、別途「支払手段などの携帯輸出・輸入申告書」の提出が必要です。

※13で「はい」を選択した方は、入国時に携帯して持ち込むものをB面に記載したこの申告書を2部、税関に提出して、税関の確認を受けてください。

**税関の確認を受けた申告書は、別送品を通関する際に必要となりますので大切に保管してください。**

- 14: 署名
- ※パスポートと同じ署名を忘れずにご記入ください。

※税関で確認が必要な事項ですので、A面は必ず記入してください。

※A面で全て「いいえ」の方は、B面の記入は不要です。

※入国 (帰国) 時に、家族が同時に税関検査を受ける場合には、代表者が当該申告書を記入し、「同伴家族」欄に代表者本人を除く同伴家族の人数を記入してください。

# 帰国日の税関手続のご案内

## 1. 免税の範囲（成人一人当たり）

品名		数量又は価格	備考
酒類		3本	1本760mlのもの。
たばこ	「紙巻たばこ」 のみの場合	200本（日本製） 200本（外国製）	外国に居住している人は免税範囲が2倍になります。
	「葉巻たばこ」 のみの場合	50本	
	その他の場合	250g	
香水		2オンス	1オンスは約28ml
その他の 品目	その他のもの	20万円 （海外市価の合計額）	<p>1. 合計額が20万円を超える場合には、20万円以内におさまる品物が免税になり、その残りの品物に課税されます。</p> <p>税関は、旅行者の皆さんに有利になるように、免税となる品目を選択の上、課税します。</p> <p>2. 1個で20万円を超える品物、例えば、25万円のバッグは25万円の全額について課税されます。</p> <p>3. 1品目ごとの海外市価の合計額が1万円以下のものは、原則として免税となります。（例えば、1コ1,000円のチョコレート9コや1本5,000円のネクタイ2本は免税になります）</p>

- 2007年5月14日より税関申告書の様式が改定され、免税範囲内でも申告が義務化されました。所定の申告書にご記入のうえ、提出ください。尚、家族の場合は1枚で対応可能です。上記免税の範囲を超えるものが1品目でもある場合は、免税品を含めて全品目を「携帯品（別送品）申告書」に記入して、税関の審査を受けてください。
- 別送品のある場合は、申告書を2通作成し提出すると、1通に確認印を押して返却してくれるので、別送品が到着するまで大切に保管してください。
- 外国から別送品を送る場合は、必ず外装または送状に別送品と表示してください。
- 植物（果実、切り花などを含む）、動物（肉、ハム、ソーセージなどを含む）は購入時に検査証明書を取得し、税関検査の前に、動植物検疫で必ず検疫（合格の印）を受けてください。なお、国・地域や品物によっては、日本への持ち込みができない場合がございます。
- 未成年者の場合は「酒類」および「たばこ」は免税になりません。
- 税関の検査台は検査を迅速かつ適正に行うため、次のように色分けされていますので、ご自分で検査台を選択して進んでください。
  - 免税の範囲を超えない方 → 緑の検査台
  - 免税の範囲を超えている方 → 赤の検査台
  - 免税の範囲を超えているかどうか分からない方 → 赤の検査台

# 持ち物チェックリスト

## 海外旅行の必需品

- 旅券（パスポート）
- 外貨（現金）
- クレジットカード
- 旅行保険証書
- ご旅行のしおり
- 歯ブラシ

## サウナ会議・視察の必需品

- ジャケット
- ネクタイ
- 水着
- サンダル
- サウナハット
- サウナマット

## 旅行用品 （これだけは必要なもの）

- 眼鏡・コンタクトレンズセット
- 洗面用具
- C型プラグ**
- 救急セット・常備薬
- 筆記用具
- 折りたたみ傘・雨具
- 衣類・カーディガンなど
- 下着・パジャマ（寝まき）
- 歩きやすい靴・革靴
- 携帯用スリッパ

## 旅行用品 （あると役立つもの）

- アイマスク・耳栓
- 会話集・辞書・ガイドブック
- 変圧器
- トラベルポット
- カメラ・ビデオ
- 予備電池
- デジタルカメラ充電器
- 電卓・電子辞書
- ハンドタオル
- ティッシュ、ウェットティッシュ
- 目覚まし時計
- エコバック

### 【機内に持ち込みたい身のまわり品】

長時間飛行機で移動する場合、身のまわり品を用意しておかないと不便な思いをします。

機内持込用品として以下の品をご用意されるとよいでしょう。

セーター又はカーディガン、ハンカチ、ボールペン、歯磨きやコンタクト洗面用具、マスク、化粧品、軽い読物、スリッパなど

### 【必ずご準備ください！海外の電流・電圧事情】

ヨーロッパは日本より電流が2倍以上流れる仕組みになっており、日本の電化製品をそのまま利用することができません（一時的に利用できますが、あっという間にショートしてしまいます！）。また、コンセントの形も違うため、**C型プラグは各自ご用意ください。**

#### C型プラグのみで使用できるもの

携帯やデジタルカメラなどの充電器  
パソコンの充電器  
海外対応のドライヤー など

充電器類はそのものに変圧機能が備わっているものがほとんどですので、コンセントプラグのご用意のみで問題ございません。なお、変圧機能がついてないドライヤーなどは使えませんが、各ホテルにはドライヤーが備えつけられていますのでご安心ください。

# 国際電話のかけ方

## 海外から日本へ

海外の主要都市では、多くのホテルの客室からダイヤル直通で国際電話がかけられます。日本へは次の順序でダイヤルしてください。言葉の心配もなく、ご利用いただけます。（通話料は各自のご負担になります）

(1)		(2)		(3)		(4)
ホテルの 外線番号	→	81	→	3	→	5539-2757
(例) ホテルの 客室からの 外線番号		日本の 国番号		市外局番 (最初の0は不要)		相手の電話番号

## 日本から海外へ

- 国際電話をかける場合は、時差を考慮してなるべく相手がホテルの部屋にいる確率の高い時間を見計らっておかけください。
- 国際電話にはいくつか種類がありますが、団体旅行中の方へホテル宛にかける場合は、指名電話（Person To Person Call パースン・トゥ・パースン）が便利です。

〈1〉日本語だけでかける場合、指名電話をかける場合、“0051”をダイヤルし、KDDIのオペレーターに、滞在ホテルの電話番号と話したい方の名前を告げて申し込んでください。

〈2〉滞在ホテルのフロントに直接かける場合

※市外局番の最初の“0”は不要です。

日程表に記載のホテルの電話番号は、市外局番の最初の“0”が予め省略されている場合があります。

(1)		(2)		(3)		(4)		
001	→	010	→	358	→	9	→	滞在ホテルの 電話番号
KDDI		国番号		市外局番				

（国番号 フィンランド：358、スウェーデン：46）

氏名  
Name

姓 (Family Name)

名 (First Name)

生年月日  
Date of birth

年 (西暦

年)

月

日

日本の住所  
Home Address

勤務先または連絡先  
Contact Address in Japan

旅券番号  
Passport Number

西暦 年 月 日発行  
旅券発行地  
Date of issue

クレジットカード番号  
Credit Card No.

血液型  
Type of Blood

RH

緊急連絡先  
Where to contact in case of emergency

※個人情報となりますので、取扱いには十分にご注意ください。

MEMO

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----



旅行取扱：(株)JTB

虎ノ門第一事業部 営業三課

〒100-6051 東京都千代田区霞が関3-2-5 霞が関ビルディング12階

TEL. 03-5539-2757

FAX. 03-5539-2758

総合旅行業務取扱管理者：吉田 雄一

取扱担当者：加藤 勇人(サウナ・スパ健康アドバイザー)