

～持ち物～



- ・服（多めに/長袖も必要）
- ・靴 / サンダル（2種類）
- ・デイバッグ / リュックサック
- ・洗面用具
- ・虫よけ、手指消毒
- ・フェイスタオル
- ・帽子 / 日傘、水筒
- ・レインコート / 雨具
- ・ビニル袋
- ・懐中電灯 / ヘッドランプ
- ・タイプCプラグ、充電器
- ・常備薬
- ・インドネシア語の本



ボルネオ島ではタクシーと観光船
での移動のためスーツケースOK
NGO施設 2泊分の靴も必要
※国内線の預け荷物は20kgまで



～健康面の注意点～

- ・ 過去のツアーでは感染症の発生事例はゼロ
- ・ 消化器系と蚊経由の病気が多いため、
ミネラルウォーターの提供・手洗い・蚊の対策
- ・ ワクチン接種は任意とする



ボルネオ島で
待ってます!

