

カテゴリー	アイテム	備考
渡航準備	ETIASの申請	日本からイタリア（またはシェンゲン圏に属するその他の国）へ渡航する場合、2025年以降からETIASが渡航要件に加えられ、事前申請が必要。（オンラインで出来ます）
	パスポート	有効期限を確認
	ビザ（必要な場合）	イタリアは日本のパスポート保持者には通常90日までビザ不要
	ホテルの予約確認	印刷またはスマホに保存
	出張先の連絡先情報	上司、クライアント、ホテルの連絡先
	航空券	電子チケットをスマホに保存
お金・支払い	クレジットカード	コンタクトレス決済ができるものが便利
	ユーロ現金	現金のみのお店などに備えて少額を
電子機器	イヤホン	充電器を忘れずに
	スマートフォン	国際ローミング設定、現地SIM、またはeSIM
	ノートパソコン	充電器を忘れずに
	モバイルWi-Fiルーター	必要に応じて
	モバイルバッテリー	機内持ち込み可能な容量に注意
	変圧器	必要に応じて（スマホやPCはそのまま充電できるものがほとんどだがプラグは必要）
	変換プラグ	Cタイプ・SEタイプ、もしくはマルチタイプを購入しておく
	ビジネス関連	仕事関連の資料
	名刺	十分な枚数を用意
衛生・美容	ヘアアイロンやドライヤー	イタリアの電圧に対応するもの
	ヘアゴム・ヘアピン	必要に応じて
	化粧品・洗面・スキンケア用品	機内持ち込み時は液体制限に注意 イタリアには「化粧水」があまり存在しない
	歯ブラシ・歯磨き粉	現地で購入も可
	生理用品	必要な量を持参（現地調達も可）
	薬	常備薬・頭痛薬・胃薬など
衣類・ファッション	アクセサリ	必要に応じて
	カジュアル服	休日や移動時に
	コートやジャケット	イタリアの季節による（秋～冬は特に）
	シャツ・ネクタイ	ビジネスカジュアルも考慮
	ストッキング	スーツやドレス用に予備も
	スーツ	会議やビジネスミーティング用
	パジャマ	ホテルにない場合が多い
	ワンピースやスカート	ディナー用に
	下着・靴下	滞在日数に応じて
	靴	ビジネス用と歩きやすいもの
その他	めがね	必要に応じて
	ガイドブック・地図アプリ	観光や移動に便利
	コンタクトレンズ	予備も含めて多めに
	サングラス	現地のは鼻の高さが合わない可能性があるため、日本から持参をおすすめ
	スリッパ	ホテルにない場合が多い
	バッグ	小さめのショルダーバッグやクラッチバッグ（外出用）
	マスク・消毒ジェル	感染症対策や機内での使用にも
	便座除菌クリーナー	汚れている時にサッと使える
	折りたたみ傘	現地調達も可能だが、日本のものの方が丈夫
	日本のお土産	クライアントや現地のビジネスパートナーに
	除菌シート・ウェットティッシュ	おしぼりがないので持参しておくとう便利
	非常食	インスタントのカップ麺や味噌汁など
	首掛けスマホストラップ	大都市はスリが多いので防犯用に