**国内-大阪-京都-奈良-富士山-东京-福冈-上海 海陆空9日游行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | clh20250225荣耀转港 | **出发地** | 全国联运 | **目的地** |  |
| **行程天数** | 9 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 轮船 |
| **参考航班** | 无 |
| **产品亮点** | 无 |

**行程安排**

|  |
| --- |
| **D1** |
| **行程详情** | 第1天:国内-日本（参考航班待定） 早餐：自理 午餐：自理 晚餐：自理 住宿：周边酒店适时前往国内机场集合飞往日本，请各位贵宾务必携带好护照原件及日本电子签证于起飞前至少3小时至机场指定处集合，接机后前往酒店入住 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |
| **D2** |
| **行程详情** | 第2天：大阪-京都 早餐:含 中餐:自理 晚餐:含 住宿:周边酒店【大阪城公园】（45分钟左右 不登城）以历史名城大阪城为中心建造的公园。大阪城四周有护城河围绕，附近庭园秀丽，亭台楼阁，奇花异奔，充满诗情画意。每年春季樱花、秋季红叶，都令大阪城公园更添艳丽。【心斋桥+道顿崛】（90分钟左右）在此集中了许多精品屋和专卖店，从早到晚熙熙攘攘，到处是市民和游客的人流。心斋桥是以带有拱廊设施的心斋桥筋商店街中心发展起来的。继而前往道顿崛，它是沿着道顿堀川南岸的一大繁华街区。在这里有关系风味的章鱼小丸子，大阪烧，特色拉面等各色精致美食。【清水寺】世界文化遗产，京都人气观光景点。始建于778年，是京都最古老的寺院，本堂前悬空的清水舞台是日本国宝级文物，四周绿树环抱，春季时樱花烂漫，是京都的赏樱名所之一，秋季时红枫飒爽，又是赏枫胜地。地主神社位于清水寺正殿北侧的，是日本结缘、祈求恋爱运的神社。【平安神宫】1895年为纪念桓武天皇平安迁都1100周年而建，整座神宫包括大鸟居、神宫道、应天门、大极殿及神苑等部分，受到唐代洛阳皇宫紫微城的影响深远， 有着明显的唐代中国建筑的风格【抹茶体验】日本茶道是在日本一种仪式化的、为客人奉茶之事。原称为“茶汤”。茶道历史可以追溯到13世纪。最初是僧侣用茶来集中自己的思想。现在的日本茶道分为抹茶道与煎茶道两种，日本的茶道有烦琐的规程，如茶叶要碾得精细，茶具要擦得干净，插花要根据季节和来宾的名望、地位、辈份、年龄和文化教养等来选择。主持人的动作要规范敏捷，既要有舞蹈般的节奏感和飘逸感，又要准确到位。凡此种种都表示对来宾的尊重，体现“和、敬”的精神。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√  |
| **住宿** | 无 |
| **D3** |
| **行程详情** | 第3天：京都-奈良-中部 早餐:含 中餐:自理 晚餐:温泉 住宿:周边酒店【春日大社】（45分钟左右）旧称为春日神社。建于和铜二年（710年）。建设者为藤原不比等。为当时的掌权者藤原家族的守护神而建造起来的神社，神社内也因藤而出名。社内供奉的神明包括武瓮槌命、经津主命、天儿屋根命和比卖神。神社例祭日为3月13日（春日祭）【神鹿公园】（45分钟左右）占地5.25平方公里，范围之大，堪称世界上数一数二的大公园。奈良的所有名胜古迹都在这座公园范围内。公园内巨树丛立，还有历史悠久的古迹、花草、山林及岩石等；另有驯鹿成群，共有1,200多只，散布于山间、林下或寺庙的池畔，是奈良观光的象征。春天一到，遍地落樱，十分浪漫。【综合免税店】（60分钟左右）人气产品免税专门店, 客人自选日本国民之健康流行食品及各种日本手信。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√  |
| **住宿** | 无 |
| **D4** |
| **行程详情** | 第4天：中部-东京地区 早餐:含 中餐:含 晚餐:含 住宿:周边温泉酒店【富士山】第13个世界文化遗产－日本的象征 ～「富士山」富士山是一座横跨静冈县和山梨县的活火山，位于东京西南方约80公里处，海拔约3776公尺，是日本国内的最高峰，也是日本三大名山之一，更是日本重要的象征，被视为圣山。在富士山的周围，分布着5个淡水湖，统称富士五湖，河口湖为其中之一，2013年6月22日，富士山正式被登录为世界文化遗产，也是日本第13个世界文化遗产，更引发了前往观赏富士山的热潮！【富士山五合目】（60分钟左右）富士山由山脚至山顶共分为十合，半山腰为五合目。如天气不好或冬季季节性五合目封山, 将更改为富士山一合目代替, 敬请理解! 【忍野八海】（45分钟左右）“日本名水百选”，国家指定天然记念物，新富岳百景之一。1200年前成型，是富士山融化的雪水经流经地层过滤而成的八个清澈的淡泉水：御釜池、底无池、铫子池、浊池、涌池、镜池、菖蒲池和出口池。五月到九月间群芳争艳，五月有鸢尾花、六月有羽扇豆、七月有向日葵、八月有秋樱。八个泉水池，其秀丽的田园风光，池水波光潾潾与美丽的富士山合为一体，其情其景，美不胜收。无数摄影家慕名前来捕捉富士山与忍野村保存完好的自然美景。【山中湖白鸟之湖】坐落在富士箱根国立公园内。春天的櫻花、夏天的薰衣草、秋天的楓紅、冬天的白雪等，在如此得天独厚的條件之下，使得河口湖的一年四季都充滿了超脫迷人的不凡魅力。从湖岸端远眺富士山的天然美景是享誉富士五湖的絕景之一。这里有全日本最美丽的白天鹅，您可以在此喂食野生白天鹅。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 无 |
| **D5** |
| **行程详情** | 第5天：东京 早餐:含 中餐:自理 晚餐:自理 住宿:周边酒店【皇居·二重桥】是天皇的起居之地，位于东京中心千代田区，是天正十八年(公元1590年)由德川幕府第一代将军德川家康修筑。天皇被日本宪法规定为日本的象征，是日本人眼中的神。但日本皇室一向十分保守，皇室的一切绝不对外公开，皇居因而更能引起人们的关注和兴趣。【浅草雷门观音寺】(45分钟左右）这里是日本观音寺总堂相传在古天皇36年3月18日SUMIDA 川的三位渔民在出海捕鱼时，看到观音显现，于是那时的渔民回去将此事说出来以后，信观音的人日益增多，并建立浅草寺来供奉观音。【仲见世街】日式风格长达百公尺贩卖各式各样精美纪念品及美味仙贝的古街。【秋叶原】（60分钟左右）东京著名电气街, 汇集了LOAX苏宁, 大型连锁免税店,在日本各大城市都有连锁店，汇集了800多家专门销售家用电器和计算机等电器产品的商店，购买全世界最新最高科技数码、电气、电玩，该店为中国苏宁电器的控股公司，您可以放心购物。【综合免税店】（60分钟左右）人气产品免税专门店, 客人自选日本国民之健康流行食品及各种日本手信。【银座】（90分钟左右）与巴黎的香榭丽舍大街、纽约的第五大街齐名，是世界三大繁华中心之一，银座大道全长一公里半，北起京桥、南至新桥，大道两旁的百货公司和各类商店鳞次栉比，专门销售高级商品。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |
| **D6** |
| **行程详情** | 第6天：东京-福冈（参考航班待定） 早餐:含 中餐:自理 晚餐:自理 住宿:周边酒店适时集合前往机场，飞往碧海晴天、温暖如春的九州。【舞鹤公园】‌福冈舞鹤公园是一个历史悠久的公园，坐落在福冈城遗址上，是日本的一个著名旅游景点。‌公园内保留了大量的历史遗迹，包括福冈城的古老石墙、炮塔和大门，这些遗迹展示了城堡坚固的防御工事。舞鹤公园不仅是一个历史爱好者的天堂，也是一个适合自然和摄影爱好者的理想场所。‌舞鹤公园以其丰富的历史背景和四季变换的美景而闻名。公园内的樱花树在春天盛开，形成一片粉红色的花海，吸引了许多游客前来观赏。【大濠公园】大濠公园位于福冈城西，公园围绕福冈城的护城河修建而成。大濠公园仿杭州西湖而建，总面积约4.1平方公里。它是日本仅有的几个水上公园之一，拥有一个周长约2公里的池塘，园内又以一座桥连接4个绿意盎然的小岛屿。池畔种满迎风摇曳的垂柳、花容秀丽的杜鹃，为整个公园增添不少美丽的气息。宽阔的湖泊、大片的绿地、小桥流水，可垂钓及泛舟，也是观赏野鸟的最佳地点，是个优美的都会休闲处。【天神地区】天神区位于福冈市中心，是九州岛的购物和时尚之都。天神区的商店和餐厅鳞次栉比，是本地人和观光购物者不可错过的地方。天神区是一个零售热点，有大量购物场所可满足您的购物欲望，如 11 层高的福冈三越百货大楼，地下室还有一个美食乐园。天神地下购物街将带给您不一样的福冈购物体验。这里的沿着连接各个地面建筑的地下走廊设有 150 家店铺。天神区还有各色公园和神社，新老交错，不来天神，您的福冈之旅就不算圆满。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |
| **D7** |
| **行程详情** | 第7天：福冈-邮轮 早餐:含（邮轮） 中餐:自理 晚餐:含 住宿:邮轮【太宰府天满宫】太宰府天满宫是位于日本福冈县太宰府市的神社。祭祀平安时代的学问家菅原道真。同时也是菅原道真的墓地。和京都的北野天满宫并列为日本全国天满宫的总本社。天满宫供奉的菅原道真公，在日本誉为「学问之神」与「书法之神」，已有1100年的历史，受到全日本的尊敬。这里是祈求金榜题名的圣地，许多疼爱孩子的家长和高考在即的高中生都来此求其保佑，每年有多达700万人来此参拜祈福，在小木板上写下他们期望成功的愿望。【Lalaport购物广场】是在2022年4月全新开幕的复合式设施。LaLaport 在关东、关西很多地方都有，对于爱逛街的台湾香港朋友来说，一定不会陌生，这次它们首次进驻九州，更马上成为福冈新地标。福冈 LaLaport 购物中心设在福冈市青果市场的原址，面积广阔，86,600 平方公尺的设施内，有超过 200 间店舖，从COACH、ZARA等时装品牌到 LoFt、3COINS等杂货小店应有尽有，并设有多达21间餐厅，包括九州道地美食「久留米拉面」和米其林排队拉面名店「宍道湖蛤蜊中华荞麦 琥珀」轻松吃得到，堪称全九州最大规模的美食广场，买东西、吃美食都很方便！【综合免税店】（60分钟左右）人气产品免税专门店, 客人自选日本国民之健康流行食品及各种日本手信。【荣耀大道】96米长海上香榭丽舍大道，80米LED天幕；集娱乐、餐饮、购物于一体；荟萃200多个国际知名奢侈品牌，囊括时装配饰、美妆香水、腕表珠宝等；【多功能运动馆】390平方米体育场可方便年轻客人在邮轮上进行网球、篮球和排球运动【帝国娱乐场】拉斯维加斯风格的绚丽豪华娱乐场，设有VIP室， 满足私密需求【泰诺健健身中心】被誉为“健身器材界的法拉利”的泰诺健（Technogym）健身器材设施，尊享贵族般的健身方式，体验丰富多样的量身定制健身课程和训练项目【旗舰亲子】多达32项免费儿童活动【旗舰美食】星厨定制菜单，全球美食体验；20间各式特色酒吧，配有现场演奏 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√  |
| **住宿** | 无 |
| **D8** |
| **行程详情** | 第8天:邮轮上航海日 早餐:含 中餐:含 晚餐:含 住宿:邮轮在邮轮上您可以充分享受各种娱乐设施和舒适服务：主餐厅、自助餐厅里您可以享受来自世界各地的美食；免税店，饰品店、糖果店、首饰店等购物商店内您可以选购精致的礼品；每天的不同时段风格不同的乐队会进行各种演出；分布在船上大大小小的十余个酒吧为您提供了理想的社交场所，而夜总会和的士高将会通宵开放，当然您还可以在俱乐部里一试运气！【荣耀大道】96米长海上香榭丽舍大道，80米LED天幕；集娱乐、餐饮、购物于一体；荟萃200多个国际知名奢侈品牌，囊括时装配饰、美妆香水、腕表珠宝等；【多功能运动馆】390平方米体育场可方便年轻客人在邮轮上进行网球、篮球和排球运动【帝国娱乐场】拉斯维加斯风格的绚丽豪华娱乐场，设有VIP室， 满足私密需求【泰诺健健身中心】被誉为“健身器材界的法拉利”的泰诺健（Technogym）健身器材设施，尊享贵族般的健身方式，体验丰富多样的量身定制健身课程和训练项目【旗舰亲子】多达32项免费儿童活动【旗舰美食】星厨定制菜单，全球美食体验；20间各式特色酒吧，配有现场演奏 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√  |
| **住宿** | 无 |
| **D9** |
| **行程详情** | 第9天:抵港上海 早餐:含 中餐:自理 晚餐:自理 住宿:温馨的家邮轮抵达上海吴淞口国际邮轮码头；满载美好旅途回忆回到温馨的家。 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X  |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **费用包含** | 费用包含：★日本个人旅游签证费（上海领区），非上海领区客人退还签证费自行办理个签（200元/人）★去程机票（含税）回程船票★行程中所列团队用餐 （根据人数调整菜品以实际食用为准）★行程上所列景点第一门票★全程境外中文导游服务（不含超时费）★旅行社责任险（强烈建议游客购买旅游意外险及航空延误险如放弃购买责任自费） ★行程所列日本当地精品酒店，（房间比国内小）体验1晚温泉酒店 ★境外旅游大交通（视人数多少安排车型保证一人一座，自由活动期间不含车） |
| **费用不包含** | 费用不包含：★邮轮小费18美金/人/晚（上船后付给船方）；★日本离境税1000日元/人（上船后付给船方）；★办理护照工本费；★邮轮上自主购物、收费餐厅、收费娱乐设施及其他收费项目的相关费用；★出入境行李海关课税；★个人在日本当地的一切消费；★超重行李的托运费及保管费；★行程中不涉及的其他所有付费项目；★内舱单房差全程5500元/人，阳台单房差全程6500元/人，只补不退;★旅客旅游意外险（强烈建议各贵宾购买旅游意外险如放弃购买责任自负）；★个人一切杂费和境外消费及一切不可抗拒原因所产生的费用；★酒店内收费电视、电话、饮品、烟酒等个人消费税，境外个人消费费用自理。★因不可抗拒的客观原因和非我公司原因（如天灾、战争、罢工、天气、堵车等）或航空公司航班延误或取消、我公司有权根据实际情况，取消或变更行程或者调整报价★由于目前国际燃油税不断上涨，若航空公司临时调整燃油税，本社有权按实际情况补收税金差价，敬请配合! |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 报名须知★所有游客必须占座包括儿童及婴儿； ★饮食文化差异大敬请谅解，早晚温差大请注意保暖★有些酒店不提供洗漱用品或简单用品建议游客自行携带★请客人务必携带护照原件出游，酒店要求凭护照登记方可入住★请勿违反国家任何规定，请文明出行，注意饮食及人身安全；★散客拼团为了您与他人的宝贵时间，出游期间必须按规定的时间、地点、乘车，过时不候；★我社所用车辆为旅游空调车（接送车除外）所有座位价格一致，届时将视游客人数多少决定所用车辆类型；★如肠胃略差及肠胃容易发生状况者，请理性食用食物，由于个人肠胃不适造成的突发状况，我社不承担责任，请自行携带药品及就医；参考图片以实际食用或参观为准；★由于散客拼团的特殊性，在入住酒店时，可能需客人自己交付酒店押金。入住酒店房间时，注意提前点清备品，可能会有收费使用★境外行程期间，游客不得随意离团，离团必须签署离团切结书。离团期间出现人身安全、财产损失，在旅行社尽到安全提示及救助义务的前提下，由旅游者自行承担相应责任。★日本国土交通省于平成24年6月(2012年)发布最新规定，每日行车时间不得超过8小时（以自车库实际发车时间为计算基准），若超时，则司机有权拒绝，以有效防止巴士司机因过(疲)劳驾驶所衍生之交通状况。（资料来源：日本国土交通省）。故逢旅遊旺季；如巴士无法全程接送時，改采採巴士+电车前往旅遊景点，敬请见谅★如遇不可抗力原因（包括地震、台风、雷击、水灾、火山爆发等自然原因,以及战争、政府行为、罢工、爆炸、疫情、堵车等不能预见）或旅行社已尽合理注意义务后仍不能避免的情况，我公司有权合理调整行程，由此减少的费用退还旅游者，由此增加的费用由旅游者承担!★由于路程是相对固定的，若前一站的景点观光时间有拖延或途中遇到塞车等不可抗拒的原因，势必会影响到下一个景点的观光时间，可能造成下一个景点游玩时间的缩短，不便之处，敬请谅解！★班机若因航空公司或不可抗力因素而变动航班时间，造成团体行程前后顺序变更，如减少餐食，不退费用，敬请谅解。在不减少景点的情况下我社有权根据实际情况调整行程及餐食前后顺序。航空公司晚点或取消航班与旅行社无关，请游客理性与航空公司协商；★有自由活动的线路自由活动当天，如客人需自己安排行程，请注意财务与人身安全。千万不可与当地非正规旅行社私自接洽活动项目，若由此发生人身伤害或者财产损失，在旅行社尽到安全提示及救助义务的前提下，由旅游者自行承担相应责任。无自由活动线路不得擅自离团；★依照旅游业现行作业规定，本公司有权依据最终出团人数情况，调整房间分房情况。在日本旅游期间，客人不得擅自离团，如擅自离团日本方会立刻报警，会影响后续的出境记录，如需要离团，必须在征取组团社、地接社、导游、领队的同意下，交纳离团费1500元/人/天（不与退还），其景点门票、餐费、住宿等费用一概不与退还。 团友离团后，在离团期间所发生的任何问题，都与我社无关，所产生的一切后果及费用都由个人自负。★中国凌晨2-5点禁止大巴行驶， 接送车需高速服务区或可停车区域停车等候 敬请谅解；★包含接送区域游客不使用属自愿放弃无任何费用可退；★请各贵宾旅游期间时刻注意个人及同行人员人身安全及财务安全，遵守交通规则，文明旅游，贵重物品请随身携带以免遗失，行走注意脚下四周安全，所有危险项目请勿参加；★自备签减200元/人旅游质监 旅游监督电话： ； 1、旅游结束前请如实填写导游提供的《意见反馈表》，对没有填写而事后提出意见和投诉我社不予受理；所有投诉均需按旅游法标准执行！！！2、游客不得以任何理由拒绝上车，或从事严重影响其他旅游者权益的活动，不听劝阻，不能制止的，旅行社可以单方面当即解除旅游合同，做自动离团处理，产生其他一切后果游客自负；3、游客行程中或回程后可通过合理的途径投诉，不得以任何理由进行拦车、霸车等严重违反旅游法的行为；一旦发生故意扩大事态及损失的，旅行社可当即自动解除与该游客的服务合同，且不退还任何费用；因此给予其它游客造成的所有损失均由肇事游客承担；同时旅行社将依法追究肇事游客所需承担的违约责任，肇事者需承担由此造成的所有损失；1. 日本一般商店购物须另加消费税.满一定金额可免税具体以商家公示为准； 2.贵重物品请随身携带切勿离手； 3. 住宿饭店时请随时将房门扣上安全锁，以测安全；勿在灯上晾衣物；勿在床上吸烟，听到警报器响, 请由紧急出 口迅速离开。 4. 日本出于节能考虑，对旅游大巴车辆启动空调的时间有明确要求，旅游者可能结束游览进入旅游大巴时温度不太适宜。请不要将贵重物品及自用应急药品放在托运行李中，以免丢失。 旅游过程中，也请妥善保存。 如客人系港澳台人士，或持外籍护照，请于出发前确认是否有再次进入中国的有效证件。5. 搭乘船只请务必穿著救生衣。6. 搭乘快艇请扶紧把手或坐稳，勿任意移动。7. 海边戏水请勿超越安全警戒线。 8.泡温泉大浴室时不著衣物或泳衣,请先在池外清洗干净后再入池内,请注意泡温泉每次最好以１５分钟为佳,并携伴同行. 9.搭乘车时请勿任意更换座位，头、手请勿伸出窗外，上下车时注意来车方向以免发生危险。 10.搭乘缆车时请依序上下，听从工作人员指挥。 11.团体需一起活动，途中若要离队需征得领队同意以免发生意外。 12.夜间或自由活动时间若需自行外出，请告知领队或团友，并应特别注意安全。13.行走雪地及陡峭之路请谨慎小心。14.时差: 日本比国内快一小时。 15.日本饭店内皆有牙膏牙刷及拖鞋,房内亦有日式和服可换穿. 16.日本境内自来水冷水可生饮,热水须用热水壶煮沸才饮用.17. 日本的行李须请客人自行提领至房间. 18.切勿在公共场合露财，购物时也勿当众清数钞票。19. 遵守领队所宣布的观光区、餐厅、饭店、游乐设施等各种场所的注意事项20. 遇到天气、政治动荡、罢工等造成行程无法按计划进行，产生一系列额外费用，由客人自行承担。食用海鲜注意事项  不建议食用生食海鲜1、 为了减少吃海鲜引发的食物中毒，尽量选购活的，尢其是死蟹最好不要买来吃。有壳的海鲜，烹制后未开壳的切勿食用；2、海鲜生吃对肠道免疫功能差的人来说，具有潜在的致命危害；请根据自身情况谨慎选择；3、海鲜不宜下酒。食用海鲜时最好不要饮用啤酒，否则会引起肠胃不适，腹泻等。4、 关节炎患者少吃海鲜。因海参、海龟、海带、海菜等含有教多的尿酸，被人体吸收后可在关节中形成尿酸结晶，使关节炎症状加重；5、海鲜忌与某些水果同吃。海鲜中的鱼、虾、藻类等都含有比较丰富的蛋白质和钙等营养物质。如果把它们与含有糅酸的水果，如葡萄、石榴、山楂、柿子等同食，不仅会降低蛋白质的营养价值，这种物质刺激肠胃，会引起人体不适，出现呕吐、头晕、恶心和腹痛腹泻等症状。所以，海鲜大餐之后最好不要马上吃水果。海鲜与这些水果同吃，至少应间隔2小时6、吃海鲜后，一小时内不要食用冷饮、西瓜等食品，且不要马上去冲凉；温泉注意事项泡前注意1.泡汤之前，应取下佩戴的金属饰品，否则会与温泉里的矿物质产生化学反应，造成佩饰变色。2.空腹或太饱时请勿入浴， 以免出现头晕、呕吐、消化不良、疲倦等症状。3.高血压和心脑血管疾病患者，在经医生允许的前提下，可以泡温泉，但以每次不超过15分钟为宜。并注意：入水前，先用温泉缓慢的擦拭身体，待适应后再进入，以免影响血管正常收缩；出水时，缓慢起身，以防因血管扩张、血压下降导致头昏眼花而跌倒，诱发脑中风或心肌梗塞。4.癌症、白血病患者，不宜泡温泉，以防刺激新陈代谢，加速身体衰弱。5.糖尿病患者在血糖控制较好、体征比较稳定的情况下，可以泡温泉。如果血糖不稳定，会因为在温泉中容易出汗，造成脱水，引起血糖变化。此外，大多数糖尿病患者，都伴有周围神经病变，手掌、脚掌感觉异常，温度敏感度较差，容易因为长久浸泡造成烫伤而不知。6.皮肤有伤口、溃烂或霉菌感染如香港脚、湿疹的患者，都不适合泡温泉，以免污染水质，引起伤口恶化。过敏性皮肤疾病患者也不适合浸泡在高温的泉水中，以免由于加速皮肤水分蒸发、破坏皮肤保护层而引发荨麻疹。7.女性生理期来时或前后，怀孕的初期和未期，都最好不要泡温泉。8.睡眠不足、熬夜之后、营养不良、大病初愈等身体疲惫状态下，都不适合泡温泉，以免因为突然接触过高温度引起脑部缺血或休克。9.独自一人不要泡温泉，以免发生意外。泡中注意1.入水时，应从低温到高温，逐次浸泡，每次10-15分钟即可。2.泡温泉的时间，应根据泉水温度来定，温度较高时，不可长久浸泡，以免出现胸闷、口渴、头晕等症状。3.泡温泉时，应多喝水，随时补充流失的水份。4.泡温泉时，如果感觉身体不适，应马上离开，不可勉强继续。泡后注意1.泡完温泉后，一般不必再用清水冲洗，但如果是浸泡强酸或硫化氢温泉，则最好冲洗，以免刺激皮肤，造成过敏。2.泡温泉后要注意保暖，迅速擦干全身，特别是腋下、胯部、肚脐周围和四肢皮肤的皱褶处，及时涂抹滋润乳液，锁住皮肤水分。3.泡温泉后，人体水分大量蒸发，应多喝水补充。 |
| **温馨提示** | 于出境线路操作的特殊性！★境外购物敬请谨慎对待，所有商品一经售出概不退换！★搭乘飞机及汽车时，必须全程扣紧安全带，飞机/汽车停稳方可起立，以免影响安全。★如果有外籍人士、港澳台同胞参团价格另询！★请各位贵宾务必携带好护照原件及日本电子签证，拿到电子签证时请立即测试签证是否有效以免有误影响出行；★非上海领馆涉及以外地区客人需提供居住证方可报名或自备签证可以报名；★抵达时6周岁下儿童不占床位-200不含早；★报名确认件一经确认，出发前60天及以上，取消费为每位乘客500元；出发钱59~50天，取消费为每位乘客1500元；出发前49~30天，取消费为团队费用的30%；出发前29~15天，取消费为团队费用的50%；出发前14天及以内，取消费为团队费用的100%；出发后取消，所有已支付款项均无法退还（包括港口税等）报名此产品即同意此条款！★如因游客提供的签证材料不真实（包括提供虚假材料、隐瞒在日有直系亲属、曾经有过日本拒签史、曾经在日本非法滞留或有犯罪史等），产生的相关损失费用一并由游客承担（占位损失费RMB3000元/人以及其他已产生的损失）注：若曾经有过日本拒签史、曾经在日本非法滞留或有犯罪史的游客，谢绝报名！★在不减少景点/购物/餐食的情况下我社有权根据实际情况调整前后顺序。★日本酒店面积很小，不评星级，且相对较旧，请勿用国内标准来衡量敬请谅解；由于地域差异日本温泉重在温泉水的质量 泡池1-2个设施简单；全程酒店均为2人/室，如您的订单产生单人尽量安排拼房不保证或补齐单房差；,若团队含领队出现单男单女，导游有权利根据情况以拆分夫妻等方式解决!★由于旅行社组织的是散客拼团线路，未成年人须有成人陪伴出游，残疾人、老年人、行动不便者建议有家人朋友照顾同行，体弱多病不建议参团，孕妇禁止参团！如隐瞒自身情况由此造成的不便或问题，责任自负，我社不承担责任。★如航班延误及取消旅行社仅做协助处理无任何赔付责任，建议游客购买航空延误险；飞机会受天气、自然灾害、故障、航空管制等不可抗因素造成延误、取消、迫降机场等问题均与旅行社无关，因此而产生的额外费用均由游客自行承担；请各游客按航司通知文明等候航司安排及与航司协商，旅行社期盼每个航班都能准时无误，如出现突发状况，请各贵宾予以理解及配合；★游客行程过程中及自由活动期间敬请注意饮食卫生，不吃小商小贩及不熟的食物！肠胃不适者不建议食用海鲜及生冷食物；请根据自身身体状况选择食物，食用不当责任自负！★请注意自身及同行人员人身、财物安全（贵重物品随身携带）应妥善保管好随身携带财物，保管不妥引起遗失及损坏，旅行社不承担赔偿责任；遵守酒店规则：酒店消费物品谨慎使用，非收费物品防止损坏，污染，衣物不得随处晾晒，如个人原因造成的损坏污染游客自行承担；★全程遵纪守法，旅游过程中请注意人身安全小心行走，过马路左右看，洗澡时注意防滑，禁止吸烟酗酒；★旅行社不推荐游客参加人身安全不确定的活动，游客擅自行动，产生后果，旅行社不承担责任；★禁止游客进行江、河、湖、海的游泳活动及危险娱乐项目，游客擅自行动而产生的不良后果，旅行社不承担责任；旅游途中请跟好团队如掉队请不要惊慌马上电话寻求协助；旅游过程中请关注景区及公共提示，禁止游客至不允许参观危险区域游玩，不要在悬崖峭壁、瀑布湿滑处、江、河、湖、海等危险处拍照，更不能做一些危险动作摆造型拍照；请小心被动物及坚硬物品划伤，禁止投喂动物以免受伤；为了您在本次旅游途中本身的安全，我们特别请您遵守所有行程、特别提醒、注意事项及报名须知内的所有事项，这是我们应尽告知的责任，也是保障您的权益。 |