
電子報一：行李建議

2025/9-2026/2

何孟璇

首先，本人秉持著衣服鞋子去歐洲買的精神，我算是帶了一整個 29 吋行李箱的食物跟生活用品，非常有資格來告訴你什麼要帶什麼不用帶（自己講？）以下列出以個人經驗而言我覺得一定要帶的東西，其他其實都可以在德國買！

1. 廉航頸枕：這個真的麻煩**務必要帶**，可以多塞很多件衣服、睡衣、襪子等等，畢竟我們搭廉航就是不想多花錢買行李，所以就是多使出一點亞洲人的小聰明吧！
2. 合乎廉航規定的背包：瑞安是 **40*25*20 cm**（以這個為標準因為全部廉航他最機車，嚴格的要死）當初我不信邪帶了北臉的登山包結果從維也納回程被抓一個大的，喜提 60 歐罰款真的氣到要中風（不想從台灣帶的話可以直接去 primark 買他的後背包，合乎規定又超能裝，而且才 20 歐，夯到爆超推薦！）
3. 台灣泡麵：什麼韓國泡麵、印尼泡麵、日本泡麵其實在這邊都還算買得到，價格跟台灣比也沒有差太多，但是！除了維力炸醬麵以外，放眼找不到任何台灣的泡麵、乾拌麵（信我，我去每個國家、每個城市都會逛亞超，真的沒有找到過維力炸醬麵以外的台灣泡麵）大家如果愛吃乾拌麵的（我本人）要記得多準備，我帶了 24 包吃得很開心供參考～～
4. 湯包：外國人沒有喝湯的習慣，我本人是熱湯的重度愛好者，所以我帶了很多康寶濃湯、柴魚湯包、野菜湯包、海帶芽之類的乾料，只要打個蛋花就是一碗好湯了！去什麼冰島、瑞士、北歐貴得要死又冷的要命王國會超好用，順便回味一下台灣味嗚嗚嗚
5. 轉接頭、延長線、手機線材：延長線我覺得很好用，尤其要充手機、電腦、平板時候沒有那麼多插頭，只需要一個轉接頭加一條延長線就可以搞定！另外發現這裡的手機線材其實莫名其妙蠻貴的？推薦大家準備一條 **USB-A 轉 Lightning or USB-C 的線**，很多歐洲的火車、飛機、飯店提供的還是 USB-A 的接頭而不是 USB-C 的呦！如果有要去**瑞士**的話要特別注意轉接頭的規格，跟一般歐規的不太相同！（瑞士的需要細長形狀的）

6. 旅行裝的盥洗用品：出去玩住青旅很多不提供盥洗備品，洗頭、洗澡在德國還算好找，但小罐裝的洗面乳我是真的找不太到（我在藥妝店只看得到 100 ml 的），最後是在機場的免稅買旅行裝的（大約 15-30 ml）建議有需要的大家可以從台灣帶！

之前看了網路上的分享帶了很多衛生棉、化妝棉、小包裝衛生紙、護膚用品等等，發現其實德國藥妝店就有還物美價廉所以根本不太需要帶，簡直是浪費我行李空間（尖叫），**唯一我覺得一定要帶到的只有安睡褲**，這個是真的買不到，有需要的學妹們要記得！