

愿生命化作那朵莲花

缅甸

ENJOY

(韩)柳映守 著 邢心秀 译

缅甸印象 虔诚·微笑

·男人裙·女人烟

佛国圣迹 黄金塔·黄金岩·

玉佛寺·民俗宫·茵莱湖

一步一如来 仰光·勃固·

蒲甘·曼德勒·蒙育瓦·明卡巴

GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS

广西师范大学出版社

013032108

K933.79

01



缅甸

ENJOY

(韩)柳映守 著 邢心秀 译



北航

C1639236



GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS

广西师范大学出版社



如何使用本书

旅行准备

办护照

护照是一个国家公民出入本国国境和到其他国家或地区旅行的重要证件。由本国政府统一颁发给本国公民和持照人。

如何办证

公民申请护照必须本人到户籍所在地或居住地公安机关出入境管理部门提出申请，并提供符合规定的近期免冠彩色照片。

2. 准备材料

【1】居民身份证原件及复印件。居民身份证丢失或过期者，应先到公安机关补办。

【2】户口簿原件及复印件。户口簿丢失或过期者，应先到公安机关补办。

【3】近期免冠彩色照片。照片规格为：35mm×45mm，背景色为白色。

【4】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【5】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【6】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【7】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【8】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【9】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【10】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【11】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【12】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【13】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【14】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【15】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【16】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【17】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【18】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【19】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【20】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【21】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【22】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【23】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【24】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【25】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【26】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【27】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【28】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【29】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【30】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【31】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

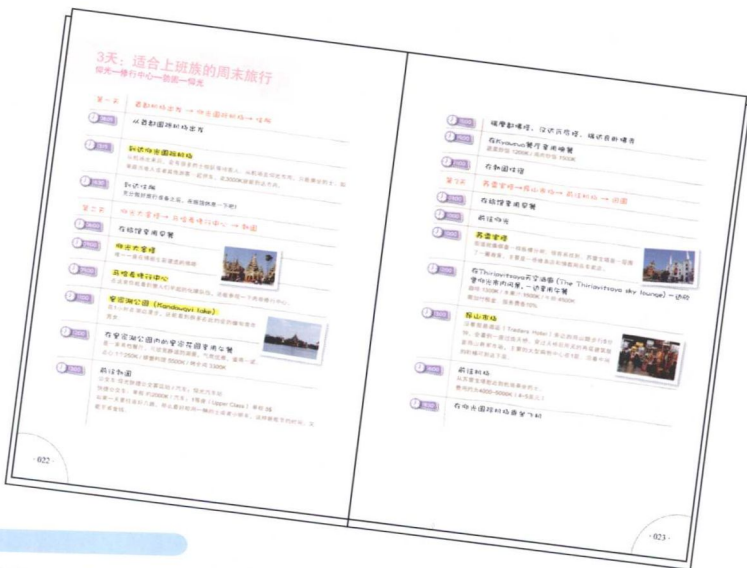
【32】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【33】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

【34】其他材料。如：结婚证、离婚证、未婚证明等。

旅行准备

在开始旅行之前，制订行程路线，并收集一下必要的旅行信息吧，比如有关缅甸的基本情况和本地交通状况，以及办理机场出入境手续等，出行前做足功课很重要哦！



推荐路线

参考旅游达人推荐的缅甸最佳旅行路线，制订一个适合自己行程计划吧！

地区旅行

这里将为你介绍缅甸的四大旅游区以及周边景点。如果你已经决定前往缅甸，在这里能找到很重要的旅行信息。

地区介绍

介绍各地区不可错过的景点



景点示意图
插入了景点示意图，更加方便旅行者游览景区。



Best Tour

结合最佳出行时间、用餐时间等综合因素，从而制订最完美的路线。



超感觉的主题旅行

本书介绍的是在缅甸能够体验到的与众不同的主题游。







旅行信息



旅行准备
缅甸入境
缅甸出境

010
017
017

推荐路线



1天旅行经费预算
个人1天要花多少钱?
3天: 适合上班族的周末旅行
5天: 佛教圣地之旅
7天: 深度缅甸文化游
20天: 缅甸探美之旅
22天: 缅甸完全自游行

020
021
022
024
027
028
030

地区旅行



仰光

仰光大金塔
皇家湖公园
苏雷宝塔
茵雅湖
仰光外围

038
044
048
052
058

仰光周边

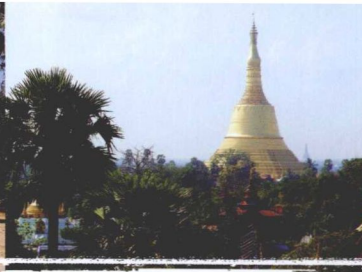
勃固
吉谛瑜

066
070

茵莱湖

076





茵莱湖周边

东枝

宾德亚

曼德勒

阿马拉布拉

其他地区

曼德勒周边

敏贡

眉谬

蒙育瓦

实皆县

蒲甘

旧蒲甘

良乌

明迦巴

新蒲甘

蒲甘周边

波巴神山

额不里海滩

超感觉主题旅行



088

适合内观修行的冥想修行中心

170

094

感受多姿多彩的缅甸节日

178

黄金地缅甸



103

105

182

地形、气候、经济、社会、历史、宗教、人口、语言、货币、教育、交通、饮食、特产、疾病、其他、特别注意事项

112

116

119

122

136

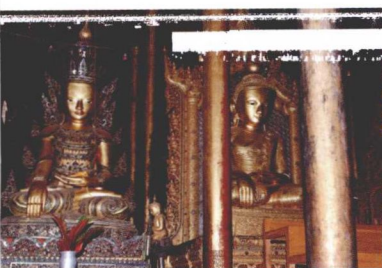
146

150

154

162

164





旅行信息

 旅行准备

 缅甸入境

 缅甸出境



办护照

护照是一个国家公民出入本国国境和到国外旅行或居留时，由本国发给的一种证明该公民国籍和身份的合法证件。

如何办理

1. 首次申请护照必须本人到户籍所在地的公安局出入境管理处办理，军人在部队或工作单位驻地的公安局出入境管理处办理。关于在外地上学、工作是否可就近在学校、工作单位所在地办理，可向当地公安局出入境管理处咨询办理方法。

2. 准备材料

■ 2寸近期正面免冠彩色照片2张，国家公职人员不着制式服装，儿童不系红领巾，背景色以各地出入境管理处规定为准。

■ 已满16周岁的居民携带本人户口簿（集体户口提交《常住人口登记表》）、居民身份证（或者临时身份证）；未满16周岁的居民携带本人户口簿（集体户口提交《常住人口登记表》）、其监护人居民身份证原件以及能证明监护关系材料的原件（如户口簿、出生证等），并由其监护人陪同前往办理；部队院校在读无军籍学员还须提交所在院校出具的无军籍证明；军人携带军官证（或者离退休证）、部队《因私事出国（境）人员审查批件》原件，所在部队须在《中国公民因私出国申请审批表》上出具意见并盖章，负责人要亲笔签名确认。

■ 须出示单位意见的人员

凡属于登记备案的国家工作人员申办因私护照，必须由单位在《中国公民因私出国申请审批

表》上出具意见，负责人签名并加盖公章，具体人员范围如下：

（1）各级党政机关、人大、政协、人民法院、人民检察院、人民团体、事业单位在职的县（处）级以上的领导干部，离（退）休的厅（局）级以上干部；

（2）金融机构、国有企业的法人代表，金融机构分支行（分支公司）以上领导成员及其相应职级的领导干部，国有大中型企业中层以上管理人员，国有控股企业中的国有股权代表；

（3）中国人民解放军军人、人民武装警察（含离退休人员）；

（4）各部门、行业中涉及国家安全及国有资产安全、行业机密人员；

（5）其他在公安机关出入境管理部门登记备案的人员。

注：申请出入境证件时，如居民身份证在领取、换领、补领期间应提交临时居民身份证。

3. 携带上述材料去户籍所在地的公安局出入境管理处填写《中国公民因私出国申请审批表》、复印相关证明材料、拍照照相（须穿深色衣服）。

注：《中国公民因私出国申请审批表》也可到公安局出入境管理处网站下载、打印、填写，正反打印。

4. 递交申请

将填写好并贴好照片的申请表和所需材料递交到受理窗口，待工作人员审核完毕后，领取《因私出国（境）证件申请回执单》，核对回执单内容，确认无误后签名。

5. 缴费

■ 申请人在递交完申请后须立即持《因私出国（境）证件申请回执》到收费处交费（申请人须在受理当日交费。未按时限交费，领取证件日期将另行通知。若申请后一个月内未交费，视为自动放弃申请，申请材料不再退还本人）。

■ 收费标准：200元/本

6. 办理时限

■ 北京：北京市局出入境管理处、东城分局、西城分局、崇文分局、宣武分局、朝阳分局、海淀分局、丰台分局、石景山分局、通州分局、顺

义分局、昌平分局、大兴分局、门头沟分局、房山分局、平谷分局为7个工作日；怀柔分局、密云县局和延庆县局为10个工作日；取证日期自递交申请后第二个工作日开始计算。

■上海：10个工作日

■南京：自受理之日起15日内办结

■天津：受理交费之日起10个工作日

■杭州：自收到申请材料之日起15日

■苏州：15个工作日

■深圳：15日

■成都：15个工作日

■武汉：自受理之日起15日内

■重庆：受理申请后5个工作日内办结（需要核查或调查的时间不计算在内）

7. 领取护照

■本人领取：申请人本人须按照《因私出国（境）证件申请回执》上注明的取证日期或出入境管理部门通知的取证日期按时领取证件。取证当日，申请人本人凭《因私出国（境）证件申请回执》及缴费收据，并携带居民身份证或户口簿，到受理申请的出入境接待大厅领取证件。领取证件后，请仔细核对证件内容，发现差错须及时改正。

■他人代领：代领人携带《因私出国（境）证件申请回执》、本人身份证、护照申请人身份证复印件到出入境管理处领取护照。

■快递上门：若想选择快递上门，须在办理护照当天凭《因私出国（境）证件申请回执》到出入境管理处内的邮政速递柜台办理手续并缴纳快递费。快递范围以当地出入境管理处的规定为准。

8. 签名

办理签证前请在护照最后一页的持证人签名栏用黑色签字笔签署本人姓名。

9. 护照有效期

未满16周岁人员签发5年期护照，16周岁以上人员签发10年期护照。

10. 10大城市办理地点

■北京

北京市公安局出入境管理处

地址：东城区安定门东大街2号

办公时间：周一至周五（法定节假日除外）9:00~17:00

咨询电话：010-84020101

人工咨询时间：周一至周五（法定节假日除外）

上午9:00~12:00，下午13:00~17:30

监督电话：010-84015300

网址：www.bjgaj.gov.cn

办理须知：http://www.bjgaj.gov.cn/web/list_gspd_getSecondWsgsCol_ocrjgl.html

申请表下载：<http://www.bjgaj.gov.cn/web/bgpdAction.do?method=download>

（也可就近到各分县局出入境接待大厅办理）

■上海

上海市公安局出入境管理处

地址：浦东新区民生路1500号（迎春路路口）

办公时间：周一至周五（法定节假日除外）9:00~17:00

咨询电话：021-28951900

网址：<http://www.police.sh.cn/shga/gweb/>

（也可就近到各公安分、县局出入境管理办公室办理）

■南京

南京市公安局出入境管理处

地址：三元巷洪公祠1号

办公时间：上午8:30~11:30，下午14:00~17:00（周一至周五）

咨询电话：025-84420004

监督电话：025-84420003

网址：<http://www.njga.gov.cn>

（常住户口在南京市的居民，由本人就近向南京市公安局出入境管理处或者江宁、浦口、六合、溧水、高淳五（区）县的公安局出入境管理科申请）

■杭州

杭州市公安局出入境管理局

地址：杭州市华光路35号

办公时间：周一至周五：上午8:30~12:00，下午14:00~17:00（夏季下午办公时间为14:30~17:00）

咨询电话：0571-87280185

监督电话：0571-87280536、87280602

网址：<http://www.hzcrj.gov.cn/>

■苏州

苏州公安局出入境管理处

地址：苏州市三香路389号苏州市行政服务中心
办公时间：周一至周五 上午9:00~12:00，下午13:00~17:00

咨询电话：0512-68661471（白天），
0512-65225661-20593（晚上）

网址：<http://www.szgacj.com/>

（常住户口居民可就近到各地公安出入境窗口办理）

■天津

天津市公安局出入境管理处

地址：天津市河北区寿安街19号

办公时间：周一至周四9:00~17:00；周五至周六9:00~16:00

咨询电话：022-24458825

监督电话：022-24459641

网址：<http://www.e110.info>

■深圳

深圳市公安局出入境管理处

地址：深圳市罗湖区解放路4016号

办公时间：上午9:00~12:00，下午14:00~18:00，
逢节假日休息

咨询电话：96897、95000100

网址：<http://www.sz3e.com>

（也可就近到区公安分局出入境办证大厅办理，现役军人须本人亲自到市公安局出入境管理处办证大厅申请）

■成都

成都市公安局出入境管理处

地址：成都市顺城街391号公安出入境办证大厅

咨询电话：028-86407198，028-86407769

网址：<http://www.gaj.chengdu.gov.cn/>

（也可就近到区公安分局出入境办证大厅办理，现役军人须本人亲自到市公安局出入境管理处办证大厅申请）

■武汉

武汉市公安局出入境管理处

地址：江岸区张自忠路306号（本处）

东湖新技术开发区科技会展中心1楼（江南受理中心）

办公时间：周一至周五 上午8:30~12:00，下午

14:30~17:30

咨询电话：027-85395333

监督电话：027-82712357

网址：<http://www.whcjrj.gov.cn/>

（本处可受理全市城区户口居民。蔡甸、江夏、黄陂、新洲远城区居民必须去各自户口所在地分局受理，周一至周五正常上班时间。江岸、江汉、桥口、武昌、青山、江南受理中心可受理全市城区户口居民，沌口开发区分局可受理本区户口居民，周一至周五正常上班时间。长航、民航、铁路的员工申请护照必须去各自系统的公安机关出入境管理部门，周一至周五正常上班时间）

■重庆

重庆市公安局出入境管理中心

地址：重庆市渝北区黄泥黄路555号

办公时间：周一至周五 上午9:00~12:00，下午13:30~17:00（夏季 上午 8:30~12:00，下午14:00~17:00）

咨询电话：023-63961944

监督电话：023-63962000

网址：<http://www.cqga.gov.cn/bszn/crjgl/>

（也可就近向户口所在的区、县公安机关出入境管理部门申请）

旅游签证

签证（visa）是一个国家的主权机关在本国或外国公民所持的护照或其他旅行证件上的签注、盖印，以表示允许其出入本国国境或者经过国境的手续，也可以说是颁发给他们的一项签注式的证明。概括地说，签证是一个国家的出入境管理机构（例如移民局或其驻外使领馆）对外国公民表示批准入境所签发的一种文件。签证一般都签注在护照上，也有的签注在代替护照的其他旅行证件上，有的还颁发另纸签证。

去缅甸旅游可事先前往缅甸驻中国大使馆或驻昆明、香港总领馆办理签证，旅游签证3个月内有效，允许逗留28天，并且可以延期14天。过境签证事先由酒店及旅游部予以安排。即便是与父母一同旅行，6岁以上的儿童也必须持有单独的签证。团体旅行签证根据旅游公司的邀请函颁发。

持有过境证的中国游客可以入境，持有团体签证的第三国游客可以沿中缅边界的 LWEIJIE、NAM KHAM、木姐（MUSE）、KYUKOKE、KUNLONG、MAILAR 旅游，第三国的游客必须由旅行社在边防检查站接回。

■最新政策

2012年6月1日，缅甸开始实行落地签证。据官方宣布，缅甸将给26个国家和地区的商务人员和游客发放落地签证，这些国家和地区包括东盟9国，以及美国、英国、日本、中国、印度、韩国等。

❖ 申请签证所需的材料

签证表两份；
两寸白底彩色近照3张（限半年内新拍照片）；
有效期在半年以上的因私护照原件、身份证（原件及2份复印件）、户口本（原件及复印件），夫妻同行须提供结婚证复印件；

在职人员需要盖有公章的在职证明（中英文各一份）；

机票预订单；

办理签证至少需要3~5个工作日。

❖ 签证办理机构

缅甸驻中国大使馆

地址：北京市东直门外大街6号

电话：010-65321488、65321425

邮箱：info@myanmarembassy.com

缅甸驻云南昆明总领馆

地址：云南省昆明市东风东路154号茶花宾馆3号楼3楼

电话：0871-3176609

缅甸驻香港总领事馆电话地址

地址：湾仔新鸿基中心24楼2436室

电话：00852-28277929

传真：00852-28276597

❖ 准备申请签证时的注意事项

缅甸是一个军事独裁、政府统治森严的国家，对外国人很敏感。如果是一个本身签证就有问题的游客，那么是提前放弃吧！申请签证时最好不要惹什么不必要的麻烦。

从事下列职业的人如果如实填写自己的职业，那么签证被拒签的可能性在80%以上：从事舆论和杂志社记者、广播员、VJ（Visual Jockey 音像技师）、作家、自由职业者、摄影者、摄影作家、从政的人、电影导演、医生、教师、教授、牧师、基督教传道士等职业的人。如果这一类人打算去缅甸旅游，那最好在签证的“职业”一栏填写“公司职员”。2007年1月5日，韩国前总统金大中凭借自己是2000年诺贝尔和平奖得主身份，参加了被称为“女性诺贝尔和平奖倡议（Nobel Women's Initiative, NWI）”的缅甸民主化运动。为了访问被软禁的诺贝尔和平奖得主昂山素姬女士试图申请缅甸签证，但是遭到了拒绝。缅甸大使馆声称金大中访问昂山素姬是对缅甸的政治干涉，拒绝接收他的签证申请书。缅甸对政治事件就是这么敏感。

❖ 拿到签证后的注意事项

拿到签证后，将签证贴到护照上，申请签证时填写的三份申请书（签证申请书和大、小入境申请书）中有两份会直接返还给当事者本人，请将这两份申请书放到护照中保管好，在缅甸入境检查的时候需要出示这些证件。如果丢失了申请书或者忘记带的话，会惹一些不必要的麻烦，一定记得要拿好这些东西哦。

❖ 出入境须知

根据缅甸的规定，外国人出入缅甸一般遵循“飞机来、飞机走；陆路来，陆路走”的原则，但也可以“陆路来，飞机走”。

从陆路进入必须参加旅行社，外国人不能单独入境。可向相关的旅行社缴纳参团费，由旅行社派导游全权代办边境证、出/入境手续等所有通关手续。

乘飞机去缅甸需经仰光国际机场（明加拉顿）、内比都国际机场和曼德勒国际机场，抵达时需提供填好的入境卡和健康登记卡，另外需要向海关提交申报表，如实申报所携带的外汇和其他需申报的物品。游客可免税携带500克瓶装酒和200支香烟，携带2000美元以上需要向海关申报。通常海关会开包检查行李，对违反规定未申报的物品予以没收。

携带外汇出差也需要附海关申报单，游客不能将任何通讯器材携带入境（包括手机）。

准备机票

❖ 缅甸相关的航空公司（目的地仰光）

中国国航 <http://www.airchina.com.cn/?cid=bptopt0301>

东方航空 <http://www.ceair.com/>

马来西亚航空 <http://www.malaysiaairlines.com/cn/zh.html>

泰国国际航空 <http://www.thaiairways.com/>

新加坡航空（上海始发） <http://www.singaporeair.com/SAA-flow.form?execution=e2s1>

小贴士

以曼德勒为目的地的航班，目前只有东方航空有航班。

❖ 缅甸相关网站

www.myanmar.gov.mm（缅甸政府官方网站）

www.nis.go.kr（国家情报院网站，缅甸信息、地理、历史、种族、经济、人口）

www.mofat.go.kr/myanmar（缅甸驻韩国大使馆，缅甸信息、公告事项）

www.burmanet.org（缅甸网上新闻）

www.mizzima.com（缅甸网络新闻报道、博客）

www.myan.or.kr（缅甸传教会，历史、地理、种族、学习缅甸语）

www.inkwi.com（缅甸游记）

<http://cafe.daum.net/mmwc>（伯马行动，缅甸民主化运动团体）

www.blueviet.com（缅甸旅行信息）

<http://cafe.daum.net/dhammamamaka>（缅甸内观修行介绍，缅甸消息、缅甸画廊）

<http://cafe.daum.net/vipassanacenter>（内观修行介绍、缅甸消息）

www.travelgue.com（缅甸旅行信息）

www.terragalleria.com/images/theravada/myan4730（Quang-Tuan Luong拍的缅甸照片画廊）

www.dps.com（缅甸指导检索网站）

www.travel4edu.com（缅甸游记）

<http://blog.naver.com/pimas>（缅甸游记、缅甸照片博客）

预订宾馆

缅甸曾经是英国的殖民地，英国和欧洲的旅客很多，旅舍也很多。旅行费用中大部分是住宿费用，所以游客最好选择一些适合自己的旅行方式，可以参考本书推荐的住宿信息进行选择。

制订行程计划

在缅甸旅行的大部分时间需要步行或乘车很长的时间，最好在早晨早点儿出发。考虑到景区之间的距离和交通手段，最好提前制定好行程。

兑换货币

缅甸银行系统不发达，在当地兑换缅元不是在银行，而是在黑市或者酒店前台（汇率差异很大），不管在哪儿比较新的100元面值的美元都最受欢迎。在去缅甸之前一定要提前准备好崭新的美元，如果是旧的或者被乱划、折叠的美元，他们很可能不给你兑换。在用美元兑换旅行经费的时候，一定要换成新版的100元面值的美元。如果你用100元面值以下的美元跟缅甸人兑换货币的话会很不方便，即使是50、20、10、1美元的零钱也要兑换成新版的美元哦！





使用信用卡时的注意事项

在缅甸，除了几间高档宾馆和商店，大部分地区是不能使用信用卡的，最好准备好足够的现金。

准备出行行李

适合旅行的季节

- 11月~次年2月 旱季：温度 26~32℃（一场雨也不会下）
- 7月~8月 雨季：温度 30~35℃（虽然天气很热，但是经常下雨就觉得没那么热了，空气清新，没有灰尘，很适合旅行）

准备的衣服

- 袜子 1~2双
- 夏季的长裤 1~2件
- 半裤 2~3件
- 衬衫 1~2件（最好是类似于coolmax的登山服或者运动衫）
- 夹克（如果去缅甸东部或者北部，早晨和晚上会很冷，冬天来这里的游客需要准备棉服）
- 内衣 3~4件（行程超过2周以上时，最好是穿颜色深一点儿的衣服）

游客能够携带的行李重量是？

- 头等舱：40千克
- 商务舱：30千克
- 经济舱：20千克
- *每件行李不得超过20×40×55厘米。

收束行装时的注意事项

缅甸海关的设备不是很现代化，需要同时进行X光检查和直接开封检查，千万不要将高档品、贵重物品和电子商品放在自己的货箱里。数码相机和电子驱蚊器等物品如果放在行李车上很可能丢失，即使是坚固的旅行箱也有可能被小偷砸坏后把里面的东西偷走。重要的文件或者电动剃须刀、数码相机、现金、钱包等一定要随身携带。

一定要准备的东西

项目	信息	准备
旅行保险	预防在旅行中遭受到意外事故或者伤害。	
被蚊虫叮咬后涂抹的药，喷雾器式的驱蚊剂	不需要买蚊香，只要跟酒店或者旅舍前台说一声，服务生就会给客人喷驱蚊药。	
正露丸	胃胀或者消化不良时使用。	
防晒霜	在茵莱湖旅行时一定要带。	
感冒药（药片）	准备自己以前感冒时经常服用的药就可以了。	
钙片（维生素片）	旅行感觉劳累的时候用。	
手电筒	缅甸大多数地区晚上断电，最好准备照明的手电筒。	
一次性湿巾	如果长时间在汽车上，考虑到个人卫生，可以用湿巾保持双手的卫生。	
催泪弹喷枪等护身用品	不是跟团旅行的背包客或者女性旅行者们，带着这些东西预防强盗或者盗贼等危急情况。	
干电池、充电电池和充电手电筒	缅甸制造的干电池都是一些放电电池，性能相差很大。	
口罩2~3张	缅甸的煤烟和土路很多。夏季雨季时节可以不用戴口罩，但是大城市的煤烟污染非常严重，建议老人、身体不好的人和女士最好戴上口罩。	
肉脯 3~4块	如果乘坐汽车旅行，带一些肉脯等零食会比较好。	
薄荷口香糖	在大型超市买上一袋薄荷口香糖就够了。	
凉鞋	一定要带上凉鞋。在进入寺院之前必须脱掉鞋子和袜子、长筒袜，光脚进入。每天至少要换鞋10次以上。	
牙膏、牙刷（毛巾1条）	大部分的酒店和旅舍会为游客提供毛巾和洗脸的香皂，洗澡用酒店和宾馆提供的香皂就可以了。	
保鲜袋、几个塑料袋	塑料袋的用途很多。	
笔和笔记本	记下旅行的经费和旅行的经过。	
MP3和电子计算机、有阅览功能的电子词典	MP3里存上几首自己比较喜欢的歌，在旅行的过程中听一下，会使整个旅行变得很有意思。	
数码相机	一定要保证储存卡还有内存	
旅行指南书	长途旅行的游客如果带本书，可以更舒服地享受自己的旅行。	
小礼物	在旅行中受到当地人的帮助时，为了表示对对方的谢意可以送对方一支笔。最好提前在打折超市买上10~20支带着。	
雨伞	11月~次年4月是缅甸的旱季，几乎不会下雨，不需要雨伞等雨具。	