

新訓用品建議檢核表 2025年02月(研替版)

是否需入營前準備完成請依個人需求決定, 本表僅供參考(請參考最新的資訊)

必備	入營前採買物品	營站購買物品及推薦數量
各式重要A4文件 L夾: <input type="checkbox"/> 徵集令(正本) <input type="checkbox"/> 役期折抵證明(正本且蓋好折抵章, 大學、高中成績證明) <input type="checkbox"/> 考古題(EMT-1跟連結*1之考古題) <input type="checkbox"/> 郵局存摺正面(影本用不到, 只要記得帳號局號就好) 各式重要證件 <input type="checkbox"/> 身分證 <input type="checkbox"/> 健保卡 <input type="checkbox"/> 錢(研126T 需要收800現金, 建議帶個2~3千就好, 但如果休假要出去玩的就自行斟酌) (零錢是違禁品會要你繳出, 不能投飲料販賣機) <input type="checkbox"/> 家裡鑰匙 <input type="checkbox"/> 提款卡(我怕掉沒帶, 所以現金多帶了一些) <input type="checkbox"/> 悠遊卡 其他 <input type="checkbox"/> 一套離營要穿的乾淨衣物(記得裝進密封的袋子再放進黑大, 不然會臭, 內衣跟襪子入營第一天跟休假回來第一天允許送洗) <input type="checkbox"/> 休閒讀物 印成一張一張的小說、雜誌、文章、數獨、佛經、印製撲克牌不能剪(藏床底跟空間有限的內務櫃) <input type="checkbox"/> 手機+行動電源(不管制中國手機, 但不管怎樣不要開鏡頭) <input type="checkbox"/> 耳機(要有線, 藍芽設備, 如: 無線耳機是違禁品, 但還是看到有人用, 經過哨口, 不要被軍職抓到或被抓耙仔檢舉)	盥洗用品與個人藥品 <input type="checkbox"/> 牙刷(要能躺平, 刷毛朝上) <input type="checkbox"/> 牙膏(要能躺平) <input type="checkbox"/> 刮鬍刀(電動可, 但不能充電) <input type="checkbox"/> 三合一(要能躺平, 洗髮/沐浴/洗臉) <input type="checkbox"/> 指甲剪(要有集屑盒, 建議要帶) <input type="checkbox"/> 口罩減壓帶(強烈建議要帶, 口罩有公發, 禁止穿戴外面的口罩) <input type="checkbox"/> 個人藥物 (建議帶感冒藥, 腸胃藥跟益生菌) <input type="checkbox"/> 有夜光功能的手錶 (強烈建議要帶, 有藍芽功能的手環手錶是違禁品, 但也是有看到別人戴) <input type="checkbox"/> 袖珍包衛生紙 (建議要帶20包以上) 推薦物品(看個人) <input type="checkbox"/> 文具(公發的容易壞, 建議多帶兩支油性原子筆) <input type="checkbox"/> 減壓鞋墊(腳跟貼用不上, 新的皮鞋不錯穿, 但運動鞋會磨大小拇指) <input type="checkbox"/> 牙線(牙線棒看到有人用, 但應該是違禁品) <input type="checkbox"/> 止汗劑(2月很冷沒用上) <input type="checkbox"/> 摺疊傘(放違禁品, 離開成功嶺大門才能用) <input type="checkbox"/> 喉糖(未開封) <input type="checkbox"/> 爽身粉(2月很冷, 沒用上) <input type="checkbox"/> 濕紙巾(推薦極凍涼感, 如廁用) <input type="checkbox"/> 一次性洗臉巾(跑步擦汗用, 毛巾洗了沒乾會發臭) <input type="checkbox"/> 防蚊液(不可噴霧!) <input type="checkbox"/> 止癢涼感藥品(2月很冷沒用) <input type="checkbox"/> 長尾夾(內務整理用, 大中型各帶個4個) <input type="checkbox"/> 乾淨夾鏈袋塑膠袋數個(裝碗筷等) <input type="checkbox"/> 雙面膠帶, 膠帶(整理內務, 修鞋盒用) <input type="checkbox"/> 電話卡(新北市有送一張) <input type="checkbox"/> 預付卡(中華訊號很糟, 台哥大勉強還行, 如有錯誤還請指教)	<input type="checkbox"/> 塑膠袋x3(貴重、違禁、藥品) <input type="checkbox"/> 抽取式衛生紙x1(不拆, 內務檢查, 建議只用袖珍包) <input type="checkbox"/> 毛巾(可多買2-3條, 臭了就丟, 公發1條) <input type="checkbox"/> 三合一(洗髮/沐浴/洗臉, 新北市有送) <input type="checkbox"/> 藍白拖鞋(外面買也可以) <input type="checkbox"/> 耳塞(睡覺用可買, 打靶前會發一組) 內衣、褲、襪子(俗稱三寶, 一天最多只能洗三套三寶, 不要多買多帶, 沒地方藏) <input type="checkbox"/> 內衣(視氣候買長袖, 公發3件都是短袖) <input type="checkbox"/> 內褲(可買1-2, 公發2件) <input type="checkbox"/> 襪子(可買1-2, 公發2雙) 個人認為不用買的東西 <input type="checkbox"/> 鋼盔海綿(打靶用, 原本的看起來蠻乾淨的, 當下很趕, 也沒空閒讓你換) 違禁品但好用的東西(看安檢有沒有被搜到或抓耙仔檢舉) <input type="checkbox"/> 奇異筆(違禁品) <input type="checkbox"/> 可充電手電筒(違禁品, 但整理內務好用) 沒必要帶的東西 <input checked="" type="checkbox"/> 防水零錢包 <input checked="" type="checkbox"/> 針線盒(研126T有送) <input checked="" type="checkbox"/> 洗衣袋(研126T有送) <input checked="" type="checkbox"/> 輕便雨衣(有公發的, 但休假跟結訓的兩次離營沒遇到下雨, 都沒用上)

- 違禁品第一天安檢判斷, 之後會統一收起來結束後才發還, 當下查到不會被懲罰, 想帶還是可以帶。
- 防蚊液要買有法定有效成分的, 例如: 敵避(DEET)、派卡瑞丁(Picaridin, 比較不刺激皮膚, 買12小時版本, 個人覺得乳液最好用)、IR3535(伊默寧), 可以帶兩瓶, 會用完