上船准备清单（通用模板）

使用说明与安全提醒：

1. 证件随身随行：所有身份证件、海事证书、健康证明原件必须放在随身随行背包内，绝不可放入托运行李箱；建议在手机和云盘中留存一份高清电子扫描件。
2. 锁定最终通知：船期受海况、港口泊位调度影响变动频繁，在未取得派员方或船东正式书面登船通知前，切勿购买不可退改的交通客票。
3. 行李精简实用：上下船往往需要自己提行李走狭窄舷梯或引桥，建议控制在“一个标准拉杆箱 + 一个随身双肩包”以内。
4. 家属联络卡：出发前务必将船名、公司应急电话及通信约定整理一份留给家人，避免因海上正常失联引发家属恐慌。

一、 登船基本信息与行程卡片

信息项	登记内容	说明与注意事项
本次登船船名	中文名：_____ | 英文名：_____	确认所上船舶正式名称与IMO编号
船舶呼号 / IMO号	呼号：_____ | IMO编号：_____	便于在船讯网等平台查询船舶实时船位
船旗与船型	船旗：_____ | 船型：[ ] 散货 [ ] 集装箱 [ ] 油船 [ ] 其他	熟悉目标船舶基本特性
上船职务与合同期	担任职务：_____ | 合同期长：____ 个月（±__个月）	明确本次聘用合同约定的在船任职周期
登船港口与泊位	港口：_____ 港 | 具体码头/泊位/闸口：_____	查清精确到码头闸口或指定聚集点的具体地址
三个关键时间点	• 集合报到时间：202 年 月 日 时 • 预计登船时间：202 年 月 日 时 • 船舶抵港时间（ETA）：202 年 月 日	务必分清“报到时间”与“登船时间”，听从现场代理通知，切勿擅自行动
现场接船联系人	姓名：_____ | 手机：_____	港口外勤/船舶代理电话，到港后第一时间联系

信息项	登记内容	说明与注意事项
公司派员业务经理	姓名：_____ ｜ 手机：_____	陆基业务主管电话，遇紧急情况随时沟通
境外地接代理（如涉外）	代理英文名：_____ ｜ 当地电话：_____	涉及境外港口换班时，确认接机地点与紧急联络方式
交通与票务约定	购票方式：[ ] 公司统一预订出票 [ ] 个人垫付登船后报销 报销凭据要求：[ ] 须提供纸质客票报销凭证/航空运输电子客票行程单	妥善保留火车票、飞机票、正规出租车票及途中合理食宿发票

二、 随身证照与法定文件核对表（随身背包携带）

打钩核对原则：出发前请对照下表逐一清点原件、复印件及电子备份，打“✓”确认。

核验	证件与文件名称	原件状态	复印件份数	手机/云盘电子备份	有效期截止日	备注与关键说明
[ ]	居民身份证	[ ] 原件已带	____ 份	[ ] 已备份	202 . .	确认身份证在有效期内，乘车乘机及进港登记必备
[ ]	《船员服务簿》	[ ] 原件已带	____ 份	[ ] 已备份	长期有效	检查上一段船期是否已办理正规解职签注，严禁涂改
[ ]	《船员适任证书》（CoC）	[ ] 原件已带	____ 份	[ ] 已备份	202 . .	确认职务、航区、功率/吨位匹配，有效期覆盖整个船期
[ ]	船员专业培训合格证（小证）	[ ] 原件已带	____ 份	[ ] 已备份	202 . .	Z01基本安全、Z07/Z08保安、Z02精通艇筏、Z04高级消防等
[ ]	特种船培训合格证（如适用）	[ ] 原件已带	____ 份	[ ] 已备份	202 . .	油化证（T01/T02/T03）、客船证（T06）等原件
[ ]	《船员健康证明》	[ ] 原件已带	____ 份	[ ] 已备份	202 . .	海事局指定体检机构签发，远洋航线通常要求剩余有效期充足

核验	证件与文件名称	原件状态	复印件份数	手机/云盘电子备份	有效期截止日	备注与关键说明
[ ]	《海员证》（外贸航线）	[ ] 原件已带	____ 份	[ ] 已备份	202 . .	跑外贸国际航线人员必持，确认无破损、有空白页
[ ]	《个人因私普通护照》	[ ] 原件已带	____ 份	[ ] 已备份	202 . .	外轮或涉及境外港口换班人员必备，通常要求剩余有效期＞6个月
[ ]	签证 / 过境批文 / OKTB	[ ] 原件已带	____ 份	[ ] 已备份	-	境外换班上船必备的落地批件或OK-TO-BOARD登机许可
[ ]	船员劳动合同 / 上船协议	[ ] 已签署带齐	____ 份	[ ] 已备份	-	确认薪资条款、社保及公伤遣返权益等约定
[ ]	《船上见习记录簿》（TRB）	[ ] 原件已带	-	-	-	（在船见习学员必带！带上船供船长/轮机长指导考评签字）
[ ]	近期证件照（1寸/2寸）	各 ____ 张	-	-	-	备用若干张，用于办理临时港区出入证或国外港口过境证
[ ]	发薪银行卡（借记卡）	[ ] 原件已带	-	[ ] 留存卡号	-	确认开户行精确支行名称、银行卡号无误，用于正常发薪

三、 船上配备核实与行李物品分类准备

1. 登船前向派员方或船方确认项（决定带什么、不带什么）

- [ ] 生活住宿配套：单人间 / 双人间？床单、被套、枕套、毯子是由船上统一配发还是需自备？
- [ ] 劳保穿戴配备：安全帽、连体工作服、防砸安全鞋、防滑手套是船上按尺码配发还是自备上船？
- [ ] 舱室电源与插座：船上舱室插座属于中国国标插头、美标还是欧标两圆孔插座？电压是220V还是110V？
- [ ] 网络通信条件：船上是否提供卫星WiFi？资费标准与流量分配规则如何？

2. 个人行李装备分类清单（请按需准备并打钩）

A. 工作与服饰类

- [ ] 工作服与安全鞋：若船方未配发，请备足符合规范的防砸劳保鞋1-2双、反光工作服；
- [ ] 换洗衣物：速干耐脏T恤、长短裤、纯棉内衣裤（建议备足5-7套，海上洗涤换洗频繁）；
- [ ] 防风保暖衣物：根据船舶航经海区气温准备防风冲锋衣、抓绒衣或保暖内衣（跨温区航行温差巨大）；
- [ ] 便携鞋袜：厚棉袜（多双）、舒适运动鞋1双、舱室防滑拖鞋1双。

B. 个人卫生与洗漱用品

- [ ] 洗漱用具：牙刷牙膏（多支备用）、便携快干洗脸毛巾、浴巾、洗发水沐浴露（大容量或旅行装）；
- [ ] 日常护理：指甲刀、剃须刀（附备用刀头或充电线）、润肤霜/凡士林（防止海水及机舱干燥脱皮）；
- [ ] 生活清洁：洗衣皂/便携浓缩洗衣液、晾衣夹（船上风大，固定衣物必备）。

C. 个人常备药品清单（严格合规携带，配包装说明书）

注意：船上备有标准应急药箱，但个人常用药及慢性病用药须由个人备足全船期用量，并附带包装说明书备查。

- [ ] 个人慢性病处方药：高血压、胃病等日常调理药（务必带齐处方，备足整个合同期用量并预留1-2个月余量）；
- [ ] 防晕船药物：晕船药（如茶苯海明）、晕船贴（首次上船或遇大风浪时极关键）；
- [ ] 胃肠道日常用药：蒙脱石散、黄连素、诺氟沙星、藿香正气水/胶囊；
- [ ] 感冒退热与消炎：布洛芬/对乙酰氨基酚、阿莫西林/头孢类抗生素（抗生素需遵医嘱）；
- [ ] 外用跌打与防蚊：创口贴（多片）、红霉素软膏、风油精/驱蚊液、消炎跌打止痛膏药。

D. 数码电子与随行学习用品

- [ ] 手机与充电器：主用手机、2条以上耐用充电数据线、手机充电头；
- [ ] 多功能万国转换插头：适应欧标、美标、英标插座，保障船上用电充电无忧；
- [ ] 移动电源（充电宝）：容量不超过20,000mAh（且须有清晰标称参数，符合民航乘机安检要求）；
- [ ] 大容量移动硬盘 / U盘：提前在岸上下载好航海专业学习资料、规范课件以及离线影视音乐、电子书；

- [ ] 便携记事本与签字笔：值班交接记录、日常工作笔记随手记。

3. 严格禁止携带上船物品（安全红线）

- ⛔ 严禁携带枪支、弹药、管制刀具及易燃易爆易腐蚀危险化学品；
- ⛔ 严禁携带任何形式的违禁药品、毒品或未经审批的精神类管制药品；
- ⛔ 严格遵守船东禁酒规定（Alcohol Free Policy），私带任何酒精饮料上船将面临直接解约甚至遣返；
- ⛔ 严禁携带未经检疫的外来动植物、新鲜水果或土壤标本（违反国际港口检疫法律）。

四、 家属联络备忘录与海上通信约定（给家里留一份明白纸）

填好后拍照留存手机，并将纸质卡片交给主要直系亲属：

【拓海船务 • 船员出海家属联系卡】
船员姓名：_____ 担任职务：_____ 出发日期：202 年 月 日
1. 船舶基本信息：
• 登船船舶名称：_____ （船旗：_____）
• 船舶 IMO 编号：_____ （可用“船讯网”输入此号查看船位）
• 预定航行航区 / 航线：_____
• 预定在船合同期限：约 ____ 个月（预计 202 年 月前后换班休假）
2. 岸基公司紧急联络人（家属遇急事随时可拨打）：
• 派员管理公司：河南拓海船舶管理有限公司
• 业务经办老师：_____ 手机：_____
• 公司24小时岸基值班电话：_____
• 船舶卫星通信（紧急联络）：卫星电话 _____ | 船舶邮箱 _____
3. 远洋公海通信特别提醒（给家属的叮嘱）：
• 船舶航行于公海大洋期间，远离陆地基站，普通手机卡将完全没有蜂窝网络信号，属于正常航行状态；
• 请家人不要因数日无法拨通手机电话而产生焦虑恐慌；
• 船舶在挂靠港口、进入狭窄水道或启用船端卫星网络时，本人会第一时间通过微信/短信向家人报平安；
• 若家中发生极其重大的紧急突发事件，请第一时间拨打上方公司值班电话，由公司岸基管理团队通过海事卫星专线与船舶驾驶台取得联络！

五、 出发前24小时最终确认检查（Checklist）

出发启程前往港口前，请花5分钟做最后一遍打钩确认：

- [ ] 1. 随身包证件已全部带齐（身份证、服务簿、适任证书、合格证、健康证明、海员证、护照原件在身）；
- [ ] 2. 接船现场联系人电话已存入手机通讯录，并确保手机话费充足、电量满格；
- [ ] 3. 启程车票/机票时刻已二次核对，预留充足的前往码头与安检时间；
- [ ] 4. 常用药物及慢病处方药已装入随身行李；
- [ ] 5. 家属联系卡已交给家人，海上无信号的通信特点已向家属说明并取得理解；
- [ ] 6. 随身行李中绝无管制刀具、酒精制品及其他违禁危险品。

祝您航安顺风，载誉归来！