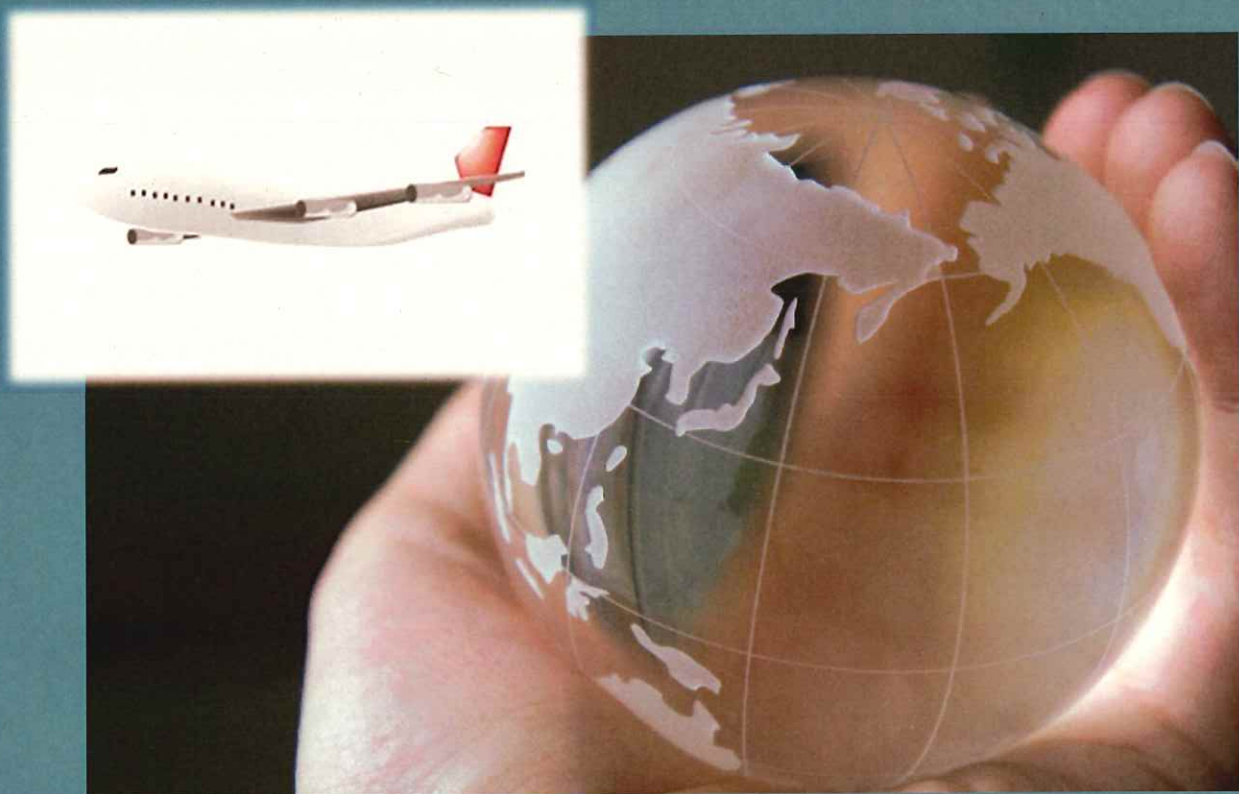


# 海外渡航安全対策ハンドブック (学生用)



2018年12月  
北海道教育大学  
国際交流・協力センター



## 目 次

本マニュアルは、派遣される学生への意識啓発及び危機管理体制の整備を行うにあたり、留意すべき事項を文部科学省が外務省の協力を得てまとめたガイドラインに沿った形で、従来の派遣に係る危機管理体制の整備・見直しを図ったものである。

### I. 出発前に準備しておくこと

1. 海外生活の心得・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
2. 出発前にすべきこと
  - (1) 留学先の情報把握
  - (2) 健康管理
  - (3) 出発当日の注意事項

### II. 現地滞在中に気をつけること

1. 滞在中の注意事項・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6
  - (1) 定時報告
  - (2) 緊急時等の連絡
  - (3) 特に留意すべき危機

### III. 帰国時の注意事項

1. 帰国時前・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 12
  - (1) 航空便
  - (2) 持ち出し禁止物品・持ち込み禁止物品
2. 帰国後
  - (1) 帰国時の体調不良の対応

### IV. 家族との共有事項

- (1) 派遣留学生に対する大学の危機管理対応体制・・・・・・・・ 13
- (2) 関係省庁連絡先
- (3) 持ち物及び事前に準備すべきチェックリスト・・・・・・・・ 14

- 
- 参考リンク集・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 16



## I. 出発前に準備しておくこと

### 1. 海外生活の心得

海外では、日本と異なる環境であることから、思わぬリスクに遭遇してしまうことがあります。

以下の点を常に考慮し、危険に近づかないようにして下さい。現地の環境が把握できていない「到着直後」や海外の生活に慣れてきて気が緩みがちな「3ヶ月過ぎ」、「帰国直前」は特に注意すべきタイミングです。

- ①リスクを自覚し、危険に近づかない
- ②自分の身は自分で守る
- ③外見、行動で目立たない、行動を予知されない
- ④健康管理を怠らない
- ⑤リスクに関する情報収集に努める
- ⑥現地の法律を守り、歴史や宗教、文化、風習を理解し尊重する
- ⑦常に自分の住所を明らかにし、連絡がとれるようにする
- ⑧家族には定期的に連絡をする

### 2. 出発前にすべきこと

#### (1) 留学先の情報把握

出発前に留学先国の政治、経済、歴史、宗教、文化、風俗や習慣を知り、理解しておくことが大事です。留学中の研究や学習に有益であるばかりでなく、現地の人とのコミュニケーションの円滑化、無用なトラブルの回避に役立ちます。

本紙「参考リンク集」(p16) 記載のサイトから、情報収集をしておきましょう。

その一方で、日本についても色々聞かれることがありますので“能”“茶”“生け花”“神社仏閣の違い”“神道”等、日本の歴史を含めた独自の文化についても説明できる程度の知識は持つと良いです。

- ▶ 「国内緊急連絡先届」「出発届」は忘れずに事前に国際課又は各校学務グループへ提出してください。

#### 【渡航計画】

渡航計画をしっかりと立てましょう。以下の項目には特に注意してください。

- ▶ 海外ではストライキ等で交通機関の遅れ等が発生しがちなため、時間に余裕のあるスケジュールを立てる。
- ▶ 治安上の危険が想定されるため、夜間の移動は避ける（深夜の発着便は控える）。
- ▶ 白タク（通りを流しているタクシー）や見知らぬ人の車は利用しない。
- ▶ 宿泊客以外の客室階への立ち入りが制限されている、セキュリティのしっかりしたホテルを選ぶ。
- ▶ 気候及び天候の変動（乾季/雨期）に関する情報を収集する。特に、冬季の道内移動等は交通機関が乱れがちであるため、時間に余裕をもって行動する。また、国内外と

もに乗り継ぎがある場合には、到着が少なくとも2時間以上前になるよう計画をたてる。  
 (航空機預け荷物の移動に際し、通常2時間は必要)

### 【治安・犯罪情報の収集】

渡航前に渡航先のリスク情報(治安, 衛生, 犯罪等)を収集しましょう。

次の機関からの情報は役立ちます。**「たびレジ」には必ず登録してください。**

渡航期間が3ヶ月以上の学生は、旅券法で**在留届 (ORR-NET)**の提出が義務付けられています。

サイト名	Uniform Resource Locator (URL)
外務省「海外安全ホームページ」	<a href="http://www.anzen.mofa.go.jp">http://www.anzen.mofa.go.jp</a> 各国の【安全対策基礎データ】及び【安全の手引き】には特にしっかりと目を通してください。
外務省「たびレジ」 要登録	<a href="http://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/">http://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/</a> 登録したメールアドレスに情報が直接配信されるサービスです。(海外で受信可能なメールアドレスを登録して下さい)。
外務省「ORR-NET」 要登録	<a href="http://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/">http://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/</a> 在留届の電子提出システムです。(渡航期間が3ヶ月以上の場合には提出必須)。
一般社団法人日本海外ツアーオペレーター協会(OTOA) 都市別治安情報	<a href="http://www.otoa.com/support/">http://www.otoa.com/support/</a>
厚生労働省「海外旅行者のための感染情報」	<a href="http://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/">http://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/</a>
在外公館医務官情報	<a href="http://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/">http://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/</a>

#### 《確認しておくべき情報》

- 治安情報
- 感染症情報
- 医療・衛生情報
- 周辺地図(住居, 大学, 警察, 大使館, 病院, 薬局, スーパーなどの位置)
- 宗教, 文化に関する情報

#### (2) 健康管理

##### ➤ 健康診断と歯科検診

出発前に必ず健康診断を受け、歯科治療を済ませましょう。一般的に、**歯科治療は海外旅行障害(海外保険)保険の対象外です**。留学先大学の保健センター等を利用できる場合もあります。



- 持病やアレルギーなどの既往症がある場合は、診断書(英文)と処方説明書(英文)を持参しましょう。渡航前に、担当の医師に確認をとり、各留学プログラムの担当教職員へ報告するようにしてください。また、留学先の医療機関の情報をあらかじめ収集しておくことも大切です。特に、持病がある場合は、持病・既往症特約を含む保険に加入することをお勧めします。



**【医療費の実例】**

[アメリカ合衆国]

- 急性盲腸炎：手術, 3日間入院→約 200 万円
- 交通事故、右手骨折：5日間入院→約 230 万円

[イギリス]

- 急性盲腸炎：手術, 3日間入院→約 110 万円

- 日本で常用している薬を必ず持参しましょう(例:抗アレルギー剤,エピペン,痛み止め,胃腸薬)。

普段は薬を使用していない方も、海外では体調を崩すことが想定される為、胃腸薬,頭痛薬,風邪薬等,一通りの常備薬(封を切っていないもの)を持参しましょう。

➤ 予防接種

渡航先における流行病や感染症を厚生労働省検疫所のHP(p16)で確認しましょう。あわせて渡航先において推奨されている予防接種を確認し、必要に応じて接種を受けてください(例黄熱ワクチン)。留学先によって特定の予防接種が必須とされている場合もありますので、早めに情報を収集し、必要な予防接種を受けてください(大学によっては、免疫証明書の提出が必要な場合があります)。生ワクチンの場合、4週間他生ワクチンが受けられない等の制約がありますので、できるだけ早めの対応が必要です。

《予防接種が可能な病院》

市立札幌病院	<a href="https://www.city.sapporo.jp/hospital/vaccination/oversea.html">https://www.city.sapporo.jp/hospital/vaccination/oversea.html</a>
市立函館病院	<a href="http://www.hospital.hakodate.hokkaido.jp/">http://www.hospital.hakodate.hokkaido.jp/</a>
小樽検疫所	<a href="https://www.hospital.hakodate.hokkaido.jp/">https://www.hospital.hakodate.hokkaido.jp/</a>

➤ 海外旅行傷害保険

海外での医療費は日本に比べて高額です。海外旅行障害保険には必ず加入してください。本学では、留学生する学生に対して「**学研災付帯 海外旅行留学保険(付帯海学)**」への加入を義務付けています。なお、クレジットカード付帯保険は補償額が不十分であるため、本学ではこの保険のみでの留学は認めておりません。

**必ず保険の補償内容を事前確認し、保護者とも共有してください。**何か疑問があれば国際課或いは各校学務グループに連絡ください。

■学研災付帯 海外旅行留学保険の補償の概要■

補償の概要		保険金額
傷害死亡	留学先でのケガや病気が原因で亡くなってしまった場合の補償	1,000 万円
疾病死亡		1,000 万円

傷害後遺障害	留学先でのケガが原因で後遺障害が生じてしまった場合の補償	1,000 万円
治療・救援者費用	留学先でのケガや病気が原因で治療が必要になった場合や,3日以上入院し家族に駆けつけてもらうことになった場合の補償	1 億円
携行品損害	持ち物が盗難された場合等の補償	20 万円
賠償責任	人にケガをさせたり,他人の物を壊すなどして損害賠償責任を負った場合の補償	1億円

加入者	保険の種類	保険の内容
学生本人	<b>学生教育研究災害傷害保険</b> (学研災) ※全員加入	・海外での正課(実習含む), 学校行事, 課外活動, 通学・移動中の事故が補償対象 ※病気及び地震, 噴火, 津波は対象外 <b>注: 留学の形態により補償範囲が異なる。</b>
	<b>付帯賠償</b> ※学部, 学校臨床心理専攻生 全員加入	・海外での正課(実習含む), 学校行事, 課外活動, 通学・移動中の事故による賠償責任の補償 <b>注: 留学の形態により補償範囲が異なる。</b>
	<b>付帯学総</b> ※任意加入	・海外での学研災の上乗せ補償 (救援者費用が自動付帯) ※治療費用保険金等は, 対象外
	<b>海外旅行保険</b>	・加入する保険の内容により,ケガ,病気,救援者費用,移送費用,等の補償の可否があるので,内容を必ず確認しておくこと。

### (3) 出発当日の注意事項

- ・出発当日は,集合時間・場所を厳守してください(予定の便に搭乗できなかった場合,代替え便や宿泊等にかかる費用は自己負担となります)。
- ・万が一遅刻する場合は,引率教員(引率者が不在の場合は,国際課又は各校学務グループ及び同じ派遣プログラムに参加する学生)に連絡をしてください。
- ・当日フライトが欠航となった場合は,引率教員の指示に従ってください。(引率者が不在の場合は,国際課又は各校学務グループに連絡をしてください)



## Ⅱ. 現地滞在中に気をつけること

### 1. 滞在中の注意事項

#### (1) 定時報告

現地到着後メール等にて報告を国際課又は各校学務グループにしてください。  
また、毎月の安否確認も同様です。

#### (2) 緊急時等の連絡

渡航中、以下の事件・事故・トラブルに巻き込まれた場合は、国際課又は各校学務グループに必ず連絡してください。

また、以下の項目に関わらず、海外渡航中に何らかの不安を感じた場合にも、同様に連絡してください。

項目	報告基準
人的被害	・本人に身体の障害(ケガ又は疾病で、通院を必要とする程度以上)が発生した、又はその可能性がある場合 ・本人が第三者からハラスメント等を受け、精神的苦痛を被った場合 ・第三者に身体の障害(ケガ又は疾病で、通院を必要とする程度以上)を負わせた場合
第三者への加害行為	・第三者に損害(直接・間接を問わず)が発生させた、又はその可能性がある場合 ・第三者にケガや精神的苦痛などの損害を負わせた場合
警察・消防	・盗難や交通事故等の事件・事故に遭遇し、警察・消防へ通報を行った場合 ・法令に違反し、逮捕される可能性がある場合
自然災害の発生	渡航先の地域において、日常生活に支障が出るような自然災害が発生した、又はその可能性がある場合
正常不安・騒乱の発生	渡航先の地域において、デモ活動やテロ行為の発生等による政情不安や騒乱が発生した場合、またはその可能性がある場合

危機の報告を行う場合は、可能な限り**次の内容**を含めて報告してください。

- 発生日時(又は認知日時)
- 発生場所(住所・施設名称等)
- 危機事象の概要(何が起きたか)
  - ・事故等の種類(事件・事故・盗難・物損・その他)
  - ・事故等の内容(人的・物的被害の状況を含む)
  - ・今後の被害等の拡大予想、事故等の原因
- 現在までの対応状況
- 緊急対応を要する事項等
- 報道の状況等

報告にあたっては、電話による口頭での報告、メール等を利用してください。

**【緊急連絡用携帯電話番号】**

	所持者	携帯電話番号
全学	国際交流・協力センター 副センター長	090-9685-9430
全学・札幌校	国際課係長	080-3727-1353
旭川校	学務グループ係長	080-4177-9164
釧路校	学務グループ	080-4178-0622
函館校	学務グループ係長	070-1534-3581
岩見沢校	学務グループ係長	080-4178-1638

**(3) 海外生活中における注意事項****情報収集**

留学中も、留学先国やその周辺の国の政治、治安、犯罪傾向等について情報収集を怠らないようにしましょう。外務省や滞在先の日本大使館からの危険情報(外務省海外安全ホームページ)を確認しましょう。

**貴重品・現金の管理**

外出時、多額の現金は持ち歩かないことが原則です。パスポートの管理にも気を付けましょう。主な注意点は以下の通りです。

現金	基本的に多額の現金は持ち歩かない。また、高額な現金持ち込みは、外国為替法や外国貿易法の違反になる場合もある。
海外送金	長期留学の場合は、現地で利用可能な銀行に口座を開設し、必要な資金や奨学金の送金先として利用する。送金方法等(銀行名、支店名、住所、銀行コード、口座番号等)は事前に調べておく。
クレジットカード	海外の ATM から現金引き出しが可能(引き出し金額に制限があり、利子がかかる)。クレジットカードのスキミング(特殊な装置によりカード情報を盗み取る犯罪)にはくれぐれも要注意(あらかじめカード会社、カード停止のためのサポートデスクの電話番号、カード番号等を控えておく)。
国際キャッシュカード	海外の ATM で、自分の日本の口座から直接現金(現地通貨にて)を引き出すことができるカード。多額の現金の保管を回避する方法のひとつとして検討すること。
国際プリペイドカード	事前に入金しておけば現地での買い物に使ったり、旅先の ATM で現地通貨を引き出しできるカード。

**現地の法令や規則**

国や地域により日本とは異なる法律や条例があります。その基本的な知識は身につけておきましょう。留学先の大学等の学則や懲罰規定なども目を通しておくようにしましょう。知らないうちに加害者になってしまう場合もあります。



現地の法令や規則に関して、特に注意すべき事項は、以下の通りです。

通 関	動植物、動植物、麻薬類の持ち込み及び持ち出し禁止。ワシントン条約の熟知。
交通ルール	日本との違いを理解。交通事故に遭わない努力が必要(事故補償は十分受け取れない場合も多い)。
自動車の運転	大学としては、交換留学及び短期留学プログラムともに、自動車の運転は <b>禁止</b> とします。
薬物問題	違法薬物の所持、使用、譲渡、譲受、輸出/輸入、製造、栽培等全て <b>禁止</b> です。海外で違法薬物に関わることは、深刻な事態を招きます。 〈参考〉薬物犯罪による各国の最高刑 死刑：エジプト、中国、韓国、シンガポール、フィリピン、タイ、マレーシア 終身刑：米国、オーストラリア 無期懲役：日本、イギリス、フランス
飲酒	滞在国の状況をよく把握し、品のある行動をとるとともに違法行為に至らないように十分注意してください。交換留学では飲酒を禁止していませんが、お酒に薬を混ぜられ盗難にあうケースもあります。国によって飲酒できる年齢は異なりますが、日本の法律を遵守し、20歳未満は飲酒を <b>禁止</b> します。

## 宗教と生活習慣

宗教に対する考え方は国によって大きく異なり、配慮が必要です。渡航前には、滞在国や地域の宗教や生活習慣を十分調べておき、歴史的背景や宗教、生活習慣に対して関心と尊厳の念を持ち、現地の人を不快にさせないよう、慎重な行動をとることが肝心です。

宗教に関する主な注意点は以下の通りです。

イスラム教	豚(不浄の物)肉を食べることと、アルコールを飲むことは <b>禁止</b> されています。ラマダンでは、日の出から日没まで、飲み物と食べ物をとることが <b>禁止</b> となります。
キリスト教	教会に入る際には、肌を露出した服装は避け、騒がないことです。日曜日の午前中は、礼拝中のため訪問は避けた方が良いでしょう。
仏 教	頭髪を触ることはタブーです。寺院では、肌の露出度が高い服装は控えましょう。
ユダヤ教	「コーシェル」と呼ばれる食事規定があります。食事に招待したり、食物を送ったりする時には注意が必要です。
ヒンズー教	牛は聖なる動物ですので、食材としては <b>禁忌</b> とされています。

## 健康、衛生

重い病気や怪我を負った場合は、**先ず現地の大学、そして保険会社及び国際課(各校学務グループ)に連絡し、適切な指示を仰ぐようにしましょう。** 通院を要する場合は、保険会社に連絡し、十分な医療が受けられる病院を紹介してもらいましょう。怪我等により、不測の事態で診察を受けたり、入院することになった場合には、保険会社に指示を仰ぎ、海外旅行保険証書(英

文)及びパスポートを必ず持参するようにしましょう。また、救急車の使用は現金支払いとなることもあります。その場合は、後日保険を適用するために、必ず領収書を受領するようにしてください。クレジットカードでの支払いも可能です。また、保険会社のキャッシュレス・メディカル・サービスが適用可能な病院で受診すると、その場で現金支払いが不要となりますので、あらかじめ適用可能な病院を把握しておきましょう。

### 飲料水

留学先の衛生状態は、事前に厚生労働省のHP等でしっかり確認しておきましょう。生水を飲むことは避け、市販のペットボトル入りの水(ミネラルウォーター)を飲むようにしましょう。生ものや加熱されていないもの、調理してから時間が経ったものは口にしないことが基本です。

### 宿泊先での注意

留学先の大学の寮を利用したり、ホームステイをする場合は、滞在先のルール(例:飲酒,喫煙門限,電話,家事,バス・トイレ)に従うことが大切です。ホームステイでは、受け入れ家庭によって様々で、ごくまれに悪質なケース(例:食事を作らない、セクハラな会話をしてくる等)もあります。その場合には、留学先の大学に相談して、宿泊先などを変更するようにしてください。

#### (4)特に留意すべき危機

海外で特に留意すべき危機の概要とその予防策を記載します。渡航先では常に留意するよう心掛けてください。また、万が一危機に遭遇した際には、国際課(各キャンパス学務課)にすぐ連絡して下さい。

### 誘拐

日本人を狙った誘拐事件はこれまでも多数発生しており、長時間の拘束状態により精神的にも身体的にも深刻な影響を受けたり、殺害される事態も発生しています。

日本にいる家族も事件が解決するまでの間、極度の緊張状態に置かれることとなり、精神的な苦痛は計り知れません。誘拐に遭わないためにも、以下の点に注意しましょう。

- ・行動を予測されるのを避けるため、通学や買い物などのルートに適宜変更する。
- ・行動予定を身近な人以外には知らせない。
- ・予兆を見逃さない。不審な電話、人・車による尾行等のおそれを感じた場合は、必要に応じて警察・在外公館に相談する。
- ・海外滞在中は定期的に家族へ連絡を入れるようにする。

### 暴動・デモ、テロ、自然災害

暴動・デモは局地的・小規模であっても、インターネットなどを使った呼びかけにより急速に拡大するケースが増えています。当局によって統制されるはずのデモであっても一部が暴徒化し、破壊・略奪行為を行うケースが頻発しています。

また、テロ行為については、これまで安全とされてきた地域を含めテロ事件等の発生が懸念される地域は拡大しています。特に、外国人が集まりやすい場所はターゲットになりやすい傾向



があります。

自然災害は、日本においては、国や自治体、企業等により一定の対策が講じられていますが、海外では対策が必ずしも十分とはいえないケースがあり、被害が甚大となる場合があります。

#### ○暴動・デモ、テロ

- ・関連情報の収集に努める。滞在国内の情勢に加えて、政治・宗教的な記念日やイベント、国際情勢等にも注意を払う。特に、在外公館からの連絡が随時受信可能な環境にしておく。
- ・破壊や略奪行為等が予想される、人が多い場所に不用意に近寄らない。  
例：外国人の多いホテル・レストラン・観光地・繁華街
- ・駅・空港等を利用する場合は、不審な人物やモノに最新の注意を払う。
- ・デモが激化し、しばらく外出できなくなった場合に備え、水や保存食、日用品等を滞在先に備蓄しておく。
- ・連絡がつながるよう、携帯電話を常に充電された状態にしておく。
- ・近くで銃声や爆発音がした場合、可能な限り現場から離れ、人が常時集まらない安全な場所に避難する。
- ・テロリストに遭遇した場合、直ちに物陰に隠れる、伏せるなど標的にならないよう行動する。

#### ○自然災害

- ・滞在国・地域において発生可能性のある自然災害を把握しておく。
- ・水はけの悪さから起きる水害(洪水や冠水)は、起こりやすい場所が事前に把握できるため、情報収集しておく。
- ・特に海外では、日本より建物の耐震性に劣る場合があることを認識し、あらかじめ近隣の避難場所を確保しておく。

### 盗難・強盗

**海外での日本人の事件・事故で、最も件数の多い被害の一つが盗難・強盗などの窃盗による被害です。**海外に行くと、日本人は裕福かつ身の危機意識も薄いと思われていて、ターゲットになりやすい傾向にあります。

以下の点に注意しましょう。

- ・狙われやすい場所、犯行手口を把握する。
- ・外出の際は、目立つ服装を避け、高価・華美な装飾品、時計等は身につけない。
- ・夜10時以降の一人歩きは絶対避け、見知らぬ人に親切に話しかけられても安易に信用しない。
- ・街中の銀行、ATMを利用した後や、空港に到着した直後等は、特に見知らぬ人物とは接しないようにする(昼間でも要注意)。
- ・リュックサックや間口の広いバッグは被害に遭いやすいため使用を避け、鍵のついているものや間口が完全に閉まるものを選ぶようにする。バッグなどは、体の前側に掛かるように携行する。
- ・携行品補償付きの海外旅行に加入すると安心(通常は限度額20万円)。

## 違法行為

海外では、知らないうちに違法行為をしてしまう場合があります。例えば、写真撮影が禁止されている施設(特に軍の施設など)で写真を撮ってしまい逮捕される、等のケースが過去には発生しています。

また、海外では日本とドラッグの規制も異なるため、日本では違法なドラッグが容易に手に入るケースもありますが、絶対に手を出さないでください。

## ハラスメント

渡航先において、ハラスメントの被害を受けるケースが発生しています。ハラスメントは、性暴力の原因となることもあります。

以下の点に注意しましょう。

- ・日本で通用する「暗黙の了解」は理解されないことを認識し、曖昧な表現(笑顔を含む)は避ける。
- ・異性との距離の取り方に注意する。
- ・不安を感じる事象が生じたら、すぐに派遣先大学担当者や派遣先カウンセラーに相談する。

## メンタルヘルス

長期間、異文化の中で生活すると、文化や習慣、考え方の違い、接し方の違いなどがストレスとなり、精神的に不安定になる場合があります。これは誰にでも起こりうることです。

以下の点に注意し、つらい時は、自分の中で処理、我慢せずに周囲の人に相談しましょう。

- ・自分なりのストレス解消法を見つけ、趣味を通じて友人をつくる。
- ・異文化、風習、価値観などを知ることは、留学の醍醐味の一つ。失敗も全てが勉強と捉え、考え方や価値観、広い視野と柔軟な思考を養うよう心がける。
- ・不安を感じたら、国際課又は各校学務グループ、派遣先大学カウンセラー等に相談したり、日本語を話せる友人と話し合う。



### Ⅲ. 帰国時の注意事項

#### 1. 出発前

##### (1) 航空便

帰国時には、あらかじめ帰りの航空便が予定通り出発するか確認をとっておきましょう。  
搭乗日には時間に余裕を持ち、出発日の2時間以上前には空港に到着するようにしましょう。  
滞在中には荷物が増えますので、書籍、書類、衣服など船便であらかじめ送ると良いです。  
但し、日数は通常2, 3ヶ月かかります。

##### (2) 持ち出し禁止物品・持ち込み禁止物品

渡航先からの持ち出し禁止物品および日本への持ち込み禁止物品がないか必ず確認を  
しましょう。

荷造りは必ず自分で行き、中身を把握しておいてください。けっして他人から内容不明の  
荷物を預からないようにしましょう。

#### 2. 帰国後

##### (1) 帰国時の体調不良の対応

- ◇ 大学への報告
- ◇ 検疫所への相談
- ◇ 医療機関での速やかな受診

海外渡航、特に発展途上国に渡航した後、少なくとも6ヶ月の間は、渡航関連の感染症が生  
じる可能性があります。デング熱などによる症状は、ほぼ帰国後3週間以内にみられますが、マ  
ラリアなどの寄生虫による感染症や、一部の感染症の症状は、数週間から数ヶ月或いは数年  
たってから生じることもあります。

発熱、下痢、皮膚の異常が見られたら、速やかに医療機関を受診してください。  
なお、既に日本では見られないマラリアなど、医者が判断できない可能性もありますので、その  
場合には感染症専門の医療機関に行ってください。

また、帰国後には「帰国届」を国際課又は各校学務グループに提出してください。

## IV. 家族との共有事項

### 【出発前】

- 連絡方法の確立と連絡先の共有  
緊急時に備え、直接連絡方法(例:携帯電話など)を確立し、渡航先の大学担当者や、滞在先の宿舍、本学国際課又は各校学務グループ等の連絡先を家族と共有しておきましょう。
- 保険の補償内容の把握  
保険の補償内容を確認し、補償対象の事由と免責事項を確認しておく必要があります。

### 【渡航中】

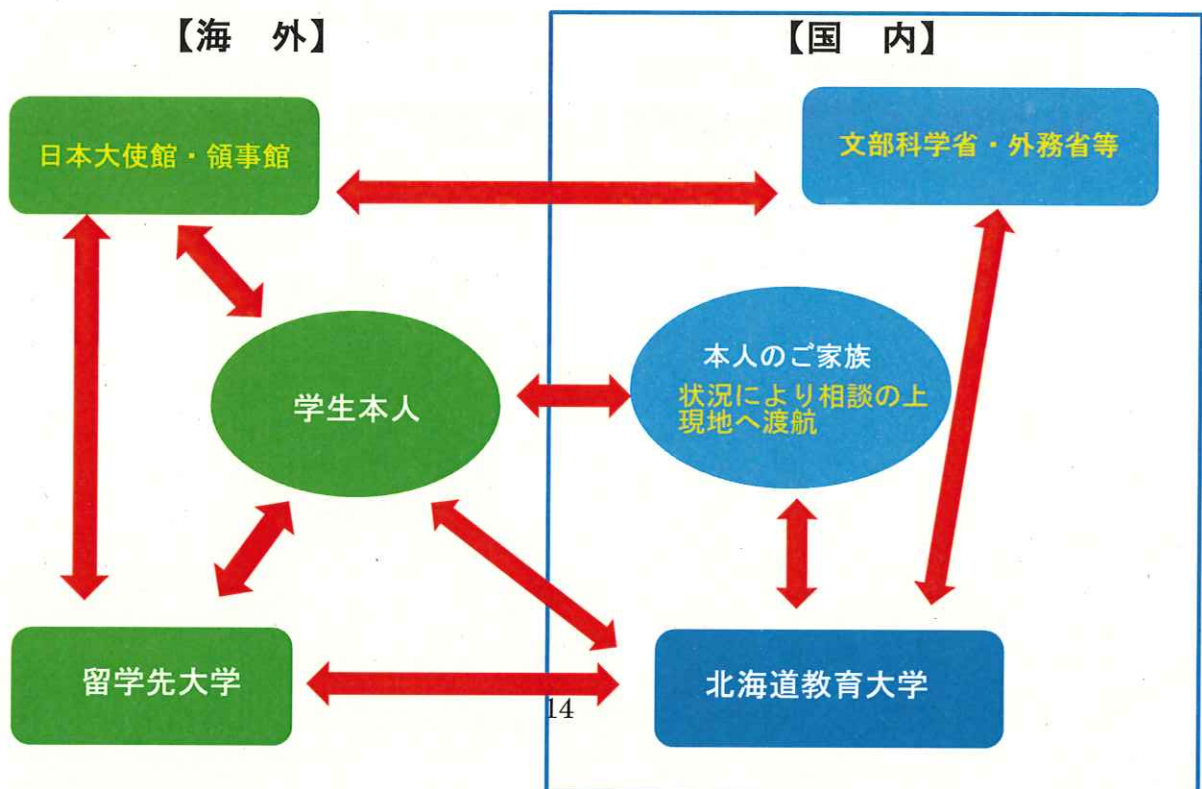
- 平常時の心構え・行動  
ご家族には定期的に連絡をとり(週1回等)、近況を伝えるようにしましょう。特に最初の時期はこまめに取りましょう。留学先から旅行する場合にも、事前に家族に連絡して、行き先・滞在先等を伝えてください。また、「旅行届」を事前に国際課又は各校学務グループへ提出してください。
- 危機発生時の心構え・行動  
危機発生時には、平静を保ち、大学や警察からの連絡・指示を待つようにしましょう。
- 大学への連絡・照会(保護者の皆様へ)  
学生が何らかのトラブルに巻き込まれた場合や、学生の安否確認を行いたい場合の窓口は、以下の通りです。

北海道教育大学 学務部国際課 ※各校学務グループは p8 を参照

TEL:【平日 8:30-17:15】 011-778-0266 (国際課長)

【上記以外の時間帯】 海外危機管理専用電話番号 080-3727-1353 国際課係長

### (1) 派遣学生に対する危機管理対応体制





## (2) 関係省庁連絡先

### ○文部科学省連絡先：

高等教育局 学生・留学生課 留学生交流室制作調査係  
(代表) 03-5253-4111 (内線：3433)  
(夜間・休日直通：080-7703-1068)

### ○外務省連絡先：

領事局 海外法人安全課  
(一般邦人擁護, 緊急事態の邦人保護等)  
(直通) 03-5501-8160

領事局 法人テロ対策室  
(海外におけるテロ事件, 誘拐, 脅迫, 人質事件等)  
(直通) 03-5501-8165

領事サービスセンター (海外安全担当)  
(代表) 03-3580-3311 (内線：2902/2903)  
(直通：03-5501-8162)

## (3) 持ち物及び事前に準備すべきチェックリスト

### 《必需品》

<input type="checkbox"/>	パスポート(渡航先により有効期限が異なるため必ずチェックしておく)
<input type="checkbox"/>	パスポートのコピーと顔写真2枚(45mm×35mm パスポート再発行用予備)
<input type="checkbox"/>	査証(渡航先により必要となる)
<input type="checkbox"/>	航空券(e チケット)
<input type="checkbox"/>	現金,カード(VISA がほぼどこの国でも通じる)
<input type="checkbox"/>	海外旅行傷害保険の証書(英語版含む)
<input type="checkbox"/>	緊急連絡カード
<input type="checkbox"/>	留学関係の書類と証明書(入学許可証等)
<input type="checkbox"/>	健康診断, 歯科治療の完了
<input type="checkbox"/>	(持病がある場合) 英文の診断書, 服用薬
<input type="checkbox"/>	常備薬
<input type="checkbox"/>	緊急連絡先リスト, クレジットカード等紛失時の連絡先リスト
<input type="checkbox"/>	滞在先のアクセスマップ
<input type="checkbox"/>	コンセントの海外用プラグアタッチメント(必要に応じて変圧器)
<input type="checkbox"/>	携帯電話, デジカメ, PC, PC 等の充電器, 海外使用可能な WiFi
<input type="checkbox"/>	衣類, 防寒具, 折りたたみ傘
<input type="checkbox"/>	筆記用具, ノート

《あると便利なもの》

<input type="checkbox"/>	体温計
<input type="checkbox"/>	レトルト食品
<input type="checkbox"/>	日本を紹介する物(写真等)
<input type="checkbox"/>	交流に役立つグッズ(折り紙, けん玉等)
<input type="checkbox"/>	洗濯洗剤, ウエットティッシュ
<input type="checkbox"/>	虫さされ予防グッズ
<input type="checkbox"/>	帽子, サンドル, 運動靴, 襟付きシャツ, 雨具, ヒモ類
<input type="checkbox"/>	耳かき, 爪切り

■参考リンク集

情報源と入手可能な情報、入手方法			情報の概要
外務省	海外安全	<a href="http://www.anzen.mofa.go.jp/">http://www.anzen.mofa.go.jp/</a>	国・地域別の危機情報等
	海外安全虎の巻	<a href="http://www.anzen.mofa.go.jp/pamph/pamph_01.html">http://www.anzen.mofa.go.jp/pamph/pamph_01.html</a>	海外で遭遇するトラブルの予防策及び発生時の対応
	在外公館	<a href="http://www.anzen.mofa.go.jp/nofaj/annai/zaigai/list/index.html">http://www.anzen.mofa.go.jp/nofaj/annai/zaigai/list/index.html</a>	各国の日本大使館・総領事館の連絡先を掲載
	医療情報	<a href="http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/">http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/</a>	世界の医療情報
文部科学省	危機管理ガイドライン	<a href="http://www.mext.go.jp/a_menu/koutou/ryugaku/1384531.htm">http://www.mext.go.jp/a_menu/koutou/ryugaku/1384531.htm</a>	危機管理体制の整備にあたっての留意事項をまとめてある
厚生労働省	医療情報	<a href="http://www.forth.go.jp/">http://www.forth.go.jp/</a>	海外赴任者のための感染症情報
各種機関	国立感染症研究所	<a href="http://.nih.go.jp/niid/ja/from-idsc.html">http://.nih.go.jp/niid/ja/from-idsc.html</a>	世界で流行している感染症情報
	海外邦人安全協会	<a href="http://www.josa.or.jp/travel/index.html">http://www.josa.or.jp/travel/index.html</a>	海外安全マニュアル
	JCSOS	<a href="http://www.jcsos.org/kiji_list.agi?mode=risk">http://www.jcsos.org/kiji_list.agi?mode=risk</a>	会員向け海外リスク情報
	JOEA	<a href="http://joea.or.jp/safetyinfo">http://joea.or.jp/safetyinfo</a>	英米政府海外安全情報(英文)
	JICA	<a href="http://www.jica.go.jp/regions/seikatsu/">http://www.jica.go.jp/regions/seikatsu/</a>	海外生活に有用な情報を掲載
	地球の歩き方	<a href="http://www.arukikata.co.jp/">http://www.arukikata.co.jp/</a>	各国に滞在する上で注意すべき情報



## 協定校別 日本大使館・領事館連絡先

国・地域	協定校	日本大使館・領事館
中国	瀋陽師範大学	●在瀋陽総領事館 遼寧省瀋陽市和平区十四緯路50号 電話: (86-24) 2322-7490 Fax: (86-24) 2322-2394 <a href="http://www.shenyang.cn.emb-japan.go.jp/">http://www.shenyang.cn.emb-japan.go.jp/</a>
	哈爾濱師範大学	
	大連海洋大学	
	遼寧大学	
	山東師範大学	●在青島総領事館 青島市香港中路59号 青島国際金融中心45階 電話: (86-532) 8090-0001 Fax: (86-532) 8090-0009 <a href="http://www.qingdao.cn.emb-japan.go.jp/jp/index.html">http://www.qingdao.cn.emb-japan.go.jp/jp/index.html</a>
	天津外国語大学	●在中華人民共和国大使館 北京市朝陽区亮馬橋東街1号 電話: (86-10) 8531-9800 Fax: (86-10) 6532-7081 <a href="http://www.cn.emb-japan.go.jp/index_j.htm">http://www.cn.emb-japan.go.jp/index_j.htm</a>
	香港大学	●在香港総領事館 香港中環康樂廣場8號交易廣場第一座46樓及47樓 電話: (852) 25221184 Fax: (852) 28680156 <a href="http://www.hk.emb-japan.go.jp/">http://www.hk.emb-japan.go.jp/</a>
	四川大学	●在重慶総領事館 重慶市渝中区鄒容路68号大都会商厦37F 電話: (86-23) 6373-3585 Fax: (86-23) 6373-3589 <a href="http://www.chongqing.cn.emb-japan.go.jp/index_j.htm">http://www.chongqing.cn.emb-japan.go.jp/index_j.htm</a>
台湾	台北市立大学	●公益財団法人 交流協会台北事務所 10547 台北市慶城街28號 通泰商業大樓 電話 +886-2-2713-8000(代表) FAX: +886-2-2713-8787 メールアドレス: info@mail.japan-taipei.org.tw <a href="http://www.koryu.or.jp/taipei/ez3_contents.nsf/Top/">http://www.koryu.or.jp/taipei/ez3_contents.nsf/Top/</a>
韓国	ソウル教育大学校	●在大韓民国大使館 ソウル特別市鍾路区中学洞18-11 電話: (82-2) 2170-5200(代表), 739-7400(領事部) Fax: (82-2) 734-4528(代表), 739-7410(領事部査証), (82-2) 723-3528(領事部旅券, 戸籍・国籍, 証明) <a href="http://www.kr.emb-japan.go.jp/people/index.htm">http://www.kr.emb-japan.go.jp/people/index.htm</a>
	全州教育大学校	
	漢城大学校	
	釜山大学校師範大学	●在釜山総領事館 釜山広域市東区草梁3洞1147-11 電話: (82-51) 465-5101~6 Fax: (82-51) 464-1630 <a href="http://www.busan.kr.emb-japan.go.jp/jhtm/index_j.htm">http://www.busan.kr.emb-japan.go.jp/jhtm/index_j.htm</a>
	釜山教育大学校	
ベトナム	フエ大学	●在ベトナム大使館 Viet Nam Embassy of Japan 27 Lieu Giai Street, Ba Dinh District, Hanoi, Viet Nam 電話: (84-4) 3846-3000 Fax: (84-4) 3846-3043 <a href="http://www.vn.emb-japan.go.jp/index_jp.html">http://www.vn.emb-japan.go.jp/index_jp.html</a>

カナダ	カルガリー大学	<p>●在カルガリー総領事館            Calgary Consulate-General of Japan            2300 Trans Canada Tower, 450-1st Street S.W., Calgary, Alberta            T2P 5H1 Canada            電話: (1-403) 294-0782            Fax: (1-403) 294-1645  <a href="http://www.calgary.ca.emb-japan.go.jp/index_j.htm">http://www.calgary.ca.emb-japan.go.jp/index_j.htm</a></p>
	サイモン・フレイザー大学	<p>●在バンクーバー総領事館            Vancouver Consulate-General of Japan            900-1177 West Hastings Street, Vancouver, B.C., V6E 2K9,            Canada            電話: (1-604) 684-5868            Fax: (1-604) 684-6939  <a href="http://www.vancouver.ca.emb-japan.go.jp/index_j.htm">http://www.vancouver.ca.emb-japan.go.jp/index_j.htm</a></p>
	セント・メリーズ大学	<p>●在カナダ大使館            Canada Embassy of Japan            255 Sussex Drive, Ottawa, Ontario K1N 9E6, Canada            電話: (1-613) 241-8541            Fax: (1-613) 241-2232  <a href="http://www.ca.emb-japan.go.jp/JapaneseSite/index_j.htm">http://www.ca.emb-japan.go.jp/JapaneseSite/index_j.htm</a></p>
アメリカ	アラスカ大学 フェアバンクス校	<p>●在アンカレッジ領事事務所            Anchorage Consular Office of Japan            3601 C Street, Suite 1300, Anchorage, Alaska 99503, U.S.A.            電話: (1-907) 562-8424            Fax: (1-907) 562-8434  <a href="http://www.anchorage.us.emb-japan.go.jp">http://www.anchorage.us.emb-japan.go.jp</a></p>
	アラスカ大学 アンカレッジ校	
	イリノイ州立大学	<p>●在シカゴ総領事館            Chicago            Consulate-General of Japan            Olympia Centre, Suite 1100, 737 North Michigan Avenue,            Chicago, Illinois 60611, U.S.A.            電話: (1-312) 280-0400            Fax: (1-312) 280-956  <a href="http://www.chicago.us.emb-japan.go.jp/indexjp.html">http://www.chicago.us.emb-japan.go.jp/indexjp.html</a></p>
	南ユタ大学	<p>●在デンバー総領事館            Denver Consulate-General of Japan            1225 17th Street, Suite 3000, Denver, Colorado 80202, U.S.A.            電話: (1-303) 534-1151            Fax: (1-303) 534-3393  <a href="http://www.denver.us.emb-japan.go.jp/jp/">http://www.denver.us.emb-japan.go.jp/jp/</a></p>
オーストラリア	シドニー工科大学	<p>●在シドニー総領事館            Sydney Consulate-General of Japan            Level 12, 1 O'Connell Street, Sydney, N.S.W. 2000, Australia            電話: (61-2) 9250-1000 Fax: (61-2) 9252-6600  <a href="http://www.sydney.au.emb-japan.go.jp/index_j.htm">http://www.sydney.au.emb-japan.go.jp/index_j.htm</a></p>
	ジェームスクック大学	<p>●在ブリスベン総領事館            Brisbane Consulate-General of Japan            17th Floor, 12 Creek Street, Brisbane, Queensland 4000, Australia            電話: (61-7) 3221-5188            Fax: (61-7) 3229-0878  <a href="http://www.brisbane.au.emb-japan.go.jp/jp/">http://www.brisbane.au.emb-japan.go.jp/jp/</a></p>
	グリフィス大学	
フィンランド	シベリウス音楽院	<p>●在フィンランド大使館            Finland Embassy of Japan            Unioninkatu 20-22, 00130 Helsinki, Finland            電話: (358-9) 686-0200            Fax: (358-9) 633012  <a href="http://www.fi.emb-japan.go.jp/jp/index-j.htm">http://www.fi.emb-japan.go.jp/jp/index-j.htm</a></p>



ノルウェー	ベルゲン大学	<p>●在ノルウェー大使館 Norway Embassy of Japan Wergelandsveien 15, 0244 Oslo, Norway. 電話: (47) 2299-1600 Fax: (47-22) 44-25-05 <a href="http://www.mofa.go.jp/mofaj/annai/zaigai/list/europe/norway.html">http://www.mofa.go.jp/mofaj/annai/zaigai/list/europe/norway.html</a></p>
イギリス	ロンドン大学アジア・アフリカ学院	<p>●在英國大使館 United Kingdom (U.K.) Embassy of Japan 101-104, Piccadilly, London, W1J 7JT, U.K. 電話: (44-20) 7465-6500 Fax: (44-20) 7491-9348 <a href="http://www.uk.emb-japan.go.jp/jp/index.html">http://www.uk.emb-japan.go.jp/jp/index.html</a></p>
ドイツ	ヴェルツブルク音楽大学	<p>●在独日本国大使館 (Botschaft von Japan) Hiroshimastr. 6, 10785 Berlin 電話: +49 (0)30 210 94-0 Fax +49 (0)30 210 94-222 eMail <a href="mailto:japanese-info@bo.mofa.go.jp">japanese-info@bo.mofa.go.jp</a></p>
ロシア	ノボシビルスク国立教育大学	<p>●在ロシア大使館 Russia Embassy of Japan Grokhol'sky Pereulok 27, 129090, Moscow, Russia 電話: (7-495) 229-2550, 229-2551 Fax: (7-495) 229-2555 <a href="http://www.ru.emb-japan.go.jp/japan/index.html">http://www.ru.emb-japan.go.jp/japan/index.html</a></p>
	カムチャッカ国立大学	<p>●在ウラジオストク総領事館 Vladivostok Consulate-General of Japan Ulitsa Verkhne-Portovaya 46, Vladivostok, Primorsky Krai, 690003, Russia 電話: (7-4232) 620-120, 620-122 (国際衛星回線) (7-4232) 26-75-02, 26-75-13, 26-74-81 Fax: (7-4232) 620-121, (7-4232) 26-75-41 <a href="http://www.vladivostok.ru.emb-japan.go.jp/jap/index.html">http://www.vladivostok.ru.emb-japan.go.jp/jap/index.html</a></p>
キルギス	ビシケク人文大学	<p>●在キルギス日本大使館 Embassy of Japan in Kyrgyz Republic 16, Razzakova St, Bishkek, 720040, Kyrgyz Republic 電話: (996-312) 300050, 300051 Fax: (996-312) 300052 <a href="http://www.kg.emb-japan.go.jp/">http://www.kg.emb-japan.go.jp/</a></p>
エジプト	カイロ大学	<p>●在エジプト大使館 Egypt Embassy of Japan 81 Corniche El Nil Street, Maadi, Cairo, Egypt (P.O.Box 500 Maadi) 電話: (20-2) 25285910 Fax: (20-2) 25285905 <a href="http://www.eg.emb-japan.go.jp/j/index.htm">http://www.eg.emb-japan.go.jp/j/index.htm</a></p>

