

最大の危機管理！
予防は自分でできる
自分の身は自分で守ろう！



海外渡航 危機管理 ガイドブック

NAGASAKI UNIVERSITY



海外渡航 危機管理 ガイドブック



はじめに

海外留学は有意義な経験になる反面、事件・事故や自然災害に伴う被害を受ける可能性もあります。リスクを避け、被害を最小限にとどめるため、安全対策を意識することが重要です。前もって情報を集めることにより、危機の回避や被害の軽減に努めましょう。海外に渡航する学生は、自分の身は自分で守る意識を持って事前準備を行ってください。また、被害者にならないとともに加害者にもならないよう気を付けましょう。

目次

1. 留学・海外旅行決定後から帰国までに提出すべき書類
2. 渡航先の情報収集（重要！）
3. 渡航前準備
4. 渡航中に気をつけること

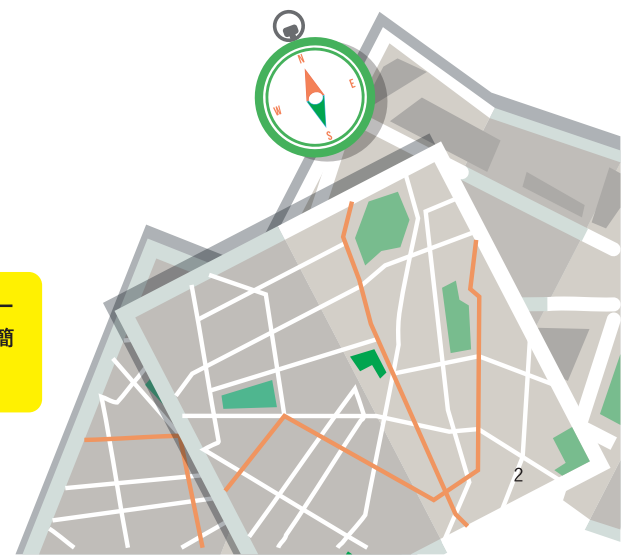
付録 1. 緊急連絡先リスト

付録 2. 渡航チェックリスト

付録 3. 緊急連絡カード



紹介しているホームページへは QR コードから簡単アクセスできます！



1. 留学・海外旅行決定後から帰国までに提出すべき書類

●渡航前（2週間前まで）→海外渡航届（システム上で登録後、海外渡航届を印刷し、指導教員のサインをもらって、所属学部または研究科の学務担当部署へ提出）

海外渡航システムの専用ページへは、学内情報システム（NU-Web）又は、留学支援課ホームページよりアクセスすることができます。

<http://www.nagasaki-u.ac.jp/ja/student/index.html>



●渡航日程が決まったら「たびレジ」に登録（3ヶ月未満の渡航）、
渡航先の住所で実際に居住を始めたなら「在留届」の提出を行いましょう
（3ヶ月以上の渡航）。

海外に3ヶ月未満滞在する場合は「たびレジ」へ登録してください。また、旅券法で海外に3ヶ月以上滞在する日本人は「在留届」を日本大使館又は総領事館に提出することが義務付けられています（両者とも、専用サイトで提出・登録が可能）。これは、災害やテロ等の緊急時の安否確認、退避の手配などの連絡・保護を在外公館から受けられるようにするためです。

たびレジへの登録、在留届の提出方法

方法	注意事項
下記の専用サイトで登録 外務省 ORRnet http://www.ezairyu.mofa.go.jp/	●たびレジ→渡航日程が決まったら登録が可能です。 ●在留届→渡航先の住所が決定し、実際にその場所に居住した日から届け出が可能です。

●危機管理サービス（OSSMA）

留学中の安全確保のため、長崎大学は日本エマージェンシー・アシスタンス株式会社と契約しています。大学主催の留学などで渡航する学生には、同社が提供する OSSMA（Overseas Student Safety Management Assistance サービス）への加入を強く推奨しています。OSSMA は海外渡航中にトラブルが発生した場合、24 時間、365 日、日本語又は英語で適切なサポートを提供するサービスです。

●帰国後（1週間以内）→帰国届

帰国後、速やかに渡航システムから帰国届を作成し、必ず所属学部又は研究科の学務担当部署へ提出してください。

2. 渡航先の情報収集

渡航先の治安状況や文化・風習を理解しておくことが、危険回避のために重要です。渡航前にしっかりと調べ、理解を深めておきましょう。

●危険に関する情報を収集する



同じ危機に関する情報でも、渡航前に国内で入手できる情報と、現地で入手できる情報には、質・量の両面で差があります。不確かな情報に惑わされことなく、最新の正しい情報に基づいて、冷静に行動することが大切です。そのためにも、信頼できる情報を収集して、適切な判断を行うための材料としてください。また、各国の治安状況は必ず確認してください。



国内や渡航先で利用できる安全対策ホームページ

外務省「海外安全ホームページ」
<http://www.anzen.mofa.go.jp>



一般社団法人 日本在外企業協会
海外安全情報
<http://joea.or.jp/>



外務省「海外安全虎の巻」
<http://www.anzen.mofa.go.jp/>



世界の様子 国別生活情報
<http://www.jica.go.jp/>



FORTH サイト
（海外で健康に過ごすために）
<http://www.forth.go.jp>



世界の医療情報
<http://www.mofa.go.jp/>



外務省「海外で困ったら大使館、
総領事館のできるごと」
<http://www.anzen.mofa.go.jp/>



●オリエンテーションへの参加



事前オリエンテーションには必ず参加しましょう。

3. 渡航前準備

●海外渡航前の安全対策

1. 海外渡航届(大学)と、たびレジ(外務省)の手続き(P3 参照)

2. 健康管理

- ☒ 持病やアレルギー等がある場合は、渡航期間中に必要な分量の薬を処方してもらい、渡航先に持参してください。また、その薬が当該国に持込可能かどうかを確認しておいてください。
- ☒ 健康状態のチェック（大学の保健・医療推進センターへの相談や健康診断）を受けてください。
- ☒ 現地でかかり易い病気がないか、外務省及び厚生労働省検疫所のホームページを確認してください。
外務省の「渡航関連情報（世界の医療情報）」
(<http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/>)
厚生労働省検疫所（海外渡航のための感染症情報）
(<http://www.forth.go.jp/useful/vaccination.html>)
- ☒ 渡航先に応じて、感染症予防のための予防接種を行って下さい。そのため、早めに接種計画について長崎大学病院の海外旅行外来に相談して下さい。
<http://www.tm.nagasaki-u.ac.jp/internal/kaigairyokougairai.htm>
(渡航先によっては、入国時にワクチン予防接種済み証明書の提出が求められることがあります。)
- ☒ 渡航前の体調の維持、管理には十分留意してください。
(発熱などの症状がある場合、入国が認められないケースがあります。)
- ☒ 歯科治療は一般的に海外旅行保険の対象外です。歯の治療を済ませてから渡航してください。
- ☒ 現地で信頼のおける医療機関の所在地・連絡先は事前に調べておきましょう。



3. 緊急連絡先の確認

- ☒ 「付録 1. 緊急連絡先リスト」を作成し、本ガイドブックとあわせて、渡航先に持参してください。

4. 連絡経路の確保

- ☒ 渡航先では、常に家族や長崎大学、渡航先の関係者、現地の在外公館と連絡が取れる状態を作っておいてください。
渡航先で大規模災害やテロなどが発生した時、長崎大学は電話連絡等の手段ですぐに皆さんの安否確認を行います。

●海外旅行保険の手配

1. 海外旅行保険の必要性

- ☒ 海外で入院・手術が必要となった場合には、医療費が非常に高額となるケースが多くみられます。医療施設や医療水準が十分でない国では、国外への緊急移送が必要となる場合があります。渡航先での思わぬ危機に備えるために、必ず保険に加入して下さい。

2. 補償内容の確認

- ☒ 補償内容は必ず確認し、補償対象の事由と免責事由を把握しておいてください。
また、家族にも補償内容を伝えておいてください。

4. 渡航中に気をつけること

海外渡航中は、危機発生時に備え、常に緊急連絡カード(付録3)を携帯するようにしてください。事故に遭い、意識不明の状態となった場合などに、周囲に皆さんの身分や所属をしらせ、スムーズな援護活動につなげられるようにするためのカードです。

1. 交通事故(予防・事前対策)

- ☒ 絶対に自身では運転しない。研究などでの移動が必要となる場合には、必ず教員等の指示に従い、運転手付きの移動手段を確保する。
- ☒ あらかじめ現地の交通ルール・交通事情を把握しておく。
また、外出時はルールを遵守する。
- ☒ 歩行時にはなるべく歩道の内側を歩くようにし、自動車やバイク等に十分注意する(途上国などでは歩道がなかったり、道路が整備されていない地域もあるため、徒歩での外出時には常に注意を怠らない)。

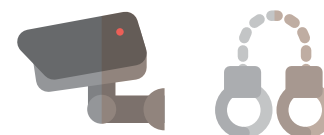
2. 疾病・感染症(予防・事前対策)

- ✓ 渡航前に予め渡航先の感染症情報を把握し、必要な予防接種を受ける。また、現地で受けるべき予防接種についてはその病院や保健所に確認する。
- ✓ 感染症について現地での流行状況と予防方法を把握し、実践につとめる。
(例) 屋台等の衛生状態の悪い場所での飲食はさける。
野生の動物には近づかない。
飲食店などでは、氷の入った飲み物は避ける。
ペットボトル飲料は未開封か確認してから飲む。
- ✓ 日本語が通用する、十分な医療レベルにある等の条件の良い病院の所在地・連絡先をあらかじめ複数リストアップしておく（保険会社等が推奨する病院を参考に）。
- ✓ 既往歴がある場合は、病名・症状・常備薬・搬送希望先病院等を英文で記載したメモを常に携帯する。
- ✓ 最低限の常備薬（下痢止め、頭痛薬、消毒液等）は日本から持参する。

3. 盗難・強盗(予防・事前対策)

- ✓ 外出の際は、目立つ服装を避け、新品・華美な装飾品等は身に着けない。
- ✓ 一人歩きはなるべく避け、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。銀行を利用した後や、空港に到着した直後などは特に見知らぬ人物とは接しないようにする。
- ✓ リュックサックや間口の広いバックは被害に遭いやすいので使用を避け、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。
- ✓ 携行品補償付きの海外旅行保険に加入する。

- ✓ 治安の悪い地域や強盗が頻発する地域を事前に特定・反映した地図を作成しておく。外出する際は公共交通機関・タクシー・徒歩のいずれの場合も危険な地域をコースに含めない。



4. 誘拐(予防・事前対策)

- ✓ 行動を予測されるのを避けるため、通学や買い物等のルートを随時変更する。
- ✓ 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。



5. デモ・暴動、テロ(予防・事前対策)

- ✓ 関連情報の収集に努める。滞在国内の情勢に加えて、政治・宗教的な記念日や重要イベント、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。
- ✓ 信頼できる情報を基に、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
大規模なイベント実施会場（宗教・政治など）
公共交通機関（駅・空港・バスターミナル）、政府・軍の関連施設
- ✓ 駅・空港等を利用する場合は、不審な人物やモノに細心の注意を払う。
- ✓ 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。
- ✓ 常に連絡が取れるよう、携帯電話を充電された状態にしておく。

6. 自然災害(予防・事前対策)

- ☒ 日ごろから滞在国・地域での過去の事例等に基づいて、発生可能性のある自然災害を把握しておく。
- ☒ 在外公館を通じて、災害発生時の現地国政府の対応や在外公館の支援体制等について情報収集しておく。
- ☒ しばらく外出ができなくなる場合に備え、水や保存食、日用品等を滞在先に備蓄しておく。
- ☒ 常に連絡が取れるよう、携帯電話を充電された状態にしておく。

付録1 緊急連絡先リスト

現地の連絡先	電話番号
現地大使館又は現地領事館	
警察	
日本の連絡先	電話番号
家族	
長崎大学（指導教員、研究室）	
所属学部又は研究科の学務担当部署	
保険会社	
クレジットカード会社	
旅行会社	
その他	
旅券番号	
発行年月日	

事件・事故に巻き込まれた時は、大学や現地の日本大使館、又は総領事館に報告してください。逮捕・拘禁された場合には、日本大使館や総領事館に連絡したいと伝えましょう。

付録2 渡航チェックリスト

国内や渡航先で利用できる安全対策ホームページ	
☒ パスポート	有効期間が十分にあるか確認すること
☒ ビザの申請	必要かどうか、事前に確認すること
☒ 予防接種	必要に応じて接種すること
☒ 健康診断等	英文の診断書が必要な場合も含め、余裕を持って診断を受けること
☒ 歯科治療	保険では補償されないので、治療を済ませておくこと
☒ 海外旅行保険の加入	渡航の際は、必ず保険に加入すること
☒ 航空券購入	明るい時間帯に移動できるように配慮すること
☒ 渡航先の治安情報確認	外務省海外安全ホームページ http://www.anzen.mofa.go.jp/
☒ 必要書類の提出	所属学部または研究科の学務担当部署へ必要提出書類及び海外渡航届を提出すること
☒ 緊急連絡先の確認	本ガイドブックの「緊急連絡先リスト」を渡航前に完成させ、現地に持参する
☒ 金銭の管理	現金、クレジットカード、国際キャッシュカードなどの管理には十分に気をつける
☒ 危機管理ハンドブックを熟読し、現地へ持参する。	
☒ たびレジ登録を忘れずに！	

MEMO

付録3 緊急連絡カード

EMERGENCY CONTACT CARD

氏名 /Name in Japanese:

ローマ字氏名 /Name in Latin Alphabet:

生年月日 /Date of Birth:

旅券番号 /Passport Number:

国籍 /Nationality:

血液型 /Blood Type:

アレルギー /Allergy:

既往歴 /Past Illness:

谷折り

現地緊急連絡先 /Local Contact

担当 /Contact Person:

電話番号 /Phone Number:

滞在先 /Place of Stay:

日本国内連絡先 /Contact in Japan

長崎大学 学生支援部留学支援課

Student Exchange Support Division, Nagasaki University

Phone1 +81-95-819-2037 /Phone2 +81-80-2690-8762

※必要事項を記入し、切り取って、真ん中の線で二つ折りにしてください。

※財布・カード入れなどに入れて常時携帯しましょう。

※ラミネート加工すると便利です。

