

# 海外渡航するみなさんへ 安全な海外渡航のための注意喚起とお願い

海外渡航時に特に注意していただきたいことをまとめました。  
詳細は「[東工大生のための安全な海外渡航の手引き](#)」で必ず確認して下さい。

## ■東工大生のための安全な海外渡航の手引き

<https://www.titech.ac.jp/international-student-exchange/pdf/tebiki-202110.pdf> (学内限定)

## 健康管理と予防接種

### 情報収集

渡航先で滞在時に必要な健康上の注意を自身で確認するとともに、感染症等の予防策について情報収集する。

#### ■厚生労働省 検疫所ホームページ

<http://www.forth.go.jp>

#### ■国立感染症研究所ホームページ:

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/>

### 事前準備

- ・胃腸薬、頭痛薬、風邪薬などの飲み慣れた薬、消毒薬、絆創膏などの救急セットを用意する。(海外のものは効き目が強い場合がある。)
- ・既往症がある場合や現在通院中の場合は、留学に耐えられるか医師と相談し判断してもらうとともに、持病の診断書(英文)、紹介状(英文)、処方薬説明書(英文)を作成してもらい、渡航先へ持参する。
- ・予防接種を受けるかは以下のホームページを参考に渡航先や期間によって各自が判断すること。(入国に際して予防接種が国によって義務付けられているのは黄熱病のみ)
- ・予防接種の種類によっては、数回(2~3回)接種する必要があるものもあるため、接種を受ける場合は早めに医療機関や検疫所で、相談すること。

#### ■厚生労働省 検疫所ホームページ(予防接種)

<http://www.forth.go.jp/useful/vaccination.html>

### 滞在中

- ・体調管理に気を付け、バランスの取れた食事をとる。

水	安全な市販のミネラルウォーターを飲む。 生水(水道水、井戸水等)は飲まない。 シェイクや飲み物に入っている「氷」にも注意が必要(レストランでも要注意)
魚介類 肉類	十分に加熱したものを食べる。
野菜	加熱調理したものを食べる。 生野菜は控える。
乳製品 卵製品	十分に加熱調理したものを食べる。 調理後時間が経っているものは食べない。
果物	自分で皮をむいたものを食べる。 カットフルーツは食べない。

### 帰国後

- ・帰国後1か月以内に発熱などの症状が出た場合には渡航先にて感染症にかかった可能性もあるため、厚生労働省指定の感染症指定医療機関での診察をお勧めします。

#### ■日本渡航医学会 トラベルクリニックリスト

<http://jstah.umin.jp/02travelclinics/>

#### ■日本旅行医学会 認定医リスト

<http://jstm.gr.jp/summary/>

## 海外旅行保険と危機管理サービス

- ・教育・研究のために海外渡航をする学生は、必ず大学指定の海外旅行保険に加入してください。  
私事渡航の場合も、治療・救援費用3000万円以上、賠償責任1億円の補償を目安に、渡航期間全て(日本出発日から日本到着日まで)をカバーする保険に加入してください。

#### ■大学指定の海外旅行保険 東工大ホームページ

<https://www.titech.ac.jp/international-student-exchange/students/abroad/safety>

- ・大学指定の海外旅行保険に加入すると、自動的に日本アイラック社の危機管理サービスにも加入します(大学の費用負担)。これにより、渡航先で24時間365日、危機管理サービスコールセンター「アイラック安心サポートデスク」に日本語で各種相談ができ、必要なアドバイスを受けられます。万が一、渡航先で事故・事件・トラブルに巻き込まれる等の緊急事態が発生した場合は、まずコールセンターへ連絡して下さい。状況に応じ、大学や保険会社へ情報が連携されます。

# 危機管理

## 治安情報の収集

- ・外務省海外安全ホームページや現地大使館・領事館等からの現地の最新情報を入手し渡航を計画する。
- ・外務省から提供される「危険情報」「感染症危険情報」に対する本学の対応は次表のとおり。

レベル	危険情報	本学の対応
1	十分注意して下さい。	実施・継続するが、注意を払う。
2	不要不急の渡航は止めてください	<b>延期もしくは中止を基本方針とする。</b>
3	渡航は止めてください。(渡航中止の勧告)	<b>中止、途中帰国。</b>
4	退避してください。渡航は止めてください。(退避勧告)	<b>即時中止、途中帰国</b>

### ■安全な海外渡航の準備 東工大ホームページ

<https://www.titech.ac.jp/international-student-exchange/students/abroad/safety>

### ■外務省 海外安全ホームページ

<http://www.anzen.mofa.go.jp/>

## 事前準備

- ・東京工業大学以外の団体が運営するプログラムに参加するときは、主催者が第一種旅行業者の登録をしているプログラムを選ぶ。（“観光庁長官登録旅行業第〇〇〇号”の記載があること）
- ・夜間（20時以降）、早朝（5時以前）に発着する航空便や現地でのバス・列車等による深夜移動を避ける。
- ・緊急時に速やかに連絡が出来るよう、必要な連絡先を整理し、いつでも確認できるよう準備しておく。  
例：引率教職員やプログラム担当部署、家族、大使館・総領事館、保険会社、クレジットカード会社等
- ・ご家族の最新の連絡先をプログラム担当部署と指導教員に知らせる。保証人の連絡先が変わった場合は、教務課・学務課で手続を行う。
- ・「たびレジ」に登録する。滞在地を管轄する大使館・総領事館、警察等の場所及び連絡先を把握する。

### ■たびレジ:

<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/>

## 問合せ先

学務部留学生交流課交流推進第2グループ Tel:03-5734-7645 Email: [hakenryugaku@jim.titech.ac.jp](mailto:hakenryugaku@jim.titech.ac.jp)

## 滞在中

- ・3か月以上の滞在中の場合は、居住地が決まったら必ず「在留届」を提出する。渡航先から別の国へ旅行や出張する際は、都度「たびレジ」に登録する。これらにより、緊急事態が発生した場合には、日本国大使館や総領事館よりメールによる情報提供が受けられる。

### ■在留届（3か月以上）

<http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/todoke/zairyu/>

- ・到着後は家族・大学に報告し、その後も定期的に連絡をとる。
- ・「自分の身は自分で守る」という意識を常にもって行動する。安全を第一に考えて行動する。
- ・自動車の運転は控える。（加害者となった場合に支払う賠償金は、海外旅行保険の個人賠償責任の対象外。）
- ・歴史、人種、宗教などの話題について軽率な発言は避ける。
- ・地震等の自然災害発生時や政情不安等治安が悪化した際には、家族、大学の担当部署へ安否確認の連絡を入れること。

## 事故、トラブルに巻き込まれたら！！

### 危機管理サービス(日本アイラック)加入者

1. 「**アイラック安心サポートデスク**」に連絡する！  
\*24時間年中無休ホットライン(国際フリーダイヤル)  
\*連絡先は出発前にメールにてお知らせ
2. 現地の警察、公的機関、日本大使館・領事館の指示に従う！
3. 家族、指導教員、現地受入機関の担当者等に連絡する！

### その他の方

1. **加入する海外旅行保険の窓口**に連絡する！
2. 現地の警察、公的機関、日本大使館・領事館の指示に従う！
3. 家族、指導教員、現地受入機関の担当者等に連絡する！