茨城大学
Ibaraki University

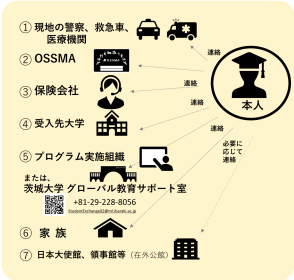
海外渡航ガイドブック

茨城大学
グローバル
エンゲージメント
センター

IBARAKI University
Center for Global Engagement

2　目次

4　緊急事態発生時のフロー



10　渡航前の手続き・準備

18　リスクとその予防

21　渡航中の対応

22　帰国後の手続き

23　トラブルの事例

30　持ち物・やることチェックリスト

はじめに

海外渡航を前に、みなさんは渡航先での生活や活動に大きな期待と抱負を抱いていることでしょう。海外での学修・研究・その他の活動は、大きな成果をもたらしてくれますが、不慣れな海外での生活においては、日本国内では思いも寄らない危険に遭遇する可能性があります。日本国内とは、文化も常識も異なる場所での生活では、国内とは異なる日常生活上の注意が必要であることを常に心に留め、渡航前にはしっかり準備をしておくことが大切です。準備と心構えをしっかりしておけば、それらの危険に対し、過剰に心配をする必要はないでしょう。

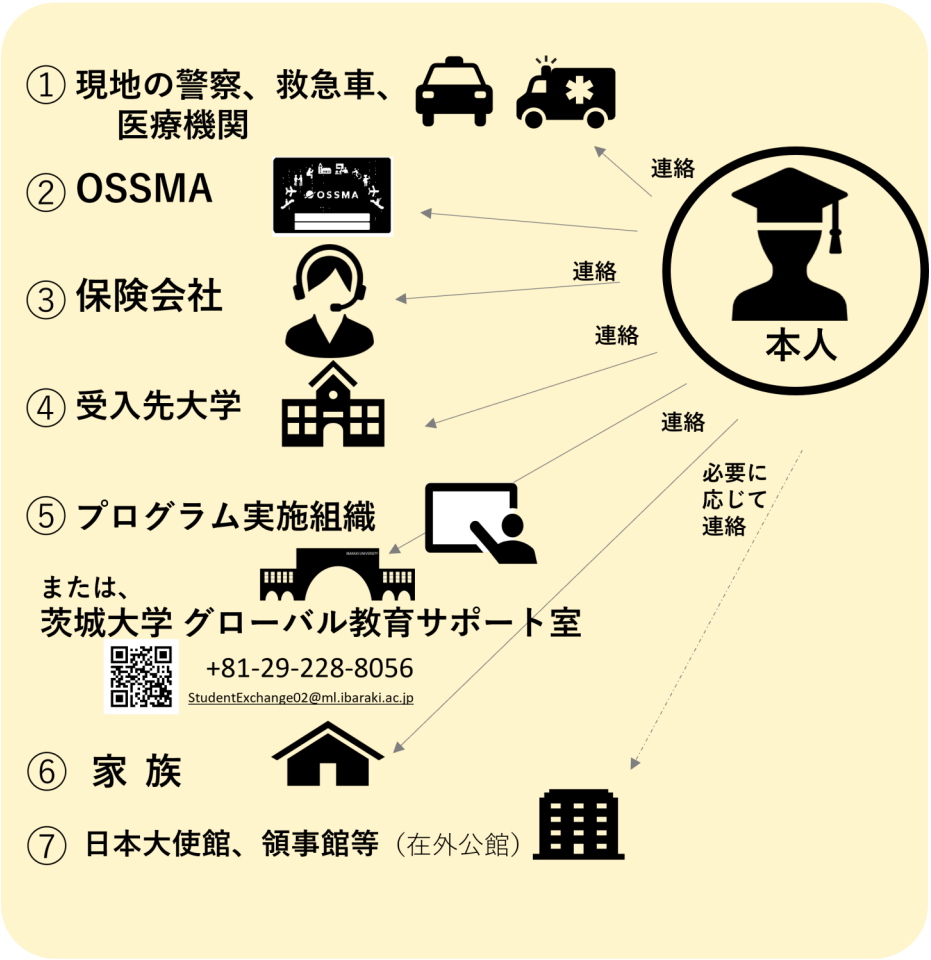
このガイドブックは、海外で活動する際に、渡航先で遭遇するかもしれない危険と、その予防のための準備、そして事故や事件に遭遇してしまったときの対処法についてまとめたものです。このガイドブックの内容を参考に、渡航する国・地域に特有の情報も、最新のものを収集し、さらに、それぞれのプログラム等のガイダンスで提供される情報もよく把握して、渡航のための事前準備を、時間に余裕を持って十分に行いましょう。

緊急時にすぐに参照できるよう、緊急時に何をすればよいかを、このガイドブックの最初のページに記載することにしました。病気やケガ、事件・事故、災害など生命にかかわるような緊急時には、P.4のとおり迅速に、かつ落ち着いて、対応してください。

緊急事態発生時のフロー

各緊急連絡先は、渡航前によく調査し、必要に応じて留学・プログラム担当教職員にも確認し、必ず、連絡先空欄を埋めておきましょう。

また、現地での電話の使い方や、国際電話のかけ方もよく調べておきましょう。



①現地の警察・救急車・医療機関に連絡

警察や救急車の手配を、最優先で行います。

連絡の仕方（電話のかけ方など）を事前に調べておきましょう。既往症がある場合など、医療機関への緊急連絡が必要な可能性のある人は、事前に連絡先を確定し、連絡方法を確立しておきましょう。

	連絡先
警察	
救急車	
医療機関	

②OSSMAヘルプラインに連絡（次頁参照）

トラブルに遭ったときには、今から行おうとしている対応方法や優先順位が合っているかを確かめるためにも、24時間対応のOSSMAヘルプラインを利用し、援助を受けましょう。

現地渡航後すぐに、実際に発信テストをしておくと安心です。

※私事渡航の学生も、OSSMAサービスへの加入が可能です（費用は自己負担）。渡航の3週間前までに、グローバル教育サポート室へお問い合わせください。

病気やケガの際の医療機関の手配、搬送手配、通訳等緊急対応支援のほか、日常生活上の相談対応を行うサービスです。

OSSMA ヘルプライン（24時間365日対応・日本語サービス）

方法１	専用アプリから発信
1.　インターネットに接続できる状態で、画面下のアイコン「ヘルプライン」	
2.　「発信国」リストから自身の滞在国を選択、表示される番号を押して発信（全てフリーダイヤル） ※リストに滞在国名が無い場合：「国が見つからない場合はこちら」を押して、表示される番号を押して発信（この場合有料の国際電話になります。最初に有料電話でかけている旨を伝えれば、担当者から折り返し電話をしてくれます）	

方法２	電話番号から発信
1. OSSMA会員カードの裏面に記載のあるフリーダイヤルへ電話	
2. 暗証番号をきかれたら「39＃」と打ち込む	
※ 無料電話が利用できない場合は、 コレクトコール（+81-3-3811-8286）を利用してください	

方法３	メールで連絡
専用メールアドレス　students@emergency.co.jp	

③保険会社のサービスデスクに連絡

保険会社へ連絡する際の連絡先も、控えておきましょう。なお、OSSMAの会員情報に、加入している海外旅行保険の保険会社の証券番号を登録しておけば、トラブルの際にOSSMAと保険会社の連携がスムーズになります。

OSSMA　Plus（OSSMAに上乗せした海外旅行保険）に加入している場合は、保険会社への連絡は不要です。

保険会社 サービスデスク	会社名
	連絡先

④受入れ先に連絡

短期研修・交換留学等の場合、受入先担当者への連絡が必要です。

受入先担当者	機関名
	担当者
	連絡先

⑤プログラム実施組織に連絡
（引率者がいる場合は引率者が連絡する）

茨城大学でのプログラム実施組織へ連絡をします。研修等で、引率者がいる場合には、引率者が連絡をします。

海外渡航の種類	連絡先
交換留学 語学研修 インターンシップ ボランティア	グローバル教育サポート室 +81-(0)29-228-8056 StudentExchange02@ml.ibaraki.ac.jp
授業としての研修 調査旅行 学会 ゼミ旅行 私費留学 学部・研究科等が実施する語学研修	学部／研究科などの組織
	プログラム担当教員
大学公認サークルの 海外遠征	グローバル教育サポート室（上記と同じ） スチューデントライフサポート室 +81-(0)29-228-8055　　kagai@ml.ibaraki.ac.jp 顧問教員

⑥家族に連絡

氏名	続柄	連絡先

⑦在外公館に連絡（状況に応じて）

パスポートを紛失したときや、大規模な自然災害、デモやテロなどの騒乱があった場合などには、必要に応じて大使館や総領事館などの在外公館へ連絡をします。（参照）外務省　在外公館リスト
https://www.mofa.go.jp/mofaj/annai/zaigai/list/index.html

在外公館	所在地	
	連絡先	

その他　連絡先の控え

渡航前に連絡先を記入しておきましょう。

	連絡先
旅行会社	
渡航先大学の医療サービス・保険センター	
渡航先にある日本語対応の病院	
日本の携帯電話会社	
クレジットカード会社	
パソコンの海外カスタマーサポート	

渡航前の手続き・準備

準備をしっかり行うことにより、海外渡航のリスクを低減することができます。以下の項目を通読し、予防接種や歯科検診など、準備に時間がかかる事項をよく確認して、渡航前のスケジュールを立てましょう。

パスポート

海外渡航にはパスポートが必要です。申請のための書類（住民票、戸籍抄本、写真等）を準備する期間、申請してから発行されるまでの期間を見込んで、早めに準備しましょう。
すでに持っている人は、有効期限を確認し、必要に応じて更新しておく必要があります。渡航先によって必要な残存期間や未使用査証欄が異なるので注意しましょう。
万が一、渡航先でパスポートを紛失したときには、パスポート用の写真を持っていると手続きがスムーズですので、念のため3枚程度持って行くとよいでしょう。

茨城大学での事務手続き

「海外渡航情報連絡票」を下記の提出先へ提出してください。

交換留学・私事渡航の場合	
水戸地区在籍の学生・その他	グローバル教育サポート室
日立地区在籍の学生	工学部学務グループ
阿見地区在籍の学生	農学部学務グループ
その他の大学が実施するプログラムの場合	
その他プログラム参加者	プログラム担当教職員

その他の手続きについて

- 交換留学 →「協定校派遣留学の手続きの流れ」を確認
- その他のプログラム→プログラム担当教職員に確認

※帰国後に航空券半券やパスポートの写し（出入国スタンプ）などの提出が必要な場合もあるので、事前にプログラム担当教職員に確認し、提出物を紛失しないよう保管しておいてください。

海外旅行・留学保険

茨城大学では、海外旅行・留学保険加入を義務付け、「OSSMA Plus」への加入を強く推奨しています。（治療・救援費用3000万円 以上必須）
交換留学の場合、渡航先大学が指定する保険の加入が義務付けられていることもあるため、必ず確認が必要です。
また、プログラムによって、参加者全員で同一の保険に加入する場合があるので各プログラム担当教職員によるガイダンスでの指示に従ってください。
個人で渡航する場合も、グローバル教育サポート室で、「OSSMA Plus」の加入手続きができますので、お問い合わせください。

OSSMAアプリへ情報登録

OSSMAへの会員登録が完了すると、エマージェンシー・アシスタント・サービス（OSSMA事務局）からメールでパスワードが通知され、アプリが使用可能となります。大学メールアドレス（@vc.ibaraki.ac.jp）とパスワードでログインし、すでに登録されている基本情報を確認し、必要に応じて旅程情報を追加します。詳細はOSSMAアプリ操作マニュアルを確認してください。また、アプリのFAQ→「Q.会員カードはどこから入手できますか」から会員カードデータ（PDF）を印刷し、ご自身で情報を記入のうえ、渡航中は常に使用できるよう携行してください。アプリから外務省が提供する「たびレジ」サービスに登録情報を連携させることが可能です。必ず登録してください。

● アプリは複数デバイスで使用可能ですが、渡航者本人以外は登録情報を変更したり安否確認に応じたりしないようにしてください。
● 災害・事故発生時に、安否確認などのOSSMAサービスを受ける際には、これらの情報が必要です。必ず登録してください。
● 滞在地から別の場所へ旅行する際も、その旅程を必ず登録してください。
● 私事渡航の学生も、利用料は自己負担となりますが、大学を通じて加入が可能です。渡航の3週間前までにグローバル教育サポート室へお問い合わせください。

「たびレジ」登録

「たびレジ」は、外務省からの最新の安全情報を日本語で受信できる無料の配信サービスです。「たびレジ」に登録すると現地の大使館・総領事館から、日本語で最新の安全情報がメールで届きます。また、大規模な事件・事故、テロ、自然災害等緊急事態が発生した場合、被害の状況によっては、現地の大使館・総領事館から、緊急連絡のメールが届き、安否の確認や必要な支援などを受けることができます。

OSSMAアプリへの情報入力の際、併せて「たびレジ」に登録できますので、必ずOSSMAアプリに登録する旅程情報をたびレジに自動的に登録することについて」の項目は「同意する」を選択してください。

「たびレジ」について、詳細を外務省のホームページで確認してください。

https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/index.html

在留届の提出（3ヶ月以上滞在する日本人のみ）

外国に住所又は居所を定めて３ヶ月以上滞在する日本人は、外務省へ「在留届」を提出することが法律で義務付けられていますので、必ず提出してください。緊急発生時には、提出された「在留届」をもとに、大使館・総領事館が、安否確認・支援活動等を行います。

日本出発前でも、現地到着の９０日前から、住所が未定であってもオンラインにて提出することができます。

「在留届」について、詳細を外務省のホームページで確認してください。

https://www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/index.html

健康診断・予防接種

渡航先によっては、予防接種や詳細な健康診断が必要な場合があります。その場合は、少なくとも出発の8〜12週間前までに、かかりつけ医やトラベルクリニックで受診してください。正しく予防接種を受けるためには、旅程について医療関係者と話し合うことが重要です。

※渡航先機関へ英文の健康診断書の提出が求められる場合があります。英文の診断書の作成が可能か、かかりつけ医に確認しましょう。大学の健康診断を受けていれば、保健管理センターで英文による診断書の発行を申請できます。ただし、診断書を受け取るまで日数がかかる点に留意しましょう。

※持病等がある場合は、かかりつけ医に英文でメディカル・レポートの作成を依頼し、留学中は携帯してください。また、渡航先で薬の入手が必要な場合は、必ず、かかりつけ医等とよく相談し、入手方法を手配しておいてください。持病等がある場合、内容によっては、留学・その他プログラムへの参加が可能かどうかについての判断材料として医師の診断書の提出を求める場合があります。

歯科検診

海外では、歯科は保険がきかず、治療費が高額になります。今は自覚症状がなくても、早めに一度歯科検診を受け、計画的に治療を済ませておきましょう。

医薬品

持病の薬の他、風邪薬や胃腸薬、頭痛薬、かゆみ止め等は、普段から使い慣れているものを日本から持参してください。海外では医師の処方箋なしで買える薬は少なく、日本の薬に比べて一度の服用量が多いことなどが原因で、胃を悪くしたり、下痢になったりする場合もあります。
持病やアレルギーがある場合は、病名や内服中の薬（商品名と一般名）、アレルギーについて英文で記載された診断書や検査データのコピーを予め準備し、常に携帯してください。
参考HP：くすりのしおり　http://www.rad-ar.or.jp/siori/
医薬品や、コンタクトレンズは、国によっては持ち込める量に制限がある場合があるので、確認をしておきましょう。

金銭管理

クレジットカードやトラベルプリペイドカードを作っておくと便利です。
下記項目を考慮し、自分に合う金銭管理の方法を選択し準備するとよいでしょう。

- 海外ATMで出金
- 日本からの送金機能
- 盗難・紛失時のサポート
- 申し込み条件

カード類や送金方法は、紛失、盗難のほか、通信障害等で使用できない場合などに備えて、複数用意しておくことをお勧めします。

⑴現金

日本円で持って行き、現地で両替する、または日本で現地通貨に両替して持って行きます。渡航当初は、キャッシュレスが進んでいる国であっても、ある程度の現金が必要です。ただし、多額の現金を持ち歩くのは危険です。

⑵クレジットカード

カードで支払いをする他、キャッシング機能で、海外のATMで現金を引き出すことができることが多いです。キャッシングでは、利息がつくので注意しましょう。また、引き落とし明細をこまめにチェックし、不正使用対策を怠らないようにしましょう。

⑶トラベルプリペイドカード

海外で使えるプリペイド式キャッシュカードです。指定口座に入金しておいた金額を、海外で使えます。追加のチャージが可能です。クレジットカードのように、カードでの支払い、ATMでの現地通貨引き出しができます。
事前に入金してある金額の範囲でしか使えないので使いすぎの防止になり、また、不正使用の被害額を抑えることができます。

⑷海外送金

長期滞在のときは、渡航先で銀行口座を開き、その口座に日本の家族から送金してもらう方法もあります。銀行からの電信送金では、1回あたり5000円程度、ゆうちょ銀行では2000円程度の送金手数料がかかり、日数も2日～10日以上かかることがあります。
その他にも手数料の安い海外送金サービスもあります。

携帯電話

日本で使用している携帯電話を国際ローミングで使用すると通信料が高額になるため、携帯電話の利用用途や渡航期間に合わせて使用方法を選択しましょう。フリーWi-Fiのみの使用という状況は、お勧めできません。

≪例≫
- 海外定額パケットサービスを契約し、日本から携帯電話を持ち込む
- 海外で使用できるSIMカードを購入し、SIMフリーの携帯電話で使用
- 現地でプリペイド携帯を購入
- Wi-Fiルーターをレンタル

※日本から携帯電話を持ち込む場合は、海外で使用するための設定方法やプラン、通話料などを、契約している通信会社に確認しましょう。
※留学先では使えないアプリやサービスもありますので、事前に適切な連絡ツール等を調べておきましょう。

重要書類のコピー

パスポート、入学許可証（交換留学の場合）など重要な書類は、コピーを取って持参し、原本とは別に保管して、万が一の紛失に備えましょう。画像を、安全かつ取り出しやすい場所に、第二の予備として保管しておくのも有効です。
クレジットカードなどの紛失・盗難、不正使用被害に備えて、クレジット会社等の紛失・盗難連絡先とカード番号の控えも常に携帯し、迅速に対応ができるようにしましょう。
渡航スケジュールや、これらの重要な書類のコピーは、家族にも渡しておきましょう。

危機管理セミナー

渡航前に、グローバル教育サポート室が開催する危機管理セミナーを受講してください。毎年7月、2月に開催しています。受講できなかった学生は、プログラム実施組織の個別指導を受けてください。

渡航時、渡航先、経由地、派遣先以外に旅行する国・地域に関する情報収集

- 渡航先国の民族性、文化、宗教、政治経済、習慣・マナーをよく調べましょう。文化が違えば、「常識」が違います。タブーや宗教、民族的マイノリティの特性なども調べておきましょう。
- 大きな災害、事件等の情報について、OSSMAアプリからお知らせが表示される場合があります。重要な情報を見逃さないよう、滞在中はアプリの通知を常にONにしておいてください。
- 渡航先国に滞在していた先輩等の話を聞き、参考にしましょう。
- 渡航の際の荷物について、国や航空会社等によって「機内持ち込み手荷物」「預け入れ手荷物」のルールが異なりますので、確認しておきましょう（例：モバイルバッテリーや、液体物の扱いについてなど）。

▶治安

◇ 外務省 海外安全ホームページで確認してください

https://www.anzen.mofa.go.jp/

◇ 危機情報レベル2以上及び感染症危機情報レベル2以上とされる地域への渡航は、取りやめること。

カテゴリー	危険情報の発出の目安	「感染症危険情報」の目安
レベル１ 十分に注意	その国・地域への渡航，滞在に当たって危険を避けていただくため特別な注意が必要です。	特定の感染症に関し、その国・地域への渡航、滞在に当たって危険を避けていただくため特別な注意が必要です。
レベル２ 不要不急の渡航は止める	その国・地域への不要不急の渡航は止めてください。渡航する場合には特別な注意を払うとともに，十分な安全対策をとってください。	特定の感染症に関し、その国・地域への不要不急の渡航は止めてください。渡航する場合には特別な注意を払うとともに、十分な安全対策をとってください。
レベル３ 渡航は止める （渡航中止勧告）	その国・地域への渡航は，どのような目的であれ止めてください。（場合によっては，現地に滞在している日本人の方々に対して退避の可能性や準備を促すメッセージを含むことがあります。）	特定の感染症に関し、その国・地域への渡航は、どのような目的であれ止めてください。（場合によっては、現地に滞在している日本人の方々に対して退避の可能性や準備を促すメッセージを含むことがあります。）
レベル４ 退避、渡航はやめる（退避勧告）	その国・地域に滞在している方は滞在地から，安全な国・地域へ退避してください。この状況では，当然のことながら，どのような目的であれ新たな渡航は止めてください。	特定の感染症に関し、その国・地域に滞在している方は滞在地から、安全な国・地域へ退避してください。この状況では、どのような目的であれ新たな渡航は止めてください。

▶水・食品衛生、生活情報
現地の衛生状態について、また、電圧や電気プラグの型などについても情報収集しておきましょう。

▶交通機関
渡航先での移動手段・交通機関・移動所要時間などは、事前に調べておきましょう。国内旅行と同じ感覚で「行けばどうにかなる」と考えるのは、とても危険です。

▶気候
気温、乾燥、日照、降雨など、季節の変化に対応できるよう調べておきましょう。持参する衣服を考える際にも参考になります。

▶医療サービス
渡航先にどんな医療サービスがあるのか、また予約制かどうか、日本語対応の病院があるか等は、必ず事前に調べておきましょう。
体調が悪くなってから、自分で調べるのは大変です。
（参考）外務省 世界の医療事情
https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/index.html
OSSMAアプリのヘルプラインでは、適切と判断される最寄りの医療施設を紹介してもらえます。

▶医療用語
渡航先の病院でのコミュニケーションに支障をきたさないように、自分がかかった病気や症状を英語または現地の言語で説明できるように準備しておくと安心です。言葉がわからずコミュニケーションが困難な場合は、OSSMAアプリのヘルプラインで、電話を通した通訳サービスを依頼できます。

▶日本人コミュニティー
滞在期間が長い場合は、現地に日本人コミュニティーやサークルがあるか調べておきましょう。困った時に、コミュニティーの人たちに相談できます。

リスクとその予防

「自分の身は自分で守る」が基本です。大切なことは、日本の基準や感覚で生活しないことです。また、「自分だけは大丈夫」、「今までも大丈夫だった」と安易に考えず、常に、危機に巻き込まれないよう心がけ、回避するための感覚を身につけ、行動しなければなりません。
まずは、起こりうるリスクとその予防について知識を持ちましょう。

安全面のリスク

交通事故や、盗難、強盗、詐欺などの犯罪、あるいはテロや自然災害により、身体や所持品に危害が加わるリスクに対して、常に自分の身に起こりうると考えて行動する必要があります。日本とは全く異なる常識の中にいることを意識し、できる限り危険を避け、周囲の環境・雰囲気に対してアンテナを張り、感度を高めておくことが大切です。

- 渡航先、周辺国・地域の安全情報を常に確認する。（たびレジ情報も）
- 危険な場所に近づかない。現地住人などから危険エリアの情報を得る。
- なるべく目立たない、現地に馴染む服装をする。
- 現地の法律を守り、現地の文化や習慣を尊重する。
- 深夜の外出は控える。
- 外出時は、なるべく大通りを通る。（遠回りでも）
- 現地の地理を熟知するまでは、地図を携行する（スマートフォンのGoogleマップに滞在予定地のオフラインマップをあらかじめダウンロードしておくと便利）。緊急時に警察や救急に連絡する場合に、自分の居場所を確認する際に有効。
- 所持品に対する注意を常に怠らない。（携帯電話、財布、パソコン等）
- ドアの施錠、貴重品の管理は十分に注意する。
- ホテルではドアチェーンを掛け、ノックされても不用意にドアを開けない。
- 見知らぬ人や、信頼できる友人以外からもらった飲食物を安易に口にしない。
- 大金や貴重品を持ち歩かない。
- 外出時には、強盗対策として、すぐに取り出せる場所に、小分けした現金を入れておく。
- 喫煙者は、喫煙場所を確認し、認められた場所で喫煙する。

- 個人情報をむやみに他人に教えない。
- 見知らぬ人を安易に信用しない。友人でも節度を持って接する。
- 飲酒できる年齢を確認する（例：アメリカは21歳以上）。飲酒は慎重に。
- 麻薬や覚醒剤などの薬物には、どんな理由でも絶対に手を出さない。

身体面のリスク

食事や水が体に合わず、体調を崩したり、十分な衛生管理をされていない食事をして感染症にかかったりすることもあります。思いがけず、虫垂炎などの予防できない病気にかかることもあるでしょう。

- 渡航前、渡航中を通して、免疫力を落とさないよう、睡眠・休息を十分に取り、規則正しい生活、バランスの良い食事を心がける。
- 生水は飲まない。
- 水や氷、カットフルーツは、レストランで出されたものでも、場所によっては注意する。
- 魚介類、肉、野菜は、十分に火の通ったものを食べるようにしましょう。生卵や、十分に火の通っていない乳・卵製品、自家製アイスクリームなどは避ける。
- 蚊が媒介する病気の流行地域周辺では、虫刺され防止策を十分に講じる。
- 野犬や野良猫、鳥類に近づかない。
- 医薬品は、日本から持参した普段から使い慣れているものを使用する。
- HIVウィルス（エイズ）の感染を避ける。
- 滞在地近隣の病院の情報は、事前に調べておく。

海外渡航に伴う不安や心理的ストレスが生じた場合は、

グローバル教育サポート室にお気軽にご相談ください。

相談時間　平日8：30～17：15（日本時間）

☎029-228-8056　✉StudentExchange02@ml.ibaraki.ac.jp

精神面のリスク

新しい環境への適応、外国語での学習等のストレスが重なって、精神的に不安定になることも考えられます。カルチャーショックは、誰にでも起こります。焦らず、慌てず、一人で悩まないようにしましょう。

- 日本人でも、外国人でも、気楽に話ができる友人がいることは大事なことです。
- 散歩、旅行、食事、その他趣味の活動など、自分なりにうまく気分転換できる方法を見つけておきましょう。
- 渡航先が教育機関であれば、カウンセラーがいます。困った時には、遠慮せずに、カウンセラーに相談しましょう。
- OSSMAアプリのヘルプラインでは、どんな悩み事でも相談に乗ってくれます。
- グローバル教育サポート室でも相談を受付けます。
  StudentExchange02@ml.ibaraki.ac.jp

加害者・犯罪者になるリスク

渡航先の交通ルールに不慣れなうちは、交通事故を起こす可能性が高まります。また、日本では犯罪ではない行為が、渡航先の法律では犯罪に該当することがあります。ちょっとした不注意や、軽はずみな行動により、加害者や犯罪者にならないよう、注意しましょう。

- 在留資格や在留期限切れに注意する。
- ホテルやアパートで、風呂の水を出しっ放しにして、階下の部屋まで被害が及ぶ、ベランダから物を落として下の歩行者等にケガをさせる、自転車に乗っていて歩行者に接触し、ケガをさせる、などの事故を起こさないよう、日頃から注意する。
- 国境地域、空港、公共施設、美術館など、撮影禁止エリアに注意する。子供や先住民族など、「可愛いから」「珍しいから」という理由でむやみに写真を撮らない。必ず撮影許可をとる。
- 空港で見ず知らずの人や、現地の知人から、荷物を預からない。（日本あるいは次の渡航地へ運んで欲しいという荷物を預かり、税関でその預かった荷物のなかから麻薬が見つかって、麻薬輸送の現行犯で逮捕される例があります）
- 麻薬や覚醒剤等には、どんな理由でも絶対に手を出さない。

渡航中の対応

海外に渡航中の対応について理解し、緊急時の対応についても心構えをしておきましょう。

渡航先に到着したら

1）到着連絡

本学の教職員が引率しない場合は、滞在先に到着後、速やかにプログラム実施組織へ連絡してください。
※交換留学生の場合は、Teamsチャネルまたは
StudentExchange02@ml.ibaraki.ac.jpにメールで連絡してください。

2）在留届の提出

外国に住所又は居所を定めて3か月以上滞在する日本人は、「在留届」を提出することが法律で義務付けられています。
緊急事態発生時には、提出された「在留届」をもとに、大使館・総領事館が、安否確認・支援活動等を行います。オンラインでの提出が可能です。
外務省オンライン在留届：https://www.ezairyu.mofa.go.jp/

3）渡航先のオリエンテーションへの参加

派遣先機関等のオリエンテーションに参加し、緊急時のルールを把握しておいてください。

平常時　OSSMAアプリから定期に安否確認が届きます。必ず応答してください。（到着日の1週間後及び毎月1回）
定期安否確認に応答がない場合は、個別の各種安否確認の手続きを開始します。

危機事象発生時の初動対応

もしも犯罪に遭遇したら

- 自分の身の安全、命を守ることを最優先する
- 無理な抵抗をしたり、追いかけたりはしない
- 本ガイドブックP.4 に沿って、各所に連絡する

もしも事件・事故・災害が発生したときは

- 本ガイドブックP.4 に沿って、各所に連絡をする
- OSSMAからの臨時安否確認に応答する
- 在外公館が発出する情報をHP等で入手する
- 災害発生時は、危険な場所には絶対に近づかない

帰国後の手続き

帰国後に茨城大学での各種事務手続きをすすめましょう。

帰国後の手続き

交換留学

- 「協定校派遣留学の手続きの流れ」を確認してください。
- 茨城大学の代表として派遣されていることから、帰国後も様々な書類の提出や、国際交流関連イベントへの参加が要請されます。

その他プログラム

- プログラム担当教職員に確認してください。

トラブルの事例

参考：外務省　海外安全ホームページ　海外邦人事件簿一覧
https://www.anzen.mofa.go.jp/jikenbo/jiken_index.html
一般社団法人海外法人安全協会　海外安全お役立ち情報

① スリ

- ソフトクリームを食べながら歩いてきた外国人がいきなりぶつかってきて、服がソフトクリームで汚されてしまった。その人は親切を装って拭き取ってくれたが、後で気がつくと財布がすられていた。
- バスの中で集団に囲まれ、揺れるたびに体に触れられ、乗降客があるたびに、押されたりして、後で気がつくと財布をすられていた。

予防のために

◇バッグや上着ポケット、ズボンの後ろポケットなど、自分が便利に取り出せるところは、すなわち、盗まれやすいところです。これらの場所には貴重品を入れないようにする。
◇混雑する場所では特に警戒する。
◇親切な人に見えても、むやみに信用しないことも大事です。

被害にあってしまったら

◆犯人を捜さない。
◆すぐに警察署に届け出る。

② ひったくり

道を歩いているとき、肩にかけていたショルダーバッグを、後ろからきたオートバイの二人組に追い越しざまに引ったくられてしまった。

予防のために

◇道を歩くときは車道側を避け、荷物は車道の反対側かつ体の前方に置く。
◇背後に気を配る。

被害にあってしまったら

◆引きずられてケガをする恐れがあるので、抵抗せずに荷物から手を離す。
◆追いかけない。
◆身の安全を確保し、すぐに警察署に届け出る。

③ 首締め強盗

夕方近くに駅の構内を歩いていたところ、二人組の男に背後から襲われ、首を絞められて、数秒で気を失い、荷物や財布、パスポートを奪われた。通行人に助けられ病院に行ったが、首にあざができるほどの怪我を負い、数日間の入院を余儀なくされた。

予防のために

◇金品をたくさん持っていると思わせる服装や行動をしない。
◇一人または少人数で行動する時は特に、怪しい人物に付け狙われていないか、常に前後左右に気を配る。

被害にあってしまったら

◆抵抗しない。
◆身の安全を確保し、すぐに警察署に届け出る。
◆ケガが軽い場合であっても、安易に自己判断をせず、病院で診察を受ける。

④ 路上強盗

夜間、乗る列車の出発迄時間があったので駅周辺を散歩していたら、いきなり暗がりに引きずり込まれ、暴力を振るわれ、カバンを強奪された。

予防のために

◇夜間または早朝の外出は極力さけ、やむを得ず外出する場合は近い距離であってもできるだけタクシーなど乗り物を利用する。
◇移動のスケジュールを立てる際、目的地に夜遅くに到着する計画は避ける。

被害にあってしまったら

◆強盗は、凶器を所持している可能性が高いので、生命の安全を第一に考え、抵抗しない。
◆静止し、相手の要求をよく聞き、不用意に動かない。（早く現金を渡そうとして、ポケットに手を入れる動きを、銃を取り出そうとする動きだと思われて、攻撃される事例があります。）
◆すぐに警察署に届け出る。

⑤ 置き引き

- 空港の到着ロビーで、機内預けのスーツケースを引き取っている間に、カートに置いたカバンを置き引きされてしまった。
- 列車に乗り出発を待っているとき、窓を叩いてきた人に注意を向けたスキに、列車内にいた仲間によって自分のわきに置いたカバンを置き引きされた。

予防のために

どんな時でも、自分の持ち物から目を離してはいけません。特に、自分の身の回りで何か気を取られるようなことが起きたら、まずは持ち物をしっかり確保しましょう。

被害にあってしまったら

◆犯人を捜さない。
◆空港の場合は、日系航空会社のカウンターに届け出る。
◆すぐに警察に届け出る。

⑥ 睡眠薬強盗

観光中、自分も旅行しているという者と親しくなり、一緒に観光している途中で勧められたクッキーを食べたところ、急に意識がなくなった。気がついたら、パスポート、現金、時計などの貴重品全てが盗まれていた。

予防のために

◇ 現地で知り合った人からすすめられた飲食物は、不用意に口にしない。
◇ 初めて知り合った人と食事をするときは、離席などで一度自分が目を離した物は口にしない、くらいの用心が必要です。

被害にあってしまったら

◆すぐに警察署へ届け出る。
◆意識が回復した後、特に症状が無いような場合であっても、安易に自己判断をせず、病院で診察を受ける。

⑦ 偽警官

市内観光をしている時、両替を求めて近づいてきた男がいて困っていると、別の男が近づいてきて、警察手帳のようなもの（偽手帳）を見せながら、その男を追い払った。パスポート、財布の提示を求められ、中身を確認された。帰ってから財布を確認すると、高額紙幣が抜き取られていた。

予防のために

どの国の警察官も、よほどのことが無い限り、路上で持ち物検査をすることはありません。警察官という言葉を無条件に信用しない。警察手帳をみせられたら、しっかり確認し、不審な点があれば、「他の警察官にも立ち会ってもらう」「日本大使館・総領事館に連絡する」と主張し、毅然とした態度で冷静に対処すること。冷静に警察手帳の氏名（名札）や人相などを確認しておくと、被害届を出すときに役立ちます。

⑧ 悪徳タクシー

- タクシーの乗り場が混雑していたので、無資格営業と思われるタクシー（日本で言う「白タク」）の誘いに応じて乗車したところ、暗い路地に車を止められて、運転手に凶器で脅され、所持品一切を奪われた。
- 流しのタクシーに乗ったところ、人通りの少ない場所に連れていかれ、運転手と結託した二人組の強盗に乗り込まれた。拳銃を突きつけられ所持品を奪われた上、見知らぬ場所に置き去られた。

予防のために

記録が残るアプリを利用したタクシーを利用する。正規のタクシーを利用する。

⑨ クレジットカードのスキミング

レストランで食事をし、支払いの際、請求書とカードをウエイターに渡して、食事のテーブルでサインして支払いをしたところ、スキミングされて、サインを必要としないガソリンスタンドやスーパーマーケットで使用されていた。カードは紛失していないため気付かずにいたが、数日後、自分でカードを利用した際、限度額を超えていることが分かり、被害を認識した。すぐにカードを使用停止にしたが、所持していたクレジットカードはその一枚だけだったため、実家から送金をしてもらうまでの間、友達にお金を貸してもらわなければならなかった。

予防のために

◇ クレジットカードで支払いをする際は、自ら会計カウンターに出向き、カードから目を離さない。レシートの内容をよく確認してからサインをする。
◇ レシートは、一定期間保管しておく。
◇ オンラインで引き落とし明細が確認できる場合は、こまめにチェックする。
◇ カードの限度額をある程度低めに設定し、被害が早めに判明するようにするのも一つの自衛策です。
◇ もし被害にあっても、入金してある金額が限度となる、プリペイドのキャッシュカードを利用するのも一つの方法です。
◇ カードを使用停止にし、再発行するまでには時間がかかるので、現金を入手できる手段を事前に複数用意しておきましょう。

被害にあってしまったら

◆ すぐにクレジットカード会社の盗難・紛失窓口に連絡し、使用停止の手続きをする。
◆ 警察署に届け出る。

⑩ 写真撮影

夜景がきれいな港の風景を撮影していたら、警察官が近づいてきて、ここは撮影が禁止されている区域であると告げられ、カメラ、フィルムを没収されてしまった。

注意すること

◇ 多くの国では、軍事施設をはじめ、港湾、空港、大統領官邸など保安上重要な公共施設の撮影を制限しています。

◇ 国民性、民族性の違いから、現地の人が無断で撮影されることを非常に嫌がる場合があります。安易に他人を撮影しないよう、注意しましょう。

⑪ 麻薬を買わされた

街を歩いていたところ、よいお茶があるからといって、少量を購入させられた。ホテルに帰った後、警察官が「麻薬の取締りだ」と部屋を訪れ、そのお茶を調べられた。実はそのお茶は麻薬であったため、現行犯で逮捕されてしまった。

※国によっては麻薬所持の密告者に報奨金を支払う制度があり、麻薬の売人がその報奨金目当てに旅行者を騙すケースがあります。

注意すること

◇ 興味本位で何か分からないものを購入しない。

◇ 軽い気持ちで麻薬に手を出さない。

⑫ 知らないうちに運び屋にされた

現地で知り合った男性から「○○国に着いたら、この荷物を友達に渡して欲しい」と頼まれ、その荷物をもって、目的地に出かけた。目的地の空港に着いたところ、手荷物検査でその荷物の中から、麻薬が発見され、麻薬密輸の現行犯で逮捕されてしまった。

予防のために

◇ 他人に騙された場合でも、麻薬密輸には重い刑罰が科されます。騙されたことを証明することは非常に困難なので、被害に遭わないように十分に気をつけること。

◇ 見知らぬ人はもちろん、たとえ知り合いでも、他人の荷物を安易に預かり、国外に運ぶことは絶対に避けましょう。

◇ 空港などでスーツケースが紛失したり、鍵が壊されたりした場合に、きちんとした関係者ではない人物から、代わりのスーツケース等を提供された場合も、そのスーツケースに仕掛けが施されている可能性があるので、十分注意しましょう。

⑬ 下痢・腹痛・食中毒

● 食堂でミネラルウォーターを注文したが、ぬるかったので、氷を入れてもらった。その氷が生水でつくったものだったようで、おなかを壊してしまった。

● 街の屋台などでは、加熱をしていないものは食べないように気をつけていたが、レストランであれば大丈夫だと思い、生牡蠣を食べたところ、当たってしまった。

予防のために

◇ 現地の衛生状況によって、生水や生ものを食べないように注意することが必要です。水、氷、生野菜、カットフルーツ、自家製アイスクリームなどには注意しましょう。

◇ レストランであっても、生ものを食べるのは避けた方がよいでしょう。

被害にあってしまったら

医薬品は、日本から持参した普段から使い慣れているものを使用しましょう。

やることチェックリスト

- □ 大学へ海外渡航情報連絡票提出
- □ OSSMAアプリ登録
- □ たびレジ登録
- □ 在留届提出（3か月以上の場合）
- □ 予防接種
- □ 歯科検診
- □ レンタルWi-Fi / SIMカード
- □ 重要書類のコピーと控えを家族に渡す

持ち物チェックリスト

- □ パスポート
- □ ビザ
- □ パスポート用写真予備（3枚程度）
- □ 海外旅行保険　被保険者証
- □ 渡航先機関入学許可証等重要書類、証明書
- □ 茨城大学在学証明書（英文）
- □ 航空券（Eチケット）
- □ 健康診断書
- □ 英文健康診断書（メディカルレポート）
- □ 現金、外貨
- □ クレジットカード等
  （トラベルプリペイドカード）
- □ 医薬品（常備薬、処方箋、生理用品）
- □ コンタクトレンズ関係、眼鏡
- □ 携帯電話、モバイルバッテリー
- □ ノートパソコン
- □ 重要書類のコピー/控え（パスポート、保険証、国際免許証、入学許可書、クレジットカード等、メディカルレポート、処方箋、茨大在学証明書）
- □ 渡航先の地図