

# 2023年度 海外留学危機管理チェックシート

このチェックシートは、海外留学等に参加する皆さんの危機管理を各自が確認するためのものです。渡航中の事故や事件を出来るだけ回避し、「自分の身は自分で守る」という自己責任において行動出来るよう、危機管理の事前チェックを行ってください。不十分と思われる項目は、必ず出発までに必要な情報を入手し熟知するとともに、手段や対策を講じるよう準備してください。（各チェック項目に☑を入れてみましょう）

## □ 1. 渡航中のリスクを理解していますか!?

### 【4大リスク】とは？

- 安全面：事故や事件によって身体や所持品などに危害が加わる。
- 健康面：病気（感染症、持病含む）などにかかる。
- 精神面：環境への不適應やストレスにより、精神的な不安定を引き起こす。
- 犯罪面：自分の不注意により、他人の物を壊したり、怪我を負わせる、違法な荷物を預かるなど、知らないうちに犯罪に関ってしまう。

## □ 2. 渡航中の事故を防ぐために、海外に出た時は意識を切り替えることが出来ますか!?

## □ 3. 「自分の身は自分で守る」という心構えはありますか!?

### 【主な心構え】

- ①渡航先では常に危機回避の手段や行動を意識する。
- ②目立つ服装や言動は慎む。
- ③歩きながらスマートフォン（SNS、メール、イヤホン）を使用しない。
- ④現金、カード類は分散して管理し、多額の現金や貴重品は持ち歩かない。
- ⑤盗まれやすい位置（後ポケットやリュックポケット）に財布などを入れない。
- ⑥大きな声（日本語）で話をするなど、日本人として注目されやすい行動は慎む。
- ⑦単独行動や夜間、早朝の外出はしない。
- ⑧行先や行動予定は前もって友人や引率教員、あるいは留学先関係者に伝える。
- ⑨常に自分の居場所を明らかにし、いつでも連絡がとれるようにしておく。
- ⑩危険な地域、人通りの少ない路地には近寄らない。
- ⑪官公庁や治安機関等の関連施設、集会等で人が集まる場所には不用意に近づかない。
- ⑫何気ないことにも注意し、何となくおかしいなという「気付き」を大切にす。
- ⑬ひったくりや強盗などにあったら抵抗しない。
- ⑭住居やホテルではドアや窓の施錠をしっかりとし不用意にドアを開けたりしない。
- ⑮安易に他人を信用しない。（親しくなっても節度をもって接し自分の意志をはっきり伝える）
- ⑯現地の法律を守り、渡航先の宗教や文化等を理解し尊重する。
- ⑰薬物使用や未成年の飲酒など日本国内の法律に抵触する行為は行わない。
- ⑱見ず知らずの人や現地で知り合った人から安易に荷物を預からない。
- ⑲バイクや自転車、流しのタクシーなどには乗らない。
- ⑳お酒は飲み過ぎないように十分注意する。（飲酒後は正しい判断が出来ない、未成年は禁止）
- ㉑安易にカメラで撮影しない。（政治的、宗教的、軍事的な撮影禁止対象に注意）
- ㉒渡航前に健康診断を受け、必要な予防注射を受ける。
- ㉓既往症やアレルギーがある場合には、英語の診断書を入手する。
- ㉔水や生モノに注意する。（肝炎、赤痢の恐れがある地域では、生水、氷は絶対に口にしない）
- ㉕虫や動物に噛まれぬよう、また不用意な接触到に注意する。（蚊による感染症、狂犬病などに注意）
- ㉖細菌・ウイルス・真菌・寄生虫などを介した感染症に最大限の注意を払う。

## □ 4. 渡航先の治安状況を熟知していますか!?

## □ 5. 渡航先の衛生環境を熟知していますか!?

□6. 「外務省海外安全ホームページ」を知っていますか!?

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

□【危険情報】とは？

渡航・滞在にあたって特に注意が必要と考えられる国・地域に発出される情報で、中・長期的な観点からその国の治安情勢をはじめとした、政治社会情勢等を総合的に判断し、それぞれの国・地域に応じた安全対策の目安を知らせるもので、安全対策の4つの目安（カテゴリー）に分かれる。

□【感染症危険情報】とは？

新型コロナウイルス感染症等危険度の高い感染症に関し、渡航・滞在にあたって特に注意が必要と考えられる国・地域について発出される海外安全情報で、予防対策の4つの目安（カテゴリー）に分かれる。

□【危険情報・感染症危険情報】4つの目安

- ・「レベル1：十分注意してください。」
- ・「レベル2：不要不急の渡航は止めてください。」
- ・「レベル3：渡航は止めてください。（渡航中止勧告）」
- ・「レベル4：退避してください。渡航は止めてください。（退避勧告）」

□【スポット情報】とは？

特定の国や地域において日本人の安全に関わる重要な事案が生じた際、あるいは生じる可能性がある場合に速報的に出される情報。その内容は、テロや紛争に関する情報のように日本人の生命に深刻な影響を及ぼすものから、感染症など深刻な病気となる恐れのあるものまで多種多様、いずれも渡航・滞在時の安全対策やトラブル回避の観点から、知っておく必要があると思われる事案について、個々に情報提供することを目的としている。

□【広域情報】とは？

複数の国や地域にまたがる広い範囲で注意を必要とする事態が生じた際に注意を呼びかけるもの。中でも、国際テロ組織の動向に関する情報等は、特定の国や地域に限定できない場合が多いことから、「広域情報」で広く注意を呼びかける場合が一般的。また「広域情報」には、全く地域を限定しない（全世界を対象とする）場合、複数の国や地域にまたがる範囲に限定する場合があるので忘れずチェックすることが必要。

□【安全対策基礎データ】とは？

各国への渡航・滞在に当たって、その国の防犯やトラブル回避の観点から知っておきたい基礎的な情報を取りまとめたもの。「危険情報」が出ていない国でも日常的な犯罪は多く発生しているため、決して安心せずに、安全な渡航・滞在のための知識を身につけることが大切。

□7. 「海外安全アプリ（外務省）」を知っていますか!?

【海外安全アプリ（外務省）】

スマートフォンにインストールすることで、スマートフォンのGPS機能を利用して現地及び周辺国・地域の海外安全情報を表示したり、渡航先に対する海外安全情報が発出された場合にプッシュ通知で受信したり、また、各国・地域の緊急連絡先を確認することが出来る。

□8. 渡航先の連絡先や国内の緊急連絡先を大学に届け出ていますか!?

□9. 「在留届」あるいは「たびレジ」への登録方法を知っていますか!?

□10. 自身が加入する海外旅行総合保険の補償内容を知っていますか!?

□11. 治療が可能な渡航先の病院の連絡先や所在地を知っていますか!?

□12. 渡航先の病院では、自分で診察を受けることが出来ますか!?

□13. 大学への緊急連絡方法を知っていますか!?

□14. 渡航先在外公館（日本国大使館・総領事館など）の連絡先や所在地を知っていますか!?

□15. 事件・事故に遭遇した場合、現地在外公館へ援護依頼を行うことが出来ますか!?

\* 渡航中にどのような事態が発生するかは全く予測出来ません。現地の情報を事前に把握した上で、「自分の身は自分で守る」ための手段や対策をしっかりとイメージし準備しておくことが大切です。