

東京海洋大学 海外渡航安全ガイド

渡航前

1. 海外渡航に関する可否判断基準

本学では、外務省の危険情報・感染症危険情報に基づき「海外渡航にかかる可否判断基準」を設けています。大学が主催する留学プログラムや大学業務による出張の可否は、渡航許可に係る権限者が以下の基準を基に判断をします。プライベートな渡航においても渡航の判断の際に参考にしてください。

外務省 危険情報・ 感染症危険情報	学生		教職員	
	渡航可否	渡航時の注意事項	渡航可否	渡航時の注意事項
なし	原則可		原則可	
レベル1 十分注意してください	原則可	特別な注意を払って渡航・滞在するものとし、常に自分の所在を明らかにし、連絡が取れるようにすること	原則可	特別な注意を払って渡航・滞在するものとし、常に自分の所在を明らかにし、連絡が取れるようにすること
レベル2 不要不急の渡航はやめてください	原則不可 (ただし、旅行命令権者へ相談の上、渡航の必要性和渡航後の状況により旅行を可とすることが出来る。)	滞在中の場合は、現地の状況を踏まえ、できるだけ早く帰国すること	要検討	不要不急の渡航は取り止め、渡航・滞在中の場合は、特別な注意を払うとともに、必ず自分の所在を明らかにし、連絡が取れるようにすること
レベル3 渡航はやめてください (渡航中止勧告)	不可	滞在中の場合は、原則として帰国又は退避すること	原則不可 (ただし、出張目的である調査研究等が、現地の状況を鑑みて必要と旅行命令権者が判断した場合は、許可する場合がある。)	滞在中の場合は、原則として帰国又は退避すること
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)	不可	滞在中の場合は、帰国又は退避すること	不可	滞在中の場合は、帰国又は退避すること

※複数の国・地域に渡航する場合は、全ての渡航先について上記基準をご確認ください。

※大学独自の情報（協定校や現地等からの情報）により、上記と異なる判断をすることもあります。

2. 渡航先の安全・危険情報の収集

「自分の身は自分で守る」という心構えをもち、安全に渡航するための情報を把握しましょう。

◆外務省「海外安全ホームページ」（治安・感染症・自然災害等）

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



◆外務省「海外安全虎の巻」（安全の心構えとトラブルに遭った時の対処法等）

<https://www.anzen.mofa.go.jp/pamph/pdf/toranomaki.pdf>



◆外務省「在学公館ホームページ」（渡航・滞在先の日本大使館・総領事館の連絡先、管轄国・地域に関する情報）

<https://www.mofa.go.jp/mofaj/link/zaigai/index.html>



◆現地の法令・宗教・風俗・習慣を理解して、節度ある行動を心掛けましょう。

◆暴動、内乱、選挙等で政情不安が懸念される場合は、渡航の延期も含め慎重に渡航計画を立ててください。

◆治安の悪い地域・危険な場所を事前に調べ、決して近づかないようにしましょう。

3. 渡航手続きと注意点

渡航のために、必ず確認し必要な手続きを取りましょう。それぞれの注意点到留意してください。

□ パスポート

残存期間に注意しましょう。

パスポートのコピー、顔写真、戸籍謄本（全部事項証明書）（原本）の予備は準備しておきましょう。

※パスポートの更新は、オンラインでもできます。（マイナンバーカードが必要です。）

https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/passport/pass_5.html



□ 査証（ビザ）

種類は、渡航先国・渡航目的、滞在期間によって異なります。

乗り継ぎのみでも電子渡航認証が必要な場合があります。

□ 学内手続き

① 大学へ許可または届を提出

□ 出張 ⇒ 旅行命令伺い（教職員の場合）・旅行依頼伺い（学生の場合）

※教職員が財務会計システム（Grow One）<https://zaikaiweb.kaiyodai.ac.jp/zkweb/login/>で作成すること。



【提出先】国際協力係 (email: ryohi-ks-koku@m.kaiyodai.ac.jp)

□ 私的な渡航 ⇒ 海外渡航届（学生のみ）<https://www.kaiyodai.ac.jp/campuslife/docs/post-1.html>



【提出先】留学生係 (email: ks-ryuu@o.kaiyodai.ac.jp)

② 安全保障貿易管理

海外出張の場合、学内の『安全保障輸出管理システム』を通じて事前確認票を提出する必要があります。

<https://of.kaiyodai.ac.jp/anzen/home>



③ 生物多様性条約

海外の遺伝資源へのアクセスおよび利用（研究や開発、展示等）をする場合は、事前に産学・地域連携推進機構に手続きについて確認してください。

https://olcr.kaiyodai.ac.jp/ip_abs/abs_tumsat/



□ 入国時の申告

① 通関

一定額以上の現金や高額な物品等を携行して出入国する場合には、税関申告義務があります。

（例）https://www.anzen.mofa.go.jp/c_info/oshirase_zeikan.html 外務省（海外安全ホームページ）



② 検疫

動植物やその加工品は、輸出国の検査証明書を添えて係官の検査を受けましょう。

4. 旅レジへの登録

□ 渡航が決まったら、旅レジに必ず登録しましょう。

最新の安全情報が受信できるほか、現地で緊急事態が発生した時に、大使館・総領事館より緊急連絡が受信できます。

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



具体的な渡航日程が決まっていない場合は「たびレジ簡易登録」に登録してください。

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



5. 健康管理

◆ 健康診断

渡航前に健康診断を受けましょう（学生は推奨。派遣期間が6ヵ月以上の教職員は、法令により義務。）

□ 予防接種

必要なワクチンを受けましょう

厚生労働省検疫所（FORTH）<https://www.forth.go.jp/index.html>



◆ 常備薬

胃腸薬・整腸薬・頭痛薬・風邪薬・かゆみ止め・虫よけなど医療セットを準備しましょう。

海外で自分の体に合う薬を見つけるのは難しく、偽薬が横行している地域もあります。

医薬品は、国によっては申告が必要のため、英語で成分と効能を説明出来るよう準備しましょう。

英語での薬剤証明書の提示を求められることもあります。

◆ 歯科治療

高額かつ技術的な問題もあるので、できるだけ渡航前に済ませましょう。

◆ 病院

保険の提携先病院や外国人も受診可能な最寄りの病院を調べておきましょう。

6. 海外旅行保険

海外における疾病の治療・救援費用は高額です。渡航期間に関わらず、保証が十分な海外旅行保険に必ず加入してください。

なお、大学が企画する海外派遣プログラムには、指定の保険加入が義務付けられる場合もありますので、ご留意ください。

◆学生教育研究災害傷害保険（学研災）について

学研災及び学研災付帯賠償責任保険（付帯賠償）に加入する場合、全てのプランの治療・救援日用補償が無制限です。<http://www.jees.or.jp/gakkensai/opt-kaigaku.htm>



渡 航 中

7. 渡航後の手続き

□到着の報告

渡航先に到着したら、家族や大学関係者（支援教員または指導教員等）に連絡してください。

□在留届（3ヵ月以上の場合）

渡航後、住所が決まり次第、現地の日本大使館又は総領事館に「在留届」を提出してください。（提出は法律で義務付けられています！）又はオンラインでの手続きも可能です。

外務省オンライン在留届のホームページ <https://www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/index.html>



◆その他

住民登録等の現地で必要な手続きを行ってください。

研修先・留学先でオリエンテーションが実施される場合は必ず参加し、現地の法令や大学・機関の規則を遵守しましょう。

8. 渡航中の安全対策

◆大使館・総領事館の安全情報、現地政府からの通知、現地メディアの報道等を確認し、旅行中は常に安全情報の把握に努めてください。（「4.旅レジへの登録」「7.渡航後の手続き」在留届を参照）

◆家族や指導教員等への定期的な連絡を心掛けてください。別の国や地域に旅行する時なども、旅程や滞在先を共有し、旅レジにも必ず旅行先を追加登録してください。

◆安全、健康対策

①外出時：

- ・治安の悪い地域には行かない、通らない。一人、夜間の外出を極力避ける。
- ・目立ちすぎる服装をしない。
- ・貴重品はホテルのセーフティボックスに預ける。スマートフォンや時計などの高級品を外で出さない。
- ・外出の際はSNSに予定を投稿しない。
- ・正規のタクシーを利用する。
- ・旅先で知り合った人を怪しいと感じたらその場を立ち去ること。勧められた物を飲んだり食べたりしない。
- ・写真撮影には注意が必要。国防上の理由等から、スマートフォン、カメラの没収や警察に拘留されることもある。

②ホテル：退避路確保のため高層階は避け、低層階は外部から侵入が容易であるため中層階に宿泊する。
防犯チェーンをかける。従業員に見えても注意すること。

③疾病の予防：衛生環境の悪い場所では生もの、生水、氷は避ける。
虫を媒介した感染症の流行している地域では、虫よけ、蚊帳を使用し、肌の露出を避ける。
安易に動物に近寄らない（狂犬病予防）。

◆テロ対策

①空港：空港到着後速やかに空港を退出する。出発時は速やかにチェックインして制限エリア（出国審査後の渡航者のみが立ち入り可能なエリア）で待機する。

②ホテル：テロの影響を受ける可能性が高いため、ロビー～2階には長居しない。

③レストラン：外国人が多数集まるお店、袋小路、入り口（退路）が一つしかないお店、ガラス張りのお店やオープンカフェは避ける。

④外出先：政府関連施設、不特定多数が集まる場所（ショッピングモール、観光地等）を避ける。
テロの多い金曜の夜やナショナルホリデーの外出を回避する。

9. 国際的に懸念される感染症への対策

海外では、新型インフルエンザ、新型コロナウイルスだけでなく、熱帯地域では、ジカウイルス感染症、黄熱、マラリア、デング熱等、蚊に刺されることによって感染するウイルスが流行していたり、アフリカ地域で流行したエボラ出血熱、ヨーロッパでも感染が確認されたクリミア・コンゴ出血熱等、感染者が生命の危険に晒される場合があります。流行中の感染症や地域特有の風土病については、信頼できる提供元から情報収集をするとともに、当該感染症特有の予防法を確認し、予防に努めてください。

10. 緊急時の対応

海外渡航中に事件、事故等に遭った場合、ご自身の安全を最優先に判断・行動してください。安全を確保したうえで、留学先大学、現地警察、大使館、総領事館、東京海洋大学、家族等に援護・救援を要請してください。

24時間対応可能な緊急連絡先を確認してください！

- ①渡航先の（日本）大使館・総領事館
- ②海外旅行保険 ヘルプデスク
- ③海外緊急時支援サービス24時間緊急サポートデスク等（登録している場合）



盗難や紛失

- ◆現地の警察に届け出て、被害届の受理書（ポリスレポート）を受け取ってください。パスポートの発給申請や保険請求等の際にも必要です。
- ◆事案に応じて以下に連絡してください。
 - ・パスポート：最寄りの日本大使館、総領事館
 - ・各種カード類：カード発行会社
 - ・保険証書：海外旅行保険に加入している保険会社



事件・事故

- ◆安全を確保の上、緊急連絡先（警察・救急・大使館等）に救援を要請してください。
- ◆事件、事故について5W1H（いつ、どこで、誰が、何を、どうなった、なぜ）を記録しておきましょう。



強盗、誘拐

- ◆抵抗しない（凶器、追被害対策）
- ◆強盗：大声を出さない。犯人を凝視、撮影、追跡しない。
- ◆誘拐：政治、宗教、イデオロギーの話題は回避すること。食事、飲料を摂取して可能な限り身体、精神の健康を保持し、助けを信じて待ってください。
⇒解放後、速やかに現地警察に届けてください。
必要に応じて大使館、総領事館に相談してください。



大規模自然災害

- ◆まずは、身の安全を最優先で、頑丈な建物など安全なところに退避してください。
- ◆地震等の場合は、倒れやすいものから離れ、むやみに動かず身の安全を確保し、非常口やドア等を開けて避難口を確保するようにしてください。
- ◆公的機関等、信頼できる提供元からの安全情報の収集に努め、退避、救援要請等による安全の確保を講じてください。
- ◆大使館・総領事館に対応を相談し、救援を要請してください。



病気、怪我

- ◆海外障害保険や保険付クレジットカードに加入している場合は、これらのサービス会社に相談し受診してください。
- ◆お困りの際は、各国の大使館、総領事館に日本人がよく利用する病院当医療機関の紹介の相談をしてください。
- ◆偽薬に注意してください。
 - ・許可を得ている薬局で購入し、領収書を請求すること
 - ・極端に安い薬を買わないこと
 - ・包装に問題は無いか、商品名、製品番号、有効期限、添付文書などを確認すること



テロ

- ◆爆破音、銃声が聞こえたら、頭部を保護して直ちに伏せてください。窓ガラスから離れてください。
- ◆低い姿勢で速やかに現場から退避してください。避難が困難であれば、頑丈なものの背後に隠れてください。可能であれば、警察等の援護を受けてください。
- ◆安全な場所に避難後、現地の大使館、総領事館、家族、大学等の緊急連絡先に連絡し、援護を要請してください。

11. (留学期間中) 心身のストレスを感じた場合

- 友達や家族に相談しましたか。
- 現地の信頼できる人やカウンセラーに相談しましたか。
- 大学に連絡をし、今後の留学継続の可否について、相談しましたか。



12. 帰国準備

- 帰国届の提出 (在留届を登録した人のみ)
外務省オンライン在留届 <https://www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/index.html>
- 電気、ガス、水道、電話、郵便物、銀行などの契約停止
- 住居の清掃、引き渡し
- 航空券手配



帰 国 後

13. 帰国後の手続き等

◆ 帰国の報告

- 日本到着後、家族や大学関係者 (支援教員または指導教員等) に連絡してください。

◆ 学内手続き

- 出張報告書、精算書類の提出 (出張の場合)
 - 単位互換の手続き (留学中に単位を取得した単位の認定)
- そのほか、必要な手続きについては、それぞれの担当までお問合せください。

- ◆ 感染症には潜伏期間が長いものもあり、帰国後しばらくしてから具合が悪くなることもあります。その際は早急に医療機関を受診し、渡航先、滞在期間、現地での飲食状況、渡航先での活動内容、ワクチン接種状況等を伝えましょう。

- (例) デング熱、リケッチア感染症 (3週間以内)
- マラリア等の寄生虫 (数週間や数か月)

緊 急 連 絡 先 (お 問 合 せ)

担当	連絡先	Tel	Email	担当
海外出張	国際協力係	+81-3-5463-0675	ks-koku@o.kaiyodai.ac.jp	平日8:30~17:15 日本時間による。 (現地との時差に注意すること)
学生による渡航全般 (交換留学を含む。)	留学生係	+81-3-5463-4052	ks-ryuu@o.kaiyodai.ac.jp	
OQEANOUS Plusプログラム	管理係	+81-3-5463-0518	ks-kanri@o.kaiyodai.ac.jp	
海外探検隊	グローバル教育 研究支援機構	+81-3-5463-0816	global@m.kaiyodai.ac.jp	
守衛所 品川キャンパス		+81-3-5463-2120 (または 0376)		夜間・祝日
越中島キャンパス		+81-3-5245-7323		

【報告事項】

- ① 緊急事態該当者の氏名、所属、学生の場合は学年、学籍番号
- ② 被害内容 (5W1H: いつ、どこで、誰が、何を、どうなった、なぜ)

海外渡航チェックシート



1. 渡航前

☑	項目	確認箇所
<input type="checkbox"/>	外務省の海外安全HPで出張する国・地域の安全を確認したか。	1. 海外渡航に関する 可否判断基準 2. 渡航先の安全・危険情報 の収集
<input type="checkbox"/>	レベル2以上となっている場合、大学に連絡したか。(ks-koku@o.kaiyodai.ac.jp)	
<input type="checkbox"/>	厚生労働省の感染症HP、厚生労働省検疫所HP等の情報等を確認したか。	
<input type="checkbox"/>	査証（ビザ）等の取得、パスポートの取得又は残存期間は確認したか。	3. 渡航手続きと注意点
<input type="checkbox"/>	パスポートのコピー、顔写真、戸籍謄本（全部事項証明書）（原本）の予備は準備したか。	
<input type="checkbox"/>	「旅行命令(依頼)伺」、安全保障貿易管理ほか必要書類を提出し、海外出張に必要な手続きを行ったか。【出張の場合】	
<input type="checkbox"/>	海外渡航届（学生のみ）を提出したか。【私的な旅行の場合】	
<input type="checkbox"/>	旅レジへ登録したか。	4. 旅レジへの登録
<input type="checkbox"/>	6か月以上の長期出張の場合、健康診断を受けたか。	5. 健康管理
<input type="checkbox"/>	予防接種が必要な場合、受けたか。	
<input type="checkbox"/>	海外旅行保険に加入したか。また、加入内容を確認したか。(海外旅行保険特約が付いたクレジットカードもあるが、別途保険に加入することを推奨)	6. 海外旅行保険

2. 渡航中

<input type="checkbox"/>	外務省の海外安全HPでレベル2以上となっていないか。(定期的の確認すること)	1. 海外渡航に関する 可否判断基準 2. 渡航先の安全・危険情報 の収集
<input type="checkbox"/>	レベル2以上となっている場合、大学に連絡したか。(ks-koku@o.kaiyodai.ac.jp)	
<input type="checkbox"/>	連絡が取れる場所にいるか。(いない場合、定期的に大学に連絡を取っているか)	8. 渡航中の安全対策
<input type="checkbox"/>	現地の情報（医療機関等）を収集したか。	10. 緊急時の対応
<input type="checkbox"/>	災害・テロ等に巻き込まれた場合、安全な場所を確保し、自分が無事であることを大学等に連絡をしたか。	

3. 帰国後

<input type="checkbox"/>	「出張報告書」ほか必要書類を提出したか。	13. 帰国後の手続き等
<input type="checkbox"/>	日本到着後、家族や大学関係者（支援教員または指導教員等）に連絡したか。	

4. 連絡先一覧（アドレス・電話番号等を控えること）

- 在外公館
- 大学担当者
- 出張先の連絡先
- カード会社の連絡先
- 保険会社の連絡先