

学生・教職員・保護者のみなさんへ

中央大学保健センター

海外渡航について（注意）

休暇中に海外渡航を計画されている方も多いと思います。

海外では国内では考えられないようなトラブルに遭遇することがあります。きちんと安全対策を講じておきましょう。「自分の身は自分で守る」心構えが必要です。

特に災害・治安状況、感染症の流行状況などは事前に調べておきましょう。

下記の点によく注意し、安全な渡航、海外生活を心がけましょう。

1. 健康管理（感染症等）

世界各国では多くの感染症が流行しています。日本国内では見られない感染症が発生していることもあり、中には致命的な経過をたどるものもあります。渡航先で流行している疾患について、下記のWebサイトなどで事前に情報を入手し、対処しておきましょう（事前の予防接種が必要なこともあります）。

動物から感染する疾患も多数あり、安易な動物・鳥類との接触は避けましょう。特に狂犬病は致死率が極めて高く、最も注意すべき疾患です。

また、通院中の疾患がある場合には、渡航前かかりつけ医を受診し相談しておくことが重要です。

その他、飲食のトラブル（食中毒など）、虫さされ、日焼け、エコノミー症候群など、健康上の注意点は多数あります。下記のWebサイトをチェックし、十分に対策しておきましょう。

《参考》 [中央大学保健センター](#)
[厚生労働省 感染症情報](#)
[厚生労働省検疫所 FORTH ここに注意！海外渡航にあたって](#)

2. 違法薬物

違法な薬物はたった一回の使用でも心身に大きなダメージを与えます。正しい知識と断る勇気を持ちましょう。

海外旅行中に薬物所持や密輸容疑で逮捕される例が増えています。多くの国や地域では、麻薬・薬物犯罪に関する罰則が厳しくなっており、中国において日本人が死刑に処せられた例もあります。未成年でも逮捕されます。「自分は捕まらない」といった甘い考えは捨てましょう。

犯罪組織は、金銭的な謝礼などさまざまな手段を用いてアプローチしてきます。犯罪に荷担しないよう十分注意してください。

各人が「正しい知識」と「強い意志」を持ち、違法薬物に関わることのないよう行動しましょう。人生を自らの手で破滅させるような行為は絶対にやめましょう。

《参考》 [東京都福祉保健局 薬物乱用の基礎知識](#)
[警視庁 薬物乱用の恐ろしさ](#)
[海外における薬物犯罪・・・もしかして犯罪に加担していませんか](#)

3. 治安・犯罪

海外で事故や詐欺、強盗の被害にあうケースが多発しています。治安のよい日本での生活に慣れている日本人は、海外で予想もしない事件や事故に巻き込まれることが多いようです。

海外では「自分の身は自分で守る」という意識を持つことが何よりも大切です。危険が隣り合わせということを自覚し、意識を常に「海外モード」に切り替えて行動しましょう。

《参考》 [外務省 海外安全ホームページ](#)
[海外安全お役立ち情報](#)