



学部生の安全なアフリカ留学に向けて



神代ちひろ 編著

大石高典・小松謙一郎・坂井真紀子・椎野若菜・武内進一 著

東京外国語大学「大学の世界展開力強化事業(アフリカ)」

2024年2月



Photo Caption

7	8
9	10
11	12
13	14


〈裏表紙〉

- 7 木炭積み出し(コンゴ民主共和国、武内進一撮影)
- 8 首都キガリ近郊の丘(ルワンダ、大石高典撮影)
- 9 西部州行き長距離バスの故障(カメルーン、坂井真紀子撮影)
- 10 旅の休憩はシマとケールとティラピアで(ザンビア、神代ちひろ撮影)
- 11 チャン市近郊の定期市(カメルーン、坂井真紀子撮影)
- 12 ガーナ大学アフリカ研究所で昼食のバイキング(ガーナ、武内進一撮影)
- 13 ストリートの朝ごはん(カメルーン、大石高典撮影)
- 14 ロバのひく荷車で畑へ(ブルキナファソ、神代ちひろ撮影)

1	2
3	4
5	6

〈表紙〉

- 1 千の丘の国(ルワンダ、神代ちひろ撮影)
- 2 ドドマ近郊(タンザニア、坂井真紀子撮影)
- 3 国旗を掲げた大型船(コンゴ民主共和国、武内進一撮影)
- 4 ハルマツタンの季節のヤウンデ市内(カメルーン、大石高典撮影)
- 5 チャン市、マルシェB(カメルーン、坂井真紀子撮影)
- 6 喜望峰(南アフリカ、神代ちひろ撮影)



学部生の安全な アフリカ留学に向けて



Contents

1	はじめに	01
2	東京外国語大学の渡航情報システム 『ただいま海外留学中』について	04
3	学生の経験したトラブル事例とそこからの教訓	08
4	学生の経験した体調不良の傾向と対策	20
5	性的なトラブル回避について	34
6	引率型現地実習についての座談会	43
7	おわりに	61
8	海外安全お役立ちリンク集	63

本冊子は、東京外国語大学の学生や教職員、協力者の個別の経験や見聞に基づき、2024年1月時点で得られた情報を基に作成しています。安全に関わる情報は流動的で、最新情報を入手して対応することが特に重要です。渡航する際は渡航地域についての最新情報を入手し、ご自分の判断に基づいて、臨機応変に対応してください。



1

はじめに

武内 進一

アフリカとの研究教育交流が深まり、大学院生だけでなく学部生のアフリカ渡航が珍しくなくなってきました。喜ばしいことだと思います。

一方で、学部生のアフリカ渡航には固有の難しさがあります。大学院生のアフリカ渡航が研究中心なのに対して、学部生の活動はより幅広い領域に関わります。現地の大学で学ぶのはもちろんのこと、ボランティアやインターンシップ、地方でのフィールドワークや旅行など、多様な活動があり得ます。一人前の研究者に近づいている大学院生と違って、学部生はまだ社会人として未熟な部分も残っています。大学教員が学部生を引率し、アフリカ諸国を訪問するケースも少なくありません。

学部生のアフリカ渡航は、近年になって急速に拡大してきました。歴史が浅い一方で、アクティビティの範囲が広いので、現場の担当者は手探りでの実施を余儀なくされ、相当な苦勞を強いられています。経験の共有が急がれていると言えるでしょう。

本冊子は、東京外国語大学で学部生のアフリカ渡航に関わる教員が中心となり、その経験をさまざまな側面からとりまとめたものです。東京外国語大学は、2020年度より京都大学とともに「大学の世界展開力強化事業（アフリカ）」を実施し、アフリカとの研究教育交流のプラットフォーム構築事業を行っています。アフリカとの研究教育交流を進める上で安全情報は基本中の基本であり、その観点から本冊子のような情報のとりまとめが必要と考えました。

これまで、さまざまな大学がアフリカ渡航に向けた安全情報共有の努力を行ってきました。例えば、京都大学は大学院生を主たるターゲットとして、アフリカ諸国を対象に国別安全情報冊子を刊行しています。大変貴重な取り組みと言えるでしょう。

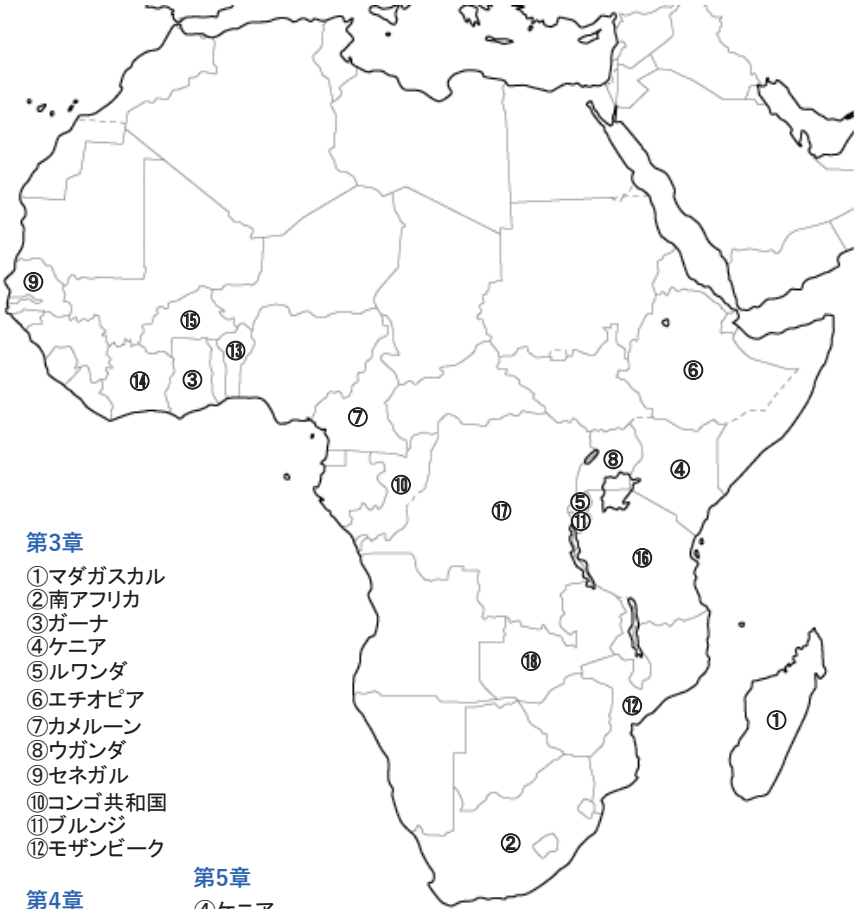
今回私たちは、学部生を主たるターゲットとして、安全情報を取りまとめることにしました。東京外国語大学ではアフリカ渡航において学部生の比重が高く、それに関する情報や知見を共有する意義が大きいことがその理由です。

本冊子には組織的な安全対策や、学生、教員の経験が盛り込まれています。本学の渡航安全情報システムの概要説明である2章や、学生引率型アフリカ渡航の経験を共有する6章は、大学で留学関連事業を担当される方々に広くお読みいただければと考えました。学生が直面したトラブル事例のまとめ(3章)と体調不良やその対応に関わる事例(4章)は、本学学生の経験をまとめたものです。また、性的なトラブル対策(5章)は、長年フィールドワークを経験してきた研究者による具体的なアドバイスです。これらは、学生はもとより教職員の皆様にも広く知っていただきたい内容です。

本冊子をまとめるにあたり、学生引率型のアフリカ渡航を実践されてきた京都精華大学と上智大学に知見の共有にご協力いただきました。貴重な経験を共有してくださった両大学のご担当者に、御礼申し上げます。さまざまな情報提供をいただいた本学の留学生安全対策担当者、留学を経験した学生、そして教員の皆さんに感謝します。また、本学で感染症に関する授業を担当し、学生相談にも応じてくださっている獨協医科大学埼玉医療センターの春木宏介先生、ならびに京都精華大学で渡航前の熱帯医学研修を担当されている関西医科大学の三島伸介先生には貴重なアドバイスをいただきました。ありがとうございました。

本冊子が学生の安全なアフリカ渡航に少しでも貢献し、それによって今後いっそうアフリカ諸国と日本の間の研究教育交流が進展することを願ってやみません。

本冊子に出てくる国



第3章

- ① マダガスカル
- ② 南アフリカ
- ③ ガーナ
- ④ ケニア
- ⑤ ルワンダ
- ⑥ エチオピア
- ⑦ カメルーン
- ⑧ ウガンダ
- ⑨ セネガル
- ⑩ コンゴ共和国
- ⑪ ブルンジ
- ⑫ モザンビーク

第4章

- ② 南アフリカ
- ⑤ ルワンダ
- ④ ケニア
- ⑦ カメルーン
- ⑥ エチオピア
- ⑫ モザンビーク
- ⑨ セネガル
- ⑧ ウガンダ
- ③ ガーナ

第5章

- ④ ケニア

第6章

- ⑨ セネガル
- ⑦ カメルーン
- ⑬ ベナン
- ② 南アフリカ
- ⑭ コートジボワール
- ⑮ ブルキナファソ

表紙写真

- ⑤ ルワンダ
- ⑮ タンザニア
- ⑰ コンゴ民主共和国
- ⑦ カメルーン
- ② 南アフリカ

裏表紙写真

- ⑰ コンゴ民主共和国
- ⑤ ルワンダ
- ⑦ カメルーン
- ⑮ ブルキナファソ
- ③ ガーナ
- ⑱ ザンビア

2

東京外国語大学の渡航情報システム『ただいま海外留学中』について

小松 謙一郎

1. システムの概要

東京外国語大学では、学生の海外渡航の情報を一元的に把握する目的で、渡航情報のデータベースシステムを導入し、誰がいつどこに渡航しているのかを迅速に確認できる仕組みを整えています。海外で大きな自然災害、事件事故などが発生した際などに、安否確認を迅速に実施するためにこのシステムを利用しています。

安否確認システムは、危機管理サービスを提供する会社や、旅行会社などもパッケージ化したものを提供していますが、東京外国語大学ではシステム開発会社に依頼をして独自にシステムを構築しています。これは、システム導入時は、本学のニーズに合致するパッケージシステムが存在しなかったためというのが大きな理由です。システム導入前は、学生の渡航情報は留学の形態に応じて、それぞれの担当部署が保持しており、一元的に把握ができておらず、何か事案が発生したときには各担当部署に確認を取る必要があり、情報収集に時間がかかる状況でした。そうした状況を改善するために渡航情報システムを導入しました。

学生は留学の形態に応じて、各種の届け出を大学に提出しますが、海外渡航に関する情報は、最終的に留学支援共同利用センターに集められ、同センターにてシステムへ渡航情報を登録（初期登録）しています（図1）。

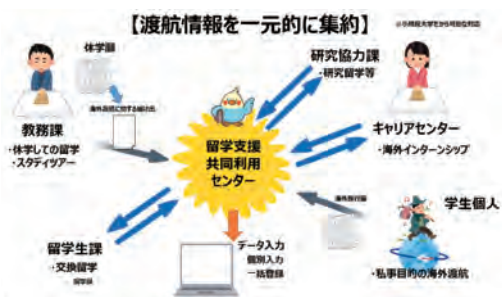


図1 渡航情報の一元管理

システム登録後に、学生にはシステムへのアクセス情報（ログイン ID、パスワード）がメールで通知されます。初期登録の段階では、基本的な情報しか登録されないため、渡航先の住所、フライト情報などは、学生自身がログインして情報を更新する必要があります。また、近況報告などのためのコミュニケーション機能があり、学生は、簡単な近況報告をすることができます。なるべくシンプルにするために近況報告では「元気です」「まあまあです」「問題ありです」の3つの選択肢からいずれかを選ぶ形としています（図2）。その他、旅行などで滞在先を一時的に離れるような場合は、現在地登録機能により、その時の居場所を登録することもできます。

留学支援共同利用センターでは、学生からの連絡を確認して、適宜返信をしたり、必要な対応を取ったりしています。その他、管理者ユーザー機能では、システムに登録された情報を検索することができ、国名や留学先、渡航日程などの条件を設定して、渡航中の学生や過去に渡航した学生の情報を確認することができます。また、検索結果に対して、一斉メールを送信する機能もあります。海外で何らかの大型事案が発生した際には、検索機能とメール送信機能により安否確認を実施しています。



図2 ただいま海外留学中画面イメージ

危機管理体制としては、全学的な組織として危機管理委員会があり、その委員会のもとに関連する部署が連携して対応することになっています（図3）。東京外国語大学では危機管理マニュアルを整備しており、実際に何か起きた際には、マニュアルをベースにしつつ、事案の内容や規模に応じて、タスクフォース的に人員が集められ対応にあたります。

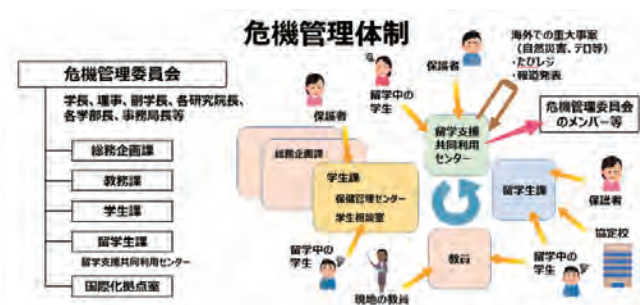


図3 危機管理体制図

2. システム運用ならびに危機管理上の課題・改善点

システムを導入したことにより、海外渡航中の学生の把握が容易になったとはいえ、課題や改善点は多くあります。

まず、海外渡航の届を提出せずに海外渡航する学生がいるという点です。特に私事目的での渡航、休学を伴わない渡航については、届を出さずに渡航しているケースが一定程度あると推測します。これについては、さまざまな場面で、学生に届け出に関する周知徹底が必要であると考えます。

次に、渡航情報システムは、通信環境が整っていること、日本のサーバーへのアクセスが確保されていることなど、一定の条件の下でしか利用できない、という点があります。東京外国語大学学生の留学先国は多岐に渡りますが、時折、本学のシステムにアクセスできないといった問い合わせがあります。留学先国の当局によるアクセス制限があることもあり、システムは常に利用可能とは限らない

という点を認識して、備える必要があります。

また、危機管理体制に関しても、特定の職員にその負担が集中しがちです。海外とのやり取りでは時差もあり、所定の就業時間内に対応が完結することはほとんどありません。学生からの相談を受けるときも、特定の職員が抱え込まないような体制づくりが重要です。保険会社が提供する保険の付帯サービスには 24 時間対応のヘルプデスクもあり、そうした学外のリソースをうまく活用することも大切です。

3. システム利用の副次的なメリット

システムを導入したことで、学生の海外渡航の情報把握が容易になりました。それにより以下のようなメリットも生じています。

一つ目が、学生からの留学に関する問い合わせや相談の際の参考情報としての活用です。留学前の学生からの相談の中でも、過去にどういった国・地域にどのくらい的人数が留学しているのか、どのような留学先を選んでいるのか、といったことは大きな関心事です。システムを導入したことにより、そうした過去の留学情報の把握も容易になりました。

二つ目が、留学の統計データの作成の際の基礎データとなる点です。大学運営においては、学内外からさまざまな統計データの提出が求められます。学生の留学に関するデータ提供もその一つで、毎年、さまざまな団体から調査、アンケートなどで統計データを提供する必要がありますが、そうした際にも、システムのデータを活用することが可能です。

上述のように、課題もありますが、渡航情報システムの導入により学生の渡航情報の把握が容易になり、そのほかにも副次的なメリットがありました。ただし、危機管理の基本は「自分の身は自分で守る」であり、現地に渡航する本人がいかに危機意識を持つかということが肝要です。システムがあるからといって安心せず、海外に渡航する一人ひとりが危機管理の主体となることが必要です。



学生の経験したトラブル事例と そこからの教訓

大石 高典

ここでは、アフリカへの長期滞在にあたっての基本的注意事項を東京外国語大学の学部生が経験した事例を交えながら述べていきます。

0. 安全のための前提

安全対策上最も大事なことは、自分自身の置かれている状況を冷静・客観的に把握し、コントロールできることです。また、留学などの目的を自覚し、それに見合った行動をとることが肝要です。これらのことに全く自信がない、もしくは行うつもりのない場合にはアフリカへの長期渡航は勧められません。

万が一の非常事態に備えて、渡航先、渡航期間、連絡先を家族、指導教員、友人などに知らせておきましょう。特に出発と帰国の報告は重要です。自身で状況のコントロールが難しいと判断した場合や、置かれている状況についての判断が怪しいと思った場合には早めに相談できる相手（家族、教員、現地大使館など）に連絡、報告、相談をしましょう。相談をしたら、どうなったかの報告も怠らないようにしましょう。

1. 渡航前にできること

1.1. 情報収集と保険加入

滞在先の生活環境や受け入れ態勢については、早い段階で十分に下調べを行っておきましょう。留学の場合には、受け入れ先の担当部局や教職員と早い段階から連絡を取っておくことを勧めます。特にインターンを検討している場合には、受け入れ先の企業や NGO について、可能な限り、経験者を探して話を聞くなどして確かな情

報を集めることが有効です。

いざというときのために、出発までに疾病治療費、救助等無制限の海外旅行保険に加入しておきましょう。緊急搬送などの必要性が生じた場合に、「無制限保障」の保険に入っていないと、莫大な額の救援費用が請求されることになりかねません。

1.2. 緊急時に備えた情報収集

外務省の安全情報で良いマークが着いていても、なにかの拍子に急な政変や災害が起こる可能性は否定できません。日本大使館は、緊急を要する場合に邦人の安全確保に動いてくれますが、情報としてはアメリカ、フランス、イギリスなどの現地大使館が早く握っていることも多いです。これらの大使館のウェブサイトや SNS アカウントは、緊急時に自国民向けに有用な情報を流してくれることが多いので、フォローしておくといいでしょう。現地で使われている複数の言語を習得しておく、こういった際に役立ちます。

【コロナ禍での情報入手の事例】

コロナ感染者が出る前に現地政府が国境閉鎖を決めたが、その情報が邦人に伝わるのがとても遅かったため、出国できるかどうか危うくなった。政府発表やニュースはマダガスカル語のみで発信され、それがフランス語・英語を経由して、日本語で伝わるには時間がかかる。当時の国境閉鎖の政府発表は事実上無期限であり、持っていたビザの期限では足りなくなる危険を感じた。幸いにも私はフランス語で情報を入手したため、日本大使館に電話で確認して急ぎで出国する手配をし、現地の知り合いたちに助けられながら出国できたが、日本語で送られてくる大使館メールまで国境閉鎖を知らなかった邦人は出国できずに取り残された。（マダガスカル）

2. 現地での情報収集と人間関係づくり

どんな社会でも、治安上の危険は時間・場所によって変わります（5章 1.2. 節も参照）。滞在先で、どこが治安上注意を要する地域なのかを具体的に把握することが肝要です。同じ場所であっても、時間帯によって状況が変わることがあります。現地大使館の安全担当の領事に尋ねたり、現地の友人を作って情報収集をしたりするとよいでしょう。

留学中には、早い時期に現地で信頼できる友人、知り合いを作ることが望ましいです。特にアフリカ人の気の置けない友人、同性の友人は、危険な場所や時間帯などに詳しく、さまざまな助言をくれるので貴重です。一方で、知り合ったばかりの人に安易に付いて行ってしまうことも危険なので、信頼できる相手なのかをよく見極めましょう。

【パーティー招待を装った恐喝の事例】

現地で知り合った人に家のパーティーに招待されて出かけたら、多額のお金を請求された。（南アフリカ）

交換留学の場合、協定校から受け入れている留学生は、在學生にとって日本にいながら関係が作ることができる最も身近な存在になります。アフリカからの留学生との交流は、等身大での国際交流であるのみならず、将来渡航する際の現地でのネットワーク構築、ひいては安全確保にも役立ちます¹。

なお現地で知り合った相手が在留邦人だからといって、無前提に信頼し過ぎないことも必要です。留学生の不安な気持ちに付け込ん

¹ 協定校の学生同士の交流が、日本とアフリカの双方の社会でどのようなつながりとして発展していくのかについては、例えばガーナ留学の経験をもとにして書かれた以下の作品の中に具体的な例を見ることができます。小佐野アコシヤ有紀（2023）『ガーナ流 家族のつくり方——世話する・される者たちの生活誌』東京外国語大学出版会。

だ性的加害がアフリカに限らず各地から報告されています。

【問題のある邦人との遭遇の事例】

日本人に「自分の家の一室を使ってもらっていい」と言ってもらい、ほかの人と一緒に何回か泊めてもらった。後になって、その人に性加害歴があることがわかり、周囲から心配された。（ガーナ）

3. 金銭・貴重品の管理

お金がないと、留学生活は成り立ちません。それ故にさまざまなトラブルのもとになります。

3.1. ATM 利用はなるべく避ける

現金を日本から持って行く代わりに、国際キャッシュカードやデビットカード、またはキャッシング可能なクレジットカードを持っていれば、現地の対応 ATM から現金を現地通貨で引き出すことが可能なことがあります。基本的には勧められません。

【ATM 使用中にトラブルに遭った事例】

ATM を操作していると横から声をかけられ、勝手に ATM を操作されたのち ATM からクレジットカードが出てこなくなった。（南アフリカ）

現地に着いて早速まとまった現金を引き出そうとして ATM に行ったら、デビットカードが吸い込まれたまま出てこなくなった。別のクレジットカードなどがあったので買い物には困らなかったが、デビットカード対応にその後数日追われ、帰国後も、ATM から引き出しできなかったのに記録では引き出されたことになっていた現金を取り戻すのに色々と面倒だった。（ケニア）

カードでの現金引き出しは、クレジットカードの利用が少ない地域でいきなりカードを使おうとしても、使えないことがあります。また使用中や前後に強盗に襲われるリスクがあります。緊急時の副次的なオプションに留めておくのが賢明でしょう。

3.2. 現金・貴重品の保管と管理

現金など貴重品の保管や管理の方法に注意しましょう。現金を一ヶ所に保管しない、多額の現金を持ち歩かない、などが基本です。両替は、周囲から見られにくい、安全な場所で行う方が安全です。不用意、不必要に周囲に金銭を見せびらかすようなことはやめましょう。現地の人に謝金をわたすなどの場合も、人目に付かないようにしましょう。

【貴重品の物色に遭遇した事例】

インターンの業務時間中に、現地スタッフが、日本人居住スペースを物色しているところに鉢合わせした。従業員だとすぐに気づき、彼がとても狼狽していたので、こちらは何も気づいていないふりをして能天気には挨拶したところ、やり過ごせたと感じたのか笑顔になり持ち場に戻って行った。経営者に報告後、インターン生に貴重品の携帯を徹底する指示があった。（ルワンダ）

日本人は見かけだけで「裕福な白人」とみなされがちです。その文脈で「お金をくれ」あるいは「お金を貸して欲しい」と頼まれてトラブルになることがあります。人間関係の問題もあって一概には言えませんが、金銭の授与や貸与はしない方がよいでしょう。

【ホテルの従業員から無心をされた事例】

航空会社のトランジットで滞在したホテルにて、朝方、女性従業員がノックをしてきた。用事があると思って扉を開けると彼女は部屋の中に思い切り踏み込んできて、日本人は優し

いから、お金を恵んでくれないかと要求してきた。現地通貨がないからと言うと帰って行った。（エチオピア）

3.3. 不用意な金銭授受は人間関係を破壊する

長期的な付き合いを経て親密な関係を結ぶと、お金やモノを貸すことの意味が異なってくることもあることも理解しておきましょう。借りる側は、「いつか返すかも知れない」というくらいの感覚で借りていきますが、貸す側から見ればこれは「踏み倒される」ことにほかなりません。したがって、お金を貸す場合は、返ってこないことを前提に考えたほうがトラブルのもとにはならないでしょう。また、親しい関係であっても、現地の金銭感覚と比べてかけ離れた額のお金をあげたり貸したりすると、関係性のバランスが崩れます。金銭をあげた人ともらった人の間だけでなく、もらった相手とその周囲の関係にも大きな影響を与えることへの想像力も必要です。

4. 交通事故に遭わないために

現地の医療事情を考えると、滞在中の交通事故は最も避けたいトラブルです。

まず、現地での自動車の運転は止めましょう。人身事故を起こした場合、裁判になったり巨額の賠償が求められることがあります。

バイクが基本的な交通手段になっている地域は少なくありません（写真1）。バイクタクシーは便利ですが、利用はなるべく避けましょう。ヘルメットなしやビーチサンダル履きなど、露出の多い格好で利用すると転倒事故の際に大怪我に直結します。



写真1 住民にとってバイクは重要な交通手段（カメルーン東部州）

【バイクタクシーを利用して事故やトラブルに遭った事例】

バイクタクシーで運転手の運転ミスで落ち、頭を切って病院で治療を受けた。（ルワンダ）

現地で主要交通手段であるバイクタクシーに乗った際、交通事故に遭った。郊外の人気のない山道で、運転手が誤って急加速、前方を走るバイクに追突し、地面に投げ出された。自身は前歯が折れ、口周りと右腕に傷を負った。現地の病院の救急病棟で治療を受けたが、精神的に参ってしまったため、また、日本の病院で念のため精密検査を受けたいと思ったため、1ヶ月のインターン予定を切り上げて1週間で帰国をした。（ルワンダ）

バイクタクシーに知らない場所に連れて行かれた。（ウガンダ）

正面衝突が起こりやすい夜間の長距離バスの利用も避けましょう。特に道路インフラが整備されている地域では、車両の速度が大きくなるので、事故になった場合のリスクが大きくなります。

5. 治安トラブルに巻き込まれない

5.1. ストリートでの盗難対策

ストリートや一般に過度に人で混み合う場所（市場など）は、スリの犯罪に会うリスクが高いです。訪問したい場合は、現金や荷物をなるべく持たずに、現地の信頼の置ける友人と一緒に行動するなど工夫をしましょう。

【路上での盗難の事例】

二人組の物売りに両脇を取られ、バッグの中に入れていたスマートフォンを盗まれた。（セネガル）

ほかの日本人がひったくりに遭い、犯人を捕まえたところ顔を殴られてしまった。（セネガル）

携帯を取られそうになって強盗と揉み合いになった。（ルワンダ）

ファストフード店で食事をテイクアウトし、宿に向かう途中でホームレスの男性に服を驚掴みにされ、力づくで食事を奪われそうになった。（南アフリカ）

人混みにどうしても荷物を持ち込む必要がある場合は、バッグは常に自分の視野で確認できるように身体の前側に持つなど工夫しましょう。また、モノを奪われそうになった場合に抵抗をすとかえって危害を被る可能性があります。身の安全を第一に行動しましょう。

また、都市で乗り合いタクシーを利用する際に、後部座席で両側から挟まれるような状況になるのは危険です。タクシーを装った強盗の場合、そのまま連行されて身ぐるみを剥がされてしまうことがあります。

【乗車中の車ごと襲われそうになった事例】

車にて市街地を移動中、信号で停止した際に拳銃のようなものを所持した複数名に車を取り囲まれた。運よく信号がすぐ青になったので難を逃れた。（南アフリカ）

5.2. 夜間外出や酒の場を避ける

暴力を伴う喧嘩をふっかけたりしないこと、喧嘩を売られても買わないことが重要です。暴力沙汰になってしまうと、ケガのリスクがありますしどう転んでも損をすることになります。この意味で夜

間の外出にはリスクがあります。

ビールを一緒に飲むことは、アフリカの多くの地域で人間関係の形成の上で重要な付き合いになっています（写真2）。しかし、夜間のバーなどのアルコールの入る場所では、喧嘩に巻き込まれるリスクがあるので近寄らないようにしましょう（5章2節）。



【ローカルバーでの喧嘩の事例】

バーで口論をした。（滞在国不明）

写真2 ビールは社交の場欠かせない（コンゴ共和国）

ホームステイをしている際に目の前にあったローカルバーにて喧嘩が発生した。家の目と鼻の先で喧嘩が勃発しており飛び火しかねないこと、僕が外国人であり因縁を付けられかねないことの二つの理由が重なり怖かった。ステイ先の家族は恐怖で震えながら消灯作業や門の閉門、僕を奥の部屋に隠す、などをしていった。（ブルンジ）

国や地域にもよりますが、現地の警察は係争案件が起こった際に公正に調べてくれるかどうかは分かりませんし、問題の解決のために多額の賄賂を要求される可能性さえあるのであまり当てにはなりません。官憲の世話にならないようにするのが最も賢明でしょう。

なお夜間の外出は、農村地域でも危険です。地域によっては大型の野生動物（アフリカゾウやゴリラ、ライオンなど）や毒蛇に遭遇したりというリスクがあるからです。どうしても外出の必要がある場合は現地の信頼のおける友人と一緒に行動しましょう。

5.3. 官憲との付き合い方

国家が十分に給料を支払わないために汚職が常習化し、警察（あるいは憲兵隊、軍隊）が十分に機能していない場合があることも念頭においてください。そのような地域では、夜間や検問所の通過時に身分証の提示を求められることがあります。現物はなるべく手渡さない方がいいでしょう（返却に賄賂を求められることがあります）。

【官憲から賄賂を要求された事例】

モザンビークでは ID の携帯が法律で義務付けられており常にパスポートを携帯する必要がある。警察は確認する義務があるため、路上で呼び止められ ID を見せるように指示されることがよくあった。ID を見せるまではいいものの、渡してしまうとそれを返して欲しければコーラを買え、という状況に陥った。（モザンビーク）

深夜や早朝には、暗闇にまぎれて警察や軍隊など治安維持関係者に偽装した者に脅されることもあるので注意が必要です。

【官憲を騙る者からの恐喝事例】

タクシーに乗っていたところ、偽警官と見られる人に銃を突きつけられそうになった。運転手が交渉してくれて、難を逃れた。（ウガンダ）

出入国手続きや検問の際に、警察官や役人から賄賂を求められることがあります。一旦金銭を渡してしまうと要求がエスカレートしていきことがあります。身の危険を覚えない限りは応じないようにしましょう。

【国境通過時に賄賂を要求された事例】

南アフリカからモザンビークに陸路で帰る際に、バスに警察

官が乗り込んで来てイエローカードを見せるよう命じた。南アもモザンビークもイエローカード携帯義務がないため携帯しておらず、バスを降車させられた。その後罰金を支払うように言われ、汚職だと指摘したものの薄ら笑いをされるにとどまり埒があかず、支払ってその場を逃れた。（モザンビーク）

出国チェックのスタンプを押された後、別室に連れて行かれて間接的に賄賂を要求された。適切なビザを持っていたので気丈な態度を取って笑顔で対応したところ、相手が諦めたのか事なきを得た。（ケニアとエチオピアの国境）

6. 旅行・観光中のトラブル

留学中に旅行や観光をする機会があるかもしれません。その際には旅行先について、十分調べましょう。

国立公園へのサファリツアーや登山ツアーに参加する場合には信頼できる業者を利用しましょう。登山では、高山病や滑落のリスクがあるので、万が一に備えて緊急搬送などの保険に対応しているツアーを選ぶようにしましょう。

宿泊予約にオンラインサービスを使用してトラブルに遭うこともあります。留学先で旅行をする際には、オンラインアプリだけに頼ることはリスクがあることを知っておきましょう。

【オンラインアプリでのトラブル事例】

滞在先のホスト（Airbnb の「スーパーホスト」）が、チェックアウト後、事実無根のクレーム（部屋の鏡が割れている、備品がなくなっているなど）をつけて来た。一切補償しないと断ったが、チェックアウト前に念のため家の中の写真を撮っておけば良かったと後悔した。（ケニア）

Booking.com で予約した宿の人と連絡が取れず夜の 20 時頃に宿の前で一人ぼっちになった。(東アフリカ)

7. おわりに

渡航中には、さまざまなリスクに出会うことがあるでしょう。どのような状況になっても、最終的には自分で適切と思われる判断を下して、サバイバルしていくこととなります。時には、固定的な考えに捉われずに、柔軟に対応していくことが求められます。どんな時もパニックにならないように、落ち着いて自己や周囲を見る目を残しておくことを心がけてください。

4

学生の経験した体調不良の傾向と対策

大石 高典

ここでは、アフリカへの長期滞在にあたっての健康に関わる問題とそれへの対策を東京外国語大学の学部生が経験した事例を交えながら述べていきます²。ここでの「渡航」には、現地の大学への留学のほかに、旅行、インターン、在外公館派遣員としての駐在を含み、その期間は1ヶ月程度～2年以上のものが主に含まれます。

1. 渡航前の対策

1.1. 渡航先の気候・生態環境について把握する

アフリカ大陸は広く、渡航する国・地域によって気候や生態環境は大きく異なります。さらに、同じ国の中でも地方によって気候条件が大きく異なることもあります。事前に、自分が訪れる場所がどのような気候であり、周囲の生態環境がどのようなになっているのか、年間の季節はどのようなになっているのかをよく確認しましょう。こういった地理的な基礎情報は健康管理や疾病対策に役立ちます。

【気候への適応が問題になった事例】

気温の差が激しく、食べ物も異なるため、数回体調を崩した。
(南アフリカ)

例えば、アフリカで猛威を振るっているマラリアの分布は、アフリカ大陸のどこでも見られるのではなく、湿潤熱帯な地域に限られ

² この章の内容については、東京外国語大学で「感染症・熱帯医学」の授業を担当している春木宏介教授（獨協医科大学埼玉医療センター）に確認を依頼し、得られた助言を含んでいます。

ます。また、離島部では撲滅の努力が実ってマラリアの絶滅が報告されている地域もあります。いたずらに病気や感染症を恐れるのではなく、渡航予定の地域の疾病事情について学びましょう。それが、リスクを正しく恐れ、準備を進めることにつながります。熱帯感染症についての基礎知識が得られる授業があれば受講したり、文献を読んでおくと健康面での留学の準備になるでしょう³。

1.2. 不安なことは渡航前に医師に相談する

持病や食べ物などにアレルギーのある場合は、留学前にかかりつけの医師と留学先での症状への対応、現地で手に入りにくいことが予想される薬の入手などについて十分に相談しておきましょう。

移動や現地滞在中の健康について準備を進める上では、渡航医学を専門とする医師が常駐する渡航外来のある医療機関（トラベルクリニック）を利用するのも有効です。渡航先や目的に応じて、どのような感染症予防の対策が必要か、渡航中のメンタルヘルス、緊急時の対応、渡航後の治療などについて、後述する渡航前に必要な予防接種の種類の検討も含めて相談に乗ってもらうことができます。

アフリカの多くの国では首都を中心に都市部の薬局ではかなりの種類の薬品や医療品がそろっていることが多いです。欧米やアジア系列のスーパーでは、日本で手に入るのと変わらないように見える生理用品や衛生用品も売られています。しかし、国や地域によってそのレベルや品ぞろえはさまざまです。可能であれば同じ渡航先での生活経験のある人に聞いて、入手可能性について把握しておくといでしょう。

³ 日本語では、マラリアなど個別の病気についての専門書はあるが、全体について書かれた一般書はまだ出ていません。英語の文献になるが、米国疾病予防管理センターの年次イエローブックには渡航先別に医療情報が提供されています。CDC yellow book 2024

URL: <https://wwwnc.cdc.gov/travel/page/yellowbook-home>

【欲しい薬が思うように入手できなかった事例】

薬が足りなかった。日本で使用している薬と同成分の薬を入手するのが難しい。（南アフリカ）

原因不明の発熱が何回かあったため、手持ちの飲み慣れている薬がすぐ無くなってしまった。解熱鎮痛剤や整腸剤、スポーツドリンクの粉末などは多めに持って行くべきだと思った。（ルワンダ）

人生で初めて40℃の熱が出たので日本から風邪薬と喉飴は大量に持ってくるべきだと感じた。（ケニア）

マラリア薬など感染症の薬や一部の抗生物質については、医師からの助言を得た上で、イギリスやフランスなど熱帯地域への旅行者の多い国ではトランジット中に薬局で購入することもできます。

現地で大掛かりな手術や歯の治療などが必要になった場合には、いったん帰国するか、ヨーロッパに出るなどの対応を考える必要も生じるかもしれません。むし歯の治療など、あらかじめ症状が現れることが予見できる体調悪化については、渡航前に検査を受けたり治療を済ませたりしておきましょう。

1.3. 予防接種を受ける

感染症対策として有効な予防接種を受けましょう。国や地域によって、外国人が入国・滞在するために必要とされる法的に定められたワクチンの種類が決まっているので確認が必要です。とりわけ、黄熱病のワクチンは少なくないアフリカの国々で接種が義務付けられています。黄熱病のワクチンは、日本国内では限られた場所でのみ接種してもらえません。具体的には、全国の空港や港にある検疫所、財団法人・日本検疫衛生協会の診療所のほか、国立国際医療研究センターと東京医科大学渡航者医療センター（いずれも東京都内）

で接種が受けられます（2024年1月現在）。一度接種を受けると、予防接種証明書（イエロー・カード）が発行され、流行国への入国審査の際に提示が求められます。

これ以外に、現地での感染症の流行状況や予定している活動内容に応じて、感染症感染のリスクを下げたり、罹患しても症状を緩和させる効果のあるワクチンを選択して打つことが必要になってきます。具体的には、A型肝炎、B型肝炎、破傷風、結核（BCG）、髄膜炎、ポリオ、狂犬病、腸チフス、コレラなどです。ワクチンの種類によっては、幼少時に接種しているものもあるかもしれません。接種後の免疫の有効年数が異なるので、母子手帳などで接種履歴を確認した上で、医師と相談して必要な予防接種を選択するようにしましょう。

複数のワクチンを接種する場合には、異なるワクチンを安全に接種するために接種間隔を守るが必要になります。渡航直前になってから、複数のワクチンを一気に接種をすることは不可能なので、渡航が決まったら数ヶ月以上の余裕を持って医療機関に相談して、どのようなスケジュールで予防接種を進めるのかを決めましょう。なお狂犬病については、現地で犬や野生動物に噛まれた場合にはなるべく早く追加の接種を受ける必要があることを覚えておきましょう。

2. 現地での対策

2.1. 渡航中に罹患する疾病・外傷の傾向

2015年から2023年までの間に東京外国語大学の学生としてアフリカ各地（東部・西部・南部・中部）で派遣留学・自由留学・旅行・インターン・在外公館への派遣勤務などを経験した54名（大学院学生1名を含む）に行った渡航中の健康についてのオンライン質問紙調査の結果から、学生が渡航中に罹患しやすい疾病について見てみましょう。

体調不良の具体的な症状では、過半数の学生が下痢、発熱、腹痛を経験しており、頭痛はほぼ半数、嘔吐も4割に近い学生が経験しています（図1）。

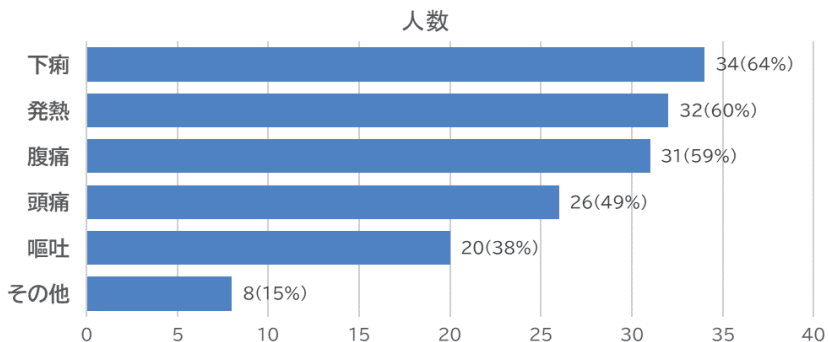


図1 アフリカに長期渡航した学生が経験した体調不良の症状（回答人数：54名）

消化器系のトラブルが多いことは、アジア・アフリカなど発展途上国への旅行者が経験する健康トラブルの傾向とも共通します。食事が原因となって、下痢になったということが多いようですが、火のあまり通っていない食事や調理後時間が経った食事はリスクが高いので気を付けましょう（写真1）。



写真1 作り置きのおかずは作り立てのものが安全（カメルーン）

【下痢の経験事例】

旅しているときはずっとおなかを壊していた。（東南部アフリカ諸国）

辛い食事が合わず、下痢が続いた。（エチオピア）

下痢になることが多かった。（ルワンダ）

1週間下痢が止まらなかった時、食あたりのようなようだったが何にあっていたのか分からず、何をどこまで対策すべきか少し困った。（ケニア）

食事のほかに、水が原因になって下痢になることもよくあります。水の透明度は、安全性に関係ありません。水道水など一見きれいに見える透明な水であっても、何らかの微生物汚染が起きている可能性があります。うがい程度で、病気になることは通常ないので口に含むことは問題ないですが、生水は直接飲まないようにした方が良いでしょう（写真2）。



写真2 飲用水に井戸水や湧き水、河川の水を利用する地域も多い（カメルーン）

ミネラルウォーターを利用すれば安全ですが、口を付けたペットボトルの中でも急速に微生物は繁殖します。ペットボトルから水を飲む際には、マイカップを用意して口を付けずに注いで飲むと水が長持ちします。ミネラルウォーターが得られない地域や状況では、いったん煮沸してお茶などにして飲むか、薬局で購入できる飲料用浄化剤を利用するなどすれば安全に飲用できるでしょう。

胃腸のトラブルは、食事や水の摂取のほかに精神・心理的なストレスが原因となって起こることもあります。トラブルが続くようであれば、スケジュールを見直して、十分に休養を取ることが必要でしょう。

感染症について見ると、53名中渡航中にマラリアに罹患しなかった者が47名(89%)と大半で、マラリアに罹患した者は4名(8%)に留まりました(次ページ図2)。

マラリアは罹患して病状が悪化した際のリスクが大きいので、注意をし過ぎるということはない感染症ですが、幸いにもアフリカ渡航中に非常に罹患しやすいとまでは言えないようです。この数字には、熱帯感染症を意識して毎年度行ってきた留学説明会や感染症対策を取り上げている授業の効果が表れているのかもしれませんが⁴。また、重症化した際の致死率の高さを考えれば、これから流行地域への留学や長期渡航を予定する場合には、必ずマラリアについての知識を身に付け、対策準備をしておくべきだと言えるでしょう。罹患した4名のうち2名は、数週間から3ヶ月以内の滞在期間でした。渡航期間が短くてもマラリアに罹患する可能性があることに注意が必要です。

マラリア以外の感染症では、アメーバ赤痢、風邪、尿路感染症、急性胃腸炎、食中毒、ピロリ菌、新型コロナウイルス感染症などに53名中9名(17%)の学生が渡航中に罹患していました(次ページ図3)。

⁴ 編注：このほか、東京外国語大学「大学の世界展開力強化事業（アフリカ）」実施中は、交換留学での派遣が確定した学生に対しアフリカ留学オリエンテーションと派遣国別の情報交換会を実施しています。前者では基本的な安全対策や疾病対策、渡航準備について事業コーディネーターが情報提供を行っています。後者では派遣国の留学経験者・派遣国出身者・事業コーディネーターなどから国別の安全対策や現地の情報を提供するほか、東京外国語大学関係者を基盤とした派遣先国でのネットワーク作りの支援をしています。

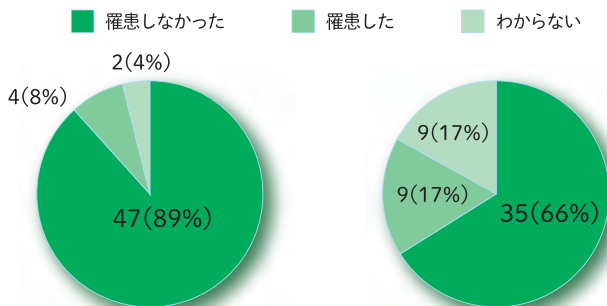


図2 マラリアへの罹患経験の有無 (回答人数：53名) 図3 マラリア以外の感染症への罹患経験の有無 (回答人数：53名)

アメーバ赤痢に罹った2名以外は、国内でも見られる病気への罹患であり、留学生活の中でも学生が普段から比較的なじみのある感染症に罹りやすい傾向にあるようです。

ケガや外傷についてはどうでしょうか。53名中切り傷（12名）、火傷（5名）、打撲（5名）を経験した学生がいましたが、幸い大多数の学生はケガを経験してはいませんでした（図4）。

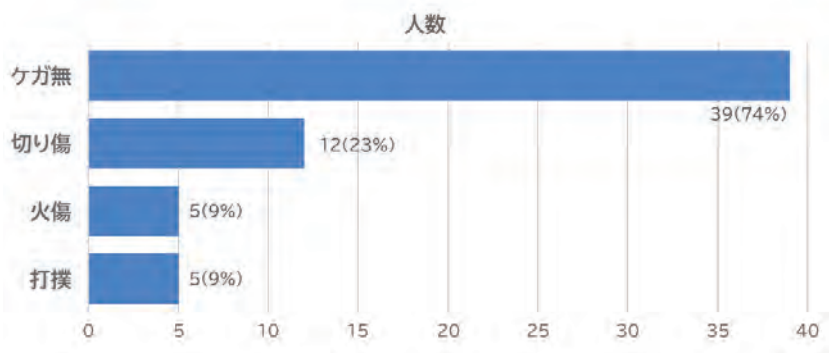


図4 外傷経験の有無および外傷の種類 (回答人数：53名)

もちろん、切り傷のような日常的なケガも、化膿したり、細菌に暴露すればたちまち大きな感染症へとつながっていくので油断はなりません。

【切り傷を負った事例】

グラスを洗っていたら突然弾けるようにして砕け、手がガラスでグサグサになった。切り傷が大きかったので病院に行くべきかかなり悩んだ。幸い持っていた処方薬のぬり薬で治ってきたので行かずじまいだったが、日本語で病院のことを検索すると心配になる情報ばかりだった。その内容もどこまで信じられるか分からなかった。（ケニア）

体調不良時や病気になったりケガをしたときには、どのように対応したらよいのでしょうか。留学経験者たちの行動は、自己治療で何とかするか、現地の医療機関を受診するかに大きく分かれました（図5）。大使館の医務官に相談して現地の医療機関を紹介してもらったり、ホームステイ先の家族のついでで病院を受診したケース、大学附属の診療所を利用した学生もいました。自己治療の範囲内でうまく症状が収まればよいですが、当然限界があります。進行の早い感染症では時間が救命の決め手となることもあります。

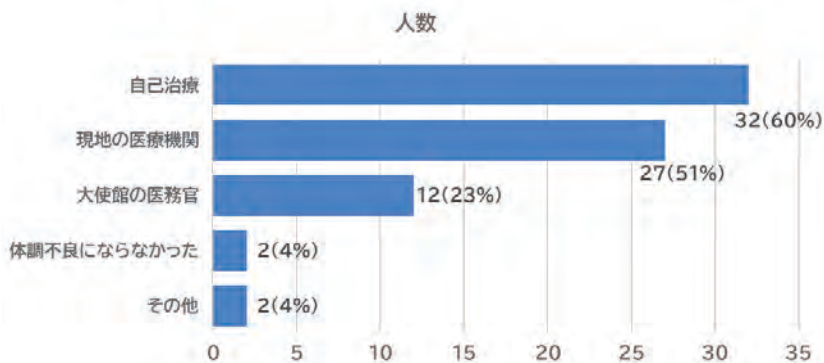


図5 疾病・外傷時の対応（回答人数：53、重複回答あり）

留学先の交通事情によっては、病院に通うことが容易ではない場合も考えられます。

【急な発熱時に自己治療でしのいだ事例】

一度、急に40°Cを超える熱が出たことがあった。病院に行く体力もなかったため、当時大使館で派遣員をしていた友人に連絡をとり、マラリア簡易検査キットとスポーツドリンクを持ってきてもらった。検査の結果マラリアは陰性で、スポーツドリンクを飲みながらとにかく安静にし、自己治療で済ませた（今振り返ると病院に行っておいた方が良いようにも思えるが...）。学生寮には車を持つ学生はもちろんおらず、タクシーを呼べるような経済状況にある学生もいなかった。今ではUberのようなアプリはあるが、当時はそのようなものもなく、仮に自力で病院に行こうとすると、乗合バスに乗る、あるいはタクシーを捕まえることになっていたと思うが、そのようなことをする体力は当時なかった。（モザンビーク）

急病や緊急事態に備えて、平常時から医療へのアクセスが必要になった際の物理的・経済的に現実的なオプションを考えておくことが重要です。

2.2. 現地での医師や医療機関の選び方

渡航先での医療事情については、現地大使館を訪問して情報や助言を得るようにしましょう。首都や主要な都市での信頼できる医療機関や医師を紹介してくれるはずです。

病院で診療を受ける際には、医師や看護師ら医療スタッフとのコミュニケーションがきちんととれるかが重要になります。基本的な症状や疾病やケガをした経緯について、現地の医師に伝わる言葉で説明できるように基本的な語学力をつけておきましょう。あるいは、現地語と自分が理解できる言語を通訳してくれる信頼できる人と一緒に受診をしましょう。

【医師との意思疎通が困難だった事例】

友人や後輩の体調が悪くなった際、病状を英語で適切に説明できなかったことが課題だった。たまたま日本大使館の医務官の方、現地で看護の活動している方にお世話になり事なきを得たが、そうでなければ非常に大変だったと思う。症状を説明するための語彙を少しでも増やしておくことがとても大切だと感じた。（滞在国不明）

現地語が出来なかったため、診断された病名がよく分からなかった。（セネガル）

医療機関の選択は重要です。現地の医師から誤診を受けて誤った処方を受けた結果、もともとの症状よりもひどい薬害に遭ってしまったということもあるので注意しましょう。

【薬害に遭った事例】

日本で処方される薬の数倍の薬を処方され、薬疹が発生した（処方量の違いは服用後に発覚）。（ウガンダ）

必要な薬品はできるだけ正規の薬局で購入するようにしましょう。政府から許認可を受けて営業している薬局のほかに、路上の商人が安く薬品を売っていて、インド製のジェネリック医薬品などを安く購入することができる場合があります。しかし、期限が切れていたり製品の由来が不確かなことも多いので、これらの薬は使用を避けたほうが賢明です。

ケガをしたり病気になって、病院やクリニックで点滴を受ける際には、血液が触れる注射針・注射器やメスなどは、必ず新品を購入して、それで検査や施術・治療をしてもらうようにしましょう。入院中などで、自分で買いに行けない場合には信頼できる相手に確実に新品を買ってきてもらえるように念押しをしましょう。

【医療器具の不適切利用を見た事例】

感染症で意識を失い運ばれた先の病院で、ほかの患者への注射器の使いまわしと思われる光景を見てしまい、混乱した。
(ガーナ)

アフリカでは、都市・地方を問わず近代医療のほかにさまざまな医療の選択肢があります。日本から持って行った薬や病院の薬が効かないときに、現地の人びとからの助言で良くなることもあります。特に伝統医や呪医は、その地域で見られる疾病について知悉しており、有用な助言や薬用植物を処方してくれることがあります。しかし、面白半分での受診は控えておいた方がいいでしょう。

【現地食で症状改善した事例】

日本の胃薬を飲みすぎて、逆に消化力が落ちてしまい慢性的におなかを壊していた。胃薬を飲むのをやめ、現地の発酵乳を飲むようにしたら改善した。(ルワンダ)

2.3. マラリアの予防と治療

マラリアに罹患しないためには、まずマラリア原虫を媒介するハマダラカに刺されないように防虫対策を行うことが効果的です。ハマダラカが活発に活動する時間帯は夜間であることが分かっています。日没後に外出する際には、長袖長ズボンなどで皮膚の露出を少なくし、耳などの露出部にはディートなど忌避剤成分を含んだ虫よけを塗りましょう。就寝時には蚊帳を吊ってその中で寝るなどして蚊を防ぎましょう。ハマダラカを含む虫刺され予防には、KINCHO(大日本除虫菊)の蚊取り線香が非常に効果的です。

マラリアの重汚染地域に滞在し、感染のリスクが高いと判断される場合には抗マラリア薬を予防内服することで、感染を予防することができます。しかし、渡航滞在先での流行状況や滞在期間、体質なども影響してきますので、予防内服を希望する場合は渡航前に専

門医に十分相談するとよいでしょう。

マラリアの流行が見られる滞在先で、急に38℃以上の高熱が続いたり、寒気がしてふるえるなどの症状が出たら、マラリアへの罹患を可能性として疑ってください。マラリアだった場合、急速に進行して容体が悪化する可能性がある点がほかの感染症と比べて大変こわいところです⁵。マラリアの診断には簡易検査キットもありますが、最も確実なのは病院で採血して、血液中のマラリア原虫の数を顕微鏡で計数してもらう検査を受けることです。これによって、どの程度マラリア原虫がいるのかがわかり、感染の有無について確実な情報が得られます。マラリアである場合には、医師の指示に従って治療を受けましょう。

3. 帰国後のケア

帰国のための飛行機の機内や第三国でのトランジット中、あるいは帰国直後に緊張が抜けて、病気を発症してしまうこともあります。帰国して帰宅した後も数日間は慎重に自分の体調を観察しましょう。渡航期間中からの不調がある場合は、この間に病院を受診して医師の診断を仰ぎましょう。海外旅行保険の中には、帰国直後の48～72時間まで保険適用が続くものもあります。契約内容をよく確認しておきましょう。

なお日本の一般の医療機関や医師は、熱帯感染症について必ずしも詳しくないことを覚えておきましょう。少しでも熱帯感染症が疑

⁵ 具体的な症状の例については、筆者の熱帯熱マラリアの罹患経験をマンガで発表したものがあるので、参考にしてください。
大石高典（2021）「人体に棲まうマラリア原虫／ロア糸状虫」奥野克巳、シンジルト（編）、MOSA（マンガ）『マンガ版マルチスピーシーズ人類学』以文社、pp. 261-294.

われる場合には、熱帯感染症や渡航医学の専門医のいる病院⁶を受診するようにしましょう。

4. おわりに

アフリカ渡航中は、何よりも健康第一を心がけましょう。何らかの体調の異変を感じたら、我慢せずに対応を始めるのが賢明です。放っておくと、状況が悪化することがあるからです。特に急性マラリアのように急速に進行し、場合によっては命に関わる感染症が疑われる場合には、時間が貴重です。病気のために、一時的に意識が遠のいてしまった事例もありましたが、そのような事態に陥る前に安全な環境に身を移動させて、医療へのアクセスを確保することが重要です。口は嘘をつきますが、身体は嘘をつきません。どこにいても、自分の身体の声に耳を澄ますようにしましょう。

なお、この章では身体健康面のみを取り扱い、精神健康（メンタル）面については、内容の検討が不十分なのと紙幅の関係で取り扱うことが出来ませんでした。渡航中の精神健康の管理が重要なのは言うまでもないことであり、今後の課題としたいと思います。

⁶ 例えば、獨協医科大学埼玉医療センター附属越谷クリニック（埼玉県越谷市）、関西医科大学総合医療センター（海外渡航者医療センター、大阪府守口市）、国立国際医療研究センター病院（東京都新宿区）など（2024年1月現在）。



性的なトラブル回避について

椎野 若菜・坂井 真紀子

0. はじめに

[椎野若菜]

日本社会には、概して「こうあるべき」、「人様と同じように」という文化的規範からか、プレッシャーがそれなりにあるようです。日本とは全く違う環境！世界に出るのだ！と、興奮と発見、経験を求めて外に出るのですから、気持ちがはじけることもある意味、当たり前です。ただ、自分の身をどう守るか、ということはいつも考えましょう。はじけつつも、冷静な観察者の目を持ち合わせましょう。自らの周りに居る人を観察・吟味して、人間関係を見ながら自分の行動を決めることが大切です。

1. 一緒に歩いてくれる友人たちをつくろう

1.1. 性的なイメージって？

私がよく行く東アフリカ・ケニアの首都ナイロビは、都会化して過ごしやすいですが、行き慣れた今でも夕方5時をすぎて町中のひとり歩きはしません。現地の人ですら、足早になり、空気が変わってきます。町中ではノートパソコンが入っていきそうな都会的な洗練されたデザイン、世界的に知られたロゴ入りのバッグは使用を避け、カメラと携帯電話は隠しましょう。また女性の場合、日本では「ふつう」で、現地の都会の若者も着ているような、肩が出たシャツやぴったりしたジーンズ・レギンスなどの着用も控えましょう。身体の線がよく出る、足が見える、というのは性的思考を誘う要因になります。何が「性的か」は社会文化によって異なります。社会によっては、濡れた髪が大変性的なイメージを持つこともあります。自分が訪れる社会についての女性/男性性のイメージや、公的な場に

おけるジェンダー空間のありかた、セクシュアリティについて、あらかじめひも解いていきましょう。

1.2. ネット上にはない危険エリアの情報

昼間でも、一人では歩くべきではないエリアがあります。現地の人でさえ、携帯電話で話していたらそれをとられてしまうような、治安の悪いエリアです。そうした情報は、現地に暮らす「外国人」が知っています。ここで重要なのは、彼らからの情報を基点にすることです。どんなに現地の人「大丈夫だ」と言っても、自分は現地人とは異なるのだ、ということを忘れてはいけません。見かけはどう頑張っても変えられず、それが故に襲われる可能性が高くなるからです。

そのようなところには、自分だけの判断で行くのは絶対にやめましょう。ネット上に、いいお店やホテルがあると出ていても、その地域の詳細な治安の情報まではわかりません。必ず、そのエリアについて情報を集めてから行動をしましょう。また日本人で固まって歩いていると、それも非常に目立ちます。「一緒に歩いてくれる現地の友達」を得るのが、海外で滞在する際の第一歩です。自分のことを理解し、心配し、相談にのってくれる「信頼」できる友人です。

数ヶ月におよぶ滞在になる場合は、その国を知るためにも、国・地域のことを聞き、日本の友人や家族のことを話したり、身体のこととも相談したりできる「父母」や「祖父母」のような人ができるといいでしょう。互いに尊敬の念をもちながら、気軽に泊めてもらえる、というのが理想でしょうか。そして、出かける際は年齢の近い「信頼」できる友人とすれば、何かトラブルに巻き込まれそうなきも、助けてくれるでしょう。

1.3. 自分の持つセンサーを鍛えよう

観察モードで暮らすと、自分の持つセンサーも鍛えられます。自分自身がどのような環境にいるか常に考え、自分が面白いことがあ

るぞ、という調査課題を見つけるセンサーも、人を見極めるセンサーも徐々に鍛えられるはずです。時空間を共にしている人を生理的にいやだ、と思ってしまう場合は、距離を置く工夫をし、物理的に離れましょう。しつこいと思ったらはっきりと NO ということが重要です。断り方を迷う場合は、現地の友人にすぐに相談しましょう。現地でも、過度にボディタッチはしないものです。せいぜい、挨拶のときの握手や、まれにハグでしょう。例えば、この人と一緒にいれば、面白い調査ネタを見聞きできそう…、でもボディタッチが多すぎて気持ち悪い…そう思ったら、潔く離れましょう。逆に、感じがいい人だな、すてきだな、と思った人でも、ちょっといきなり距離が近すぎない？急展開すぎない？と思ったら、一旦、距離をおきましょう。自分自身の気持ちを冷ましてみることが重要です。

100%「信頼」できる人を探すのはすぐには難しいです。そのために、自分自身の人を観察するセンサー、冷静なまなざし、毅然と行動する力を養うことが重要なのです。

2.トラブルを回避する方法って…

性的なトラブルは、自分自身の意志を超えて突発的に起こる場合と、後から思えば、何かのサインがあってから起こる場合があると考えられます。日本国内外に限らず、女性は特に男性と比べて身体的な力の差があるので、どうしても、二重三重に注意が必要であることは事実です。

どういう思いで近づかれているか…自分にその気がなくても気に入られ、日本の男女の付き合い方よりも、すぐに性的関係を結ぼうとする場合もあるでしょう。相手に対し、ふつうの知人・友人以上の異性としての気持ちがない場合は、隙をつくらず、日本でいるときよりも意識して YES と NO がはっきりした態度をとりましょう。

お酒が入った状況では、さまざまなことが起こり得るのは言うまでもありません。まず、外出先で「酒には飲まれるな」。自らも、状況判断がしっかりできなくなりますし、飲んでいる人たちも、常

識を逸したり、ほかの人を気づかたりできなくなる確率が高くなります。パーティーやお祭りのように、非日常的な、人びとも日常を忘れて楽しみたい！と思っているときは、危険度が一気に増します。私自身、フィールドで頼りにしていた「母」も大変酔っぱらっていたとき、村外から来た青年に襲われそうになりました。村内の、家族親族を含めた複数の知り合いがいる関係ならば、突発的にそのようなことはしないのがふつうです。見知らぬ人が多くいる環境が、こわいのです。

その人をよく知る前に、異性と2人きりになる場面を作らないこと、は鉄則ですが、反対に「まったく知らない人」ではない人が豹変する場合もあります。信頼していた人に裏切られた、いうケースもあります。実際、留学先で当初からよくしてくれた日本人の既婚の男性から「日本食を食べよう」と自宅に呼ばれ、訪ねると妻子が日本に一時帰国しており、二人きりの状況だったケースがありました。

これはおかしいと感じたら、その場からすぐ逃げ出す手立てを考えましょう。逃げると決めたら、お金がかかってもタクシーを使うことも必要です。自らのお財布の心配と、安全を天秤にかけないようにしましょう。ホテルの部屋も、節約になるからと異性と同じ部屋にすることは、絶対に避けるべきです。ときに日本から一時的にやってきた年上の調査者などから申し出があるかもしれませんが、きっぱりと断りましょう。日本社会では「非常識」と捉えられることを、海外ではなぜか平気で行動してしまう人は、残念ながら実際に多くいるのです。

3. 被害にあった場合

もし性被害にあってしまった場合は、すぐに対処しなければならぬことがあります。まず、自分を責めないこと。どうしたらいいか、わからない！とパニックになっても、まず『留学生のための性暴力マニュアル』を見てください。性被害の経験もある SAYNO!の人たちと協力して作成したものです。A4用紙に印刷し、必要事項

は記入し鞆にしおきませう⁷。

ウェブサイトには「もしも海外や留学先で性被害・セクハラに遭ったらどうすればいいのか」という問いにこたえる形で情報もあります⁸。女性の場合は、性被害対策に限らず、自らの健康のため、日本を発つ前に余裕を持って必ず婦人科にかかりませう。渡航前からピルの服用を試してみるのもいいです（吉野 2022）⁹。

親に言うとお心配してしまう…言いづらい…ということもあるでせう。あらかじめ、親だけでなく、日本と現地の双方に、心を開いて話せる友人、教職員、現地のことを知る日本人、現地にいる日本人など複数の関係性を築きませう。

どんなに慎重にせうと、自分の頭で考え、被害に遭わないようにせうと思っても、完璧な策はありません（cf. 杉江 2020）。いざというとき自分自身の行動の参考にできるよう、さまざまな事例、例えば HiF（フィールドワーカーとハラスメント）のサイトや SAYNO!などのサイトに掲載されている体験談を頭の隅においておきませう。何か起きてしまったときは、自分を責めず、少しでもいい状況になるように信頼できる人たちと、未来を具体的に考えませう。東京外国語大学には、「TUFS100 当番」も開設されているので、いざというときの相談先として、覚えておいてください。

⁷ 『留学生のための性暴力マニュアル』

URL: <https://sayno-ryugaku.com/wp-content/uploads/2020/11/d15516ec4494c0a80f17d08c67132df6.pdf>

編注：p. 62 の QR コードから本 URL を含む本章で取り扱う全ての URL にアクセスできます。

⁸ 「もしも海外や留学先で性被害・セクハラに遭ったらどうすればいいのか」
URL: <https://sayno-ryugaku.com/info/>

⁹ 2021 年 10 月 20 日に、東京外国語大学にて『これだけは知っておこう 留学／フィールドワークのリスクマネジメント—被害者にも加害者にもならないために—』というシンポジウムを開催しました。その記録を『クアドランテ』第 24 号（2022 年 3 月）（東京外国語大学海外事情研究所）をオンライン上で読むことができます。

URL: <https://www.tufs.ac.jp/common/fs/ifa/publication.html#no24>

4.トラブル回避のためのポイント

[坂井真紀子]

アフリカに行くと、日本から来た人は男性も女性も例外なく誰でもものすごくモテます。新しい出会いの機会は時に嬉しいことですが、思いがけないトラブルに発展することもあるので注意が必要です。考えられるケースとしては、

- ①親愛の情や冗談がエスカレートする場合、
 - ②顔見知り程度の関係なのに、無理矢理性的関係に持ち込もうとするケース、
 - ③見知らぬ人によるレイプなどの犯罪に巻き込まれる場合、
- その結果として、④エイズやその他の感染症の心配もあります。

多くの国では異性のアプローチは概して日本に比ベストレートで、日本の暗黙の了解は通じません。自分の身は主体的に守るという心構えが大切です。トラブル回避のためのポイントをいくつか下記に挙げます。

4.1. 行動

- ・なるべく早く信頼できる現地の同性の友人を作って共に行動する。
- ・年上のお母さんのような人ともコネクションを作り、相談できるようにしておく。男性、女性問わず、なんでも相談できる保護者世代の知り合いは大切です。
- ・飲み屋やバーのような多様な人の集まる場所に行く場合は、必ず複数の友人とともに。帰るときまで、必ず自分がよく知る人と共に一緒に。
- ・「危険」「治安が悪い」と言われている場所には行かない。
- ・昼間道を歩いているときも、まわりの視線に注意を払う。
- ・歩きスマホ、イヤホンは厳禁。
- ・夜は一人で出歩かない。
- ・異性と二人きりにならない。

4.2. 身なり

- ・服装は過度な露出を避ける。社会学的にファッションは何らかのメッセージを発しています。日本社会における若い女性の夏の服装コードが、必ずしも海外の地域の文脈で適切とは限りません。TPO と合わずに浮いてしまう場合あり。身体のラインがはっきり見えないものがよいです。
- ・（防犯の意味でも）華美なアクセサリや時計、バッグなど高価で目立つものは身につけないようにしましょう。

4.3. 意志表示

- ・嫌な場合ははっきり NO と言う。相手を傷つけるのではないかとか、友情が壊れるのではないかとか、余計なことを考える必要はありません。
- ・日本人特有の曖昧な笑いは YES・OK と取られるので厳禁。日本人は、恥ずかしいとき、照れくさいとき、断ってごめんねという意味でなんとなく笑いますが、これは、相手にとっては、どう考えても YES のサイン。誤解とトラブルの元です。

男性もトラブルに見舞われることがあります。可愛い女の子に言い寄られていい感じになったら、後から「お兄さん」という怖い人物が現れ、「よくも俺の妹に手を出したな」と脅され現金を巻き上げられるケース（いわゆる美人局つつもたせ）など。

また、エイズその他の感染症の心配もあります。最終的には自分の判断ですが、どうぞ理性を忘れずに。男性も女性も念のためコンドームを用意しておい



写真1 ヤウンデ、カメルーン（2016年）

たほうが良いです。

私の経験ですが、アフリカでは（全員ではないですが）比較的オープンに性的な話をする場合があります。日本では完全アウト、セクハラでしょう！というネタにも遭遇すると思います。不快に感じたときには適度に距離をとるなど、上手くあしらえるようになりましょう。

とはいえ、異国の地で運命の人に出会うかもしれません。その出会いが本物かどうかは自分が判断するしかありません。コミュニケーションをしっかりとって、まずは信頼関係を先に作るのが大事だと思います。

参考文献

椎野若菜 2014「家族、友人、アシスタントとともに一フィールドワークという暮らし」椎野若菜・白石壮一郎編『フィールドに入る』（100万人のフィールドワーカーシリーズ1）古今書院、pp. 216-233。

杉江あい 2020「フィールドにおける安全対策とその限界—バンングラデシュ調査体験より」澤柿教伸・野中健一・椎野若菜編『フィールドワーカーの安全対策』古今書院、pp. 128-137。

吉野一枝 2022「女性のカラダとココロ—性の自己決定権とケア—」『クアドランテ』第24号（2022年3月）、東京外国語大学海外事情研究所）pp. 107-124.

<https://tufs.repo.nii.ac.jp/record/3424/files/ifa024026.pdf>

参考ウェブサイト

- ・フィールドワークとハラスメント

<https://safefieldwork.live-on.net/category/story/>

- ・SAYNO!

<https://sayno-ryugaku.com/>

- ・Meetooanthro

<https://metooanthro.wordpress.com/reading-list/>

6

引率型現地実習についての座談会

神代 ちひろ

日本でアフリカへの引率型現地実習を実施する大学はまだ多いとは言えず、東京外国語大学でも実施していません。アフリカへの学生引率では、治安についての情報収集や判断力、疾病についての知識や対応力が特に重要といえます。今回、日本におけるアフリカへの引率型現地実習のノウハウ蓄積の底上げに貢献することを目的とし、京都精華大学と上智大学にご協力いただき引率型現地実習についての座談会を実施しました。担当教員から、学生を引率する際の安全対策や危機管理について、豊富なご経験を基に実践レベルでの困難や工夫を聞かせていただきました。本章はその座談会の記録です。読者としては、特に近年アフリカで新たに引率型現地実習を開始された大学、あるいはこれから実施する大学の引率担当教員や担当事務局の事務の方々を想定しています。本座談会が日本におけるアフリカへの引率型現地実習の発展に貢献できれば幸いです。

《座談会実施日》2023年10月6日(オンライン)

〈座談会協力者〉



清水貴夫 先生

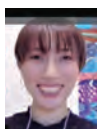
京都精華大学／准教授
専門：文化人類学
フィールド：セネガル、ブルキナファソ



山崎瑛莉 先生

上智大学／University Education Administrator
専門：国際教育学
フィールド：ガーナ、南アフリカ

〈司会〉



神代ちひろ

東京外国語大学／特任助教
専門：地域研究、文化人類学
フィールド：ブルキナファソ、南アフリカ

ープログラムの概要

神代 今日はよろしくお願ひします。まず、お二人がご担当されているプログラムの概要を簡単に教えてください。（プログラム詳細は次ページ表1を参照）

清水 京都精華大学（以下、「精華」）では、セネガルでプログラムを実施しています。授業としての位置付けは全学対象の①社会実践力育成プログラム「海外ショートプログラム」と、グローバルスタディーズ学科1年生必修の②「海外短期フィールドワーク」です。①と②を同じプログラムとして実施しています。2021年度から開始しましたが、その年は新型コロナウイルスのためオンライン開催となり、2022年度から実際に開始しました。夏に実施する約2週間のプログラムです。

山崎 上智大学（以下、「上智」）では、カメルーン、ベナン、南アフリカ、コートジボワールでプログラムを実施しています。授業としての位置付けは全学対象の一般教養科目「実施型短期プログラム『アフリカに学ぶ』」です。私は2015年の開始当初から引率を担当し、これまで12回実施しました。春と夏の長期休暇中に、先の4ヶ国のうちいずれか1ヶ国で約2週間のプログラムを実施しています。コロナ禍ではオンラインで実施しました。

ー海外保険&危機管理サービス

神代 では早速ですが、大学として学生に加入させている海外保険や危機管理サービスについて教えてください。東京外国語大学（以下、「東外大」）では交換留学で学生を派遣する際、学生に治療・救援費用の支払い限度額が無制限の保険に加入させています。

表1 各大学プログラム概要

大学名	京都精華大学	上智大学
科目名	①社会実践力育成プログラム 「海外ショートプログラム」 ②グローバルスタディーズ学科 「海外短期フィールドワーク」	実践型短期研修プログラム 「アフリカに学ぶ」
開始年	2021	2015
行先	セネガル	カメルーン、ベナン、 南アフリカ、コートジボワール
対象学年	①学部生全学年 ②1年生必修	学部生全学年
実施時期	8-9月	9月(夏)・2-3月(春)
参加人数 ※はオンライン実施	2021 ※①ー ②ー 2022 ①5 ②5 2023 ①1 ②2	2015夏 カメルーン 5 2016夏 ベナン 11 2017春 カメルーン 10 2017夏 南アフリカ 10 2018春 カメルーン 14 2018夏 南アフリカ 9 2019春 カメルーン 14 2019夏 南アフリカ 13 2020夏 南アフリカ※3 2021春 カメルーン等※8 2022夏 コートジボワール等※9 2023夏 コートジボワール 12
引率者数	2(教員[男性1/女性1])	2(教員1/職員1)
実施期間	約2週間	約2週間

大学名	京都精華大学	上智大学
授業概要	<p>セネガルの文化と人びとの生活風景を視察。2023年度：首都ダカール、ダカール近郊の大都市チエス、ムーリッド教団の聖地トゥーバを訪問。都市訪問を通じ、セネガルの様々な姿を概観し、セネガルの全体像をつかむことを最初の目的とし、現地学生や各所のセネガル人との交流を通じ、人びとのダイナミズムを生活レベルから体感することを目的とする。</p>	<p>アフリカ地域の歴史と現在（政治・経済・文化・日常生活）について、事前研修を経て、連携機関（大学・国際機関・在外公館等）の講義や、現地コミュニティ等における実践活動を学ぶ。</p>
事前学習	<ul style="list-style-type: none"> ・座学（ウォロフ語講座×2回、セネガルの社会と文化×3回） ・研究テーマの設定 	<ul style="list-style-type: none"> ・イントロダクション／アフリカ地域基礎講座 ・現代アフリカ社会と生活／研修における研究テーマ設定 ・研修における準備／研究テーマの探究
渡航中のプログラム	<p>大使館、JICA 事務所／プロジェクトサイトなど在外の日本の公的機関への訪問、日系企業訪問、宗教組織や家族訪問。</p>	<p>当該国の高等教育機関での講義・学生交流のほか、国際機関（UNESCO、WFP、アフリカ開発銀行など）、在外公館（大使館）、JICA 事務所、現地企業、市民団体（NGO、NPO）への訪問やプロジェクト参加などを実施。</p>
事後学習	渡航中に報告会	帰国後に総括、研究報告会

さらに派遣先大学から指定された保険に加入することもあります。日本エマージェンシーアシスタンスと契約して OSSMA (Overseas Student Safety Management Assistance) という危機管理サービスを学生に提供しており、コロナ禍では加入必須、現在は任意加入としています。

清水 精華でも同様に、海外保険は救援費用の支払い限度額が無制限のものに加入させています。大学と保険会社の間での契約があるので、基本的にはそれに入る形です。精華でも OSSMA を利用し、学生に加入させています。航空券はプログラムをとりまとめるグローバル推進室が購入します。

山崎 だいたい精華さんと同じです。プログラムをとりまとめるグローバル教育推進室が、航空券購入・保険加入・緊急案件などの対応窓口になっています。学生の海外保険は同室で契約している保険会社に加入します。OSSMA にも加入します。

神代 両大学も利用されている OSSMA について、これまで東外大生が使ってきた様子を見ると、国によるかと思いますがアフリカの情報をあまりお持ちでないような印象があります。

清水 やはりアフリカは弱いです。セネガルで利用した際に具体的な情報を持っていませんでした。どれぐらいの情報を持っているかよく分かりません。

山崎 同じ印象です。コートジボワール渡航の際にも利用しましたが、具体的な病院の情報が不足していて、本学側が現地のパート

ナーや日本大使館¹⁰に情報を聞いて学生を連れていきました。対応力があまり分からない部分があります。

清水 教員が引率しているときや、短期のときはそれほど必要ないかもしれません。例えば体調を崩したときに緊急連絡をすると病院を調べてくれるなど、365日24時間対応してくれることが売りですよ。長期派遣の学生に対して、私は24時間対応できないので、1本コミュニケーションのラインが増えるという捉え方をしています。

一渡航中に学生が病気になったときの対応

神代 学生が体調を崩したときの話になりましたが、こういうときの対応についてお聞かせください。2週間のプログラムですと、その間に体調を崩す学生がいると思います。



写真1 世界遺産の「貝殻の島（ジョアル・ファデー）」（セネガル）【精華】

清水 短いスパンで行くので、疲れが原因となることが多いと思っています。プログラム中は、毎朝必ず健康チェックをします。

神代 どのようにチェックされるのですか？

¹⁰ 編注：本冊子では全体として日本大使館を主に取り上げていますが、大学として対応する場合、学生の国籍が多様なことも念頭に置き、学生が国籍を有する国の大使館からの情報収集や、緊急時の連携も想定した対応が必要となります。

清水 朝食に来られなかった学生はその日は待機とし、無理はさせないようにしています。暑さでも疲れが出やすいので、ホテルはエアコンがよく効くところを選んだり、移動は乗り合いタクシーではなく車両借り上げにして、窮屈な中での移動を避けるようにしています。

山崎 到着して4、5日ぐらい経つと、頑張っていた反動で疲れが出てきます。毎回参加者が12名前後いますが、そのうち3、4名はおなかを壊したり、熱を出したりします。学生が発熱したら引率職員に病院まで付き添って対応してもらい、私はプログラムの対応を続けます。

神代 さきほど病院探しの話が出ましたが、精華さんではどうやって選んでいますか？

清水 ダカールに関しては、大使館や現地の方に確認して決めています。保険の話に関わりますが、病院が保険会社に直接請求できる病院を利用しています。保険会社の証書があれば現地で支払いをする必要がない病院です。あらかじめ2つぐらい決めています。

—マラリア対策

神代 次はマラリア対策について伺わせてください。アフリカで過ごす際のマラリア対策は重要ですが、予防薬や治療について、どういう対応を取られていますか？



写真2 ベナンの子どもたちと遊ぶ【上智】

山崎 予防薬については、服用は任意にしています。だいたいいつも学生の半数くらいは服用しています。

清水 治療については、精華ではマラリアの治療薬と解熱剤を備えさせています。マラリアの薬は服用が早ければ早いほどいいので、マラリアの疑いがあるときはまず服用してから病院に行くようにさせています¹¹。病院で「先にマラリアの治療薬を飲むと検査をしても陽性反応が出ない」と怒られたこともあります。ほかに原因が無いからマラリアだろうということになったので、そんなに間違っていないかと思っています。

山崎 なるほど！発熱したときにすぐにマラリアの治療薬を飲ませる発想になっていなかったです。発熱するとすぐに病院へ連れて行っていました。たしかにコートジボワールやカメルーンでは発熱症状はまずマラリアを疑われます。マラリアではなかった場合でも服用しても問題はありますか？

清水 基本的には大丈夫です。効かなかったら次の病気を疑うだけなので。

山崎 それもひとつのやり方ですね、たしかに。

清水 リスクがひとつ消えます。このやり方はもしかしたら荒っぽいかもかもしれません。神代さんも経験あるでしょう？アフリカに長期滞在していて、熱が出たらとりあえずマラリア治療薬を飲んでから

¹¹ 「スタンバイ治療」と呼ばれる方法。マラリア流行地域においては、発熱した場合、必ずマラリアの可能性を考慮しないといけません。三島伸介講師（関西医科大学）によれば、マラリアは治療が遅れると死に至る可能性があるため、特に早期の病院受診が難しい状況では、スタンバイ治療として、滞在地に則したマラリア薬の内服が推奨されています。

考えよう、みたいなこと。

神代 ブルキナファソで長期フィールドワークをしていた大学院生時代にありました。

清水 2週間の滞在ではあまりありませんが、急性腸炎で39℃ぐらい発熱することもあるので、まずマラリアの可能性を除いてから考えられるようにそういった対応をしています。

一帰国後に発症した病気への対応

神代 帰国後に学生がマラリアを発症して対応されたことはありますか？

清水 幸いまだありませんが、日本でマラリアの治療薬を購入すると高額なので、学生全員に治療薬を購入して帰らせるようにしています。私もいくつか購入して帰っています。

山崎 私もまだありませんが、今回治療薬を購入して帰国しました。また、マラリアではありませんが、学生が渡航中に一度体調を崩して、帰国後にきちんと検査したら髄膜炎になっていたことがあります。

神代 そういったとき、東外大では新宿の国立国際医療研究センター病院や、獨協医科大学埼玉医療センター附属越谷クリニック渡航外来を学生に勧めます。上智さんではいかがでしょうか。

山崎 大学としては指定していませんが、私も国立国際医療研究センターを一例として伝えています。

神代 精華さんは関西エリアですが、いかがですか？

清水 関西医科大学のアフリカ熱帯医学がご専門の三島伸介先生に相談させていただくことになると思います。三島先生には渡航前の熱帯医学研修もご担当いただいています。

—渡航前の事前研修

神代 上智さんが行っている渡航前の疾病などの研修について教えてください。

山崎 カメルーン、ベナン、コートジボワールのときは事前研修の1コマを保健衛生に関する内容にして、途上国経験のある本学の看護学科教員に講義をしてもらっています。

神代 学生さんたち、事前に「こうするんだよ」と伝えても結構忘れてしまって、あまり役立っていないように思うこともあるのですが、そういう知識が活用されている実感はありますか？

山崎 忘れてりもします。でも、持ち物は資料や確認事項をよく見て準備してくれています。例えば、「虫よけはサラテクト（アース製薬）のディート¹² 30%が出たからそれがいい」とか、「梅肉エキスが漢方的に良い」などと伝えると、それを素直に持ってきます。

清水 梅、いいんですか？

山崎 これ、本当に効きます。看護の先生もおっしゃっていました。ちょっとした不調、例えばおなかがゆるい、体調が晴れない、喉が

¹² 編注：虫よけ成分

痛いというときに、とにかく梅肉エキスをすこし舐めておくと、ずいぶん良くなります。

神代 私も梅の効能を高く評価していて、フィールドワークのときにいつも梅干しを持っていきます。先日南アフリカに入国するとき空港で梅干しを捨てられましたが、梅肉エキスなら回避できそうでした。いいなと思いました。

清水 私も来年から学生に梅干しや梅肉エキスを持って行くように伝えます。

一渡航中の学生のメンタル面のサポート

神代 次にメンタル面のサポートについてお伺いさせていただきます。2週間ですし、おなかを壊すなど体調不良の方が多そうですが、もしご経験があれば教えていただきたいです。

清水 純粋な「メンタル」の問題があったことはありません。ただ、体調の悪化からメンタルに影響することがあると思うので、気を付けています。プログラム期間中に日本食を食べる日を作り、食からくるストレスの改善のポイントとなるよう配慮しています。

また、精華はダイバーシティを尊重する方針を強く打ち出していることもあり、ときに同性の教員の方が話やすいことがあるだろう、という配慮から、引率型のプログラムは女性・男性各1名が担当することになっています。セネガルもアフリカに関わりのある女性教員がもう1名の引率者になっています。

神代 上智さんは教員と職員が各1名ですね。話が脱線しますが、基本的にアフリカに詳しいのは山崎先生だけということになりますか？

山崎 これまでの引率職員の方たちは、全員がアフリカ渡航は初めての方々でした。やはり慣れない地域のため、ご本人たちにも難しさはあると思いますが、私自身は、学内の「アフリカレベル」が上がる機会と捉えています。職員の方は初のアフリカ渡航であるにも関わらず病院の引率を担ってくださるほどまで尽力されま
す。病院には、現地協定校や大使館の方が付いてくださることもありました。大使館は在留邦人の対応が主なお役目ですが、どうしてもものに頼らせていただいたこともあります。



写真3 チェブ・ジェン作りを体験する
(セネガル) 【精華】

一 現地の日本大使館との連携

神代 東外大で学生を派遣する際に大使館を心の頼みにしていたのですが、あまり頼ってはいけないのでしょうか。

山崎 短期滞在邦人の個別具体的な件を大使館の医務官の方にご対応いただくことはあまりありません。とはいえ、実際は非常に頼っていますし、相談に乗ってくださいます。

清水 大使と大使館の考え方でこのあたりはかなり違いそうです。ブルキナファソで医務官の方によくしていただいた経験があります。大使館は、安全を確保するためのアクターとして重要視しています。大使館には準備などでの渡航時やプログラム実施時に毎回表敬

訪問をしています。送り出す側はどれだけ情報があっても不安なので、医務官の方にいただける情報は大変貴重です。私たちが知らない情報も持っているので、現地の大使館との関係は持っておいた方がいいです。

山崎 大使館は国内にいる邦人の動きを把握しておきたいという意図があるので、そういう意味での連携はしています。大学として実施するプログラムですし、保証人様、親御さんに対してどういう危機管理対応をしているかを説明する際に「大使館の判断や情報を判断基準にしています」とお伝えすることは必要なことでもあるので、そういう意味で関係作りはしています。

清水 大人の事情ですがそこ大事ですよ。大使館も、通わないとだめです。

一渡航中に学生が事故・事件に巻き込まれたときの対応

神代 大使館のほかに、連携している組織や団体はありますか？実際に事故や事件があったときに連携したことはあるでしょうか。

清水 今のところ幸いにも事件に巻き込まれたことはありません。現地の治安情報などについては、情報源は基本的に「たびレジ（外務省の安全情報配信サービス）」を使っています。たびレジは大使館レベルの情報なので、大まかな情報をつかむには早いです。

また、セネガルにリエゾンオフィスがあって、そこに現地在住の常駐スタッフを1名置いています。政治的な動きや病院などの情報提供、現地での緊急連絡先の機能を持たせた体制を整えています。

山崎 大きな事件に巻き込まれたことはありませんが、2015年のプログラム実施初回のカメルーンへの引率中に北部でテロが起き、続

行するかどうかを現地で判断したことがあります。プログラム実施中の首都ヤウンデはテロが起きた現場から離れていましたが、日本に伝わっていく情報としては「テロが起きた国に学生がいる」ということになってしまっていました。続けるかどうかは、現場判断になったのです。そのときは大使館に、大使館としてどう考えるか、邦人は大丈夫と思うかと相談した結果、その時点では問題ないだろうという意見をいただいたので、プログラムを続行しました。

神代 ほかに、アフリカでは大統領選挙があるときは特に気を付ける時期ですね。どのように情報収集をされますか？

清水 セネガルはもうすぐ大統領選があつて、デモがあつたりなど若干ざわついていたので、渡航2、3ヶ月ぐらい前からリエゾンオフィスから新聞などには載らないような情報も収集していました。

山崎 今回コートジボワールはプログラム中に地方選があつて、危ないのではと現地の協力者から助言がありましたが、政情的に火花が立つようなことではなさそうだと、ということで実施しました。大統領選挙が重なるときはさすがに行けないだろうということは、現地の大使館や独立行政法人国際協力機構（以下、「JICA」）と話しています。上智は JICA と連携しているので、JICA にはかなりお世話になっていろいろ情報をいただいています。



写真4 協定校の学生たちと文化交流（コートジボワール）【上智】

清水 JICA との関わりについてもうちちょっと聞いてみたいです。どういう関わりなんですか？

山崎 JICA とは大学全体として学術協定を持っており、連携科目や講演会などのイベントなど、さまざまな形で交流があります。プログラムの中では、JICA オフィス訪問、プロジェクトサイト見学、インフラ ODA 事業、平和構築事業見学など、深く連携しています。

清水 大使館が持っていない情報を JICA がたくさん持っていることもありますね。

山崎 地方に協力隊員がいることもあり、人びとの動きをよくご存知で、空気感のレベルから情報をいただいたりしています。

一各所との関係作り

神代 清水さんと山崎さんはこれまでお仕事や研究などさまざまな形でアフリカに関わっていらして、大使館やJICAにお知り合いも多いですね。そういった関係性がプログラム実施に与える影響について教えてください。

清水 学生の引率は、自分がこれまで長年かけて築いてきた大使館やJICAの方々などとの関係性の中で実施しています。言語ができるから担当になったというだけだと難しく、引率担当はコネクションが無いと難しいポストです。学生が知らないところにも根を張り巡らせていないと安心して学生を連れていけません。視察に1、2回行っただけで始めるのは危険です。責任を持って学生を連れて行くためには、十分に準備の時間と、ある程度のお金をかけてやらないと、行き当たりばったりで連れて行くのは恐ろしいです。

山崎 同感です。顔を合わせて話した人がどれぐらいいるか、現場を実体験しているかどうか、だと思います。渡航地には必ず視察に行きます。今回引率した職員さんも行きました。せめてそれがないと難しかったです。現地に着いてどう動くか、例えば渋滞の様子を知らないと病院にすぐに行けないことも想像がつかず、ロジスティクスの準備もできません。その辺りの厚みがとても大事だと思います。引率の教職員が不安そうにしていると学生にもその気持ちに移ります。学生は、気合いは入っていますが周囲から心配されながら行くので、大学で実施するからこそ大丈夫なんだと思ってもらえるように最大限努めています。危険やリスクはあるにしても、いろいろな情報を踏まえて準備した上でやっと「学ぶ」ところまで辿り着けます。その意味で、引率担当者が各所との関係作りを人任せにしないことがとても大事だと思います。

一引率担当者自身の健康管理

神代 プログラム実施中は引率担当者が要になるので、心身面での負担が大きいかと思います。

山崎 自分が倒れたらしょうがないので、健康でいられるように気を付けています。

清水 自分が倒れる可能性も考えながらやらないといけません。オンライン会議ができるようになってから、アフリカまで会議やメールや原稿の締切が追いかけてきます。去年も今年も引率中の平均睡眠時間は2、3時間でした。移動するバスが貴重な睡眠時間でした。

山崎 そうした状況があることは、大学側も含め各方面のご理解を得たいですね。引率の教職員も、現場対応が続いて結構気が張っているので、本当に寝ないとまずいのですが…。

清水 これから引率される先生がいらっしゃるなら、自分の健康管理をしっかりと、と付け加えておかないといけないですね。

山崎 本当に、自分の健康管理は大事です。

一他大学の引率担当の先生方へのメッセージ

神代 最後に同様の引率プログラムを実施される先生方へのメッセージをお願いします。

清水 ヨーロッパやアメリカ、東南アジアなどへの引率プログラムはたくさんありますが、アフリカはまだこれからみなさんが行かれる地域かと思います。その意味でも価値のあるプログラムになると

思います。また、より世界を知るという意味では、アフリカは最後のフロンティアになると思いますので、積極的に参入していただきたいです。一方でアフリカは非常に遠いので、常に健康や治安の問題、安全確保の問題は大きなハードルになってきます。それぞれの経験がまだ少ないと思うので、経験をシェアしながら、お互いみんな、より安全に渡航して学べるような環境作りができればと思っています。

山崎 最後にお話しした関係性が大事だと思います。学生を連れて行く時点で、現地の協力者や関係者との間にはできるだけ「初めまして」ではない状況を作っておくことが準備として必要です。アフリカという地域柄かもしれませんが、「こんにちは」と握手して、「自分はこういう者です」、というやりとりを済ませておくだけでも安心材料になります。その上で「今度学生たちがここに来たらこういうことがしたい」と話すと、必ず助言をもらえます。その準備の中に、できるだけインターネット上の情報ではなくて、自分たちが現地に赴いて得る情報をたくさん蓄積していくことが大切です。その意味でも、このように経験のある大学やフィールドワーカー、現地を知る方たちとのコミュニケーションを培っていくことが大事だと思います。

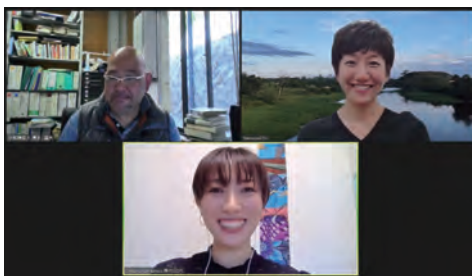


写真5 座談会の様子

神代 本日は貴重なご経験をお話くださって本当にありがとうございました。



アフリカに渡航する学部生向け安全対策は、なかなか難しい問題を含んでいます。安全管理の技術的な側面もさることながら、それ以上にどのような考え方で安全対策の制度構築を行い、学生にそれを説明するのが思案のしどころです。

学生に事故があってはいけない。これはもちろん大前提です。一方で、アフリカを知る者として、学生にはアフリカの多様な側面に触れてほしいとも思います。単に車に乗って動物を眺めるのではなく、人びとの中に入り、さまざまな経験をしてほしい。そのために、自分で行動し、人びとと話をしてほしい。コントロールを強めれば問題は起きにくいかもしれないが、自主性は失われます。コントロールが過度になれば、学生がアフリカに行く意味は失われてしまいます。

アフリカに渡航する学部生向け安全対策を考える人は、おそらく皆こうしたジレンマに直面し、いろいろ悩んでいるはずです。この安全情報冊子を作成するにあたって私たちが考えたのは、実際に業務に携わる現場の声や学生の経験談を可能な限り共有したいということでした。悩める担当者の声と実際に留学を経験した学生の声の一つところにまとめることで、お互いに学びがあるはずだと考えたのです。本冊子の制作にかけられる時間は限られていましたが、本学の教員、事業担当者や学生はもとより、他大学のご担当者や先生方にも大変協力的に対応していただきました。深く御礼申し上げます。

安全対策に関わる情報を集めて改めて思うのは、アフリカに行く者は「おとな」でなければならない、ということです。アフリカを訪れる者は、自分で自分を律し、コントロールする能力が求められます。自分のことは自分で責任を持つという「おとな」の姿勢が求

められるのです。

「おとな」か「こども」かは、単に年齢の問題ではありません。アフリカの農村に滞在していると、子どもたちがとても大人びて見えることがあります。子どもたちは子守をし、水くみをし、母親を助けて作物を収穫します。彼ら、彼女らは自分を律する術を知っていて、実に大人びて見えるのです。

日本の学部生は、「こども」と「おとな」が混じった存在かもしれません。日本には「学生さん」という言い方があり、そこには少々羽目を外しても世間は大目に見るという意味合いが含まれます。こうした言い方をアフリカで聞くことはまずありません。アフリカでは、大学生はエリートですし、日本人学生は「白人」でもあります。アフリカで人びとと接するとき、自分は何者かという認識が大きく揺さぶられることでしょう。そうして自分を客観的に捉えられるようになるとき、人は「おとな」になるのだと思います。

アフリカ留学は、学生が「おとな」になる格好の機会です。本書がそのガイドとして利用されれば、望外の喜びだと考えています。



海外安全 お役立ちリンク集



こちらから全リンクに飛べます
<https://www.tufs.ac.jp/iafp/africaryugakulink/>

<海外安全情報>

- ・ 外務省 海外安全ホームページ
<https://www.anzen.mofa.go.jp/>
- ・ 外務省 海外安全虎の巻
<https://www.anzen.mofa.go.jp/pamph/pdf/toranomaki.pdf>
- ・ 外務省 たびレジ、在留届
（たびレジ） <https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/index.html>
（在留届） <https://www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/index.html>
- ・ 外務省 在外公館リスト
<https://www.mofa.go.jp/mofaj/annai/zaigai/list/>
- ・ 海外邦人安全協会
<https://www.josa.or.jp/>
- ・ 日本海外ツアーオペレーター協会
<https://www.otoa.com/>
- ・ 海外安全 JP
<https://kaigaienzen.jp/>

<感染症・医療関係>

- ・ 外務省 世界の医療事情
<https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/index.html>
- ・ 厚生労働省検疫所『FORTH』
<https://www.forth.go.jp/index.html>
- ・ 国立感染症研究所
<https://www.niid.go.jp/niid/ja/>

- ・ 全国大学保健管理協会
<http://health-uv.umin.ac.jp/>
- ・ 世界保健機関（WHO）
<https://www.who.int/>
- ・ アメリカ：疾病予防管理センター（CDC）
<https://www.cdc.gov/index.htm>
- ・ アメリカ：疾病予防管理センター CDC yellow book 2024
<https://wwwnc.cdc.gov/travel/page/yellowbook-home>

<危機管理情報（海外の Travel Advisory）>

- ・ アメリカ：国務省（Travel Advisory）
<https://travel.state.gov/content/travel/en/international-travel.html>
- ・ イギリス：外務省（Travel Advice by Country）
<https://www.gov.uk/foreign-travel-advice#noTravelAll>
- ・ オーストラリア：外務省（smartraveller）
<https://www.smartraveller.gov.au/>

<メンタル相談>

- ・ Group With
<https://www.groupwith.info/>
- ・ 海外こころのヘルプデスク 24 時
<https://www.helpdesk24.net/>

<性犯罪被害>

- ・ 留学生のための性暴力マニュアル
<https://sayno-ryugaku.com/wp-content/uploads/2020/11/d15516ec4494c0a80f17d08c67132df6.pdf>
- ・ もしも海外や留学先で性被害・セクハラに遭ったらどうすればいいのか
<https://sayno-ryugaku.com/info/>
- ・ 『クアドランテ』第24号（2022年3月）（東京外国語大学海外事情研究所）
<https://www.tufs.ac.jp/common/fs/ifa/publication.html#no24>
- ・ フィールドワークとハラスメント
<https://safefieldwork.live-on.net/category/story/>
- ・ SAYNO!
<https://sayno-ryugaku.com/>
- ・ Meetoanthro
<https://metoanthro.wordpress.com/reading-list/>
- ・ 留学先での性的なトラブルから身を守るために
<https://womenshappystudyabroad.jp/paper.html>
- ・ 性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター
https://www.gender.go.jp/policy/no_violence/seibouryoku/consult.html

編著者紹介

神代ちひろ（くましろ ちひろ） **6章**

東京外国語大学世界言語社会教育センター／特任助教

東京外国語大学「大学の世界展開力強化事業（アフリカ）」コーディネーター

執筆者紹介（五十音順）

大石高典（おおいし たかのり） **3章、4章**

東京外国語大学大学院総合国際学研究院／准教授

小松謙一郎（こまつ けんいちろう） **2章、8章**

東京外国語大学留学支援共同利用センター／留学支援コーディネーター

坂井真紀子（さかい まきこ） **5章**

東京外国語大学大学院総合国際学研究院／教授

椎野若菜（しいの わかな） **5章**

東京外国語大学アジア・アフリカ言語文化研究所／准教授

武内進一（たけうち しんいち） **1章、7章**

東京外国語大学大学院総合国際学研究院／教授

東京外国語大学現代アフリカ地域研究センター／センター長

協力者紹介（五十音順）

清水貴夫（しみず たかお） **6章**

京都精華大学国際文化学部／准教授

東京外国語大学学生有志 **3章、4章**

(とうきょうがいこくごだいがく がくせいゆうし)

アフリカ留学を経験した在学生・卒業生

春木宏介 (はるき こうすけ) **4章**

獨協医科大学埼玉医療センター／教授 (医師)

三島伸介 (みしま のぶゆき) **6章**

関西医科大学／講師 (医師)

山崎瑛莉 (やまざき えり) **6章**

上智大学 Sophia Future Design Platform 推進室／University Education Administrator



2024年2月29日発行

発行者：東京外国語大学「大学の世界展開力強化事業(アフリカ)」

編著者：神代ちひろ

執筆者：大石高典

小松謙一郎

坂井真紀子

権野若菜

武内進一

協力者：清水貴夫

東京外国語大学学生有志

春木宏介

三島伸介

山崎瑛莉

この冊子は、2020年度採択大学の世界展開力強化事業～アフリカ諸国との大学間交流形成支援～「アフリカにおけるSDGsに向けた高度イノベーション人材育成のための国際連携教育プログラム」により作成した



