

海外派遣選手団向け

安全対策マニュアル



本マニュアルの活用方法

海外の大会に参加する、または選手団に同行する皆さんは、必ず本書を確認し、必要な準備を行ってください。

特に、渡航先は日本とは異なる環境であることを念頭に、自身の障がい特性に応じた事前準備（渡航先で入手困難な備品や代替部品、服用薬など）を行いましよう。

なお、監督・ヘッドコーチやその他同行スタッフは、本書に加えて JPSF の「**海外危機管理マニュアル**」を必ず確認してください。

基本方針

- 選手および役職員等は、本人の生命の安全を最優先に行動する。
- 選手および役職員等は、JPSF が定める諸規則および本マニュアルの内容を遵守し、必要な安全対策に努める。
- JPSF は、選手および役職員等の海外における安全確保のために最大限のサポートを行う。

目次

1. 海外渡航前の留意事項	1
2. 現地での留意事項	5
(1) 心構え	
(2) 健康管理	
(3) その他	
3. 被害の予防・緊急時の対応	10
(1) 交通事故	
(2) 疾病・感染症	
(3) 強盗	
(4) 誘拐	
(5) 暴動・デモ	
(6) テロ	
(7) 自然災害	
4. 緊急時の通報・連絡体制	18
5. 関連資料	19
(1) 情報収集先リスト	
(2) 持ち物リスト	
(3) 緊急連絡カード	
(4) 渡航前チェックリスト	
(5) 到着後の安全点検用リスト	

1. 海外渡航前の留意事項

渡航前には、少なくとも以下の準備を行ってください。

渡航先の最新情報を収集する

渡航先の治安・社会情勢等の最新情報を収集しましょう。

- P.19「関連資料（1）情報収集先リスト」参照

海外旅行保険の確認

JPSF では海外へ渡航する選手および役職員等に対し、あいおいニッセイ同和損害保険(株)の海外旅行保険を付保しています。補償内容を必ず確認しましょう。

- 小冊子「海外旅行保険のご案内」

※個人で海外渡航する場合は別途同様の保険を手配ください。



こんなときに利用しましょう

・遠征中に急な腹痛に見舞われ、受診。

急性虫垂炎と診断され、手術を受け、5日間入院した。



・お風呂にお湯をためていたところそのまま寝てしまい、自室および階下の部屋が水浸しになってしまった。水にぬれて壊れてしまったテレビの代金と、その部屋が使用できなかった期間の休業損害を請求された。

・移動中、ひたくりに遭い、財布とカメラを盗まれた。

※携行品が盗まれた場合は警察への届出が必須です。



(ご参考) JPSF で付保している内容

補償内容	保険金額	補償内容	保険金額
対象者	海外派遣選手団	傷害死亡	5,000万円
後遺障害	5,000万円	疾病死亡	2,000万円
治療費用（傷害・疾病）	300万円	救護者費用	100万円
個人賠償責任補償	5,000万円（免責なし）	携行品損害	30万円（免責なし）
緊急一時帰国費用	—	歯科治療	—



緊急連絡先・連絡方法の共有

緊急連絡先や連絡方法は事前に家族や監督、コーチ等と共有します。

また、現地での緊急時に備えて、事前に「緊急連絡カード」にも必要事項を記入し、携帯してください。

- P.21「関連資料（3）緊急連絡カード」参照



「たびレジ」の登録

渡航者は専用サイトから必要事項（渡航日程、滞在先、連絡先など）を登録します。

「たびレジ」登録サイト



「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、緊急時、被害の状況によっては、現地の大使館等から安否確認や必要な支援等を受けることができます。

なお、外務省の無料アプリ「海外安全アプリ」も活用ください。GPS 機能を使った滞在地付近の危機情報、当地の在外公館、病院、警察などの連絡先もまとめています。

iPhone 用



Android 用



予防接種

渡航先に応じ、推奨される内容を必ず接種してください。

なお、種類によっては複数回の接種が必要なものもあるため、事前に情報収集をしてから、受けるようにしましょう。

- P. 4「感染症予防接種ガイドライン」参照





常備薬・サプリメントの英語メモ準備

渡航先により、常備薬やサプリメントが違法薬物と誤認される場合があります。持参する常備薬・サプリメントの内容を説明できる英語の書面を事前に準備しましょう。



入国手続きのための準備

渡航先により、入国時に必要な手続きや書類・審査方法は異なります（ビザの要否やパスポートの有効期限、所持金等）。渡航直前に慌てることのないよう、必ず事前に確認しましょう。なお、これらの手続きは流動的であるため、過去に渡航したことのある国であってもその都度確認を怠らないでください。



渡航前チェックリストの確認

本マニュアルのチェックリストを用いて、事前対策に漏れがないか確認してください。

- P.22「関連資料（４）渡航前チェックリスト」参照

<参考> 感染症予防接種ガイドライン-厚生労働省検疫所HPより (2018年9月更新)

地域および滞在期間		予防接種の種類									
		黄熱	ポリオ	麻疹・風疹	日本脳炎	A型肝炎	B型肝炎	狂犬病	破傷風	ジフテリア	
東アジア	中国、台湾、香港	短期			◎		○				
		長期			◎	○	◎	○	○	◎	
東南アジア	フィリピン、ベトナム、インドネシア、タイ、マレーシア、シンガポール、ラオス、ミャンマー、カンボジア	短期			◎		○				
		長期			◎	○	◎	○	○	◎	
南アジア	インド、バングラデシュ、スリランカ、モルジブ	短期			◎		○				
		長期		○	◎	○	◎	○	○	◎	
中近東	アラブ首長国連邦、ヨルダン	短期			◎		○				
		長期		○	◎		◎	○	○	◎	
北アフリカ		短期			◎		○				
		長期		○	◎		◎	○	○	◎	
中央アフリカ	ケニア、タンザニア、エチオピア	短期	●		◎		○				
		長期	●	○	◎		◎	○	○	◎	
南アフリカ	南アフリカ、レソト	短期			◎		○				
		長期		○	◎		◎	○	○	◎	
太平洋地域	Guam、サイパン	短期			◎		○				
		長期			◎		○	○	○	◎	
オセアニア		短期			◎						
		長期			◎					◎	
北・西ヨーロッパ		短期			◎						
		長期			◎				○	◎	
東ヨーロッパ		短期			◎						
		長期		○	◎		○	○	○	◎	◎
南ヨーロッパ		短期			◎						
		長期			◎		○	○	○	◎	
ロシア		短期			◎						
		長期			◎		○	○	○	◎	◎
北米		短期			◎						
		長期			◎				○	◎	
中南米		短期	●		◎		○				
		長期	●		◎		◎	○	○	◎	

●：黄熱に感染するリスクがある地域／◎：予防接種をおすすめしている地域

○：局地的な発生、また発生に季節的な変動がある地域

注) 長期とは、概ね1ヶ月以上の滞在を指す。

2. 現地での留意事項

(1) 心構え

“日本を代表している”ことを自覚する



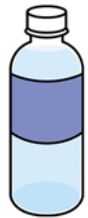
障がい者スポーツ・水泳関係者や地元・職場・学校などの組織の人たちのみならず、日本中の人たちが、皆さんに注目しています。常に多くの人たちに支えられていることを忘れず、心から感謝する謙虚な気持ちを持ち、「代表」としての誇り・自覚をもって行動してください。

また、団体行動においてはチームワークをもって行動しましょう。

リスクを自覚し、危険に近づかない

法律や価値観・風俗習慣など、日本とは異なる環境下では、自身の誤った言動、または現地の人々の誤解を招くことにより、思わぬトラブルに巻き込まれる危険もあります。

もらった飲食物に禁止薬物が入っている、親切心で他人の忘れ物を届けたら盗難を疑われたなど、日本の常識が海外でも常識とは限らないことを念頭に、慎重に行動しましょう。



自ら危険を招かない

滞在先のホテル外での飲酒、夜間市街を出歩く等の行動が極めて危険な国・地域もあります。さらに、いかがわしい地域・行為に関与する、違法なモノに手を出すこと等は重大なトラブルに巻き込まれるおそれがあり、極めて危険です。

常に自らを律し、油断せずに危険から距離を置き、疑われるような行動をしないよう心がけましょう。



最悪の事態を想定し、用心を怠らない

海外渡航を頻繁に経験している場合、「慣れ」によって警戒心が薄れ、かえって思わぬトラブルに遭遇するリスクが増大します。「治安が悪い地域だが、以前歩いても何も起こらなかった」、「海外は慣れているから多少のトラブルは何とかなる」等の思い込みは禁物です。

経験を過信せず、危険に遭遇する可能性を常に念頭に置いて慎重に行動しましょう。



外見・行動で目立たない

「日本人」というだけでも、盗難や強盗、誘拐等の犯罪のターゲットになります。また、日本人が特定の政治的勢力からテロの対象とされるケースもあります。

被害のターゲットにならないよう「ロー・プロファイル（目立たない）」に徹しましょう。特に、必要以上に派手な服装・装飾品を身に付ける、日本人同士で集まって騒ぐ等、現地の人々の反感を買いかねない行動は厳に慎みましょう。



行動を予測させない

強盗や誘拐、テロ等の重大な事案ほど、犯人はターゲットを長期間・綿密に監視し、虎視眈々と実行の機会をうかがっています。

特に会場への移動等は、経路・時刻が固定しやすい危険な時間帯といえます。常に「犯罪者が自分の行動を監視しているかも知れない」と注意し、日々の行動パターンにこまめに変化をつける等の工夫が必要です。



自身の健康管理を怠らない

水や料理、気候等、日常と異なる環境下では、体調を崩しやすくなりますが、日本国内と同じレベルの医療サービスを受けることが難しい渡航先もあります。また、コミュニケーションがとれずに禁止薬物を投与される危険性もあります。そのため、体調管理には日本国内の何倍も留意が必要です。



暴飲・暴食や体調を無視した無理な活動をしないのはもちろん、常備薬、消毒用の衛生用品を多めに確保する、予防接種を欠かさない等、十分留意してください。



リスクに関する情報収集に努める

緊急時の前兆を早めに察知し、被害を防ぐため、日ごろから幅広い情報ソースを確保しましょう。他の競技団体や先行して入国している選手団体、現地の在外公館や日本人コミュニティに加え、現地語ニュースや口コミ等にも注意を払いましょう。



また、海外の出来事が別の国の社会的混乱を誘発するケースも発生（中近東での出来事による欧米でのテロリスク増大等）しているため国内だけでなく、重要な国際ニュースにも注意することが必要です。



“もしも”の際への備えを欠かさない

予期せぬ事態に備え、事前に予想されるリスクごとに実施事項を列挙し、備えておきましょう。

緊急時の連絡先や必要な手続き、取るべき行動等の確認に加え、特に、車椅子や義肢などの利用者においては、障がいの特性や渡航先の社会状況に応じた準備を怠らないようにしましょう。

車椅子の部品、義肢の部品、導尿のカテーテルなど、現地では調達できない可能性があるものについては、必ず自身で準備しましょう。



常に冷静に行動する

日ごろから注意していても、不幸にして犯罪や事故に巻き込まれる可能性もあります。予期せぬ事態に直面した場合でも、あわてず冷静・沈着に、事前に定めた“もしも”の際の行動を実践し、被害を最小限にとどめる努力をしましょう。

本マニュアルでは、海外で想定されるリスクごとに、取るべき基本的事項を後段にまとめています。それらを事前に把握しておきましょう。

ただし、**どんな場合でも、最優先すべきは自身の身体生命の安全確保であることを忘れないでください。**

(2) 健康管理

自身の健康管理を実施することは皆さんにとって最も重要な事項の一つです。体調を崩すと、現地の感染症等へ感染しやすくなるだけでなく、注意力が散漫になり、様々な事故や犯罪に巻き込まれやすくなります。健康管理には十分留意しましょう。



適度な食事

現地の食事が美味しいからといって、食べ過ぎてしまうことは体調を崩すことにつながります。

また現地では、日本よりも 1 人前の量が多い、日ごろ食べ慣れない食材を使用する、など異なる面が多いため、無理をせず、適度な食事を心がけましょう。



水、生ものに注意

地域によっては、飲料水により体調を崩す例が多くあります。飲料水は安全な市販のミネラルウォーターを利用しましょう。また、うがい・歯磨きに使う水も、可能な限りミネラルウォーターを利用しましょう。

食事は衛生状態の良いレストランで、熱が通ったメニューを選びましょう。飲食店（レストラン、選手村内の飲食スペースを含む）においても、なるべく火の通ったものを食するように心がけるとともに、冷たい飲みもの（氷を含む）は控えましょう。



現地の路上で販売している、または他人から提供された飲食物には禁止薬物が含まれている可能性もありますので、注意しましょう。



日常での対策

動物、蚊やダニが媒介する感染症については、感染しないための対策をとる必要があります（予防薬、蚊帳、防虫スプレー、肌を露出しない服の準備等）。また、むやみに動物に触れないことや、人ごみへの立ち入りを最小限に留めること、外出後はうがい・石鹸を使った手洗いを励行すること等も予防策の一つです。

セキュリティ対策

地域差があるものの、海外は一般的に日本よりも治安が悪い地域が多いといえます。海外での拠点となるホテル等の滞在先については、セキュリティチェックを必ず行い、対策が不十分と思われる点については是正をするよう心がけてください。

- P.23「関連資料（5）到着後の安全点検用チェックリスト」参照

生活習慣

以下の行為は国・地域によっては問題となる場合がありますので、注意しましょう。

子供を叱る	国によっては児童虐待として警察に通報される可能性あり
女性の派手、露出の多い服装、深夜の一人歩き	国を問わず性犯罪へ巻き込まれる危険性あり
他人の子供の頭をなでる	地域（タイ等）によっては、「頭は神聖な場所であり、他人が触れてはいけない」という考え方があり、極めて失礼な行為と捉えられる

写真撮影

多くの国では、軍事施設、港湾、空港、大統領官邸など保安上重要な施設の撮影を制限しています。制限対象の付近や高所からの撮影は、注意が必要です。携帯やスマホのカメラ機能が発達し、どこでも気楽に撮影が可能であるため、撮影可否については常に確認することが大切です。



インターネットへの書き込み

法律に則って政府や政治家に不都合、批判的な内容に対する検閲を行っている国もあります。ホームページやブログだけでなく、SNS（Facebook 等のサービス）などが監視の対象となっており、内容によっては、厳しい処罰が課される可能性があるため、注意が必要です。また、参加する大会のメディア規程への違反（映り込み、動画の禁止など）も想定されるため、注意が必要です。

3. 被害の予防・緊急時の対応

海外で想定される各種危機について、予防策および緊急時に取るべき行動をまとめています。事前に必ず内容を確認してください。

(1) 交通事故

交通環境やルール、マナーなど、渡航先により異なる事情があり、日本国内と同様の感覚で生活すると非常に危険です。加害者となった場合は、被害者への補償対応はもちろん、その国の罰則に従う必要があります。また、被害者となった場合、最悪のケースで死亡または重い後遺障害など、家族も精神的に大きな影響をうけます。相手方の賠償レベルは総じて低く、無保険の場合もあることから、自衛策が必要となります。



予防・事前対策

- 原則自身では運転はしない。参加する大会や宿泊先ホテルが手配した安全なタクシー・ハイヤーを利用する（街中では拾わない）、または運転手を雇う。
- 運転手に安全運転（事故時の適切な対応、乗員の安全確保を含む）を要請。
- 十分な補償額の保険に加入する。
- 携帯電話・スマートフォン等の通信手段を常備する。



緊急時の対応

※自身が運転しない車での移動中に人身事故を起こした場合を想定

とるべき対応	要連絡先
直ちに警察当局・救急に通報し、負傷者を救護する。 <負傷者の救護について> ・負傷者救護等の対応は原則として運転手に任せ、必要に応じ現地スタッフの支援を要請する（被害者や地域住民から報復的行為の標的となる場合は、速やかに在外公館等の安全な場所に避難する）。 ・事故現場で自分に非がないにも関わらず、謝罪の言葉を発することを避ける（責任を認めたことになり、裁判や補償交渉で不利になるケースもある）。	警察 救急 ※言語に不安がある場合は運転手を通じて通報する。
P.18「8. 緊急時の通報・連絡体制」に基づき連絡する。	監督
保険会社に連絡する（事故の対応はすべて保険会社に任せ、事故の相手に対し補償を確約するような発言や個別交渉は避ける）。 また、負傷した/加害者になった場合は特に在外公館へ連絡する。	保険会社 在外公館

(2) 疾病・感染症

衛生管理レベルの低い地域では飲料水や食品に起因する食中毒が発生しています。たいていは十分な休養や服薬により回復しますが、重篤となったり、死亡に至るケースもゼロではありません。病状により他国へ搬送される、長期間の入院を余儀なくされるなど、周囲にも大変な負担を強いることになります。



予防・事前対策

- 感染症について現地国での流行状況と予防方法を把握し、実践に努める。
P.8「2. 現地での留意事項（2）健康管理」参照
- 渡航前の予防接種を確実に実施する。
- 日本語が通用する、十分な医療レベルにある等の条件から予め医療機関を探し、急病・けが等の場合に当該機関に搬送されるよう、連絡方法を把握しておく。
- 既往症がある場合は、病名・症状・常備薬・搬送希望先病院等を英文で記載したメモを常に携帯する。



緊急時の対応

とるべき対応	要連絡先
同行医師の診察を受ける。（電話応対を含む／同行医師が不在の場合もしくは対応・判断ができない場合は、アシスタンス会社の窓口と連絡し、病院を紹介してもらう。）	同行医師 アシスタンス会社 現地医療機関
「入院治療が必要」と診断された場合は、P18「8. 緊急時の通報・連絡体制」に基づき連絡する。	監督

海外では、上水道が飲用に適していない国・地域が多くあります。

また、飲食に使用する食器等についても十分な除菌がなされているとは限りません。可能な限り使用する食器等は自身で除菌ができるよう、除菌シート等の衛生用品を持ち込むようにしましょう。

近年の事例

- 2018年アジアパラ競技大会において、選手村内のレストランで提供される食器等に付着していた水等が原因（推定）で大会参加者の多数が腹痛・下痢等の症状を訴え、競技参加に支障が生じた。

(3) 強盗

比較的人通りが少ないところでは、昼夜、場所を問わず襲われる可能性があります。ナイフで脅す、首を絞めるなど凶悪な手段を用いるケースも多く発生しており、身体的・精神的に苦しめられるといったことも発生しています。



予防・事前対策

- 治安の悪い地域や強盗が頻発する地域を事前に特定・反映した地図を作成する。徒歩／車等の手段を問わず、外出する際は危険な地域をコースに含めない。
- 外出の際は、目立つ服装や装飾品の着用を避け、人の多い場所（観光地や空港、駅、バスターミナル等）では十分周囲を警戒する。また、万一に備え、旅券、クレジットカードは現金とは別に持つよう心がける。
- 人気のない場所等を走行中に車両にトラブル（衝突、パンク等）が発生しても、そのまま走り続け、ガソリンスタンド等の明るく、多くの人がいる場所に停車する。
- 数分でも車から離れるときは、荷物は車内に置かず窓を閉めてロックする。荷物をトランクへ入れる際も、トランクをこじ開けられて被害に遭うことがあるため注意する。
- 現地価値で相当額の「見せ金」や「ダミーの財布」等を用意しておく。



緊急時の対応

とるべき対応	要連絡先
強盗に遭遇したら、声を上げず、抵抗せず、指示に従う。 犯人が立ち去り周囲の安全を確認できるまで、声を上げたりしない。 <input type="checkbox"/> 動作はゆっくりと。（急な動きは犯人の攻撃を呼び起こす） <input type="checkbox"/> 犯人の顔を見つめない。（犯人を刺激しない） <input type="checkbox"/> 見せ金やダミーの財布を渡す。 <input type="checkbox"/> 万一、犯人が面識ある人物の場合など、こちらの生命・身体に危害を加える意思が確認される場合は、できるだけ周囲に多数の人がいる場所での脱出の機会を探る。	
犯人が立ち去った後、警察当局に通報し、P.18「8. 緊急時の通報・連絡体制」に基づき連絡する。その後在外公館に連絡する。	警察、監督、 在外公館
被害届けを提出し、証明書類を得た後、保険会社に保険金請求の手続きをする。	保険会社

(4) 誘拐

誘拐事件に巻き込まれると、精神的・身体的に深刻な影響を受けます。実際に殺害される、犯人グループと警察間の銃撃戦に巻き込まれて死亡するケースも発生しています。周囲も事件が解決するまでの間、極度の緊張状態に置かれることとなり、精神的な苦痛は計り知れません。「目立たない」、「用心を怠らない」、「行動を予知されない」の三原則を守りましょう。



予防・事前対策

- 行動を予測されることを避けるため、移動ルートを随時変更する。
- 行動予定を広く知らせない(共有範囲を限定する)。
- 予兆を見逃さない。不審な電話、人・車による尾行等のおそれを感じた場合は、監督・コーチや必要に応じて警察・在外公館に相談する。



緊急時の対応

○自身が誘拐された場合

とるべき対応	要連絡先
万一、誘拐・拉致された場合は、無用な抵抗は絶対にせず冷静に対応する。実行犯との間に人間関係を築くよう努める。	

○周囲の者が誘拐された場合

とるべき対応	要連絡先
直ちに P.18「8. 緊急時の通報・連絡体制」に基づき連絡する。	監督

過去の事例によれば、誘拐の発生前には、不審電話（無言電話など）が続く／誰かに尾行される／滞在先（合宿所、ホテルなど）付近に不審者・車がいる、など、何らかの前兆があることが分かっています。現地では次の事項に気を付けましょう。

- ✓ 気軽に話しかけてくる人（親切そうな人）を信用しすぎない。
- ✓ 滞在先の部屋に誰かが訪ねてきた際には、相手を確認してから開錠する（確認できない場合は開錠しない）。
- ✓ 電話がかかってきた際には、名乗らない（相手を確認してから話し出す）。

(5) 暴動・デモ

近年では当初局部的・小規模であっても、SNS 等を使った呼びかけにより急速に暴動・デモが拡大するケースも増えています。当局によって統制されるはずのデモであっても一部が暴徒化し、破壊・略奪行為に発展するケースも発生しています。特に外国人は格好のターゲットとなる傾向があり、巻き込まれると、金品の強奪や危害を加えられる、最悪の場合は殺害される可能性もあります。



予防・事前対策

- 日ごろからより多くの情報を収集し、前兆を見逃さないよう努める（現地のメディアや口コミ、在外公館からの情報、日本からの情報等）。
- 選手団の各人が相互に連絡可能な手段および避難場所を決めておく。
- 破壊や略奪行為のターゲットとなるおそれがある場所には近づかない（政府・軍の関連施設、外資系のオフィス・レストラン等）。



緊急時の対応

とるべき対応	要連絡先
※暴動や大規模デモのうわさや発生の一報を受けた場合 <input type="checkbox"/> 滞在先ホテル等のセキュリティの高い場所に避難する（監督は直ちに選手団全員の安否確認を行う）。	監督 選手および役職員等
※暴動やデモの現場に遭遇した場合 <input type="checkbox"/> 速やかにその場から退避する。 <input type="checkbox"/> 爆発音や煙が発生した場合には、二次的な爆発や群衆のパニックに巻き込まれないよう現場見物等の行動は厳に慎む。 <input type="checkbox"/> 周囲の喧嘩や騒乱に対して余計なアクションを取らない。	
P.18「8. 緊急時の通報・連絡体制」に基づき連絡する。	監督
在外公館に連絡し、現状・今後の情勢予想、政府の対応を収集する（監督は、情勢悪化が予想される場合は、JPSF 等の指示に従い、避難や帰国を決定する）。	在外公館

(6) テロ

これまで安全とされてきた地域を含め、テロ等の発生が懸念される地域は拡大しており、近年では公共交通機関やホテル等の施設でもテロが発生しています。

テロの発生を事前に予測することは困難です。一般的に爆弾など殺傷能力の高い手段が使用されるため、巻き込まれると、死亡または重傷を負う可能性が非常に高いといえます。



予防・事前対策

- 関連情報の収集に努める（滞在国内の情勢に加え、政治・宗教的な記念日や重要イベント、国際情勢等にも注意を払う）。
- 在外公館からの連絡を随時受信可能な状態にしておく。
- テロの発生が予想されるような人の集まる場所に不用意に近寄らない。利用する場合は、不審な人物やモノに細心の注意を払う。

例：外国人の多い場所（ホテル・レストラン・観光地・繁華街など）
大規模な宗教・政治イベント実施会場、政府・軍の関連施設
公共交通機関（駅・空港・バスターミナルなど）



緊急時の対応

とるべき対応	要連絡先
<p>※爆発音等を聞いた場合</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> 時間をおき複数回の爆発を発生させる事件も度々発生しているため、まずはその場に伏せ、その後速やかに現場を離れる。<input type="checkbox"/> 逃げる人々に押し倒されて下敷きにならないよう注意する（倒れ込んでしまった場合は、混乱した人々の流れが収まるまで膝を抱えて丸くなり、待つ）<input type="checkbox"/> 周囲の喧嘩や騒乱に対して余計なアクションを取らない。	
<p>※爆弾等により瓦礫の下敷きになってしまった場合</p> <p>事件発生場所によっては救難活動に時間が掛かることも予測されるため、落ち着いて、体力の温存を心がける。なお、周囲の人が瓦礫の下敷きとなった場合、無理に助けようとせず、救助隊の到着を待つ。</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> 火を灯さない <input type="checkbox"/> むやみに動き回らない<input type="checkbox"/> 埃等有害物質を吸い込まないようにハンカチ等で口を覆う<input type="checkbox"/> 救助隊に居場所が分かるように、パイプ等をたたく（叫ぶと有害	

とるべき対応	要連絡先
物質を吸い込むおそれがあるため、最後の手段とする)	
※銃乱射現場に遭遇した場合 <input type="checkbox"/> (屋内で遭遇した場合) 直ちに窓から離れて建物の奥へ避難し、安全になったと見極めがつくまで息をひそめる <input type="checkbox"/> 至近距離で銃を突き付けられていない限り、リスクを冒してでも避難の可能性を探る <input type="checkbox"/> 避難の際はまとまった集団避難よりも、各自でバラバラに逃げる	
安全な場所に避難した後、P.18「8. 緊急時の通報・連絡体制」に基づき連絡する。	家族、監督
在外公館に連絡し、現状・今後の情勢予想、政府の対応を収集する。	在外公館
情勢悪化が予想される場合は、監督・JPSF の指示に従い、在外公館等への避難や帰国を検討・決定する（監督・JPSF の指示を仰ぐことが困難な場合、在外公館による案内・指示に従い行動する）。	監督 事務局長 (常務理事)

昨今の報道等でも目にするように、テロ事件は世界中で発生しています。近年では多くの民間人をターゲットにしたテロ事件が増加しており、過去にテロ事件が発生したことのない国・地域でも発生している傾向が見られます。ホームグロウン型（国外のイスラム過激思想に感化）・ローンウルフ型（組織的背景のない単独犯行）の犯行も増加するなど、発生予測がますます難しい状況です。

近年の事例

- 2013年4月、ボストンマラソンの競技中、爆弾テロ事件が発生。5人が死亡し、約300人が負傷。
- 2015年11月、フランスのパリ市街と郊外の商業施設等において、イスラム過激派組織 ISIL の戦闘員と見られる複数のグループによる銃撃および爆発が同時多発的に発生し、死者130人、300人以上が負傷。
- 2016年3月にベルギーの首都ブリュッセルのブリュッセル空港およびマルベーク駅において複数回の爆発が発生、35名（犯人3名を含む）が死亡、198名以上が負傷。イスラム過激派組織 ISIL が犯行声明を発表。
- 2017年4月11日、ドイツのドルトムントでプロサッカークラブのボルシア・ドルトムントの選手専用バスが爆弾攻撃を受けた。2人が負傷。
- 2017年9月、カナダ西部・エドモントンのフットボールスタジアム付近で、男が警備中の警察官を自動車ではねた後、刃物で負傷させ逃走。その後、別のトラックと歩行者の列に突入し、4人が負傷。

(7) 自然災害

地震や土砂災害、噴火、風水雪害（台風、洪水、大雪、雷）等の災害は、日本では国や自治体、企業等によって一定の対策が講じられていますが、海外では必ずしも十分とはいえず、被害がより甚大となる傾向があります。

発生地域、規模によって被害の大きさや影響がおよぶ期間は異なりますが、巻き込まれると、死亡または重傷を負うおそれがあります。また、発災後 1 週間程度は、外部との連絡、物資の供給に支障が出る可能性が高くなります。



予防・事前対策

- 滞在国・地域での過去の発生例に基づいて、可能性のある自然災害を把握する。
- 在外公館を通じて、災害発生時の現地国政府の対応や在外公館の支援体制等について情報収集しておく。
- 選手団の各人が相互に連絡が可能な手段および避難場所を決めておく。



緊急時の対応

とるべき対応	要連絡先
滞在先ホテル等のセキュリティの高い場所に避難する（監督は直ちに選手団全員の安否確認を行う） なお、海外では、発災後、略奪行為が横行するなど、治安悪化が想定されるため、移動時には注意が必要となる。	監督 選手および役職員等
安全な場所に避難した後、P. 18「8. 緊急時の通報・連絡体制」に基づき連絡する。	監督 事務局長 （常務理事）
在外公館に連絡し、現状・今後の情勢予想、政府の対応を収集する。	在外公館
情勢悪化が予想される場合は、JPSF や監督の指示に従い、自身の在外公館等への避難や帰国についても検討・決定する。	監督 事務局長 （常務理事）

地震などの大規模な自然災害が発生した場合、大会の開催、参加等にも大きな影響を及ぼします。JPSFにおいても2017年のメキシコでの大会の事前合宿中、強い地震が発生し、選手・スタッフは全員無事でしたが、当該大会が開催されず、急きよ帰国せざるを得ない事態に見舞われました。

近年の事例

- 2017年8月、ハリケーン・ハービーが発生。アメリカ・テキサス州に上陸するなど、少なくとも100名以上の死者が発生。2005年に発生して甚大な被害を出したハリケーン・カトリーナと同等の被害額といわれた。
- 2017年9月、メキシコ中部を震源とする強い地震が発生し、少なくとも200人以上が死亡した。震源近くのプエブラ州とモレロス州で大きな被害が出ており、メキシコシティなどで複数の建物が倒れた。
- 2018年9月、インドネシア・スラウェシ島中部を震源とする地震が発生。州都パルとその周辺には10mを超える津波と液状化現象という二重の被害をもたらし、2000人を超える死者が発生した。

4. 緊急時の通報・連絡体制

現地で危機に直面した、または直面する可能性がある場合（または、何か困った状況に陥った／陥る可能性がある場合）、**監督・ヘッドコーチ等のスタッフまで連絡してください。**

連絡はLINE、電話など、方法は問いません。

※通報先一覧は渡航前にJPSFから配布されます。

必ず本書P.24に貼り付けてください。

5. 関連資料

(1) 情報収集先リスト

情報源と入手可能な情報、入手方法		情報の概要・特徴	安全	健康	生活	その他	
外務省	海外安全 HP 携帯版：外務省 HP	海外安全 HP http://www.anzen.mofa.go.jp/ 携帯版：外務省 HP http://www.mofa.go.jp/mofaj/m/	国・地域別の危険情報や、安全確保上の参考情報	○	○		
	たびレジ	外務省 HP 内(↓)で登録 https://www.anzen.mofa.go.jp/anzen_campaign/	最新の渡航先安全情報	○			
	在外公館	HP http://www.mofa.go.jp/mofaj/annai/zaigai/list/index.html メールマガジン 在外公館の HP(↑)で大使館・領事館毎に登録	当該在外公館が管轄する国や地域のニュース	○	○	○	○
	在外公館医務官情報 (世界の医療事情)	HP http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/	世界各国の医療事情		○		
厚生労働省	海外赴任者向け感染症情報	HP http://www.forth.go.jp/	海外で流行している感染症の情報		○		
	厚生労働省検疫所所在地一覧	HP http://www.mhlw.go.jp/general/sosiki/sisetu/ken-eki.html (健康相談室で健康相談可能)	検疫所一覧		○		
各種団体	日本在外企業協会 (海外安全情報)	HP http://www.joea.or.jp/safetyinfo	主に英米政府が発信している海外安全情報(英語)	○			
	財団法人海外法人医療基金 (各国医療関連情報)	HP http://www.jomf.or.jp/jyouhou/index.html	各国の医療に関する情報 (医療レベル、日本語対応の病院等)		○		

主な情報入手先には、上記のほか、次のようなものがあります。

- | | |
|-------------|---------------------|
| ○JPCからの情報 | ○大会公式 HP (大会運営主催者等) |
| ○現地警察／情報当局 | ○現地在外公館 (大使館・総領事館等) |
| ○日系メディア現地支局 | ○現地メディア、... 等 |

(2) 持ち物リスト

持ち物には全て名前と「JAPAN」を明記してください。「緊急持出品」欄に○印がついているものは、避難時すぐに持ち出せるよう、保管場所を定めてください。

	品目	緊急持出品	留意点、備考
重要書類	パスポート (コピー、写真2枚)	○	常時6カ月以上の残存有効期間を確認※6カ月未満の場合には新規発給申請が必要
	健康保険証	○	
	航空券 (未成年者の場合) 渡航同意書	○	入国審査やホテルのチェックイン時に提示を求められる国もあるため、旅行会社に要否を確認のうえ準備ください
資料	選手団必携(虎の巻) アクシデント対応シミュレーション	○	本マニュアルとともに、必ず事前に確認ください
貴重品	現金、クレジットカード	○	カード紛失に備え、緊急連絡先を控える
衣類			渡航先および季節を勘案し、準備ください
通信機器	携帯電話(スマートフォン) WiFi ルーター	○	海外で利用ができるよう設定ください
競技関連	競技用ユニフォーム 練習用具、マット、ルールブック アイスバッグ(氷嚢)		水着はレース用・練習用ともに用意 ゴーグル・キャップ等も予備を準備ください 水着類1セットは手荷物に入れる
	TUE 承認証 薬ノート、英語メモ		自身の服用している薬・サプリメント (過去1週間の薬品名・メーカー・番号等)につき 英語表記 でまとめてください
医薬品	常備薬、うがい薬、サプリメント		ドーピング禁止薬でないことを確認ください
	体温計		
	予防接種メモ		接種時期のわかるものを準備ください
日用品等	洗面用具、洗濯・裁縫セット マスク、虫よけ用品、目覚時計 変圧器・コンセントプラグ メガネ・コンタクト等(※ ¹) タオル、ティッシュ、消毒用の衛生用品(※ ²)		※ ¹ 予備、ケア用品についても準備ください ※ ² 消毒用ウェットシートなどを多目に準備ください
他のそ	車いすや義肢の予備パーツ・工		※左記は一例です。各人の障がいの

品目	緊急持出品	留意点、備考
具等		特性や渡航先での購入可否などに

(3) 緊急連絡カード

緊急時に、現地でのスムーズな救護活動につなげることを目的としています。常に携帯してください。

必要事項を記載のうえ、切り取って 2 つ折りにしてください（ラミネート加工などをすると便利です）。

(記載例)

Emergency Contact Card	Emergency Contact Card
氏名/Name in Japanese: 大川 一郎 ローマ字氏名/Name in Latin Alphabet: <i>Ichiro Ohkawa</i> 生年月日/Date of Birth: <i>19XX/01/01</i> 旅券番号/ Passport Number: <i>TR1234567</i> 国籍/Nationality : <i>Japan</i> 血液型/Blood Type: <input checked="" type="radio"/> A <input type="radio"/> B <input type="radio"/> O <input type="radio"/> AB (Rh + -) アレルギー/Allergies: <i>Latex Allergy</i> 障がい/Disabilities and Handicaps: <i>Visually Handicap</i> 既往症/Previous Illness: <i>Fit of Coughing</i>	<現地緊急連絡先 (Local Contact) > <input type="checkbox"/> 監督 <i>Mr. Ichikawa</i> LINE ID <i>Parasapo</i> 電話番号/Phone Number: <i>123456789</i> <日本国内緊急連絡先 (Contact in Japan) > <input type="checkbox"/> 一般社団法人 日本パラ水泳連盟 Japanese Para-Swimming Federation. 担当/Contact Person: <i>Mr. Sakurai</i> 電話番号/Phone Number: <i>+81-80-1234-5678</i> 住所/ Address <input type="checkbox"/> 株式会社 A 担当/Contact Person: <i>Mr. Taguchi</i> 電話番号/Phone Number: <i>+81-3-1234-5678</i> 住所/ Address
Japanese Para-Swimming Federation	Japanese Para-Swimming Federation

障がい欄の記載例	既往症欄の記載例
<ul style="list-style-type: none"> ・視覚障がい : Visual impairment ・知的障がい : intellectual impairment ・聴覚障がい : Hearing , impairment Hearing Loss ・脳性まひ : Cerebral palsy 	<ul style="list-style-type: none"> ・病名/Illness : ぜんそく/Asthma ・症状/Symptom : 咳、発作/Fit of coughing ・常備薬/Household Medicine : ステロイド薬/Steroid Drug

・人工関節 : Artificial Jaw	
------------------------	--

(4) 渡航前チェックリスト

事前に確認すべき基本的なチェックポイントをまとめています。

※障がいの特性に応じてチェックしましょう。

チェック内容	参照箇所、備考
<input type="checkbox"/> 外務省ホームページや旅行会社などから、渡航先国（地域）の最新危険情報を入手・把握していますか？	P.19「情報収集先リスト」
<input type="checkbox"/> 「海外派遣選手団向け安全対策マニュアル」の内容を確認していますか？	P.21「緊急連絡カード」 P.24「緊急通報先一覧」
<input type="checkbox"/> 定時連絡・緊急連絡のルール（方法）について、監督・JPSF スタッフなどと確認していますか？	P.24「緊急通報先一覧」
<input type="checkbox"/> 万が一、海外で事故に遭った場合に備えて海外旅行保険等の内容・連絡先を確認していますか？	「海外旅行保険のご案内」 ※被保険者証を必ず携帯してください。
<input type="checkbox"/> パスポートのコピー、クレジットカード・緊急連絡先の控え、写真 2 枚を準備していますか？	P.20「持ち物リスト」
<input type="checkbox"/> 予約した航空券について、航空会社や便の変更の可否につき確認していますか？	スケジュールや手続きにつき確認してください。
<input type="checkbox"/> 常備薬、持病がある場合は必要な薬や英文の病歴書・診断書を持参していますか？	準備のうえ、忘れずに携帯してください。
<input type="checkbox"/> 航空会社・ホテルの選択、空港からの移動・送迎方法等について、安全を充分考慮して検討していますか？	出発までに現地の状況が変化していないか引き続き確認してください。
<input type="checkbox"/> ドーピング検査に備え、過去 1 週間分の服用薬・サプリメントのメモを作成していますか？ （必要な人）TUE 承認証を準備していますか？	準備のうえ、忘れずに携帯してください。
<input type="checkbox"/> （車椅子使用者）予備のタイヤやパンク時の修理セットなど、不測の事態に備えた準備をしていますか？	準備のうえ、忘れずに携帯してください。

(5) 到着後の安全点検用チェックリスト

現地到着後に確認すべき基本的なチェックポイントをまとめています。

※障がいの特性にに応じてチェックしましょう。

	チェック内容	備考
<input type="checkbox"/>	周囲の環境、道路（特に一方通行路）、滞在先から練習や競技会場、スーパーなど毎日でかける場所までのルートの安全性を確認していますか？	危険地域や避難可能な場所（警察署等）を確認し、安全なルートを複数設定しましょう。
<input type="checkbox"/>	現地の警察、病院、消防機関、在外公館などの位置と連絡方法を確認していますか？	必ず確認の上、確認した結果を複数名に共有します。
<input type="checkbox"/>	滞在先の非常口や緊急時の避難経路を確認していますか？	確認の上、結果を選手団全員に共有してください。
<input type="checkbox"/>	訪問者（配達人や配達物を含む）への対応等に注意を払っていますか？	見知らぬ人を部屋に招き入れず、訪問者の身元は必ず確認し、十分に警戒して対応しましょう。
<input type="checkbox"/>	戸締り、施錠もれの点検等、出発・帰宅時に周囲を確認していますか？	戸締り・施錠は確実にを行い、出発・帰宅時に周囲に不審な人物がいないか必ず確認します。
<input type="checkbox"/>	鍵の取り扱いに十分注意していますか（携行・保管時にも注意していますか）？	鍵は常時携行（鎖や紐などで脱落防止措置を講じる）し、盗難等に遭わないよう警戒します。
<input type="checkbox"/>	感染症等の感染源になるような場所に行かないようにするなど、注意を払っていますか？	市場や人・動物等が多く集まる場所、現地の感染症等への感染可能性が高い場所には近づかない。
<input type="checkbox"/>	現地での発言・SNS 上の発信に気を配っていますか？	現地の反感を買うような言動や SNS 上の発信は行わない。
<input type="checkbox"/>	現金やクレジットカード等は盗難や紛失に備え対策を講じていますか？	カード情報は記録保管し、外出時のカードは 1～2 枚。多額の現金は持ち歩かない。
<input type="checkbox"/>	車での移動時（乗降時など）、周囲を確認していますか？	毎日同じルートを使用しない、周囲に不審な人物等がないか確認するなど、警戒を怠らない。

※渡航時に都度、JPSF からリストを配布します。

下記配布された連絡先一覧を貼り付けてください。

宛先	連絡先	滞在先
監督	LINE ID (Skype ID) : 電話番号 :	宿泊先 : 住所/TEL :
危機管理担当者	LINE ID (Skype ID) : 電話番号 :	宿泊先 : 住所/TEL :
コーチ、スタッフ	LINE ID (Skype ID) : 電話番号 :	宿泊先 : 住所/TEL :
同行医師	LINE ID (Skype ID) : 電話番号 :	宿泊先 : 住所/TEL :

	関係先	氏名	日中連絡先	夜間休日連絡先
海外	① 在外公館*			
	② 病院			
	③ 警察			
国内	④ アシスタンス会社			
	⑤ 保険会社			
	⑥ 航空会社			
	⑦ 役職員留守宅			
	⑧ その他			
旅行代理店、選手所属先企業、選手留守宅に等については、別途一覧参照				

※渡航先の在外公館の連絡先は、外務省 HP「各国・地域情勢」

(URL: <http://www.mofa.go.jp/mofaj/area/index.html>) に掲載されています。

