

JICA 海外協力隊 赴任前留意事項 (長期/短期隊員用)

アルゼンチン共和国



※本資料に記載の情報は、作成日現在のものであり、その後状況が変化している場合があります。記載内容については正確を期していますが、万が一誤りがあった場合には JICA は責任を負いかねますのでご了承ください。

※本資料は JICA 海外協力隊を対象としたものであり、その他の方には該当しない情報も含まれている可能性があります。

目次

1. 赴任時の携行荷物について
 - (1) 赴任時に必ず持参するもの
 - (2) 生活用品情報
2. 別送荷物について
 - (1) アナカン・郵送等の利用について
 - (2) 通関情報について
3. 通信状況について
 - (1) パソコンの普及状況
 - (2) 携帯電話の普及状況
4. 現金の持ち込み等について
 - (1) 海外手当（現地生活費）の受け取り方法について
 - (2) 現金持込に注意
 - (3) 赴任時に用意することが望ましい金額について
 - (4) 両替や換金について
 - (5) その他の留意事項
5. 治安状況について（JICAの安全対策については、隊員ハンドブックを参照）
6. 交通事情について
7. 医療事情について
8. 任国での運転について
9. お問い合わせ
10. その他

アルゼンチンへの赴任準備のガイドラインとして、以下の事項を連絡致します。
必要に応じて参考にして下さい。
※内容に関し、着任後に多少変更になっている場合がありますのでご了承ください。

1. 赴任時の携行荷物について

(1) 赴任時に必ず持参するもの

※隊員ハンドブック 3-5 出発時の注意事項を必ず確認の上、ハンドブックに記載されている「手荷物として持参するもの」に加えて、以下を持参ください。

□イエローカード（黄熱病ワクチン接種証明書）

□表敬訪問用服装

□公用旅券のコピー1部

□パスポートケース首下げタイプ（在外オリにて説明します）

□携帯電話用ストラップ（在外オリにて説明します）

□国際協力共済会ハンドブック

□隊員番号や本籍地情報（隊員番号は各申請に、本籍地情報は在留届等に必要）

□認印

□スペイン語学習教材（辞書、各種文法書等）

□内服中の薬があれば、その英文処方箋

□体温計

□マスク、アルコールジェル等感染症対策用品

□任意：パルスオキシメーター、血圧計（高血圧症の方は、各自で血圧管理ができるよう可能な限りご持参ください）

(2) 生活用品情報

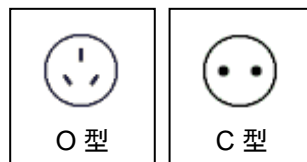
赴任時にはパソコンを持参することをお勧めします。パソコンは個人間や事務所との連絡・ボランティア活動等に必要です。

また、アルゼンチンでは、日用必需品はほぼ入手可能ですが、いずれも高額で、品質はあまりよくありません。以下を参考に各自の判断で携行品をご準備ください。

① 家電製品

電圧は220V/50Hzですので、日本仕様の製品には変圧器が必要になります。

ア) 変換ソケット（アダプタ）：当国は、現在はO型（ハの字型）が主流で、たまに旧式になったC型（丸型）の場合もあります。両方とも当地で購入は可能ですが、着任初日からパソコン等を使用予定の方は日本で購入される方が無難です。



イ) 炊飯器：当地でも入手できますが、高額かつ大型ですが、機能が少ないです。

ウ) デジタルカメラ・ビデオ：日本製は高額でかつ最新仕様は入手不可。日本からの持参をお勧めします。

※DVDの再生にはリージョンコードの違いがあります。

② 衣 類

ブエノスアイレスおよび首都近郊は温暖で、東京の気候とよく似ていますが、南半球に属しているため、四季は日本と反対に6~8月が冬、12~2月が夏になりますので赴任の際の服装に気をつけてください。中部から南部にかけて、真冬は寒くなり、ダウンジャケットやコートなどの防寒着が必要です。また雨も多いので傘やレインコートは必需品です。

アルゼンチンでは、衣料のデザインや種類、品物も豊富ですが、日本人とは体型が異なり、またサイズ設定も大きめなので、日本で着慣れた物を携行されることをお勧めします。おおよそ、当地のSが日本のMに当たり、日本のSを着用している方は体に合うサイズを見つけることは困難です。衣類の値段は高めです。靴も同様に豊富ですが、甲低、細身なので、甲高、幅広の足の方は、日本製の靴を持参されることをお勧めします。

レセプション等の出席時の服装として、男性はダークスーツ、女性はドレスリーなワンピースまたはスーツなどが無難です。

③ 日本食材について

日本食材は、首都では大体のものが入手可能です。首都には、日系人の経営する日本食材店や中華街があります。地方都市では、日本食材は一般的ではありません。日本の3~5倍の値段で販売されています。

④ 活動に必要となる物

赴任後に、特に専門書（日本、欧米）が必要となる場合、入手に時間がかかる上、欧米の書籍輸入を取扱う書店が少ないことから、持参することをお勧めします。

⑤ 帰国時アンケート情報などを元に「準備すると便利な物」をまとめました。

ア) 家庭用常備薬：うがい薬、湿布など

※一般的な、総合感冒薬、胃腸薬、目薬などは購入可能ですが、やはり赴任当初は、使い慣れた薬を準備・持参されることをお勧めします。但し、大量の薬の持込は税関チェックで問題が発生する恐れがありますので、持参される種類・分量は、自己責任でお願いします。当支所には、日本製はもとより当国製の医薬品も常備しておりませんので、適宜ご対応をお願いします。

イ) 化粧品：日焼け止め、アイライナー、ファンデーション など

※外国製は入手可能ですが、日本製は僅少です。

ウ) 衣 類：下着・靴下類、ヒートテック など

エ) キッチン用品：和食器、調理器具、包丁、まな板、炊飯器（中華街で売っているが大型で高価）、大根おろし器、落とし蓋、砥石、すり鉢、サランラップ、皮むき器、出汁の素 など

オ) その他日用品：ホッカイロ、多色ボールペン、百円ショップの雑貨（ちょっとしたお土産に）、耳かき、メガネ（輸入フレームは日本より高価）、歯ブラシ、

マスク、ホッチキスの針、靴補修用グッズ、携行品落下防止ワイヤー、スマホ液晶用のタッチペン（安価なもの）など

2. 別送荷物について

(1) アナカン・郵送等の利用について

荷物の発送には、別送品、郵送、国際宅配などの方法がありますが、下の①②の状況により、日本からアルゼンチンに荷物を送ることはお勧めしません。超過料金は発生しますが、赴任時に、追加の受託手荷物にてお持ちいただくことをお勧めします。（受託手荷物：飛行機の貨物室保管荷物。無料範囲以外では、日本→アルゼンチンで、一般的1個23キロ以内200米ドル程度）

※やむを得ず荷物を送る場合←極力避ける

① アナカン（別送品）

インボイス（送り状）などの関係書類を必ず持参。荷物の引き取りに関しては、通常、通関業者に依頼することになり、経費が発生し自己負担。また、引き取りに時間がかかること（通常1～2ヶ月）もあり、利用はお勧めしません。

② 郵 送

EMS、航空便があります。郵送物は書類などであれば支所まで配達されますが、小包の場合は、通関引き取りとなり、首都にある国際郵便貨物取扱所で、煩雑な手続きをしてからの受領となるため、任期中の日本からの国際郵便の発送はお勧めしません。

Sr. Taro KOKUSAI (←氏名をローマ字表記で)
Agencia de Cooperación Internacional del Japón
Maipú 1300, Piso16 - C1006ACT - Buenos Aires
ARGENTINA

(2) 通関情報について

別送した場合に通関が困難な物品、梱包にかかわる留意事項、税関での一時預かり対象物品など、特筆すべき点はありません。

① 入国時

電気製品（特に新品の物）は特に厳しい検査を受けるため必要最低限としてください。同じ電気製品を2台以上持参した場合、課税されることがあります。

植物の持込については、当国は検疫が大変厳しく、手続きに何ヶ月もかかることがあります。持ち込みはご遠慮ください。

食品類については製品化されたものは問題ありませんが、手作りの味噌や梅干が没収された例があります。味噌、醤油、日本米、基本的な調味料などは首都で購入できます。

② 任地が地方の方

国内フライトでは、基本的には受託手荷物 1 個 15kg までが無料となります。23kg を超える物は預入ができません。機内持ち込み荷物は 8kg までです。

赴任時、任地へ運び入れる荷物が多い場合は、超過料金支払いにて任地までお持ちください。（支度料から充当いただく整理でおりますので、別途支給はありません）陸送料金よりも割安で、目安としては、追加荷物 1 個 15kg 以内であれば、20 米ドル程度（行先による）です。重量制限を超える場合には、対象荷物 1 個 15～23kg までの超過料金も 20 米ドル程度です。

3. 通信状況について

(1) パソコンの普及状況

① アルゼンチンで購入可能な PC の機種および価格

PC は、一般的に普及して販売店も多数あります。PC、プリンタ、USB メモリ、その他の周辺機器の購入や修理は可能です。また、Apple 代理店もありますが（但し品薄）、いずれも、日本と比べ価格が非常に高額です。プリンタインクも大部分は入手可能ですが、最新モデルに対応したものが入荷されていないこともあります。日本語アプリケーションは入手不可です。また、キーボードは一般にスペイン語配列です。

価格の目安は、デスクトップ型が 1,500 米ドル程度、ノート型が 2,000 米ドル以上となっています。

② インターネット環境

インターネットは、地方も含めてかなり普及しており、プロバイダは数社あり、ケーブルテレビ会社や電話会社がサービスを提供しています。

通信速度によって料金設定が異なりますが、地方都市でも接続は可能です。Wi-Fi は、多くの空港（地方空港含む）やデパート、レストランやカフェなどの飲食店、ホテルなどで利用可能です。

事務所と隊員の皆さんとの主な連絡手段は、E-mail になります。現在派遣中の全隊員がメールアドレスを所有し、日々の事務連絡や活動に関する情報共有を E-mail で行っております。

(2) 携帯電話の普及状況

日本と同程度に普及しています。アルゼンチン支所は、緊急時連絡用として携帯電話機器（スマートフォン）を貸与しています。日常の連絡や、緊急連絡の際に使用します。

4. 現金の持ち込み等について

(1) 海外手当（現地生活費）の受け取り方法について

当国に長期派遣される JICA 関係者に対し、現在、JICA アルゼンチン支所の口座を通じ、当国 Banco Santander の隊員名義口座（赴任後に口座開設手続き開始）に米ドルを振り込んでいます。よって、赴任前に海外の銀行口座を開設する等の手続きは不要です。詳細は、赴任後に説明します。

(2) 現金持込に係る注意

日本円から現地通貨のアルゼンチンペソ（以下ペソ）への両替については、赴任後でも可能ですが、換金率が非常に悪くお勧めしません。初期費用や予備現金は米ドルでご準備・ご持参ください。なお、経由国およびアルゼンチンに 10,000 米ドル相当以上の現金を持込む場合は申告が必要となります。また、小額紙幣の受け取りを拒否される場合もあるため、100 米ドル紙幣で準備することをお勧めします。

(3) 赴任時に用意することが望ましい金額について

住居の入居手続きや当面の生活資金等に現金が必要です。赴任時に持参する金額は以下を参考に各自の判断でご準備ください。

【長期隊員の場合】

目安として 500-1,000 米ドルをご準備・ご持参されることをお勧めします。

（上記困難な場合は別途ご相談ください。）

<着任時に支給となる手当（現金）、及び必要となる経費（現金）内訳>

（支給）着任時に、「初回送金」として 1,500 米ドル程度の米ドル現金を手交します。

（経費）着任～現地語学訓練（約 3 週間） 食費・交通費等 200 米ドル

（経費）配属先赴任時～生活が軌道に乗るまで生活費や諸物品購入費 250 米ドル

（経費）荷物輸送料金（地方赴任者）50 米ドル

（経費）住居の賃貸借契約時には、最大で、保証金（通常、家賃 1 か月分）、仲介料（同）、家賃 1 か月分、計家賃約 3 ヶ月分程度を 一旦立替払いしていただきます。そのため、住居費関連で、最大 1,500-2,000 米ドル程度が必要となります。立替いただいた分は、任地赴任後 1 か月後程度には Banco Santander に振り込みます。

【短期派遣隊員（6 ヶ月未満）】

出発前に派遣期間分の外国日当等が支給されます。現地銀行口座の開設は原則行いませんので、現地での必要経費（日本で振込済み）を、安全確保にも配慮した方法にて用意してください。なお、宿泊費については、アルゼンチン支所が実費を支給します。

(4) 両替や換金について

① 米ドル（またはユーロ）現金からの両替

特定の銀行、両替商、ホテルなどで両替ができます。

② クレジットカード

クレジットカードはかなり普及しており、首都圏に限って言えば、一般的な食堂やスーパー、コンビニなどで利用可能です。医療機関で多額の立替払いが必要となった場合に備えるため、また、航空券やホテルの予約にはクレジットカード番号の提示を求められる場合が多いため、最低1枚はご持参ください。ビザ、マスター、アメリカンエクスプレスが一般的です。
※カード社会においてはスキミング被害も懸念されることから、カード裏面のセキュリティ番号をシールで隠すような予防措置は有効です。

③ 米ドル T/C (US\$) からペソへの換金

現在、T/C のペソ換金はできません。

④ ATM の利用

日本の銀行カードやクレジットカードをこちらの ATM で使用し、ペソの引き出しができるといった保証はありません。また、使えたとしても引き出しの限度額は僅かです。

⑤ 現地銀行の利用

着任後 2~3 か月を目途に、現地銀行にて口座を開設します（口座の種類は、ドル／ペソ、当座／普通）。

(4) その他の留意事項

- 住居は配属先が準備するのが原則ですが、配属先で用意できない場合は、アルゼンチン支所が候補物件を確認の上、必要と認める経費について負担します。
- 小額米ドル紙幣は両替所によっては受け取りを拒否される場合もあります。初期費用は 100 米ドル紙幣で準備されることをお勧めします。

5. 治安状況について（JICA の安全対策については、隊員ハンドブックを参照）

近年の経済状況悪化に伴い、政府へ各種政策を要求するデモやストが各地で実施されています。事前の報道などで可能な限り情報を入手し、危険を予知・回避することが必要です。また、道路封鎖や集会などが実際に起きている場合には近寄らない注意が必要です。また、凶悪犯罪を含めた一般犯罪も引き続き発生しています。ブエノスアイレス市の殺人件数は減少傾向にあるものの、強盗の件数は増えているので注意を怠らないようにしてください。

公共交通機関（バス、鉄道、地下鉄など）や人ごみでのスリ、置き引き、ケチャップ強盗（ケチャップや汚水をかけて、親切に拭くふりをしながらスリをはたらく）、モトチョロと呼ばれるバイクによるバック等のひったくりなどは、日常的に発生しています。

安全対策として、緊急連絡網の配付や緊急時の受発信を目的とした携帯電話貸与を行っています。また、随時、事務所から安全対策情報を提供し、注意喚起を促しています。

6. 交通事情について

公共交通機関は、特に首都では充実しており、州都や中規模都市の殆どで、市内バスや中・長距離バスが頻繁に運行しており、市民の重要な移動手段となっています。また、タクシーも殆どの街にあります。基本的にメーター制で、早朝・深夜以外については、基本的に流しのタクシーでも利用可能です。但し、コロナ禍によりタクシー運転手が激減した影響により、時間帯によっては、なかなかタクシーを拾うことが難しい場合があります。ホテルから乗車するような場合には、フロントにて配車依頼をした方が確実で安全です。また、お釣りを用意していない場合が多く、偽札を渡される可能性もあることから、支払いには高額紙幣を使用せずに小額紙幣を用意することをお勧めします。

タクシーより割高とはなりますが、レミス（Remís）と呼ばれるハイヤーもあります。車両は、個人が所有する普通の乗用車です。事前予約ができるので、早朝や夜間の利用に便利です。UBERのようなアプリ対応の配車サービスも利用可能です。

また、首都では、近郊への鉄道や、市内中心部から放射状に広がる地下鉄もあります。但し、鉄道を利用する際には車両トラブルによる遅延が多いこと、また、市内バスや地下鉄を利用する際には、スリやひったくりの被害にあわないよう十分な注意が必要です。現在は、公共交通機関を利用する際に、プリペイドカードを利用して乗車するシステムを導入している地域が多く、首都圏ではSUBEというプリペイドカードを利用します。

7. 医療事情について

首都ブエノスアイレスや各州都には、充実した医療サービスを提供する私立病院があり、殆どの傷病や検査に十分な対応が可能です。日本に比べ医療費はかなり高額です。一方、公立病院や地方の病院などは、医療サービスが著しく劣る傾向にあります。

国土が広大なため気候は様々で、北部、北東部は亜熱帯であり、雨量が多く、ブエノスアイレスを中心とする中部はパンパ地帯とよばれ、四季も比較的はつきりしています。南部は年間を通して気温が低めで、冬季の寒さは厳しく、1年を通して強風地帯です。どの地域においても防寒着は必要であり、1日の温度差が激しい日もあるので、着衣での調整が必要となります。

水道水は衛生上問題ないものの、良質とは言えないので、飲料用としては適さず、ミネラルウォーターを用いたほうが無難です。また、野菜を生食する際には十分に洗浄し、川魚の生食は避けたほうが良いです。

医薬品は国産、輸入品とも豊富に販売されていますが、医薬分業化が進んでおり、医師の処方箋が必要な医薬品も多いです。また、処方量が多い場合があるため注意が必要です。家庭用常備薬（総合感冒薬、胃腸薬、目薬など）は日本で使い慣れているものを持参することをお勧めします。

風土病や伝染病の心配は少ないものの、毎年特に夏場にはデング熱が北部地域で流行しています。また、ジカ熱患者も北中部地域で確認されております。2021年に狂犬病が確認されています。

【予防接種事情】

アルゼンチンにおいて、次にあげるワクチンは接種が可能です。但し、都市部と地方都市において状況が異なる可能性があります。また、日本脳炎ワクチンは入手ができません。

Yellow fever (黄熱ワクチン)	
Hepatitis A Vaccine (A型肝炎ワクチン)	
Hepatitis B Vaccine (B型肝炎ワクチン)	
Combined Hepatitis A+B Vaccine (A+B型肝炎混合ワクチン)	
Tetanus Toxoid (破傷風トキソイド)	
Rabies Vaccine (狂犬病ワクチン)	
Polio Vaccine (ポリオワクチン)	Inactivated vaccine:IPV (不活化ワクチン)
Typhoid Vaccine (腸チフスワクチン)	Inactivated vaccine (不活化ワクチン)
Meningococcal Polysaccharide Vaccine (髄膜炎菌性髄膜炎ワクチン)	
Influenza vaccine (インフルエンザワクチン)	

8. 任国での運転について

隊員に運転が認められるのは、業務や生活上の必要性が認められた場合のみとなり、現時点でアルゼンチンにて該当するケースはありません。

9. お問い合わせ

(1) アルゼンチン支所メールアドレス

任国での活動に関する質問は、以下のアドレスにメールでお問い合わせください。
※長期隊員の方は、お問い合わせは派遣前訓練が開始してから行ってください。
※活動に関わる内容以外の質問はお控えください。

アルゼンチン支所共有アドレス：ag_oso_rep@jica.go.jp

10. その他

(1) 赴任後の日程

数日間、関係機関表敬訪問、オリエンテーションを実施します。その後、現地語学訓練を行う予定ですが、語学免除者や短期派遣隊員は同語学訓練を実施しません。

現地語学訓練では、アルゼンチンのスペイン語（独特な単語や言い回しなど）に慣れ、生活に必要な語学力を養うことを目的としています。期間は約3週間程度で、対面での授業を予定しています。

(2) 出発前についてのお願い（重要）

- 赴任時、ご自身の携帯電話を持参予定の方は、出発の2週間前を目途に、携帯アプリ「WhatsApp」のダウンロード（DL）をお願いします。
（渡航時乗り継ぎトラブルが発生した際、WiFi環境があれば迅速・確実に連絡を取ることが可能なため）
- DL後に、以下に記載した高山企画調査員（ボランティア事業）の連絡先を、新しいコンタクト先として電話番号登録をお願いします。登録後、テストのためWhatsAppにてメッセージを送信してください。
- 同アプリを通しての連絡は、渡航の際の緊急時のみでお願いします。
- 日本出発前に、必ず「たびレジ」への登録をお願いします。
<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/index.html>

【企画調査員（ボランティア事業）連絡先】

・高山企画調査員：+54-9-11-2776-7445

皆さんの到着を、関係者一同、心から楽しみにお待ちしております。

以上