

2019年6月28日
JICA ベナン支所

JICA 海外協力隊 赴任前留意事項

ベナン共和国



※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) 注意事項
2. 別送荷物について
 - (1) 郵送等の利用について
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) 現金持込にかかる注意
 - (2) 両替状況
 - (3) 赴任時に用意することが望ましい金額について
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. 蚊帳について
9. 任国での運転について
10. お問い合わせ

1. 別送荷物について

(1) 赴任時に必ず持参するもの

表敬訪問用スーツ、イエローカード、隊員ハンドブック、交通安全ハンドブック、配布された電子体温計、常備薬、MEDICAL INFORMATION、国際協力共済会新総合ハンドブック、フランス語学習教材・辞書等、別送品リスト（荷物を別送した隊員のみ）

(2) 注意事項

- 預け入れ荷物は紛失や到着遅延する場合がありますので、貴重品や電気・電子機器（AV 機材、カメラ、パソコン）、1 日分の着替え等は、機内持ち込みの手荷物として持ち込んで下さい。
- また、コトヌーの空港では、荷物と持ち主の照合を厳重に行っています。到着ゲートにて、搭乗時に渡された預け入れ荷物のクレームタグ（バーコードが付いたシール）を提示する必要があります。タグを紛失しないように大切に保管し、すぐに提示できるようにしておいて下さい。

2. 別送荷物について

(1) 郵送等の利用について

- 基本的な生活用品は当地で手に入ります。高い送料や時間（航空便でも 1 か月以上かかることがあります）をかけて送るより、現地で購入したほうが結果的に便利な場合があります。また、ベナンは郵便事情が悪く、荷物が郵便局内に放置されたり、紛失や盗難等のトラブルが相次いでいます。貴重品や高価な物は郵送せず、最小限必要なものだけを送るように心掛けて下さい。
- それでも荷物を別送する場合は、航空便を利用することをお勧めします。船便は 3 か月以上かかることもあります。
- 別送荷物ではありませんが、搭乗する航空便への超過預け入れ荷物（エクセス・バゲージ）として持参する方法もあります。航空会社か旅行代理店に料金を確認して、荷物を別送する場合との比較検討を行うことをお勧めします。
- 別送する場合、次の点に注意願います。
 - 送付先、送付元、内容品名等は必ず仏語（または英語）で記入して下さい。
 - 使用済で商品価値のない内容品名の申告金額欄は申告せず、備考欄に "Materiel d'occasion sans valeur" と記入し、新品でないことを明示して下さい。
 - 関係書類（送付状控え、内容品リスト等）を必ず持参して下さい。トラブル対応時等に必要となります。
 - 主な到着必要日数の目安
 - * 郵送（EMS 対象外）：航空便 1 ヶ月程度、船便 3 ヶ月程度
 - * 国際宅急便（DHL 等）：1 週間程度

- 送付先宛名
(郵送)

(送付先人名) Mr./Ms. * * * * *
A/S Bureau de la JICA/JOCV BENIN
01 B.P. 7097 COTONOU
République du BENIN

(国際宅急便)

(送付先人名) Mr./Ms. * * * * *
A/S Bureau de la JICA/JOCV BENIN
Ilot 628 « G » DJOMEHOUNTIN, HAIE-VIVE,
COTONOU, République du BENIN

- 電話番号を記載する必要がある場合は、+229-21-30-99-07 と記載して下さい。
- DHL などの国際宅急便（クーリエ便）以外は、直接事務所には送付されず、郵便局留となり、私書箱宛に通知がありますので、必ず上記の事務所の私書箱番号（01 B.P. 7097 COTONOU）を明記してください。また、**事務所宛の送付物と区別するため、宛名には隊員個人名を必ず記載してください。**（時々、国際宅急便であっても税関留となって、直接事務所に送付されないことがあります。）
- 隊員個人の荷物は、郵便局での荷物保管料の支払い、荷物チェックがあるため、原則、各個人で郵便局に回収に行きます。

3. 通信状況について

(1) パソコンの普及状況

- インターネットは徐々に普及してきていますが、地域による格差はあります。インターネットカフェは一般的ではありませんが、都市部においては無料 Wi-Fi が利用可能なホテルやレストランがあったり、携帯電話会社が販売しているモバイル Wi-Fi ルーターの普及により、外出先でインターネットにアクセスする手段を持てるようになってきています。他方、地域によってネットワーク回線や速度が異なるため、全ての地域で通信可能とは限りません。その他、電話回線の普及率も低く、自宅に回線を引いてインターネットを行うことは難しい状況です。
- フランス語や英語 OS を搭載したパソコンは当地でも購入可能ですが、日本に比べると高価です。また、ベナンでのパソコン修理・メンテナンスは容易でないため、ウィルス対策ソフト（日本で市販されているもの）のインストールは必須です。また、トラブル発生時に備えて再インストール（リカバリ）用の CD-ROM を持参することをお勧めします。
- 雨季は湿気が高く、乾季は砂塵が多くなります。停電や急激な電圧変動も多く、PC 等の精密機器にとっては環境が良くないので、注意が必要です。

(2) 携帯電話の普及状況

固定電話の普及は限定されていますが、携帯電話については多くの国民に普及しています。隊員には、通常時の連絡用、緊急時の通信手段として、事務所から各自

に1台ずつ携帯電話を貸与します。当地において日本で購入したスマートフォンを
使いたい場合は、SIM解除されていればベナンのSIMカードを挿入して利用が可能
です。

4. 現金の持ち込み等について

(1) 現金持込にかかる注意

入国時の外貨の持込上限額はありません。ただし、1,000,000FCFA以上の現地通
貨又は500,000FCFA以上相当額の外貨を持ち込む場合には、空港内又は国境付近の
税関事務所にて、所定の用紙に記入の上、旅券、航空券及び外貨の由来を示す証明
書（両替領収書・証明書等）を添えて申告することを求められることがまれにあり
ます。

(2) 両替状況

- ユーロ→フランセーファー（現地通貨）への両替は容易なので、ユーロを現金
で持参することをお薦めします（ドル両替ができるところもありますが、手数料
を高く取られる場合があります）。
- ベナンの銀行・両替所では、トラベラーズチェックを受け付けているところは
ほとんどありません。また、高額な換金手数料を取られるため、トラベラーズチ
ェックの利点は安全性のみであり、実用的とは言えません。
- トラベラーズチェックを任国で両替する場合、トラベラーズチェックの控え及
び購入レシートが必要となりますので、忘れずに持ってきてください。なお、円・
ドルのトラベラーズチェックの利用は難しいため、ユーロで持参して下さい。

(3) 赴任時に用意することが望ましい金額について

赴任経費をユーロ現金に両替して持参して下さい（目安 800 ユーロ）。現地語学
訓練中の生活費やその後任地に赴任してからの生活準備等に必要になります。

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）

ベナンにおいては近年、銃器を用いた凶悪犯罪（殺人・強盗）も増えており、ス
リやひったくり等の事件も多発しており、安全対策上の注意は常に必要です。また、
一般市民が犯罪者等に暴行を加えるいわゆる「民衆制裁」が行われることがあり、
許可を得ずに写真を撮ろうとしたことなど、ささいな原因で発生することもありま
すので、現地のマナーを理解するなどトラブル防止のために注意を払う必要もあり
ます。

過去に隊員がナイフを突きつけられ財布を捕られたり、レストランで強盗に遭い
金品を奪われたり、空き巣やスリ、ひったくりの被害にも遭っています。皆さんの
安全を確保するべく必要な対策を講じますが、皆さんが様々な安全対策措置を順守
すること、皆さん自身が「自分の身は自分で守る」意識を持っていることが前提と

なります。一人一人が意識して犯罪、テロの被害者にならないよう日頃から情報収集、行動をするように心がけて下さい。

貴重品の防犯対策として、体に密着するバッグや服の下に隠すことができるシークレットポーチ等を日本で購入してくることをお勧めします。また、紛失やスリの被害に遭遇しやすい携帯電話や財布等の対策のため、ネックストラップやカラビナ付コイルストラップを着用したり、鞆に鍵をかけたりできる小型の鍵も防犯対策には有効です。

6. 交通事情について

バイク中心社会であり、道路状況、交通マナー、車両整備状況、どれを取っても劣悪です。JICA 安全対策アドバイザーの見解では、ベナンの交通事情の悪さは、JICA 海外協力隊派遣国の中でもかなり上位に入るそうです。車両による人身事故は日常的に起きています。長距離移動の際は、極力整備状態の良いバスや乗合タクシーを利用し、歩行時においても、車両事故に巻き込まれないよう、細心の注意を払うことが必要です。

JICA 海外協力隊のバイクタクシーの利用は全面禁止です。

ベナンでは、地方都市では4輪タクシーは台数が限られ、現地人は主な移動手段をバイクタクシーとしているため、隊員の活動面、生活面での移動に不便が生じていること否めません。しかしながら、ベナンの交通事情の劣悪さから交通事故の危険性は高く、隊員を含め JICA 関係者のバイクタクシーの利用は全面的に禁止しています。

なお、活動上での自転車使用の必要性が認められれば、自転車の使用を許可しています（4輪タクシーの確保が難しいコトヌーについては、安全面を考慮し、自転車の使用は認めていません）。

自転車のメンテナンスは、自身で行う必要があります。住居の軽微な修理等も自身で対応することが多いため、簡易な工具セット等を持参すると便利です（当地でも購入可能ですが、高価です）。

7. 医療事情について

- ベナンの劣悪な医療事情を踏まえ、特に地方では受診可能な医療機関はないと思って下さい。傷病時には基本的にコトヌーの医療機関にかかる事になります。疾病予防及び事故防止に努めることが重要です。
- 流通等の都合でワクチンの入荷が突如困難となることがあります。JICA 推奨のワクチンはできるだけ日本で接種して来られることをおすすめします。
- 市販薬は処方箋があれば薬局で購入可能ですが、日本の医薬品は入手できませんので、常備薬が必要な人は必ず持参して下さい。
- 虫除けスプレー、蚊取り線香などは到着後すぐに必要な分について持参することをすすめます。

- ベナンは高温多湿の気候、衛生環境も良くないため、皮膚の病気が多いです。アレルギーのある人、あせもがすぐでる人は、現在無症状であっても、使い慣れた治療薬があれば持参してください。
- ベナンは、砂埃が多くコンタクトレンズの使用は勧めません（コンタクトケア用品はベナンでは非常に稀少で高価であるため、コンタクトレンズを使用する場合はケア用品一式を持参したほうがよいでしょう）。眼鏡（予備を含め）を持参することをすすめます。
- 下痢や脱水症状等の際に摂取する経口補水液の粉末は当地で購入可能ですが、飲み慣れたポカリスエットなどのスポーツ飲料の粉末を持参すると、脱水予防に役立ちます。
- 生理用品は、当地でもヨーロッパ製のもの等を購入できますが、肌が荒れたりやかぶれやすい方は、使い慣れた日本製のものを持参することをおすすめします。

8. 蚊帳について

当国はマラリアの汚染地域であり、就寝時の蚊帳の使用は必須です。蚊帳は当地でも手に入りますが、荷物のスペースに余裕があって日本から持参する場合（日本の製品は通気性に優れている）、ベッドがセミダブルの場合が多いため、2人用の蚊帳を持参するのがよいでしょう。

9. 任国での運転について

当国では隊員の運転は不可としています。

10. お問い合わせ

任国での活動に関する質問は、以下のボランティア班共有アドレス宛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。

ベナン支所ボランティア班共有アドレス：jicabn_jocv@jica.go.jp

以上