

2021年6月1日  
JICA キルギス共和国事務所

# JICA 海外協力隊 赴任前留意事項

## キルギス共和国



※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
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) 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. 任国での運転について
9. お問い合わせ
10. その他

## 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

- ① 公用旅券
- ② 隊員ハンドブック
- ③ 国際協力共済会ハンドブック
- ④ 協力隊派遣に関する「合意書」
- ⑤ ノートパソコン
- ⑥ SIM フリーのスマートフォン
- ⑦ 表敬訪問や公式行事の際に相応しい服
- ⑧ ワクチン接種ノート
- ⑨ 外貨現金
- ⑩ 体温計、マスク

※パスポート・現金などの貴重品及びノートパソコンなどの壊れやすいものは機内持ち込み込み手荷物にしてください。

## 2. 別送荷物について

### (1) アナカン・郵送等の利用について

#### ① 国際郵便（航空便・SAL便・船便等）【大半の隊員はこの方法で送付】

通常、EMS及び航空便は2週間から1ヵ月程度で到着しています。SAL便（航空便よりもやや安価な航空便）の利用者が多く一般的で、通常1ヵ月から3ヵ月程度かかります。船便は2ヶ月から6ヶ月程度かかります。医薬品の郵送は原則として禁止されており、通関手続き等で煩雑になることが予想されるため、できるだけ赴任時にご自身で携行されることをお勧めします。

※2021年6月現在、郵便局では、キルギス宛でのEMS及び航空便の引受けを一時的に停止しています。

<https://www.post.japanpost.jp/cgi-kokusai/country.php?cid=115>

#### ☆郵便小包の送付連絡先記入方法

氏名 : Mr./Ms. _____ (必ず英語またはロシア語で記入) C/O JICA Kyrgyz Republic Office 15, Razzakov Street, Bishkek, 720040, KYRGYZ REPUBLIC TEL : +996-312-900270 FAX : +996-312-900279
--

※参考までに、郵送の場合の送達条件と禁制品についてお知らせします。

<http://www.post.japanpost.jp/cgi-kokusai/country.php?cid=115>

で確認できますが、各国共通の条件にも注意してください。

②アナカン業者の利用も可能ですが、1ヶ月以上かかる上に荷物引取が煩雑なためお勧めしません。詳細は各取扱い業者にお尋ねください。

### ③国際宅急便

料金は日本国内の業者により異なりますが、高額です。また、荷物の受け取り時にトラブルが発生することが多く国際郵便の利用のほうをお勧めします。詳細は各種取扱い業者にお尋ねください（DHL・フェラデルルエクスプレス、クロネコヤマト等）。

## (2) 通関情報について

ビシュケクのマナス空港到着時には、預け入れ荷物および手荷物のX線検査等があるほか、荷物タグと荷物の数を照合する作業が行われます。しかし、税関用の書類等を記入する必要もなく、煩雑な通関手続きは特にありません。

## 3. 通信状況について

### (1) パソコンの普及状況

ノートパソコンはE-mailでの連絡、提出物の送付等に必要ですので必ずご持参下さい。

首都ビシュケク市内ではWi-fiの使用できるカフェ・レストラン等も多く、自宅においても自身のパソコンやスマートフォンでインターネットは使用可能（プロバイダとの契約による固定回線・USBモデム・Wi-fiルータ等）です。地方においても電話が通じるエリアであればほとんどの地域で使用可能となっています。しかし、地方によってはインターネットの速度が遅いことや、状況によっては繋がらないケースもあります。JICA事務所では、事務所Wi-fiを使用して自身の端末でインターネットを利用することも可能です。

### (2) 携帯電話の普及状況

日本から持ってきたSIMフリーの携帯電話であればキルギスのSIMカードを差し込んで使用することが可能です。多くの隊員が自前のSIMフリースマホを使用していますので渡航前にご準備の上ご持参ください。SIMカードは、着任後に現地調達します。通信料は個人負担です。携帯電話は地方も含め広範囲で利用可能ですが、山間部等では通じないところもあります。

## 4. 現金の持ち込み等について

### (1) 現金持込にかかる注意

US\$現金が最も一般的です。

### (2) 両替状況

円からの両替はできません。US\$やユーロから現地通貨への両替は銀行や両替所で可能です。しかし、銀行以外では小額紙幣（1, 5, 10, 20ドル）の場合、換金を断られることやレートが悪くなるため、\$50、100紙幣を用意することをお勧めします。なお、破

れた紙幣、汚れている紙幣、スタンプの押してある紙幣は基本的に受け付けてもらえませんのでご注意ください。

### (3) 赴任時に用意することが望ましい金額について

現地で銀行口座を開設後、海外手当（現地生活費）が振り込まれますが、口座開設までの間に必要となる生活費（食費・交通費、身の回り品の購入等）については現金をご持参ください（目安 500 US\$ ほど）。

※6 か月未満の短期隊員の場合は派遣期間中の生活費の全額を持参ください。

## 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）

2020 年 10 月の国会議員選挙の結果に対する大規模なデモが暴動につながり、政変に繋がりました。近年の経済状況もあり、一般国民の不満が高まり、抗議活動が増加する傾向がありますので、万一デモや集会を目撃したら、速やかにその場を離れるようにしてください。2018 年 12 月～2019 年 1 月には反中デモが多発するなど、反中の動きも強まっております。在留邦人が中国人と間違えられて嫌がらせを受けた事案も発生しています。テロに関しては、ISIL が低調になったとはいえ、2015 年にはキルギス事務所近辺で ISIL 関係者への掃討作戦、2016 年 8 月には当地中国大使館にウイグル系過激派組織が自爆テロを起こしています。特にイスラム教の祝日前後は警戒してください。

一見するとキルギスは安全に見えますが、人口当たりの犯罪件数は日本と比べ、2 倍(窃盗)から 26 倍(強盗)に及んでおり、格段に治安状況が悪いという事実をご認識ください。偽警官・不良警官への対応(身分証明書は提示するが、お金を抜き取られないようにする)、窃盗や路上強盗に遭わないよう警戒する、交通事故に注意をする等の警戒は常に怠らないようにしてください。

## 6. 交通事情について

ビシュケク市内は交通機関が発達しており、公共の乗り物またはタクシーが利用できます。バス、トロリーバス、マルシュルートカ（乗合小型車）等公共の乗り物は 8～10 ソムで乗ることができます。メーター付又はインターネット配車(Yandex や Bi Taxi 等)のタクシーを使用すれば、市内なら 100～200 ソムで移動することができます。しかし、年々車の数は増加する一方、当国のドライバーの交通安全意識はまだまだ低く、交通規則も必ずしも守られていません(交通事故死者の発生件数は日本の 1970 年代の第 1 次交通戦争時と同じ水準です)。日本とは異なり、車優先社会であることを念頭に置き、十分に気を付ける必要があります。

## 7. 医療事情について

キルギスの夏は、暑く乾燥し気温は 40℃を超えることもあります。医療水準は首都ビシュケクでも未だに劣悪です。旧ソビエト時代からの、「医療は基本的に無料」の制度を保っており、ほとんどの病院は公立で、外国人の病院受診は容易ではありません。多くの病院の建物や医療設備は老朽化しています。英語を話す医師は稀です。外国資本の私立クリ

ニックやデンタルクリニックもありますが、残念ながら安心して治療を受けられる医療機関は限られています。病気にかからないこと、怪我をしないことが第一ですので、普段から健康管理を心掛けて下さい。

医薬品については、傷病にかかった場合は現地の医療機関を受診した上で現地医師の処方箋に従った医薬品を薬局で購入し服用することになります。日本の医薬品と異なり薬が合わない等のケースもある為、特に既往症がある方は、普段使い慣れている常備薬を携行することを勧めます。

キルギス赴任後の予防接種は、B型肝炎のみとなります。

## 8. 任国での運転について

キルギスにおいては、活動上、運転が必要な案件はありません。隊員が自ら運転することはありません。

## 9. 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。

ボランティア班共有アドレス : jicakg-JOCVVC@jica.go.jp

## 10. その他

以上