

2019年6月28日  
JICA サモア支所

# JICA 海外協力隊 赴任前留意事項

## サモア



※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. 蚊帳について
9. 任国での運転について
  - (1) 本邦、国際免許証の携行の要否
  - (2) 現地運転免許の取得手続き
  - (3) 車両の購入・輸送について
10. お問い合わせ
11. 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 医療品、検査結果など

「Health & Medical Record (\*訓練中に配布された緑のノート)」またはワクチンレコード、国際協力共済会・会員ハンドブックを必ず持参してください。治療中の病気があり、受診中の医療機関から診断書やレントゲン写真等を受け取っている場合などは、その関係資料については別送せず、手荷物で機内持ち込みにしてください。医薬品等は、液体・ジェル状のものは手荷物として持ち込むには制限がありますので、制限をよく確認して、対応してください。

#### ② 入国許可証（原本）

#### ③ その他携行が望ましい物品

PCは公私に渡って必要ですので、携行をお勧めします。

生活に必要な物品は、首都のアピアでは購入可能です。しかし、以下の物については購入できない、または質が悪いため、持参することをお勧めします。

- 衣料品、下着（現地で購入可能だが、既製品に関してはサモア人は大柄なため、日本人のサイズに合うものが少ない）
- 雨具（折り畳み傘）
- 履物（靴、運動靴、サンダル等）
- 眼鏡やコンタクトレンズおよびコンタクトレンズ洗浄液・保存液  
特に、コンタクトレンズの購入は困難です。
- 本・辞書、活動に必要な参考資料（和・英共）等  
特に、日本の教科書や専門書や参考書籍類は、サモアでは入手不可のため、活動に必要な資料は日本で用意し持参することを勧めます。インターネットから入手できる資料であっても、現地でダウンロードするのは時間がかかり大変不便です。また、英語の図書についても種類が少なく、最新の資料入手は困難です（すぐに必要な書籍でなければ、別途郵送を勧める）。
- 女性用基礎化粧品、
- 日焼け止め

#### ④ その他留意事項

- 現金、パソコン、カメラ等、貴重品、カメラ等の充電リチウム電池は、必ず手荷物で機内持ち込みにしてください。

## 2. 別送荷物について

### (1) アナカン・郵送等の利用について

- 国際郵便小包の利用が最適です。航空便で到着まで約2~3週間です。サイズ制限はゆうパック(大)位までで、重量は20kgまでです。郵送にあたって品目リストを書き込む書類が必要ですので、郵便局で記入してください。船便も利用できますが、3ヶ月以上かかることがあります。

- 郵便物は、サモアの郵便物はすべて私書箱であり、自宅配送は行われていないため、宛先を JICA サモア支所宛とし、受取人名を必ず明記し送付してください。

c/o JICA Samoa Office  
To: Mr./Ms. 受取人名  
P.O.BOX 1625,SNPF Plaza,Savalalo , Apia Samoa  
Tel:685+22572

(2) 通関情報について

JICA 関係者は無税です。サモア到着時に、税関申告書（機内配布）を提出してください。持込禁止品は、絶対持ち込まないようにしてください。

### 3. 通信状況について

(1) パソコンの普及状況

- ① Windows パソコン（OS は英語版のみ）、およびプリンターは現地購入は可能ですが、品数が限られており日本よりも価格は割高です。
- ② インターネット接続は、主に 2 社インターネットプロバイダーがあり、近年では、従量制の無線ブロードバンドサービスも普及している。コンピューターウイルスが蔓延しているため、パソコンにはアンチウイルスソフトのインストールを勧めます。
- ③ 当国では、パソコンに限らず精密機器の修理はほぼできません。日本に送付して修理を依頼する場合に備え、保証書および領収書を持参してください。

(2) 携帯電話の普及状況

- ① 携帯電話は居住地区を中心にサモア全土をほぼ網羅しており、個人への普及率はかなり高いです。ダイヤル直通国際電話も携帯電話で可能であり、プリペイド式が一般的です。
- ② JICA 支所から、全隊員に対して、緊急連絡用の携帯電話を到着後すぐに貸与していますが、日本でお使いの携帯電話を SIM フリー化してこちらで使用している隊員の方が多いです。その場合、日本語でメッセージのやり取りができるので便利です。

### 4. 現金の持ち込み等について

(1) 現金持込にかかる注意

トラベラーズチェック等現金以外も含め、1 万タラ（約 USD:4 千）を超える外貨を持ち込む場合に申告が必要です。

(2) 両替状況

空港、ホテル、市内の銀行などで両替可能。米ドル、豪ドル、ニュージードル、ユ

一口、日本円も換金可能です。

(3) 赴任時に用意することが望ましい金額について

当国の物価は、日本より高めです。到着時に2~3万円分の数日間分の生活費の換金を勧めています。\$1,500~\$2,000程度あれば十分かと思えます。なお、現地到着後すぐに銀行口座を開設し、初回の現地生活費(3か月分)を支給します。

## 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)

- 外国人住居を狙った空き巣等の窃盗事件が増加傾向にあり、JICA関係者にも被害が及んでいます。
- 政治は非常に安定しており、騒乱/暴動などの集団暴動が発生する可能性は、今のところ極めて低いと言えます。
- 移民中国人が多く在籍していますが、最近ではサモア国内での中国人の経済的成功を妬み、中国人に対しあまり良くない感情を持っている人もいます。稀ですが、中国人と区別のつかない日本人も嫌がらせに遭うことがあります。
- 昼間でも人気のない場所を徒歩で単独移動は控えてください。また、夜間は街灯が無い場合、真っ暗になる場所が多く危険です。
- 窃盗・強盗、レイプ等の事件も発生しています。現地オリエンテーション期間中に、防犯や治安に関する講義を実施しますが、各自しっかり安全対策意識を身につけるように心掛けてください。

## 6. 交通事情について

- 日本と同じく車輦は左側通行です。アピア市内では平日のオフィスアワーと土曜日の午前中の時間帯は車輦の往来が多く、混雑します。また市内の一部を除き、ほとんどの道路には歩道がなく、車道沿いの歩行には注意が必要です。
- 信号機は、ウポル島では、首都アピア市、及びアピア市に出入りする周辺道路への設置のみです。サバイイ島には、サレロログの1箇所を設置されているだけです。
- 全国的に犬が多く、車や自転車の車輪に反応して追いかけてくることが多いです。その際に、犬に噛まれないよう注意してください。また、追いかけてくる犬を回避するために予測不能な挙動をする車輦があることにも留意してください。

## 7. 医療事情について

サモアにおける医療事情は悪く、日本の様な医療サービスは受けられません。そのため、病気にならないよう、各自の自己管理が一番大切になります。

- マラリアはないと考えられていますが、デング熱やチクングニアなどの蚊を媒介とする感染症の流行は年間を通して認められます。
- 狂犬病のリスクはないとされていますが、野犬（放し飼いの犬）が多く、外出時は犬咬傷への注意が必要です。
- 医療機関は少なく、ウポル島とサバイイ島に各1つずつの国立の総合病院があります。アピア市にはプライベートクリニックが2つ、サバイイには1つ設置されています。サモア国内でできる検査の種類は限定的で場合によっては近隣国（NZ、AUS、フィジー）へ検体を送付するため、結果判明まで数週間かかることも少なくありません。
- 国内の医薬品流通状況は不安定で入手できる種類も限られています。既往症や生活習慣病で継続して受診や投薬が必要な方は必ず英文の診断書や薬剤情報を持参してください。日本のような市販薬は購入できませんので、日頃から使い慣れた薬（胃薬、整腸剤、目薬、湿布薬、軟膏類）は持参するとよいでしょう。血圧計の現地で購入可能です。
- サモアでは下痢症になりやすく、整腸剤やスポーツ飲料の粉末は入手できないため持参を勧めます。なお、下痢止め薬は逆に症状を悪化させるため持参の必要はありません。
- 湿布の購入は不可です。
- 眼鏡やコンタクトレンズは自分に合うものを作ることが困難なため、予備を持参することを勧めます。
- 婦人体温計の購入は不可です。日本で購入して持参してください。
- 感染症予防のためのワクチン流通が不安定で、入手できても非常に高額です。腸チフスの流行があるものの（近年死亡例もあり）、ワクチンが高額で（日本円で約18,000円）、接種費用等含めると10,000円程度の自己負担が生じます。接種を希望される方は派遣前に本邦での接種をお勧めします。

## 8. 蚊帳について

- 蚊帳は、中国製のみ（品質はあまり良くない）購入可能です。蚊取り線香、虫よけ剤は現地のスーパー等で購入可能です。皮膚のアレルギーなどをお持ちの方は日本で使用している皮膚に合ったものを持参することをお勧めします。

## 9. 任国での運転について

シニア海外協力隊のうち、活動に車輛の運転が必要とされている人のみ、サモア国内での運転を認めています。

- (1) 本邦、国際免許証の携行の要否

対象となる方は本邦の運転免許を携行してください。

(2) 現地運転免許の取得手続き

本邦の運転免許をサモアの警察にて書き換えます。その際にかかる手数料は本人負担となります(2019年現在 約2万円)。

(3) 車両の購入・輸送について

サモア国内で車両(中古車を含む)を購入することができますが、日本より価格は割高です。

本邦から購送するする場合、製造から8年以上経過している中古車は持ち込むことができませんのでご注意ください。輸入関税は赴任後6ヶ月まで免除されますが、車両引取りと登録に係る費用は自己負担になります(2019年現在 約10万円)。免税を承認された日本からの輸送車両は、向こう3年間の転売が禁止されています。ただし、免税特権対象者同士の売買は可能です。そのため、当国へ車両持ち込む際は、その点をあらかじめ考慮にいたした上で検討する必要があります。

また、今後、国際約束の自動車購入の際の免税措置がなくなる可能性があります。

## 10. お問い合わせ

任国での活動に関する質問は、以下のサモア支所代表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。

サモア支所代表アドレス : sm\_oso\_rep@jica.go.jp

## 11. その他

### 【オリエンテーションについて】

- 到着後は首都のアピア市において、当国財務省、日本大使館表敬および着任時オリエンテーションを実施します。その後、配属先表敬を行います。その間に住居等の生活基盤をある程度整えて、活動を開始します。着任当初は体調を崩しやすいため、日本出発前から健康管理に充分気をつけてください。
- 着任後オリエンテーション指定期間は、隊員は基本的に隊員絡所に宿泊します。

### 【住居について】

- オリエンテーション終了後、事務所であらかじめ決定した住居へ各自移動してもらいます。
- 居住タイプは、一戸建て、集合住宅、フラットタイプ、間借り、ホテル長期滞在などがあげられます。個人契約の場合、契約時に家賃1か月分の補償金(契約条件をクリアしていれば、退去時返却)を要求されるのが一般的です(補償金については自己負担)。家賃は、翌月分を前月(末)に月ごとに支払うのが一般的です。

### 【現地での服装について】

現地では女性の露出が高いことは好ましくないとされています（特に活動時に女性は、膝丈より短いスカートや短パンを着用しないよう気をつけてください）。隊員の多くは、活動時の服装は現地調達しています。また、マリンスポーツをする方は、日差しが強いためラッシュガード（上下）を着用し露出度の高い水着は避けてください。

### 【海のレジャーについて】

当国では、スノーケリング、スキューバダイビング、釣りなどの海上活動を行う際、事前に届出を提出していただいています。マリンスポーツには、命に直結する危険性が常にあり、もしも潜水病や大きな傷病を発症した場合でも、それらに充分対応し得る設備はありません。しかし、サモアでの余暇の過ごし方で多いのは、海水浴やシュノーケリングであり、海難事故の危険性が高いことから、着任時のオリエンテーション期間中に、海洋訓練シュノーケリング初心者コース（英語）を取り入れています。いずれにしても、「自分の安全は自分で守る」という基本を忘れないでください。

### 【歯科治療】

歯科に関しては、医師に今後2年間受診が困難であることを説明し、治療中の場合は完治してもらうようにしてください（特に「詰め物」「さし歯」の問題が多いため）。また、治療済でも受診をお勧めします。現地での歯科および既往症治療には、限度があることに留意してください。

### 【赴任にあたっての心構え】

みなさんは自ら手を上げ、ボランティア活動を行うために途上国に赴任されます。途上国では、日本の生活そのままを望むことは出来ません。日本の生活や価値観、今までの経験に固執すると、不平や不満が溜まってしまいます。活動や生活で困難や問題が生じることもありますが、前向きに取り組んでいただければと思います。

一方、サモアには、素晴らしい自然があり、心温かい人々が生活しています。サモアでの2年間は、かけがえのない経験となり、第2の故郷としてサモアやサモア人との関係を大切にしている経験者の方が大勢います。

みなさんが円滑に活動できるよう JICA サモア支所は支援していきますので、困ったことがあれば、調整員をはじめとする支所スタッフに遠慮せず相談してください。

みなさんの到着を楽しみにしています。

以上