

JICA 海外協力隊 赴任前留意事項

ソロモン諸島



※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) あると望ましいもの
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) 送り先
 - (3) 通関情報について
 - (4) ソロモンで入手できないもの
3. 通信状況について
 - (1) パソコンの普及状況
 - (2) 固定電話、携帯電話の普及状況
 - (3) インターネットの利用
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
 - (1) 新型コロナウイルス感染症について
 - (2) 疾病について
 - (3) 出発前のマラリア予防薬の内服推奨と購入について
 - (4) 減圧症等への対応について
 - (5) 予防接種について
 - (6) 注意事項
8. 蚊帳について
9. お問い合わせ

1. 赴任時の携行荷物について

※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。

(1) 赴任時に必ず持参するもの

(乗継時や入国時に提示を求められるので、必ず手荷物にて持参)

- ・事前に支所より送付する、受入確認書
- ・隊員ハンドブック (赴任時オリエンテーションで使用するので冊子を持参)
- ・国際協力共済会ハンドブック
- ・パルスオキシメーター (血中酸素飽和度及び脈拍測定器)
- ・体温計

※その他：

赴任後、関係機関への表敬訪問を実施しますので、公式の場に適した服装 (襟付きのシャツ、ズボン等) および JICA 支給のピンバッジを持参ください (ネクタイや、ジャケットは不要です)。赴任時オリエンテーションおよび現地語学訓練中についても、T シャツ、サンダル等ではなく、節度をわきまえた服装を着用願います。

(2) あると望ましいもの

- ・クレジットカード

ソロモン国内ではほとんど必要ないが、任国外旅行および帰国時に、経由地のホテルを予約するために必要 (ボランティアが国外に滞在する場合には予め滞在先を届け出る必要があるため)。また緊急時や医療費の支払い用としても持参すると望ましい。

2. 別送荷物について

(1) アナカン・郵送等の利用について

別送には郵便局を利用することが一般的である。

EMS>航空便>船便の順で早く着く。しかしながら 2023 年 12 月 5 日現在日本の郵便局ではソロモン宛ての EMS の受付は停止されているが、航空便および船便が利用可能 (30kg 以内の国際小包。追跡可)。他社では DHL が小包の受付を行っている。荷物発送時には郵便局の最新情報の確認が必要。

(2) 送り先

JICA 住所気付で送付する。地方ボランティアが日本から直接地方まで郵送することもあるが、首都に送るよりもかなり時間がかかる (場合によって 1~3 ヶ月)。

- ・郵便局から送る場合 (ソロモンの郵便局留めとなる)

Attn. Mr. Taro Solomon (隊員名)
JICA Solomon Islands Office
P.O.Box 2046, Honiara, SOLOMON ISLANDS
Phone: 677-24170

- ・DHL で送る場合 (JICA 事務所まで配達するため住所が必要)

Attn. Ms. Hanako Solomon (隊員名)
JICA Solomon Islands Office
Panatina Plaza, Prince Philip Highway, Honiara, SOLOMON ISLANDS
Phone: 677-24170

※DHL を利用した場合は必ず送付個数を企画調査員まで知らせること。

(3) 通関情報について

入国手続き時に税関申請書 1 枚を提出する。税関カウンターで申告書を提出する。すべての食料品は申告する必要がある。生鮮食品・種子・乳製品・肉製品・土等は原則として持ち込み禁止である。EMS 等での別送品についても、開封され中身を検査されることが多い。

新品の電化製品の持ち込みは課税の対象となるので、持ち込みにあたっては、物品がすでに使用されていることがわかるように梱包しないと課税額が高額になる。

(4) ソロモンで入手できないもの

- ・ 質を問わなければ大抵の日常生活品は任国で揃うが、質のわりに高価なものが多い。T シャツ・サンダル等は購入できるが、衣類・靴・水着等は日本から持参したほうが良い。
- ・ コンタクトレンズは購入できないがコンタクト洗浄液は購入できる。眼鏡店は 1 店あるが、慣れた物を持参するのが望ましい。
- ・ 日本から 100V の電気製品を持参する場合は変圧器が必要となる。
- ・ 地域によってはボート移動で砂浜から陸に上がる場合があるので水陸両用の履物があると便利である。

3. 通信状況について

(1) パソコンの普及状況

政府機関・教育施設・民間企業などではパソコンはかなり普及しているが、地方の場合、ネット環境の不備や電力の供給事情により、使用が制限される。電力の供給のない場所でもソーラーパネルの使用によりパソコン使用は可能である。ホニアラ市内では数件のコンピュータ販売店があり、基本的なハード、ソフトの購入は可能であるが、英語仕様である。性能は 1~2 世代前のものだが、価格は日本並みか日本以上のため、パソコンは日本から持参するのが望ましい。JICA ソロモン支所には、隊員用の業務 PC が 1 台ある（持ち出し不可）。

コンピュータウイルス対策は必須。配属先の同僚などからデータを受け取ったときにウイルスに感染する 경우가非常に多い。パソコンを持参する場合には必ずウイルス対策ソフトを入れて、頻繁にアップデートするべきである。電圧が不安定なことから、サージプロテクタでパソコンを守ることが望ましい。

(2) 固定電話、携帯電話の普及状況

携帯電話（2023 年 12 月 5 日現在 2 社。テレコムと B モバイル）のカバーエリアは固定電話よりも広いが、電波状況が悪くつながりにくい地域も多い。隊員には事務所から緊急連絡用に SIM カードを貸与している（必要な隊員には携帯電話も貸与するが、スマートフォンではない）。スマートフォンを持参する場合は、デュアル SIM 以上（SIM カードを 2 枚以上挿入できるもの）のものが便利である。日本の SIM カード、ソロモンの SIM カード、SD カードなど、複数挿入して使用ができる。ただし、ソロモンでは日本で主流となっている「eSIM」には対応していない。

(3) インターネットの利用

首都や地方都市の政府機関、民間企業などでは、インターネット環境が比較的整備されており、業務上使用することが可能であるが、地方の場合、電力の供給事情や回線の速度の関係で使用が制限されることも多い。

インターネットを個人で利用する際には、①スマホ端末・ポケット Wi-Fi による無

線通信、②光ファイバーケーブル、③Wi-Fi、④インターネットカフェなどの方法がある。

- ① 携帯端末・ポケット Wi-Fi による無線通信：テレコムあるいは B モバイルの携帯圏内であれば、モバイルデータ通信可能な携帯端末からインターネットアクセスが可能。携帯端末は、日本から持参するか、ソロモン国内で購入する。ポケット Wi-Fi の購入も可能。首都では 3G・4G 回線が利用可能であるが、地方では 3G が入らないところもあり、接続速度は遅い。料金はプリペイド方式が主流で、必要なデータ通信量に応じて料金を前払いして使用する。
- ② 光ファイバーケーブル：ソロモンテレコムが独占プロバイダーとなっており、高額である。固定電話の回線が必要であるが、自宅に回線が引かれているケースは少ない。
- ③ Wi-Fi：Wi-Fi にアクセス可能なポイントは非常に限られており、首都のホテルやカフェでは数件 Wi-Fi の利用可能なところがあるが、地方ではテレコムのインターネットカフェ等に限定されている。Wi-Fi を自宅にひくことはできるが非常に高額である。
- ④ インターネットカフェは首都および主要地方都市にある。ただし日本語が書けなかったり読めなかったりする場合が多い上に、ウイルスに感染している場合もあるため注意が必要である。

4. 現金の持ち込み等について

(1) 現金持込にかかる注意

多額の現金の所持は危険性を伴うが、当面の資金として米ドルあるいは豪ドルの現金の持参を推奨する。

(2) 両替状況

国際空港、ホニアラ市内の銀行、主要ホテル、両替所で米ドル、豪ドルの両替が可能である。日本円は両替に対応できない場合が多いため、米ドルや豪ドルの持参が望ましい。ソロモン国内で両替して使用するのであれば 100 ドル札紙幣を持参のこと。両替の際、小額紙幣は敬遠されることが多い。なお、旧札は両替出来ないため、最新の紙幣を持参すること。

交換レートはネットで検索可能であるので、必要に応じ参照されたい。

※1 ソロモンドル (SBD) = 約 17.1 円 (2023 年 12 月 5 日現在)

(3) 赴任時に用意することが望ましい金額について

着任時に寝具や調理器具その他の生活必需品を購入する必要がある。(配属先・大家によっては、マットレスやガスシリンダーなどを準備してくれるが、契約条件とはしていないので、準備されない場合もあり) 冷蔵庫の購入やインターネットの接続にはさらに予算が必要になる。赴任時の必要経費は、あくまでも各人の生活形態によるが、協力隊員で 10 万円～20 万円程度あれば十分に生活を始められる。

なお、短期隊員については、赴任前に 6 か月分の生活費が日本口座に振り込まれるため、本人が必要な外貨を持参する必要がある。

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)

2000 年前後に民族紛争による内戦が勃発したが、2003 年に多国籍治安部隊が派遣

されて以来現在は日常生活上影響はない。しかし直近では、2019年4月の首相選挙の際や、2021年11月には地方州反政府グループによる暴動がホニアラ市内で発生するなど、不安定要素は残っている。一般犯罪は、特に首都において強盗やひったくり、スリなどの犯罪は増加傾向にある。昼間から泥酔しているソロモン人も週末にはよく見かけることから、安全には細心の注意が必要である。

事務所では常に治安情報を収集しており、ボランティアが任地を離れる場合には、必ず事務所に事前に移動申請書を出し、訪問先の情報を得る必要がある。日常生活においては、夜間の外出を避ける、自宅の防犯に努める等の注意が必要である。当地では、過去地震・津波・洪水・サイクロンの自然災害が発生していることから、これらの災害に対する警戒も必要である。

6. 交通事情について

市内ではミニバスやタクシーの利用が可能。ただしホニアラでは車両数の急増で渋滞が慢性化しているうえ、無免許、飲酒運転による交通事故も頻発している。地方では一部の島を除き道路網が整備されていないことから、ボートで海上移動をすることも多い。

7. 医療事情について

(1) 新型コロナウイルス感染症について

2021年12月下旬に第一波、2022年4月にオミクロン株による第二波があった。2022年10月に感染拡大があった。それ以降、感染者の確認はされているがパンデミックにはなっていない。当国は、パンデミック以前より医療レベルが大変低く、邦人が入院療養可能な医療施設が存在しない。人的サービスは限定的であり、薬品、衛生材料の不足多い。酸素も自給できないため、酸素充填はPNGからの輸入に頼るなど限られている。新型コロナに限らず、いずれの傷病に関しても、予防と早期対応が一層大切である。

(2) 疾病について

蚊が媒介するマラリアとデング熱が、国土全土で通年流行しているため、防蚊対策は必須である。赴任時オリエンテーション後に、マラリア迅速テストキット・スタンバイ治療薬の現物支給を行う予定である。

新型コロナウイルス感染症の流行も終わっていないため、感染予防に必要なマスクやハンドサニタイザーなどを持参すること。JICA関係者の傷病の傾向としては、真菌・細菌による皮膚疾患、食あたり、上気道炎が多い。特に、虫刺され後の掻き傷が細菌感染するボイルと呼ばれる皮膚疾患が多い。皮膚を清潔に保つことと虫にさされないようにすることが大切である。

(3) 出発前のマラリア予防薬の内服推奨と購入について

「マラリアのABC」、「マラリア予防薬の費用補助について」をよく読み、渡航外来の医師と相談し、渡航前より予防薬の内服を開始することを強く推奨する。

(4) 減圧症等への対応について

チャンバーは整備されておらず、国内で再加圧治療は困難である。スキューバダイビングを行う際は自己責任であり、緊急輸送のためのダイビング保険の加入が強く推奨される。

(5) 予防接種について

JICA「予防接種のご案内」等を参考に、必要な予防接種を行った上で赴任されることを強くお勧めする。特に、JICAが推奨する腸チフス、季節性インフルエンザのワクチンと新型コロナウイルス感染症ワクチンは国内では流通していないため、出発前に接種してくることを推奨する。当国において、WHO認定のワクチンは首都に限られた医療機関しか提供できない。提供できるとしても、オーストラリアから取り寄せるために数か月以上前からの予約が必要である。

(6) 注意事項

当国の医療水準は大変低い。特に地方の病院では、医師の不在、医師がいても試薬切れのために検査ができないことがある。そのため、必要に応じ医師や支所の指示で上京し、首都の医療機関を受診することがあるが、首都で唯一の入院病棟を持つ国立中央病院でも、邦人が入院加療できる環境ではない。歯科についても、地方では、衛生環境や治療技術の問題があるため、受診が必要な場合は、上京して首都の歯科を受診することになる。

そのため、体調で少しでも気になることがある場合は、日本で受診・治療してくることを強くお勧めする。歯科についても、治療を完了し、定期的な管理方法も確認してくることを強くお勧めする。

治療中の疾患がある場合は、使用中の薬を日本から持参することをお勧めする。また、アセトアミノフェン（解熱鎮痛剤）は、薬局で購入可能であるが、流通が不安定な時があり、必要時に購入できないこともあるため、日本から必ず持参すること。なお、当国で同じ名前の薬であっても1錠中の有効成分含有量が異なることがあるため、使い慣れた常備薬（総合感冒薬、整腸剤、目薬等）は携行しておくことと便利である。

肌に塗布する昆虫忌避薬はオーストラリア製やニュージーランド製のものが首都にて手に入る。現地購入できる部屋用昆虫忌避薬は効果が弱く、また香料が強いことが多い。噴霧式の部屋用昆虫忌避薬を日本より持参されることをお勧めする。

衛生用品に関しては、メーカーや品質にこだわりがなければ、大概のものは首都にて入手可能である。ただし、物流が不安定であり、再入荷まで数か月を要することが珍しくないため、自身の基礎医薬品・衛生品を備蓄しておくことが大切である。

8. 蚊帳について

住居窓に虫よけのネットが取り付けられている住居がほとんどである。最近市内の商店にも蚊帳が販売されるようになったため必要であれば、購入して設置する。

9. お問い合わせ

任国での活動に関する質問は、以下のソロモン支所代表アドレス宛にメールでお問い合わせください。

ソロモン支所代表メールアドレス： si_oso_rep@jica.go.jp

以上