

JICA 海外協力隊 赴任前留意事項

チュニジア共和国



※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) 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) スマートフォンの普及状況
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）
 - (1) 近年の主な安全面のリスク
 - (2) 特に留意すべき事項
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

【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。

- 外貨現金（空港にて外貨申告をするため）
- ※「4. 現金の持ち込み等について」参照

入国時は、通常通関検査が行われます。個人の身の回り品として使用している物品は、通常、無税通関となっています。しかし、特に新品の電気製品・大量の新品衣類等は販売商品とみなされ、高額課税される場合（手数料・税金は隊員負担です）もありますので、別送荷物として送付することは避けたほうがよいです。基本的に薬品は郵送できないため、赴任時の荷物として持参してください（特に常時服用しているもの）。

盗難や紛失のことも考えて、チェックインカウンターでの「預け入れ荷物」には、現金や貴重品を絶対に入れないように注意願います。

2. 別送荷物について

（1）郵送等の利用について

-

郵便小包・EMS（国際スピード郵便）

- 通常 EMS は 5～7 日、航空便は 10～15 日、船便は 3 ヶ月程度で届きます。
- 大切な荷物は EMS（現地呼称は Rapide Poste）を利用されることをお勧めします。基本的に宛先住所まで届けてくれますが、内容によっては指定の郵便局まで引取りに行く必要があります。近年、EMS のチュニジアにおけるサービスの質が低下しています。EMS の場合、ネット上で追跡番号を入力し、何処に小包があるか追跡ができフォローできます。

【国際郵便物個別番号検索】

<https://trackings.post.japanpost.jp/services/srv/search/>

- 基本的に開封検閲されますので内容品には注意してください。
- 包装は壊れにくければどのような物でも構いませんが、鍵なしの開封検閲できる物にしてください。送付状に価格を記入する際、紛失した場合に備え高額な価格を記入する事例が散見されますが、この申告価格を基に課税額が計算され対象品によっては申告額の 50%相当の金額が関税として課せられることもありますので、ご注意ください。
- 郵便小包が到着したら通知が受取人宛てに届きます。必ず本人が通知書と身分証明書を持って郵便局に引取りに行く必要があります。到着連絡がなかなか来ず返送されるケースもあるため、到着時期には適宜郵便局に行き確認することをお勧めします（郵便局での保管期間は 2 週間程度）。
- 郵便小包は引き取り時に税金・手数料・保管料等が発生し、隊員負担です。
- JICA 事務所では、郵便局からボランティア宛荷物の到着通知が届き次第隊員へご連絡しますが、任地までのご自身で運んでいただくこととなります。

その他の留意事項

- 郵便小包等の受取の際には、内容品に応じた税金・手数料・倉庫保管料が徴収されます。
- 赴任前後、住所が確定していない期間は、以下の宛先のとおり事務所を送付先住所とすることを容認しますが、宛先は以下を参照し、本人宛としてください。なお、チュニジア郵便局は厳格な本人確認を行っており、事務所が代理で受領することはできません。首都滞在期間中に確実にご自身が荷物を取りに行けるよう手配してください。それが難しい場合は調整員に事前にご相談ください。なお、右事情により配属後は配属先住所等任地で受取り可能な住所を自身で確認したのちに送付するようお願いいたします。
- JICA 事務所は個人荷物の国内運搬等の便宜供与は行っていません。隊員本人が公共交通機関等を利用して運搬する場合を想定し、運びやすい梱包にすることをお勧めします。

【宛先】

- JICA チュニジア事務所宛とする場合、「JICA チュニジア事務所付 JICA 海外協力隊員本人宛」としてごください。送り先住所は仏文または英文で記してください。

郵便物の送付先（記入例）：

(受取人名) Mr. KOKUSAI Taro (※名前) Bureau de la JICA Tunisie (※事務所名) Rue de la Feuille d'Erable, Immeuble « Le Palmier du Lac », 5ème étage, 1053, Les Berges du Lac 2, Tunis, Tunisie (郵便物宛先 : B.P. 118, Tunis Cedex Tunisie)
--

- (2) 通関情報について
上記のとおり。

3. 通信状況について

- (1) パソコンの普及状況

現地で購入可能な PC の機種・価格

- 日本で購入するノート型パソコンは通常 100-240V 対応になっているため、コンセント形状 (C タイプ) を変換するアダプターがあればチュニジア国内での使用が可能です。生活や活動及び報告書等各種提出物の作成に必要であることから、個人で利用する PC (Microsoft Office を利用できるもの) は持参してください。
- 現地での PC の購入はデスクトップ型・ノート型ともに HP、DELL 等海外製品であれば可能です。OS は Windows10 及び 11 が一般的に流通しています。当地で購入した PC でも日本語入力が可能ですが、キーボードは、フランス式で日本のキーボードとは文字配列等が異なります。PC 関連機器の価格は日本と大差ありません。

インターネット環境

- インターネット環境については、チュニジアには民間のインターネットサービスプロバイダ（ISP：Internet Service Provider）が複数あります。
- 契約時は身分証明書（パスポートもしくは滞在許可証：Carte d'Identité）が必要です。
 - 光ファイバーもありますが、地域や場所が限られます。
 - 代表的なプロバイダ（詳しいサービス情報等は下記各社の HP を参照下さい。）

✓ Ooredoo	URL： http://www.ooredoo.com
✓ Orange	URL： http://www.orange.tn
✓ TOPNET	URL： http://www.topnet.tn

（2）スマートフォンの普及状況

- スマートフォンは一般に広く普及しています。安全管理上、着任時、希望者には携帯電話の貸与も行っています。

4. 現金の持ち込み等について

（1）現金持込にかかる注意

- チュニジアの現地通貨は チュニジア・ディナール：通貨コード TND、通貨記号 DT で表します。
- 入国時に 10,000DT（約 48 万円）相当以上の外貨を持ち込む場合、空港（預け入れ荷物引取場所の横）にて申告が必要になります。なお、銀行口座開設時に外貨を預金する場合、係る申告用紙が求められるため、通常、持ち込み額に関わらず、申告します。（申告の際に各自 10DT 必要となります。両替前のため、一時事務所で立替え、両替後に返金していただきます。）

（2）両替状況

- ユーロ、ドル、日本円等の外貨から現地通貨への両替は、空港、市内の銀行や両替所、ホテル等で行えます。
- 日本あるいは、第三国から現地銀行口座に送金することも可能です。また、大きなホテルやレストランなどでは VISA カードや Master カードはほぼ利用可能です。

（3）赴任時に用意することが望ましい金額について

- 銀行口座開設の手続き等に時間を要することもありますので、当面の資金（生活費、住居契約する際の保証金を含む）として 10～15 万円程度を準備しておくといいです。ただし、都市と地方での生活水準の差やそれぞれの生活の個人差もあるため、最終的にはご自身でご判断ください。
- 着任後、現地銀行口座を開設します。外貨換金可能な口座（Dinar Convertible）です。外貨現金を入金するには、入国時の税関申告書が必要です。現地通貨ディナールの現金を同口座に入金することはできません。
- 任地に赴任した際の住居契約時に家賃の他に、住居の保証金として家賃の 1～2 か月分を支払う必要があります。この保証金の負担は隊員本人になりますが、退去時

に問題がなければ全額返金されます。

※参考：現在の隊員家賃 首都 950～1300DT、地方都市 600～1000DT

現地生活費の初回分については口座開設後に JICA 事務所から支払われ、次回分（次の四半期分）からは本部からの直接送金となります。（原則、事務所から大家に直接家賃を支払うため、住居費の支払いは隊員口座を介しません）

到着時の空港内での両替は、当面の生活費として日本円で 5 万円程度両替することをお勧めします。（両替所は事務所近くも含め、市内に多数あります）

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）

（1）近年の主な安全面のリスク

- 革命を含む内政混乱、周辺国の治安情勢悪化を受け、イスラム原理主義組織（アンサー、マグレブ・アルカイダ等）による活動が活発化しており、テロ攻撃含む国内の安全リスクが高い状況が続いています。リビアやアルジェリア国境における治安当局とテロリストとの武力衝突のほか、2015 年 3 月のバルドー博物館襲撃、同年 6 月の観光都市スースにおける自爆テロといった、外国人観光客を狙った事件が発生しました。その後も、首都チュニスにおいてハビブ・ブルギバ通りやチュニス郊外等において治安当局を標的とする自爆テロが発生する等、十分な注意が必要です。
- また、新型コロナのパンデミックやウクライナ情勢、パレスチナ・イスラエル問題の影響による不況により、ひったくりや強盗等の一般犯罪リスクも高くなっています。同時に、政治・経済の停滞を背景に、デモ、ストライキ、暴動が各地で発生し、不安定な社会情勢が続いています。

（2）特に留意すべき事項

- 人の多く集まる場所では周囲の状況に十分注意し、爆弾テロ等のリスクに配慮してください。また、デモや政治集会の参集者が暴徒化することもあるため、近づかないこと、人の集まる場所を通らざるを得ない場合は、できるだけ滞在時間を短くする、逃げ口を確認しておく等の配慮を心がけてください。逆に人通りの少ないところは、強盗等のリスクがあるため必ず複数人で移動してください。
- 日出前&日没後の外出はできるだけ控えてください。（日出前&日没後の都市間移動は禁止）
- 常に JICA 事務所と連絡が取れるよう、スマートフォンを常に充電を保ち消音せずに携帯する等、連絡手段を確保してください。テロ事案等の発生時は、JICA 事務所が早朝・深夜や平日・休日に関わらず可及的速やかに安否確認を行う必要があるため、常にタイムリーな連絡を取れるようにしてください。
- 徒歩移動の際は、後ろから近づいてくる不審者やバイクに十分注意するとともに、車道近くを歩かない、カバンを体の前でしっかり持つ、等の工夫をしてください。また、肩掛けカバン、アクセサリーの携帯は危険ですので、徒歩移動の際は可能な

限り避けてください。

その他、下記ホームページ等からも治安情報を収集するよう努めてください。

外務省海外安全ホームページ	http://www.anzen.mofa.go.jp/
チュニジア関連ページ	http://www2.anzen.mofa.go.jp/info/pcinfections/hazardinfo.asp?id=113#header

※安全ブリーフィングは、チュニジア到着後に安全管理担当職員が行います。

6. 交通事情について

- 一般車、タクシー、乗り合いタクシー等の運転マナーは非常に悪く、JICA関係者の死亡事故含む交通事故が発生しています。特に夜間や早朝等の周りが暗い時間帯の移動は避ける等十分な注意が必要です。
- 隊員へのバイク及び自転車貸与は行っていません。事務所は自転車利用を勧めていませんが、希望する隊員は事務所に届けを提出し、安全対策アドバイザーを含む事務所の承認を得たのち、自己責任の下、私費で自転車を購入することが可能です。バイクの購入は不可です。
- 各都市間は飛行機、鉄道、バス、ルアーージュ（乗り合い長距離タクシー）で繋がっており、これら交通機関で国内移動出来ます。ただし、ルアーージュはスピードの出し過ぎや無理な追い越しによる事故が多発しているため原則禁止としています。鉄道、バス等の選択肢がある場合は、そちらで移動していただきます。
- ラマダン期間中、イスラム教徒は日の出から日没までの間、食べ物、水はもちろんタバコも吸えなくなることから、ドライバーの集中力が低下することがあります。この期間中は特に自動車の運転が荒くなり事故が起きやすい傾向があるため注意が必要です。また日没時刻から一斉に食事を開始しますので、日没直前に帰宅を間に合わせるため、多くのドライバーが猛スピードで車を運転しますので注意してください。

7. 医療事情について

- チュニジアの各都市には比較的設備の整った私立の病院が複数ありますが、衛生管理や薬品不足などの問題も多いので、重症時は先進国での手術になります。赴任前に日本での歯科治療を完治させておくことを強くお勧めします。
- 医療費申請等については、国際協力共済会ハンドブックを参照ください。既往歴を隠して赴任し、その病気が発症した場合は、共済会給付が受けられません。必ず正しい病歴を申告してください。
- 11月～3月は季節性インフルエンザが流行しますが、現地でも各自でワクチン接種が可能です。希望者は自ら薬局で指定されたワクチンを購入して医師に接種しても

らいます。インフルエンザワクチンについては、日本円で6000円まで支給可能です。

- 生ガキ等によるA型肝炎がまれに発生します。野良犬や猫が多く狂犬病の発生例も毎年確認されていますので、現地で動物に触ったり近づいたりしないようにしてください。
- チュニジアではスギやミモザの他に、オリーブなど日本では少ない花粉も飛んでいるため、花粉アレルギーの人はその対策が必要です。
- 既往症があり、日常的に内服薬を常用している方は、主治医から英文診断書をもらい、現地医師へ引き継げるようご準備ください。近年、薬品不足が社会問題化しているため、服用中の常備薬などは必ず持参して下さい。
- 隊員がかかりやすい傷病は、下痢、腹痛、発熱などで、細菌・ウイルスに汚染された食べ物から感染する場合があります。食前、トイレ後の手洗いの徹底、口にする食べ物には十分に火を通す、不衛生な場所で調理された食べ物は食べないなどを心掛けてください。
- 予防接種について、腸チフスワクチンは任国では入手が不安定のために必ず赴任前に接種してきてください。
- 医薬品に関して、以下各自で持参されることを推奨します。風邪薬、解熱鎮痛剤、整腸剤、虫刺され軟膏、特に虫よけスプレーなどは日本製品のほうが効果は高いです。また、咽頭痛を抑えるスプレーなどはハーブ系が多いため、効果が弱いです。心配な方は日本から喉スプレーを持参して下さい。近年、外国からの薬品の輸入状況が不安定になっています。内服薬の選択肢が豊富でないことも念頭に置いてください。
- 近年、ダニ、トコジラミやノミなどの虫による肌トラブルも多く発生しています。ダニ除けマットは効果的ですが、任国では入手できません。また、抗炎症剤やステロイド剤の軟膏薬が入手しにくいので、皮膚トラブル時のための外用薬（かゆみ止めなどチューブ軟膏）の持参も推奨します。
- その他、以下、在外公館医務官情報を熟読して下さい。

外務省サイト、世界の医療事情チュニジア

<https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/africa/tunisie.html>

8. 任国での運転について

隊員の運転は不可。

9. お問い合わせ

任国での活動に関する質問は、以下のVCの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。

相澤 Aizawa.Yoko2@jica.go.jp

白川 Shirakawa.Yasutaka2@jica.go.jp

10. その他

● 出迎え

隊員の到着時は、JICA 事務所スタッフが荷物預かりカウンター内で待機していますが、入国審査には立ち会えませんので、各自で入国理由について説明できるよう備えてください。

空港到着時、事務所スタッフとともに、両替と SIM カード購入を行います。

● 滞在査証取得

チュニジア入国時に査証は必要ありません。着任直後、長期滞在査証取得手続きのため、2～3 週間程度、公用旅券をお預かりします。その間は、パスポートコピーと預かり書の控えが身分証明書代わりとなります。

● 気候

チュニジアは四季があり、夏季（6～9 月中旬）は日中 35～45℃程度、冬季（11 月中旬～3 月）は 3～15℃程度となることから、夏服冬服の両方の準備が必要になります。

● 服装

イスラム教国のため、女性が過度に肌を露出することは厳禁です。

衣類の現地調達が可能です。品質にこだわらなければ基本的に何でも揃います。

真夏の日中の日差しは大変強いので、紫外線対策としてサングラスの携行を推奨します。

● 生活物資購入

首都チュニスでは、大型スーパーマーケットがあり、欧州系の食料品や衣料品、衛生用品、電化製品等、品質は日本と比較すると落ちますが大抵のものは揃います。地方大都市においても品数や種類は少ないですが、同様に揃います。

チュニスにはアジア系食材を扱う店が数店舗あります。お米、醤油、味醂、味噌など安定供給は見込めませんが入荷していることもあります。割高のため必要に応じて日本から持参することをお勧めします。日本式包丁は現地での入手は困難です。

電圧はフランスと同様 220 ボルトのため、日本の電化製品を使用するには、電圧変換器の使用やコンセント形状の変更が必要です（コンセント形状 C タイプ）。

化粧品、女性用衛生用品は入手可能です。

<主なスーパーマーケット>

- ✓ CARREFOUR <http://www.carrefourtunisie.com>
- ✓ Monoprix <http://monoprix-tunisie.com>
- ✓ GEANT <http://www.geant.tn>

● 着任後について

チュニジア到着後、各種ブリーフィングを実施し詳細説明をいたします。

●着任時予防接種について

チュニジアでは、時期によってワクチンの供給が不安定になることもあるため、日本で腸チフスワクチンの接種を済ませておくことを推奨します。事前に接種済みなど不要な方は、着任 1 か月前までにチュニジア事務所まで連絡ください。

●その他の留意事項

チュニジアでは、停電・断水は地域や季節により少なからずありますが、長時間、長期間にわたることはあまりありません。また、マラリアや風土病の心配も殆どありません。ただし、西洋化が進んでいるように見えても背後にはイスラム社会が根強く存在しており、不慣れた環境下で精神的ストレスが溜まりやすいことをご承知ください。心身共に健康を保ち続けるため無理をしないことや気持ちに余裕を持って活動ができる状況を維持するため、徐々に環境に慣れていってください。

下記ホームページ等からも情報が入手できますので、ご参照ください。

在チュニジア日本国大使館 領事情報	http://www.tn.emb-japan.go.jp/ http://www.tn.emb-japan.go.jp/jp/Viens/aller.html
----------------------	--

以上