

# 日本選手団海外派遣に関する注意事項

【2019年版】

令和元年8月

(公社) 日本パワーリフティング協会  
国際委員会

## 1 はじめに

国際パワーリフティング連盟（IPF）やアジアパワーリフティング連盟（APF）が主催する国際的競技会が日本国以外で開催される場合、開催国が必ずしも日本国と同様に治安が安定しており、又は、災害対策体制が十分な状況にあるとはいえません。

昨今、世界各地で暴動、内乱、テロ、誘拐、殺傷等の凶悪犯罪をはじめ、大規模な地震、台風、伝染病に加え、航空機の墜落を含めた痛ましい交通事故等、様々な事件、事故又は災害が多発し、日本人が巻き込まれるケースが増えています。

このような日本人もターゲットになるという厳しい世界情勢の中で、(公社) 日本パワーリフティング協会（JPA）は、日本選手団が開催国に渡航する場合、出国前に旅行会社と連携・協力しながら、競技会の開催国、開催地の状況をできる限り把握してお伝えします。又、競技会期間中は、選手団団長、副団長及びコーチが緊急時の対応を取ります。

しかし、何よりも安全を確保するためには、選手団のメンバー一人ひとりが自ら責任を持ち、自分の身は自分で守るという危機管理の重要性を認識する考えが必要であり、渡航前には渡航先国の政情、危険地帯はどこか、会場の立地環境等をできる限り調査して情報収集し、状況を確認し、場合によっては選手団内で情報交換した上で、渡航の是非を判断していただきたいと思えます。以下に、渡航にあたっての諸注意事項を紹介しますので、目を通していただきますようお願いいたします。

## 2 JPA本部と選手団との連携体制

★選手団団長及びコーチは海外携帯電話を携帯することとし、出国前に必ず海外携帯電話の番号をJPA本部に知らせて下さい。

★外務省の危険情報において、「危険レベル1：十分注意」とされる国や地域に選手団を派遣する場合、海外旅行保険については、選手団メンバーの個人判断に任せず、JPA及び国際委員会として全員が海外旅行保険をかけることを指示し、保険をかけたことを確認します。

★JPAは、選手団の全員に対して、必ず外務省の海外安全ホームページにアクセスして、記載事項を熟読した上で、海外安全情報配信サービス「たびレジ」の登録をしていただくことをお願いしております。国際委員会は、出発前に全員が登録したかどうかを確認します。登録がされていない場合、選手団から外すことがあります。

「たびレジ」のURLは、<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/index.html>

★JPA本部は国際委員会を通じて、次のような対応を取ります。

① IPF、APFに対して、事前に開催国の事情についてできる限りの確認を行う。

- ・会場やホテル周辺の立地環境について（都市部か、郊外か、現地空港からホテルまで及びホテルから会場までの経路、危険地域があるか否か等）
- ・開催地域の治安状況について

・ホテルと会場間の移動手段及びその保安体制について

※ただし、現状では、どの国においても大会期間中の保安体制（特に、会場やホテルの警備状況）については、事前の情報収集がなかなかできない状況です。又、大会期間中の万一に対する主催者側の補償体制についても、期待することはできません。

②上記の確認結果は、できるだけ速やかに選手団メンバーに案内する。

③各メンバーには、競技会参加はJ P Aとしての強制ではなく、自己の責任と判断による自発的なものであることを認識してもらった上で、参加意思の最終確認を行う。

④現地大使館等の在外公館の電話番号を必要な場合、案内する。

⑤現地からJ P A本部への電話連絡方法を案内する。

★現地で不測の事態が発生した時は、選手団団長又はコーチ、場合によっては旅行会社の随行者が現地大使館等に連絡するとともに、国際委員会を通じてJ P A本部に連絡を入れて下さい。J P A本部は、直ちに対策本部を設置して事案対応体制を整えるとともに、外務省を通じて現地大使館等からの現地状況に関する情報入手に努め、できるだけ早い段階で最新情報を選手団メンバーの家族の他、所属団体、学校、大学、職場等の関係者に案内します。

★J P A本部は、現地の選手団からの連絡がない状況下で、不測の事態が発生したニュースや連絡・情報に接した場合、速やかに国際委員会を通じて団長に連絡を取るとともに、外務省を通じて現地大使館からの現地状況に関する情報入手に努め、場合によっては、情報入手の一元管理化を図り、できるだけ早い段階で最新情報を選手団メンバーの家族の他、所属団体、学校、大学、職場、所属県協会等の関係者に案内します。J P A本部では対策本部を設置して事案対応体制を整えます。

### 3 J P Aの規程遵守

★出発から帰国まで、選手団の旅程内の行動は、J P Aの「国際大会への選手団派遣規程」に従ってまいります。従って、選手団は、出国から帰国まで、団体行動を原則とします。格別の事情が無い限り、個人行動は認められません。

★出発、帰国に際して、個人行動が認められるのは以下の通りです。事前に団長あてに理由と工程を記載した書面による届け出をして、承認をもらうことが必要です。これは、役員、選手ばかりではなく、選手団に同行する付き添い者にも適用します。

①選手の居住地から国際大会の開催地までの航空便がある一方、日本を出発する空港までの移動のために、無用な移動日数や宿泊日数を要する場合

<例>沖縄県在住の選手について、那覇空港から開催国までの航空便があるにもかかわらず、成田空港までの出発時刻に間に合わせるためには、前泊せざるを得ず、帰国時も同様の場合

②仕事や学業の事情により、同一日に出発できない場合又は同一日に帰国できない場合

③大会期間中に、日本から身内の不幸等の万一の事態発生連絡があり、緊急に帰国の必要が生じた場合

★個人行動をする場合、この間のトラブルは自己責任となります。場合によっては、団体行動による旅行代金の特典が受けられないこともあり、格別の金銭負担が生じることもあります。

★外務省が公表している要注意国や地域においては、大会期間中は団体行動を徹底し、夜間の外出や単独又は少人数での行動を慎むようにして下さい。尚、いかなる国や地域であっても、やむを得ずホテルや会場から外出しなければならない場合、昼夜間に関わらず、必

ず団長に届け出た上で、単独行動をせずに数名のグループで行動し、特に女性だけのグループでの外出は絶対に避け、複数男性の同行にて行動するようにしてください。

#### 4 安全対策全般

- ★渡航先で、日本にいる時と同じ安全意識を持つことは危険です。問題が生じた場合や予想しないトラブルに巻き込まれた場合は、日本選手団としてもできるだけの対応はしますが、自己責任において処理しなければならないことも多いので、自分の身は自分で守るという危機意識を持つために、個人としてできる予防策を講じておく必要があります。
- ★まず、渡航前に「外務省海外安全ホームページ」、「世界の医療事情（外務省・在外公館医務官情報）」及び「国別生活情報（国際協力機構：JICA）」等から渡航先の情報を収集することも大切です。

##### 【URL】

- ・外務省海外安全ホームページ <http://www.anzen.mofa.go.jp/>
- ・外務省「たびレジ」 <https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/index.html>
- ・世界の医療事情 <http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/index.html>
- ・世界の様子（国別生活情報） <http://www.jica.go.jp/seikatsu/index.html>
- ・犯罪手口の詳細については「安全対策基礎データ」  
<http://www2.anzen.mofa.go.jp/info/pcsafetymeasure.asp?id=122>

- ★そして、渡航中の旅程や所在先はもちろん、在外公館（大使館、領事館）の連絡先や助けを求めやすい日本企業や保険会社等の現地法人も確認して、それぞれの連絡先を家族や職場に通知しておくことです。
- ★派遣先では、その国の法律を遵守することはもちろんのこと、安全を脅かしそうな場所や時間帯での行動は避けること、好奇心にかられた軽率な行動は取らないこと（例えば、歓楽街等に出かけて羽目を外さないこと）、大金を持ち歩かないこと、薬物使用に巻き込まれないこと、安易に現地の人を信用しないこと等を心掛けて下さい。これが安全対策につながります。
- ★JPAでは、特にサブジュニアやジュニアの選手に対しては、軽率な行動を取らないよう指導を徹底します。場合によっては、夜間、昼間を問わず外出を禁止します。

◆特に、強調しておきたいことは、日本人がテロのターゲットになる危険があることです。従って、日本人であることを明示するような服装、例えば、「ジャパンユニフォーム」を着用して外出しないことを徹底して下さい。「ジャパンユニフォーム」は大会会場内だけで使用して下さい。

- ★病気に罹患したり、不慮の事故に遭遇した場合及び他人の物品を壊したりした場合の賠償問題に対応するため、海外旅行保険等の保険に加入しておくことが必要です。
- ★特に、役員、選手等が長期治療中の場合、重篤な疾患や持病を持つ場合、事前に必ず医師に渡航について説明し、渡航の是非について確認をしてもらうことが必要です。仮に渡航の許可が出たとしても、必ず診断書を団長に提出して下さい。団長は、その控えを国際委員長に提示して、派遣が適切かどうかの判断をします。派遣を認めたとしても、渡航中に異常が生じた場合は自己責任である旨を記載した通知書を発行し、本人の署名捺印をもらうこととします。又、団長は、渡航時に診断書を携行することとし、現地で万一の事態が生じた場合、病院

施設に提出してもらいます。

## 5 海外旅行保険等

- ★海外で医療を受けると非常に高額になり、思わぬ出費となります。海外旅行保険等には必ず加入しましょう。クレジットカードに付帯してある海外旅行保険等は、疾病死亡の補償がなかったり、補償範囲が狭かったり、保険金額や補償額が低かったりしますので、この保険のみに頼らない方がよいでしょう。
- ★学生の場合は、大学生協同組合（C O-O P）の海外旅行・留学保険や学生賠償責任保険等もあり、低額の掛け金で加入できますのでC O-O Pに問い合わせして下さい。
- ★万一のケガや病気の場合でも、全世界から東京の専用電話（フリーダイヤル又はコレクトコール、24時間、年中無休体制での日本人による対応）へ連絡すれば、A I U、損保ジャパン等が提携した主要770都市の2400病院（2011年1月現在）で、キャッシュレス（医療費等不要）で治療を受けることができます。

## 6 医療機関、疾病予防

- ★外国で病気になった場合の不安は大きいものです。万が一、受診することになった場合に備えて、どこにどのような病院があるのか、予約は必要か、保険は使えるのか、薬はどこで買えるのか、急病の場合の救急車の呼び方等を必ず調べ、把握しておきましょう。諸外国では、日本と違い、大きな病院は直接受診することはできないシステムになっている場合がありますので注意して下さい。
- ★特に、疾病予防のための基本として、渡航先では「生水を飲まないこと」を心掛け、ペットボトル入りのミネラルウォーターを利用して下さい。「氷」も現地の水を凍らせているので、使用しないことが無難です。又、果物類は皮のまま丸かじりをせず、必ず皮をむいて食べて下さい。生野菜も洗った水に細菌がある場合があります。現地の人は大丈夫でも、日本人には健康上の問題になる場合があります。
- ★日頃、服用している自分にあった風邪薬や胃腸薬を持参することも必要ですが、ドーピングのおそれがないか、事前に必ず確認をしておいて下さい。
- ★入国時に要求される予防接種については、現在、予防接種国際証明書（イエローカード）が求められるのは黄熱だけです。感染地域が限定（主にアフリカと中南米）されているので、それらの地域に渡航する時又は経由して行く時は、イエローカードの要否にかかわらず接種することが大事です。黄熱のワクチンは各地域の検疫所でしか受けられませんので、注意が必要です。

## 7 懇親会・パーティ

- ★ウエルカム（歓迎）パーティやフェアウェル（さよなら）パーティの場で、参加した国々の役員や選手達と歓談することは、様々な国の文化や生活習慣を学び、相互の交流を深めるよい機会だと思います。しかし、会場では政治的な問題についての討議は避け、パワーリフティングやベンチプレスを含めて、スポーツに関する話題が好ましいでしょう。ただし、相手を攻撃したり、批判する意見を言ったり、人種差別的な発言をしてはいけません。紳士的に穏やかに話をしましょう。意見交換が口論になり、暴力沙汰に発展してしまう心配があるからです。

尚、東アジアを含めたアジアの多くの地域では、歴史認識や領土問題等の外交上の微妙な問題もあり、スポーツマンやアスリートとしては話題にしない方がよいでしょう。

## 8 アンチ・ドーピングに配慮した食事

★海外の一部地域（中国、メキシコ等）では、食肉用畜産動物の飼育目的でWADAの禁止表国際基準で禁止物質として指定されている「クレンプテロール」が使用されていることがあり、その食肉が原因とされるドーピング陽性事例が過去に報告されたことがあります。

例えば、北京オリンピックにおいて、「クレンプテロール」が尿中に検出され、陽性になった事例がありました。しかし、このケースは、幸いに意図して摂取したものでないことが証明され、ドーピング違反を免れることができました。

これは、陽性となったバレーボールの選手が、北京のレストランでコーチなどと共に食事をしており、その時に食した肉に「クレンプテロール」が含まれていたであろうという証明をした結果です。

★その証明方法は、一緒に食事をした複数人の髪の毛に含まれる「クレンプテロール」を測定し、しかも測定時から遡って食事をした日が特定できる場所に、それが存在する（髪の毛の伸びる速さはほぼ一定）ことを突き止めたわけです。

現在では費用は掛かりますが、髪の毛数本に含まれる物質を正確に測定できる技術が整っているということです。

★しかし、このような証明は大変に面倒なことであり、うっかりドーピングそのものを避けていただくためには、現在でも食肉汚染が報告されている中国、メキシコといった地域で国際大会の開催が決まった場合、以下の点に留意して行動して下さい。

- 1 ホテルのレストランで食事をする。
- 2 一般のレストランなどは出来る限り利用しない。
- 3 食事をする際は、万一の場合に証明しなければならないことを想定して、複数（3人以上）で食事をする。

★尚、日本国内で流通している食肉は食品衛生法により管理されていますので、上記のような懸念はありません。

## 9 法律・条例

★競技会開催国や地域では、日本とは異なる法律や条例で統治されており、社会的秩序が保たれています。法律もその国の文化によって規制されることがあるため、日本国内では合法的な言動であっても、海外では非合法となることがあります。そのため、法律や条例についての基本的な知識があるかどうかは実は重要なことなのです。例えば、イギリスでは18歳になると飲酒ができますが、アメリカでは21歳にならないと許されない等が顕著な例です。

★事故や事件を引き起こしたり、巻き込まれたりした場合は、現地の法律が適用されます。現地の法律を侵すことになった場合、日本大使館や領事館でできることはかなり限定されることもあります。しかし、仮に現地の警察に逮捕・連行されるようなことになった場合には、速やかに団長に連絡し、団長は日本大使館や領事館に連絡をとり、弁護士の紹介等の法的な対応や適切な助言を得て下さい。

## 10 飲酒・喫煙

★海外においては、飲みすぎ等の不適切な飲酒により、飲酒運転、転倒・転落事故、暴力事件、窃盗・強盗等の被害者又は加害者になる危険性が高まります。旅の空で浮かれて、羽



目を外さぬよう適量を心掛けて下さい。

- ★特に注意しなければいけないのは、飲酒が法的に規制されている国があるということです。イスラム教国の一部では飲酒が全面禁止されているところもあり、一部規制のある国でも、法を犯すと厳罰が与えられることがあります。外出中に見知らぬ外国人からにこやかに声をかけられ、酒等の飲み物を勧められた場合にははっきりと断って下さい。睡眠薬強盗とよばれる犯罪等のおそれもあるからです。
- ★又、喫煙についても国によってその定めるところが異なります。現在、世界的な傾向として、喫煙のできる場所や範囲がかなり限定されるようになり、禁煙区域が拡大傾向にあります。例えば、イギリスでは飲食店、職場、公共の建物では全面的に喫煙が禁止になりました。先進国では、複数の人が集まっている時には、喫煙の許しを請うのがエチケットになっている所もありますので、注意が必要です。

### 1 1 写真撮影等

- ★海外の国や地域には、国家防衛、治安対策等を理由として、写真やビデオの撮影を禁止している施設や場所があります。特に軍事施設、軍用車両、政府関連施設、空港施設、港湾施設、軍用艦船、国境付近、国境警備施設等がこれにあたります。記念になるからといって不用意にカメラを向けてはいけません。軍人だけでなく、一般住民を被写体とすることが許されない文化圏もありますので、下調べをしておくことが必要です。
- ★街中でデモや情宣活動等のいかなる政治行動に遭遇しても、不用意に近づいたり、カメラを向けたりしないで下さい。我々は選手団であって、報道関係者ではないからです。又、騒動に巻き込まれてケガをしたり、身柄拘束されたりするおそれもあります。珍しいから、面白いからといって、不用意にスマホに収めてSNSに載せることはしないようにして下さい。

### 1 2 戒厳令・非常事態宣言

- ★政治的又は社会的な状況が急速に悪化し、大規模なテロやクーデター等が勃発したり、国中が深刻な社会不安に見舞われたりした時には、派遣国において戒厳令／非常事態宣言等が発令されることがあります。このような時には、まず自分自身の安全の確保（避難場所等）を最優先します。直ちにホテルに戻り、管轄の在外公館（日本大使館・領事館等）に連絡をとって身の処し方を問い合わせます。外務省による帰国命令や帰国勧告が発令され、チャーター便での緊急帰国という事態も起こりえます。

### 1 3 緊急時の連絡と緊急対策

- ★渡航中、思わぬ事件・事故に遭遇した時や自然災害等で生命が危険にさらされた場合には、救助・救援を求めなければなりません。このような場合に備えて、必ず滞在国や滞在している地域の警察、救急施設、消防署及び日本大使館・領事館の連絡先をメモしておくことを忘れないようにして下さい。
- ★強盗、窃盗、交通事故等の被害にあったときには、即座に警察に届けます。後日、海外旅行傷害保険の保険金請求にも必要となるため、現地の警察による「Damage Report／Police Report（被害届／事故調書）」等を必ずもらっておきましょう。
- ★地震、津波、暴風雨、ハリケーン、トルネード、洪水、噴火等の自然災害は予想もしない時に突然に発生することがあります。派遣先の国や地域に、どの季節にどのような種類の自然災害が起きやすいか調べておき、緊急事態の発生時には、まず自分自身の安全の確保

を最優先し、団長を通さなくても構いませんから、直ちに緊急連絡先（派遣先国の救急施設、警察、消防）に連絡を取り指示を仰いで下さい。併せて、日本国の国際委員会に連絡を取り、外務省への連絡対応を依頼して下さい。

★尚、帰国ができず滞在が長期になる場合、定期的に高校、大学、勤務先や家族・保護者、所属協会やジム等に連絡を取ることも大切です。日本にいる方々に安心してもらうことができます。

#### 1.4 連絡先等の確認チェックリスト

##### ★渡航先

- 緊急連絡先（現地の警察・救急・消防の電話番号等）
- 派遣先機関の連絡先（IPF、APF、競技会主管国協会）
- 滞在先（ホテル、競技会会場等）
- 在外公館（日本大使館・領事館の住所、電話番号、メールアドレス、URL等）

##### ★日本

- 旅行会社、航空会社、銀行、クレジットカード会社、保険会社等の連絡先
- 保護者、家族等の連絡先
- 高校、大学の連絡先、担当教師等の連絡先
- 勤務先会社等の連絡先

#### 1.5 海外渡航時安全確認のためのリンク集

- ・外務省 <http://www.mofa.go.jp/mofaj/>
- ・外務省海外安全情報  
[https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pcwideareaspecificinfo\\_2018C107.html](https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pcwideareaspecificinfo_2018C107.html)
- ・海外邦人安全協会 <http://www.josa.or.jp/>
- ・在外企業協会 <http://www.joea.or.jp/>
- ・国際協力機構 <http://www.jica.go.jp/seikatsu/>
- ・連邦危機管理庁（米国） <http://www.fema.gov/>
- ・情報局保安部（英国） <http://www.mi5.gov.uk/>
- ・国家保安局（豪州） <http://www.nationalsecurity.gov.au/>
- ・米国・国務省 Travel State <http://travel.state.gov/>
- ・英国・外務省 FCO Travel Advice  
<http://www.fco.gov.uk/en/travel-and-living-abroad/travel-advice-by-country/>
- ・豪州・外務省 Travel Advisories  
<http://www.smarttraveller.gov.au/zw-cgi/view/Advice/Index>
- ・厚生労働省 <http://www.mhlw.go.jp/>
- ・国立感染症研究所 <http://www.nih.go.jp/niid/index.html>
- ・国立感染症情報センター <http://idsc.nih.go.jp/index-j.html>
- ・海外渡航者のための感染症情報 <http://www.forth.go.jp/>
- ・外務省在外公館医務官情報 <http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/index.html>
- ・世界保健機構（国連） <http://www.who.int/en/>
- ・疾病対策センター（米国） <http://www.cdc.gov/>
- ・海外留学生安全対策協議会 <http://www.jcsos.org/>

◎問い合わせ・連絡先

★（公社）日本パワーリフティング協会（J P A）

国際委員会 委員長 石本直樹

〒708-0015 岡山県津山市神戸800-1

携帯電話：090-2299-7342

E-mail：naoki.73@io.ocn.ne.jp

★J P A本部

〒678-0239 兵庫県赤穂市加里屋98-15-205

T E L：0791-43-2000

E-mail：powerlifting@japan-sports.or.jp

以上