

夏休みに海外へ渡航される皆様へ（海外で注意すべき感染症について）

夏休み期間中は、多くの方が海外へ渡航される時期です。海外滞在中に感染症にかかることなく、安全で快適な旅行となるよう、海外で注意すべき感染症及びその予防対策についてお知らせいたします。

2014年7月1日より、外務省海外旅行登録「たびレジ」を開始しています。海外旅行にお出かけになる方は、以下の専用サイトからご登録いただくと、渡航情報や緊急事態発生時の連絡メールを受け取ることが出来ます。是非ご登録をお願いします。

（たびレジ） <https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/>

また、2015年7月1日には、希望する国の渡航情報をスマートフォンで閲覧したり受け取ることができる「海外安全アプリ」を公開しました。あわせて是非ご利用ください。

（海外安全アプリ） http://www.anzen.mofa.go.jp/c_info/oshirase_kaian_app.html

1. 海外での感染症予防のポイント

（1）渡航先や渡航先での行動内容によって、罹患する可能性のある感染症はさまざまです。海外で感染症にかからないようにするために、感染症に対する正しい知識と予防方法を身につけましょう。具体的には以下のリンクをご参照ください。

（厚生労働省：夏休み期間中における海外での感染症予防について）

http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/travel/2015summer.html

（2）渡航先や渡航先での行動によって異なりますが、最も感染の可能性が高いのは、食べ物や水を介した消化器系の感染症です。水や食べ物から感染する消化器系の感染症（A型肝炎、E型肝炎、コレラ、赤痢、腸チフスなど）は、開発途上国など公衆衛生の整備が不十分な地域での感染リスクがより高いので、以下のことに注意しましょう。

手洗いをこまめにしましょう。

食事の前には必ず石けんと水で手を洗いましょう。きれいな水が使えない場合は、手洗い後にアルコール成分を含む衛生用品の利用が効果的です。

生水を飲まないようにしましょう。

未開封の市販の飲料水が最も安全です。水道水は、しっかりと沸騰させてから飲みましょう。水を沸騰させることが出来ない場合には、飲料水消毒用薬剤を使用してください。

氷を避けましょう

屋台や不衛生な飲食店で提供される氷は、病原体に汚染されていることがあるので注意しましょう。自分で氷を作る場合は、未開封の市販の飲料水を使用しましょう。

完全に火の通った食べ物を食べましょう。

生鮮魚介類や生肉等を介した寄生虫疾患が流行している地域もありますので十分な注意が必要です。生鮮魚介類や生肉などは極力避け、十分に加熱されたものを食べましょう。加熱調理された料理であっても、何時間も室温で保管されていると病原体が増えてしまいます。屋台や不衛生な飲食店では、作り置きされている料理が出されることがあるので注意しましょう。

サラダや生の野菜は避けましょう。

野菜類は生水を用いて処理されている場合など、病原体に汚染されていることがあります。野菜や果物などは、自分で皮をむいたものを食べましょう。

（3）日本で発生していない、動物や蚊・マダニなどが媒介する感染症が流行している地域も多く、注意が必要です。また、麻しん（はしか）やポリオは、日本では流行していないものの海外で感染することがあるので同様に注意が必要です。

（4）西アフリカのギニア及びシエラレオネではエボラ出血熱が引き続き流行しています。外務省

では両国について、2014年8月8日より「感染症危険情報」を継続して発出しています（5月10日に更新）。

（感染症危険情報）

http://www2.anzen.mofa.go.jp/kaian_search/pcinfectioninfo.asp#danger

《渡航者向け》

「不要不急の渡航は延期してください。」

《在留邦人向け》

「エボラ出血熱への感染に加え、現地で十分な医療が受けられない可能性があります。これらを踏まえ、退避を検討してください。」

「帰国に際しては、経由地の空港等で停留される可能性がありますので留意してください。また、日本国内の検疫所では、エボラ出血熱の流行国からの入国時に健康状態の確認を求めていますのでご協力ください。」

感染者数等についての最新情報は、「感染症広域情報」でご確認ください。

（感染症広域情報）

http://www2.anzen.mofa.go.jp/kaian_search/pcinfectioninfo.asp#danger

また、厚生労働省は、日本入国前の21日間にギニア及びシエラレオネへの渡航歴がある方に対し健康状態の監視を行っています。詳細は、以下のリンクよりご確認ください。

（厚生労働省：「エボラ出血熱について」）

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou19/ebola.html>

2．渡航前の予防接種について

海外へ渡航される方は、渡航先の感染症発生状況に関する情報を事前に入手し、予防接種が受けられる感染症については、余裕をもって医師に相談しておくなど、適切な感染予防を心がけましょう。

（FORTH /厚生労働省検疫所「予防接種機関の探し方」）

<http://www.forth.go.jp/useful/vaccination02.html>

3．帰国後に体調が悪くなったら

（1）日本国内の空港や港では検疫所が設置されており、渡航者の方を対象に健康相談を行っています。帰国時に発熱や下痢の症状があるなど、体調に不安がある場合は、検疫所係官にご相談ください。

（2）感染症には、潜伏期間（感染してから発症するまでの期間）が数日から1週間以上と長いものもあり、帰国後しばらくしてから具合が悪くなる場合があります。その際は、早急に医療機関を受診し、渡航先、滞在期間、現地での飲食状況、渡航先での行動、家畜や動物との接触の有無、ワクチン接種歴などについて必ずお伝えください。

（3）エボラ出血熱の流行国であるギニア及びシエラレオネに渡航歴のある方は、各空港等に配置された検疫所の検疫ブース又は健康相談室で検疫官にお申し出ください。万が一、入国後に体調を崩した場合、絶対に一般の医療機関は受診せず、まず最寄りの保健所に連絡してください。

（4）中東呼吸器症候群（MERS）の発生国である中東地域又は韓国に渡航歴のある方で、発熱・咳・呼吸困難などの急性呼吸器症状がある方は、各空港等に配置された検疫所の検疫ブース又は

健康相談室で検疫官にお申し出ください。帰国後2週間以内に上記の症状が見られた場合には、直ちに最寄りの保健所に連絡するようお願いいたします。

4. 海外の感染症に関する情報

海外の感染症に関する情報は、厚生労働省検疫所及び外務省のホームページから入手することが可能です(以下のリンク参照)。出発前に渡航先の感染症発生状況等に関する情報を入手することをお勧めします。また、日本国内の空港や港の検疫所においても、リーフレット等を用意し情報提供を行っていますので、ご活用ください。

感染症に関するホームページ

世界各地の感染症発生状況

FORTH/厚生労働省検疫所ホームページ

<http://www.forth.go.jp/index.html>

外務省海外安全ホームページ > 医療・健康関連情報

http://www.anzen.mofa.go.jp/kaian_search/index.html

感染症別の詳細情報

FORTH/厚生労働省検疫所ホームページ > 感染症についての情報

<http://www.forth.go.jp/useful/infectious/name.html>

国立感染症研究所 感染症情報センターホームページ > 疾患別情報

<http://idsc.nih.go.jp/disease.html>

予防接種に関する情報

FORTH/厚生労働省検疫所ホームページ > 命を守る予防接種

<http://www.forth.go.jp/useful/attention/02.html>

渡航先の医療機関等情報

外務省ホームページ > 海外渡航・滞在 > 海外安全対策 > 世界の医療事情(在外公館医務官情報)

<http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/index.html>

(問い合わせ窓口)

外務省領事サービスセンター

電話：(代表)03-3580-3311(内線)2902, 2903

(外務省関係課室連絡先)

外務省領事局政策課(海外医療情報)

電話：(代表)03-3580-3311(内線)2850

○外務省 海外安全ホームページ：<http://www.anzen.mofa.go.jp>