

渡航中の注意点（タイ）

～食べ物～

・水について：

水道水を直接飲むことはNGです。必ず、ミネラルウォーターを購入して飲むようにして下さい。非常に安い値段で販売されています。歯磨き・うがい程度であれば水道水の利用は可能です。ただし、水道水が濁っている場合は、歯磨き・うがいへの使用も避けて下さい。

・飲料水等の氷について：

レストラン等で、飲み物等を注文する際は氷の入ったメニューの注文を控えてください。水道水で氷が作られていることがあります。

・サラダについて：

サラダでお腹を壊す方もいます。サラダを注文する際は注意して食べるようにして下さい。野菜を水道水で洗っている場合が多いので、水で濡れている野菜については特に注意して下さい。ゆで野菜は比較的安全です。

・フルーツについて：

そのままの状態（切られていない状態）で売られているフルーツについては比較的安全です。ただし、皮の色・中身の状態を観察し、色が悪い場合は食べないようにして下さい。

～宗教について～

タイの国教は仏教です。寺院や宮殿などの施設に入る際は服装等に制限がある場合があるので、必ず係員の指示に従ってください。またタイの仏教は、戒律が非常に厳しい「上座部仏教」（「小乗仏教」といのは日本などの大乘仏教派からの差別的呼称なので避ける）です。女性との接触は、特に厳しく禁じられているので、女性は僧侶に握手などを求めないようにしてください。

～服装～

・薄手の長袖等の準備の推奨

熱帯の国では、室内で冷房が効きすぎている事が多くあります。そこで、室内外の寒暖差による体調不良を防ぐため、薄手の長袖等を何枚か準備することをお勧めします。

・赤色と黄色の服について：

タイ国内において、赤色の服は政府派（タクシン派）、黄色の服は反政府派（反タクシン派）を意味します。赤・黄色の服の着用は避けてください。詳しくは、<http://matome.naver.jp/odai/2138549745406695301> を参照してください。

～感染症情報～

・デング熱：

デング熱の発生地域となっています。できるだけ、蚊に刺されないように注意してください。虫除けスプレーを持って行かれることをお勧めします（渡航時は、スーツケースに保管して下さい）。

・狂犬病：

狂犬病の発生地域となっているため、犬との接触は避けてください。最悪の場合は死に至るので、十分注意してください。

・感染症・医療情報の収集：

外務省・現地日本大使館の HP 等で、感染症の注意喚起や感染症予防法などについて記載されています。各自で情報収集を行ない、体調管理に勤めてください。

～移動方法について～

・タクシー：

バンコク市内はタクシーを拾うことが難しいです。また、料金をぼったくられることで有名です (<http://anngle.org/culture/taxifake.html>)。トラブルを避けるためできるだけ使用しないようにしてください。バイクタクシーもありますが、危険なのでできるだけ使用は避けてください。

チェンマイ市内では、空港や大型のショッピングセンターを除くと、通常のセダン型のタクシーはほとんど見つかりませんが、「red taxi (ソウテウ)」や「トゥクトゥク」とよばれる乗合タクシーが利用できます。これらは、多くの場合良心的で安全です。どちらも乗る前に値段を交渉してください。

・BTS・MRT（電車）

バンコク市内は BTS や MRT などの電車があります。電車で様々な場所に移動することができます。空港から大学への移動も、電車の乗り継ぎと徒歩だけで移動が可能です。

～その他～

・現地の大学職員との連絡：

事前に現地の担当者との連絡を取り、宿舍や洗濯物、空港までの出迎え等について確認をとるようにしてください。担当者の携帯番号等も、控えるようにしておいて下さい。

・携帯電話：

SIM フリーの携帯 (docomo の多くのスマートフォンはドコモショップで SIM フリーにできます) を持っている、現地の SIM を利用可能です。空港、ショッピングモール等で容易に購入ができ、現地での連絡・通信手段で大いに役立ちます。日本の携帯料金と比べると驚くほど安いです。

～情報収集に役立つ HP～

在タイ日本国大使館：<http://www.th.emb-japan.go.jp/>

外務省情報（タイ）：<http://www.th.emb-japan.go.jp/jp/mamechishiki/index.htm>

海外安全 HP（外務省）：http://www.id.emb-japan.go.jp/index_jp.html

タイの生活情報について書かれたブログ：<http://sure16.blog.fc2.com/>

バンコク市内の電車情報：http://www.bkkzoom.com/bangkok_transportation.php

タイ全般について書かれている HP：<http://www.thaiokoku.com/>