

駒ヶ根訓練所入所案内

JICA 海外協力隊派遣前訓練

実施場所：駒ヶ根青年海外協力隊訓練所

独立行政法人国際協力機構

青年海外協力隊事務局

駒ヶ根青年海外協力隊訓練所

目 次

派遣前訓練開始にあたって.....	3
1. 訓練期間.....	4
2. 訓練実施場所.....	4
3. 訓練形態.....	4
4. 集合時間について.....	4
5. 移動について.....	4
6. 外出について.....	6
7. 身辺整理.....	6
8. 事前学習・準備.....	7
9. 持ち込み品.....	7
10. 訓練所への持ち込み禁止物品.....	12
11. 車両について.....	12
12. 訓練中の身だしなみ.....	12
13. 訓練所での生活.....	13
14. 広報活動等への協力について.....	16
15. 選挙について.....	16
16. 個人情報の取り扱い.....	16
17. カナダ eTA・NZeTA 申請について.....	17
18. 問い合わせ先.....	17
訓練所の様子.....	19

この「訓練入所案内」には入所前に必ず準備すべきこと、および訓練中の注意事項等が記載されています。入所してから困ることのないように**事前に最後まで必ず読んでください。**

記載事項に不明な点がある場合は「問い合わせ先」(P19)を参照のうえ、担当部署へ問い合わせてください。

なお、新型コロナウイルス感染状況の変化に応じ、内容が変更となる場合もあります。その際にはメールまたは以下の HP にてお知らせしますので、HP の定期的な確認をお願いします。

<https://www.jica.go.jp/volunteer/qualifier/index.html>

派遣前訓練開始にあたって

このたび、JICA 海外協力隊候補者として派遣前訓練に参加される皆さんは、開発途上国の国づくりに貢献するために、貴重な 2 年間で費やしボランティア事業に参加しようと思われたいました。まずは皆さんのご意思と情熱に対し、深く敬意を表します。

皆さんの現地での協力活動が目指すところは、受入国の人々の信頼を得て、彼等と一体となってその国の経済や社会の発展に寄与することですが、これを実践することは容易ではありません。日本とは異なる環境の中で所期の目的を達成するには、自発的かつ柔軟な思考、強い意志、健全な身体、異なる環境への適応力、そして相互の意思疎通を円滑にするためのコミュニケーション能力等が求められます。この派遣前訓練ではこうした要求に応え、JICA 海外協力隊としての自覚と適性を高めることを狙いととしています。訓練に臨むにあたり資料を熟読して、以下の点を念頭に置き、事前に心の整理と必要な準備を進めてください。

1. 訓練は、皆さんが自主的・主体的に取り組むことにより、はじめて効率的・効果的な成果を期待することができます。皆さんの自己管理能力の向上を期待しています。
2. 海外協力隊参加の情熱を持続させるうえで大切なことは、この訓練を通じて謙虚な心を持って師友から積極的に学ぼうとする姿勢と、開発途上国の国づくりに自分の持っている技術・知識・経験を活かそうという心構えです。
3. 語学は、任国の人々とのコミュニケーションを促進し、協力活動を円滑かつ有効に行なうための大切な手段の一つです。新たな気持ちで自己の能力開発をしようという気構えで臨んでください。そのために「語学事前学習」に励み、入所前に基礎力を十分につけておいてください。
4. 皆さんは、この訓練を無事修了してはじめて JICA 海外協力隊として派遣されることとなります。訓練の所期の目的が達成できない、あるいは JICA 海外協力隊としての適性を欠くと判断された場合には、残念ながら派遣を見合わせざるを得ないこともあることを予めご承知おきください。
5. 訓練所の規則は、秩序ある共同生活を送るために必要なものです。規則や生活スタイルが自分の流儀と異なるところがあったとしても、まずは自らを適応させる柔軟で謙虚な姿勢が必要です。お互いに気持ちよく訓練が行なえるように、社会人としての良識ある行動とマナーが強く求められます。

皆さんの入所をお待ちしています。

独立行政法人国際協力機構
青年海外協力隊事務局
駒ヶ根青年海外協力隊訓練所

1. 訓練期間

原則として約 70 日間の派遣前訓練を受けていただきます。ただし、2023 年度は新型コロナウイルスの感染防止対策のため、期間を約 60 日に短縮して実施します。

2. 訓練実施場所

独立行政法人国際協力機構 青年海外協力隊事務局 駒ヶ根青年海外協力隊訓練所
〒399-4117 長野県駒ヶ根市赤穂 15

TEL. 0265-82-6151 (代) FAX. 0265-96-0901

※駒ヶ根市街地から約 5km、南アルプスを望む中央アルプスの麓・標高約 800m に位置する。参考までに駒ヶ根訓練所の HP をご覧ください。 [JICA 駒ヶ根 - JICA](#)

3. 訓練形態

長期派遣 JICA 海外協力隊候補者の合同合宿訓練です（なお、語学・講座等が実施される時間帯を「課業」とよび、本入所案内では便宜上この略称を用います）。

（注）2023 年度は、新型コロナウイルス感染症対策として一部オンラインでの訓練も行う予定です。

4. 集合時間について

2023 年 4 月 17 日 11 : 00 ~ 15 : 00

※初日は夕食からの提供になります。昼食が必要な方は 3 密等十分に注意し、各自で摂るようお願いします。

5. 移動について

- ① 当日、交通機関の事故等、不測の事態が生じた場合は、速やかに駒ヶ根青年海外協力隊訓練所（上記 2. 電話番号）まで連絡してください。
- ② 訓練所入所日から訓練所退所日までは自動車及び単車の運転は認めていません。入所に際しても公共交通機関を利用してお越しくください（家族の方等が送迎されることは差し支えありません）。
- ③ 本案内をもって、訓練所までの移動について航空券等の予約が必要な方は予約をしていただいで結構です。
- ④ 駒ヶ根へは**東京バスタ新宿***、**名古屋**、**長野**から高速バスが利用できます。なお高速バスなど公共交通機関は、事前に予約をして乗車してください。なお、新型コロナウイルス感染予防対策のため、時刻表や運行に変更が生じる可能性がありますので随時 HP 等で確認してください。
※一部の便は他の乗り場から発車する場合があります。詳細はバス会社へお問い合わせください。
- ⑤ 遠隔地の方でホテル等を利用する必要がある方は各自で予約してください。

- ⑥ 入所に際し支給される交通費（航空機利用含む）、宿泊費等については、JICA 海外協力隊ウェブサイトを参照してください。

URL:<https://www.jica.go.jp/volunteer/qualifier/long/3-6.html>

- ⑦ 入所当日、JR 駒ヶ根駅前、駒ヶ根バスターミナル及び中央道駒ヶ根インター（高速バス停留所出口）から訓練所行き臨時バス（無料）が運行されます。下記の運行表およびバス停位置図を参照してください。

- ⑧ タクシー利用について

JR 駒ヶ根駅から訓練所まで約 5 キロ。

自己負担でタクシーを利用できます（2,300 円程度）。

【駒ヶ根市のタクシー会社電話番号】

丸八（まるはち）タクシー（0265-82-4177）／赤穂（あかほ）タクシー（0265-83-5221）

※JR 駒ヶ根駅前にはタクシー乗り場がありますが、その他の場所からは電話予約が必要です。

- ⑨ 移動中の感染リスク低減のため、「新しい生活様式」を遵守しつつ以下のホームページの情報等を参考にご移動ください。

（参考）公共交通機関利用の際の留意事項（国土交通省 HP）

https://www.mlit.go.jp/kikikanri/kikikanri_tk_000018.html

【訓練所行き臨時バス運行表】

乗車場所	1 便		2 便		3 便		4 便	
	接続		接続		接続		接続	
JR 飯田線 駒ヶ根駅前		11:30		12:30		13:30		14:15
駒ヶ根 バスターミナル	名古屋 8:30 発 11:05 着 新宿 7:35 発 11:25 着	11:35	名古屋 9:30 発 12:05 着 新宿 8:35 発 12:25 着	12:35	新宿 9:35 発 13:25 着	13:35	名古屋 11:30 発 14:05 着	14:20
中央道駒ヶ根 インター (高速バス停留所 出口)	新宿 8:05 発 11:35 着	11:50	新宿 9:05 発 12:35 着	12:50	新宿 10:05 発 13:35 着	13:50		↓
訓練所着		12:00 頃		13:00 頃		14:00 頃		14:30 頃

* 雨天の場合、中央道駒ヶ根インターの待合室が狭いため注意が必要です。

* 以下の事前確認アンケート（Web ページでの回答）にて駒ヶ根への到着の方法、時間について回答をお願いします。

提出期限：2023 年 3 月 20 日（月）

URL: <https://forms.office.com/r/uEzV5vspyI>

【臨時バス停位置図】



6. 外出について

抗原検査を4月21日（金）に実施します。その結果が出るまで、訓練所の敷地外への外出はできません。

訓練所内では飲料の自動販売機はありますが、売店はありません。

4/19（水）の昼休み時間に文具・雑貨の訪問販売の機会を設けていますが、必要な物品はご持参いただくようお願いいたします。

陰性が確認できるまではクラスターが発生しやすい環境にありますので、特に感染症対策を徹底いただき、濃厚接触環境を避けるなど「自分の健康は自分で守る」という自己管理の徹底を強くお願い致します。また、万が一、ご自身が感染された場合には、ご自身のみならず入所する方全員に影響が及ぶことをご理解いただき、慎重に行動するようお願い致します。

7. 身辺整理

- (1) 訓練期間中は外泊および外出時間に制限がありますので、家族、友人、職場、学校等には「訓練期間中は行事等に出席できない」ことをあらかじめ伝えておいてください。訓練期間中にある平日の祝日は休みではなく通常通り課業を実施します。課業の欠席は原則認められません。また、土曜日・日曜日については、課業は原則実

施しません、選択講座や候補者が企画する自主講座を実施することがあります。

- (2) 応募以降に姓名、現住所、本籍地等の変更があった方は、役場等での手続きに加え、JICA への届出、一般旅券の書き換え、銀行口座やイエローカードの名義変更、各種免許証の記載事項変更等を遺漏なく行ってください。手続きに漏れがあると派遣手続きに支障を来し、派遣が遅れる可能性があります。特に姓名、本籍地の変更については公用旅券の発給に影響するため、訓練開始以降に手続きを行うことは大変困難です。入所前に手続きを済ませておいてください。

8. 事前学習・準備

- (1) 訓練では、講座等で開発援助や国際協力に関わる諸問題等について学習し、JICA 海外協力隊としての素養を身につけます。各種教材によってその理解を深め、JICA 海外協力隊として任国での充実した活動を行うために、合格通知に同封の「派遣に向けて 合格から訓練所入所までの手続き」に記載のインターネット事前学習（青年海外協力隊講座、及び YouTube による学習）について、訓練所入所までに計画的に学習し、レポートが課されているものについては必ず提出してください。レポート終了が訓練参加の条件となります。なお、確認に 5 営業日かかるため、訓練所入所開始 1 週間前までに全てのレポートを提出してください。
- (2) また、語学学習について、語学の授業は事前学習を行ってきたことを前提として開始されます。皆さんが語学訓練をスムーズに行えるよう、事前学習をしっかりと行い、学習項目を全て習得するよう努めてください。また、言語によって訓練開始すぐに確認テストを実施しますので、必ず事前学習を行ってきてください。
- (3) 訓練所入所予定者は、現地で活動を行うために必要な専門知識・技術を既に有しているとの観点から、訓練カリキュラムの中には、専門職種の技術力向上を目的としたものは組みまれていません。専門職種に関する事前準備等は、訓練所入所前に各自で済ませておいてください。

9. 持ち込み品

(1) 必需品

PC 関連

- PC、タブレット等

※訓練所では、訓練中のアンケートや各種提出書類の電子化を進めています。また、任国においてもレポート作成や情報収集等で必ず必要となりますのでご準備ください。

手続関連

- 印鑑（シャチハタ不可）、朱肉

※印鑑は紛失の場合、諸手続きに影響しますので宅配便で送らずに必ず持参してください。

- JICA 海外協力隊の派遣前訓練に関する合意書/派遣前訓練に関する同意書
- JICA 海外協力隊ハンドブック
- JICA 海外協力隊要望調査票（送付済みもしくは、選考時のマイページを参照）
- 一般旅券（所持者）、イエローカード（該当者）
- 航空券領収書・搭乗券残券／船舶領収書等（該当者）

※入所時持参書類に関する詳細は JICA 海外協力隊ウェブサイトを参照してください。

身の回り品

- 懐中電灯 ・洗面用具 ・入浴セット（シャンプー、石鹸、タオル等） ・洗濯洗剤 文房具 ・雨具 ・帽子

語学関連

- [こちらのページをご確認ください。](#)

（JICA 海外協力隊ホーム > 合格者の方へ > 長期派遣者 > 4-4 語学事前学習【必ずお読みください】）

健康関連

- 健康保険証（P14「(6) 病気およびケガについて」参照）
- 常備薬（自分の飲み慣れている薬）
- 解熱鎮痛剤（アセトアミノフェン/商品名：タイレノールなど）
- 救急セット
- マスク、手指消毒薬
- 電子体温計（婦人体温計も可）
- 携帯電話・スマートフォン（緊急時に連絡が取れる手段の確保の為）
- 予防接種を受けやすい服装（半袖 T シャツなど肩が出るシャツ）
- 虫よけ、虫刺され用かゆみ止め、カメムシ駆除スプレー等

***訓練所診療室には医薬品の保管はありません。派遣前の準備としても常備薬、解熱鎮痛剤、救急セット、新型コロナウイルス感染症予防対策用品は必要です。**

なお、訓練所共有部には手指消毒薬を設置してあります。

服装

服装はそれぞれの社会における文化、習慣の一部です。自らの置かれた立場を客観的にとらえ、TPO に応じた服装と身だしなみを心がけてください。

また、公人としての立場から奇抜な服装、髪型、装飾品等は控えるようにしてください。

■公式行事用

- 式典、または公用旅券作成の手続きに必要な証明写真撮影等で使用します。装飾等の

ない、シンプルかつフォーマルな服装としてください。

- 4月18日（火）の入所式から使用します。宅配便で送る方は、到着日を考慮し準備してください。
- 証明写真撮影等のため、ジャケットは必須です。（男性は、ネクタイも必須となります。）

【具体的な基準】

男女 共通	<ul style="list-style-type: none">• 装飾等のない、シンプルかつフォーマルな服装とする• IDはクリップで胸に留める（ストラップ不可）• ワイシャツ及びシャツの下は透けない色（白又は肌色）の下着を着用（絵柄や文字のあるものは不可）• 軟骨ピアスや鼻ピアス、アンクレットは不可• 頭髪の過度な染色は不可• 髪の毛（男性は髭も）は整える
男性	<ul style="list-style-type: none">• スーツ上下 黒、濃紺、ダークグレーいずれか単色 織り柄は無地が望ましい ストライプの場合は同系色の目立たないもの• ワイシャツ（白無地とし、ストライプ、色つきボタン、襟及び裏地等に色柄があるものは不可）• ネクタイ（派手な柄は避ける）• 靴下（黒、くるぶしが隠れるもの）• 革靴（黒、紐がついたもの）• ベルト（黒） 

女性	<ul style="list-style-type: none"> • スーツ上下 ジャケットは襟がついているもの 膝丈のスカート又はスラックス（黒、濃紺、ダークグレーいずれか単色。ストライプの場合は同系色の目立たないもの、織り柄は無地が望ましい） • シャツ（白無地。襟付き、裾は中に入れる。ストライプ、フリルなど襟元に装飾があるもの及びスカートの着用は不可） • ストッキング（ベージュ。スラックスでもストッキングは着用） • 革靴（黒のローファー、ローヒールパンプス等つま先と踵が隠れるもの。エナメル、スエードは不可、ピンヒール、装飾のあるものは不可） • ベルトをする場合は黒で余分な装飾のないもの • 華美な宝飾品は不可 • 派手な色のマニキュアは不可 	
-----------	---	---

一般課業用

公人である候補者の皆さんの立場において、課業（語学授業、講座等）は「公務」と見做されます。社会人として相応しい服装を身につけ、ジーパン、T シャツ、サンダル等、ラフな格好は避けてください。

その他

講座等で必要になる可能性がありますので、トレーニングウェア等、運動に適した服装を持参してください。また、訓練期間中も体力維持増進を図るために運動することをお勧めします。なお、その際は準備運動を入念に行ってください。

【例】

男女	<ul style="list-style-type: none"> • トレーニングウェア（上下） • 運動靴 ランニングまたはジョギング等ができるもの サンダル、クロックス等は不可 • 体育館用運動シューズ
-----------	--

課業時間帯以外

公人としての品位を保ち、また共同生活のマナーを守った服装を心がけてください。

(2) 訓練所の備品について

訓練所には以下の物品が備え付けてあります。荷造りの際の参考にしてください。

共用備品	CD・MD ラジカセ（語学教室）、洗面器（風呂場）、冷蔵庫、洗濯機、乾燥機、湯沸かし器、アイロン、物干し、コピー機（有料¥10/枚）、プリンタ
居室 （約 4.5 畳）	寝具一式、クローゼット、学習机、椅子、電気スタンド、タオル掛け、ゴミ箱、ポット、加湿器、サーキュレーター

居室のイメージ（部屋タイプが2種類あります。）	
1号館	2号館
 <p>クローゼット 幅 100 cm × 奥行 44 cm × 高さ 120 cm 机 幅 120 cm × 奥行 63 cm × 高さ 70 cm</p>	 <p>クローゼット 幅 60 cm × 奥行 51 cm × 高さ 180 cm 机 幅 100 cm × 奥行 55 cm × 高さ 72 cm</p>

(3) その他利便性の高い物品

- マイク付きイヤフォン
- USB メモリー（自習用教材をデータで渡す語学講師もいます）
- ポータブルオーディオプレーヤーなど（語学自習用）
- ヘアドライヤー（浴室に設置していません）
- マイカップ（蓋つき）
- 速乾タオル、キャップタオルやラップタオル（ドライヤーの利用には制限があります）

(4) 衣類について

次の URL に掲載されている気温等を参考にしてください。訓練所は市街地よりも標高が 100~200m 高いため、気温もやや低くなります。

【駒ヶ根観光協会】 <http://www.kankou-komagane.com/kankou/bigginer.php>

(5) 別送荷物について

訓練所宛に宅配便で荷物を別送する方は、**4/17(月)以降に到着するよう**期日指定配達
を利用し、以下の宛先に送付してください（氏名の記入を忘れないよう注意）。

〒399-4117 長野県駒ヶ根市赤穂 15 JICA 駒ヶ根
2000-0（隊次） 国名 0000（本人名）宛
TEL. 0265-82-6151

訓練所内は高低差があり、階段が多くあります。荷物の持ち運びを容易にするため
に、小分け（軽量）にすることをお勧めします。

10. 訓練所への持ち込み禁止物品

- 酒類（退所処分の対象となります）
- 冷暖房器具（電力容量の問題により）
- お香・アロマなど火気を使用するもの（防災の問題により）

11. 車両について

訓練所へ個人の車両（単車、自転車等を含む）を持ち込むことはできません。

12. 訓練中の身だしなみ

受入予定国の慣習・価値観等の尊重、さらには JICA 海外協力隊が公人として派遣
されるとの立場から、TPO（時、場所、状況）に配慮した身だしなみを心掛け、過度
な頭髪の染色、奇抜な服装、髪型、装飾品等は控えてください。

また、入所後すぐに写真撮影（公用旅券や入国ビザ用等）を行います。過度な頭髪
の染色、カラーコンタクト、まつ毛のエクステンション等、取り外すことのできない
装飾品等は公用旅券用写真では認められない場合がありますので、注意してください。
なお、調髪に行く時間的余裕はありませんので入所前に整えてきてください。

13. 訓練所での生活

(1) 国旗掲揚について

訓練期間中、任国の文化・習慣を習得する一貫として国旗掲揚（日本国および派遣予定国）を行います。また、式典（入所式、修了式）においては、日本国国歌の斉唱を行います。

(2) 郵便物、宅配便の取り扱いについて

訓練中の郵便物等の取扱いは次の通りです。

【郵便物等の取り扱い】

	受け取り	訓練所からの発送
宅配便	可 ただし、着払、代引、クール便 は対応できません	着払発送のみ可
ファックス	受信のみ可 訓練所 FAX : 0265-96-0901	不可
郵便物	手紙・書留の受け取り可	訓練所に郵便ポストあり 封筒、切手等は別途準備してください

(3) 訓練・派遣期間中の IT や PC について

- 訓練・派遣期間を通じて、JICA から提供される資料は、Microsoft Word, Excel や PDF 形式のデータになります。皆さんから提出いただくときも Word 形式、Excel 形式での提出をお願いすることになります。これらのソフトを利用できるよう、皆さんの端末の設定（インストール等）をしておいてください。このような状況から Windows 機（アップデート済み）のノートパソコンが便利という声があります。また、Google スプレッドシートなど、クラウド上で作業するエクセルや PDF では、JICA の IT セキュリティの関係で受け付けられない事象も発生しているとの報告もありました。

各国の PC の流通状況については、[赴任前留意事項](#)を必ず確認し、必要であれば入所前に各自準備をお願いします。

[JICA 海外協力隊赴任前留意事項【国別】](#) | [JICA 海外協力隊](#)

（JICA 海外協力隊ホーム > 合格者の方へ > 赴任前留意事項）

- 訓練では、既にご案内している LMS 「JICA-VAN(JICA-Virtual Academy Network)」を用いて、各種お知らせ、各種申請書類や講座資料を共有していきます。詳細は「LMS について 2023-1」のスライドを確認ください。訓練所入所前までに一度 LMS にログインして操作を確認してください。なお、説明動画も別途用意していますので、必要な方は以下のアドレスにご連絡ください。

jicakjv-jizen@jica.go.jp

- オンライン会議は ZOOM や Microsoft Teams を使用することが多くなります。以下を各自の端末に設定しておいてください。
 - ZOOM について
 - ◇ 無料アプリをインストールしておいてください。ブラウザ版の場合、機能制限があり十分な効果が得られません。
 - ◇ 参考：https://zoom.us/download#client_4meeting
 - Microsoft Teams について
 - ◇ 無料アプリのインストールを推奨します。
 - ◇ ブラウザ（インターネットを閲覧するソフトのこと）版でも接続可能ですが、サポートされるブラウザは、Microsoft Edge、Google Chrome、Safari14+となります。各自でインストール、バージョンアップなどの対応をお願いします。
- インターネット環境について
 - ◇ 訓練期間中、職種関連情報および任国情報の収集を補完し、円滑な活動遂行の一助とすることを目的として、訓練所内各教室にて無線 LAN によるインターネット接続ができます。併せてポケット型 WiFi を各班に貸与します。無線 LAN が使用できる PC/タブレットを用意してください。個々の PC/タブレットの接続方法についての質問には応じかねますので、予め無線 LAN への接続方法を確認しておいてください。

(4) 面会

国内の新型コロナウイルス感染防止対策のため、訓練所内での外部者との面会は原則禁止しています。

（注）新型コロナウイルス感染防止のため、訓練所外で外部者と面会する場合でも、状況が改善しない限り会食は厳に避けてください。また、新型コロナウイルス感染症の拡大により、政府・自治体から外出制限や行動制限などの要請が出された場合は、それに従っていただきます。

(5) 外出・外泊について

国内の新型コロナウイルス感染防止対策のため、週末の外泊は原則認めていません。また、外出についても制限を設けています。

(6) 病気およびケガについて

- 一般傷病

入所直前に通院、治療、検査が必要な傷病が発生した場合は、必ず本部健康管理室（03 - 5226 - 6402）に報告してから入所してください。

- 歯科治療

訓練期間中に通院する時間はありません。入所前に必ず歯科健診、治療を完了してください。

完了できない場合は、JICA 海外協力隊合格者窓口（045 - 719 - 5182）に連絡してください。

- 内服薬の持参について

医師から処方薬がある方は、2年間の任期中に持病の悪化がないように入所前から主治医と自己管理の方法について相談してください。派遣国の医療事情、薬の流通状況は日本と異なるため、内服中の薬を入手できない場合もあります。

解熱鎮痛剤（アセトアミノフェン）は、風邪症状、予防接種後の発熱・痛み、また赴任後に各派遣国で発熱時に使用を推奨されるお薬です。

- 健康保険証の持参

訓練中に医療機関を受診する際は、ご自身の公的医療保険を使い受診してください。

- 課業中の傷病

治療費（公的保険適用後の3割分）、通院に係る交通費の補助は申請が必要となります。傷病発生内容が精査され承認された場合のみ JICA からの補助の対象となります。

- 訓練課業外に生じた傷病（歯科治療含む）は全て個人負担です。

重要！

- ・ 訓練所の周辺、徒歩圏内には、歯科を含む医療機関はありません。
 - ・ 訓練所から医療機関までは、電車、バス等の公共交通機関はありません。
 - ・ 訓練所から医療機関への移動手段はタクシーです。往復 4000 円～6000 円（自己負担）と高額になります。
 - ・ 都市部と異なり、専門医への受診には時間を要することもあります。
 - ・ 近年、ケガによる派遣の延期が増加しています。ケガをする可能性の高いスポーツは自粛してください。
 - ・ 訓練中発症、発覚した傷病は、完治するまで派遣が延期される場合があります。
- ※課業中・課業外にかかわらず万が一、不幸にして死亡または高度障害を負った場合は、JICA 災害補償制度および国際協力共済会で対応します。

(7) 食事メニューについて

提供される食事は日替わりで、全員に同じメニューが提供されます。

(8) 日用品等の購入、クリーニングについて

- 訓練所内で文具と日用雑貨の出張販売（週1回）、クリーニングの出張受付（週1回）があります。

(9) その他

- 訓練期間中の食費および宿泊費について、候補者が支払うことは原則ありません。
- 訓練期間中の国内手当は候補者の訓練修了日に合わせ、一括して支払われる予定です。訓練期間中に必要と思われる最低限の生活費（文房具等購入費、クリーニング代、課業外の病気やケガに伴う治療費等）は各自で用意してください。
- 自己都合により派遣前訓練・派遣を辞退した場合には、派遣の準備にかかった費用及びキャンセルに伴う費用の負担を候補者に求めることがあります。
- 公用旅券や入国ビザ用写真等に係る費用は、訓練修了時に支給される支度金に含まれています。
- 駒ヶ根市内（市街地）で利用できる金融機関は八十二銀行、長野銀行、ゆうちょ銀行、アルプス中央信用金庫、長野県信用組合、JAバンクです。
- 訓練所の携帯電話等の通信状態について、au・ソフトバンクモバイルは繋がりがやすい傾向にあり、NTTドコモは繋がりにくい傾向にあります。

14. 広報活動等への協力について

JICA事業の広報のために、取材や寄稿を依頼する場合があります。また、訓練中の写真等をパンフレットやウェブサイトに掲載する場合がありますので、是非ご協力ください。

15. 選挙について

派遣前訓練期間中に選挙が実施される場合は、事前に選挙人名簿のある選挙管理委員会に連絡し、必要な手続きを取ってください。また、期日前投票ができるのであれば事前に行うことをお勧めします。期日前投票等、選挙に関連することについては、最寄りの選挙管理委員会へ問い合わせてください。

訓練期間中に不在者投票をする方は早目に相談してください。

16. 個人情報の取り扱い

入所にあたり提供された個人情報は原則として以下に挙げる目的のために利用します。

- ・ JICA 海外協力隊の訓練、派遣に係る諸手続き
- ・ JICA 海外協力隊事業実績の取りまとめ、及び統計データの作成等

なお、業務を遂行するにあたり、委託先（訓練業務委託団体、語学訓練委託企業等）に情報提供する場合があります。また、提出された書類は返却できませんので、必要

な方はあらかじめコピーをとってください。

17. カナダ eTA・NZeTA 申請について

(1) カナダ eTA

中南米、カリブ諸国への派遣はカナダ経由となる場合があります。その際は公用旅券発給後、カナダ eTA 申請*が必要です。申請は有料で、支払いには次のクレジットカード等が必要です（2021年1月現在）。

- ビザ、マスター、アメリカンエクスプレス、JCB

(2) NZeTA

大洋州への派遣はニュージーランド経由となる場合があります。その際は公用旅券発給後、NZeTA 申請*が必要です。申請は有料で、支払いには次のクレジットカード等が必要です（2021年1月現在）。

- ビザ、マスター

なお、カナダ eTA・NZeTA の登録は新たに発給される「公用旅券」の情報を用いて行う必要があります。詳細については入所以降に説明しますが、以下を事前に確認されることをお勧めします。

【カナダ eTA】

<https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/visit-canada/eta/apply-ja.html>

【NZeTA】 <https://nzeta.immigration.govt.nz/>

※入国に必要な情報を渡航前にインターネット上で提出し、承認を受けるシステム。

18. 問い合わせ先

HP (<https://www.jica.go.jp/volunteer/qualifier/long/1-4.html>) を参照してください。
なお、訓練中にメールでの書類提出などを求める場合が多々ありますが、JICA が使用する業務用のメールアドレス（～@jica.go.jp）はセキュリティの関係上、下記の条件に該当するメールを受信できない場合がありますのでご注意ください。

1. 圧縮フォルダ(.zip 等)添付メール
2. 実行形式ファイル(.exe 等)添付メール
3. 添付データ容量が 20MB を超過するメール
4. メール本文内に URL が記載されていて、URL が不審メールと判定されたメール
5. ドメインが外部のセキュリティ判定機関により安全性が低いと判定されているドメインサーバから送信されているメール
6. 経由したメールサーバが安全性が低いと判定されたメール
7. 添付されているファイルが壊れているメール、ファイルの種類が判定できず不審メールと判定されたメール
8. メール本文中に “口座番号”、“振込” などの フィッシング詐欺を連想させるキ

ーワードの記載があるメール

9. その他、Microsoft 社のスパムメール判定基準（※）により 安全性が低いと判定されたメール

（※）⇒ Microsoft 社のスパムメール判定基準は非公開のため JICA ヘルプデスクでも把握できません。

訓練所の様子

※この写真は 2019 年以前に撮影されたものです。



訓練所全景



1階ロビー



居室(個室)



語学教室



洗濯室



浴室

- ① 洗濯機および乾燥機の使用料はかかりませんが、洗剤は各自で用意してください。
- ② シャンプー、石鹸等は各自で用意してください。(アメニティはありません)