

NPO LeaD

2026 年 8-9 月実施版【公開用】

拓大ルワンダ研修 しおり



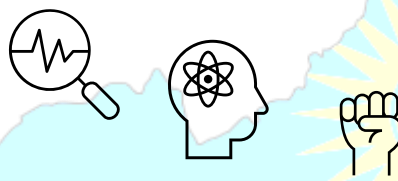
NPO 法人 LeaD

研修の目的

アフリカ・ルワンダの現状について、体感して理解し、今後の国際社会のために何ができるかを考える機会とする。

主体的に、

- ・ 体験して知る Feel
- ・ 考える Think
- ・ 実践する Action



本研修では、ルワンダの現状を自らの目を見て、生の声を聞き、体感する経験を通して、それぞれがアフリカの現状について理解し、今後の国際社会のために何ができるかを考える機会を創出します。普段見聞きしているアフリカを“知識”としてだけでなく、“人との出会い”として体感してもらいたいと考えています。

正解を持ち帰る旅ではありません。むしろ、「簡単に答えが出ない問い」と出会う旅です。

以下の3点を目的達成手段の中心に据えます。

【体験を通して知る】、【考える】、【実践する】

LeaDは、参加者の自主性・主体性を尊重し、自ら考え、選び、学びを深めることを支援します。

概要

現地においてODA現場を中心に各種施設を訪問し、省庁関係者やJICA海外協力隊、現地で活躍する日本人やNGO、現地の人々等と交流し、体感を通して学びを深めます。

訪れる機会が少ないであろうアフリカにおいて、人々の生活に触れて異文化を感じ理解することは、上記の目的を達成するためにも基盤となるものです。

それぞれのテーマ

それぞれが、国際協力やルワンダ等について知りたいことや興味・関心があること、疑問に思うことなどの「テーマ」を持って参加します。事前学習で学んだことを活かして、現地でテーマの探求を実施し、学びを深めていきます。



【目次】

1. ルワンダ基本情報「ルワンダを知る」
2. 安全対策・緊急連絡先
3. 健康管理
4. 持ち物
5. 宿泊先
6. 現地スケジュール

* 2026 年 8 月時点の情報

本資料の無断転載・利用を禁止します。
必要がある場合は、LeaD へお問い合わせください。

1. ルワンダを知る



* ルワンダ研修で訪問する場所は赤枠



ルワンダ共和国 (Republic of Rwanda)

一般情報	
面積	2.63 万平方キロメートル
人口	1,426 万人 (2024 年、世銀)
首都	キガリ (Kigali)
言語	ルワンダ語、英語、フランス語、スワヒリ語
宗教	キリスト教 (カトリック、プロテスタント) : 9 割、イスラム教 : 数%
政治	
政体	共和制
元首	ポール・カガメ (Paul KAGAME) 大統領
経済	
主要産業	農業 (コーヒー、茶等)
GDP	143 億ドル (2024 年、世銀)
一人当たり GNI	1,040 米ドル (2024 年、世銀)
経済成長率	8.9% (2024 年、世銀)
物価上昇率	1.8% (2024 年、世銀)
主要貿易品目 (2022 年、世銀)	輸出 : 金、石油、紅茶、コーヒー 輸入 : 石油、金、パーム油、米、サトウキビ・甜菜糖
主要貿易相手国 (2022 年、世銀)	輸出 : コンゴ民主共和国、アラブ首長国連邦、中国、インド、英国 輸入 : 中国、タンザニア、ケニア、インド、アラブ首長国連邦
通貨	ルワンダ・フラン
為替レート	1 ドル = 1,411.10 ルワンダ・フラン (2025 年 3 月、BNR) 1 円 = 9.09 ルワンダ・フラン (2026 年 7 月、Google Finance)
開発協力	
日本の援助実績	有償資金協力 (2023 年度まで、EN ベース) 432.08 億円 無償資金協力 (2023 年度まで、EN ベース) 549.79 億円 技術協力実績 (2023 年度まで、経費ベース) 242.25 億円
主要援助国 (2022) 単位 : 百万ドル	(1) 米国 (170.4) (2) 日本 (67.5) (3) ドイツ (62.5) (4) EU (43.7) (5) ベルギー (42.0)、フランス (42.0)
二国間関係	
在留邦人数	163 人 (2024 年 10 月)
在日当該国人数	140 人 (2024 年 6 月)

(外務省 website)

アフリカ中央、大湖地域に位置する小国、ルワンダ。

標高 1,500m 前後の高原が国土の大部分を占め、緑に包まれた丘が幾重にも連なる風景から「千の丘の国 (Mille Collines)」と呼ばれます。年間を通じて最高気温は 25-30 度の過ごしやすい気候です。

国土は四国の約 1.4 倍ですが、アフリカで 2 番目に人口密度が高い国です。首都 Kigali には高層ビルが立ち並び、清潔で安全、交通インフラも整備された「新しいアフリカ」の姿があります。一方、地方に足を運ぶと、手作業で畑を耕し、家畜を育てる人々の生活が広がり、そこには地域の絆と強い助け合いの文化が息づいています。

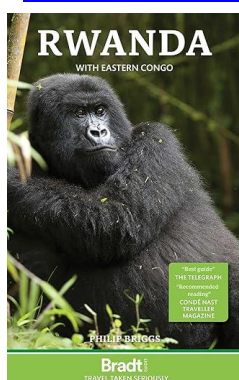
公用語は英語・フランス語・キニャルワンダ語 (Kinyarwanda)・スワヒリ語。首都では英語を話せる人が多い一方で、農村部では現地語しか話せない人も多い。多くの人々がキリスト教徒で、週末には教会の歌声が村中に響き渡ります。

1994 年の内戦（Genocide）の悲劇を経験したルワンダは、和解と再生を国家の柱に据え、「教育」「ICT」「ジェンダー平等」等をキーワードに社会を築き直しています。国会議員の約 6 割が女性という世界最高水準の男女平等、そして初等教育就学率 98% という数字は、国の努力の証です。

【参考 website】

- ルワンダ政府公式サイト <https://www.gov.rw/>
- Visit Rwanda（ルワンダ観光庁公式） <https://www.visitrwanda.com/>
- 外務省：ルワンダ基礎データ <https://www.mofa.go.jp/mofaj/area/rwanda/data.html>
- 在ルワンダ日本国大使館 <https://www.rw.emb-japan.go.jp/>
- 駐日ルワンダ国大使館 <https://www.rwandainjapan.gov.rw/>
- JICA ルワンダ事務所 <https://www.jica.go.jp/rwanda/office/index.html>
- UNDP Rwanda <https://www.undp.org/rwanda>
- Bradt Travel Guides: Rwanda <https://www.bradtguides.com/destinations/africa/rwanda/>

↑ 本でも売っています。



🏙️ 首都キガリ（Kigali）



Kigali はルワンダの「顔」。丘の斜面に広がる街並みは清潔で整然としており、アフリカの首都の中でも治安の良さと街の美しさで知られています。プラスチック袋の使用を禁止し、月に一度の「ウムガンダ（Umuganda）」と呼ばれる全国一斉清掃・奉仕活動を全市民が行うなど、環境への意識が非常に高いのも特徴です。街の中心にはカフェやレストランが立ち並び、ルワンダ産コーヒー豆やクラフト雑貨が人気。若い起業家やデザイナーが集うコワーキングスペースも多く、アフリカ有数の ICT スタートアップ都市として注目を集めています。

📍 訪問先の例：

キガリ虐殺記念館 Kigali Genocide Memorial	世界遺産。Genocide 関連の世界遺産は Gisozi、Nyamata、Murambi、Gisesero の 4 つです。過去を学び、平和の尊さを感じる場所。
キミロンコ市場 Kimironko isoko	現地の人々の生活感や活気があふれる、ルワンダ最大の地元市場。値引き交渉を楽しめます。スリや盗難、客引きには注意。
ホテル・ミルコリンズ	映画「ホテル・ルワンダ」の舞台
カフェ 「Question Coffee」など	女性の就業支援を行うコーヒープロジェクト等を学べる場所。Kigali には、他にもたくさんのカフェがあります。
Umuco Mwiza 学園 (Umuco Mwiza Academy)	LeaD が支援をしている現地学校。日本からの支援を受け、日本式教育の理念を取り入れている私立学校。協力隊も派遣されています。

* 他にも多くの見所があります。



🌿 東部県カヨンザ郡 (Kayonza District)

地方訪問先である Kayonza は、首都 Kigali から Rwamagana を経て東へ約 70km、バスで 2 時間ほどに位置しています。赤土の道と緑の丘が織りなす Kayonza 郡では、幹線道路は舗装されていますが、一歩外れると未舗装の土の道となり、農村が広がっています。

出生率が比較的高く、平均年齢が低い地域です。

郡内にはアカゲラ国立公園 (Akagera National Park) があり、ゾウ・キリン・シマウマ・ライオンなどを保護する Safari もあります。観光と地域発展の両立を目指す取り組みが進められています。

農村では、トウモロコシ、バナナ、キャッサバ、豆などを栽培し、近隣の市場で取引します。人々は互いに助け合いながら生きる“ムブワナ（共助）”の精神を大切にしており、訪問者にも温かく接してくれます。

【LeaD が連携する現地パートナーたち】

Ready for Reading 図書館・青少年センター 識字教育・女性支援プログラム https://readyforreading.org/	
Akagera Good Neighbors ストリートチルドレン等の教育・生活支援 https://www.facebook.com/AkageraGoodNeighbors/ https://akageraneighbors.com/our-services/akagera-good-neighbors/	
Hirwa Children`s Foundation 地域の子どものための教育・栄養支援 https://www.hirwachildrensfoundation.info/	

💰 通貨

通貨単位は「ルワンダ・フラン (RWF)」で、お札とコインがあります。

1 円 = 9.08 RWF (2026 年 7 月前半時点)

例： 1,000 RWF = 110 円 ほど (5,000 RWF = 550 円、 10,000 RWF = 1,100 円)
 1,000 円 = 9,080 RWF ほど

両替では、**ドルからルワンダ・フランへ両替**します。現行 100 ドル札の為替レートが高く、古い紙幣はレートが落ちるので注意。

時差

ルワンダの時間＝（日本の時間）－ 7 時間

日本の時間＝（ルワンダの時間）＋ 7 時間

* サマータイムはありません。

例： ルワンダで朝 10 時なら、日本は午後 5 時
ルワンダで午後 5 時なら、日本は深夜 12 時



インターネット状況

インターネットは広く普及していますが、本研修では基本的に宿舎やレストランの無料 Wi-Fi を使用します。速度は 10～20Mbps 前後ですが、不安定なので動画の視聴などが難しい時もあります。

それ以外でインターネットを使用したい人は、事前購入か現地 SIM を購入します。

【事前購入】

イモトの WiFi を日本からレンタルしていき、現地で何人かと共有する方法もあるようです。
または、オンラインで eSIM を購入可能な Airalo、Nomad、ByteSIM 等が使えるようです。

【現地購入】

通信会社は、MTN、または、Airtel

現地 SIM 購入にはパスポートが必要で、SIM Free デバイスのスマホでしか使えないので注意。



気候

ルワンダには四季があると言われます。ルワンダの四季は日本とは違い、一般的に

【小乾季（1～4 月）→大雨季（4～6 月）→大乾季（7～10 月）→小雨季（10～12 月）】です。

ルワンダは赤道に近いですが、標高が高いため年間を通じて平均気温が約 22℃の「常春」のような気候です。湿度が低く非常に過ごしやすい環境で、冷暖房を必要としない地域がほとんどです。

日中は陽に当たっていると熱く感じますが、雨の後や日没後は気温が下がって肌寒く感じることもあります。1 日の中で寒暖差が大きいので注意が必要です。

滞在時期

- ・ 9 月は大乾季の後半で、最も過ごしやすい時期、Safari に最適の時期とも言われます。
- ・ 気温は、日中 26℃前後、日没後 15℃前後、湿度低め 60%前後。
- ・ 長雨は殆どなく、スコール（集中豪雨）が稀にある。
- ・ 地方では乾燥で砂埃が多いので、マスクがあると良い。
- ・ ジャカランダ（アフリカの桜）が咲き乱れる時期。

🐘 ルワンダの国立公園～Akagera National Park～

タンザニア国境にある Akagera river を由来とするこの国立公園は、東部に位置するルワンダ唯一のサバンナ型国立公園です。豊かな自然環境と多様な野生動物が保護されており、ライオン、ゾウ、サイ、ヒョウ、バフアローの「Big Five」をすべて観察できるアフリカでも貴重なエリアとして知られています。

本研修では、自由行動の中で希望者はアカゲラ国立公園へ行く時間が取れます。そのため、係る料金は自己負担です。手続に関しては自分自身で行ってもらいますが、LeaD は情報提供等のサポートを行います。基本的には、アカゲラ国立公園が実施している「Game Drive（午前半日）」を推奨しています。

以下から予約ができます。支払いは基本的にクレカです。

Akagera Booking Platform : <https://booking.akageraform.rw/>

(料金の参考 * 年次更新)

Akagera National Park Fees 2026 | Entrance & Activity Fees :

<https://www.akageranationalparkrwanda.org/akagera-national-park-fees-2026/>



ルワンダの自然の観光地として、他にも以下などがあります。

🌋 ヴォルカノ国立公園 (Volcanoes National Park)

ルワンダで最も有名な自然の観光地で、海外から多くの観光客が訪れています。野生のマウンテンゴリラと出会える、ゴリラトレッキングが行われています。

🌲 ニュンゲ森林国立公園 (Nyungwe Forest National Park)

アフリカで最古の原生熱帯雨林の一つで、世界遺産にも登録されています。チンパンジーなどの多様な霊長類や、地上約 50m に架かるキャノピーウォーク（吊り橋）が人気です。



2. 安全対策

ルワンダはアフリカの中で安全な国ですが、日本の安全さとは大きく異なります。ルワンダ含め海外では外国人が犯罪のターゲットとなり易いため、常に注意が必要です。

必須事項

- ① たびレジの登録（たびレジからのメールは必ず確認）
- ② 海外旅行保険への加入（保険証は紙でも持参）
- ③ 外務省海外安全情報の確認

① たびレジ

<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/index.html>

上記から登録するとメールで情報が届くようになるので、届いた情報はしっかり確認してください。

② 海外旅行保険

海外旅行保険への加入は必須です。**クレジットカード付帯のものでは保証内容が不足**する場合があるので、別で保険に加入してください。

渡航日の2週間前を目処に、保険証のコピー（PDF データ等）を LeaD か大学へ提出してもらいます。

保証内容や金額に指定はありませんが、救援者費用・緊急移送費用が十分にカバーされるものを推奨します。

一例として、以下の「たびとも」があります。他にも、保険会社や大学生協などのサービスがあるので、自分で調べて最適なものに加入してください。

<https://www.hs-sonpo.co.jp/travel/>



保険に加入すると保険証が発行されます。保険証はデータだけでなく、「紙」で最低2枚（携行用と保管用）を持参してください。

③ 外務省海外安全情報

外務省の安全情報は逐次更新されます。定期的に確認するようにしてください。

<http://www.anzen.mofa.go.jp/>

以下は、海外での安全対策についてコンパクトにまとまっています。渡航前に確認してください。

<https://www.anzen.mofa.go.jp/trip/#trip>

https://www.anzen.mofa.go.jp/pamph/pamph_10.html

ルワンダに関しては、以下の手引きを確認してください。

在ルワンダ日本国大使館「安全の手引き」（2026.2）

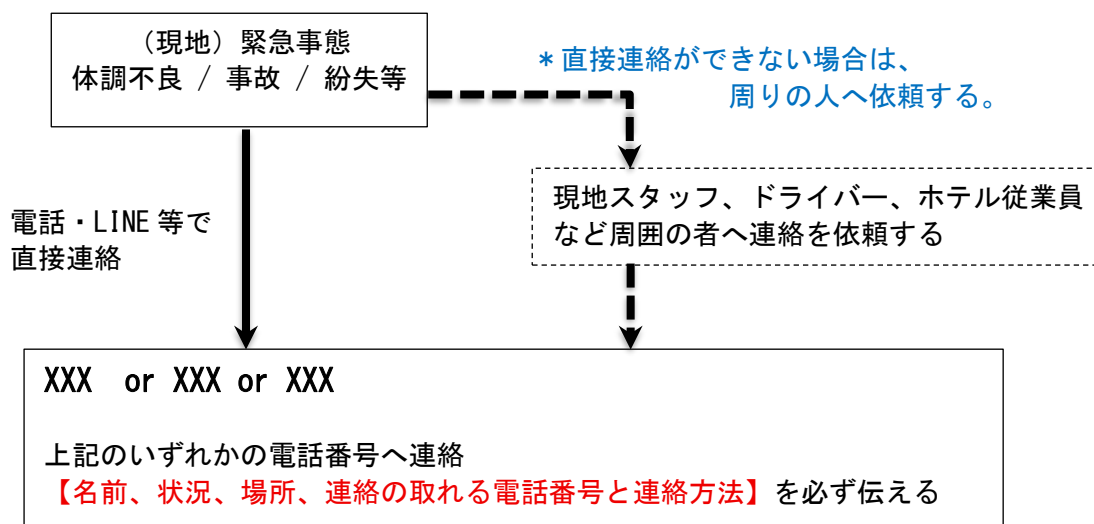
<https://www.rw.emb-japan.go.jp/files/100465051.pdf>

緊急連絡先

緊急事態が発生した場合、
まず以下の中の1人へ、迅速に電話やLINE 通話等で連絡してください。

大学担当者	XXX	(現地番号) 07XX-XXX-XXX (MTN) or +81 (0) XX-XXXX-XXXX
LeaD 担当者	XXX	(現地番号) 078X-XXX-XXX (MTN) or +81 (0) XX-XXXX-XXXX
	XXX	(現地番号) 072X-XXX-XXX (Airtel) or +81 (0) XX-XXXX-XXXX

緊急事態発生時



万が一、上と連絡が取れない状況であれば、以下への連絡も検討してください。

在ルワンダ日本国大使館		
代表電話	+250-252-500-884	
領事班	+250-788-385-404	執務時間外、土日祝日の緊急連絡先
住所	35, KG7 Avenue, Kacyiru, Kigali, ブルースターハウス	
メールアドレス	rw.emb-japan@kq.mofa.go.jp rwanda-consul@kq.mofa.go.jp	領事班直通
閉館時の 緊急連絡先	+250 (0) 788-385-404 +250 (0) 788-385-405 +250 (0) 788-385-403	

現地警察・消防等・警察一般	交通事故	火災	救急
1 1 2	1 1 3	1 1 1	9 1 2

危機管理に関する基本的な考え方

- ① 現地の法律を守り、歴史や宗教、文化、風習を理解し尊重する
 - ・ 公共の場（レストランなど）において、大声で現地の悪口を言ったり、政治、宗教、文化などの批判をしたりしない。
 - ・ ルワンダの歴史背景として、「ジェノサイド」、「フツ」、「ツチ」という単語について**不用意な使用を避ける**。
- ② リスクを自覚し、危険に近づかない
 - ・ 人が集まって騒いでいるような場所には極力近づかない。
- ③ 単独行動を避ける
 - ・ 常に2人以上で行動する。
- ④ 見知らぬ人を安易に信用しない
 - ・ 親しそうに話し掛けられても、簡単に信用してついて行ったり連絡先を教えたりしない。
- ⑤ 自分の身は自分で守る
 - ・ 不要なトラブルを回避するよう自身で出来る最大限の安全対策を行う。
- ⑥ リスクに関する情報収集に努める
 - ・ 自分自身で収集するだけでなく、周りへの共有も。
- ⑦ 常に自分の所在を明らかにする
 - ・ やむをえず団体行動から離れるような場合は、周囲へ一言かけていく。
- ⑧ 犯罪被害に巻き込まれたら、命を最優先に**無抵抗主義**を基本とする
 - ・ 犯罪に遭遇した際、生命の安全を最優先とし、金品は差し出して一切抵抗しない。反撃や抵抗、不用意な行動をすることで犯人を刺激することを避ける。

行動三原則の徹底

- ① 外見、行動で目立たない
 - ・ 必要以上に華美な服装、装飾品をつけない。
- ② 行動を予知されない
 - ・ 行動のルーティンを避ける。SNS などへの投稿に注意する。
- ③ 用心を怠らない
 - ・ 時々軽く振り返るなどして、警戒していることを周囲に示す。最初の緊張感を忘れず。

安全対策は、何度繰り返し学んでもやり過ぎることはありませんし、これで十分となることはありません。まず基本に忠実に、自分自身での情報収集にも努め、実践してください。

現地研修中のルール

- ・ 無断単独行動の禁止
- ・ 夜間・深夜の外出禁止
- ・ 飲酒は許可制
- ・ バイクタクシーの使用は禁止
- ・ 体調不良は即申告
- ・ SNS 投稿では、できる限り位置情報を示さない

3. 健康管理

充実した研修・現地滞在を実現するためには、渡航前からの健康管理が必要です。ルワンダの医療水準も高くないため、まずは病気にならないような対策をしっかりとしましょう。

ルワンダの医療事情については、渡航前に以下を確認してください。

https://www.mofa.go.jp/mofaj/ms/h_w/page5_000386.html

滞在時に注意すること

(標高)

- ・ルワンダは標高が高いため、到着時は軽い頭痛や息切れを感じることもあるでしょう。1日程度で慣れますが、慣れるまでは無理をせず、不調を感じたらすぐ休むようにして下さい。

(飲食物)

- ・食べ物が原因の4つの病気に特に注意（食中毒、赤痢、コレラ、A型肝炎）

【対策】

- ① 生ものを食べない
- ② 生水・氷は禁止：安全な市販のミネラルウォーターを飲む。飲み物内の「氷」にも注意
- ③ 魚介類や肉類は新鮮で加熱したもの
- ④ 生野菜は控える
- ⑤ 乳製品や卵は、調理されていることが原則
- ⑥ 果物は自分で皮をむいたものを食べることが基本

感染症を予防・うつさないために

- ① 野生動物や患者に直接触れない、洞窟に入らない
- ② 手洗い、こまめな手指の消毒、うがいを徹底する
- ③ こまめに爪を切り清潔にしておく
- ④ 裸足で歩かない、過度に肌を露出しない
- ⑤ マスクを正しく着用し、咳エチケットを守って飛散を防ぐ
- ⑥ 虫よけ剤の使用（蚊、布団のダニなど）
- ⑦ マラリアを避けるには蚊に刺されないことが原則です。蚊帳の使用、肌を露出しない、虫よけスプレーを使用するなど、蚊に刺されない対策をとる
- ⑧ 必要なワクチンの接種
- ⑨ 自身で体調を管理し、睡眠や食生活などの生活リズムを整えていく

体調に異変を感じた場合、すぐに申し出る、無理をしない。

予防接種

2026 年 7 月時点で、ルワンダ入国に必要な予防接種はありません。本研修も 2 週間以内の短期滞在ですので、各種予防接種を必須とはしません。

但し、以下の予防接種を推奨としますので、接種が可能な方は検討してください。★は中でも優先度の高いものです。

★黄熱病	出発 2 週間前に 1 回、生涯有効
★A 型肝炎	渡航前 2～4 週間の間隔で 2 回接種 半年後に 3 回目の接種をすると 5 年間有効
B 型肝炎	1 回目から 4 週間あけて 2 回目を接種し、6 ヶ月後に 3 回目を接種
狂犬病	初回接種日を 0 日とすると、7 日後に 2 回目、21～28 日後に 3 回目を接種 出発まで時間がない場合は 2 回までの接種でも一定程度有効
★腸チフス	出発 2 週間前に 1 回、効果は 2, 3 年
髄膜炎	出発 2 週間前に 1 回、効果は 3～5 年
★破傷風	初回から 3～8 週間後に 2 回目、6～12 か月後に 3 回目を接種

* ワクチンの種類や過去の接種記録によって上記内容と異なる場合があります。接種する場合は必ず医師に相談してください。

現地医療機関

Kigali には、日本人も利用する以下のような病院があります。

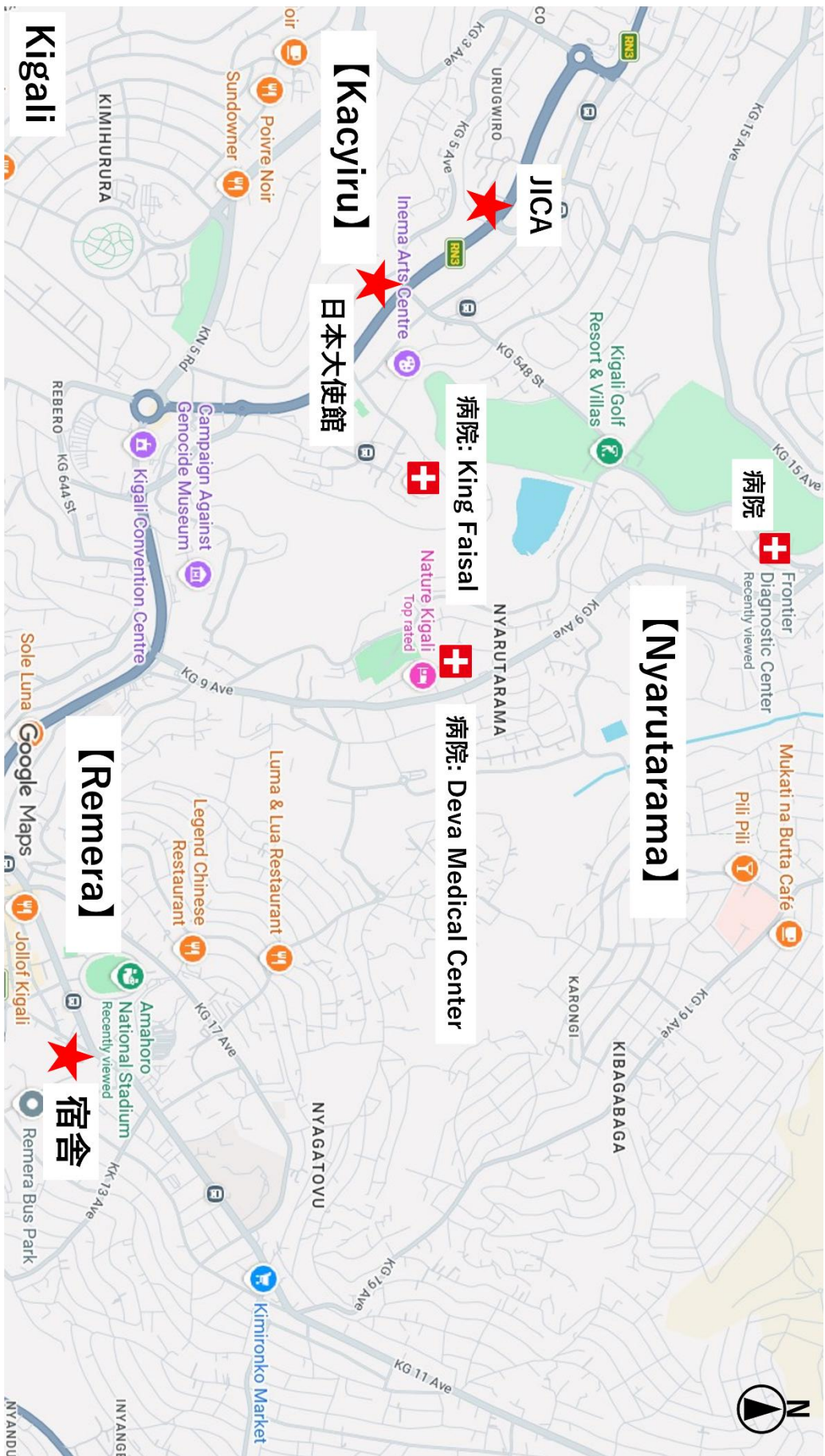
King Faisal Hospital Rwanda	
住所	KG 544 ST 10 Kacyiru, Gasabo, Kigali
電話	3939 または 0788-123-200
概要	多くの専門医と先進医療を提供する 24 時間対応の中東系の私立総合病院。CT、MRI もあります。市内で最も利用しやすい病院です。
Deva Medical Center	
住所	KG 519 ST 6 Nyarutrama, Gasabo, Kigali
電話	0788-333-111
概要	トルコ系の私立クリニックです。衛生的で清潔な雰囲気外国人の利用も多く、歯科、小児科、婦人科、総合内科等を備えています。特に歯科の診察室は広くて清潔です。院内に検査室があり一般的な項目の血液検査は実施可能ですが、レントゲン検査はできません。
Frontier Diagnostic Center	
住所	KG 560 Street &, KG 13 Ave, Kigali
電話	0737-044-445
概要	インド系の私立クリニックです。比較的新しいクリニックで、院内検査室も備えており、レントゲン検査も実施可能です。歯科はありません。

個別相談窓口

健康管理に関して、

個別で不安や疑問などの相談がある場合は、以下へメールでご連絡ください。

LeaD 健康管理担当 相談窓口： XXX XXXXXX@XXXXX.co.jp



4. 持ち物（参考）

〈必需品〉

- パスポート
 - ・ **現地でも常に携行し、紙のコピーも持参**。心配な人は、パスポートサイズの証明写真 2 枚も。
- e-ticket、旅程表（この「しおり」の必要な部分など）
 - ・ **紙でも**。宿の住所や電話番号、緊急連絡先の書いてあるもの。
- 海外旅行保険証
 - ・ **紙で携行用と保管用の最低 2 枚**。
- 予防接種記録・イエローカード（あれば）
- スマホ
 - ・ SIM Free の機体であれば現地 SIM 使用可能
- 充電器、変換アダプター
 - ・ C タイプ（丸ピン 2 本）／220V、万能変換プラグ（→）が便利
- US ドル現金
 - ・ **交換率が良いのは \$100 新札、ビザ用に 50 ドル札**
 - ・ 宿泊代をすべてクレカで払う場合、VISA 代 50 ドル含め計 400 ドル前後あれば OK かなと思いますが、クレカの読取不良（空港でも）も多いので、想定して少し多めに。
- クレジットカード
 - ・ できれば予備含め 2 枚。首都は **VISA、Master 対応** の店も多い。JCB、Amex 対応は少ない。



〈その他〉

- 官公庁表敬の際の襟付きシャツやチノパン（推奨）
- パーカーなど防寒着（日没後や降雨後は肌寒い）
- 外用スニーカー、宿舎内用サンダル
- 帽子、サングラス、日焼け止め
- エコバック（買い物に便利）
- 虫除けスプレー（DEET 配合推奨）
- 部屋内に使えるような蚊取り・虫よけスプレー（ワンプッシュ蚊取りなど）
- マスク（機内乾燥対策、外も埃多い）
- タオル、ハンカチ、ウェットティッシュ、除菌ジェル
- シャンプー、コンディショナー、歯ブラシ、歯間ブラシ、歯磨き粉、爪切り、耳かき
- ドライヤー（海外電圧対応）＊宿泊先にドライヤーはありません。
- 折り畳み傘、または 100 均などの合羽
- ダイアルロック、ワイヤーロック
- ネックピロー（機内、移動用）
- 粉末（顆粒）スポーツドリンク（熱中症対策、下痢の際）
- 粉末洗濯洗剤（小分けの使い切り）＊現地でも簡単に買えます
- 現地でお世話になった人へ渡すちょっとした品（日本の小分けのお菓子等）
- 非常食（カップ麺、インスタントみそ汁などがあるとホッとできる）

など

【機内持ち込みのオススメ】

- ・ パスポート、現金（財布）、スマホ、旅程表、e-ticket（紙で）
- ・ 旅の「しおり」 ＊本冊子（宿泊先住所や現地連絡先が分かる）
- ・ ラップトップ、タブレット、モバイルバッテリー、電源コード、変換プラグ
- ・ マスク（良質な物を 2, 3 個）、ウェットティッシュ
- ・ のど飴、目薬、常備薬、ネックピロー（折り畳み式）
- ・ ラクな服装（機内はだいたい寒いので、簡単な上着も）

＊気圧変化に弱い人（飛行機頭痛持ち）は、頭痛薬、鼻炎薬、気圧調整耳栓

機内での盗難（席や荷物棚でも）も発生するので、貴重品（パスポート、航空券、財布、スマホなど）は、席を立つ時も、トイレの際も、肌身離さず。

【注意点】

（持込みが制限されているもの）

環境保護のため、外国からルワンダ国内へは**買い物用プラスチック袋（レジ袋）を含む、ビニール製品は一切持ち込めません**。空港等で没収されますので注意してください。また、ラッピング用のビニール材についても同様に空港で取り除くよう指示されます。

例えば、乗り換えの空港で何かを購入するとレジでビニール袋へ入れてもらえますが、このビニール袋は拒否して（または捨てて）、買った物は鞆へしまってください。

👉ルワンダで買うお土産の例

- ◎ 飲食物（コーヒー、紅茶、ピリピリ（唐辛子ソース）、ナッツなど）
- ◎ アフリカ布（キテンゲ）やバナナの葉を使ったクラフト
- ◎ バスケット、鍋敷き

（参考）ルワンダで買いたい！おすすめ土産 10 選

<https://www.veltra.com/jp/yokka/article/rwanda-souvenir-shopping-spot/>

5. 宿泊先

ルワンダの一般の宿には日本のようなアメニティはなく、小さな石鹸とタオル、トイレットペーパーがあるくらいです。生活に必要な物は、たいてい周辺で購入できますが、質は高くありません。

水は基本的に部屋で使えますが、飲むのには適しません。お湯は出ないことが多く、断水で水が止まることもあります。フロントにお願いすれば、お湯や貯め水を用意してくれることもあります。

電気は各部屋で使えますが、コンセントのプラグ形状が日本と違うため、日本から持ち込む機器には変換アダプター（C→A）が必要となり、対応電圧（ルワンダは220～230 V）にも注意して下さい。電子レンジや冷蔵庫、エアコンはありません。

洗濯機はないので、洗濯は基本的に自分で手洗いして室内に干すような感じになります。そのため、乾きやすい物が良いでしょう。宿で洗濯を依頼できますが、お金が掛かり、いつ仕上がってくるか不明なのが難点です。

ベッドには基本的に蚊帳がついています。蚊に刺されないために、適切に使用してください。

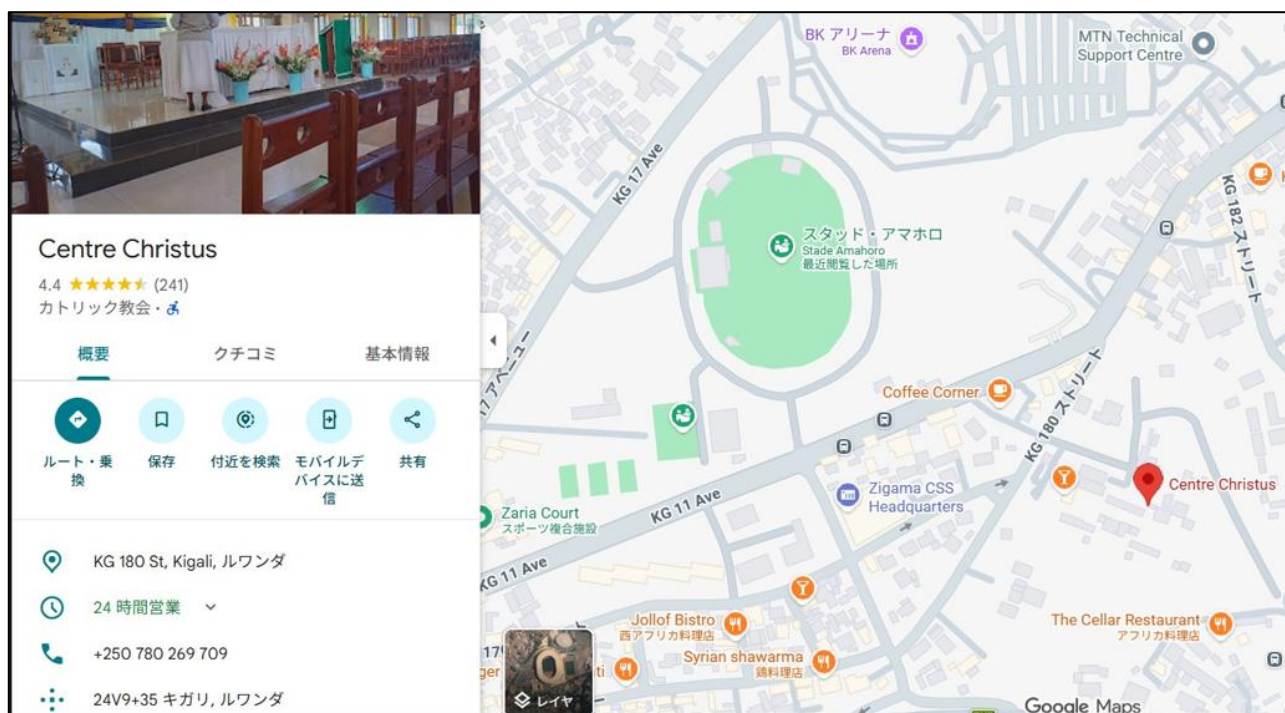
（注意点）

部屋を離れる時は必ず鍵をかけ、部屋の中の目立つところに貴重品を置いていかないようにして下さい。貴重品はすべてスーツケースの中にしまって鍵をかけていくか、手持ちにして下さい。

盗もうという気を起こさせない（誘発しない）ことも、大事な安全対策です。

● Kigali（首都）

Centre Christus



住所	180 KG 8 St., Remera, Kigali
電話番号	+250- (0) 780-269-709
補足	キリスト教系（ミッション系）の宿舎 クレカ支払い対応 アメニティはほとんどありません

● Kayonza (東部地方)

Akagera Neighbors

Akagera Sunset House

Akagera Neighbors



Akagera Neighbors
4.2 ★★★★★ (80) ・ B&B

概要 価格 クチコミ 基本情報

ルート・乗換 保存 付近を検索 共有

Kabarondo, Kayonza, Iburasirazuba, Kabarondo, ルワンダ

akageraneighbors.com

+250 788 813 506

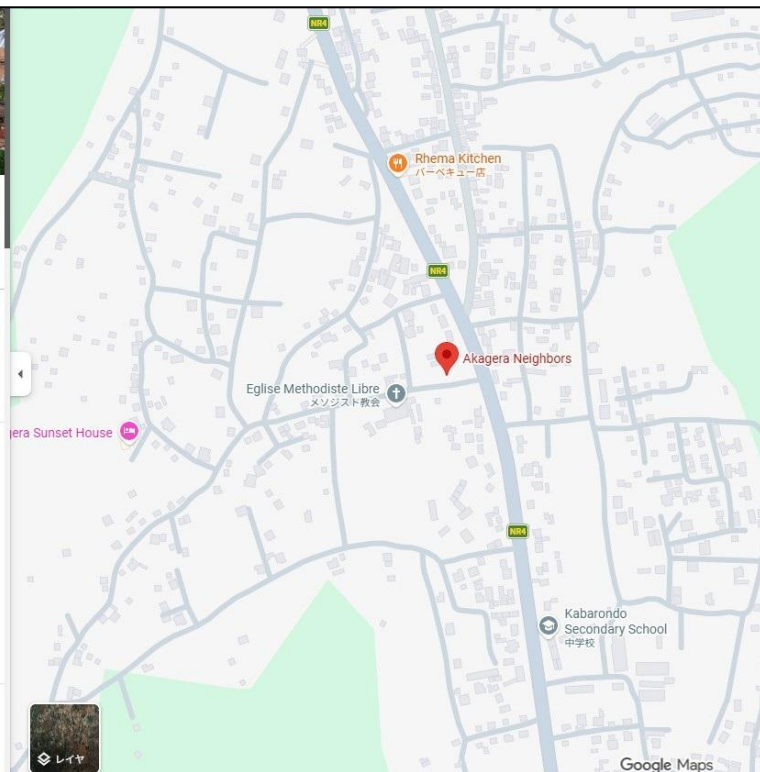
2H64+9W カバロンド, ルワンダ

ダブルベッド 1台 ¥8,312 >

部屋をすべて表示 >

すべてのオプション

Agoda 朝食付き ¥8,313 >



Akagera Sunset House



Akagera Sunset House
5.0 ★★★★★ (1) ・ ゲストハウス

概要 価格 クチコミ

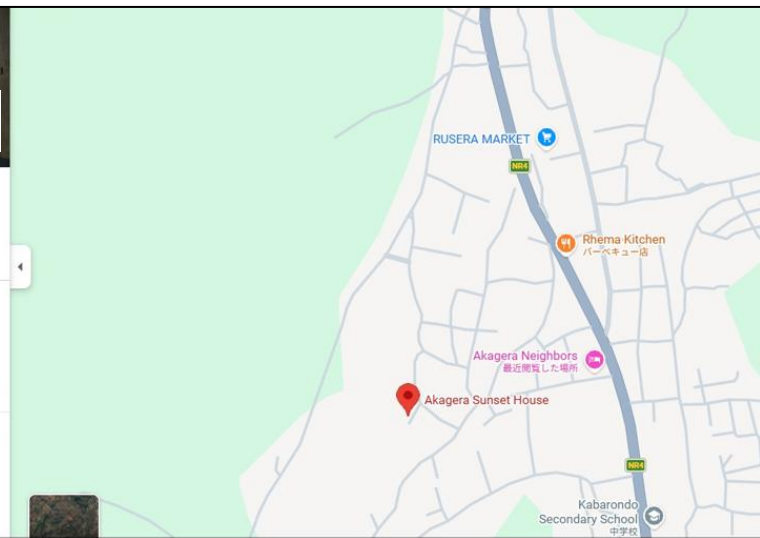
ルート・乗換 保存 付近を検索 共有

空室状況の確認

価格を比較 キャンセル料無料のみ ☐

チェックイン/チェックアウト

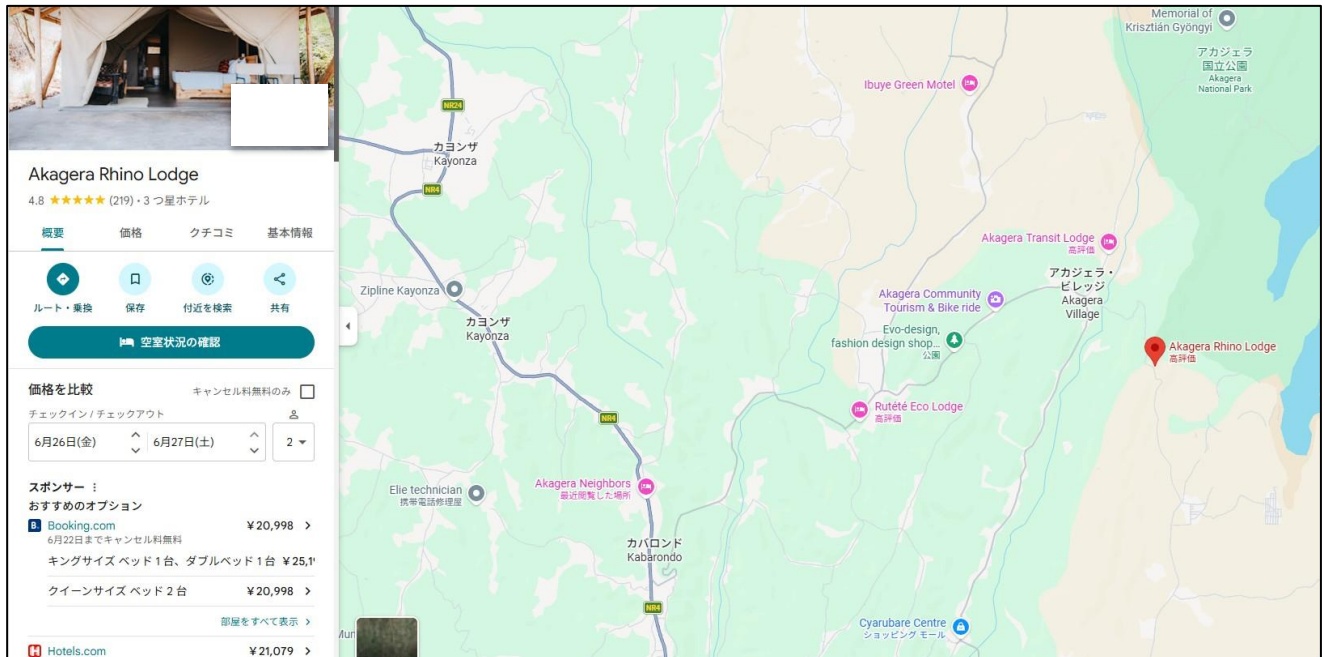
7月13日(月) 7月14日(火) 2



住所	Kabarondo, Kayonza, East province
電話番号	+250-(0) 788-813-506
Web	https://akageraneighbors.com/
補足	両方とも、NGO Akagera Good Neighbors が運営する宿で、両舎徒歩 7 分ほどの距離 クレカ支払い対応 アメニティはほとんどありません

● Akagera 近く

Akagera Rhino Lodge



The screenshot displays the Akagera Rhino Lodge listing on a travel platform. On the left, there's a photo of a tented lodge structure. Below it, the text reads 'Akagera Rhino Lodge' with a 4.8-star rating and '(219)・3つ星ホテル'. Navigation tabs for '概要' (Overview), '価格' (Price), 'クチコミ' (Reviews), and '基本情報' (Basic Information) are present. A '空室状況の確認' (Check room availability) button is also visible. The '価格を比較' (Compare prices) section shows a check-in date of 6月26日(金) and a check-out date of 6月27日(土) for 2 guests. It lists two options: one from Booking.com for ¥20,998 and another from Hotels.com for ¥21,079. To the right, a map shows the lodge's location in Akagera National Park, near Kayanza and Kabarondo, with various landmarks and other lodges marked.

住所	Nyagakonji Hill, next to Akagera National Park Main Entrance, Akagera Village
電話番号	+250-(0) 781-786-016
Web	https://www.akagerarhinolodge.com/
補足	Akagera National Park に近接した丘の上のホテル

6. 現地スケジュール

入国 VISA (On arrival) について

キガリ国際空港 (KGL) へ到着し降機後、まず一般のカウンターへ並びます。順番が来たらパスポートを手渡し、On arrival ビザ希望であることを伝え、入国審査官の質問へ答えます。

定番の質問事項は、以下です。

- ・ 入国目的 → 「Sightseeing」
- ・ 滞在期間 → 「For 11 days」
- ・ 宿泊先 → 「Centre Christus, in Remera, Kigali」

稀に、以下も訊かれます。

- ・ どこから来たか? → 「From Japan」
- ・ ルワンダの後はどこへ行くか? → 「To Japan」



その後、別のカウンターへ移動して、ビザ代を支払います。

ビザは「**Single Entry**」で**代金 50 ドル (クレカ or ドル現金のみ)**を支払い、パスポートを受け取ったら、Thank you と告げて改札を抜け、荷物検査を受けてスーツケースの受け取りへ進みます。

スーツケースをピックアップしたら空港の出口へ進みますが、稀にスーツケース内の検査があります。その際は素直に応じてスーツケースを開いてください。ルワンダでは賄賂等の汚職を厳しく取り締まっているため、不当な要求を受けることは全くと言っていいほどありません。

空港の外で LeaD メンバーがお待ちしています。合流したらバスで宿舎へ向かいます。よほど混んでいなければ 30 分程度で宿に到着します。

Murakaza neza mu Rwanda !

(Welcome to Rwanda)

ルワンダでの移動は、基本的に LeaD でレンタルしているバス (Coaster) 1 台を使います。それ以外は、徒歩です。



ルワンダでの交通手段として、Yego や MOVE という配車 (タクシー) アプリ (Uber のようなアプリ) があります。

また、乗合のミニバス (Matatu) やバイクタクシー (Moto) が一般では使われています。農村部では、自転車タクシーも見かけます。

バイクタクシーは危険性が高いため、協力隊などは利用を禁止されています。本研修でも、**バイクタクシーの利用は禁止**です。



現地スケジュール

8/31 : Kigali 着 ~ 9/10 : Kigali 発 (10泊11日間)

* スケジュール内、①は ODA 関連、②は教育関連などの情報収集ができそうなところ

	8/30 Sun	PM	20:40	NRT 発	ET 673/U、Incheon 経由	JPN
1	8/31 Mon	AM				Kigali
			9:50	KGL 着		
			11:00	宿泊先へ移動	Centre Christus	
		PM				
			17:00	両替、買出等、周辺散策 宿舎	1人200ドル両替 Centre Christus	
2	9/1 Tue	AM				Kigali
			9:00	JICA ルワンダ事務所	JICA ブリーフィング①②	
			11:30	Kicukiro District Office	区長表敬、政治、地方行政①②	
		PM				
			14:30	Genocide Memorial Centre	Kigali、視察	
				Kimironko Market	最大の市場、服オーダー等	
			17:30	Imigongo Art 宿舎	お話、宿舎 or 近辺 Centre Christus	
3	9/2 Wed	AM				Kigali
			9:30	Umuco Mwiza school	施設見学、教員らと面談②	
				Kigali Convention Center	最大の国際会議場見学	
		PM				
			12:00	Hôtel des mille collines	映画の舞台見学、ランチ	
			14:30	Kigali 大学	私立大学、キャンパス内見学	
			15:00	Kigali 大学法学部長講演	ルワンダのガバナンス等の話①②	
4	9/3 Thu	AM				Rwamagana Kayonza
			9:00	東部州へ移動		
			10:30	協力隊視察	コミュニティ開発（障がい者支援） ①②	
		PM				
			14:00	Zipline	見学、スタートアップ、ドローン	
5	9/4 Fri	AM				Kayonza
			8:30	GAHIMA Christian academy	草の根無償サイト、学校建設①②	
			10:00	Hirwa Foundation (LNGO)	活動視察、ECD 支援、家庭訪問②	
		PM				
			12:00	Hirwa Lunch	Traditional style	
			15:00	Akagera Good Neighbors (LNGO)	活動視察、ストリートチルドレン保護、家庭訪問② 拓大学生で交流活動を実施	
			17:30	宿舎	Akagera Neighbours, Sun set	

6	9/5 Sat	AM	9:00	協力隊視察	コミュニティ開発（水の防衛隊） ①②	Kayonza
		PM	13:30	Ready for Reading (LNGO)	活動視察、文化体験、家庭訪問②	
			16:30	Rhino Lodge	【自由行動】	
7	9/6 Sun	AM	5:00	Akagera 国立公園	【自由行動】	Kayonza
				Game drive 6:30-11:30 頃		
		PM	13:30	首都へ移動	13:00-13:30 に全員合流して出発	Kigali
				Rusumo Road 看板 (Kayonza)	ODA サイト① 周辺住民へのインタビュー	
			16:00	Kimironko Market	オーダーした服の受け取り等	
			17:00	宿舎	Centre Christus	
8	9/7 Mon	AM			* 体調確認	Kigali Tumba
			9:00	Tumba へ移動		
			10:30	Tumba TVET	ODA サイト（技プロ、無償）①②	
		PM				Kigali
			13:30	Sina Gerard	超有名な道の駅	
			15:30	ICT 省	ICT 等国家開発の話①②	
9	9/8 Tue	AM				Kigali Rwamagana
			8:00	Rwamagana へ移動		
			9:30	Saint Tarcisius school	幼稚園・小学校② 拓大学生で交流活動を実施	
		PM	16:00	Kicukiro District Office	研修報告、Certificate 授与①②	Kigali
			17:30	宿舎	Centre Christus	
10	9/9 Wed	AM				Kigali
			10:00	在ルワンダ日本国大使館	日本の国際協力概要、研修報告②	
		PM	12:00	市内 ODA 施設	ODA サイト（給水事業）②	
			14:00	Kigali 市内散策	希望者は現地バスで帰宿	
11	9/10 Thu	AM				Kigali
				散策、買い物&ランチ	【自由行動】 * 13:30 までに宿舎へ戻る	
		PM	14:00	空港へ出発	出発 3 時間前に空港到着	
			17:40	KGL 発	ET806	
	9/11 Fri	PM	19:40	NRT 着		JPN

* 現地の状況に応じて変更になる可能性があります。

参考情報

● Kinyarwanda

現地で使えるキニャルワンダ語のワンフレーズ

英語	キニャルワンダ語	意味
Hello	Mwiriwe(ミリウエ)	こんにちは
Good morning	Mwaramutse(ムワラムツエ)	おはよう
Thank you	Murakoze(ムラコゼ)	ありがとう
How are you? / I' m fine.	Amakuru? / Nimeza (アマクル? / ニメーザ)	ご機嫌いかが? / 良いです。
Yes / No	Yego(イエゴ) / Oya(オヤ)	はい / いいえ
Attention please	Mva (ウンバ)	すみません (店員さんと呼ぶ際など)
Excuse me / I' m sorry	Mbabarira(ンババリラ)	すみません ごめんなさい
How much?	Ni angahe?(ニ アンガヘ)	いくらですか?
Delicious!	Biraryoshe(ビラリヨーシェ)	おいしい!
See you again	Tuzasubira kubona (トゥザスビラ クボナ)	また会いましょう

● 現地サポーター

通訳（英語ー現地語）やロジなど、現地で皆さんをサポートする心強い現地メンバーです。

NAME	TEL
XXXXX XXXXX	078X-XXX-XXX (WhatsApp 対応)
XXXXX XXXXX	078X-XXX-XXX (WhatsApp 対応)

● 研修関係者リスト

氏名	職業等	情報	場所
		非公開	

作成 : 特定非営利活動法人 Learning as Development for All

連絡先 : lead20240924@gmail.com

作成日 : 2026年 8月24日

Memo

拓大ルワンダ研修

LeaD による事前研修について

2026 年 5 月 31 日

事前研修の実施内容について、以下の通りご案内します。

基本的に ZOOM オンラインで実施し、全 5 回です。

【事前研修スケジュール】

	月日	時間	内容
1 回目	6/5	18:30-19:30	研修概要及び重要事項説明
2 回目	6/19	18:30-19:30	LeaD の活動についての紹介
3 回目	6/26	13:50-15:30	佐々木先生からの講演
4 回目	7/3	13:50-15:00	研修での各自または各チームの研修テーマ発表
5 回目	7/24	13:50-15:00	フィールドワークの手法について

【接続先】

すべての事前研修は、以下の ZOOM URL にて行います。開始までに入室してください。

<https://XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX>

ミーティング ID: XXX XXX XXX

パスコード: XXXXXXXX

【各概要】

1 回目
本研修の目的を確認し、今後のスケジュールや入国までの流れ（入国 VISA、持ち物など）、滞在時の注意点などについて説明します。皆さんが安全に研修を終えられるように、安全管理・健康管理について LeaD から説明します。 ルワンダはアフリカ内で安全な国ですが、日本とは大きく違います。安全管理では、危険な目に遭わないために、どのようなことに気を付けるべきか、危険なことに巻き込まれてしまった場合、どうすれば良いかということ等をお話します。健康管理では、渡航前からの体調管理、推奨するワクチンの説明、現地で体調を崩したり病気にならないために、どのようなことに気を付けるべきか、病気や体調不良になってしまった場合、どうすれば良いかということ等をお話します。 渡航前、渡航中にも、個々に色々な悩みや心配があると思いますので、個別に相談ができるように LeaD では窓口を設けていきます。心配なことは、是非相談してください。
2 回目
LeaD は、ECD を中心に途上国、主にルワンダでの支援を行っている NPO 法人（NGO）です。今回の研修では、LeaD が支援している場所も訪問予定ですので、LeaD 自体やその活動について紹介します。 LeaD 設立の経緯、LeaD メンバーたちのルワンダ体験談、JICA 基金事業、ウムサポ・プロジェクト、日本国内での活動について紹介します。今後も LeaD の活動に注目、参加してもらえると嬉しいです。

3 回目 *1 時間 40 分

ルワンダにおいて平和構築分野に長きにわたって貢献し、ルワンダの大学で教鞭をとっている佐々木和之先生から、ルワンダの Genocide やその後の和解、政治体制などについて、豊富な経験と実践を交えた貴重なお話をして頂きます。現地でルワンダの人々と接し続けていなければ分からないことが凝縮された、とても濃いものになるでしょう。

佐々木先生は、普段から学生と接しており、学生目線の質問に大いに喜んで答えてくださるので、ぜひ皆さんの側から色々と質問できるように準備しておいてください。

* 佐々木先生について（参考） <https://rwanda-wakai.net/prof/>

4 回目

ルワンダ研修では、単に視察するだけでなく、問題意識や興味・関心、調べたいこと等の「テーマ」を持って参加します。そのため、ここでは各自（各チーム）のテーマを具体化していきます。

この時までには事前研修や各自（各チーム）で調べたことからそれぞれのテーマを決め、ここで発表してもらいます。各発表に対して、LeaD や先生、一緒に行くみんなからも建設的なコメントをし、テーマを更に磨いていきます。

5 回目

4 回目で考えたテーマに対して、現地で具体的にどのように調べたらよいかを「手法」として学びます。これを活かし、設定したテーマに対して、現地で何をするかを具体的に考えます。

ここでは、参考として次の本が紹介されています。

「途上国の人々との話し方：国際協力メタファシリテーションの手法」著：和田・中田

資料

非公開

【遅刻・欠席する場合】

事前に LINE または LeaD のメールアドレスへ連絡して下さい。

録画や配布資料がある場合は、後日共有します。

【質問等】

テーマ決め等も含め、何か相談があれば、LeaD のメールアドレスへ連絡して下さい。

LeaD のメールアドレス： lead20240924@gmail.com

以上

拓殖大学海外研修(ルワンダ)現地研修

同意書

拓殖大学が主催する海外研修(ルワンダ)において、特定非営利活動法人 Learning as Development for All(LeaD)が企画運営する現地研修へ参加するにあたり、以下の事項に同意します。

第 1 条(目的・基本姿勢)

1. 本プログラムは、ルワンダ共和国において、教育や保健・衛生等の現場に触れ、学びと行動を結びつけることを目的とする教育・研修活動である。
2. LeaD は、参加者の自主性・主体性を尊重し、参加者が自ら考え、選び、学びを深めることを支援する(以下「自主性尊重の原則」という)。
3. 参加者は、自主性尊重の原則のもと、自己の判断と責任で参加することを理解し、相互の学びと安全に配慮して行動する。

第 2 条(内容・期間・集合解散)

1. 本プログラムの内容は、事前・事後研修、現地視察、ワークショップ、交流活動、活動報告会等を含む。
2. 実施期間:2026年8月 30 日(日本発)～2026年9月 11 日(日本着)
3. 集合・解散場所:キガリ国際空港(Kigali International Airport)。
4. 日程・訪問先・活動内容は、現地事情(天候、交通、行政手続、関係者都合、治安・保健情勢等)により変更される場合がある。LeaD は変更が生じる場合、可能な範囲で事前または速やかに参加者へ連絡し、代替案の提示等に努める。

第 3 条(旅行サービスではないこと)

1. 本プログラムは拓殖大学が主催する海外研修であり、LeaD はそのうちルワンダ現地における研修活動の企画・調整・実施を担当する。本プログラムは、旅行業法に定める募集型企画旅行、受注型企画旅行その他の旅行サービスを提供するものではない。
2. LeaD が行う支援(第 7 条)は、研修実施に必要な情報提供、連絡調整および研修運営上必要な現地移動手段の手配・調整等に限られ、参加者の航空券・宿泊等の予約・契約の当事者とはならない。
3. 航空券・宿泊等に関する最終判断および契約責任は参加者が負う。
4. 参加者は、航空券・宿泊等が自己手配であることを理解した上で同意する。

第 4 条(自己手配・自己負担)

参加者は、次の事項を自己の責任と費用で手配・負担する。LeaD はこれらの手配義務および責任を負わない。(1) 日本ールワンダ間の往復航空券、(2) 現地宿泊費、(3) 食費、自由行動時の交通費、通信費、お土産代等の個人的諸費用、(4) ビザ取得費用、予防接種費用、(5) 海外旅行保険料(傷害・疾病・賠償責任・救援者費用等を含む内容が望ましい)

第 5 条(参加協力費)

1. 参加者は、本プログラム運営に必要な費用として、参加協力費 金180,000円を LeaD に支払う。
2. 参加協力費に含まれる費用の例: 現地での通訳・活動調整費、講師・関係者への謝金、研修施設利用料、研修運営費・広報資料費等
3. 参加協力費は寄付金ではなく、本プログラム運営に要する費用の分担として支払われるものである。
4. 参加者は、第 4 条の自己手配費用が別途必要であることを了承する。

第 6 条(支払方法・期限)

1. 参加者は、LeaD が申込を受理し参加枠を確保した旨を通知した日(以下「受理日」という)から LeaD が指定する所定の期間内に、LeaD 指定の銀行口座へ参加協力費を振り込む。振込手数料は参加者負担とする。
2. ただし、受理日が開始日の 60 日前以降である場合、参加者は受理日から 3 日以内に振り込む。受理日が開始日の 14 日前以降である場合は、受理日当日中に振り込む。
3. 参加者が期限までに入金しない場合、拓殖大学担当者と納入方法・期限等の調整に努めるが、解決できない場合は LeaD は申込みを取り消すことができる。

第 7 条(LeaD の支援の範囲)

1. LeaD は、本プログラムの研修活動を企画・実施し、参加者に必要な事前情報(安全面・手続・持ち物等)を提供する。
2. 空港到着時の合流および空港から研修拠点(宿泊先等)までの移動に関して、LeaD は情報提供・サポートを行う。
3. 首都圏外での活動等、研修運営上必要な現地移動(研修スケジュールに組み込まれた移動)について、LeaD は車両・運転手等の手配・調整を行うことがある。その費用は参加協力費から充当する。
4. 参加者の個別の変更希望、遅刻・不参加、自由行動に起因する追加費用が生じた場合は参加者が負担する。

5. 渡航・宿泊・交通の選び方等について、LeaD は助言や情報共有を行うことがあるが、予約・契約の当事者とはならず、最終判断および契約責任は参加者が負う。

第 8 条(保険・健康管理)

1. 参加者は、海外旅行保険への加入を必須として了承する。
2. 参加者は、持病・アレルギー・服薬等、参加に影響し得る事項を事前に LeaD へ申告する。
3. 参加者は、現地で体調不良等が生じた場合、速やかに LeaD へ連絡し、医療機関受診等の必要措置をとる。

第 9 条(行動の原則:主体性+安全)

1. 参加者は、自主性尊重の原則のもと、研修目的に沿って主体的に学び、記録し、対話し、相互の学びを深める。
2. 参加者は、現地法令、訪問先施設の規則、文化・慣習を尊重し、他の参加者および現地関係者の尊厳・安全に配慮する。
3. 安全確保のため緊急性がある場合(治安、事故・傷病、災害、移動上の危険等)には、LeaD は参加者に対し合理的な指示(待機、移動中止、集合等)を行うことがあり、参加者はこれに協力する。
4. 参加者が本条に反し、または本プログラムの安全・円滑な実施に重大な支障を与える行為がある場合、LeaD は参加者に改善を求め、必要に応じて参加を中止させることができる。この場合の返金は第 12 条による。

第 10 条(責任の範囲)

1. LeaD は、本プログラムを適切に企画・運営し、合理的な範囲で安全に配慮し、情報提供・注意喚起に努める。
2. LeaD の故意または過失により参加者に損害が生じた場合、LeaD は法律上の責任を負う。
3. 次の各号に起因して参加者に損害が生じた場合、LeaD は責任を負わない(ただし、LeaD に故意または過失がある場合を除く)。(1) 参加者の自己手配に関する遅延、欠航、取消、トラブル、盗難、紛失、第三者との紛争 (2) 航空会社、宿泊施設、運送機関、現地サービス提供者等の第三者が提供するサービスの瑕疵・不履行 (3) 天災地変、戦乱、暴動、テロ、感染症流行、官公署の命令、不可抗力による日程変更または中止 (4) 参加者の自由行動中の事故・トラブル (5) 参加者の健康状態に起因する事故・傷病
4. 参加者の故意または過失により LeaD または第三者に損害を与えた場合、参加者は自己の責任と費用でこれを賠償する。

第 11 条(守秘義務)

1. 参加者は、本プログラムの参加を通じて知り得た、LeaD、現地協力団体、および訪問先(教育施設・児童・家庭等)に関する機密情報や個人のプライバシー情報を、第三者に漏洩してはならない。
2. 参加者は、現地で撮影した写真や動画を SNS 等に投稿、または公開する場合、被写体となった個人の尊厳と安全に十分配慮し、LeaD の指示に従うものとする。

第 12 条(キャンセル・返金)

1. 参加者が参加を取り消す場合、以下のキャンセル料を適用する(本条における「開始日」とは、第 2 条に定める実施期間の初日(日本発日)をいう)。キャンセル連絡は、LeaD 宛のメールにより行い、LeaD が受信した日時を基準とする。
2. キャンセル料は、LeaD が本プログラム運営のために既に支出し、または支出が予定され回避できない費用(通訳・活動調整費、講師・関係者への謝金、研修施設利用料、研修運営費等)を基礎として定める。LeaD は、参加者から求めがあった場合、合理的な範囲で控除対象費用の概要を説明する。
 - 開始日の 61 日前まで:0%(振込手数料等を控除して返金)
 - 開始日の 60 日前～31 日前:参加協力費の 30%
 - 開始日の 30 日前～15 日前:参加協力費の 50%
 - 開始日の 14 日前～当日及び現地実習中:参加協力費の 100%
 - 無断キャンセル:参加協力費の 100%
3. LeaD の責めに帰すべき事由により本プログラムを中止する場合、LeaD は参加者が支払った参加協力費を全額返金する(参加者の自己手配費用は対象外)。
4. 天災、政情不安、感染症流行、政府・関係機関の指示等の不可抗力により中止する場合、LeaD は参加者に対し、参加協力費から既に支出済みで回収不能な実費(通訳・活動調整費、施設利用料、関係者謝金等)を控除した残額を返金する。ただし、控除できる金額の上限は参加協力費の 30%とする。

第 13 条(反社会的勢力の排除)

1. LeaD および参加者は、自らが暴力団、暴力団員、暴力団関係企業その他の反社会的勢力に該当しないこと、およびこれらと一切の関係を有していないことを表明し、保証する。
2. 参加者が反社会的勢力に該当すること、またはこれらと関係を有していることが判明した場合、LeaD は、当該参加者の本プログラムへの参加を認めず、または参加を中止させることができる。

第 14 条(個人情報)

LeaD は、参加者の個人情報を本プログラム運営目的に限り使用し、必要最小限の範囲で拓殖大学、現地

協力者、訪問先、医療機関、保険会社等に共有することがある。法令に基づく場合または参加者の生命・身体
の安全確保のため緊急に必要な場合を除き、第三者に開示しない。

第 15 条(準拠法・合意管轄)

本同意書は日本法を準拠法とし、本同意書に関する紛争は、LeaD の主たる事務所所在地を管轄する地方裁判所を第一審の専属的合意管轄裁判所とする。

私は、上記の同意事項を理解し、すべてに同意した上で本研修へ参加します。

20 年 月 日

参加者(参加者本人):

氏名(自署): 印

住所:

電話：