



バギオ歴10年の男が作った
留学生のためのバギオガイドブック

2026年1月 発行 Vol.2



Index | もくじ

P. 3	制作者のご挨拶
P. 4	バギオってどこにあるの？
P. 5	バギオってどんな場所？擬人化してみた
P. 6	フィリピン有数の避暑地
P. 7	女性でも安心して過ごせる治安
P. 8	英語力が高いエリアとしても有名
P. 9	エリア別に見るバギオシティ
P. 10-13	歩いて周れる都市(写真集)
P. 14	バギオの有名観光地
P. 15-16	バギオはコーヒーも有名
P. 17-19	美味しいレストランも多数
P. 20	オシャレなナイトライフも
P. 21	お祭りやイベント
P. 22	バギオの交通手段
P. 23	バギオ周辺のおすすめ観光地
P. 24	撮影協力者紹介
P. 25 -35	医療関連情報



**バギオを知って、他のエリアを選ぶなら問題ない。
でも、バギオを知らないまま留学し
「もし先に知っていたら」と後悔する人は減らしたい。**

はじめまして、JICの野口です。僕は、2012年に留学でバギオに訪れて以来、縁あって10年以上バギオと関わっています。この資料は、バギオ歴10年の知見を活かして、バギオへの留学を検討している人や、まだバギオをよく知らない人のために、役立つ情報を届けたいという想いで作りました。

上に記した通り、バギオを知らずに他のエリアに留学し、「もし最初からバギオを知っていたら...」と後悔する人を減らしたいという気持ちが背景にあります。この資料を通して、少しでも多くの人がバギオの魅力に気づいてくれたら嬉しいです。同じフィリピン留学経験者として、あなたの旅路を応援しています。

バギオってどこにあるの？

バギオは、フィリピン・ルソン島の北部に位置しています。最寄りの空港はマニラ空港かクラーク空港で、車で数時間の移動が必要です。移動距離で引いてしまう人も多いですが、それは最初で最後の難関。たどり着けば最高に生活しやすい都市です。



各空港からの移動時間

- ▶ マニラ空港 - バギオ：車で約5時間
- ▶ クラーク空港 - バギオ：車で約3時間

留学生には、各学校が空港まで迎えに行くピックアップバスを出しているから安心。

バギオの歴史

バギオは1904年、アメリカによって建設されました。年月を経た今も、涼しい気候と安全な治安が多くの人を引き寄せるフィリピン国内では大人気の高原避暑地リゾートとして知られています。

バギオってどんな場所？

バギオは、フィリピン有数の避暑地として有名です。人口は35万人ほどの中規模都市で、多くの大学が集まる教育のハブとしても知られています。気温が涼しく、治安もいいので、真面目に勉強したい人たちが集う隠れ留学地として人気です。

項目	バギオ	セブ
位置	ルソン島北部	ビサヤ諸島(南部)
人口	35万人	350万人
都市機能	学園都市	国際的な観光地
特徴	高原避暑地リゾート	南国ビーチリゾート
気温	涼しい	常夏
治安	◎	○

バギオとセブとを擬人化してみた

特徴だけ聞いてもイメージが沸かないと思うので、バギオとセブの特徴をベースに高校のクラスメートとして擬人化してみました。北原さんと南雲さん、どちらが合いそうですか？
北原さんとも合いそうなら、きっとバギオが適しています。この先に進みましょう。



バギオの擬人化キャラ「北原さん」

- ・落ち着いていて物腰が柔らかい。
- ・一見真面目だが、ユーモアもある
- ・知的なツッコミを入れてくるタイプ



セブの擬人化キャラ「南雲さん」

- ・明るく社交的で常にポジティブ。
- ・楽しいことが大好きで、映え好き
- ・クラスの一軍女子タイプ

フィリピン有数の避暑地

エアコン要らずで生活できる快適な気候。
日本の春の気温がずっと続く最高の環境。

バギオの気温と季節の表

月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
平均 最高気温 (°C)	22	23	24	25	24	24	23	22	23	23	23	23
平均 最低気温 (°C)	12	13	14	15	16	16	16	16	16	15	15	15
降水量 (mm)	9	16	23	74	268	285	471	725	430	248	115	29
季節	乾季：雨がほぼ振らない				雨季：雨が多い。7月から9月は台風もくる						乾季	

バギオは、平均最高気温が23度ほど。1年を通して日本の春のような気温が続きます。服装も、半袖でも過ごせるし、長袖を着てもいい日本の春のような快適さ。乾季と雨季があり、乾季はほぼ雨が降らず、最高の期間。雨季は、朝は晴れますが昼過ぎから雨が降る山の天気。特に7月から9月は例年雨量が多く、台風もいくつか近くを通ります。



春コーデで過ごせる快適さ



女性でも安心して過ごせる治安

フィリピン国家警察（PNP）が毎年公表する犯罪統計により、バギオ市はフィリピン国内の主要都市の中で最も犯罪件数が少ない都市の一つと証明されています。特に暴力犯罪・命に関わる事件が極めて少なく、World Travel Index（WTI）が定める2025年「フィリピン国内の安全都市ランキング」でも、安全度上位にランクインしています。

順位	フィリピンの都市	安全スコア
1	Dumaguete City (Negros)	81.36%
2	Davao City (Davao)	80.73%
3	Bulacan City (Bulacan)	76.42 %
4	Balanga City (Bataan)	75.15%
5	Lucena City (Quezon)	75.24%
6	Naga City (Camarines Sur)	75.02%
7	Baguio City (Benguet)	73.99 %
8	Puerto Princesa City (Palawan)	71.46 %
9	Legaspi City (Albay)	71.34 %
10	Makati (Metro Manila)	70.41 %

※ World Travel Index (WTI) 2025年「フィリピン国内の安全都市」

治安を支える3つの要素

▶ 教育都市としての利点

バギオは、北ルソンの教育のハブ。市民の6割が20代以下の学生。また、軍のエリートを育成する士官学校（PMA）もバギオにあり、治安維持には特に敏感。

▶ 警察機関がしっかり機能

バギオの警察の事件解決率は84%と全国トップの成績。この数字は、他のエリアと比べてバギオの警察機関が効果的に機能していることを示すかなり強力な根拠。

▶ 貧困層が少ない

バギオ市の家計貧困率はわずか0.5%。フィリピンで最も裕福なエリアのひとつ。富裕層や中間層以上の人が多く住んでいるため、それが良好な治安を支えるひとつの要素。



英語力が高いエリアとしても有名

世界的な教育シンクタンクの EFが実施する世界規模の英語力指数調査において、 バギオが属する コーディリエラ地方 (CAR) は、フィリピン国内で英語力 No.1 の地域であることが示されています。就学率・教育水準も国内トップクラス。機能的識字率 (読み・書き・理解する力) も全国最高水準です。そして、都市であるバギオには、地方から教育水準の高い人材が自然と集まりやすい構造があります。 バギオの英語講師の質が高いと言われる秘密はここにあります。

フィリピンのエリア名	スコア
Cordillera Administrative Region ※バギオは Benguetにある	606
Davao	587
National Capital Region	586
Eastern Visayas	581
Central Visayas	576
Soccsosaragen	572
Calabarzon	571
Central Luzon	571



バギオには北ルソン地域から多くの優秀な人材が集まる



バギオ北エリア

住宅地が密集するエリア。お隣のラトリニダット市にベルチャーチやいちご園などの観光地がある。

バギオ東エリア

マインズビュー、ホワイトハウスなど観光地が多いエリア。別荘やホテルも多く、富裕層が多い。

Baguio

Session Rd

バギオ中央エリア

バギオ市の中心街。SM モールやマーケットなどもあり、ここに来ればなんでも揃います。

バギオ西エリア

住宅地が密集するエリア。特に観光地はない。郊外の静かなエリア。

Ben Palispis Hwy

JIC Premium

バギオ南エリア

郊外の静かなエリア。高級住宅地など多い安全な場所。キャンプ・ジョンヘイやライオンヘッドなどの有名な観光地もある。

JIC Challenger



BAG

エリア別に見る Baguio City

バギオ市の特徴は、東西南北に分けると理解しやすくなります。中央エリアを軸に東西南北に観光地やレストランなどが点在。主な交通手段は、タクシーかジプニー。遠出にはバスを使います。ジプニーは、中央エリアから地方の路線を行き来しています。このページで、まずバギオの全体像を掴みましょう。

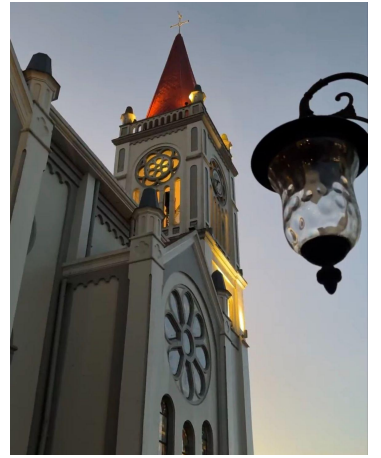
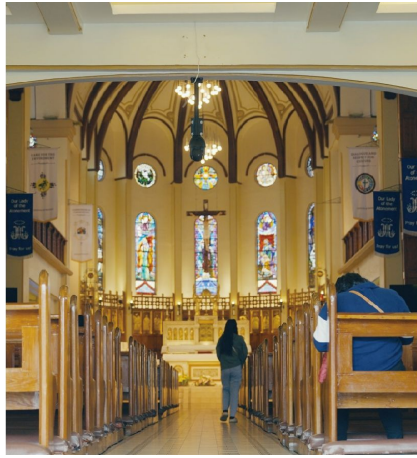




バギオは歩いて周れる都市

涼しくて安全でどこでも英語が通じる
街はコンパクトでアクセスが良く歩いて周れる
アートや文化、人々の日常が融和した平和な街











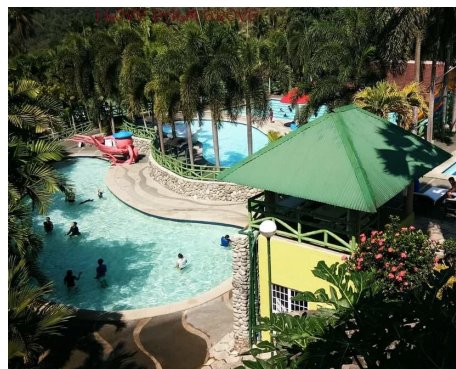
バギオの有名観光地



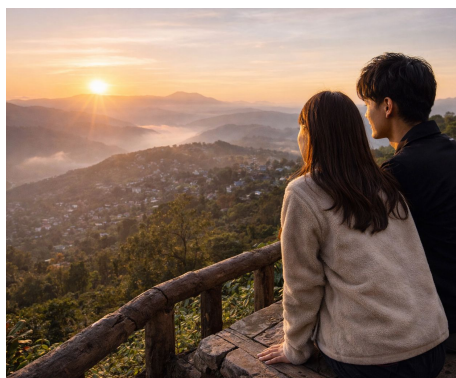
バギオ大聖堂



ベンカブ・ミュージアム



アシン温泉



マインズビュー



カラーオープンバー



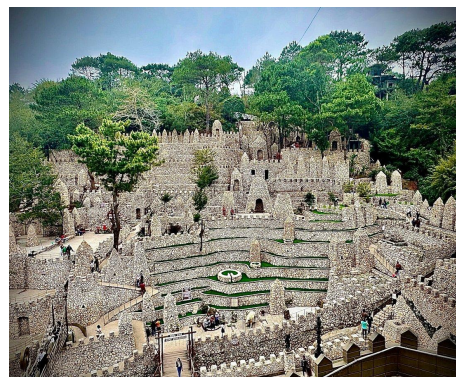
ザ・マンション



バギオナイトマーケット



BBC クリスマスビレッジ



イグロット・ストーンキングダム

バギオはコーヒーも有名

バギオのある北ルソンエリアは、コーヒーの産地としても有名。バギオにはお洒落なカフェもたくさんある。カフェ好きやコーヒー好きにはたまらない。



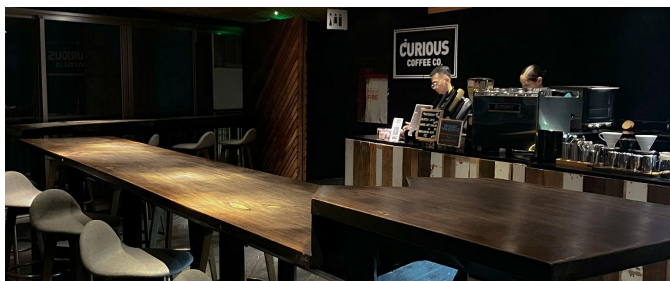
Seollem Coffee 韓国系の居心地のいいカフェ



Foam Coffee 内装がオシャレで料理もおいしい



Guest Haven Coffee 2号店 市内にあるレトロなカフェ



Curious Coffee 市内のホテルの中にあるモダンカフェ



Ili-Lika 芸術家により廃材で作られたアートカフェ



Marauder's Brew Cafe ハリポタのような世界観のカフェ



Patch Cafe 市内にある人気のカフェWiFiが早い



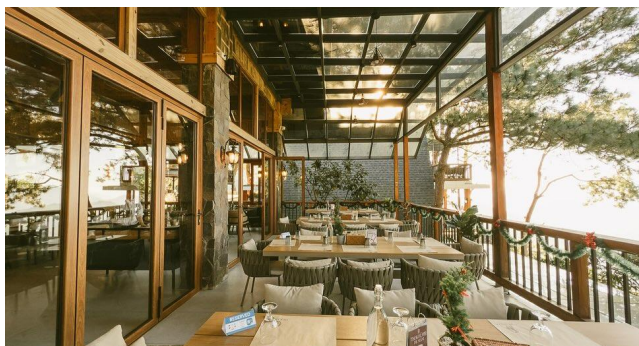
Quoted Cafe 郊外にある落ち着いた雰囲気のカフェ値段も安い



Tau Ceti Specialty Coffee モダンでオシャレなカフェ



R&B Cafe and Library バギオに3店舗を構える人気店デザートもおいしい



Cafe Stella 郊外にある隠れた名店料理もおいしい



Arca's Yard Cafe ギャラリーやアートショップが融合したカフェ

美味しいレストランも多数

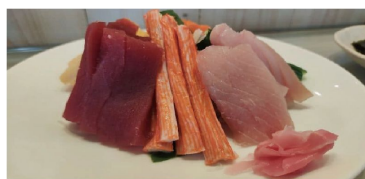
美味しいレストランが多いのもバギオの魅力の一つ。ぜひ色々なお店を探してみてください。美味しい日本食が食べたいならChayaさんがおすすめ！



Gallery アートが展示してあるレストラン。パスタが絶品



Chaya 絶品の本格的な日本食が食べられるお店/ガルダ本店とSMモールにもランチあり



La Chef アメリカ系四つ星ホテルの中にあるレストラン/雰囲気も最高





Hotel Grande Dinner Buffet ホテルの屋上にあるレストランの食べ放題ビュッフェ植段もお手頃



Hill Station 100年以上続く老舗ホテルの中にあるレストラン料理やお酒の種類が豊富



Amare La Cucina 本格的な石窯焼きのピザが食べられる名店。ピザ作り体験もできる



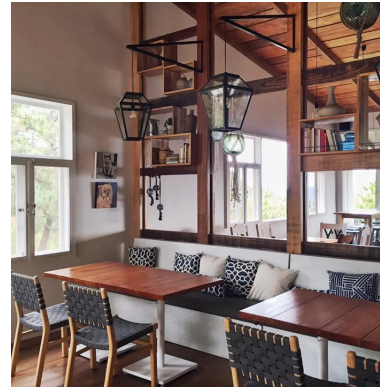
Agara Ramen 日本の味に近い本格的なラーメンが食べられるお店



Loop by Canto おいしいフィリピン料理が楽しめる人気店



Lemon & Olive ギリシャ料理が人気のお店



Secret Garden ピザやパスタがおいしい隠れた名店



Cafe By the Ruins 戦時中に廃墟となった建物を用いてアーティストが建てたレストラン



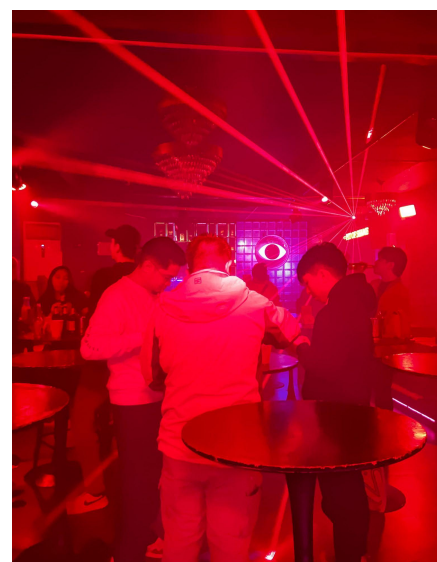


ナイトライフもオシャレに

バギオには、繁華街はありません。代わりにオシャレなバーやクラブビールが飲めるお店、クラブ、ビリヤードやダーツができるお店などオシャレなナイトライフが楽しめます。



バギオには複数のクラブがありサイズや雰囲気もそれぞれ



ミュージックバーなども多く週末は多くの人で賑わう



お祭りやイベント

バギオでは、定期的にイベントが開催。例えば、毎晩行われるナイトマーケットや毎週日曜に開催されるのサンデーマーケットなどが有名。一番大きなお祭りは2月に行われるフラワーフェスティバル。



サンデーマーケットは、いつも多くの人で賑わう。



クリスマスや新年はお祝いムード一色。



ナイトマーケットは、毎日開催。



バギオの一大イベント「フラワーフェスティバル」

バギオの交通手段

バギオ市内の移動手段は、主にタクシーかジプニーの二択。バイクタクシーやトライシクルはバギオにはない。また、遠出の旅行をする際はバスかバンを使います。



バギオのタクシーは安全 必ずメーターを使ってくれる



フィリピンの国民的な乗り物ジプニー格安で市内まで行ける



最近では排ガスの少ない小型バスの運行も始まった



マニラに向かうときや遠出の旅行にはバスを使うのが一般的

Grabタクシーが便利

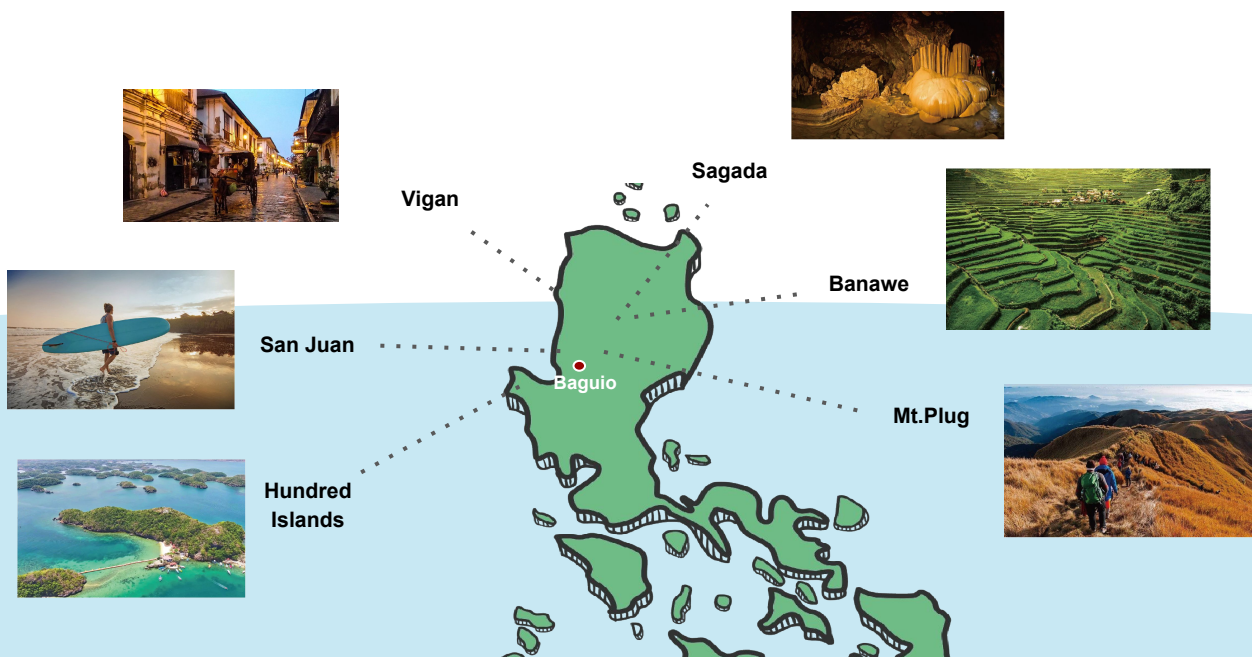
フィリピンでは、Grabタクシーというアプリを使えるようにしておくとても便利。タクシーを呼んだり、デリバリーサービスを利用したりできます。事前にクレカと連動しておくことで支払の手間も無くなり効率的です。



バギオ周辺のおすすめ観光地

バギオ周辺にはビーチや山、世界遺産など魅力的な観光地がたくさん。留学生の多くは、4週間に1度ぐらいのペースで遠出の旅を楽しみます。

観光地	所要時間	特徴
サヌワンビーチリゾート (San Juan Beach Resort)	2時間	サーフィンや海水浴が楽しめるバギオから一番近いビーチ。
プラグ山 (Mt.Plug)	2時間	標高3,000メートルの山で登山。運が良ければ雲海が見れる。
ハンドレッドアイランド (Hundred Islands)	4時間	100以上の島が集まるビーチ。シュノーケリングやアイランドホッピングが楽しめる。
ビガン (Vigan)	6時間	16世紀のスペイン統治時代の町並みが残る世界遺産
サガダ (Sagada)	6時間	ハンギングコフィンや洞窟探検など有名観光地。コーヒーやヨーグルトも名産。
バナウェ (Banawe)	6時間	天国への階段とも称される美しい棚田が見られる。世界遺産。





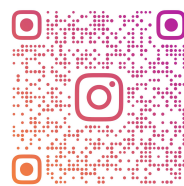
撮影協力者紹介

今回、撮影に協力してくれたインフルエンサーを紹介します。JICでは、バギオのプロモーションを手伝ってくれるインフルエンサーを大募集中。ぜひご連絡ください。



Yutoさん

元海外スタバ店員で英語学習やワーホリ、留学体験を発信するインフルエンサー。英語学習コミュニティも運営。JICには2週間滞在し、学校生活やバギオの魅力を発信。

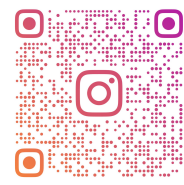


YUTODAY00105



Chloeさん

韓国人インフルエンサー。世界を旅して動画を作るクリエイター兼デジタルノマド。今までに訪れた国は、43カ国以上！JICには2週間滞在しバギオの魅力を発信。



CHLOE_LEE1112



バギオの医療面に関する資料

2025年12月発行



はじめに

この資料は、JICの学生のためにバギオの医療関係の情報をまとめたものです。留學生活中に怪我をしたときや体調が悪くなったときに、誰に頼り、どこに行くべきなのか、その方法や手段も含めて分かりやすく解説しています。すでに留學中の学生は、この資料を参考に適切な行動を取るようにしましょう。まだ、留學前の方や学生の親御さんは、この資料を読むことでバギオの医療事情に関する理解が深まるでしょう。



留学生がかかる可能性のある病気

症状	確率	詳細
腹痛・下痢	大	多くの日本人が腹痛や下痢の症状を発症します。下痢が続いたり重度の腹痛に悩まされるときはすぐに病院にいきましょう。
胃腸炎	大	胃腸炎にかかる人も増えています。発熱や嘔吐を伴う症状には注意が必要です。
風邪	大	バギオは涼しく夜間や朝方は寒くなる時もあるため風邪をひく方もいます。
インフルエンザ	中	人によってはインフルエンザにかかる人もいます。風邪と見分けが難しいと思うので直ぐに病院にいきましょう。
デング熱 マラリアなど	小	蚊を媒介に感染する病気ですが、涼しいバギオでは症例は少ないです。ただし、可能性はありますので、風邪のような症状が軽い段階でも必ず早めに病院にいきましょう。
狂犬病	小	フィリピンの病院でワクチンは打てます。発症前に処置できれば、死に至ることはありません。まず前提として絶対に野良犬や野良猫に触れないでください。

持病がある方について（精神的なものも含む）

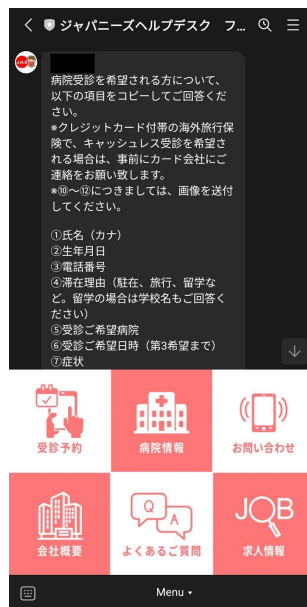
持病がある人は、留学前に必ず事前に申告してください。学校は医療機関ではないため、何かあっても責任がとれません。先天的な病気からアレルギー、精神疾患など様々なケースがあると思いますが、学校側に事前に知らせることで避けられる最悪のケースも多いです。また、ご自身の病気がフィリピンで発症したときに治療が可能か事前に医師に確認を取ってください。



体調が悪くなったらどうすればいいの？

すぐに医療機関の診察を受けましょう。

JICは、ジャパニーズヘルプデスク(JHD)と提携しているので、医療面でのサポート体制もばっちり。JHDは、日本人の海外旅行保険を使って、支払なしで診断や治療が行えるように助けてくれる会社です。現地スタッフも駐在し、病院手続きをサポートしてくれます。



LINEでのやり取りも可能

JHDのスタッフと日本語でやり取りができる仕組みがあります。病院の予約手続きなども簡単にできます。他にもJHDは、以下のようなサポートをしてくれます。

- 医師の予約
- 病院内での通訳
- 保険手続きサポート など



JICの公式ラインからアクセス

JHDの公式ラインにアクセスするには、JICの公式ラインのリッチメニューにある「病院予約専用アカウント」にアクセスするだけ。



バギオに日本人スタッフが駐在

JHDの日本人スタッフがバギオに駐在しているので、病院でも日本語対応が受けられて安心です。



JHDの公式 LINEから以下の情報をメッセージ

氏名	例) 山田太郎(ヤマダタロウ)などフルネームを記入
生年月日	1999年1月1日 など生年月日を記入
電話番号	フィリピンの電話番号 ※番号がない場合はJICの日本人スタッフに相談)
滞在理由	「留学 Baguio JIC」と記入
希望病院	「ノートルダムホスピタル」と記入
受診ご希望日時	例) 3月9日(月) 14時 など 第3希望まで記入可能
症状	出来るだけ詳しく書きましょう
発症日	症状が始まった日を記入します
保険会社名	加入した海外旅行保険の保険会社名を記載

その後「保険証券」「パスポート(顔写真のページ)」「出国を証明するもの(スタンプ、Eチケットなど)」の3点を画像かPDFで送付します。

JHDの利用には、海外旅行保険への加入が必須

JHDのサービスを利用するには、海外旅行保険への加入が必須となります。海外旅行保険は、クレジットカード付帯のものでも問題ありません。ただし、その場合クレジットカード会社によっては事前に保険会社に電話が必要なものもあります。その場合の国際電話の手段は学生様ご自身にご用意頂きます。

病院に行くまでのステップ(平日)

① まずはJHDにすぐに連絡

体調が悪いなと感じたら、すぐに公式LINEからJHDに連絡しましょう。日本語対応が可能です。そして、医師と診断の予約を行いましょう。

② 返事を待ち指示を得る

JHDの日本人スタッフが、予約可能な医師、時間、待ち合わせ場所などをメッセージで教えてくれます。その指示に従って行動しましょう。

③ 学校のオフィスに連絡

学校側も通院を把握する必要があるので、オフィスか日本人スタッフに病院に行く旨を伝えましょう。

④ 指定時間までに病院に行く

JHDから指定された時間までに、指定の待ち合わせ場所に行きましょう。JHDが病院や待ち合わせ場所への行き方も教えてくれるので、ご安心して下さい。

⑤ 診療を受け薬をもらう

診療のサポートから薬をもらうところもJHDのスタッフがフルサポートしてくれるので安心です。薬を処方する際の詳細などはしっかりメモを取りましょう。支払も保険でカバーできます。

オンライン診断について

JHDはオンライン診断のサポートも開始しましたが、細かい診断ができないため利用は軽症の診断のみに限ることをおすすめします。また、薬もご自身で病院まで取りに行く必要があります。





夜間や休日にケガをしたり体調が悪くなったら？

まず、基本原則として、体調が悪い場合は、**できる限り平日の昼間に** 病院に行きましょう。なぜなら、夜間や休日は、JHDが稼働していません。そして、病院も緊急外来しか開いていないからです。バギオの病院の緊急外来は、待ち時間が長く、対応もそこまでよくありません。なので、平日に専門医に見てもらうのが回復に重要なポイントです。ただ、ケガや病気は予測できないもの。そのため以下に、夜間や休日に怪我をした場合の対応方法を記します。

① JHDとJICの日本人スタッフにすぐに連絡

夜間や休日やケガをしたり、耐えられないレベルで体調が悪くなったら、すぐに公式LINEからJHDとJICの日本人スタッフに連絡しましょう。

② 返事を待ち指示を得る

休日と夜間は、ER(緊急外来)しか開いていないため、①の返事の有無にかかわらずすぐに病院に行く準備をしましょう。夜間の場合、必要であれば友人に学校のガードハウスに行ってもらい、学校スタッフを起こしてもらい、タクシーも拾ってもらいましょう。

③ 病院で応急処置を済ませる

ERで治療や応急処置を受けましょう。万が一、JHDや学校スタッフと連絡が取れない場合は、友達の付き添いを依頼してもらうことをおすすめします。

※状況により、JICのスタッフが同行できるかは確約できません。予めご承知おきください。



バギオにある病院一覧と病院までの移動時間

病院名	特徴
ノートルダム病院	バギオ市内で一番大きい私立病院。JHDがサポート可能な病院。平日の昼間の診断はこちら一択。
セントルイス病院	セントルイス大学が運営する大学病院。医師のレベルが高いことで有名。クレカ決済も可能。ただし、JHDのサポートは不可。
バギオメディカルセンター (BMC)	JICから近い病院。規模が小さく待ち時間も少ないので風邪や腹痛などの夜間の緊急外来におすすめ。ただし、JHDのサポートは不可。
バギオ総合病院 (BGH)	こちらもJICから近い国立病院。値段が安いのでフィリピン人は個々を進めることが多いが、待ち時間が長いのでおすすめしない。

病院名/校舎名	チャレンジャー	プレミアム
ノートルダム病院	約20分	約25分
セントルイス病院	約20分	約25分
BMC	約10分	約15分
BGH	約10分	約15分

留学ドクターパスのご案内

YOKUMIRU 留学ドクターパスとは

留学先で、病気や心身不調、健康管理に不安を感じた時に、日本人医師にオンライン（ビデオ通話）で相談ができるサービスです。パソコンやスマホアプリから予約をしてご利用いただけます。インターネット環境があれば、世界中どこにいても、24時間いつでも、日本人医師が親身になって対応します。



YouTube
相談例の動画

こんなときにご利用ください



病気・体調不良



持病・アレルギー



怪我・外傷



偏頭痛



ストレス・精神不安



お薬相談

留学ドクターパスのお申し込み

右記QRコードから留学ドクターパスをお申し込みください。

30日間 13,200円（税込）

60日間 26,400円（税込）

90日間 39,600円（税込）



留学ドクターパス



※ 30日単位でのお申し込みとなります。

留学ドクターパスのアカウント登録

“YOKUMIRU”からアカウント発行のメールをお送りしています。メールを確認し、手続きを進めてください。マイページへアクセスできることを確認してください。留学期間中は何回でもご利用いただけます。

1. YOKUMIRUからのメールを確認し、手続き開始。
2. 利用規約に同意。
3. ご自身の情報を入力、パスワードを設定。
4. その他、必要項目の入力。（クレジットカードが必要です。）
5. 申し込み手続き完了。
6. 携帯からご利用いただく場合は、右記のURLよりアプリをダウンロードしてください。



予防接種に関して

予防接種に関する質問は多いです。以下に、事前に受けておける予防接種の種類と重要度などを記載します。あくまで自己判断に任せますが参考になれば幸いです。

予防接種	重要度	コメント
A型肝炎	★★★★★	可能性高い
破傷風	★★★★★	ケガ対策 事例はないが念の為
麻疹・風疹	★★★★☆	心配なら念の為
B型肝炎	★★★★☆	心配なら念の為
腸チフス	★★★☆☆	腹痛対策
狂犬病	★★☆☆☆	長期滞在・不安な人

フィリピン・バギオで治療可能な病気

一般的・軽度～ 中等度の疾患	● 風邪・インフルエンザ ● 発熱・咳・喉の痛み ● 急性胃腸炎／食あたり下痢・腹痛 ● 便秘軽度の脱水症状頭痛 ● 偏頭痛軽度のアレルギー（花粉・食物・蕁麻疹） ● 軽い喘息発作
感染症・熱帯地域特有 だが一般的なもの	● 扁桃炎 ● 気管支炎 ● 尿路感染症 ● デング熱（※重症化しないケース） ● 皮膚感染症（とびひ、軽い化膿） ● 結膜炎（ものもらい含む）
歯科・外科系 （軽度）	● 虫歯治療 ● 歯の痛み親知らずの軽度炎症 ● 軽い切り傷 ● 擦り傷捻挫 ● 打撲軽度の骨折（固定・経過観察）

日本での治療をおすすめする病気の例

慢性疾患・専門治療が必要なもの	● がん治療(検査・手術・化学療法) ● 難病指定疾患 ● 重度の自己免疫疾患 ● 重度の心疾患 ● 脳血管疾患腎不全 ● 透析が必要な状態
精神科・心療内科 (中～重度)	● 重度のうつ病 ● パニック障害(頻発・投薬調整が必要) ● 双極性障害 ● 摂食障害 など英語診察＋継続的フォローが難しいもの
整形外科・外科 (高度)	● 手術が必要な重度骨折 ● 靱帯断裂(手術前提) ● 脊椎・椎間板ヘルニアの手術 ● 慢性的な関節疾患
高度専門分野	● 網膜疾患・視神経疾患 ● 難聴の精密検査 ● 手術慢性副鼻腔炎の手術
長期管理が必要な疾患	● 糖尿病(重度・インスリン調整) ● 重度高血圧症 ● 血液疾患

- ・上記に挙げたものは、フィリピンでも応急処置・安定化は可能である。
- ・ただし「言語・制度・継続治療」の観点で日本が安全です。

病気や疾患の事前申告の重要性について

「病気や疾患のことを正直に話したら、留学できなくなるのではないか」そう不安に感じ、持病や体調面の不安を隠したまま留学したくなる気持ちは、決して珍しいものではありません。しかし、日本とフィリピンでは生活環境や医療体制が大きく異なるため、自己判断で申告を控えることは、かえってご自身の安全を損なう可能性があります。重い病気や疾患はもちろん、アレルギーや持病がある場合でも、**事前に正しく申告していただくことで、学校側は安全面を考慮した受け入れ判断や、必要な準備**を行うことができます。そのため、病気や疾患に関しては自己判断せず、必ず事前に申告してください。また、かかりつけの医師がいる場合は、医師の判断を仰ぎ、必要に応じて診断書や一筆をもらうなどの対応をおすすめします。



JIC