

インドネシア 2013 年 1 月

1. 衛生・医療事情一般

インドネシアは、東西 5000 キロを越え、3 つの時間帯がある広大な島嶼国です。大小 1 万以上の島々に民族も宗教も様々な 2 億人以上の国民が暮らしています。衛生・医療事情は、地域格差が大きく一概には言えませんが、一般的な留意点としては、怪我（交通事故、マリンスポーツ、登山）、熱中症、脱水症、経口感染症（下痢、肝炎など）、デング熱、皮膚疾患等、それから致命的な感染症である狂犬病には注意が必要です。結核、マラリア、日本脳炎、チクングニヤ熱、そして鳥インフルエンザ・新型インフルエンザについても注意を怠ってはいけません。

医療に関しては、大都市では医師数は増加し病院施設・機材の整備も進んできていますが、地方・郡部ではまだまだ医師不足（特に専門医）で、病院の整備も遅れています。病院受診ですが、一般に国公立の病院は混雑しており、邦人の利用は慣れないと難しいでしょう。私立病院は比較的利用しやすいのですが、受診時に保証金（場合によって数千米ドル以上）を要求されます。怪我・病気に備えて、クレジットカードの限度額を確認し、海外旅行傷害保険には必ず加入しておきましょう。

2. かかり易い病気・怪我

地域により状況は大きく異なります。ここではジャカルタを念頭に説明します。

- (1) 呼吸器系の病気：頻繁に風邪をひく、風邪の後の咳が長引く、副鼻腔炎が悪化した、ずっと喉が痛い、喘息が悪化した…など、呼吸器関係の不調を訴える方が目立ちます。エアコンによる居室の乾燥、排気ガスなどによる大気汚染、閉め切った室内のダニ（アレルギー）などが背景にありそうです。気管支の弱い方は、ご自宅に空気清浄機や加湿器、場合によっては吸入器を用意すると良いでしょう。また、自家用車にはマスクを常備し、運転手が咳をしていたらマスクを着用させるのも一法です。サージカルマスクは当地の薬局（Century や Guardian 等）で容易に購入出来ます。
- (2) 下痢・胃腸炎：食品衛生に十分注意していても、下痢や胃腸炎（食あたり）を発症することが時々あります。原因病原体や感染源はなかなか特定出来ないのですが、ウイルス（ロタウイルスなど）、細菌、寄生虫、品質の悪い調理油などが原因として指摘されています。ジャカルタは下水道の整備が遅れ、そのためアメーバ赤痢が多いとも言われています。下痢や胃腸炎は年間を通じて発生しておりますが、雨季に増えるようです。
- (3) 虫刺症（蚊以外）：皮膚露出部を中心に、蟻、ダニなどに刺され、痒みや腫れ、化膿を来すケースが珍しくありません。虫刺症は繰り返すことで感作されて症状が酷くなります。蟻は壁伝いに進入しますので、集合住宅の高層階でも注意が必要です。新調したクッション内のダニが原因で家族全員に発疹が出た事例もあります。蟻よりやや大きいアリガタハネカクシは体液が皮膚に付着すると強い炎症を起こしますので潰さないように注意しましょう。地元では Tomcat と呼ばれています。

- (4) 結膜炎・角膜炎：症状としては、目が痛痒くなり眼球が発赤・充血し眼ヤニが出ます。ジャカルタでは、細菌性の結膜炎が珍しくないほか、流行性角結膜炎（プール熱）が時々小流行します。中にはヘルペスウイルスによる角結膜炎を起こした邦人もおられます。子供さんがアリガタハネカクシの毒液がついた手でこすって両方のまぶたが腫れることもあります。予防としては、汚い手で目をこすらないように留意し、日頃から清潔なものを洗いタオルは他人と共有しないようにしましょう。もし角膜炎（黒目の部分まで炎症が広がる）がある場合は、必ず眼科医を受診しましょう。
- (5) 皮膚炎・皮膚アレルギー：虫除け・日焼け止めあるいは石鹸の洗い残し、虫刺・汗疹（あせも）などの刺激が重なって、皮膚のトラブルに悩まされます。アトピー性皮膚炎のある方は使いなれた保湿クリーム等を持参すると良いでしょう。入浴・シャワー時は石鹸が皮膚に残らないように十分洗い流すようにします（特に肘、くるぶしに残りやすい）。
- (6) デング熱・チクングニヤ熱：デング熱は、インドネシアの風土病の一つで、1960年代から各地で流行が散発し、2000年以降報告数が増えています。マラリアと異なり都市部でも発生します。原因はウイルスで、蚊（ネッタイシマカ、ヒトスジシマカ）に刺されて感染します。早朝や夕方（～夜間）に、屋外より屋内で刺されて発症するケースが多いようです。感染は通年発生しますが、蚊が繁殖しやすい雨季に増えます。典型的な症状としては、倦怠感、発熱、関節痛、頭痛、目の奥の痛みなどで、38度を超える熱が数日続き、その後発疹が出現します。一段落ちてからも数週間は肝機能障害や倦怠感が続く厄介な感染症です。なお、重症度は様々で、風邪程度で済むケースもあります。一般に感染を繰り返すと重症化（出血傾向やショック状態）すると言われますが、インドネシアでは初回感染で重症化するケースが散見されます。ジャカルタの在留邦人からも毎年何名も発症者が出ていますし、バリ島やロンボック島からシンガポールへ緊急移送された邦人の重症化事例も複数あります。
- チクングニヤ熱は、デング熱と同じ蚊が媒介するウイルス病で、症状もデング熱と似ていますが、手指、手首など関節が腫れ痛みが強く長引きやすいのが特徴です。インドネシア各地で報告があり、日本人旅行者の感染例も報告されています。
- デング熱・チクングニヤ熱共に、ワクチンも特効薬もありませんから、予防は防蚊対策に尽きます。また、発症して1週間ほどは蚊を介して他人にうつる可能性がありますから、ご家族や看病する方も注意が必要です。
- (7) 赤痢アメーバ症：診断・治療ともに厄介な寄生虫感染症です。飲食物や汚れた手指を通じて経口感染するほか、性的接触による感染も知られています。赤痢アメーバ症としては、粘血便を来す重症の「アメーバ赤痢」が有名ですが、下痢・腹痛はあるものの血便が殆ど無い軽症例もあります。潜伏期は普通数週間で、腹痛、下痢、血便、発熱などで徐々に発症すると言われています。腸から飛び火して、肝膿瘍や脳膿瘍を来し致命的となる場合もあります。診断には便検査が必要ですが、一度では分からず繰り返し検査してやっと診断がつくケースもあります。下痢が長引く場合や血便では便検査を受け

て下さい。特効薬（メトロニダゾール）は、内服後に倦怠感や気分の落ち込みなどが出やすく、妊娠中は禁忌とされています。

- (8) 腸チフス：汚染された飲食物から感染します。名前には「腸」となっていますが、全身の細菌感染症です。発熱・全身消耗が主な症状で、治療開始が遅れ重症化すると致命的です。治療が不十分だと長期間排菌を続けますし、一度治っても再発することもあります。予防ワクチンは、日本では未認可ですが、インドネシアでは外人向けクリニックで接種を受けることが出来ます。診断も治療も難しい感染症ですので、職員・家族の希望者に予防接種を実施している日系事業所もあります。

3. 健康上心がける事

- (1) 食事・飲料水：水道水をそのまま飲用すべきではなく、飲用するなら市販のミネラルウォーターが無難です。日頃から手洗いも励行しましょう。食事は、十分に加熱調理された料理を熱いうちに清潔な食器で食べるよう心がけて下さい。外食時は衛生管理の行き届いた飲食店を選び、衛生管理の悪い屋台などは避けます。生野菜、カットフルーツ、刺身・寿司などの和食は、加熱処理が出来ないだけに、より厳しい食品衛生管理が求められます。
- (2) 蚊対策・虫対策：屋外では、皮膚の露出を最低限に抑え、忌避剤（DEET 含有のスプレー、ローション）を使用して下さい。正しい使い方は、国立感染症研究所が「安全な忌避剤（虫除け）の使用法」をインターネット上で公開しています。独立家屋や集合住宅の低層階では、網戸や窓ネット、蚊取線香など屋内の防蚊対策も必要です。蚊は、植木鉢や空き缶、古タイヤなど小さな水溜まりでも繁殖しますから、繁殖場所を作らないように家屋の周囲にも気を配ります。敷地内で定期的に殺虫剤を噴霧するのも有効です。また、マラリア汚染地域に滞在される方は、殺虫剤を染み込ませた蚊帳の中で就寝するなどの一層の注意が必要です。
- (3) 脱水・日焼け対策：特に屋外活動時には発汗で多量の水分が失われます。のどの渇きを自覚する前から水分を補給して下さい。真水よりはスポーツドリンクをお勧めします。赤道直下の日差しは強く、日除けローションやつばの広い帽子や首巻きなど日差し対策を工夫して下さい。
- (4) 暑熱順化：身体が暑さに適応することを暑熱順化と呼びます。体内の水分量が増加するために体重が数%増え、早いタイミングで薄い汗を沢山かくようになります。冬の日本など冷涼な環境からインドネシアに到着したら、身体を徐々に暑さに慣らすようにしましょう。暑熱順化が完成するには数週間以上かかりますし、冷涼な環境で過ごす順化がリセットされてしまいますから、インドネシア生活が長い方も一時帰国後には要注意です。
- (5) 狂犬病を侮らない：狂犬病には特効薬が無く、一度発症したら命が無い恐ろしい感染症です。インドネシアは狂犬病汚染国ですから、居住地・行動範囲や活動内容にもよ

りますが、予め 3 回のワクチン接種を済ませておくと無難です。邦人旅行者の多いバリ島でも狂犬病の犠牲者が出ています。

万が一、犬・猫・猿などにかまれた場合は（擦過傷や舐められた場合も）、一刻も早く医療機関を受診し、追加のワクチン接種（暴露後免疫）と、必要に応じて狂犬病免疫グロブリンの注射を受けて下さい。地元の医療機関に在庫が無く、狂犬病免疫グロブリンの注射を受けるために急遽シンガポール・タイへ飛行機で移動した欧米人旅行者のケースも複数あります。また、日本では狂犬病免疫グロブリンが認可されておらず、注射を受けることが出来ないことも覚えておきましょう。

- (6) 結核：空気感染する細菌感染症で、現在でも治療には半年以上かかります。インドネシアは世界に 22 ある結核高負担国の一つで、今でも住民 1000 人につき毎年 2 人弱が結核を発症あるいは再発しています。ジャカルタでは運転手からの感染が疑われる外国人の結核患者も発生しています。

予防のためには、子供であれば必ず BCG 接種（重症結核を予防）を受けておくこと、大人であれば、日頃から過労に注意し、糖尿病などの持病がある場合はきちんと治療すること、バランスの良い食生活を心掛けて身体の抵抗力を落とさないことです。

体重減少、寝汗、咳・痰などの症状が数週間続く場合は、医療機関を受診し結核の検査を受けましょう。また、自覚症状がなくても年 1 回の健康診断（胸部レントゲン撮影ほか）を受けて早期発見に努めると良いでしょう。結核の予防には、本人だけでなく、家族や使用人の健康管理も重要です。

- (7) ウイルス性肝炎：A 型肝炎と E 型肝炎は食物や水から経口感染します。A 型肝炎はワクチン接種で予防可能で、そのためかインドネシアで A 型肝炎を発症する邦人は近年殆どゼロです。他方、E 型肝炎は、予防ワクチンが無く在留邦人からもまれに発症者が出ています。B 型・C 型肝炎は血液や体液を介して感染し、肝硬変や肝癌の原因となります。性行為、輸血、母子感染によって感染することがほとんどです。インドネシアは、東南アジアでもキャリア（無症候性感染）が多い国の一つに挙げられています。
- (8) マラリア：ハマダラカに刺されて感染する原虫疾患で、治療開始が遅れると重症化し命にも関わります。潜伏期は、多くの場合数日から 1 カ月程で、発熱、悪寒戦慄、頭痛、下痢などで発症します。治療後に再燃（熱帯熱マラリア）や再発（三日熱マラリア）することもあるので、日本赤十字社ではマラリア流行地に居住した場合は、原則として 3 年間は献血は受け付けていません。

ヒトが感染するマラリアには現在 5 種類が知られていますが、インドネシアでは、一部で熱帯熱マラリアと三日熱マラリアが流行しています。流行の程度（蔓延度）は地域により大きく異なり、ジャワ島・スマトラ島の大都市では流行はありませんが、パプア州、東ヌサトゥンガラ州、中部スラウェシ州、西ヌサトゥンガラ州、西カリマンタン州などでは通年流行している模様です。米国 CDC の流行度地図 (<http://www.cdc.gov/malaria/map/>) も参考になります。

予防法には、防蚊対策と抗マラリア薬の予防内服がありますが、詳細は「日本の旅行者のためのマラリア予防ガイドライン」が日本寄生虫学会ホームページ上で公開されています。流行地に滞在して、1ヶ月以内に悪寒・戦慄・発熱・頭痛などの症状が出た場合は、マラリアの可能性が少なからずありますので、遅くとも数日以内に医療機関でマラリアの血液検査を受けて下さい。

- (9) 使用人の健康管理：当地では私用の運転手・メイド・ベビーシッターを雇う邦人家庭が少なくありません。結核など空気感染する感染症がありますので、使用人の健康管理が私達の健康にも直結します。特に運転手や飲食物を扱う使用人については、年1回を目途に結核と消化器感染症（便検査）などの検査を受けさせると良いでしょう。

- (10) 鳥インフルエンザ：インドネシアを含めて、世界各地の家禽のインフルエンザの発生状況は、FAO 国連食糧農業機関が Avian Influenza ホームページ

(www.fao.org/avianflu/en/index.html) に詳しく掲載しています。右によれば、インドネシアでは各地で H5N1 鳥インフルエンザウイルスによる家禽大量死事例が散発しており、報告件数では世界の半数以上を占めています。

ヒトが鳥インフルエンザウイルスに感染し死亡する事例も起きています。インドネシアでは、2012年8月末までに191人が感染し、159名が死亡しています。感染経路の殆どが偶発的な鳥→ヒト感染であり、ヒト→ヒト感染は殆ど無い（家族・親族内感染のみ）とされています。

インドネシアでの致死率が80%以上と高い理由の一つとしては、抗インフルエンザ薬による治療開始の遅れが指摘されています。ヒトが鳥インフルエンザウイルスに感染した場合の症状として、発熱・全身倦怠感・咳・痰・頭痛・呼吸困難などが挙げられていますが、実際には微熱だったり、呼吸器症状が弱いことがあり、早期に診断することはなかなか難しいようです。

インドネシアでは、鳥インフルエンザ・新型インフルエンザの感染やその疑いがある場合は、保健省の指定病院に収容・隔離されます。指定病院のリストは在インドネシア日本国大使館ホームページ（鳥インフルエンザ情報）に掲載しています。抗インフルエンザ薬はインドネシア国内法で control drug に指定されており、流通管理が厳しく、一般医療機関では在庫が無いことが多いですが、指定病院にはタミフルが優先的に配備されています。

現時点では、鶏や野鳥との直接・間接（排泄物など）の接触が無い限り在留邦人や邦人旅行者にとって直近のリスクは小さいと考えられますが、だからと言って用心を怠らないことです。具体的には、日本の環境省のホームページに「国民の皆様へ（鳥インフルエンザについて）」として鳥から感染しないための注意事項が分かりやすく説明されています。

- (11) 新型インフルエンザ：インドネシアは、次の新型インフルエンザが発生する可能性が大きい国の一つとされています。それに備えて、職場でも家庭でも、保健医療面

だけでなく社会インフラへの影響や移動の制限などにも対応できる心構えと準備が必要です。詳しくは、在インドネシア日本大使館ホームページに領事関連情報として掲載されている「インドネシアで安全に暮らすために」をご覧ください。なお、新型インフルエンザ対策の一環として、当国では企業・事業所などの備蓄用であれば、抗インフルエンザ薬を現地購入・保管することが可能です。問合せ先は、Roche Indonesia (021)-3041-3000、GSK Indonesia(021)-2552350 です。

4. 予防接種

(1) 赴任者に必要な予防接種：インドネシア到着後に外国人向けのクリニックで殆どの予防接種を受けることが出来ますが、赴任前に接種しておいた方が良いものとして、成人の場合、A型肝炎・B型肝炎・破傷風に加えて、渡航・滞在先や行動様式（野外活動が多いか）なども勘案の上で日本脳炎と狂犬病も接種しておくとい良いでしょう。昭和 50～52 年生まれの方はポリオの追加接種を済ませておくが無難です。水痘や麻疹の小流行も起きていますので、これまでかかったことが無い方はワクチンを接種しておきましょう。なお、着任後の職員・家族に腸チフスの予防接種（日本では未認可）を実施している日系事業所もあります。

小児の場合は、日本の接種スケジュールに従って年齢に応じた定期接種と任意接種を接種します。狂犬病などの接種要否は、成人同様に個別の判断になります。なお、日本で生まれた赤ちゃんをお連れになるのは、BCG（1回）とDPT・IPV混合ワクチン（最初の3回）の接種が済んでからが無難です。

(2) インドネシア保健省の定期小児予防接種一覧（2012年10月2日現在）

（出典 WHO: Vaccine Preventable Diseases Monitoring System）

予防接種名	1回目	2回目	3回目	4回目
BCG	1ヶ月			
B型肝炎	7日以内			
4価ワクチン（DPT+B型肝炎）	2ヶ月	3ヶ月	4ヶ月	
ジフテリア・破傷風	7歳（DT）	8歳（Td）	9歳（Td）	
ポリオ OPV	1ヶ月	2ヶ月	3ヶ月	4ヶ月
IPV（一部地域）	2ヶ月	3ヶ月	4ヶ月	9ヶ月
麻疹	9ヶ月	7歳		

2013年から4価ワクチンに代わり、5価ワクチン（DPT+B型肝炎+Hib）が導入される予定です。また、6～11月児と12～59月児を対象にビタミンA投与が行われています。

(3) インターナショナルスクールに入学・入園する際に予防接種記録（学校毎に決まった様式）の提出が必要です。母子手帳及び過去の全ての予防接種の記録を持参しましょう。

5. 乳児健診

インドネシアでは、地区保健センターで乳幼児検診とワクチン接種が行われています。生後1ヶ月までは毎週、それ以降は毎月1回母子で受診するよう指導されています。日本と異なり先天性代謝性疾患のスクリーニングは実施されていません。外国人は私立の医療機関で乳児検診を受ける方が多いようです。なお母子健康手帳は、日本語・インドネシア語併記のもの、日本語・英語併記のものなどが日本で購入できます（母子保健事業団）。

6. 病気になった場合（医療機関等）

インドネシアでは、医師は公務員でも医療機関3箇所まで掛け持ち勤務（兼業）が認められています。受診前に、受診を希望する医師の診療日・時間を確認しておきましょう。また、インドネシアの病院は、国公立私立を問わず、アメニティの異なる病室を数種類（大部屋から二人部屋、個室、特別室まで）用意することが義務づけられています。日本で言う差額ベッドですが、病室料金だけでなく、医療費全てに影響します。たとえば同じ検査や治療を受けても、その費用は病室ランクによって違ってきます。医療費のキャッシュレスサービスについては、受診前に海外旅行傷害保険会社に確認して下さい。

◎ジャカルタ市

= 医院・クリニック（順不同） =

(1) ジャカルタジャパンクラブ医療相談室

所在地：Wisma Keiai 6th Floor, Jl. Jend. Sudirman Kav.3-4, Jakarta 共愛メディカルサービス内

電話番号：(021) -5790-1243

ファックス：(021)-572-4331

ウェブサイト：www.jjc.or.id/medika/medika.html

概要：共愛メディカルサービス内にあります。海外邦人医療基金（JOMF）が日本人医師を派遣し、医療相談に応じています。日本人医師による医療相談時間は月火水金：08:00～16:00、木土：08:00～12:00です。

(2) Kyoai Medical Services(共愛メディカルサービス)

所在地：Wisma Keiai 6th Floor, Jl. Jend. Sudirman Kav.3-4, Jakarta

電話番号：(021)-572-4330（代表）、(021)-5790-5860（日本語専用ダイヤル）

ファックス：(021)-572-4331

ウェブサイト：www.kyoaihealthcare.com

概要：スディルマン通りにある邦人向けクリニックで、歯科診療も行っています。ジャカルタ近郊のEJIPセンターの2階に分院（所在地：EJIP Center 2nd Floor, EJIP, Plot 3A, Cikarang Selatan, 17550 Bekasi、電話(021)-8967-7310、ファックス(021)-8967-7309）があります。

(3) タケノコ診療所

所在地：Sahid Sudirman Residence, Jl. Jend. Sudirman Kav. 86, Jakarta

電話番号：(021)-5785-3958

ウェブサイト：www.takenokoshinryojo.com

概要：スディルマン通りにある日本人向けのクリニック（総合診療）で、年中無休24時間診療を行っています。提携のSahid病院に入院も可能です。

(4) ポンドックインダ・タケノコ診療所

所在地：Plaza Pondok Indah 2 BA 18-19, Metro Pondok Indah, 12310 Jakarta

電話番号：(021)-750-1623

ウェブサイト：www.takenokoshinryojo.com

概要：スディルマン通りにある日本人向けのクリニック、総合診療・歯科・リハビリ診療を行っています。土日・祝祭日も診療しています。

(5) J-CLINIC

所在地：6th floor RS Pondok Indah, Jl. Metro Duta Kav. UE Pondok Indah, 12310 Jakarta

電話番号：(021)-75816571

ファックス：(021)-769-3207

概要：南ジャカルタにある私立総合病院内にある日本人向けクリニックです。一般内科、小児科、産婦人科、皮膚科、歯科の診療を行っています。クレジットカード可。

(6) SOS Medika Klinik-Cipete（インターナショナルSOSチプテ）

所在地：Jl. Puri Sakti No. 10, Cipete, 12410 Jakarta

電話番号：(021)-7599-8923（日本語 日中のみ 日曜祝日を除く）、24時間救急

(021)-750-6001（英語）

ファックス：(021)-750-6002

ウェブサイト：www.internationalosos.co.jp/indonesiaclinic/cipete.html

概要：緊急移送会社が経営する年中無休24時間対応の私立クリニックです。総合診療、耳鼻科、産婦人科、眼科、小児科、神経内科、皮膚科、循環器内科、歯科、精神科、臨床心理の診療を行っています。スタッフは英語を解し、日本語での診察（日本留学経験のあるインドネシア人医師、要予約）も可能です。クレジットカード可。

(7) SOS Medika Klinik-Kuningan（インターナショナルSOSクニンガン）

所在地：Menara Prima 2nd Floor, Jl. DR. Ide Anak Agung Gde Agung, Kawasan Mega Kuningan Kav6.2, 12950 Jakarta Selatan

電話番号：(021)-5794-8128（日本語）、(021)-5794-8600（英語）

ファックス：(021)-5794-8686

ウェブサイト：www.internationalsos.co.jp/indonesiaclinic/Kuningan

概要：前述チプテと同じ経営の私立クリニックですが、土曜日は午前中のみ、夜間休日は休診です。総合診療、耳鼻咽喉科、産婦人科、小児科、皮膚科、歯科、循環器内科、理学療法の診療を行っています。日本語での診察が可能です（予約不要、来院順に診察）。クレジットカード可。

=総合病院（救急を含む全科対応の入院施設）=

（順不同）

(1) RS Siloam Lippo Village（シロアム・リッポビレッジ病院）

所在地：Jl. Silom 6, Lippo Karawaci, 15811 Tangerang

電話番号：(021)-546-0055（通常は英語可）（021)-546-0066（救急室直通）

ファックス：(021)-546-0921

ウェブサイト：www.siloamhospitals.com

概要：ジャカルタ近郊 Lippo Karawachi にある私立総合病院です。救急外来は 24 時間対応で、職員の多くは英語が通じます。邦人の入院実績があります。クレジットカード可。

(2) RS Pondok Indah（ポンドックインダー病院）

所在地：Jl. Metro Duta Kav. UE Pondok Indah, 123110 Jakarta

電話番号：(021)-769-2252, (021)-765-7525（通常は英語可）, (021)-750-2322（救急室直通）

ファックス：(021)-750-2324

ウェブサイト：www.rspondokindah.co.id

概要：南ジャカルタの私立総合病院です。救急外来は 24 時間対応です。邦人の入院実績があります。クレジットカード可。

(3) RS Medistra（メディストラ病院）

所在地：Jl. Gatot Subroto Kav. 59, 12950 Jakarta

電話番号：(021)-521-0200（通常は英語可）（021)-521-0201（救急室直通）

ファックス：(021)-521-0184

ウェブサイト：www.medistra.com

概要：ジャカルタ都心に近い私立の総合病院です。救急外来は 24 時間対応です。クレジットカード可。

=歯科医=

(1) Himawan Halim Dental Clinic

所在地：Gandaria 8(Gandaria City office tower), 6th floor unit D, Jl. Sultan Iskandar Muda, Jakarta Selatan 12240

電話番号：(021)-29036492（日本語可）

ファックス：(021)-29036493

概要：日本人歯科医が勤務しています。診療は週日の午前 9 時から午後 5 時、土曜日は午前 8 時半から昼 12 時まで診療しています。

○バンドン市

(1) RS Santo Borromeus

所在地：Jl. Ir. H. Juanda No.100, Bandung 40132

電話番号：(022)-255-2000

ファックス：(022)-250-4235

ウェブサイト：www.rsborromeus.com

概要：キリスト教系の総合病院で、邦人の入院実績があります。救急外来は 24 時間対応で、MT, MRI が稼働しています。

(2) RS Advent

所在地：Jl. Cihampelas 161, Bandung 40131

電話番号：(022)-203-4386

ファックス：(022)-204-3167

ウェブサイト：www.rsadventbandung.com

概要：邦人の利用実績があるキリスト教系の総合病院です。24 時間対応の救急外来があります。CT はありますが、MRI はありません。海外旅行傷害保険キャッシュレスサービス可。

○スラバヤ市

(順不同)

(1) RS Premier Surabaya (スラバヤ プレミア病院)

所在地：Jl. Nginden Intan Barat Block B, Surabaya

電話番号：(031)-599-3211（通常は英語可）

ファックス：(031)-599-3214

ウェブサイト：www.rs-premiersurabaya.com

概要：オーストラリア資本の私立病院で、救急外来は 24 時間対応です。緊急移送会社と連携しています。クレジットカード可。

(2) RS Siloam Surabaya (シロアム・スラバヤ病院)

所在地：Jl. Raya Gubeng 70, 60281 Surabaya

電話番号：(031)-503-1333（通常は英語可）

ファックス：(031)-503-0221

ウェブサイト：www.siloamhospitals.com

概要：都心の便利な場所にあり、救急外来は 24 時間対応です。クレジットカード可。

(3) RS Mitra Keluarga Surabaya (ミトラクルアルガ・スラバヤ病院)

所在地：Jl. Satelit Indah II, Darmo Satelit, 60187 Surabaya

電話番号：(031)-7345333, (031)-7340425(脳卒中ホットライン)

ファックス：(031)-7345955

ウェブサイト：www.mitrakeluarga.com/surabaya

概要：邦人が多く住む Darmo Satelit 地区にある私立病院で、救急外来は 24 時間対応です。

アルテプララーゼ (t-PA) による脳梗塞急性期治療を行っています。

○デンパサール市

=医院・クリニック (入院はできません) =

(順不同)

(1) SOS Medika Klinik-Bali (インターナショナル SOS バリ)

所在地：Jl. Bypass Ngurah Rai 505X, Kuta, 80221 Bali

電話番号：(0361)-710505 (インドネシア語・英語)

ファックス：(0361)-710515

ウェブサイト：www.internationalosos.co.jp/indonesiaclinic/bali.html

概要：緊急移送会社の運営する 24 時間対応のクリニックで、歯科診療も行っています。重症の場合は移送を依頼することが可能です。日本人看護師がアドバイザーとして 24 時間対応しています。クレジットカード可。

(2) タケノコ・バリ診療所

所在地：Jl. Sunset Road No. 77A, Ruko No1, Kuta-Bali

電話番号：(0361)- 7808094, (0361)-746-3431 (日本語)

ファックス：(0361)- 8477442

ウェブサイト：www.takenokoshinryojo.com

概要：日本人看護師が常勤しています。診療時間は、平日は 8 時～20 時、土・日・祭日は 8 時～16 時 (ニュピを除く) です。海外旅行傷害保険キャッシュレスサービス・クレジットカード可。

(3) 共愛メディカルサービス・バリ

所在地：Jl. Bypass Ngurah Rai No. 9 C, Kuta, 80361 Bali

電話番号：(0361)-766591 (英語・日本語)

ファックス：(0361)-766593

ウェブサイト：www.kyoaihealthcare-bali.com/jp/home.php

概要：空港近くの外国人向けのクリニックで、日本人看護師が常勤しています。診療時間は、毎日 7～23 時 (ニュピを除く) です。海外旅行傷害保険キャッシュレスサービス・クレジットカード可。

=総合病院（救急を含む全科対応の入院施設）=
(順不同)

(1) Kasih Ibu General Hospital (カシイブ総合病院)

所在地：Jl. Teuku Umar 120 Denpasar, Bali

電話番号：(0361)-300-2021, (0361)-787-3432(日本語、平日 8～17 時)

ファックス：(0361)-223-850

ウェブサイト：www.kasihibuhospital.com

概要：外国人病棟のある私立総合病院で、日本人職員が勤務しています。救急車の派遣も可能です。海外旅行傷害保険キャッシュレスサービス・クレジットカード可。ジンバラン地区に分院があります。

(2) RSUD Sanglah (国立サンラ病院)

所在地：Jl. Kesehatan, Denpasar, Bali

電話番号：(0361)-227911 (時間外を除き英語可)

ファックス：(0361)-224206

概要：バリで最大の公立病院で、大学病院も兼ねています。24 時間対応の救急部があります。医療機器は揃っていますが、地元の公立病院なので常に混雑しています。国際クリニック（入院可）を利用すると、英語で治療が受けられます。バリ島で唯一の潜水病に対応できる病院です。救急車の派遣も可能です。クレジットカード可。

(3) Bali International Medical Center Kuta (BIMC ホスピタル・クタ)

所在地：Jl. Bypass Ngurah Rai No.100X, Kuta, 80361 Bali

電話番号：(0361)-761263 (英語・日本語)

ファックス：(0361)-764345

ウェブサイト：www.bimcbali.com/

概要：24 時間対応の救急室のある外国人旅行者向けの私立病院です。日本人医療スタッフが常勤しています。救急車の派遣も可能です。クレジットカード可。

(4) Bali International Medical Center Nusa Dua (BIMC ホスピタル・ヌサドゥア)

所在地：Kawasan BTDC blok D, Nusa Dua 8036

電話番号：(0361)-3000911

ファックス：(0361)-3001150

ウェブサイト：www.bimcbali.com/

概要：2012 年にヌサドゥア地区 Bali Collection ショッピングセンターの向かいにオープンした総合病院。日本人医療スタッフが常勤。歯科診療、旅行者の透析（事前予約が必要）にも応じています。

(5) Surya Husadha Hospital (スルヤフサダ・ホスピタル)

所在地：Jl. Pulau Serangan No. 7, 80114 Denpasar

電話番号：(0361)-233787, (081)-2389-6617 (日本語ダイヤル)

ファックス：(0361)-231177

ウェブサイト：www.suryahusadha.com

概要：国立サンラ病院に近い私立の総合病院です。日本人ゲストリレーション（3名）が交代で勤務しています。往診あり。旅行者の透析に応じています（事前の予約が必要）。海外旅行障害保険キャッシュレスサービス・クレジットカード可。

○マカッサル市

（順不同）

(1) RS Siloam Makassar（シロアム・マカッサル病院）

所在地：Jl. Metro Tanjung Bunga Kav. 9, Makassar 901344

電話番号：(0411)-811-7430、予約センター(0411)-500-181

ファックス：(0411)-811-7433

概要：2012年にオープンした新しい病院で、24時間診療の救急部門があります。英語を解する医師・職員もいます。

(2) RS Academis Jaury（アカデミス・ジャウリ病院）

所在地：Jl. M. Bulusaraung No. 57A, Makassar

電話番号：(0411)-361-7343（インドネシア語）

ファックス：(0411)-361-3914

概要：医療事情の悪いスラウェシ島では、比較的設備の整った私立病院です。夜間も対応可能とのことですが、まず連絡をしてから受診した方が良いと思われます。英語は一部の医師とコーディネーター以外は通じません。クレジットカード可。

○メダン市

(1) RS Columbia Asia（コロンビア・アジア病院）

所在地：Jl. Listrik No. 2A, 20112 Medan

電話番号：(061)-4566368（通常は英語可）

ファックス：(061)-4566585

概要：救急室は24時間対応です。多くの常勤医のほか、病状に合わせて、各科の専門医（他の病院所属を含む）がオンコールで来院して診療にあたります。ほとんどの職員に英語が通じます。救急車の派遣も可能です。クレジットカード可。

7. インドネシア語一口メモ

(1) 語彙

医師：dokter（ドクトウル）

飲み薬：obat（オバツ）

注射：suntik（スンティッ（ク））

胸痛 : sakit dada (サキッ ダダ)
腹痛 : sakit perut (サキッ プルッ)
下痢 : diare, menceret (ディアレ、ムンチェレッ)
発熱 : demam (ドウマン (ム))
吐気 : mual (ムアル)
傷 : luka (ルカ)
虫刺され : Digigit serangga(ディギギット スランガ)
頭シラミ : Kutu rambut (クトウ ランブット)
だるい : lesu, lemas (レスー、スマース)
性病 : penyakit kelamin (プニヤキッ クラミン)
発疹 : bintik-bintik (ビンティッ (ク) ビンティッ (ク))
入院 : masuk rumah sakit (マスッ (ク) ルマ サキッ)
抗生物質 : antibiotika (アンティビオティカ)
下痢止め : antidiare (アンティディアレ)
食欲不振 : tidak berselera makan (ティダック ブルスレラ マカン)
血液 : darah (ダラ)
尿 : kencing (クンチン)
便 : berak (ベラッ (ク))
痛い : sakit (サキッ)
咳が出る : batuk (バトウッ)
痰が出る : keluar dahak (クルアル ダハッ)
検便 : pemeriksaan tinja (プムリクサアン テインジャ)
検尿 : pemeriksaan kencing (プムリクサアン クンチン)
かゆい : gatal (ガタル)
お腹が張る : kembung (クンブン)
火傷 : luka bakar (ルカ バカール)
食中毒 : keracunan makanan (クラチュナン マカナン)
腸チフス : Demam tifoid (ドウマン ティフォイド)、Tifus/Tipus (ティプス)
デング熱 : Demam berdarah (ドウマン ブルダラ)、DB (デーバー)
結核 : TBC (テーバーセー)
狂犬病 : Rabies (ラビエス)
鳥インフルエンザ : Flu burung(フルーブルン)
癌 : Kanker(カンケル)
鎮痛剤 : obat penghilang rasa sakit (オバッ プン (グ) ヒラン (グ) ラサ サキッ)
胃痛 : sakit mag (サキッ マッ (グ))
消化剤 : obat untuk pencernaan (オバッ ウントウッ プンチュルナアン)

歯痛 : sakit gigi (サキッ ギギ)

不眠 : insomnia (インソ (ム) ニア)

(2) 短文

具合が悪い :

Saya merasa tidak enak badan (サヤ ムラサ ティダッ エナッ (ク) バダン)
病院へ連れて行ってください :

Tolong antarkan ke rumah sakit (トロン アンタールカン ク ルマ サキッ)
診察の予約をお願いします :

Saya mau bertemu docter untuk diperiksa (サヤ マウ ブルトウム ドクトウル ウ
ントウツ (ク) ディプリクサ)

場所はどこですか? :

Di mana tempatnya? (ディ マナ トウンパットニヤ)

下痢がひどいです :

Menceret terus (ムンチェレット トウルース)

風邪をひいたみたいです :

Sepertinya masuk angin (スプルティニヤ マスッ (ク) アンギン)

息切れがします :

Nafas saya sesak (ナフス サヤ スサッ (ク))

食欲がありません :

Saya tidak ada nafsu makan (サヤ ティダッ アダ ナフス マカン)

疲れています :

Saya capek (サヤ チャペ)

めまいがします :

Saya pusing (サヤ プシン)

下腹部が痛いんです :

Saya sakit perut bagian bawah (サヤ サキッ プルッ バギアン バワ)

頭がズキズキします :

Kepala saya pusing (クバラ サヤ プシン (グ))

ここに書いてください :

Tolong dituliskan di sini (トロン ディ トウリスカン ディ シニ)

子供が二日ほど下痢をしています :

Anak saya telah dua hari menceret (アナック サヤ テラ ドウアハリ ムンチェレ
ッ)

痛み止めをください :

Tolong dikasih obat supaya saya tidak merasa sakit (トロン ディカシ オバツ ス
パヤ サヤ ティダッ ムラサ サキッ)

喉が痛いです：

Kerongkongan saya sakit (クロンコガン サヤ サキッ)

風邪をひいて喉が痛いです：

Saya masuk angin dan sakit tengorokan (サヤ マスッ アギン ダン サキッ クロ
ンコガン)

はなが出ます：

Keluar ingus (クルアル イングス)

咳には痰がからんでいます：

Batuknya berdahak (バトウニャ ブルダハッ (ク))

お互いの健康のために、このマスクを使って下さい：

Tolong pakai masker ini, demi kesehatan kita bersama. (トロン パカイ マスケル イ
ニ、デミ クセハタン キタ ベルサマ)
(了)