



ミンガラバー！（日本語ではこんにちは！）

ミャンマーでは、12ヶ月の月ごとにさまざまな行事が行われ、その中でも4月に行われる水祭り「ティンジャン」と10月に行われる火祭り「タディンジュ」というお祭りが最も有名です。ティンジャンはミャンマーのお正月であり、全国的に最も盛大で賑やかなお祭りの一つです。

また、6月から9月まで続く雨期が明け、10月に行われるタディンジュ祭りも非常に賑やかです。この時期には乾季が始まり、街はお祭りや引っ越し、結婚式などが楽しみにされています。

ミャンマーには2019年に世界遺産に登録されたバガン遺跡があります。世界三大仏教遺跡のひとつと言われていて、数千の仏塔が広大な原野に林立する光景は圧巻です。ミャンマーにお越しの際は是非足を運んでみてください。



【Bagan遺跡1】



【Bagan遺跡2】



【Bagan遺跡3】

一方、2021年2月1日に軍事クーデターが発生し、現在も軍事政権が続いています。地方では民族武装勢力との断続的な衝突が発生していますが、ヤンゴンの治安は比較的安定しています。夜間外出禁止令（午前0時から午前4時）は引き続き実施されています。

ミャンマーで推奨されるワクチンについて以下の情報をご案内いたします。

1.狂犬病

ミャンマーでは狂犬病のリスクが高いとされており、年間に約5万件の犬による噛傷事件が発生しています。そのため、狂犬病ワクチン接種を強くお勧めします。

2.腸チフス

ミャンマーでは雨季に感染者が増えることが多く、食中毒の原因ともなります。汚染された飲み物や食べ物から感染しやすいため、腸チフスワクチン接種がお勧めされています。

3.A型肝炎

食べ物や飲み物を介して経口感染する感染症であり、感染予防対策の一環としても知られています。A型肝炎ワクチン接種をお勧めします。

4.B型肝炎

血液や体液を介して感染する可能性の高い肝臓の疾患です。B型肝炎ワクチン接種は感染を効果的に予防できるため、お勧めされています。

5.発疹風疹

細菌による感染症で、主にすり傷や切り傷から感染します。発疹風疹ワクチン接種をお勧めします。これらのワクチンは、ミャンマーでの健康を保護・維持するために重要です。健康に関する具体的な相談は、医療専門家や現地の保健機関と相談することをお勧めします。

続いて、ミャンマーで流行している主な疾患については以下の情報をご案内いたします。

1.結核

ミャンマーはWHOによって結核蔓延国と指定されており、医療現場ではミャンマーの10人に1人が結核キャリアとされています。結核は咳からの空気感染があり、知らないうちに感染する可能性があります。また、結核キャリアは症状がないため、自己検査が困難です。

2.デング熱

5月から10月にかけて流行し、蚊によって感染が広がります。発症時には血液中にデング熱ウイルスが存在し、蚊を介して感染が広がる可能性があります。免疫力が低い高齢者、子供、または免疫が弱っている成人に感染が多いです。

3.性・血液感染症

ア) 性感染症 (HIV、クラミジア、淋病、ヘルペスなど)

イ) B型肝炎

ウ) C型肝炎

4.経口感染症

ア) 腸チフス

イ) A型肝炎

ウ) ポリオ (急性灰白髄炎)

エ) ノロウイルス感染症

オ) アメーバ赤痢

注意事項

- 露天で販売されている食品や飲み物に注意してください。
- 自分自身が慣れていない食品にも注意が必要です (特に使い回しの油を使用している店舗に注意が必要)。
- プールでの水泳など、感染リスクのある場所にも注意が必要です。

これらの情報は健康を保護するために役立ちますが、具体的な健康問題については医療専門家や現地の保健機関と相談することが重要です。現地にてお手伝いが必要な場合やお困りごとがありましたら、いつでも遠慮なくお気軽にJHDにご連絡ください。

☎ +95-(0)-977-689-6891

✉ JHD - MMR@prestigein.com / LINE ID:jhdmmr

〈月曜日-金曜日〉 09:00~18:00/ 〈土〉 09:00~13:00/ 〈日・祝〉 休

JHDミャンマーは、「東京クリニック」と「SOSクリニック」に設置しております。

海を渡って頑張るあなたが安心して活躍できるように。

海外進出企業向け3in1医療サポート ヘルスケアプログラム

企業向けサービス

赴任者さまが**海外の病院**で治療を受けた場合
日本の健康保険の請求が可能です。

プレステージ・インターナショナル ヘルスケアプログラム

- ☑ 24時間日本語対応
- ☑ キャッシュレス受診
- ☑ 医療費請求サポート
- ☑ 緊急搬送サービス
- ☑ 医療相談

など充実!

詳しくはこちら