

キルギス「安全の手引き」

令和3年1月5日
在キルギス日本国大使館

I はじめに

キルギスの治安状況は、日本と比較すると必ずしも良いとは言えず、常に事件や事故と隣り合わせの環境にあるといっても過言ではありません。また、道路の整備不良や運転マナーの悪さなど、防犯面以外にも日本と違った危険が潜んでおります。しかし、平素からの心構えや必要な準備をすることで、リスクを下げる事が可能です。本手引きは、キルギスに滞在される皆様がより安全な生活を送るための手助けとなるよう、各種安全対策に関する注意事項などを取りまとめたものです。

II 防犯の手引き

1. 防犯の基本的な心構え

(1) 心構え

ア. 自分の身は自分で守る

ひとたび海外に出れば、言葉の問題や文化・習慣の違いもあり、日本と同様の保護・救済を受けられる保証はありません。テロ、犯罪、災害及び事故から自己の生命・身体・財産を守るためには、まず安全を最優先に考えて行動することが大切です。そのため、海外では「自分の身は自分で守る」という強い心構えを持つことが必要です。

(2) 「安全対策3原則」

ア. 目立たない

服装、所持品、アクセサリはもとより、買い物の質や量など、生活全般において必要以上に目立たないことが大切です。特に、現金や高価な品物は周囲の目に触れないよう注意する必要があります。こうした配慮を怠ると、自分では気付かないうちに犯罪者のターゲットにされている可能性があります。キルギスでは過去に、携帯電話機を強奪する目的で外国人が殺害された事件も発生しています。また、バザール等で高額紙幣を使用したことにより、財布を強奪された事件も発生しています。

イ. 用心を怠らない

自宅や自動車の鍵のかけ忘れ、貴重品の置き忘れ、火の始末など、基本的な注意を忘れないでください。また、デモや集会が行われている場所には、絶対に近づかないでください。夜間、いかがわしい場所、暗がりや人通りの少ない場所など、一般的に危険とされる場所や危険とを感じる場所に近づかないことも重要です。当国においても、邦人被害にかかる強盗事件や空き巣事件が複数回発生しています。海外生活が長期になると、油断しがちになりますので、十分注意してください。

ウ. 行動を予知されない

通勤、買い物の手段、道順、時間帯等の行動様式をパターン化することは、犯罪者が犯罪の実行計画を立てやすいため、危険です。平素から誰かに見られていることを意識し、できる限り行動様式をランダムに変えて、動きを読まれないようにすることが重要です。

(3)その他

語学力、海外旅行経験の有無・程度を問わず、できるだけ単独行動は避けてください。海外旅行経験が豊富な方の被害が目立ちます。空港、バザール、バスターミナル等で、見知らぬ人から声をかけられても、絶対について行かないでください。特に犯罪が多発しているオシュバザールには近寄らないでください。

2. 犯罪発生状況

(1)一般犯罪発生状況

治安当局の統計によると、キルギス国内の犯罪発生件数は年間約3万件とされていますが、他にも届出がなされていない事件が多く発生しているものと思われます。特に凶悪犯罪については、殺人が日本の約3.5倍、強盗が約26倍、強姦が約倍と多発していることから、十分な注意が必要です。

日本人が被害に遭ったケースでは、路上での強盗、空き巣、ひったくり、スリ等の窃盗、官憲による賄賂要求や窃盗等が挙げられます。また、外国人に対しては、身代金目的による誘拐も発生しています。

(2)日本人が被害に遭った犯罪の主な例

ア. 強盗

- ・ 午前1時ころ、自宅アパート前において、男女3人組から声をかけられたところ、その内1人が肩に掛けていたカバンを強奪しようとしたが、被害者が抵抗したため、現場から逃走した。
- ・ 午後6時ころ、ビシュケク市内の公園において若者4人から声をかけられ、頭

部を殴打されて一時的に気を失い、所持品を強奪された。

- ・ 午後零時ころ、東部イシクル州を旅行中のサイクリストが山中にて男2人から声をかけられ、首を絞められる等の暴行を受けた後、所持品を強奪された。

- ・ 午後11時30分ころ、ビシュケク市内の路上で中年の男1人から追尾され、アパート敷地内において地面に押し倒され、所持品を強奪された。

イ. 傷害

- ・ 午後7時30分ころ、ビシュケク市内の路上においてシンナー中毒の若者2人から難癖をつけられ、いきなり殴る、蹴る等の暴行を受けて傷害を負った。

ウ. 窃盗

- ・ 午前8時30分ころ、ビシュケク市内中心部の公園で飲食していた際、ポケット内にいれてあった財布と旅券をひったくられた。

- ・ 午前9時ころ、オシュ市内のバザールで買い物をしていた際、現金とクレジットカードの入った財布を盗まれた。

- ・ 午後7時ころ、ビシュケク市内西バスターミナル内で警察官から職務質問を受け、同ターミナル内の警察官詰所内において所持品検査を受けた際、現金を抜き取られた。

- ・ 午後4時ころ、バスで移動中に背負っていたバックパックのファスナーを開けられ、現金やクレジットカードを盗まれた。

- ・ 午後5時30分ころ、ビシュケク市内のオシュバザールで買い物中、人混みの中で3~4人の男がぶつかってきて、肩からかけていたポーチを開けられ、現金、クレジットカード等を盗まれた。

- ・ 午後4時ころ、ビシュケク市内のオシュバザールで買い物中、ズボンのポケットに入れておいた現金を盗まれた。

- ・ 午後4時ころ、ビシュケク市内のオシュバザール入口付近において、警察官を語る私服の男2人に呼び止められ、所持品検査をされた際に、封筒内から現金を抜き取られた。

- ・ お昼ころ、ビシュケク市内のオシュバザールで買い物中、携帯電話を盗まれた。

- ・ 午後2時ころ、マルシュルートカ(乗り合いタクシー)でビシュケク市内を移動中、ズボンのポケットに入れておいた携帯電話を盗まれた。

- ・ 午前8時ころ、道案内人をホテル従業員と勘違いしてホテルの自室内まで入

室を許し、洗面所で洗顔中に携帯電話を窃取された。

- ・ 午後2時ころ、ビシュケク市内のオシュバザールにおいて買い物中、人混みの中で複数の男がぶつかってきたことに気を取られている間に現金在中の財布を盗まれた。
- ・ 午後2時30分ころ、オシュバザールからマルシュルートカで宿泊先へ戻る際、車両内において旅券、現金在中の財布等を盗まれた。
- ・ 午前11時30分ころ、ビシュケク市内のオシュバザールにおいて買い物中、人混みの中で背負っていたリュックサックの中から現金等在中の財布を盗まれた。
- ・ 午後6時30分ころから午後11時ころまでの間、留守中に居住マンションのベランダから鉄格子をすり抜け、窓ガラスを蹴破られて侵入され、貴金属等を盗まれた。

3. 防犯のための具体的留意事項

(1) 一般的防犯対策(安全対策3原則)

キルギス滞在中、特に、以下の点に注意してください。

- ア. 服装、所持品、アクセサリなど、必要以上に華美なものを避ける。女性は、夏場の服装に注意する(過度に肌を露出させない)。【目立たない】
- イ. 銀行や両替所の周辺路上において、むやみに財布や現金を取り出さない。一度に高額紙幣を両替しない。バザールやバスターミナル等で高額紙幣を使用しない。【目立たない】
- ウ. できる限り単独行動を避け、キルギス語またはロシア語を理解し、信頼の置ける人と行動を共にする。見知らぬ人には、絶対についていかない。【用心を怠らない】
- エ. デモや集会が行われている場所には、絶対に近づかない。屋外においてデモ行進等を目撃した場合、動画・写真撮影とうはせず、直ちにその場から離れる。【用心を怠らない】
- オ. 夜間、いかがわしい場所、暗がりや人通りの少ない場所など、一般的に危険とされる場所や危険と感ずる場所に近づかない。深夜、24時間営業の飲食店への入店を避ける(※過去、ビシュケク市内中心部で発砲事件発生)。【用心を怠らない】
- カ. ホテル、自宅、車両等の施錠を必ず確認する。来訪者がある場合、相手を必ず確認する。【用心を怠らない】
- キ. バスや乗り合いタクシー(マルシュルートカ)の中、バザール、バスターミナル等

の人混みでは、スリ被害に遭わないよう、手荷物を常に確認できる位置(体の前面)に持って、気を配る。【用心を怠らない】

ク. 通勤・通学、買い物の際、道順や時間帯がパターン化しないよう注意する。できる限り行動様式をランダムにすることが望ましい。【行動を予知されない】

(2)住居安全対策

ア. 安全な住居の選定

まずは立地環境(繁華街、商業地域及び夜間に人通りや照明が少ない地域は避けること)が重要であり、加えて

- 建物敷地が塀や柵等で囲繞され、敷地入口に警備員等が常駐している、
- 建物入口に錠前が設置されているなど部外者が容易に入れない、
- エレベーター内、階段及び踊り場には十分な明るさが確保されている、
- 自宅ドアは頑丈な造りで複数の錠、チェーン錠、覗き窓及びインターフォン(カメラ付きが望ましい)が取り付けられている、
- 災害(火災、地震等)発生時における避難経路が確保されている、
- 鉄格子の幅が狭く、不審者の侵入が困難である、

など、安全な住居としての条件を満たしていることが必要です。

イ. 錠の交換

新規に住居を契約する場合、入居までに自宅ドアの錠は、新たに交換する必要があります。過去には、以前の入居者等から流出した合鍵を使われ、空き巣に入られた例があります。

ウ. エレベーターの利用

エレベーター内は密室であり、各種の犯罪が行われやすい場所です。自分と同時に利用者がある場合は、1回エレベーターを見送ることも大切です。

エ. 来訪者への対応

入口ドアには鍵をかけ、来訪者があった場合もむやみにドアを開けず、覗き窓及びインターフォンで必ず相手方を確認してください。

オ. 低層階及び最上階対策

アパート・マンションについては、外部から侵入し難い中層階を選定することが最良と考えられます。低層階及び最上階に居住する場合などは、家主に依頼して、窓に鉄格子や強化ガラスを設置する必要があります。

カ. 良い家主の選定

防犯対策のみならず、後のトラブル防止のためにも良い家主を選ぶことが大切です。

キ. 短時間の外出

ゴミ出しや買い物等、短時間の外出でも必ず施錠してください。特に、浴室やトイレの窓など施錠を忘れがちな箇所についても確認することが重要です。

ク. 現金等の管理

日本人にとって少額と思える金額でも、日本と経済状況の違うキルギスでは大金です。現金や貴金属類は、金額やその価値にかかわらず、気づかれにくい場所に施錠して保管・管理することが必要です。

ケ. 長期間の自宅不在

旅行や出張等で長期間自宅を不在にする場合、郵便ポストに配達物を溜めたままにしておくと、犯罪者に留守宅であることを教えてしまう結果となります。このため、信頼の置ける知人等に定期的に回収してもらうなどの措置を講じることが必要となります。

(3) 外出・帰宅時の防犯対策

外出時は、玄関ドアの覗き窓から外の安全を十分に確かめる、帰宅時は、自分の後を付けてくる者がいないか、また階段やエレベーター付近に潜んでいる者がいないかなどを確認することが大切です。

キルギスでは、「行政責任に関するキルギス共和国の法律」により、公共の場（路上、スタジアム、公園、マンションの中庭、公共交通機関内、その他公共の場所等）における飲酒が禁止されています。また、「酔った状態で公共の場に出る行為」も処罰対象となります。同法に違反した場合、罰金を科されますので、十分に注意を払ってください。

(4) 車両に係る防犯対策

車両の保管に際しては、施錠可能なガレージを使用し、盗難防止装置等を取り付けておくことが望ましく、また車内には、現金、貴重品及び重要書類を放置しておかないことが大切です。

(5) 強盗に遭遇した場合の被害軽減策

ア. 強盗に直面した場合、特に武器を突きつけられて金品を強要されたような場合、金品を出し渋ったり、反抗を試みたりすることは極めて危険です。このような状況下では、自己の生命・身体の安全を第一に考え、財産は二の次と考えることが大前提です。

イ. 慌ててポケットに手を入れ、金品を取り出すなどの不用意な行為はしないよう注意すること。一般に犯罪者は興奮しており、こうした行為が武器を取り出そうとしていると誤解される危険性があります。

4. 官憲等(偽の警察官を含む)による賄賂要求、窃盗事案

(1) 事案概要

キルギスでは、官憲等(偽の警察官を含む)による現金抜き取りや賄賂要求といったトラブルが多く、バザール、バスターミナル等の人が多く集まる場所において、旅券の確認を口実に職務質問を行い、所持品検査時に財布等から現金を抜き取るといった事案が頻発しています。なお、キルギスでは法令により、警察官等が所持品検査を行う際には、第三者の立会いが必要とされています。

また、私服警察官から職務質問を受けることもあり、このような場合には、必ず相手方に身分証を提示させて内容を確認してください。過去には、身分証の提示を受けたものの、偽警察官だと思って逃げ出したために、警察署へ連行されたケースもあります。

(2) トラブル防止対策

官憲等によるトラブルを防止するため、次のことに注意してください。

- ア. カメラを首から下げる等、一見して外国人旅行者等と分かる格好は避けましょう。また、無用に人が大勢集まる場所(バザール、バスターミナル等)に近づかないでください。
- イ. 滞在中は必ず旅券を携帯してください(コピーは原則不可)。査証取得のため、他国の大使館に預ける必要のある場合は、必ず預かり証の交付を受けてください。
- ウ. 警察官らしき人物から声をかけられた時は、まず、相手方に身分証明書の提示を求め、本物の警察官か否かを確認してください。
- エ. 相手方の要求等が不当であると感じた場合は、安易にこれを受け入れることなく、かつ、いたずらに相手方を刺激することなく、必要に応じて在キルギス日本国大使館への連絡を要請してください。
- オ. 緊急時は、大声を出して周囲の人に助けを求めてください

5. 交通事情と事故対策

(1) 交通事情

ア. キルギスでは交通インフラの整備が著しく遅れています。首都ビシュケク市内の道路でも、横断歩道やセンターライン等の白線が消えかかって判別しづらいほか、地盤沈下等で陥没が至るところにある道路、蓋の外れたマンホール、工

事現場の穴等が放置されている状況にあり、車両、歩行者ともに通行に際しては十分な注意が必要です。

- イ. スピード違反、信号無視、無理な追い越しや割り込みなど自動車の運転マナーは劣悪であり、また、歩行者についても、ところ構わず道路を横断しようとするため、交通事故が頻発しています。死亡事故の発生率も高いので、十分に注意が必要です。実質的に車両優先社会であるため、道路を横断する場合等は、仮に信号が青であっても、周囲の安全を必ず確認してください。
- ウ. 冬季は、積雪や路面凍結により、スノータイヤ、スタッドレスタイヤ等を装着していても滑ることが多く、運転には十分な注意を要します。また、キルギスでは、凍結した道路をノーマルタイヤやオールシーズンタイヤのまま走行している車両も多く、歩行者、運転者とも、周りの車に十分気をつける必要があります。さらに、冬季は日照時間が少なく、朝晩の通勤時間帯は暗いため、道路を横断する際には確実に安全確認してください。

(2)事故対策

- ア. キルギスでは、自動車保険の加入率は極めて低く、事故の相手方が保険未加入のため、支払い能力がない場合が殆どです。車両を運転する方は、万一来に備え、自動車保険に加入しておくことを強くお勧めします。
- イ. 交通事故の当事者となった場合は、直ちに交通警察(グーオーベーデーデー、旧称ガイー)に通報し、事故現場への臨場を要請する必要があります。車両の運転者は、警察官による現場検証が終了するまで、事故当時の状態のまま動かすことはできませんので、この点につき特に注意が必要です。なお、負傷者がいる場合は、救急車を要請するとともに、救護に当たる必要があります。
- ウ. 交通事故発生時は、後の司法手続きや自動車保険手続き等に備えて、下記の事項について確実に記録しておく必要があります。

- 発生日時及び場所
- 相手方当事者の職業、氏名、住所、連絡先(自宅及び勤務先)、車種、車両のナンバー及び進行経路
- 事故目撃者の氏名、連絡先
- 現場検証を実施した交通警察官の所属、氏名等

特に、相手側が信号無視であった場合等には、それを証言してくれる目撃者を複数人確保する等、自己の正当性を担保しておく必要があります。

また、可能な限り現場の状況、双方の車両破損状況等を写真撮影しておくこと、早期に保険会社に連絡して鑑定人の臨場を要請することをお勧めします。

エ. 交通事故発生後、加害者・被害者双方の車両は、示談等により事故対応が終了するまで事故現場を管轄する交通警察に保管されます。なお、保管料は毎日かさむので、示談等が長引けば、負担額も増加します。

6. テロ・誘拐対策

キルギスでは、大規模なテロ事件は2016年8月30日の中国大使館における車両を使用した自爆テロの後発生していませんが、2017年以降、キルギス国内でテロ企図者が多数逮捕されており、軍用小銃、手榴弾、爆発物等が押収される事件が多発しております。また、2017年8月29日には、ビシュケク市郊外において警察官の検問を突破した武装テロリストと治安機関との間で銃撃戦となり、テロリスト2名が射殺される事件も発生しています。

今後、日本人がテロ事件に巻き込まれる可能性は排除できないことから、以下の点について注意してください。

- 宗教心が高まる時期(ラマダン期間中及びその前後期間等)の不要な外出を避ける。特に、テロの標的となる可能性のある政府関連施設や、人々が集まる場所(デパート、バザール、バスターミナル等)には無用に近づかない。
- 様々な宗教を尊重し、禁忌とする食材等について配慮を忘れない。特に、宗教心の高まる時期には、禁忌とする食材(豚肉等)を使用した料理を提供するレストランやカフェ、同食材を販売する店舗には可能な限り近づかない。
- 在留届の提出や「たびレジ」の登録を確実に実施するとともに、様々なメディア媒体を活用して常に最新の安全情報の入手に務める。

キルギスでは1999年、南部山岳地帯において、イスラム過激派組織による国際協力事業団(当時)派遣の邦人鉱山技師4名の誘拐事件が発生しています。同事件以降、日本人を被害者とする誘拐事件は発生していませんが、不測の事態に備えて今後も十分な注意が必要です。

7. 緊急時の連絡先

(1) 在キルギス日本国大使館(末尾添付の地図参照)

所在地: 16、Razzakova Str.、 Bishkek

代表電話: 0312-300050 / 300051 (平日 09:00~12:30、13:30~17:45)

緊急電話: 0555-775319 (夜間・休日)

ホームページ: <http://www.kg.emb-japan.go.jp>

(2) 消防: TEL 101

(3) 警察: TEL 102

(4) 救急: TEL 103

8. 緊急時のロシア語表現

(1) 助けてください！ …… Помогите, пожалуйста! (パマギーチェ・パジャールスタ！)

(2) 泥棒、泥棒！ …… Вор! Вор! (ヴォル！ヴォル！)

(3) 強盗、強盗！ …… Грабитель! Грабитель! (グラビーチェリ！グラビーチェリ！)

(4) 火事だ、火事だ！ …… Пожар! Пожар! (パジャール！パジャール！)

(5) 警察を呼んでください！ …… Пожалуйста, позовите милицию!

(パジャールスタ・パザヴィーチェ・ミリーツィユ！)

(6) 救急車を呼んでください！ …… Позовите скорую помощь!

(パザヴィーチェ・スコールユ・ポーマシ！)

(7) 医者を呼んでください！ …… Позовите врача, пожалуйста!

(パザヴィーチェ・ヴラチャー・パジャールスタ！)

(8) お金を無くしました。 …… Я потерял(а) деньги.

(男性の場合: ヤー・パチェリヤール・ジェーニギ)

(女性の場合: ヤー・パチェリヤール・ジェーニギ)

(9) パスポートを無くしました。 …… Я потерял(а) паспорт.

(男性の場合: ヤー・パチェリヤール・パースパルト)

(女性の場合: ヤー・パチェリヤール・パースパルト)

(10) お金を盗まれました。 …… У меня украли деньги.

(ウ・ミニヤー・ウクラーリ・ジェーニギ)

(11) パスポートを盗まれました。 …… У меня украли паспорт.

(ウ・ミニヤー・ウクラーリ・パースパルト)

(12) 交通事故に遭いました。 …… Я попал(а) в автоаварию.

(男性の場合: ヤー・パパール・ヴ・アフタアヴァーリユ)

(女性の場合: ヤー・パパーラ・ヴ・アフタアヴァーリユ)

(13) 怪我をしています。 …… Я ранен(а). (男性の場合: ヤー・ラーニエン)

(女性の場合: ヤー・ラーニエナ)

(14) 病気です。 …… Я болен. (男性の場合: ヤー・ボーリエン)

Я больна. (女性の場合: ヤー・バリナー)

- (15) 頭が痛いです。・・・ У меня болит голова. (ウ・ミニャー・バリート・ガラヴァー)
- (16) 腹が痛いです。・・・ У меня болит живот. (ウ・ミニャー・バリート・ジヴォート)
- (17) ここが痛いです。・・・ У меня здесь болит. (ウ・ミニャー・ズジェーシ・バリート)
- (18) 熱があります。・・・ У меня температура. (ウ・ミニャー・テンペラトウーラ)
- (19) 吐き気があります。・・・ У меня тошнота. (ウ・ミニャー・タシュナター)
- (20) 下痢をしています。・・・ У меня жидкий стул (понос).
(ウ・ミニャー・ジートキー・ストウール) 又は
(ウ・ミニャー・パノース)
- (21) 私は日本人です。・・・ Я Японец. (男性の場合: ヤー・ヤポーニェツ)
Я Японка. (女性の場合: ヤー・ヤーポーンカ)
- (22) 私は日本から来ました。・・・ Я из Японии. (ヤー・イズ・ヤポーニー)
- (23) 日本大使館に連絡してください。
・・・ Сообщите, пожалуйста, в Посольство Японии.
(サープシーチェ・パジャールスタ・フ・パソーリストヴァ・イポーニー)
- (24) 電話を貸してください。・・・ Можно воспользоваться вашим телефоном.
(モージナ・ヴァスポーリザヴァツツァ・ヴァーシム・テレフォーナム)
- (25) 私はロシア語が分かりません。・・・ Я не понимаю русского языка.
(ヤー・ニェ・パニマーユ・ルースカヴァ・イズィカー)
- (26) 英語を話せる人はいますか？
・・・ Есть ли человек, который говорит на английском языке?
(イエースチ・リ・チラヴェーク・カトールイ・ガヴァリート・ナ・アングリースカム・イズィケー?)
- (27) 日本語を話せる人はいますか？
・・・ Есть ли человек, который говорит на японском языке?
(イエースチ・リ・チラヴェーク・カトールイ・ガヴァリート・ナ・イポーンスクム・イズィケー?)
- (28) その人を呼んでください。・・・ Позовите его, пожалуйста.
(パザヴィーチェ・イヴォー・パジャールスタ)

Ⅲ 緊急事態に備えての心構え及び対処要領

1. 平素の心構えと必要な準備

(1) 在留届の提出

キルギスに3か月以上滞在される方は、緊急時の連絡などに必要ですので、到着後遅滞なく在キルギス日本国大使館に在留届を提出してください。また、住所その他届出事項に変更が生じたとき及びキルギスから出国する(一時的な旅行を除

く)場合は、必ずその旨を大使館に届け出てください。なお、在留届はオンライン在留届電子届出システム(「ORRnet」<http://www.ezairyu.mofa.go.jp/>)による届出をお勧めします。

(2)連絡体制の保持

緊急事態(大規模災害、政情不安に伴う騒擾、テロ事件等)発生時には、情報提供、安否確認、避難等のため、大使館から在留届などに基づき皆様に連絡します。そのため、携帯電話番号やメールアドレスに変更がありましたら、大使館まで連絡願います。

また緊急事態発生時には、NHK短波ラジオ等を利用してメッセージを放送することもあり得ますので、あらかじめ短波ラジオ等をご用意することをお勧めします。なお、NHK短波ラジオの周波数等については、NHKワールドホームページ(<http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/radio/howto/#short-wave-contents>)を通じて、最新の情報をご確認ください。

(3)緊急事態発生時の退避場所

事態が切迫し退避が必要となる場合には、緊急避難先を別途ご連絡します。主に日本大使館が想定されますが、情勢を踏まえて指定します。緊急避難先に集結後、状況により国外へ退避することもあり得ますが、しばらくの間、緊急避難先において待機する場合も想定されます。

(4)携行品及び非常用物資の準備

緊急事態の発生に備え、以下の物資等を準備するとともに、緊急避難時には忘れずに携行してください。

ア. 有効期限が3ヶ月以上ある旅券

イ. 当座必要となる現金(米ドル、ソム、その他)やクレジットカード等

ウ. 非常用食料品

自宅にある程度の期間滞在する場合も想定されますので、貯蔵可能な食料品(重量や保存期間を考慮すると、フリーズドライ食品が最良です)や飲料水等を平素から準備してください。

エ. 衣類

洗濯できないことを想定して下着類を多めに準備するほか、冬期の場合は防寒着、手袋、帽子、滑りにくい靴等を忘れず準備してください。

オ. 医薬品

総合感冒薬、頭痛薬、胃腸薬、消毒液、絆創膏、外傷用軟膏等のほか、マスク、小児用の薬、サニタリー用品等も準備しておく心安心です。また、持病をお持ちの方(アレルギーを含む)は、処方されている薬を携帯してください。

カ. その他

携帯電話(充電器を含む)、懐中電灯、乾電池、ラジオ、紙皿、紙コップ、プラスチック製のフォークやスプーン、割り箸、タオル、ハンカチ、ティッシュペーパー、ビニール袋(あると何かと重宝します)、メモ帳、ペン等の筆記具、小型はさみ、爪切り、髭剃り用具、綿棒等も必要に応じて用意しておく便利です。

2. 緊急時の行動

(1) 基本的心構え

緊急事態の発生に備えて、平素から外務省海外安全ホームページや大使館からのお知らせメール等を参考として、情報の把握に努めてください。また、万が一テロ事件に遭遇した、あるいは爆発音・銃撃音が聞こえた場合、安全行動3原則「伏せる、逃げる、隠れる」を忘れないようにしてください。

(2) 大使館への通報

次の場合、大使館へ通報願います。

ア 身近で緊急事態となる事件や事故を目撃した場合、または人から聞いた場合。

イ 緊急事態が発生した際に、連絡が取れなくなった方を把握した場合。

ウ 自身を含め、在留邦人及びそのご家族の生命、身体、財産に危害が及ぶ恐れがあるとき。

(3) 国外への退避

事態が悪化した場合、可能な限り定期航空便が運航している間に国外へ退避してください。その際には出国する旨を大使館までお知らせください。大使館への連絡が困難な場合には、日本国外務省(海外邦人安全課、電話:03-3580-3311)まで連絡願います。

事態が緊迫し、定期航空便が利用できなくなった場合には、陸路での国外退避(カザフスタン・アルマティ)も考えられます。

3. 緊急事態に備えてのチェックリスト

Ⅲ1.(4)ア～カに記載した非常用携行品はあるか。

緊急時の連絡手段、連絡先を把握しているか。

- 在留届を提出しているか、また、記載事項に変更があった場合には届け出を済ませているか。
- 大使館の所在地を把握しているか。
- 外務省海外安全ホームページ等を常にチェックしているか。

