

安全の手引き

2023年2月

在ボスニア・ヘルツェゴビナ日本国大使館

目次

I	序言	2
II	防犯の手引き	2
	1 防犯の基本的な心構え	2
	2 最近の犯罪発生状況等	2
	3 防犯のための具体的注意事項	3
	4 交通事情と事故対策	6
	5 テロ・誘拐対策	6
	6 反政府デモ対策	7
	7 地雷対策	8
	8 緊急連絡先	8
	9 緊急時の現地語（ボスニア語）表現	10
III	在留邦人用緊急事態対処マニュアル	10
	1 平素の準備と心構え	10
	2 緊急時の行動	11
	3 緊急事態に備えてのチェックリスト	12

I 序言

海外で生活をされる邦人の方や観光を目的として海外を訪れる方の増加に伴い、邦人の方が事件や事故に巻き込まれるケースが増加しています。「海外に滞在している」ことに留意して、日頃から防犯意識をもって行動する必要があります。

また、テロによる日本人の被害は、シリアやアフガニスタンといった渡航中止勧告や退避勧告が発出されている国・地域に限りません。テロは、日本人が数多く渡航する欧米やアジアをはじめとする世界中で発生しており、これまでもチュニジア、ベルギー、バングラデシュ、スリランカ等においてテロによる日本人の被害が確認されています。

近年では、単独犯によるローンウルフ型テロや、一般市民が多く集まるレストラン、ショッピングモール、公共交通機関等のソフトターゲットを標的としたテロが世界各地で頻発しており、こうしたテロの発生を未然に防ぐことは困難です。テロはどこでも起こり得ること、日本人も標的となり得ることを十分に認識し、テロ・誘拐に巻き込まれることがないように、「たびレジ」、海外安全ホームページ、報道等により最新の治安情報の入手に努め、状況に応じて適切かつ十分な安全対策を講じるよう心掛けてください。

この手引きは在留邦人の方々の当地での安全な生活の一助となるよう作成したものであり、参考にして頂ければ幸いです。

II 防犯の手引き

1 防犯の基本的な心構え

「自分と家族の安全は自分たちで守る」との意識をもち、安全の三原則「目立たない」、「警戒を怠らない」、「行動を予知されない」を心掛けてください。

当地では、アジア系の住民は少ないため、日本人は居住者であれ旅行者であれ目立つ傾向にあります。iPhone や一眼レフカメラ等の高価な物は目立たないように持ち歩き、華美な服装や公共の場（レストラン、バー等）では大声で騒ぐなどの行動は控え、当地の文化・風習等を十分尊重して行動してください。

また、毎日同じ時間に同じ道を通るなど、行動が画一化しないよう注意してください。

2 最近の犯罪発生状況等

スリ・ひったくり等軽犯罪は日常的に発生しているため、注意が必要です。紛争時に使用された武器等が未だ一般に出回っているため、銃器を使用した

殺人、強盗、爆破事件等の凶悪事件も散見されます。さらに、数年前からは、一見して地元民とは異なると分かる、中近東・アフリカ方面からの移民・難民による路上強盗等の犯罪も発生しています。

また、最近の傾向として、当国の学校、病院、警察署、裁判所等に対する爆破予告事案が頻繁に発生しています。大半は虚偽であるものの、自宅や外出先周辺の施設が爆破予告を受ける可能性もあります。

邦人の方の被害については、スリやひったくりが多く、車上荒しや住居侵入、路上強盗の被害に遭う事件も発生していますので、注意が必要です。

犯人の要求を拒否したために暴行を受け、大怪我を負ってしまった事件も発生していますので、もしも犯罪に遭ったら、生命の安全を第一に行動してください。

当地では誘拐や性犯罪の発生率は低いですが、日本人が誘拐・性犯罪の標的とされる可能性も否めないため、日頃から家族を含めて十分な対策を取るようになしてください。

《犯罪被害例》

- (1) 路面電車（トラム）を利用し、市内ショッピングモール近くの停留所で降車した際、後ろにいた人から、カバンが開いていることを指摘され、中を確認したところ、財布やパスポートが入っていたポーチがなくなっていた。
- (2) 日中、市内中心部で写真を取っていたところ、後ろからついてきた男女3人組に囲まれ、ズボンのポケットに入れてあった財布を奪われた。
- (3) 宿泊施設の場所を確認するため市内を移動していたところ、後ろをつけてきた男3人組に襲撃され、カバンから貴重品の入ったポーチを奪われた。
- (4) 市内の路上で2人組の女のうち一人に道を尋ねられ、分からないと答えている間にもう一人が鞆の中をあさり財布を抜き取った。すぐに気づき財布は取り返したものの、現金数枚が抜き取られ、犯人はそのまま逃走した。
- (5) 邦人の在宅中に不振な女性が玄関から進入。居住者が在宅中であることを確認すると無言で退去した（被害はなし）。
- (6) 自宅（集合住宅）の地下駐車場に保管していたタイヤが盗難にあった。

3 防犯のための具体的注意事項

(1) 住居

住居を選ぶ際は、立地、間取り、設備、金額の他に安全面を十分考慮するこ

とが重要です。ほかの条件が満たされていても安全面で不安が残る場合は、安易に妥協しないでください。自分と家族の安心・安全を考え、安全面を優先することをお勧めします。

独立家屋では周囲すべてにおいて安全面への配慮が必要ですが、集合住宅の3階以上であれば不審者や犯罪者も侵入しづらい状況となり、一般的に安全対策も容易となります。但し、高層階においては火災発生に際しての消火設備・非常階段等の防災設備が整備されていることを確認しておく必要があります。

街灯が少なく夜間暗がりとなる場所、積雪時に車が上がれないような急斜面や非常に狭い道幅、断水が多く発生する地域があるので、周辺地域の下見や不動産屋・家主に確認するなど慎重に選定してください。

ア 犯人による周到な下見

外国人の住居が狙われるケースも発生しています。これらの多くは、事前に狙った建物を周到に下見しているようです。狙った家屋の周辺を何度も車で走行し、誰が居住しているか、住人の出勤や帰宅時間などの行動パターンを調べて周到な犯行計画を立てる傾向があります。

イ 犯行手口

2～3人のグループを形成して、一人は外で見張りを行い、その他のメンバーがドアの鍵や窓等をこじ開けて侵入し金品を盗み出し、またこれら盗品を買い付ける者がいるなど組織化した犯罪もみられます。これら侵入者は、現金や換金しやすい宝石・貴金属及びクレジットカードやパソコン等を狙います。また、車両の鍵を探し出し、駐車場に停めた車を盗み出すこともあります。

ウ 対策

(ア) 住居を選定する際、なるべく上層階を選び、地上階などの侵入者がアクセスし易いフロアは避ける。

(イ) 信頼できる家主の物件を選ぶ。

言語の違い等により家主との意思疎通に問題がないか、何か問題が発生した際に家主に早急な対応を求めることが可能かなども確認するようにしてください。

(ウ) 必要な警備措置がとられている物件を選ぶ。

物件毎に必要な警備措置は異なりますが、監視カメラ、建物の窓への鉄格子、補助錠付きや鉄製の堅牢なドア、セキュリティシステムが設置されているかなどを確認して物件を選んでください。集合住宅ではエントランスのオートロックも有効です。また、来訪者を確認するためのカメラ付インターホンやドアスコープも設置されていた方が良いでしょう。以前に居住

者がいた場合は、鍵を新しいものに交換してもらうことをお勧めします。

(エ) 近隣住人との良好な関係を築く。

困った時にすぐに手を差し延べてくれるような良好な関係を、近隣住人との間に築いておくことも重要です。

(オ) 住居侵入犯の中には、武器を所持していたり薬物中毒者など粗暴な犯行に及ぶ者もいます。もしも不審者や犯罪者と鉢合わせしたら、一人で捕まえようとしなくて、身の安全を図ることを最優先してください。身の安全を確保した上で、特徴（服装・身長・髪の色・逃げた方向等）を警察に通報してください。

(2) 外出時

上記Ⅱの1でも述べたとおり、当地で日本人は目立つ傾向にあります。華美な服装や公共の場（レストラン、バー等）で、大声で騒ぐなどの行動は控えると共に、多額の現金を持ち歩くことも控えてください。また、カフェやレストラン等で、犯罪組織が関連すると見られる発砲事件や爆破事件も過去に発生しています。これらに巻き込まれないよう深夜の外出は控えてください。

学校、病院、警察署、裁判所等に対する爆破予告事案も発生していますので、大使館、現地治安当局、報道などから常に最新の情報を入手し、爆破予告を受けている施設には近づかないようにしてください。

置き引きやスリ、ひったくりも依然後を絶ちません。バスやトラムの車内、大勢の人が集まる繁華街等ではバックを体の前で抱えるようにして持ち、可能な限り手を添えるようにしてください。貴重品やパスポートは分散して携行する、不要なクレジットカードや身分証明書を持ち歩かないといった対策も重要です。

自家用車等で外出する際、走行中・駐停車中を問わずドアロックをしてください。車上荒しも多いため、わずかな時間車を離れる時でも貴重品は携行し、車内の見える位置に物を置かないよう心掛けてください。また、車両盗難・強盗も最近は増加しているため、路上駐車や監視員が不在の駐車場への駐車は可能な限り避けると共に、任意自動車保険の加入も検討して下さい。

(3) 生活

ア 日頃から近隣住人や管理人と良好な関係を構築し、連携して犯罪に遭いにくい環境をつくる。

イ 玄関扉や窓は確実に施錠する。オートロックであっても鍵で確実に施錠する。

ウ 知らない人が来訪した際は簡単にドアを開けない、家に入れない。

- エ 不在であることを教えない。留守番電話の応答メッセージに不在である旨録音しない。タイマー装置を利用して自動的に家の電灯をつける（防犯灯として外部から見えやすい窓側の電灯がおすすめ。）。信頼できる友人等に頼んで家に異常がないか点検してもらう。
- オ スマートフォンを身近なところに置いておく。緊急用の電話番号を登録しておく。

4 交通事情と事故対策

当地における国内の主な移動手段は車・バスです。サラエボ市内にはトラムがありますが、市内中心部だけであり、他の都市を結ぶ鉄道も本数が少なく利便性はよくありません。

タクシーを利用する際には、必ず料金メーターのスイッチを入れたことを確認し、目的地についてから言い値で請求されないよう注意してください。

幹線道路は地理的特性からカーブも多い上に、無理な追い越しやスピード超過の車両も頻繁に見られます。また、都市部においては路上駐車が多く、歩行者の飛び出しにも注意が必要です。乱暴な運転の車や整備の行き届いていない車も多いので、安全運転を励行してください。

なお、シートベルト着用、5歳以下のチャイルドシートの着用、ヘッドライト点灯や蛍光ベスト・救急セット・三角表示板・けん引ロープ・ジャッキ・電球の携行、11月1日から4月1日までの期間における冬用タイヤの装着及びタイヤチェーンの携行が義務付けられています。また、自動車の強制保険に加入し、年に1回車検を行い、保険を更新する必要があります。

5 テロ・誘拐対策

(1) テロ対策

2015年9月、イラク・レバントのイスラム国（ISIL）の機関誌において大使館が標的の候補の一つとして例示されました。現在のところ、具体的な脅威情報はありますが、今後、大使館や在留邦人・日本人旅行者等が標的とされる、又は巻き込まれる危険性があり、引き続き注意する必要があります。

テロ行為は、世界情勢や国内情勢などに敏感に反応して行われ、テロ事件の発生を予測することは困難です。しかし、テロ事件の発生場所、時間帯等には傾向があります。この傾向を踏まえて行動するだけでも事件に巻き込まれる可能性を低くすることができます。また、行動の仕方によっては被害を最小限に抑えることができます。

- ア 大使館、現地治安当局、報道などから常に最新の情報を入手する。
- イ 大勢の人が集まっている場所や宗教関連施設、当国政府機関や国際機

関の施設などへの立ち寄りが必要最小限にする。

- ウ 大勢の人が集まる場所では、不審な兆候がないか周囲に気を配る。
- エ どのような場所でも非常口や避難ルートについて意識しておく。
- オ 不審な状況を察知したら直ぐにその場を離れる。
- カ パニックに陥らないように冷静になる。
- キ 爆発音や銃撃音等を聞いたらその場に伏せる（柱等頑丈な物の陰に隠れる）。伏せた後に周囲の状況を確認した上で安全な場所に避難する。
- ク 事件に遭遇したら、大使館に連絡する。

（２）誘拐対策

誘拐に対する最大の対策は、ターゲットにされないことです。そのために、日常の生活では以下のことに注意してください。

- ア 目立った行動をしない（華美な服装や派手な車等によって、経済的に裕福と思われぬようにする）。
- イ 通勤・通学、買い物等外出時などの行動が画一的にならないようにする。
- ウ 移動の際は、前方のみではなく、後ろを振り返るなど後方にも注意を払い、周辺全体を警戒する。
- エ 必要以上に貴金属を身につけたり、多額の現金を持ち歩いたりしない。
- オ 子供から目を離さない。
- カ 子供に対しては、日頃から安全対策について説明し、知らない人物について行かないこと、不審者や不審なものを見たらすぐに家族に知らせること、来訪者や知らない人物からの電話に対しては警戒し、何か聞かれても答えないう対応時の注意を教える。
- キ 不審人物に後を付けられていると感じた場合は、焦らずに落ち着いて行動する。人通りのある道に迂回する、近くの店に入る、誰かに電話をかけたり話しかけるなど、警戒している事を相手に見せる。危機を感じた場合は、すぐに警察や周辺の人物に助けを求める。

6 反政府デモ対策

サラエボ市をはじめとする都市部において、労働組合、退役軍人及び戦争遺族団体等によるデモや集会が頻繁に発生します。暴動に発展する危険性は低いとされていますが、十分に注意する必要があります。

- （１）大使館、現地治安当局、報道などから常に最新の情報を入手する。
- （２）デモ隊が集まっている場所には近づかず、デモ対象となり得る当国政府機関や国際機関の施設などへの立ち寄りが必要最小限にする。
- （３）デモ隊の周辺には犯罪者などが紛れている場合があり、スリ・ひったく

り又は強盗被害に遭う可能性があるため、興味本位で安易に近づかない。

7 地雷対策

紛争の際に埋設された地雷については除去作業が進められており、現在では普段の生活や観光において、サラエボ市等の主要都市で地雷の被害に遭う可能性はほとんどないと言えますが、紛争中に前線であった地域等、国内には依然として完全に除去されていない地域もあります。埋設地雷の多くはすでに埋設場所が確認されており、「ドクロ・マーク」や「MINE」等で標示されていますので、こうした標示のある埋設場所には近づかないようにしてください。また、「ドクロ・マーク」等の標示がなかったり、マークが外されてしまったりしている埋設場所もありますので、草むらや未舗装の道路、廃墟や廃村及び果樹園等には現地事情に詳しいガイドを伴わずに立ち入ることは避けてください。

8 緊急連絡先

緊急時でも慌てることなく適切な対応が取れるよう緊急用の電話番号を登録することをお勧めします。

(1) 警察・救急車等

- 警 察： 122
- 消 防： 123
- 救急車： 124
- 自動車の故障：1282
- 外国人庁（滞在許可）：+387-33-772-950
- サラエボ観光案内所：+387-33-580-999
- サラエボ国際空港：+387-33-289-100
- 国営鉄道サラエボ駅：+387-33-655-330
- 医療機関：

（一般的な情報提供として作成したもので、大使館が推奨・斡旋するものではありません。）

- ・サラエボ大学クリニカルセンター “Klinicki Centar Univerziteta u Sarajevu (Kosevo)”
住所：Bolnicka 25, Sarajevo
Tel：+387-33-297-000, +387-33-297-708, +387-33-297-979
- 救急救命センターを含む全科を有する最も大きい国立大学病院。
- 24時間オープン。

- ・サラエボ大学付属小児科専門病院 “Pedijatrijska Klinika, Klinicki Centar Univerziteta u Sarajevu”

住所 : Patriotske lige 81, Sarajevo
Tel : +387-33-566-400 救急外来 ext.435
- 24 時間体制で NICU 完備。

・ アブドゥラフ ナカス総合病院 “Abdulah Nakas Opca Bolnica”

住所 : Krancjeviceva 12, Sarajevo
Tel : +387-33-285-100、+387-33-285-113、救急センター : +387-33-285-261
- 救命救急センターを有する公立系総合病院。
- 24 時間オープン。

・ アグラム総合病院 “Poliklinika Agram”

住所 : Trg Medunarodnog Prijateljstva 20, Sarajevo
Tel : +387-33-755-547、+387-33-755-560、+387-33-755-561
- 内科、外科、婦人科、神経科、泌尿器科、耳鼻咽喉科、放射線科など。
- 私立系クリニック。入院設備なし。
- 値段が高いが待ち時間は短い。夜間、休日の対応なし。

・ ドクター・アル・タウィル総合病院 “Poliklinika “Dr. Al-Tawil” ”

住所 : Zmeja od Bosne 7, 71000 Sarajevo (Important Center Sarajevo, 3 Sprat)
TEL : +387-67-1300-194/195/196
- 内科、外科、婦人科、脳神経外科、泌尿器科、耳鼻咽喉科、放射線科など。
- 私立系クリニック。入院設備なし。
- 値段が高いが待ち時間は短い。英語が通じる。

・ ヴラゾヴァ公立保健センター “Dom Zdravlja Centar Vrazova”

住所 : Vrazova 11, Sarajevo
Tel : +387-33-292-500
- 公立保健センター、一次救急診療。入院設備なし。
- 夜間、休日の対応なし。

・ プラクティス・クイック・スマイル歯科 “Dental Practice Quick smile”

住所 : Zmeja od Bosne 7, 71000 Sarajevo (Important Center Sarajevo, 6 Sprat)
Tel : +387-33-212-089

- 歯科専門クリニック。
- 夜間、休日の対応可能。外国人の受診者が多い。

(2) 在ボスニア・ヘルツェゴビナ日本国大使館

住所：Bistrik 9, 71000 Sarajevo

TEL：+387-33-277-500（代表）

：+387-62-990-600（大使館の開館時間以外での緊急時）

大使館の開館時間：8：30～17：00

領事窓口受付時間：9：00～12：00、13：30～17：00

（別途指定する休館日を除き、月から金曜日まで開館）

9 緊急時の現地語（ボスニア語）表現

「助けて」	= ウ ポモチ！	(U pomoc)
「警察を呼んで」	= ソヴィテ ポリツィユ！	(Zovite policiju)
「救急車を呼んで」	= ソヴィテ ヒットウヌ ポモチ！	(Zovite hitnu pomoc)
「泥棒」	= ロポヴ！	(Lopov)
「火事だ」	= ポジャル！	(Pozar)

Ⅲ 在留邦人用緊急事態対処マニュアル

1 平素の準備と心構え

(1) 緊急事態が発生した時、落ち着いて行動できるよう、日頃から以下のような措置を講じておくことをお勧めします。

(2) 自然災害（防災）

当地では、大雨による洪水がたびたび発生し、交通機関が運休したり、電話やインターネットが不通となり外部との連絡が困難となったりするほか、物資の供給が滞る可能性もあります。以下の措置を講じるに当たっては、こうした自然災害に対する警戒も念頭に置いてください。

(3) 連絡体制の整備

ア 海外に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、到着後遅滞なく管轄する在外公館に「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には、必ず届け出てください。

在留届は、在留届電子届出システムオンライン在留届（ORR ネット、<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet>）にて提出してください。

イ 緊急事態に備えて平時から複数の連絡手段を確保しておいてください。

ウ 自分の所属する組織（会社、学校等）、大使館、日本の家族等の緊急連絡先

一覧を整備しておいてください。

(4) 避難場所の検討

緊急事態が発生した場合に備えて、一時的に避難する避難場所を予め検討し、家族間で情報を共有しておいてください。原則として、最終的に大使館に退避してください。避難場所と大使館の位置関係を確認しておき、道順についてもいくつかのケースを想定して検討してください。

「大使館の周辺地図」



(5) 携行品及び非常用物資の準備

緊急事態が発生した場合に備えて、非常持ち出し品をまとめて予め常備しておくことをお勧めします。非常持ち出し品は非常袋（家族の人数分）に入れて、すぐに持ち出せるよう、わかりやすい場所に保管してください。半年に1回程度、定期的な中身を点検し、期限切れのものは入れ替えてください。

ア 旅券、身分証明書、運転免許証、海外旅行保険、クレジットカード等：有効期限に注意してください。

イ 現金

ウ 非常用食料：少なくとも3日分

エ 水：一人一日3リットル目安

オ 衣類：下着、上着、靴下、タオル、防寒具等

カ 救急薬品、常備薬

キ 懐中電灯、ろうそく、予備電池、携帯ラジオ

ク ヘルメット・軍手

ケ 生活用品：使い捨て食器、マッチ、ティッシュ、歯ブラシ、マスク、充電器、筆記具等

2 緊急時の行動

(1) 基本的な心構え

緊急事態が発生、又は発生するかもしれない場合、平静を保ちデマや噂に惑わされたり、群集心理に巻き込まれることのないよう注意してください。

(2) 情報の把握

テレビ、ラジオ、インターネットとともに短波ラジオ等あらゆる手段を活用して正確な情報の収集に努めます。電話やインターネットが使えない場合には、JSTVの日本語放送やNHKの海外向け放送（短波放送）で日本から情報を入手できます。NHKの海外向け短波放送の情報を掲載したホームページは以下のとおりです。

<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/radio/howto/>

(3) 国外への退避

- ア 万が一状況が悪化し、各自又は派遣先の会社等の判断、あるいは大使館の勧奨によって自発的に帰国、もしくは第3国に退避する場合にはその旨を大使館に連絡してください。大使館への通報が困難な場合は、日本の外務省（Tel : +81-3-3580-3311（代表））、又は退避先にある日本の在外公館に連絡してください。
- イ 大使館が「退避勧告」を出した場合、航空便が運航している間は航空便を利用して可能な限り早急に国外に退避してください。臨時便やチャーター便が手配される場合や緊急避難先等が指定された場合には、大使館の指示に従ってください。

3 緊急事態に備えてのチェックリスト

確認	項目	備考
<input type="checkbox"/>	在留届の提出	届出事項の確認
<input type="checkbox"/>	緊急連絡先一覧の整備	
<input type="checkbox"/>	非常持ち出し品の準備	定期的な点検
<input type="checkbox"/>	避難場所の検討	家族間で情報の共有
<input type="checkbox"/>	大使館の場所の確認	