

安全の手引き

2025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

ボスニア・ヘルツェゴビナでは、紛争終結から約 30 年が経過し、国際社会からの支援もあって復興が進み、警察機構や法執行能力の向上に向けた努力もなされてきたこと等から、現在、治安は概ね安定しています。

一方で、コロナ禍後は、ボスニア・ヘルツェゴビナへの日本人観光客が増えているのに伴い、事件や事故に巻き込まれるケースも出ています。「海外に滞在している」ことを意識して、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、参考にさせていただければ幸いです。

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を控え、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・ひったくり等の軽犯罪は日常的に発生しているため、注意が必要です。また、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、一見して地元民とは異なると分かる、中近東・アフリカからの移民・難民による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、大型商業施設、空港のほか、軍・治安関連施設等に対する爆破予告事案が度々発生しています。これまでのところ実際に爆発物が発見されたり、不審物が爆発したりといった報道はなく、テロ組織もしくはイスラム過激派組織が関与しているとの情報もありませんが、政府や公共の施設、空港、バスターミナル、ショッピング

グセセンター等を利用する際は政府発信の情報や報道に注意してください。

邦人の方の被害については、とくにサラエボをはじめとする観光地では、スリやひったくり、車上荒しや住居・敷地への侵入のほか、路上強盗の被害も発生していますので、注意が必要です。また、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、日本人がこれらの犯罪の標的とされる可能性も排除されないため、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。

《邦人の犯罪被害例（いずれもサラエボ市内、（）内は発生年）》

- （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。（2018年）
- （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。（2018年）
- （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。（2018年）
- （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に鞆の中をあさられ財布を抜き取られた。すぐに気づき、財布は路上に投げ捨てられたものの、現金数枚が抜き取られ、犯人はそのまま逃走した。（2021年）
- （５）在宅中に不審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）。（2022年）

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くなります。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や適切な避難経路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、断水や停電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が発生しています。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入念に犯行計画を立てている傾向があります。

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、窓の鉄格子、補助錠付きや鉄製などの堅牢なドア、セキュリティシステム設置の有無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フォンやドアスコープも設置されている方が良いでしょう。前居住者がいる場合は、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) 事件に遭遇した場合は身の安全を最優先に考える。

住居侵入犯の中には、武器を所持している者や、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、相手を刺激したり、一人で捕まえようとしたりしないで、身の安全確保を最

優先に考えてください。自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、当地でアジア系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発生していますので注意してください。

学校、病院、警察署、裁判所、大型商業施設、空港のほか、軍・治安関連施設等に対する爆破予告事案が発生していますので、当館、現地治安当局、報道などから常に最新の情報を入手し、万が一のため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際にも貴重品は携行し、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・強盗事件も発生しているため、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

次の点に留意することをおすすめします。

- ア 日頃から近隣住人や管理人と良好な関係を構築し、協力しながら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確実な施錠を確認する。
- ウ インターフォンやドアスコープで来訪者を確認し、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 不在を察知されない。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不在中住居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。

バスやトラムでは、スリやひったくりが多いため、貴重品の管理に注意してください。過去にはトラム内で学生が複数の少年に襲われ、亡くなる事案が起きています。また、2021年には日本人がトラム内で未成年者に絡まれる事案も発生しています。公共交通機関を利用する際には、一見して危ないと感じる人とは距離を置き、目を合わせないようにする、或いは運転手に近い前の方に移動するなど、注意してください。

タクシーを利用する際には、必ず運転手が料金メーターのスイッチを入れ、走行中同メーターが作動していることも確認し、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。

幹線道路でも地理的特性からカーブが多い上に、無理な追い越しやスピード超過の車両が頻繁に見られますので、運転する際に注意が必要です。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。乱暴な運転手や整備の行き届いていない車も多いので、十分に注意してください。

なお、シートベルトの着用、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ないし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）の機関誌において当館が標的の候補の一つとして例示されました。これまでのところ、具体的な脅威情報は確認されていませんが、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、世界的には発生場所や発生時間帯で、宗教関連施設や礼拝時が多いといった傾向があります。

次の行動をとるだけでもテロ事件に巻き込まれる可能性を低くしたり、遭遇時の対応によっては被害を最小限に抑えたりすることができると考えられますので、参考にしてください。

ア 当館、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。事件に遭遇した場合には、当館に連絡をお願いします。

（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、日常生活では次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主に都市部において、特定の政党や民族団体の支持者、退役軍人、労働組合や戦争遺族団体等のメンバーによるデモや集会が度々発生します。暴動に発展する危険性は低いとされていますが、次の点に十分に注意してください。

- （１）当館、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、現在ではサラエボ市等の主要都市において普段の生活や観光の中で地雷の被害に遭う可能性はほぼありません。ただし、今でも地雷が完全に除去されていない地域がありますので、地雷埋設の可能性をあらゆる標識（ドクロ・マークや「MINE」等と書かれています）がある場所に入ることを避けるとともに、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、当館が推奨・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：(緊急センター) +387-33-297-000

- 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(時間外に救急外来を受診する際、先に救急救命センター(※)に行き、その診断書が求められる可能性があります。)

※ Hitna Pomoc Kanton Sarajevo

住所：Kolodvorska 14, Sarajevo

Tel：+387-33-611-111

- ・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。

- ・サラエボ総合病院 “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。

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

住所 : Zmaja od Bosne 7, Sarajevo (Importanne Center Sarajevo, 3 Sprat)

TEL : +387-67-1300-195/196、+387-67-130-1311

-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。短期であれば入院も可能。

-値段が高いが待ち時間は短い。英語が通じる。

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

住所 : Zmaja od Bosne 7, 71000 Sarajevo (Importanne Center Sarajevo, 6 Sprat)

Tel : +387-33-212-089

-歯科専門クリニック。

-夜間、休日の対応なし。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 (当館の開館時間以外での緊急時)

当館の開館時間 : 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」	= ロボヴ!	(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、日頃から次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。また、まれに地震も発生します。次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。必要に応じて、在留届をもとに当館から安否確認を行うことがあります。

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/index.html>）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）、当館、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、最終的に当館に退避してください。避難場所と当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。

「当館の周辺地図」



(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、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次のとおりです。

<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、あるいは当館の勧奨によって自発的に帰国、もしくは第三国に退避する場合にはその旨を当館に連絡してください。当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 当館が「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、当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"/>	当館の場所の確認	