外務省の海外安全情報提供サービス

●パソコン・スマートフォンで！

〈外務省海外安全ホームページ〉

外務省では海外の安全情報に関するホームページを開設しています。このホームページは、安全で快適な海外渡航・滞在のために、必要な海外安全情報を提供しています。在留届や「たびレジ」の登録もこちらで行えます。

https://www.anzen.mofa.go.jp/

（PC・スマートフォン版）

●海外安全アプリで！

海外安全アプリは、海外在住の方や海外旅行・出張中の方のために、GPS機能を利用して危険情報や各国の緊急連絡先を提供します。スマートフォンでダウンロード可能です（無料）。

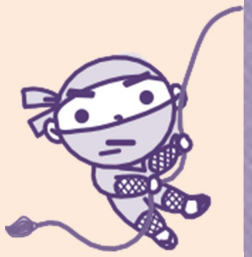
（iOS）　（Android）

●電話で！窓口で！

〈外務省領事サービスセンター〉

海外における安全対策に関する電話相談にも応じています。そのほか、外務省領事サービスセンターにおいて海外安全対策啓発のパンフレットを入手できます。

〒100-8919　東京都千代田区霞が関2-2-1
外務省　領事サービスセンター（海外安全インフォメーション）
TEL.（代）03-3580-3311（内線2902、2903）
9:00～12:30／13:30～17:00
（土・日・祝祭日を除く）



海外安全 虎の巻

～海外旅行のトラブル回避マニュアル～

外務省

外務省海外安全ホームページ
https://www.anzen.mofa.go.jp/

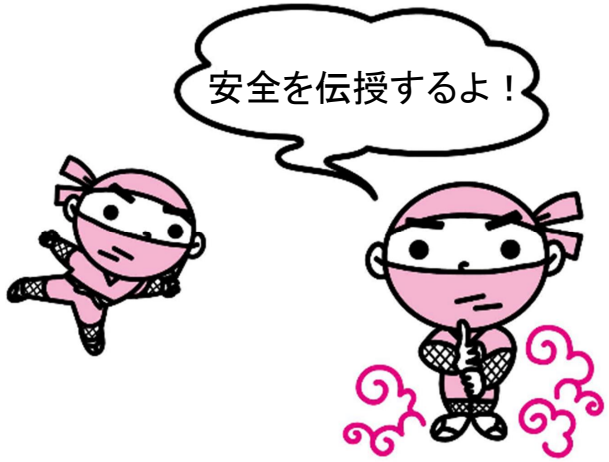
はじめに

海外に渡航・滞在される日本人の方の増加に伴い、窃盗を始めとする事件や事故に日本人の方が遭遇する事案が多数報告されています。また、世界各地で自然災害やテロ事件が発生しており、政情不安による騒乱や紛争に日本人の方が巻き込まれる事件も発生しています。

渡航先で被害に遭わないよう、また、トラブルを最小限にとどめるためにも、安全対策をしっかりと講じ、渡航前の情報収集に努めることが大切です。

この小冊子は、海外で発生するトラブルに遭った場合の対処方法を紹介するものです。是非海外での安全対策にお役立てください。

外務省　領事サービスセンター



虎のマキオ君

パスポートのオンライン申請！

●パソコン・スマートフォンで！

〈外務省旅券課ホームページ〉

外務省ではパスポートの情報に関するホームページを開設しています。このホームページは、パスポートの申請方法を始めとするパスポートに関する情報を発信しています。

https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/passport/index.html

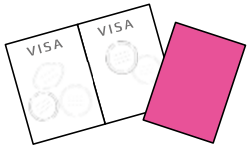
（PC・スマートフォン版）

●パスポート申請はオンラインで！

2025年3月24日より、全国でパスポートの更新のみならず、新規申請もオンライン申請が可能になります！ご自身のスマートフォンから申請することにより、窓口に行くのは交付時の1回のみになり、とても便利です！

詳しくはこちらのURL又はQRコードから！

https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/passport/page22_004036.html



マイナポータルは、こちらのURL又はQRコードから！

https://myna.go.jp/

海外安全対策の情報収集と準備を万全に

計画

候補地選定

インターネットや
ガイドブック、駐日外国公館、
各国政府観光局、
旅行会社から
情報収集

忘れずに**在留届**（滞在期間3か月以上）
又は**「たびレジ」**（滞在期間3か月未満）に登録！

在留届	「たびレジ」
日本出発の90日前から登録可能	

「海外安全アプリ」を
インストール！

（iOS）　（Android）

旅行の準備

ビザは必要？
渡航先への入国に必要な
パスポートの
残存有効期間は？

パスポートは
オンラインで申請！

入国条件は？
感染症情報も
確認

家族や友人に
滞在予定や
現地の連絡先を
伝えておく！

**安全第一！
現地情勢によっては
旅行先や日程の
変更を！**

外務省海外安全
ホームページで
治安情勢や感染症
情報をチェック

出発

旅行の準備

**意識を
海外モードに
切り替え**

気を引き締めて
出発！

海外旅行
保険には
必ず加入！

サービス
いろいろ！

帰国

海外滞在中

「ここは日本ではない！」
という意識

安全情報を
確認

正規のタクシー
を使おう

危険を
回避する

目次

一、海外安全のための基礎知識……6
その壱　日本とは違う海外事情……6
その弐　「自分の身は自分で守る」ための心構え……8
二、テロに対する心構え……14
その壱　世界各地でテロが発生、日本人の被害も……14
その弐　テロの被害に遭わないために……16
三、旅行前にしておくこと……18
その壱　まず、渡航先の情報収集～どんな情報が必要か～……18
その弐　どこから情報収集するか……27
その参　海外旅行保険に加入を……30
その四　パスポートの確認・申請……32
四、ケーススタディ集～トラブル事例と対策～……34
その壱　多くの日本人が巻き込まれる財産犯罪……34
その弐　現地の法律、風俗、習慣に関わるトラブル……63
その参　麻薬に関わるトラブル……71
その四　日本人が「犯罪者」になるケース……74
その伍　海外での性的被害……76
その六　海外での高齢者の困窮……78
五、「自然体験」と「ドライブ」を楽しむために……80
その壱　山での事故（登山・トレッキング）……82
その弐　海や河川での事故（海水浴、マリンスポーツ、川下り）……84
その参　バイク・自転車でのツーリング旅行……88
その四　レンタカーでドライブする際の注意点……90
六、自然災害に対する備え……98
その壱　いつ、どこで被災するとも分からない！……98
七、感染症と健康管理……101
その壱　感染症・風土病には要注意……101
その弐　海外で体調を崩す要因……103
その参　体調を崩すとどうなるか……105
その四　体調を崩さないために……107
その伍　現地の医療事情をしっかりと把握する……109
八、もしもトラブルに遭ったら……110
その壱　盗難や紛失に遭ったとき……110
その弐　事件・事故に遭ったとき……113
その参　緊急事態に遭ったとき……115
その四　逮捕・拘禁されたとき……117
その伍　行方不明になったご家族を捜したいとき……118
その六　その他の困りごと・相談があるとき……119
まとめ……120
日本国大使館・総領事館・その他の事務所 リスト（巻末）

一 海外安全のための基礎知識

日本とは違う海外事情

日本は世界の中でも治安の良い国の一つです。それゆえに、海外の危険性を認識せずに、予想もしない事件・事故に巻き込まれる日本人が多くみられます。

海外に渡航する際は、渡航先の安全情報を事前にしっかりと収集し、一人一人が「自分の身は自分で守る」意識を持って安全対策を講じることが何よりも大切です。

●渡航先の十分な知識を持って

外務省海外安全ホームページに掲載されている渡航先の治安情勢、犯罪の傾向や手口、法律や習慣を事前に確認しておくことで、関係する事件・事故の被害を防ぐことに役立ちます。また、出発前から在留届や、外務省海外安全情報配信サービス「たびレジ」に登録しておけば、渡航先の最新の安全情報を渡航前から日本語のメールで受け取れるので安心です。忘れずに登録しましょう。「たびレジ」はLINEでも登録できます。

・在留届・「たびレジ」登録ページ
（https://www.ezairyu.mofa.go.jp/）

・外務省領事局LINE公式アカウント
（@gaimushoryojikyoku）

●意識を海外モードに

事前に安全情報を収集することで、危険をいち早く察知できます。「意識」を常に海外モードにして注意を怠らないことが大切です。

●感染症に係る各国・地域の入国条件などを把握する

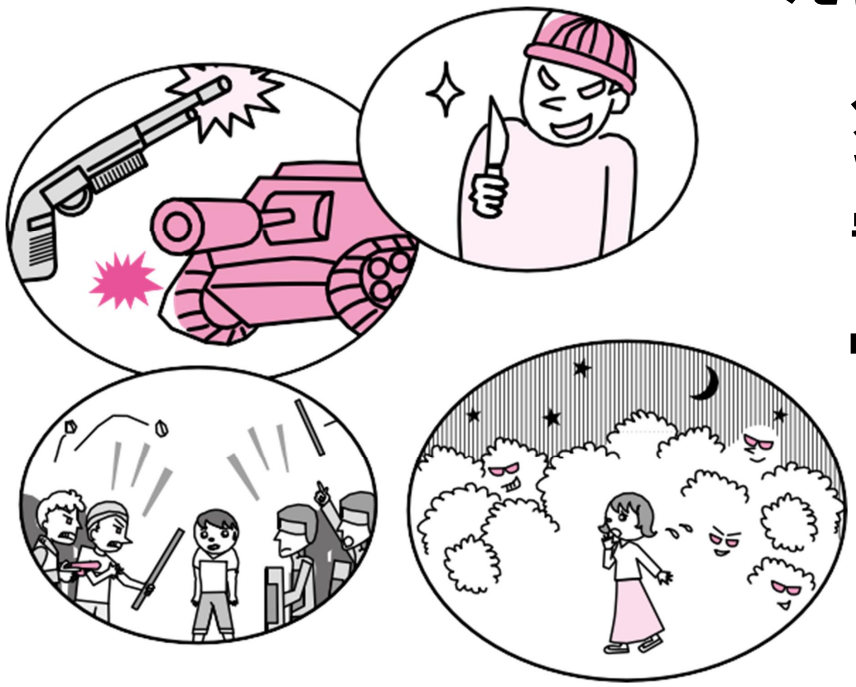
感染症の状況などにより、海外からの渡航者に対し、入国制限措置や行動制限措置がとられることがあります。これらの情報は、事前に渡航先の国の駐日大使館ホームページなどで調べることができます。

なお、入国後の行動制限措置は、地域毎に異なる場合があるので、訪れる国だけでなく、各地域の公的機関の情報も確認することをお勧めします。

「自分の身は自分で守る」ための心構え

(1)危険な場所には近付かない

渡航先は、各国の情勢に応じて慎重に検討してください。世界には、内乱、クーデター、テロ事件などにより政情や治安が不安定で、渡航を控えるなど特別な注意が必要となる国・地域があります。また、強盗殺人などの凶悪犯罪が多発している場所には不用意に近付かない、夜間の外出や一人歩きを避けるといった用心が大切です。



(2)多額の現金・貴重品は持ち歩かない

海外では、日本人は裕福で、多額の現金や貴重品を持っているというイメージを持たれ、財産犯罪のターゲットになりやすくなっています。最近は貴重品が外から分からないように服の下に隠したり、上着の内ポケットに入れて持ち歩いても、強引に奪い取られるケースも少なくありません。

外出する際は、貴重品はホテルのセーフティボックスに預けて持ち歩かない(P43参照)、買い物はスマホ決済やクレジットカードなどを使い(P12参照)、現金は最小限にとどめ、分散して持つなど工夫するようにしましょう。

パスポートの携行が要求される国・地域であっても、コピーの携行が認められている場合には、パスポート自体はホテルのセーフティボックスに預けて持ち歩かないことも一案です。

(3)犯罪に遭ったら抵抗しない

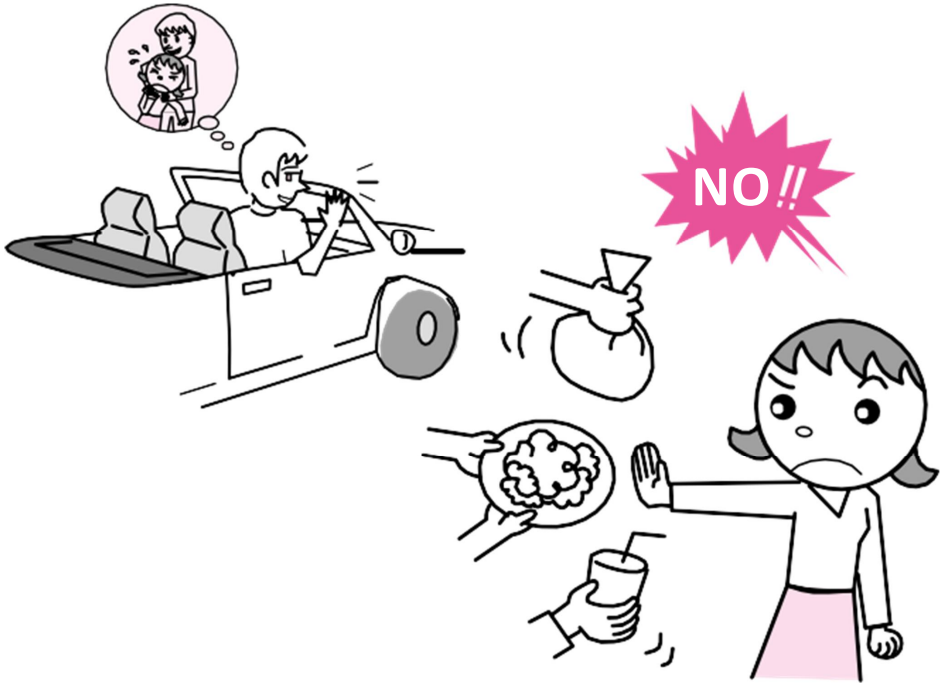
海外で日本人が遭遇する犯罪の多くは金品を狙ったものです。そして犯罪者の多くが凶器を所持している上に、グループで犯行に及ぶことが多く、一見、単独犯に見えても近くに仲間がいることがあります。

したがって、強盗に遭った際、犯人の要求に応じないと、犯人を刺激し、凶器による暴行などにつながる可能性が高くなり、けがを負わされたり命を奪われたりした例も多くあります。まずは、生命の安全を第一に考え、犯人に抵抗しない態度を示すことが大切です。

なお、犯行の状況をできるだけ記憶していると、後で警察に被害届を出す場合に役に立ちますが、防犯ブザーを鳴らしたり、犯罪者の顔を凝視したり、撮影したりすることは危険なので控えてください。

(4)見知らぬ人を安易に信用しない

睡眠薬強盗、いかさま賭博、偽ガイドなど、海外での犯罪手口は多様で巧妙です(具体的手口は、第四章のケーススタディ集参照)。旅先で知り合った人の表向きの優しさに油断して被害に遭った旅行者がたくさんいます。旅先で現地の人と知り合うことは旅の醍醐味の一つですが、それにつけ込んだ犯罪は後を絶ちません。少しでも怪しいと感じたら、ためらわず「ノー」と断り、その場を立ち去ること。特に、その人の家に行ったり、勧められた食べ物・飲み物を口に入れたりすることは控えましょう。



(5)買い物は信用のおける店を選ぶ

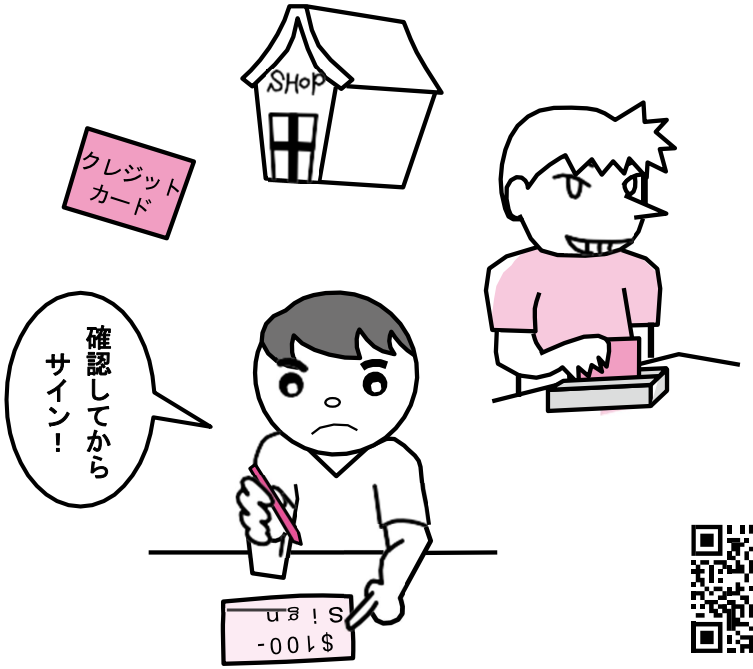
海外の多くの国では、購入した品物が粗悪だったり注文したものと違っていたりしても、後から返品や補償を求めることは非常に困難です。

このような事情を利用して、外国人旅行者に粗悪なものを高く売りつける悪質な店があります。まず、信用のおける店を選ぶこと、そして品物をよく確認することが大切です。

また、クレジットカードを使う際、暗証番号を盗み見られたり、スキミングなどでカード情報が流出したりしないよう注意し、サインや暗証番号入力の際は金額が間違っていないか、通貨の単位が記入されているか、しっかりと確認しましょう。

なお、国民生活センター越境消費者センター(CCJ)では、海外ショッピング(店頭・インターネット取引を含む)に関するトラブル相談を受け付けています。

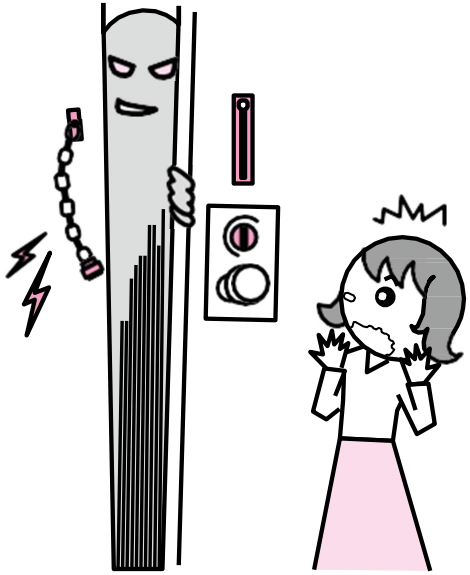
・国民生活センター越境消費者センター
(https://www.ccj.kokusen.go.jp/)



(6)ホテルの中でも安心しない

ホテルもまた、安全な場所とは言えず、注意が必要です。ロビーでは置き引き、エレベーターや部屋の中では強盗の被害に遭うこともあります。特に格安のホテルは、セキュリティが不十分なため、同宿者による窃盗が多く発生しています。

また、高級とされるホテルでも、犯人が従業員を装って犯行に及ぶ場合もあります。部屋にいるときは、必ず防犯チェーンを掛け、ノックされても不用意にドアを開けず、まず相手を確認し、従業員のように見えても怪しい点がないか注意するなどの防犯対策を心がけましょう。



㊡ テロに対する心構え

世界各地でテロが発生、日本人の被害も

近年、世界各地でテロ事件が発生しています。アルジェリア、シリア、チュニジア、ベルギー、バングラデシュ、スリランカ、アフガニスタン、パキスタンなどでは日本人が被害に遭いました。国籍・性別・年齢を問わず、誰もがテロに巻き込まれる危険性が増えています。

最近のテロの傾向は次のとおりです。

(1)イスラム過激派だけでなく、極右・極左過激主義によるテロも

日本企業が多く進出する欧州において、排外主義的な過激主義勢力や、無政府主義を掲げる極左過激主義勢力による暴力事案も発生しています。

また、アメリカでは、人種差別的な思想に基づくいわゆる「ヘイトクライム」とみられる襲撃事件も頻発しています。

(2)テロの標的は「ソフトターゲット」

テロの標的は、治安当局などの「ハードターゲット」のほか、レストラン、ショッピングモール、公共交通機関、イベント会場など警備や監視が手薄な場所、いわゆる「ソフトターゲット」が標的となるケースも多く、留意する必要があります。

犯行を通じて、何らかの主義・主張を強要するよりも、殺傷、破壊行為がメディアで大きく取り上げられ、注目を集めることを目的とする場合もあります。

(3)「ホームグロウン型」・「ローン・オフェンダー型」の犯行増加

インターネットなどを通じて外国のイスラム過激派思想に感化された自国民による犯行（ホームグロウン型）や、過激派とは組織的なつながりの薄い単独犯による犯行（ローン・オフェンダー型）（※）が増加しています。

(4)日本人もテロの標的になり得る

日本人もテロの標的になり得ると認識することが大切です。例えば、イスラム過激派組織「ISIL（イラク・レバントのイスラム国）」は、機関誌で、日本人をテロの標的とすることを宣言しています。また、最近でも、反政府武装組織が、日本企業など日本を標的とした攻撃を呼びかける声明を発出する事例がみられます。

※組織に属さず、人知れず過激化した個人を「ローン・ウルフ」と呼んでいたが、犯人を美化する懸念があり、現在は「ローン・オフェンダー」と呼称。

テロの被害に遭わないために

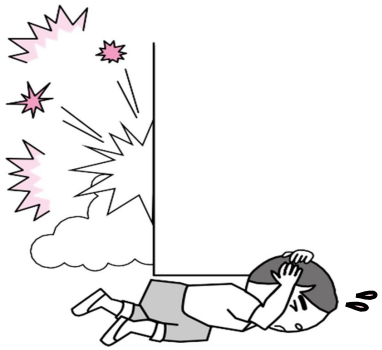
近年、テロを予防することはこれまで以上に難しくなっています。テロの発生そのものは避けられないとしても、できる限りテロに巻き込まれないようにするため、また、テロに遭遇した場合でも被害を最小限にとどめるための対策が重要です。

(1)テロの被害に遭わないための事前対策

- テロの標的となりやすい時期や場所(軍・警察施設、政府関連施設など)を避ける、又は極力近付かない。
- 大規模行事があるときや特定の時期(イスラム教のラマダン月(断食月)や犠牲祭、クリスマス、年末年始など)は、人の集まりや移動が増えるため、テロの標的となりやすいことに留意し、警戒を強める。
- 十分な安全対策がとられている滞在先(施設・ホテル)を選ぶ。
- 移動の際は人混みを避ける。防護壁になるものを見付ける習慣を付ける。
- 目立つ服装や行動は避ける。

- 同じ時間に同じ経路を使うといった、予測されやすいパターン化された行動を避ける。
- 不特定多数の人が集まる場所(観光施設、イベント会場、ショッピングモール、レストラン、ホテルのロビー、公共交通機関、空港のチェックイン・カウンター)での滞在はできるだけ短くし、不穏な動き(不審者、不審物)を察知したら、直ちにその場を離れる。

・「ゴルゴ13の中堅・中小企業向け海外安全対策マニュアル」
(https://www.anzen.mofa.go.jp/anzen_info/golgo13xgaimusho.html)



(2)被害を最小限にとどめるための対策

- 宿泊先、レストランなどでは、非常口や退避ルートを事前に確認する。
- 決してパニックに陥らない。
- 爆発音、銃撃音を聞いたら直ちに伏せる。頭部を保護する。確認しに行かない。
- 頑丈な物の陰に隠れる。
- できるだけ速やかに、低い姿勢で現場を離れ、現場には決して戻らない、近付かない。
- 避難が困難であれば、部屋などに隠れ、出入り口にカギをかけ、バリケードを作る。電気を消す、物音を立てない、携帯電話の音が鳴らないようにするなど犯人に気付かれないようにする。
- 可能であれば、携帯電話でメッセージを送るなどして、外部の救助を要請する。安全な場所に避難した後は、できるだけ早く、現地の日本国大使館・総領事館へ連絡してください。

三 旅行前にしておくこと

まず、渡航先の情報収集 ～どんな情報が必要か～

(1)渡航先の治安情勢

海外には、治安情勢が極度に悪いために、渡航には適さない国・地域がたくさんあります。これらの国・地域への渡航の是非については、特に慎重な検討が必要です。外務省では、特定の国・地域の治安が悪化した、災害、騒乱その他の緊急事態が発生した、又はその危険性が高まっていると判断される場合には、その国・地域に対して「危険情報」や「スポット情報」といった海外安全情報を発出しています(P27～29参照)。

これらの情報を参考に、「危険な場所には近付かない」という心構えで、安全な渡航計画を立てることが重要です。また、現地滞在中にこれらの最新情報を受け取れるよう、「たびレジ」にも登録しておきましょう。

さらに、公安調査庁(PSIA)ホームページにおいても世界のテロなどの発生状況を掲載しています。こちらもご参照ください。

・世界のテロ等発生状況(公安調査庁)
(https://www.moj.go.jp/psia/terrorism/index.html)

(2)犯罪手口や防犯対策

治安が比較的安定していて「危険情報」が発出されていない国・地域でも、日本人が事件・事故に巻き込まれることが多くあります。スリ・置き引きなどの犯罪は、貴重品の管理、手荷物の持ち方などの基本的な対策で大半の被害を防ぐことができます。第四章のケーススタディ集(P34～参照)に全世界に共通する犯罪事例や防犯対策を簡単にまとめていますが、これらに加えて、各国・地域特有の犯罪の傾向を外務省海外安全ホームページなどで調べておきましょう。

また、家族や友人に、旅行日程、宿泊先や緊急時の連絡先、携帯電話番号、また、携帯電話やインターネットを利用できない地域に旅行する場合にはその期間などを事前に知らせておくとともに、旅行先から定期的に留守宅に連絡をしましょう。日本の家族に無用な心配をかけないほか、留守家族を狙った「海外渡航者を装った振り込め詐欺」などの防犯対策にもなります。

このほか、日本の通信会社のキャリアメールは海外で受信できないことがあるので、メールを連絡手段とする場合には、フリーメールやWEBメール、SNSを利用することをお勧めします。

ただし、国・地域によっては、特定のフリーメールが規制されている場合もあるので、渡航前によく確認しましょう。

(3)渡航先の感染症、医療・健康情報

海外旅行中又は帰国後に発熱や下痢などを発症する場合がありますが、その多くは、現地で口にした飲食物による感染症が原因です。途上国など、衛生環境の悪い場所に渡航する際は、生の食べ物は避ける、水道水は飲まないなど、基本的な予防対策を心がけてください。

「現地の人が大丈夫だから、自分も大丈夫。」という考えは誤りです。

また、デング熱、ジカウイルス感染症やポリオ、中東呼吸器症候群(MERS)、エムポックスなどの日本ではなじみのない感染症の発生、エボラ出血熱、マールブルグ病やクリミア・コンゴ出血熱など致死率の高い感染症が流行する地域もあり、注意が必要です。

外務省海外安全ホームページでは、感染症に関する情報や入国時に必要な書類、各国・地域の医療・健康に関する情報も提供しています。これらの情報に加え、現地の日本国大使館・総領事館、渡航先の国の駐日大使館、各国政府観光局のホームページなどから事前に情報を入手し、予防接種はもちろん、感染症にかからないための対策など、早めに準備を行うことが大切です。万が一、現地の病院で受診する場合に備え、渡航前に緊急移送サービスなどを含む十分な補償内容の海外旅行保険に加入することをお勧めします(P30～31参照)。

アフリカや南米の一部など、黄熱が流行している国や黄熱に感染する危険のある国に渡航したり、黄熱感染国を経由して第三国に渡航する場合には、黄熱ワクチンの接種が推奨されます。また、これらの国では、入国時に黄熱予防接種証明書(イエローカード)の提示を求められる場合が多いので、渡航時には忘れずに携行してください。詳細は厚生労働省検疫所のホームページをご確認ください(第七章も併せて参照)。

・黄熱について(厚生労働省検疫所)
(https://www.forth.go.jp/moreinfo/topics/yellow_fever_certificate.html)

(4)出入国時の注意事項

ⓐ 査証(ビザ)及びパスポート

海外渡航の際は、渡航目的・滞在期間に見合った査証(ビザ)を取得する必要があります。ただし、観光目的の短期滞在など一定の条件下で査証の取得を免除している国もあります。

例えば、欧州の多くの国が加盟するシェンゲン協定の領域においては、2013年10月18日より、「あらゆる180日の期間内で最大90日間の無査証滞在が可能」となっています。

一方で、渡航先によっては、入国(又は査証取得)の際、所持しているパスポートに一定の残存有効期間がない場合や出入国スタンプや査証スタンプ又はシールを貼付するための査証欄の残りが少ない場合には、入国(又は査証の発給)が拒否されることもあります。

パスポートの残存有効期間が1年未満となった方、査証欄に余白がなくなった方は、早めにパスポートを更新(切替申請)することをお勧めします。

b 子どもの出入国における注意点

未成年者（国によって未成年の対象年齢は異なります）が単独、一方の親のみ又は親以外の大人と外国を出入国する場合、両親の同意を示す渡航同意書の提示を求められることがあります（日本の出入国時には必要ありません）。もう一方の親の同意を得ずに16歳未満の子どもを国外に連れ出すと、「国際的な子の奪取の民事上の側面に関する条約（ハーグ条約）」が適用される可能性があり、原則、子どもを元の居住国・地域に返さなければなりません。また、実の子どもであっても、もう一方の親の同意を得ずに子どもを国外に連れ出すことが刑罰の対象となることがありますので注意が必要です。

c 為替管理

外国為替の管理が厳しい国が増えています。日本を含め、これらの国では一定額以上の現金や有価証券類を携行して出入国する場合に税関申告を義務付けていますが、こうした規則に違反すると、現金などを没収されます。また、現地通貨から外貨に換金できる額に制限を設けている国もあります。詳細については、日本の税関や各国の駐日大使館などにご確認ください。

d 通関・検疫

全ての国で、麻薬類や銃器などの武器類の持ち込み、持ち出しが禁止されています。また、防疫対策のため多くの国で動物（食肉や魚を含む）や植物の持ち込みや持ち出しを規制しています。

日本から現地に到着した航空機旅客が入境しようとした際に、税関などに申告せずに航空機内で配膳された機内食の半熟ゆで卵（サンドイッチ）を持ち込もうとしたとして、多額の罰金が科されたという事例もあります。

このほか、貴金属やパソコン、ビデオ、カメラ、ドローンなどの電気機器、楽器などの持ち込みに申告が必要な国があり、この場合、正確に申告を行い、税関から渡される受領証を出国まで大切に保管する必要があります（P64～66参照）。

・植物防疫所
（https://www.maff.go.jp/pps/）

・動物検疫所
（https://www.maff.go.jp/aqs/）

e 医薬品の持ち込み

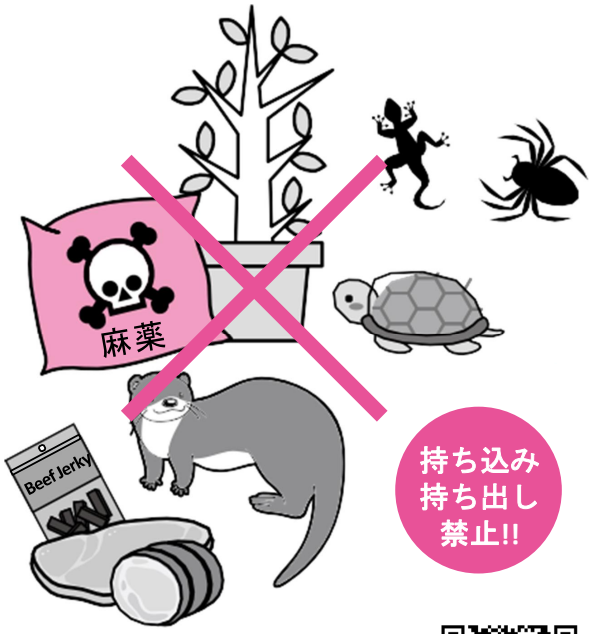
海外旅行する際に目安となる医薬品の量としては、本人が個人使用で必要な量以上（又は以下）に持ち込まないよう注意が必要です。常用している薬を持ち込む必要がある場合には、旅行中に健康を維持するために必要であるという担当医からの診断書と処方箋を用意し、また、それらの書類が日本語で書かれている場合、翻訳した人の署名を記入した英訳文を携行し、入国地（渡航先）の税関に医薬品とともに提示する必要があります。また、医薬品によっては、日本から持ち出すことや日本に持ち込むことに事前に手続きが必要な場合があります。持ち込み可能な医薬品、量などの詳細については、厚生労働省ホームページを参照、又は各国の駐日大使館にご照会ください。

・海外渡航先への医薬品の携帯による持ち込み・持ち出しの手続きについて（厚生労働省）
（https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/iyakuhin/yakubuturanyou/index_00005.html）

f 肉製品の違法な日本への持ち込み

多くの国で口蹄疫やアフリカ豚コレラなどの畜産に大きな被害を与える家畜の伝染性疾病が発生しています。これらの発生国からの肉製品や動物由来製品は、お土産や個人消費用として空港の免税店において販売している生ハムやソーセージ、ビーフジャーキーなどであっても、日本へ持ち込むことは禁止されています。非発生国からの持ち込みについても、検査証明書の添付がない場合、日本へ持ち込むことができません。農林水産省動物検疫所では、肉製品の違法な持ち込みへの対応を厳格化しており、輸入検査を受けずに肉製品を持ち込んだ場合には、家畜伝染病予防法により、3年以下の懲役又は300万円以下の罰金が科されます。詳しくは、農林水産省動物検疫所ホームページをご確認ください。

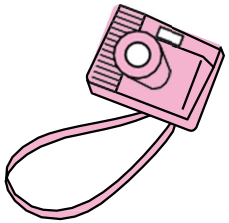
・肉製品などのおみやげについて（動物検疫所）
（https://www.maff.go.jp/aqs/tetuzuki/product/aq2.html）



（5）入国後の注意事項

a 写真撮影の制限

国防上の理由から、国境施設、軍事施設、空港、港湾などの重要施設の写真撮影を禁止している国があります。このほか、公共施設や美術館などの撮影にあらかじめ許可が必要な国もあります。うっかり禁止対象となっているものを撮影したために、カメラを没収されたり、警察に拘束されたりしたケースも発生しています（P67～68参照）。



b 旅行制限

国によっては、外国人の入域を制限していたり、旅行許可を取得しなければ旅行できない地域があります。

c 滞在登録

一部の国では、入国後、滞在場所、期間などを関係当局に登録するよう求められます。ホテルなどに滞在する場合を除き、自身で手続きを行うことになりますので、事前に確認しておく必要があります。

d 交通ルール

国によって交通ルールは様々です。特にレンタカーで旅行を計画する場合には、渡航前にその国の交通ルールや道路標識をしっかりと確認しておくことが必要です（P90～97参照）。

(6)風俗・習慣

宗教が社会全般にわたって大きな役割を占めている国は少なくありません。そのような国では、宗教を侮辱したりするような行為は厳しく罰せられますので、特に注意が必要です。また、服装に注意が必要な国もたくさんありますので、宗教施設を訪問する際は、過度に肌を露出する服装は避けるなど、その宗教に敬意を示す態度を心がけましょう。

宗教以外の風習においても、注意が必要なことがあります。

例えば、「子どもを駐車場の車に待たせて買い物をしていたら、幼児虐待で警察に通報された」、「人前で相手を怒ったところ、考えられないような恨みを買ってしまった」など、枚挙にいとまがありません。

郷に入れば郷に従えというように、現地の風俗・習慣を尊重する気持ちを持ち、常に慎重な言動に努めることが大切です(P69～70参照)。

どこから情報収集するか

(1)外務省のサービスを使った情報収集

外務省は、安全に海外渡航・滞在するために必要な情報を「外務省海外安全ホームページ」や「たびレジ」などを通じて提供しています。また、スマートフォン用「海外安全アプリ」位置情報により滞在地域の情報が入手できます。

さらに、「ゴルゴ13」とコラボした「海外安全対策マニュアル」などの各種マニュアルを読んだり、「海外安全クイズ」に挑戦したりすることを通じて、安全対策の基本を押さえることができます。

いずれも外務省海外安全ホームページから無料で利用可能です。

電話でのお問い合わせについては「外務省領事サービスセンター」をご利用ください。

03－3580－3311(内線2902・2903
平日　午前9時～12時30分、午後1時30分～午後5時)

(2)インターネット

海外にある日本国大使館・総領事館も、それぞれのホームページ上で安全情報を発信しているほか、世界各国の政府やメディアからインターネットを通じて発信している情報の中には、その国の安全に関する有益な情報がたくさん含まれています。これらの情報を上手に活用し、安全対策に役立ててください。

・海外にある日本国大使館・総領事館の一覧
(https://www.mofa.go.jp/mofaj/link/zaigai/index.html)

・一般社団法人日本海外ツアーオペレーター協会(OTOA)(世界約200都市の安全情報を公開しています。)
(https://www.otoa.com/support/)

・非日本語環境パソコンからの海外安全情報の閲覧(日本語対応でない海外のパソコンでも、日本語の海外安全情報を見ることができます。)
(https://www.anzen.mofa.go.jp/img_toko/index.html)

(3)日本にある各国・地域の大使館・政府観光局

観光誘致を積極的に推進している国・地域では、多くの場合、日本国内に観光のための情報を提供する事務所や日本語ホームページなどを設置しています。観光のポイント、宿泊施設、気候、旅程に合った服装、交通手段などの情報が入手できるので活用しましょう。

(4)旅行会社

旅行会社は、観光地に関する情報のほか、旅行者にとって必要な様々な情報を最も多く有しています。旅行及び旅行先について不安がある場合には、予約などの際に、旅行会社に積極的に聞いてみましょう。

(5)現地に滞在している方からの情報

実際に現地に滞在している知人や友人、最近現地を訪れた人などから、直接に安全情報を収集することも、生きた情報として有益です。

(6)その他

NHKのラジオ国際放送(NHKワールド・ラジオ日本)でも、海外の安全情報を流しています。海外で、電話もメールも使えないような状況になる可能性も念頭に、渡航先によっては、情報収集の手段として、NHK短波放送を聴ける受信機を携行することも有効です。

海外旅行保険に加入を

●どんなに準備をしても交通事故や事件に巻き込まれないとは限りません。健康に自信があっても、日本と違う環境でのストレスや疲労により、思いがけない病気にかかる可能性もあります。

●海外で入院・手術などが必要となった場合には、日本の健康保険を利用できず、医療費が非常に高額になることが多いことも認識しておく必要があります。また、医療施設・水準が十分でない国では、国外への緊急移送が必要とされ、数千万円に及ぶ高額な費用が発生する場合もあります。

●このため、海外旅行保険に必ず加入し、家族にも補償などの内容を伝えておくことをお勧めします。

●海外旅行保険に加入すると、貴重品の盗難や遺失時の対価、事故や病気の際の医療費や移送費などが補償されるほか、保険会社によっては、家族の渡航費負担や通訳の手配サービス、緊急キャッシングサービスなども提供されます。なお、クレジットカードには、海外旅行保険特約の付いたものもありますが、補償の限度額やサービスの範囲はカードの種類により様々ですので、保険内容をしっかりと確認し、可能な限り充実した保険に加入することをお勧めします。

●近年、インターネットでの航空券や旅行ツアーの早期申し込み割引商品の増加に伴い、海外旅行を手軽に楽しめる利点がある一方、日程の変更や払い戻しができず高いキャンセル料が発生する場合があります。保険会社によっては、航空券や旅行代金のキャンセルを補償する保険も提供していますので、併せて確認してください。

パスポートの確認・申請

●海外旅行前にはパスポートの確認をしましょう。

海外旅行へ行くには、必ずパスポートが必要になりますが、パスポートを持っていても必ずしも入国できるとは限りません。パスポートには有効期間があり、残存有効期間が6か月以上ないと入国できないという場合があります。必ず旅行前にパスポートの残存有効期間を確認し、海外旅行に備えましょう。もし、パスポートの残存有効期間が1年未満の場合には、更新（切替申請）が可能です。

●パスポートのオンライン申請が可能です。

2025年3月24日より、パスポートの更新だけでなく、新しくパスポートを申請する際でもスマートフォンからのオンライン申請が可能になります。

●オンライン申請で準備するもの

マイナンバーカード
マイナポータルアプリ
マイナポータルアプリ対応のスマートフォン
現在有効なパスポート（切替申請の場合）

・パスポートのオンライン申請について（外務省）
（https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/passport/page22_004036.html）

●「2025年旅券」（パスポート）発給開始します！

2025年3月24日の申請受理分から、国立印刷局において、偽変造対策を強化した2025年パスポートの作成を開始します。

新しいパスポートは、顔写真ページにプラスチック基材を用い、情報をレーザー印字・印画するなど、セキュリティが強化されています。

●パスポートの申請はお早めに！

新しいパスポートは、国立印刷局で作成して配送するため、申請から交付までの時間がこれまでより延びます。申請から交付まで、日本国内では2週間程度、国外（大使館・総領事館）では2週間～1か月程度を要します。

海外旅行や出張でパスポートが必要になりましたら、できるだけ早く申請しましょう。

そして、海外で事故や入院になった場合、家族を現地に呼ぶこともあるため、ご自身が申請する際は、家族も一緒に申請しましょう！

TM
パスポくん

新しいパスポートと、
一つ先の未来へ

四 ケーススタディ集 ～トラブル事例と対策～

多くの日本人が巻き込まれる財産犯罪

外務省がまとめている「海外邦人援護統計」（海外にある日本国大使館・総領事館が対応した日本人の事件・事故についての統計）によると、日本人が巻き込まれたトラブルの中で群を抜いて多いのが、窃盗、強盗、詐欺などの財産を狙った犯罪による被害で、邦人被害件数の約九割を占めています。ここでは、ほんの少しの油断が命取りになってしまった「窃盗」の例、甘い言葉や親切心につけ込んでくる「詐欺」の例、武器によって命を脅かす凶悪犯罪にもなりかねない「強盗」の例を紹介します。

海外では、常に危険と隣り合わせという自覚を持って、慎重に行動しましょう。

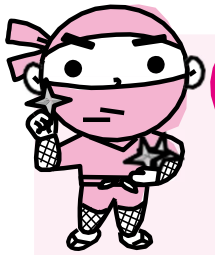
スリ

ケース① 「路上で」

ソフトクリームを食べながら歩いてきた人がぶつかってきて、服にクリームが付いた。その人は親切そうにふき取ってくれたが、後で気が付くとポケットから財布がすられていた。

※服に付られるのは、ほかにも、ペンキ、ケチャップ、マスタードなどいろいろあります。その他の手口として、道に迷っている風を装い、こちらが地図を広げている間にスリを行う手口もあります。

対策



犯罪者は「犯行の標的」のスキをうかがっています。自分のことをじっと見ている人がいないか、周囲に気を付けましょう。見知らぬ人から不審な行為をされた場合には、貴重品から目や手を離さないようにし、毅然とした態度で対応することが重要です。

ケース②「乗り物の中で」

バスや電車・列車の車内で集団に取り囲まれて、車体が揺れたり、乗客が乗り降りするたびにもみくちゃになり、後で気が付いたら財布をすられていた。

ケース③「ショッピング中に」

エスカレーターの降り口で、前に立っている人がつまずいたので自分も立ち止まると、すぐ後ろに立っていた人とぶつかった。後で気が付くと財布がすられていた（スリの役割分担）。

対策

- バッグや上着、ズボンのポケットなどはスリに狙われやすいので注意しましょう。特にリュックや上着の外ポケット、ズボンのお尻のポケットには財布や貴重品などを入れないようにしましょう。
- 財布や貴重品などの入っている所を常に意識して、乗り物やデパートなど人混みの中で、体が不自然に押されたり触られたりしたときは、すぐに所持品を確認しましょう。

置き引き

ケース①「空港で、ホテルのロビーで」

- 空港の到着ロビーで、チェックイン時に預けたスーツケースをターンテーブルに取りに行っている間に、カートに置いたカバンを置き引きされた。
- 到着時、迎えに来た人と挨拶をしている間に、足元に置いたカバンを置き引きされた。
- ホテルのフロントでチェックインの手続きをしている時に、足元に置いたカバンを置き引きされた。
- 出発時のセキュリティーチェックで、ボディーチェックを受けている間に、カバンを置き引きされた。

対策

カバンは常に手から離さず、やむを得ず手を離しても体に触れるよう置きましょう。両足の間に置いても、足に触れていなければ盗まれても分かりません。

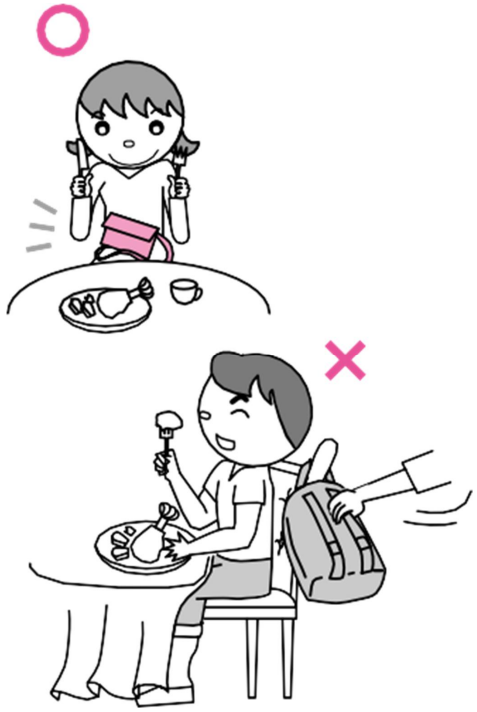
ケース② 「レストランで」

●ビュッフェ（バイキング）形式のレストランで、席取りのためテーブルにカバンを置いて料理を取りに行っている間に、カバンを置き引きされた。

●椅子にショルダーバッグを掛けて食事をしていたら置き引きされた。

●ジャケットを椅子に掛けて食事をしていたら、ジャケットの内ポケットに入れていた財布を抜かれた。

●スマートフォンをテーブルの上に置いたまま食事をしていたら、いつの間にか無くなっていた。



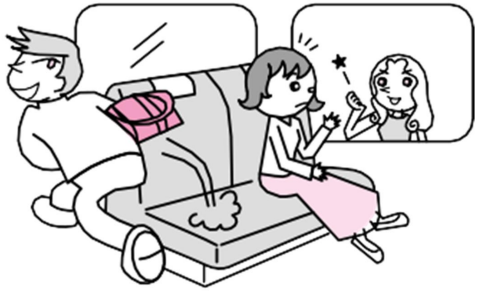
対策

●食事中はカバンが自分の体に密着するように置きましょう。食事や話に夢中になっても置き引きされることがないようにカバンの置き方を工夫しましょう。また、ジャケットを脱いで椅子に掛ける際は、内ポケットに貴重品を入れないように注意しましょう。

●高級とされているホテルのレストランでも決して油断できません。こうした場所は、富裕層の客が多いため、むしろ犯罪のターゲットとなる傾向があります。

ケース③ 「誰かに話しかけられたスキに」

列車に乗って出発を待っているとき、ホームにいる人が窓ガラスを叩いてきたのでそちらに注意を向けたところ、列車内にいた仲間に自分の脇に置いたカバンを置き引きされた。



対策

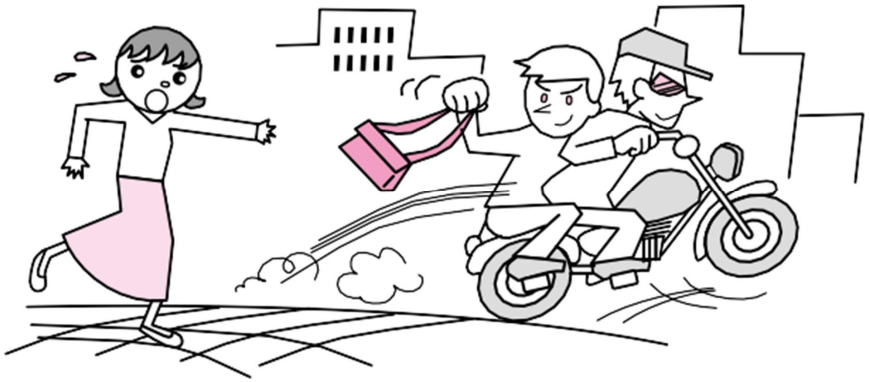
同様の手口はレストランやカフェの窓際席でも使われています。どんなときでもカバンから目を離すことは厳禁。特に自分の周りで気を引くようなことが起きたら、まず持ち物をしっかりと確認しましょう。

ひったくり

ケース① 「路上で」

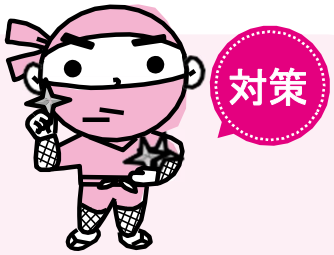
道を歩いているとき、肩に掛けていたカメラ入りのバッグをオートバイに乗った二人組に追い越しざまにひったくられた。

道を歩くときはなるべく車道側を避け、荷物は車道側の手に持たないようにします。オートバイや車を使ったひったくりは、多くの場合背後から襲ってくるので、荷物はしっかりと体の前方に置くことが大切です。なお、万が一被害に遭った場合、引きずられると危険です。抵抗しないで、荷物から手を離しましょう。

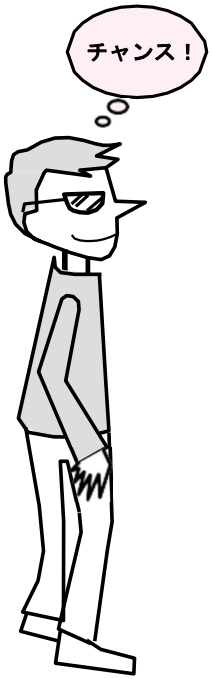


ケース② 「地下鉄やバスのドア付近で」

地下鉄の車内でドアのそばに立っていたら、ドアが閉まる瞬間、隣に座っていた人がカバンをひったくりそのまま電車を降りていってしまった。すぐにドアが閉まったので何もできなかった。



ドアの近くに立ったり座ったりするのは、なるべく控えましょう。混雑などでドア近くしかスペースのない場合には、安易にひったくられないよう持ち物をしっかりと持つようにします。



その他の窃盗手口

ケース① 「ホテルでの被害」

●ホテルにチェックインして部屋に入るとすぐにドアをノックされた。ホテルの従業員と思い、何気なくドアを開けたところ、強引に部屋に押し入られ、金品を強奪された。

●部屋に入ろうとドアに鍵を差し込んだとき、後ろを歩いていた人にいきなり羽交い締めにされ、そのまま部屋に押し込まれ、金品を強奪された。

●防犯チェーンを掛けずに就寝したところ、ホテル従業員が合鍵を使い部屋に侵入してきた。

●スーツケースにパスポート・現金などを入れて鍵を掛け、部屋に置いたまま外出したところ、泥棒に入られ、スーツケースの鍵が壊されて金品が盗まれた。

●部屋のドアには必ず防犯チェーンを掛け、ノックされたらチェーンを付けたまま相手を確認します。ホテルの従業員や水道・電気の修理人に見えても、頼んだ覚えがなければ必ずフロントに確認してください。

●強盗に遭った場合には、身の安全のために決して抵抗しないようにしてください。

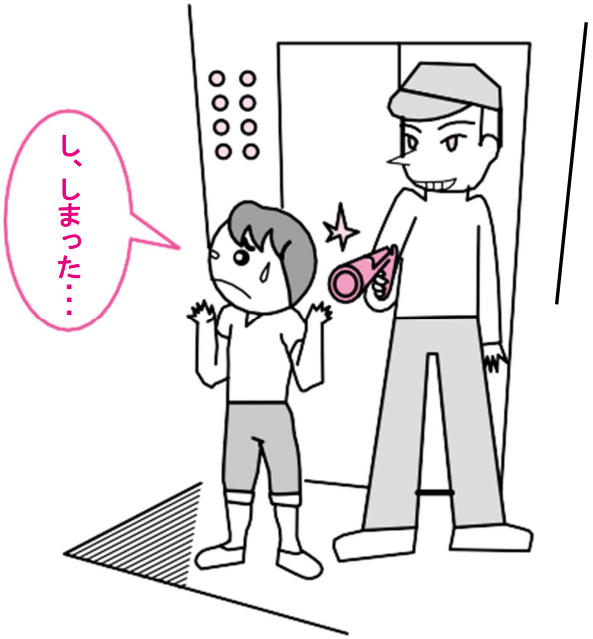
●貴重品は部屋に置かず、必ずホテルの貴重品入れ（セーフティボックス）に預けましょう。ただし、ホテル側の安全体制に疑問がある場合には個人で管理する必要があります。また、部屋にある金庫式の貴重品入れの場合、ホテル側がスペアの鍵の管理をしているため、必ずしも安全とは言い切れません。

ケース② 「エレベーターの中での被害」

エレベーターは短時間でも密室状態になるため注意が必要です。エレベーターの扉が開く間際にひったくりに遭い、そのまま逃走される、又はナイフなどで脅され金品を強奪される危険性もあります。

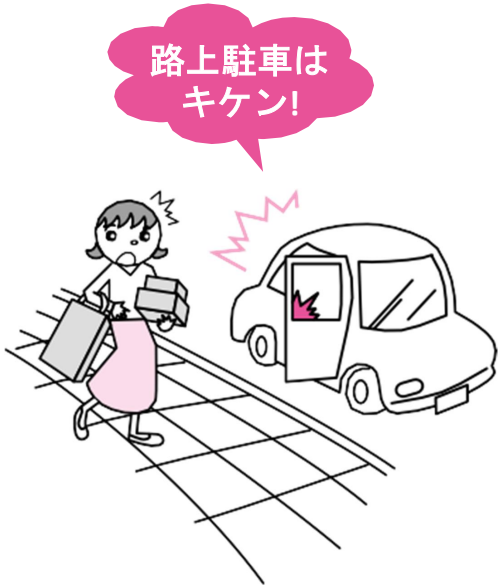
対策

エレベーターを利用する際は、同乗者に注意し、逃げ道をブロックされる奥ではなく扉の近くに乗りましょう。



ケース③ 「車上荒らし」

- ショッピング街で路上駐車し、買い物をして戻ると、車のカギが壊され中に置いてあったものが全部盗まれていた。
- 景色の良い場所で、ほんの数分と思い、カギを掛けずに車から降りて写真を撮っている間に、車内に置いたカバンが盗まれた。



対策

路上駐車は避けましょう。また、数分でも車から離れる場合には、貴重品は車内に置かないようにし、窓を閉めてロックすること。荷物を車内に残す場合には外から見えないようにする（座席などに置きっ放しにしない）。トランクに入れる場合にも、入れているところを見られると、トランクをこじ開けられて被害に遭うことがあります。

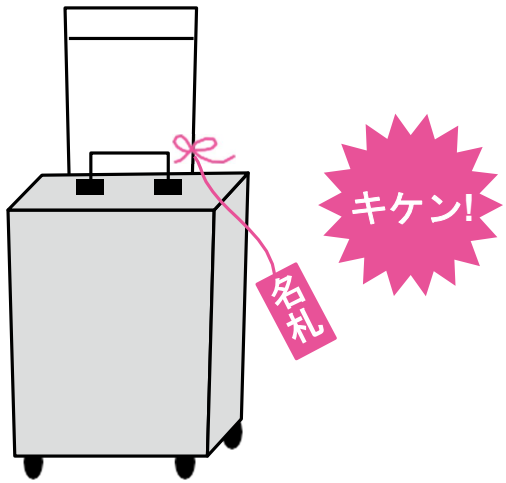
偽ガイド（偽の出迎え）

ケース①

出張先の空港に到着したところ、自分の名前が書かれたネームプレートを掲げた人から、旅行会社か商談先の会社からの出迎えのように告げられたので、用意されていた車に乗った。空港近くの安ホテルに連れて行かれた後、レストランやクラブなどに案内され、最後にかかった費用として大金を脅し取られた。

※偽のネームプレートは、ターゲットのスーツケースに付いている名札を読み取ったり、本当の出迎え者が持っているプレートを見て作成され、本当の出迎え者より目立つ場所で掲げていることが多いようです。

※このケースのほか、車中で凶器を持ち出し、強盗に及ぶ場合もあります。



対策

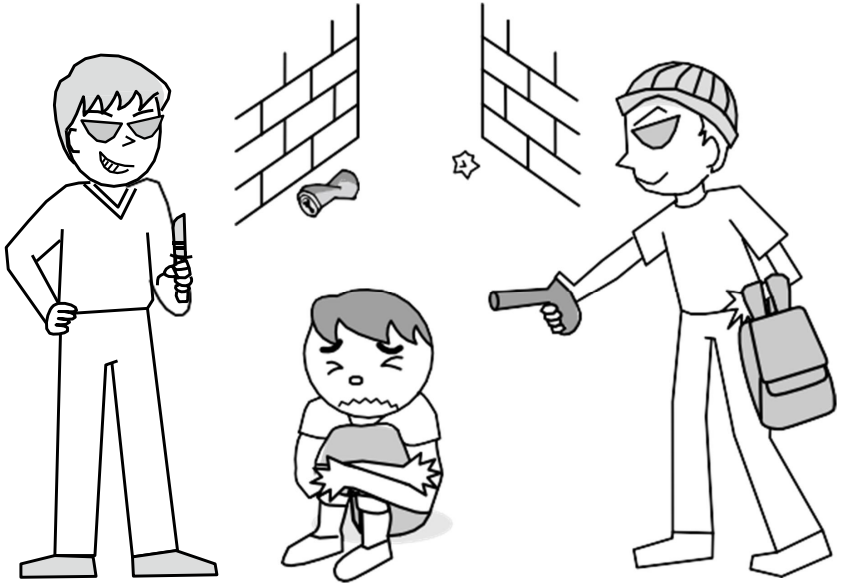
事前に出迎え者の名前、年齢、特徴、所属先会社名などを確認しておき、現地では身分証明書の提示を求めましょう。別の人が出迎え、予定が変更になったと言われたら、自分で旅行会社や現地連絡先に確認してください。また、持ち物にひと目で旅行者と分かるような名札を付けることは避けた方が無難です。

ケース②

旅行中、10～20代の若者に街で話しかけられ、街中を案内してもらった。最後に案内された建物に凶器を持った若者の仲間が待ち構えていて、ガイド代として所持していた金品を全て脅し取られた。

対策

相手が同年代や自分より年下であっても、旅行の開放的な気分で安易に人を信用しないようにしましょう。

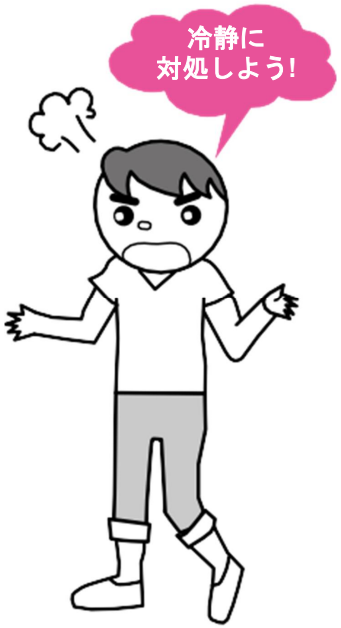


偽警察官

ケース

市内を観光していると、「チェンジ・マネー」と言いながら両替を求めて近付いてきた男がいた。「ノー・チェンジ」と断ったが、しつこく付きまとわれ、困っていた。しばらくして、別の男が近付いてきて、警察手帳のようなもの（偽手帳）を見せながら、その男を追い払った。そして、こちらにも闇両替の疑いがあるとして、パスポートと財布の提示を求めてきた。パスポートと財布を渡すと中身を確認し、そのまま返してくれた。ホテルに帰ってから財布を確認すると、高額紙幣が抜き取られていた。

※そのほか、偽札の疑いがあるとして、紙幣を没収するケースも多く発生しています。



●警察官という身分に無条件に安心したり、反対にやましいことはないのにおどおどしたりすることで、注意が散漫になるスキを狙われます。見せられた警察手帳はしっかりと確認することはもちろんですが、どの国の警察官も、よほどのことがない限り、路上で持ち物検査を実施することはありません。不審な点があれば、「他の警察官にも立ち会ってもらう」、「現地の日本国大使館・総領事館に連絡する」と主張するなど、毅然とした態度で、冷静に対処することが大切です。

●なお、ごく稀な例ですが、一部の国では、本物の警察官が同様の手口で観光客を騙す悪質な事例もあります。もし、そういう事態に遭遇したら、冷静に対応するとともに、可能な範囲で警察手帳の氏名や名札を確認しておくと、被害届を出すときに役立ちます。

宝石詐欺・高額じゅうたん詐欺・クレジットカード詐欺

ケース

●宝石店で、「日本で売れば2～3倍のお金になる」と持ちかけられ、東京の有名宝石店の名刺も見せられ、これらの店と取引があると聞かされて信用し、複数の宝石をクレジットカードで購入した。帰国後に日本で鑑定してもらったら、粗悪な品だと判明し、買い取ってくれる所はなかった。

●じゅうたん屋において、元々安いじゅうたんに非常に高い値段を付けておき、大幅に割り引いたと思わせて売り付けられた。後日返品を要請しても、じゅうたんは既に日本に送ってしまったと言われたり、高額な返品手数料を要求されたりした。

●クレジットカードで支払いをしたが、金額を確かめずにサインや暗証番号を入力し、レシートを受け取らず帰国してしまった。日本に帰ってから、一桁多い金額の請求書が送られてきた。

●高価な品物を購入する際は、信用のおける店を選ぶことが重要です。また、信用のある店であったとしても、品物をよく吟味し、クレジットカードで購入する場合には、金額などに間違いがないことをよく確認し、レシートを必ず受け取り、後日、引き落としの金額と相違ないかを確認することが必要です。

●また、スキミングにも注意してください。ATMだけでなく、カード決済端末にスキャナーを巧妙に取り付けてデータを読み取り、暗証番号をカメラで盗み取る事例もあります。暗証番号は手で覆い隠して入力するなど注意を怠らないようにしましょう。

国際的詐欺メール

ケース①

日系企業の社員（実在の人物）の個人資産管理人を名乗る者から唐突に、「日本人である○○氏がA国で死亡したが、同人の親族が確認できず、調査の結果、貴殿（受取人）が近親者に指名されていることが判明した。ついては、貴殿を相続人とした上で、遺産相続手続きをとることとしたく、当方（差出人）まで連絡いただきたい。」との内容のメールが届いた。そこに返信を行うと、遺産の現金化のための手付け金や海外送金のための手数料、これらの手続きの過程で発生した問題の解決費用（弁護士費用）など様々な名目で、怪しまれない程度の額を何回にもわたって振り込まされ、金銭を騙し取られた。

ケース②

シリアに駐屯しているアメリカ軍人を名乗る者とメールやSNSで連絡し合ううちに親密になった。軍人より、「プレゼントを送ったが、税関で荷物が止まってしまった。受け取りのために手数料を支払ってもらえないか。」、「日本に逢いに行きたいが、軍への休暇申請手続きに費用がかかる。」など、情に訴える形で送金を要求された。その軍人は自分の身元の証明としてIDカードやパスポートの写真をメールなどで送ってきていたので、信用し送金してきたが、結局、プレゼントを受け取ることも、逢うこともなく、お金も一切返ってこなかった。

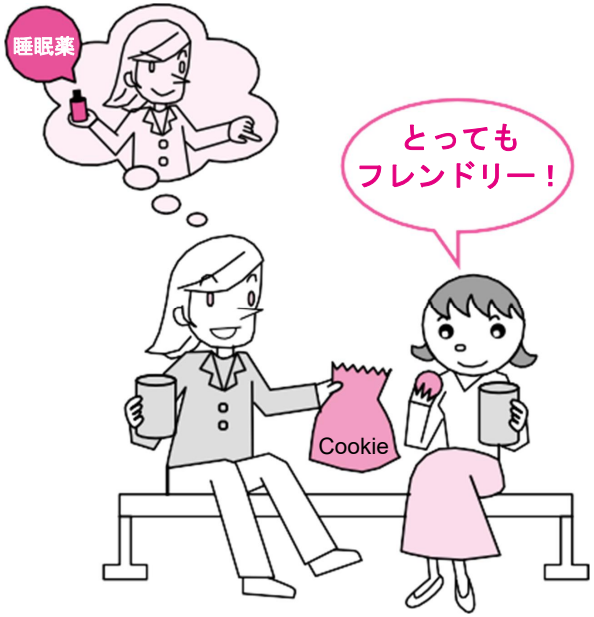
対策

- 心当たりのないメールや手紙などを受け取った場合には、鵜呑みにして慌てて手付金や手数料などを振り込まず、詐欺の可能性を疑って相手にしないことです。国際的詐欺メールの手口は、通称「419事件（ナイジェリアの刑法第419号に抵触する詐欺犯罪）」とも呼ばれ、遺産相続を名目としたもの、宝くじの当選を装うもの、マネーロンダリングや投資の協力を持ちかけるもの、LINEやX（旧Twitter）、Facebookなどを通じたロマンス詐欺など、多種多様な手口があるので注意が必要です。詳細は在ドバイ日本国総領事館のホームページをご覧ください。
  - 詐欺被害の防止に関する情報（在ドバイ日本国総領事館）
    （https://www.dubai.uae.emb-japan.go.jp/itpr_ja/safety.html）
- 詐欺師のプロフィール写真やIDカードなどはニュースサイトやSNS上にある実在の人物のものが使われているケースが多く、詐欺メールはマニュアル化されて使い回されているので、画像や文章を検索することで同様の詐欺被害報告を見付けて詐欺と分かることもあります。
- また、JETRO（ジェトロ　日本貿易振興機構）のホームページでは、国際的詐欺事件について事例と対策を掲載し、注意喚起を行っていますので、併せて参考にしてください。
  - 国際的詐欺事件について（注意喚起）（JETRO）
    （https://www.jetro.go.jp/contact/faq/419.html）

睡眠薬強盗

ケース

市街地を観光中、自分も旅行者だと言う男と親しくなり、一緒に観光した。かなり歩き回ってから、公園で一緒にビールを飲み、勧められたクッキーを食べたところ、意識を失った。その後、朦朧とした状態で歩いているところを保護された。パスポート、現金、航空券、時計など身の回りの貴重品全てを盗まれていた。



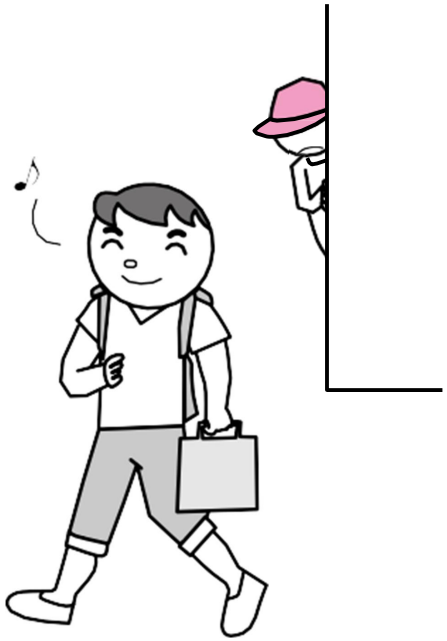
対策

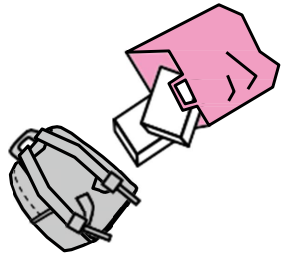
現地で知り合った人から勧められた食べ物、飲み物は、たとえ、それが未開封な状態に見えても不用意に口にしない方が賢明です。また、現地で知り合った人と一緒に食事をし、トイレで席を離れたスキに睡眠薬を入れられたというケースもあります。初めての人と食事をする場合、一度でも目を離した食べ物には手を付けないことも必要です。このような犯罪の手口は巧妙化しており、使用される薬は強力で、後遺症が残る場合もあり、非常に危険です。

首絞め（羽交い締め）強盗

ケース

駅の構内を歩いていたところ、二人組の男に背後から襲われた。首を絞められ、数秒で意識を失った。二人は買い物袋、バッグのほか、外から見えないように服の内側の貴重品入れにしまっていた財布、パスポートを盗み、その場から逃走した。首にあざができるほどのけがを負い、数日間入院を余儀なくされた。





対策

●ヨーロッパの一部地域を中心に、通りを歩く観光客の後をつけ、人目が少なくなったスキを狙っていきなり背後から首を絞める、いわゆる「首絞め強盗」が日本人観光客に深刻な被害をもたらしています。犯行はごく短時間で行われるため、比較的人通りが少ない所であれば、昼夜を問わず発生します。特に日本人観光客は、金品をたくさん持っているという印象があり、欧米人に比べ体格も小さいことから、ターゲットにされやすい傾向があります。

●生死にも関わる危険な犯罪ですので、旅行中は、路地裏やひとけの無い場所への立ち入りは避けて、一人又は少人数で行動する際は、怪しい人物に付け狙われていないか、常に前後左右に気を配りましょう。

カージャック

ケース

●ひとけの少ない駐車場で、車から降りた途端、ピストルを突き付けられ、強盗被害に遭った。

●ドアロックをしないで運転していたところ、信号待ちをしているほんの少しの間に、後ろからオートバイに乗って近付いてきた男にドアを開けられ、助手席に置いてあったカバンを強奪された。

●ドライブの最中にヒッチハイカーに出会った。車を止め、乗せた途端に態度を豹変させ、刃物で脅されて金品を奪われた。

●夜間に走行中、後ろを走っていた車にぶつけられたので、停車して降りると、ぶつかってきた車の助手席に乗っていた人が銃器を持って降りてきて、そのまま車を強奪された。

●運転途中、タイヤがパンクした。車から降りた途端、数人が銃器を持って現れ、金品を強奪された（犯人はあらかじめタイヤがパンクするようにしかけていた）。

被害を防ぐためのポイント

●路上駐車は避け、できるだけ監視員のいる駐車場を利用する。

●車の乗降時は周りに怪しい人がいないか、周囲を確認する。夜間は照明のある駐車場を利用する。

●ヒッチハイカーは絶対に乗せない。

●走行中は必ずドアロックをして、全ての窓を閉める。

●信号待ちの間に物乞いやストリートパフォーマーが来ても、不用意に窓を開けない。

●ひとけのない道路や路地を走行中、他の車にぶつけられても、また、パンクなど車の故障があっても、そのまま走り続け、ガソリンスタンドなど明るくて多くの人がいる場所に乗り入れて、停車する。

●車両強盗に銃を向けられた場合、慌ててシートベルトを外そうと脇に手を持っていくと、武器を隠していると思われて撃たれることがあるので、シートベルトを外すことを伝えてから動作をする。

夜間・早朝の路上強盗

ケース

●夜間、列車の出発まで時間があるので駅の周辺を散歩していたら、暗がりに引きずり込まれて暴力を振るわれ、カバンを強奪された。

●人通りの少ない薄暗い地下鉄への通路を歩いていると、すれ違った男にいきなり銃器を突き付けられ、金品を奪われた。

●夕方、目的地に到着し、宿泊先を探していると、見知らぬ人が近付いてきて、安いホテルを紹介すると話を持ちかけてきた。その人についていくと、そこには数人の仲間がいて、集団で脅され、持ち物を奪われた。

●夜間は特に慎重に行動しましょう。夜間や早朝の外出は極力避ける、外出する場合には近い距離であってもできるだけ乗り物を利用するといった対策が必要です。旅のスケジュールを立てる場合も、目的地に夜遅く到着するような計画はできるだけ避けましょう。

●犯罪者は凶器を所持している可能性が高いので、被害に遭った場合には命を守ることを最優先に考え、抵抗しないことが大切です。

悪徳タクシー

ケース

●タクシー乗り場が混んでいたので、無資格営業と思われるタクシー（いわゆる「白タク」）の誘いに応じて乗車したところ、暗い路地に車を停められ、運転手に凶器で脅され、所持品全てを奪われた。

●流しのタクシーに乗ったところ、人通りの少ない場所に連れて行かれ、そこで運転手と結託した二人組の強盗に乗り込まれた。拳銃を突き付けられ所持品全てを奪われた上、郊外の見知らぬ場所に置き去りにされた。

対策

必ずタクシー乗り場などから正規のタクシーを利用し、営業許可を受けていない白タクには絶対に乗らないようにしましょう。メーターが細工されていたり、大きく遠回りされたりして法外な料金を請求されるケース、又は無理やりATMに連れて行かれ、現金を引き出させられたり、性的暴行を受けるなど、タクシーに関する被害は世界中で発生しています。また、スマートフォンを使ったサービスを利用する場合には、自分がオーダーした運転手なのかをしっかりと確認してから乗車しましょう。

現地の法律、風俗、習慣に関わるトラブル

渡航先の法律や規則、風俗や習慣を理解していなかったために、トラブルに巻き込まれるケースが頻繁に発生しています。日本では許容される行為でも、外国ではタブー又は犯罪となる行為に当たることもよくあります。また、日本で普通に使われているOK等のハンドサインも、外国では意味が異なり誤解を生じる場合もあります。

これらのトラブルを回避するには、まず、渡航先の国に関する知識をしっかりと身に付けておくことが大切です。

また、現地の法律を遵守するとともに風俗・習慣を尊重するよう心がけてください。

禁制品や制限品目の持ち込み、持ち出し

ケース

●入国時の税関での荷物検査で、荷物の中に入れておいたCDの中に税関法上違法性の疑いのあるものが含まれていたとの理由で、当局に拘束された。

●ヴァイオリンを持ち込もうとしたが、所定の税関申告をしていなかったため、楽器が没収され高額な罰金も科された。

●たばこを持ち込もうとしたが税関職員に制限量の超過を指摘され、税金ではなく高額の罰金支払いを命じられた。

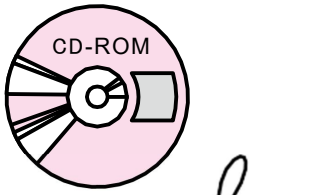
●電子たばこ（含加熱式たばこ）を禁止国に携行したところ、逮捕され多額の罰金を命じられた。

●市内観光中、骨董品市場で掘り出し物を見付けて購入した。ところが出国の際、税関検査で持ち出し禁止の美術品であるとして没収され、当局に拘束された。

禁制品いろいろ

●映像などのデータが入った記録媒体（CD/DVD等）
●昆虫、希少動物
●骨董品
●酒
●わいせつ本 etc.

※国によって禁制品は異なります。
旅行前に必ず確認を！



対策

●入国時、全ての荷物を開披検査し、税関法上の違法物品を厳しく取り締まっている国があります。悪質と判断されれば、品物を没収されるだけでは済まず、法律違反として拘束されることもあります。

●持ち込み、持ち出し禁止（制限）品目や出入国時の外貨申告制度など、出入国に関わる規制に関する正確な情報を入手して、それを守らなければなりません。見付かっても没収される程度というような安易な考えは禁物です。

●ブランド品や楽器、撮影機材など高価な物品を持ち込む際は、あらかじめ税関申告手続きを確認する必要があります。これらの物品については、「ATAカルネ」と呼ばれる書類で通関手続きを行う方法があります。詳細は次のサイトをご覧ください。

・日本商事仲裁協会（ATAカルネの発行元）
（https://www.jcaa.or.jp/）

・日本税関（Japan Customs）
（https://www.customs.go.jp/kaigairyoko/atacarnet.htm）

・日本貿易振興機構（ジェトロ）
（https://www.jetro.go.jp/world/qa/04A-001004.html）

●特に最近は、テロ対策のため検査が厳格になっている国が増えていますので、旅行前に必ず確認しましょう。

写真撮影

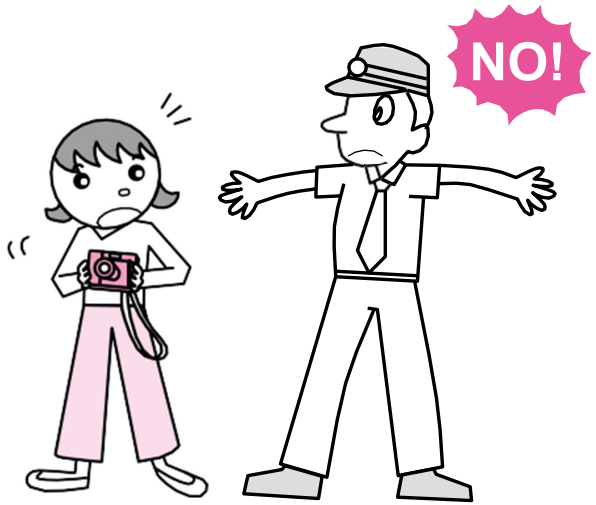
ケース

●夜景がきれいだったので夜の港の風景を撮影していたところ、警察官に撮影が禁止されている区域であると告げられ、カメラを没収された。

●空港の近辺で飛行機の離陸シーンの動画を撮影しようとしていたところ、警察官に身柄を拘束された。その空港は軍用でもあったことから、撮影が厳しく禁止されている施設だった。

●市場の風景を撮影していたところ、被写体になった人が集まってきて、無断で撮影していることについて抗議し、対価を支払わなければカメラを没収すると告げられた。その結果、それぞれの人に撮影料との名目で金銭を支払うことになった。

●インスタ映えを狙って立入禁止区域に立ち入って写真撮影をしていたところ、滑落して大けがを負ってしまった。



●多くの国では、軍事施設を始め、港湾、空港、政府関連施設など保安上重要な施設の撮影を制限しています。また、美術館などの撮影も許可制、有料制にしている国もありますので、あらかじめ撮影が制限されている場所を確認しておく必要があります。また、本人は違うものを撮影していても、撮影制限対象の近くで撮影していることをもって、禁止行為とみなされることもあります。

●国民性や民族性などから、現地の人が無断で写真を撮られることを非常に嫌がったり、有料でないと被写体にならないと言い張る場合があります。無用なトラブルを防ぐためにも、海外で現地の人を撮影する場合には、必ず本人の了承を得る必要があることを認識しておきましょう。

●また、世界中のインスタ映えスポットで、スマートフォンでの撮影中の事故が発生しています。危険な体勢で撮影したり、立入禁止区域に立ち入ったりするなど、無理な写真撮影は控えましょう。

宗教や習慣によるトラブル

ケース

●現地の子どもがとても可愛くて頭をなでたところ、その親から厳しく怒られた（タイの精霊信仰など、子どもの頭をなでることはタブーとなっているため）。

●派手な服装やノースリーブ、ショートパンツなどの肌が見える服で寺院や教会を訪問したところ、入場を拒否された。

●デパートでの買い物の途中、言うことを聞かない子どもを母親が厳しく叱りつけ、平手で殴ったところ、それを見ていた人が警察に通報し、駆け付けた警察官に幼児虐待の疑いで取り調べを受けた。

●レストランで食事中、夫婦げんかになり、夫がかっとして妻の腕を強くつかんだところ、レストランから警察に通報され、夫は家庭内暴力（ドメスティック・バイオレンス）で拘束された。

- 日本では普通でも海外ではタブーとされている行為は、数多く存在します。特に、その国の宗教を否定したり、侮辱するような行為は、不快感を与えるだけでなく、法律で厳しく規制されていることもあるので、注意が必要です。また、多宗教、多民族で構成されている国では、それぞれの人が独自の宗教・習慣に基づいて生活していたり、地域によって習慣が異なったりする場合もあります。
- 渡航前に、その国の法律や習慣をしっかりと把握し、旅行中はそれに従うこと、すなわち「郷に入れば郷に従う」という心がけが、トラブル回避の鉄則です。

麻薬に関わるトラブル

海外で麻薬に関わると、非常に深刻な事態を招きます。現在でも世界の各国で麻薬犯罪により重い刑罰を受け、長期間現地の刑務所に服役している日本人がいます。軽はずみな行動や注意不足から自分の人生を台無しにしないためにも、海外で麻薬犯罪には絶対に関わってはいけません。

一部の国では、大麻（マリファナ）の所持・使用が合法化されていますが、日本では大麻取締法により、大麻の所持・譲受（購入を含む）は違法とされ、処罰の対象となっています。この規定は日本国内のみならず、海外において行われた場合にも適用されることがありますので、日本国外であっても決して大麻に手を出さないでください。

なお、公益財団法人麻薬・覚せい剤乱用防止センターのホームページでは、薬物事犯の情報などを掲載しています。

・公益財団法人麻薬・覚せい剤乱用防止センター
（https://www.dapc.or.jp/）

知らないうちに麻薬を買わされた、麻薬の運び屋にされた

ケース①

繁華街を歩いていたところ、二人組の男に、おいしいお茶があるからとしつこく付きまとわれ、少量のお茶を購入させられた。ホテルに帰った後、警察官が「麻薬の取り締まりだ」と部屋を訪れ、買ったお茶を調べられた。実はそのお茶は麻薬であったため、現行犯で逮捕された。

※国によっては麻薬所持の密告に報償金を支払う制度があり、麻薬の売人がその報償金目当てに旅行者を騙すケースがあります。

ケース②

現地で知り合った人から「〇〇国に着いたら、この荷物を友達に渡してほしい」と頼まれ、その荷物を持って目的地に赴いた。目的地の空港到着後、手荷物検査でその荷物の中から麻薬が発見され、麻薬密輸の現行犯で逮捕された。

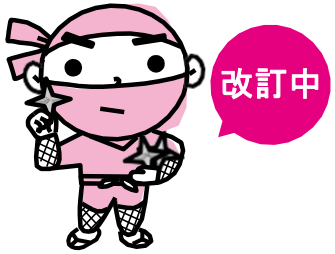
- 自分の意思とは関係なく麻薬取引に巻き込まれることがあります。麻薬犯罪はほとんどの国で重罪であり、国によっては死刑、無期刑といった厳しい罰則が科されます。興味本位で何か分からない物を購入したり、軽い気持ちで麻薬に手を出すことが、取り返しのつかない悲劇を招きます。麻薬犯罪に絶対関わらない強い意思表示が必要です。
- 他人に騙されたことによる本人の身に覚えのない麻薬密輸についても、当然のことながら重い刑罰が科されます。いくら他人に騙されたと弁明しても、その事実を証明することは非常に困難です。見知らぬ人はもちろんのこと、たとえ知り合いであっても、他人の荷物を安易に預かり、国外に運ぶことは避けましょう。近年、各国の取り締まり強化に伴い、未成年の日本人旅行者も麻薬密輸容疑で逮捕・拘束されるケースが出てきています。

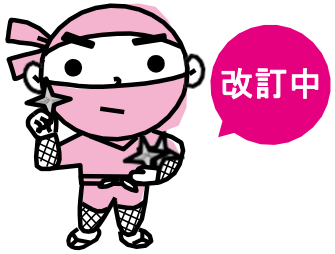
日本人が「犯罪者」になるケース

海外で日本人が現地の法律に違反して逮捕されるケースが増えています。不法滞在、不法入国などの出入国・査証関係犯罪、麻薬犯罪、売買春や、日本人による日本人を対象とした犯罪などで刑務所に服役している日本人がいます。

- 滞在する国の出入国関連規則を十分に確認し、滞在許可期間を超えるなど法律違反にならないように注意してください。注意不足や悪意がなくても、違法行為として逮捕される可能性があります。
- 日本人による寸借詐欺も発生しています。日本人だからという理由で同情してお金を貸したりすることは控えてください。
- 多くの国で売買春は禁止されており、重罪となる場合もあります。また、児童買春や児童ポルノの所持なども同様であり、日本の法律でも国外犯として処罰の対象となります。
- 偽ブランド品などの模倣品や違法コピーしたCD・DVDの海賊版などを海外で購入し、日本国内に持ち込むことは、違法行為となる場合がありますので、注意してください。

海外での性的被害





海外での高齢者の困窮

ケース①

夫婦で海外に長期滞在していたが、夫が突然病死したことから、妻だけで現地での生活を続けていた。その後、妻は重病を患い、通院していたが、治療費がかさみ、病院に行けないほどの困窮状況に陥ってしまった。

対策

まず、必ず海外旅行保険に加入しておく必要があります。配偶者が死亡し、現地に頼れる人がいなければ、無理に現地にとどまらずに、一旦、生活の基盤を日本に移すことを考えてください。日本の親族や友人などからも支援を受けられなければ、日本の社会保障制度の下での生活も検討してみてください。困窮状況に陥る前に、早めに現地の日本国大使館・総領事館に相談することをお勧めします。

ケース②

現地で知り合った日本人から事業の話を持ちかけられ協力していたが、当初言われていた報酬が支払われないままその日本人はいつの間にか帰国してしまった。その後、パスポートと所持金の盗難に遭い、不法滞在となり、路上生活を余儀なくされた。

対策

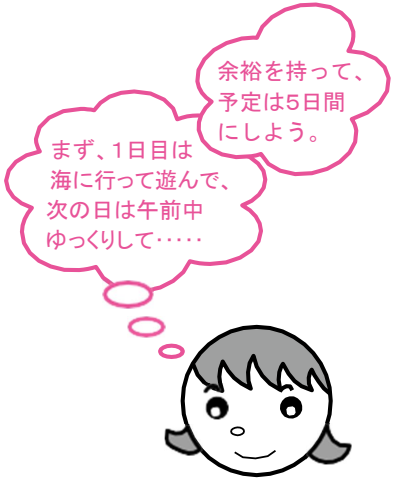
海外では、たとえ日本人であっても、親しくない人を安易に信用しないことです。海外で儲け話を持ちかけてくる人には特に注意してください。知り合いから紹介された人でも十分な注意が必要です。世界中どこでも、常識的に考えて「おかしい」と感じることには、関わらない方が賢明です。

五 「自然体験」と「ドライブ」を楽しむために

海外で「日本にはない自然」の体験に参加し病気になったり、レンタカーで移動中に交通事故に遭ったりする旅行者が増えています。楽しいはずの旅行中に急病や不慮の事故に遭遇することがないよう、渡航前には次のポイントを確認しておきましょう。

ポイント

- 余裕のある旅行日程を組む。旅行中も無理をしない。
（体調が悪いと感じたら、旅行日程を変更、中止してでも休養をとるよう心がける。特に高齢者の方は、疲労や食生活の変化から体調を崩すことが多いので気を付けましょう。）
- 持病がある場合には、渡航前に医師の診察を受け、海外旅行に伴うリスクの有無や日程、携行薬などについて相談する。できれば簡単な英語の診断書を作成してもらい携行する。
（なお、粉薬を携行する場合、麻薬類と誤解されることがあるので注意が必要です。）
- 特に、心臓疾患や呼吸器系の持病の場合の旅行は慎重に検討する。
- 旅行目的に合う海外旅行保険への加入を検討する。
（危険を伴うレジャースポーツ（誓約書や免責同意書が必要なものなど）は、通常の海外旅行保険の適用外となるので、十分に注意しましょう。また、保険会社では海外の医療機関に関する情報を持っていますので、事前に聞いておくとよいでしょう。）



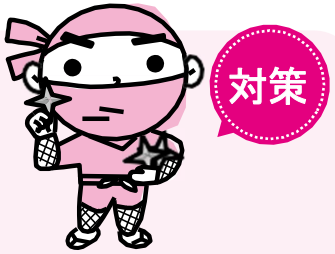
山での事故（登山・トレッキング）

どんな事故があるか

●トレッキング、ブッシュ・ウォーキング、登山などの際に発生する事故としては、「高山病」、「天候の急変などによる遭難」が最も多く、中には山賊（武装強盗集団）に襲われるケースもあります。

●地域的には、アフリカ、南西アジア、南・北アメリカの山岳地帯での登山中の疾病・事故が多くみられます。

●高山病は、高地環境への適応が不十分なために呼吸困難や頭痛などが起こる症状で、意識障害を引き起こすこともあります。海抜2，700m以上で発症するとされており、海外では、ハイキング場のような小高い山に見える場所でも、実際は海抜3，000～5，000mであることがあり、知らない間に高山病になっているケースもあります。



●無理な登山スケジュールは避けましょう。急激な高度の上昇は高山病を招きます。また、無理なスケジュールは無理な行動につながります。

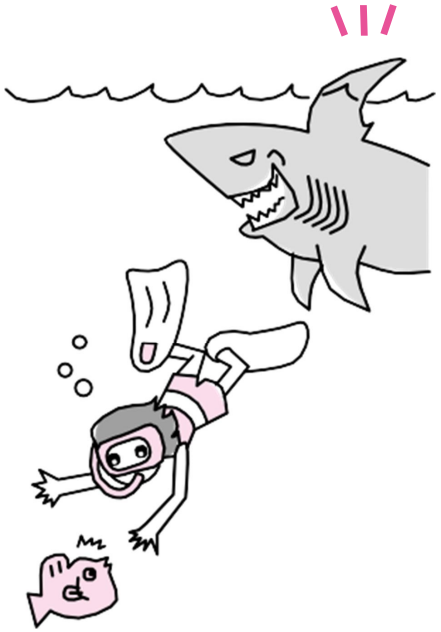
●登山・トレッキングをする際は、複数人で行動し、必ず登山者名簿に記名したり、入山・入域登録をしたりするなど、第三者にも行動が把握できるようにしておきましょう。

●万が一のことも考えて、海外登山を補償する傷害保険（山岳保険）に加入しておきましょう。

海や河川での事故（海水浴、マリンスポーツ、川下り）

海での事故

●近年は、ビーチでの海水浴だけでなく、シュノーケリング、スキューバダイビング、ジェットスキーなどのマリンスポーツを海外で楽しむ人が増えています。海外のリゾート地などでは、未経験者や初心者の人もこれらのスポーツを気軽に楽しめる環境にあるだけに、不慮の事故が多く発生しています。海水が澄み、砂浜も美しく、見た目では決して危険な海と思えなくても、水深によって温度差が激しかったり、潮の流れが非常に速いといった危険な海はたくさんあります。また、一般のビーチにサメが現れ、日本人が被害に遭ったケースもあります。



●海外でマリンスポーツをする場合には、日本で十分経験を積み、海外の海で安全に潜水できる技術を身に付けておくことが望ましいと言えます（ライセンスを持っているだけでは危険）。

●信頼のおける（公的な資格のある）マリンスポーツの取扱業者・ガイドを選び、ガイドの指示には必ず従うことが基本です。

河川での事故

●海外の河川でカヌーやラフティング（ゴムいかだ）などで川下りを楽しむ日本人が増えています。特に、オーストラリアやカナダではこのようなアウトドアスポーツを旅行の目玉とするパッケージツアーも年々増加し、個人旅行者が体験する機会も増えてきています。

●河川での事故は、本人の過失・不注意による場合がほとんどですが、一方で、ツアーを企画する側が、旅行者の能力・技量を考慮しないで安易に企画したケース、ガイドの指導が十分でなかったケースなど、本人以外の過失に起因する場合もあります。人気のコースでも、川底が浅い、流れが急、岩場が多いなど、初心者には大変難しいものもあります。

対策

●少しでも不安を感じたら、危険を伴うアウトドアスポーツは控えてください（特に初心者）。

●信頼のおける（公的な資格のある）取扱業者・ガイドを選び、ガイドの指示には必ず従いましょう。

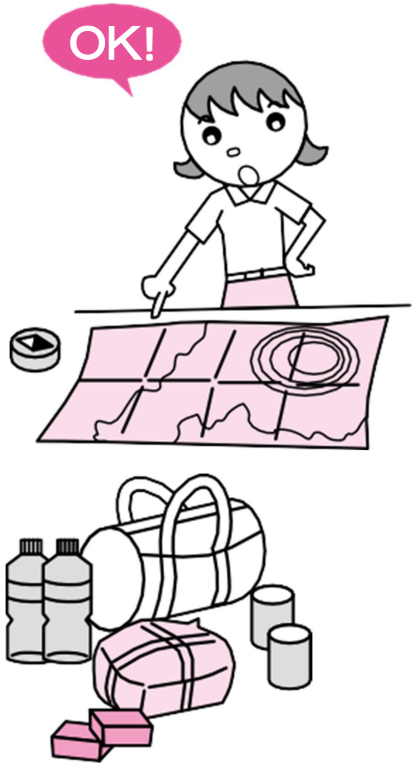
●危険の伴うレジャースポーツを行う際は、必ず専用の保険に加入してください（保険への加入を義務付けていない場合には参加しないこと）。

バイク・自転車でのツーリング旅行

バイクや自転車で砂漠地帯や荒涼とした地域をツーリングする旅行者が多くなっていますが、日本国内とは地勢や気候風土が異なるため、予想外のトラブルに遭遇するおそれがあります。こうした体験旅行を行うには、特別な準備が必要となります。例えば、2泊3日程度の砂漠ツアーでも、非常時の備えを怠ったため、車両事故や故障により一歩間違えば死亡事故となり得た遭難事件も発生しています。

ケース

- 南米の高地地方を観光中の旅行者が山地を自転車で駆け下りるツアーに参加中、運転を誤って転落、死亡した。
- 大洋州の砂漠地帯をオートバイで横断していた旅行者が、十分と思われる水を持って出発したものの、途中で転倒し、不足した水を探しているうちに衰弱し、脱水症状で瀕死の状態のところを警察に保護された。



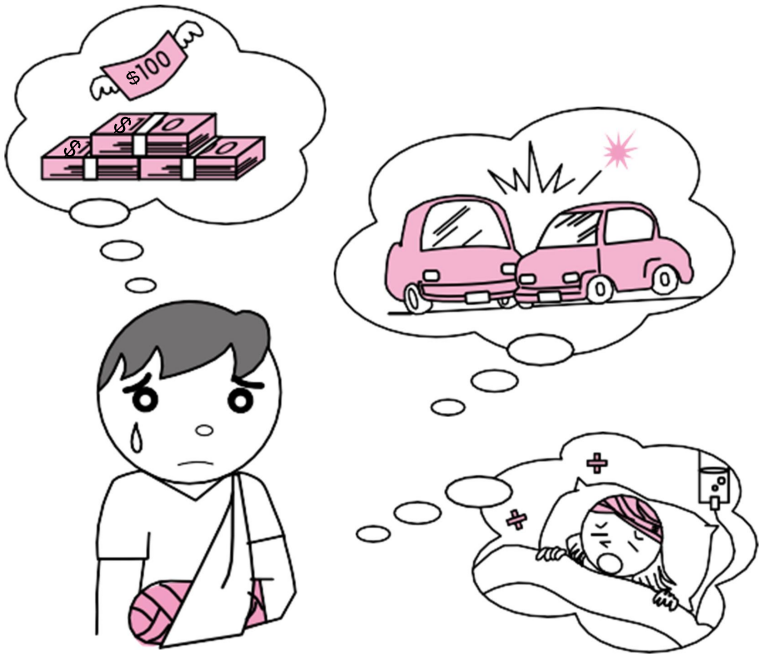
- ツーリング旅行を計画する際は、安全面に配慮した詳細なルートの確認を行い、危険性についても事前に十分な調査を行いましょう（旅行中は計画したルートを安易に変更しないことが大切です）。
- 旅行前に家族、第三者に詳細な旅行日程を連絡しましょう。
- ツアーの場合には、使用される車両に飲料水、食料、地図、磁石など非常時の備えがあるか、連絡用の無線機は備えてあるかなどをチェックし、信頼できるツアー会社を選ぶことが大切です。

レンタカーでドライブする際の注意点

(1)任意保険には必ず入る

●海外でレンタカーを借りると自動的に自動車損害賠償保険に加入したことになりますが、この保険の補償額は驚くほど低額です。したがって、借りる際は、任意保険である追加対人対物保険(ALI)に必ず加入しましょう。

●自損事故でけがを負い、高額な医療費の支払いに苦労される方が少なくありません。運転者を含め、同乗者全員が補償の対象となる搭乗者傷害保険(PAI)にも加入しておくことが必要です。



(2)安さに惹かれてレンタカーを選ばない

レンタカー会社といっても、世界中を網羅する大手から、その都市にしかない中小の会社まで形態や規模は様々です。料金の割安感に惹かれて会社を選ぶと、車のコンディションに問題があり、トラブルになる場合もあります。多少割高でも信用のおける会社を選ぶことが賢いレンタカーの利用法です。

(3)飲酒運転は当然ご法度

海外では、日本より飲酒運転の取り締まりが厳しくないと思われがちですが、ほとんどの国で飲酒運転は処罰されます。特にアメリカでは、最高1，000ドルの罰金や48時間の禁固刑など、厳しい罰則が待ち受けています。罰則が厳しい、厳しくないにかかわらず、飲酒運転は判断力の大幅な低下から大事故を生む可能性が最も高い要因です。海外でも、「飲んだら乗るな、乗るなら飲むな」という鉄則を守りましょう。

(4)慣れない夜間運転は事故のもと

●日本と交通事情が違う海外では、特に慣れない夜間運転は危険がいっぱいです。一歩郊外に出ると、夜は真っ暗で道も悪く、標識もほとんど見えない所が多くあります。事故に遭遇する割合も夜間が多いので、夜間のドライブはできるだけ避けましょう。

●治安の悪い所では、夜間ドライブ中の車を狙った強盗も頻繁に発生しています。夜間運転をする場合には、事故と犯罪の両面から細心の注意が必要です。

(5)交通ルールと標識は事前の確認を

●海外で車を運転する前に必ず確認しておきたいのが、その国の交通法規と標識です。自動車通行とハンドルの右側・左側の違いは当然ですが、特に交差点(右左折)のルールは国ごとに異なるので、事前に十分な確認が必要です。

●例えば、左側通行の大洋州では、日本と同様赤信号では左折できませんが、右側通行のアメリカでは、多くの州で赤信号でも一旦停止後、安全が確認できたら右折ができます。また、交通標識も国によって表示形式が異なるので、旅行先の主な交通標識を事前に調べておくことが必要です。

(6)日本とは大きく違う道路状況

●幹線道路以外はほとんど舗装がされていない場合や、信号や標識が少ない国など、道路を取り巻く状況は、国によって様々です。また、自転車や歩行者が車道を普通に通っているような国も多くあります。

●積雪地帯でも除雪をほとんど行わない地域、路肩の整備が非常に悪く、少しでも路肩に乗り入れれば横転するような地域も存在します。そのような地域では、基本的に運転は控えた方が賢明ですが、やむを得ず運転する場合には事前に現地の道路状況を必ず調べておくことが大切です。

●いくら現地の交通ルールに従って安全運転していても、運転マナーの悪いドライバーのせいで、思わぬ事故に巻き込まれることがあります。国によっては、飛び出しや信号無視、急発進、急停車などは日常茶飯事の所もあります。また、右折や左折のときに方向指示器を出さない国も見受けられます。

●自分が交通ルールを守っているからといって安心せず、日本にいるとき以上に慎重な運転を心がけましょう。

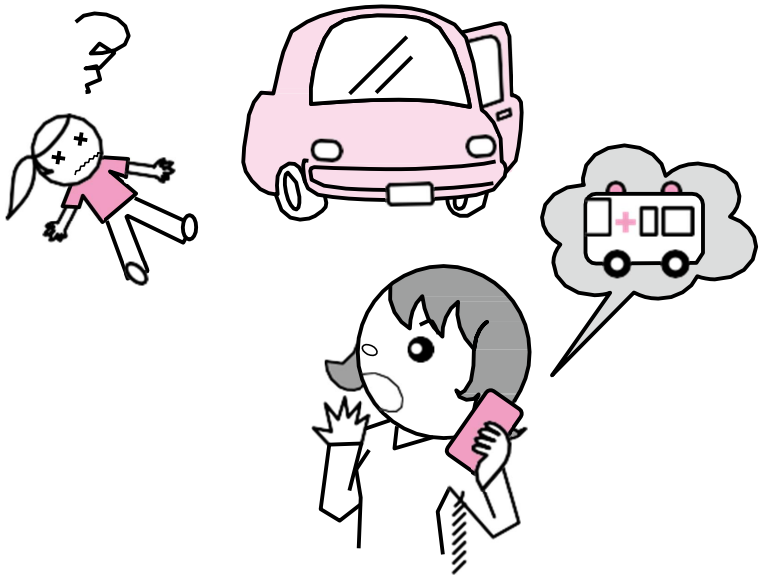
(7)国によってスピード表示が違う

アメリカなどでの見慣れないマイルのスピード表示に戸惑う人は多いかもしれません。時速55マイルは時速約88km、時速65マイルは時速約104kmです。また、アメリカでは州によって法定制限速度が違うので注意が必要です。国ごとのスピード表示を把握して、安全な運転を心がけましょう。

(8)もしも事故を起こしてしまったら

「街中で歩行者にぶつけてしまった」、「車同士がぶつかった」…。万が一、こうした事故を起こした場合、まず最優先でやらなければならないことは、負傷者の救助です。相手が負傷していた場合、自分が負傷していなければ、救急車を呼ぶ、救急車が来る前の応急処置をするなどの対応を行う必要があります。

ただし、例外として、一部の地域では、交通事故の加害者を集団で取り囲み暴行を加えたり、また、わざと車をぶつけて、相手が車から降りてきたところを襲う強盗犯罪(P59～60参照)など、無条件に降車することが非常に危険な場合もあります。このような場合には、周囲の状況を確認した上で降車するなど、ケースバイケースの対応が必要です。



(9)事故を起こしたら自分一人で解決しようとしない(レンタカー会社・保険会社に連絡を)

●速やかに警察、レンタカー会社、保険会社などに連絡をとり、指示が出るまで、当事者同士の議論は控えることが大切です。安易に謝ってしまうと、自分の非を認めたと受け取られかねません。レンタカー会社には所定の事故報告書に必要事項を記入して24時間以内に提出します。この報告書が保険金請求に非常に大切になります。

●海外旅行保険に加入し損害賠償の特約がある場合には、現地の駐在員からこうした手続きの支援を受けることも可能です。

六 自然災害に対する備え

いつ、どこで被災するとも分からない！

●世界的に気象災害発生件数、被災者数が増加しています。世界では、毎年約1億6千万人が自然災害に被災、約10万人が死亡（1970～2008年の平均）しており、最近10年間では、1970年代に比べて、発生件数、被災者数ともに約3倍に増加（内閣府「世界の自然災害の状況」）しています。また、暴風雨・洪水・干ばつといった世界の気象災害の数が、過去50年間で5倍に増加（世界気象機関（WMO））しています。

最近の大規模自然災害の発生状況（2023年～）

発生年月	国・地域及び内容	死者数
2023.2	トルコ・シリア地震	56,000名以上
2023.8	アメリカ ハワイ・マウイ島山火事	100名以上
2023.9	モロッコ地震	2,900名以上
2023.9	リビア洪水	5,000名以上
2023.10	アフガニスタン地震	約1,000名
2024.2	チリ中部森林火災	100名以上
2024.5	パプアニューギニア 北部地滑り	2,000名以上
2024.9	ベトナム・ミャンマー 台風11号による洪水等	500名以上
2024.9	アメリカ ハリケーン「ヘレン」	200名以上

ポイント

●事前の備えが大事

・出発前に十分な補償内容の海外旅行保険に加入する。

・旅行前に「たびレジ」（滞在期間が3か月以上の場合には在留届）に登録し、外務省や現地の日本国大使館・総領事館からの情報を受け取れるようにしておく。

・報道・関係機関からの最新の情報（天気予報など）を収集する。

・宿泊先に到着したら避難経路などを確認しておく。

・宿泊先での停電などに備え、懐中電灯やライター、飲料水、食料などを負担のない範囲で持参、用意しておく。

・避難することも想定し、パスポート、現金、雨具、携行用の水、食料などを準備し、いつでも持ち出せるようにしておく。

・LINEなどのSNS以外にも自分の携帯電話番号、旅行日程、宿泊先などの連絡先を家族や留守宅に残すとともに、旅先からも定期的に連絡する。

・緊急連絡カードを作って携行する。日本国大使館・総領事館や旅行会社オフィスなどの現地の緊急連絡先と、家族、所属先などの自身の緊急連絡先を記載したものを用意しておく。

ポイント（続き）

●災害発生時の対応

・報道・関係機関から最新の情報を収集する。

・「たびレジ」を通じて外務省や現地の日本国大使館・総領事館からの情報を注視する（緊急時には安否確認の連絡があります）。

・現地当局からの避難勧告や指示に従う。また、避難後に最寄りの日本国大使館・総領事館に連絡する。

・被災地では、略奪などの治安悪化の可能性があるとともにインフラ（電気や水など）の破壊、物資供給不足、交通機関の乱れ、通信網（電話など）の断絶などが発生しているおそれがあるため、極力近付かないようにする。

【参考資料】

・海外旅行を予定されている皆様へ（外務省海外安全ホームページ）
（https://www.anzen.mofa.go.jp/c_info/message.html）

・voicy海外安全チャンネル・りょーあん　#032
海外での自然災害に対する備えと発生時の対応
（https://voicy.jp/channel/3321/524319）

七 感染症と健康管理

感染症・風土病には要注意

●感染症の流行状況などにより、海外からの渡航者に対し、入国制限措置や行動制限措置がとられることがあります。そのため、渡航前に必ず現地の日本国大使館・総領事館又は各国の駐日大使館ホームページで最新の入国条件や入国後の行動制限に関する状況を確認するとともに、感染症危険情報についてもご確認ください。

●海外では、日本ではほとんど心配のない感染症や風土病が流行っている場合があります。特に近年、温暖な地域を中心に、デング熱が流行しています。感染症の中には、アフリカ地域などでの流行がみられるエボラ出血熱、マールブルグ病、エムポックス、ヨーロッパでも感染が確認されているクリミア・コンゴ出血熱など、感染すると生命の危険を脅かされるものもあります。感染症の流行や地域特有の風土病については、事前に外務省海外安全ホームページや厚生労働省検疫所ホームページで情報収集し、それぞれの病気に応じた対策を行うことが必要です。

・「感染症危険情報」とは？
（外務省海外安全ホームページ）
（https://www.anzen.mofa.go.jp/masters/kansen_risk.html）

・厚生労働省検疫所（FORTH）
（https://www.forth.go.jp/）

対策

- 日本を出発する前に必要な予防接種を受けておくこと。数回の接種が必要な予防接種もあるので、余裕を持った接種日程を検討しましょう。
- 動物・蚊やダニなどが媒介する感染症については、感染しないための対策をとること（予防薬、蚊帳、防虫スプレー、肌を露出させない長袖の着用など）。また、むやみに動物に触れたりしないこと。

海外で体調を崩す要因

（1）気候の違い

渡航先の気候により体調を崩すケースには、次のような場合が考えられます。

- 南半球と北半球・・・季節が逆
- 気温・・・日本と比べて暑い地域、寒い地域
  一日の寒暖差が激しい地域
- 湿度・・・砂漠などの乾燥地域
  一年中湿度の高い地域

（2）時差

旅慣れない旅行者は、旅行中、時差により睡眠不足、体調不良になる場合があります。時差の大きい地域へ行く場合には、2～3日前から旅行先の時刻を意識した生活をするなどの対策を心がけるとよいでしょう。

（3）衛生

現地の水や食事が身体に合わず、下痢や便秘を起こす例が多くあります。特に、衛生状態の悪い国では、生水や生ものは病原体に感染する原因にもなりますので、ご注意ください。

(4)精神的ストレス

海外での旅行中、言葉が通じなかったり、文化や習慣が違うことが原因で、ストレスがたまってしまうことがあります。

また、滞在期間が長期となる場合にも、海外生活特有の様々な悩みを抱えることがあります。

環境は人それぞれに違いますが、周囲と隔たりを感じる、家族や職場、学校、友人との関係でモヤモヤを感じるなど、人には言えない悩みや不安で苦しんでいたら、相談窓口にいつでも相談してみてください。

【相談窓口】

・あなたのいばしょチャット相談
(https://talkme.jp/)

・生きづらびっと
自殺対策支援センターライフリンク
(https://yorisoi-chat.jp/)

・チャイルドライン チャット
(https://childline.or.jp/)

・こころのほっとチャット 東京メンタルヘルス・スクエア
(https://www.npo-tms.or.jp/)

・BONDプロジェクト
(https://bondproject.jp/)

体調を崩すとどうなるか

(1)現地の感染症・風土病にかかりやすくなる

海外では日本にはほとんどないような感染症・風土病が発生していることが珍しくありません。そのような国で体調を崩せば、免疫力が落ち、病気にかかりやすくなります。

(2)遊泳事故・交通事故の原因

●長時間の移動や時差で疲労があるにもかかわらず、到着直後、体調を考えずにプールに飛び込んだり、ビーチで海水浴を行ったりすると、不慮の事故につながる可能性が高くなります。

●また、体調の悪い状態でレンタカーを長時間運転すると、居眠り運転や不注意で事故を起こす可能性が高くなります。

(3)注意力が散漫になり、犯罪被害に遭いやすくなる

体調が悪いときは、貴重品の管理もおろそかになり、スリや置き引きの被害に遭いやすくなります。また、海外で具合が悪いときに、優しく声をかけられて、つい相手に気を許し、窃盗や詐欺の被害に遭ってしまうこともあります。

体調を崩さないために

(1)「適度な食事」、「生水・生ものに注意」

●現地の食事がおいしくても、食べすぎて体調を崩してはいけません。海外では、一人前の量が日本より多く、また、日頃食べ慣れない食材も多くありますので、適度な量の食事を心がけることが大切です。

●現地の人が水道水を飲用している場合でも、旅行者が飲むと、体調を崩す場合が多くあります。飲料水は水道水より安全な市販のミネラルウォーターを利用し、食事は衛生状態の良いレストランで熱を通したメニューを選ぶことが基本です。特に、生ものを食べる場合には、慎重に食事場所を選ぶことが大切です。

（2）「十分な睡眠と休養」、「無理のない旅行日程」

●せっかく旅行に来たのだから、目一杯楽しもうと寝る間を惜しんで行動すると、結局体調を崩してしまうことになります。特に感染症が流行している地域では、感染を予防するためにも、十分な休養・睡眠をとることが大切です。

●短い期間で多くの場所を巡る旅は魅力的ですが、ともすれば疲労がたまり体調を崩す要因になってしまいます。自分の体力に合った旅行日程を立ててください（ツアー旅行の場合にはゆったりした日程のものを選ぶこと）。

現地の医療事情をしっかりと把握する

●海外では、医療技術や設備の水準が日本より低い場合があります。そのような国へ渡航する際は、重い病気やけがを負った場合に、現地の医療では対応できず、医療設備の整った国の病院へ緊急移送されるなどの事態も想定しておかなければなりません。このような事態に備えるため、緊急移送サービスの付いた海外旅行保険への加入をお勧めします（P30～31参照）。

●また、海外では、日本語はもちろん、英語も通じない医療施設も多いことに注意しておく必要があります。外務省ホームページでは、「世界の医療事情」として現地医療機関（日本語・英語対応が可能な機関を含む）の情報を掲載していますので、事前にご確認ください。

・世界の医療事情（外務省）
（https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/index.html）

⑧ もしもトラブルに遭ったら

盗難や紛失に遭ったとき

●盗難や紛失などの被害に遭ったら、まず現地の警察に被害の事実を届け出て、被害届の受理書（ポリスレポート）を受け取りましょう。この書類は、パスポートの発給申請や保険請求などの際に必要です。

※なお、クレジットカードを盗まれた場合には、不正使用のおそれがあるため、至急クレジット会社に連絡し、カードの無効手続きを行ってください。

●下記の図にある連絡先については、事前に確認の上、メモにして常に携帯するよう心がけましょう。

メモすべき連絡先

パスポート	最寄りの日本国大使館・総領事館
航空券	購入先の旅行会社・航空会社
各種カード類	カード発行会社
海外旅行保険に加入している保険会社	

大使館・総領事館のできること

●現地警察への届出に関する助言を行います。

●ご家族や知人からの送金に関する助言を行います。

●パスポートが紛失・盗難に遭い、緊急に帰国する必要がある場合、新しいパスポート又はパスポートに代わる「帰国のための渡航書」の発給を行います（要手数料）。

大使館・総領事館のできないこと

●金銭の供与

●クレジットカードの失効手続き、遺失物の捜索、現地警察への被害の届出の代行

●犯罪の捜査、犯人の逮捕、取り締まり

パスポートを紛失等した場合には、次の2つの手続きが必要です。

①紛失等したパスポートを失効させるための手続き（紛失届）

必要書類

・紛失一般旅券等届出書1通（大使館・総領事館にあります。）

・警察署の発行した紛失届受理証明書等又は消防署等が発行した罹災証明書等

・写真（縦45ミリメートル×横35ミリメートル）1葉

・本人確認書類（運転免許証等）（提示）

②新しいパスポート又は「帰国のための渡航書」の発給申請

必要書類

・一般旅券又は渡航書発給申請書1通（大使館・総領事館にあります。）

・戸籍謄本1通（申請日前6か月以内に発行されたもの）
・写真（縦45ミリメートル×横35ミリメートル）1葉
・その他参考書類（帰国日程が確認できる航空券、本人確認・国籍確認ができるもの）

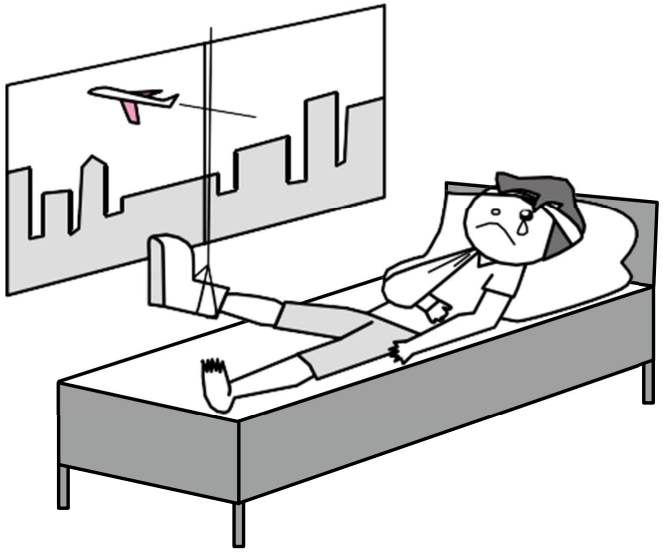
紛失・盗難に遭ったパスポートは、偽造されて不正な出入国に使われたり、国際的な犯罪に利用されたりするおそれがあります。犯罪に利用されないためにも、パスポートの管理は旅行先でもしっかりと行い、紛失しないようにしてください。

・日本国内及び海外でパスポートに関する申請手続きに通常必要な書類（外務省）
（https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/passport/pass_5.html）
・パスポートについて（外務省海外安全ホームページ）
（https://www.anzen.mofa.go.jp/c_info/passport.html）

事件・事故に遭ったとき

海外で日本人が事件・事故に遭ったり、緊急入院した場合、日本国大使館・総領事館では、被害の状況や要望に応じて、案内や助言、支援などを行っています。

日本国大使館・総領事館には、所在国の法律・主権による制約からできないこともありますが、様々な相談に応じ、解決方法について一緒に考えますので、困った場合には最寄りの日本国大使館・総領事館に相談してください。また、「もしも」のときにご家族がすぐに現地に駆け付けられるように、ご家族もパスポートをお持ちかどうか、是非ご確認ください。



大使館・総領事館のできること

●様々な相談に応じ、解決方法について一緒に考えます。
例えば、被害やけがの状況によっては、現地での届出や治療が必要となる場合があります。

●弁護士や通訳の情報を提供します。

●医療機関の情報を提供します。
例えば、日本人がよく利用する病院や日本語の通じる医者などを紹介します。

●ご家族との連絡を支援します。
例えば、ご本人による連絡ができない場合には、ご本人に代わり医師から病状を聴取し、ご家族へ連絡します。

●現地警察や保険会社への連絡の助言を行います。
例えば、ご本人による連絡ができない場合には、ご本人に代わり、警察に連絡します。

●ご家族の救援が必要な場合、日本にいるご家族ができるだけ早く現地に向かえるよう、必要な連絡や情報提供を行います。

●現地で治療が困難な場合、緊急移送に関する助言・支援を行います。
例えば、移送方法についての助言、移送会社への連絡を行います。

●死亡事件・事故の場合には、ご遺体の身元確認を行い、ご家族の意向を確認しながらご遺体の現地での荼毘、日本への移送に関する助言を行います。また、遺体（遺骨）証明を発給します。

大使館・総領事館のできないこと

●病院との交渉、医療費・移送費の負担、支払保証、立て替え

●犯罪の捜査、犯人の逮捕、取り締まり

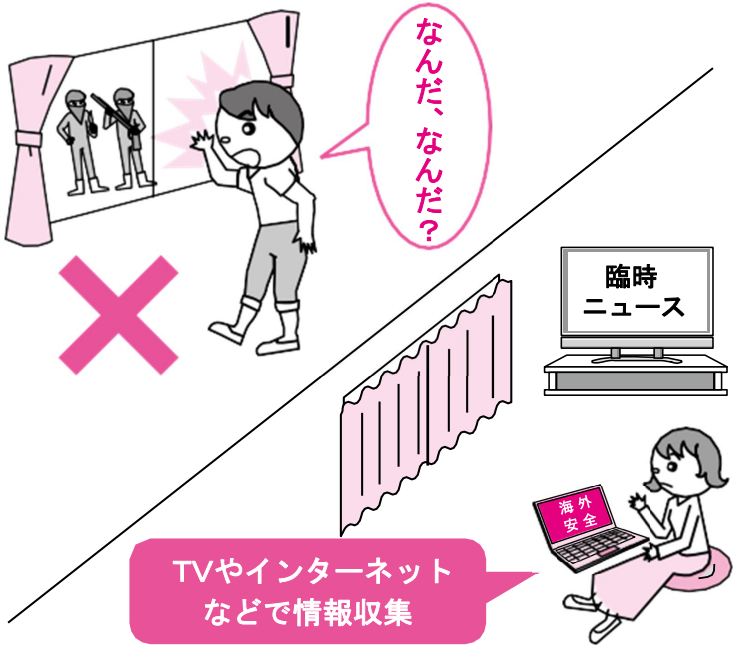
●相手側との賠償交渉

緊急事態に遭ったとき

●クーデターや暴動に遭遇し、ホテルの中で待機する際は、興味本位で窓の外の状況を見るといった行動は絶対に避け、窓やカーテンを閉め、明かりを消すなどして、できるだけ安全な状態・場所で待機することを心がけてください。

●外出中にテロや暴動に遭遇した場合、かなり混乱した状態が予想されます。決してパニックにならず、現場や群衆には近付かないようにし、早くその場を離れ安全な場所に避難することが大切です。

●車で走行中であれば、来た道を引き返し安全な場所に移動する、歩行中であれば、安全な建物や商店などに避難するなどした後、最寄りの日本国大使館・総領事館や日本のご家族に連絡してください。



大使館・総領事館のできること

●緊急事態の発生地に滞在する日本人の安否の確認に最大限の努力を払います。

3か月以上滞在する場合には、海外の住所が決まったら必ず在留届を提出してください。また、短期旅行の場合には、「たびレジ」に登録してください。緊急事態が発生した場合には、ご家族・所属先などへ無事であることを連絡してください。

●日本人の被害者がいる場合には必要な支援を行います。

例えば、緊急移送のため関係機関などへの連絡を行います。

●インターネット、SMS（ショート・メッセージ・サービス。一部の国と地域のみ）、Eメール、連絡網などを通じて最新の情報を提供します。

●退避を支援します。

例えば、危険情報の発出・退避方法についての情報提供などを行います。

大使館・総領事館のできないこと

●退避費用の負担（現金などを持ち合わせていない場合には、大使館・総領事館にご相談ください。）

逮捕・拘禁されたとき

大使館・総領事館のできること

●ご希望があれば領事が本人との面会又は連絡を行います。

●弁護士や通訳の情報を提供します。

●ご家族との連絡を支援します。

例えば、ご家族に連絡をとることができない場合、ご本人に代わり、ご家族に連絡します。

●差別的、非人道的扱いを受けている場合には、関係当局に改善を求めます。

大使館・総領事館のできないこと

●釈放や減刑などの要求（適正な法的手続きがとられている限り、関係当局に対して、特別な扱いを求めることはできません。）

●弁護士費用、保釈費用、訴訟費用の負担、貸付及びその保証

●取り調べや裁判における通訳・翻訳

行方不明になったご家族を捜したいとき

大使館・総領事館のできること

- 現地事情に合った捜査の方法、現地警察への照会、捜査願いに関する助言を行います。
- 犯罪に巻き込まれている可能性がある場合には、現地警察に対して捜査の申し入れを行います。

大使館・総領事館のできないこと

- 行方不明者の捜索活動

その他の困りごと・相談があるとき

大使館・総領事館のできること

- 様々な相談に応じ、解決方法について一緒に考えます。
- 弁護士や通訳の情報を提供します。

大使館・総領事館のできないこと

- 私的争いの仲裁、訴訟への介入
- 専門的な法律相談（領事は法律の専門家ではありません。）
- 通訳・翻訳（ただし、通訳・翻訳者の情報を提供します。）
- 外国査証、滞在許可、就労許可の取得の代行や口添え
- 在留国の行政機関への届出の代行・届出書類の翻訳
- 日本の年金や生活保護給付の申請代行
- 日本の運転免許証の発給・更新手続き

在インド大使館
91 (11) 46104610

在コルカタ総領事館
91 (33) 35076830

在チェンナイ総領事館
91 (44) 24323860

在ベンガルール総領事館
91 (80) 40649999

在ムンバイ総領事館
91 (22) 23517101

在インドネシア大使館
62 (21) 31924308

在スラバヤ総領事館
62 (31) 5030008

在デンパサール総領事館
62 (361) 227628

在メダン総領事館
62 (61) 4575193

在マカッサル領事事務所
62 (411) 871030

在カンボジア大使館
855 (23) 217161

在シェムリアップ領事事務所
855 (63) 963801

在シンガポール大使館
65-62358855

在スリランカ大使館
94 (11) 2693831

在タイ大使館
66 (2) 6963000

在チェンマイ総領事館
66 (52) 012500

在大韓民国大使館
82 (2) 21705200

在済州総領事館
82 (64) 7109500

在釜山総領事館
82 (51) 4655104

在中華人民共和国大使館
86 (10) 85319800

在広州総領事館
86 (20) 83343009

在上海総領事館
86 (21) 52574766

在重慶総領事館
86 (23) 63733585

在瀋陽総領事館
86 (24) 23227490

在青島総領事館
86 (532) 80900001

在香港総領事館
852-25221184

在大連領事事務所
86 (411) 83704077

在ネパール大使館
977 (1) 4526680

在パキスタン大使館
92 (51) 9072500

在カラチ総領事館
92 (21) 35220800

在バングラデシュ大使館
880 (2) 222260010

在東ティモール大使館
670-3323131

在フィリピン大使館
63 (2) 85515710

在ダバオ総領事館
63 (82) 2213100

在セブ総領事館
63 (32) 2317321

在ブルネイ大使館
673-2229265

在ベトナム大使館
84 (24) 38463000

在ホーチミン総領事館
84 (28) 39333510

在ダナン総領事館
84 (236) 3555535

在マレーシア大使館
60 (3) 21772600

在ペナン総領事館
60 (4) 2263030

在コタキナバル領事事務所
60 (88) 254169

在ミャンマー大使館
95 (1) 549644

在モルディブ大使館
960-3300087

在モンゴル大使館
976 (11) 320777

在ラオス大使館
856 (21) 414400

在オーストラリア大使館
61 (2) 62733244

在シドニー総領事館
61 (2) 92501000

在パース総領事館
61 (8) 94801800

在ブリスベン総領事館
61 (7) 32215188

在メルボルン総領事館
61 (3) 96794510

在ケアンズ領事事務所
61 (7) 40515177

在キリバス大使館
686-7502-1111

在サモア大使館
685-21187

在ソロモン大使館
677-22953

在トンガ大使館
676-22221

在ニュージーランド大使館
64 (4) 4731540

在オークランド総領事館
64 (9) 3034106

在クライストチャーチ領事事務所
64 (3) 3665680

在バヌアツ大使館
678-29393

在パプアニューギニア大使館
675-3211800

在パラオ大使館
680-4886455

在フィジー大使館
679-3304633

在マーシャル大使館
692-625-3311

在ミクロネシア大使館
691-3205465

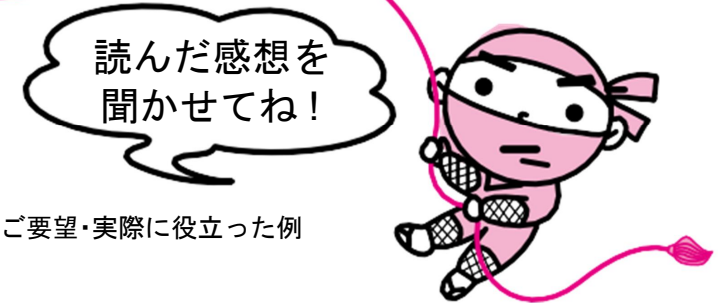
まとめ

この小冊子を読まれた皆様は、海外で日本人がどのような事件・事故に巻き込まれ、どういう対策が必要か、そして防犯や危機管理に対する意識の在り方について、理解していただけたのではないかと思います。

しかし、実際に海外の様々な国・地域を訪れ、海外生活に触れると、これ以外のトラブルにも遭遇する可能性は十分あります。

そのようなときでも、この中で繰り返し述べている「自分の身は自分で守る」という基本を忘れずに行動することが大切です。困ったときに最も頼りになるのは「自分自身」ということを常に思い返してください。

それでも万が一、事件・事故に巻き込まれた場合には、躊躇なく最寄りの日本国大使館・総領事館にご連絡ください。



この冊子に関するご感想・ご要望・実際に役立った例などをお寄せください。

メールアドレス：ryousa@mofa.go.jp

在アイスランド大使館
354-5108600

在アイルランド大使館
353 (1) 2028300

在アゼルバイジャン大使館
994 (12) 4907818

在アルバニア大使館
355 (4) 4547930

在アルメニア大使館
374 (11) 523-010

在イタリア大使館
39 (06) 487991

在ミラノ総領事館
39 (02) 6241141

在ウクライナ大使館
380 (44) 4905500

在ウズベキスタン大使館
998 (78) 1208060

在英国大使館
44 (20) 74656500

在エディンバラ総領事館
44 (131) 2254777

在エストニア大使館
372-6-310531

在オーストリア大使館
43 (1) 531920

在オランダ大使館
31 (70) 3469544

在カザフスタン大使館
7 (7172) 977843

在北マケドニア大使館
389 (2) 3118063

在キプロス大使館
357 (22) 394800

在ギリシャ大使館
30 (210) 6709900

在キルギス大使館
996 (312) 375515

在クロアチア大使館
385 (1) 4870650

在コソボ大使館
383 (38) 600995

在ジョージア大使館
995 (32) 2752111

在スイス大使館
41 (31) 3002222

在ジュネーブ領事事務所
41 (22) 7169900

在スウェーデン大使館
46 (8) 57935300

在スペイン大使館
34 (91) 5907600

在バルセロナ総領事館
34 (93) 2803433

在ラスパルマス領事事務所
34 (928) 244012

在スロバキア大使館
421 (2) 59800100

在スロベニア大使館
386 (1) 2008281

在セルビア大使館
381 (11) 3012800

在タジキスタン大使館
992 (44) 6005477

在チェコ大使館
420-257533546

在デンマーク大使館
45-33113344

在ドイツ大使館
49 (30) 210940

在デュッセルドルフ総領事館
49 (211) 164820

在ハンブルク総領事館
49 (40) 3330170

在フランクフルト総領事館
49 (69) 2385730

在ミュンヘン総領事館
49 (89) 4176040

在トルクメニスタン大使館
993 (12) 477081

在ノルウェー大使館
47-22012900

在バチカン大使館
39 (06) 6875828

在ハンガリー大使館
36 (1) 3983100

在フィンランド大使館
358 (9) 6860200

在フランス大使館
33 (1) 48886200

在ストラスブール総領事館
33 (3) 88528500

在マルセイユ総領事館
33 (4) 91168181

在ヌメア領事事務所
687-241855

在リヨン領事事務所
33 (4) 37475500

在ブルガリア大使館
359 (2) 9712708

在ベラルーシ大使館
375 (17) 2036233

在ベルギー大使館
32 (2) 5132340

在ポーランド大使館
48 (22) 6965000

在ボスニア・ヘルツェゴビナ大使館
387 (33) 277500

在ポルトガル大使館
351 (21) 3110560

在マルタ大使館
356 (27) 324-491

在モルドバ大使館
373 (22) 233380

在ラトビア大使館
371-67812001

在リトアニア大使館
370 (5) 2310462

在ルーマニア大使館
40 (21) 3191890

在ルクセンブルク大使館
352-4641511

在ロシア大使館
7 (495) 2292550

在ウラジオストク総領事館
7 (423) 2267481

在サンクトペテルブルク総領事館
7 (812) 3141434

在ハバロフスク総領事館
7 (4212) 413044

在ユジノサハリンスク総領事館
7 (4242) 726055

在アメリカ合衆国大使館
1 (202) 2386700

在アトランタ総領事館
1 (404) 2404300

在サンフランシスコ総領事館
1 (415) 7806000

在シアトル総領事館
1 (206) 6829107

在シカゴ総領事館
1 (312) 2800400

在デトロイト総領事館
1 (313) 5670120

在デンバー総領事館
1 (303) 5341151

在ナッシュビル総領事館
1 (615) 3404300

在ニューヨーク総領事館
1 (212) 3718222

在ハガッニャ総領事館
1 (671) 6461290

在ヒューストン総領事館
1 (713) 6522977

在ボストン総領事館
1 (617) 9739772

在ホノルル総領事館
1 (808) 5433111

在マイアミ総領事館
1 (305) 5309090

在ロサンゼルス総領事館
1 (213) 6176700

在アンカレジ領事事務所
1 (907) 5628424

在サイパン領事事務所
1 (670) 3237201

在ポートランド領事事務所
1 (503) 2211811

在カナダ大使館
1 (613) 2418541

在カルガリー総領事館
1 (403) 2940782

在トロント総領事館
1 (416) 3637038

在バンクーバー総領事館
1 (604) 6845868

在モントリオール総領事館
1 (514) 8663429

在アルゼンチン大使館
54 (11) 43188200

在ウルグアイ大使館
598 (2) 4187645

在エクアドル大使館
593 (2) 2278700

在エルサルバドル大使館
503-25281111

在キューバ大使館
53-72043355

在グアテマラ大使館
502-23827300

在コスタリカ大使館
506-22321255

在コロンビア大使館
57 (601) 3175001

在ジャマイカ大使館
1-876-9293338

在チリ大使館
56 (2) 23392200

在ドミニカ共和国大使館
1-809-5673365

在トリニダード・トバゴ大使館
1-868-6285991

在ニカラグア大使館
505-22668668

在ハイチ大使館
509-29185885

在パナマ大使館
507-2636155

在パラグアイ大使館
595 (21) 604616

在エンカルナシオン領事事務所
595 (71) 202287

在バルバドス大使館
1-246-538-5700

在ブラジル大使館
55 (61) 34424200

在クリチバ総領事館
55 (41) 33224919

在サンパウロ総領事館
55 (11) 32540100

在マナウス総領事館
55 (92) 32322000

在リオデジャネイロ総領事館
55 (21) 34619595

在レシフェ総領事館
55 (81) 30498300

在ベレン領事事務所
55 (91) 32493344

在ポルトアレグレ領事事務所
55 (51) 33341299

在ベネズエラ大使館
58 (212) 2623435

在ベリーズ大使館
501-8221202

在ペルー大使館
51 (1) 2199500

在ボリビア大使館
591 (2) 2419110

在サンタクルス領事事務所
591 (3) 3331329

在ホンジュラス大使館
504-22365511

在メキシコ大使館
52 (55) 52110028

在レオン総領事館
52 (477) 3434800

※最新の連絡先及び兼轄国における連絡先は外務省ホームページで確認してください。
https://www.mofa.go.jp/mofaj/annai/zaigai/list/index.html

日本国大使館・総領事館・その他の事務所リスト

海外旅行に行くときは

たびレジに必ず登録を！

「たびレジ」は、あなたの安全な海外旅行をサポートする外務省の無料情報配信・安否確認サービスです。

パスポくん

もしものために！

あなたの渡航先の大使館・総領事館から最新の安全情報をメールで届けます。

イザッというとき！

緊急時にはあなたの安否を確認します。

たびレジ　検索　いますぐ登録!! →

https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/index.html

2025.2（第24版）

在アフガニスタン大使館
93-202301041

在アラブ首長国連邦大使館
971 (2) 4435696

在ドバイ総領事館
971 (4) 293-8888

在イエメン大使館
966 (11) 4826880
（在サウジアラビア大使館内臨時事務所）

在イスラエル大使館
972 (3) 6957292

在ラマッラ出張駐在官事務所
970 (2) 2983370
（対パレスチナ日本政府代表事務所）

在イラク大使館
870 (772) 582-564

在エルビル領事事務所
964 (66) 210-5555

在イラン大使館
98 (21) 22660710

在オマーン大使館
968-24601028

在カタール大使館
974-4440-9000

在クウェート大使館
965-25309400

在サウジアラビア大使館
966 (11) 4881100

在ジッダ総領事館
966 (12) 6670676

在シリア大使館
961 (1) 989751
（在レバノン大使館内臨時事務所）

在トルコ大使館
90 (312) 4460500

在イスタンブール総領事館
90 (212) 3174600

在バーレーン大使館
973-17716565

在ヨルダン大使館
962 (6) 5932005

在レバノン大使館
961 (1) 89751

在アルジェリア大使館
213 (23) 375511

在アンゴラ大使館
244 (923) 167090

在ウガンダ大使館
256 (31) 2261564

在エジプト大使館
20 (2) 25285910

在エチオピア大使館
251 (11) 6671166

在エリトリア大使館
291 (1) 113516

在ガーナ大使館
233 (30) 2765060

在ガボン大使館
241 (11) 732297

在カメルーン大使館
237-222206202

在ギニア大使館
224-628683838

在ケニア大使館
254 (20) 2898000

在コートジボワール大使館
225-2720212863

在コンゴ民主共和国大使館
243-815554731

在ザンビア大使館
260 (211) 251555

在ジブチ大使館
253 (21) 354981

在ジンバブエ大使館
263 (242) 250025

在スーダン大使館
20 (2) 25285929
（在エジプト大使館内臨時事務所）

在セーシェル大使館
248-4399900

在セネガル大使館
221-338495500

在タンザニア大使館
255 (22) 2115829

在チュニジア大使館
216 (71) 791251

在ナイジェリア大使館
234 (90) 60009019

在ナミビア大使館
264 (61) 426700

在ブルキナファソ大使館
226-2537-6506

在ベナン大使館
229-2130-5986

在ボツワナ大使館
267-3914456

在マダガスカル大使館
261 (20) 2249357

在マラウイ大使館
265-885302222

在マリ大使館
223-44979220

在南アフリカ共和国大使館
27 (12) 4521500

在ケープタウン領事事務所
27 (21) 4251695

在南スーダン大使館
211-922671506

在モーリシャス大使館
230-4602200

在モーリタニア大使館
222-45250977

在モザンビーク大使館
258-21499819

在モロッコ大使館
212 (537) 631782

在リビア大使館
216 (71) 791251
（在チュニジア大使館内連絡事務所）

在ルワンダ大使館
250-252500884

その他の事務所

（公財）日本台湾交流協会　台北事務所　886 (2) 2713-8000
（公財）日本台湾交流協会　高雄事務所　886 (7) 771-4008