

安全の手引き

令和6年2月26日
在コルカタ日本国総領事館

目次

I. はじめに

II. 防犯の手引き

1. 海外生活における安全対策の基本心構え
2. インドにおける犯罪手口
3. 犯罪の被害から身を守るために、以下のようなことに気をつけてください
4. 犯罪に巻き込まれた場合の対応
5. 気をつけてください！（トラブルにならないために）
6. 住居における安全対策
7. 車で移動するときの安全対策
8. 生活面の安全対策
9. 交通事情と安全対策
10. テロ・誘拐対策
11. 健康管理
12. 旅券の紛失・盗難
13. 在留届、たびレジ

III. 緊急事態対処マニュアル

1. 平素の心構え・準備
2. 緊急時の行動
3. 緊急事態に備えてのチェックリスト
4. 緊急時の連絡先

I. はじめに

邦人が海外で事件や事故の被害者になるケースは引き続き多数発生しています。ひとたび海外で事件や事故に遭遇すると、現地は無論のこと、日本の御家族や多くの関係者に大変な心配をかけ、事後措置に多大な労力と出費を要することになります。海外で事件や事故に巻き込まれず、安全な生活を送るためには、滞在する国や地域の実情をよく把握し、普段から安全対策に十分留意することが肝要です。

この「安全の手引き」は、皆様が当館管轄州内（西ベンガル州、ジャールカンド州、ビハール州およびオディシャ州）で安全に滞在するための基礎的な情報を取りまとめたものであり、参考にいただければ幸いです。

II. 防犯の手引き

1. 海外生活における安全対策の基本的心構え

インドで邦人が事件・事故に巻き込まれた際には、現地警察による対応が基本ですが、警察による対応が日本と同じようにスムーズに行われることが期待できないことも想定されます。そのため、被害に遭わないようにすることが最も重要であり、そのためには以下の意識をもって日常生活を送ることが大切です。

- (1) 自分と家族の安全は自分達全員で守るとの心構えを持つ。
- (2) 「予防」が最良の危機管理であることを認識し、そのための努力を惜しまない。
- (3) 備えあれば憂いなし。常に最悪の事態を想定し、物心両面から準備を行ない万全の対策を講じておく。
- (4) 「目立たない」、「行動を予知されない」、「用心を怠らない」ことが安全の3原則。
- (5) 住居の安全対策が生活面での安全対策の基盤。
- (6) 精神衛生と健康管理に十分留意。体調の異変、精神面での不安がある場合には、早めにケアを。
- (7) 隣人、コミュニティー等との付き合いを通して現地社会と良好な関係を構築。

2. インドにおける犯罪手口

インドの都市部では、人口の集中、失業者の増大、貧富差の拡大を背景として、一般犯罪の発生件数が増加傾向にあります。窃盗、強盗、詐欺、強姦等の犯罪が発生しており、十分注意が必要です。

(1) 強盗・窃盗

わずかなスキを狙った事例、複数犯によるスリ（犯人の一人が旅行者の注意を引きつけている隙に、もう一方が所持品を盗む等）が発生しています。バスや電車等の公共交通機関内や駅などのパブリックスペースで置き引きに遭う例も多発していますので、どのような場所でも、自分の手荷物から手と目を離さないよう注意する必要があります。特にスマートフ

オンの使用中は手荷物への注意が散漫になりやすく、狙われやすくなるため十分にお気をつけください。

また、手荷物やスマートフォンのひったくり被害に遭い、抵抗により負傷するといった事案も発生していますので、十分にお気をつけください。

（２）睡眠薬強盗

日本人旅行者が、睡眠薬強盗の被害に遭った事例もあります。旅行中に親しくなったインド人から勧められた飲食物に睡眠薬が混入されていて、それを口にしたことで意識が混濁状態となったところで金品を盗まれるという手口です。見知らぬ者から勧められた飲食物は、決して口にしないでください。使用される睡眠薬は非常に強力で、入院となった事例もあります。

インドでは、嫌なものをはっきりと断れない日本人は格好の標的と見られています。数日間にわたり親切に接して信用を得た上で犯行に及ぶ例もあります。親切にされたことに對し過度に恩を感じず、警戒を怠らないことも肝要です。

（３）詐欺・ぼったくり

旅行者が、安易に見知らぬ者を信用し、物品購入やツアー参加を勧められ、クレジットカードを第三者に渡して詐欺に遭う事例や、高額な代金またはレンタルバイク等の保証金の支払いを強要される事例も複数発生しています。

特に個人で旅行をする方は、英語等最低限の語学力、インドに関する基礎知識を身につけた上で渡航するように心掛けてください。親切を装い近づいてくる人に対しては十分留意し、仲良くなったとしても少しでも怪しいと思ったらはっきりと意思表示することが極めて重要です。

コルカタ市内では、外国人旅行者が多く訪れる地域で詐欺・窃盗被害が多く発生しています。特にインド博物館前、バックパッカーが多く訪れるサダルストリート、ニューマーケット、マザーハウス付近は要注意地域です。このような場所では日本語を話すインド人集団が常に日本人旅行者をターゲットにしており、詐欺・ぼったくり、窃盗等の被害が後を絶ちません。

（４）偽造紙幣

当地でもオンライン決済が浸透しつつあり、現金を使用するケースは少しずつ減っていますが、インド準備銀行によればインド国内では引き続き偽造紙幣が流通しています。特に500ルピーの偽造紙幣が増加していますので、両替する際には、必ず銀行やホテル等信頼できる場所で換金してください。

（５）薬物関連

インド国内では、比較的容易に薬物が入手可能であるため、外国人旅行者を狙った薬物密売が発生しています。特にサダルストリート付近では、日本人を対象に「ハッパあるよ」等と日本語で声をかけてくるケースがあります。薬物所持・使用等の犯罪については、厳しい刑罰が科せられますので、絶対に手を出さないでください。

(6) 性犯罪

インド全土で、女性が性暴力等の被害に遭う事件が増えています。最近でも日本人を含む外国人女性を狙った事件が発生しており、過去には、邦人が多く訪れる都市や観光地で、日本人女性旅行者が性的暴行を受けた上に金品等を奪われる極めて悪質な事例が発生したこともあります。日本語で話しかけ、日本での滞在経験に言及するなどして旅行者を安心させてだます巧妙な手口や親しくなったインド人から勧められた飲食物に睡眠薬が混入されていて、それを口にしたことで意識が混濁状態となったところで性的暴行を加える手口等も発生しており、細心の注意が必要です。

女性の単独行動や夜間の不要な外出を避けるとともに、見知らぬ又は知り合って間もない者を安易に信用せず、少しでも不審に感じた場合には、はっきりと断るようにしてください。

(7) サイバー犯罪

近年、インドでは、サイバー関連犯罪が急増しています。偽サイト等によるなりすまし被害、OTP（ワンタイムパスワード）やUPI（決済システム）詐欺をはじめとしたサイバー関連犯罪が急増していますので、十分にお気をつけください。

3. 犯罪の被害から身を守るために、以下のようなことに気をつけてください。

(1) 身を守るための基本

- 日本では考えられないようなことが、突然起こり得ることを認識しましょう。
- 何かあったときにどうするか、普段から家族及び日本の関係者と話をしておきましょう。
- どんなに親切にされても、警戒を怠らないようにしましょう。
- 流暢な日本語で、甘い言葉やおだてを言う人には十分注意が必要です。
- 万が一犯罪の被害に遭った際には、身の安全を最優先に考えて行動しましょう。
- 生活の安全相談等はお気軽に総領事館に連絡してください。

(2) 住居の安全

- 泥棒を防ぐには、侵入しづらい1階（日本の2階）以上を選定の方がよいでしょう（特に一人暮らしの女性）。
- 住居の入口で相手を確認してから中に入れることができるよう、ドア・スコープ、ド

アチェーン、インターホンが設置された住居を選定することがよいでしょう。容易にドアを開けないようにしてください。

- 家にいるときも必ず鍵をかけましょう。「ちょっとそこまで」のときも必ずかけましょう。
- 外出時の施錠は必ず行ってください。玄関の鍵は二つ以上つけることをお勧めします。可能であれば、以前の住人が使用していた鍵は替えてもらいましょう。
- 車に乗る前には、不審者や不審点がないか点検しましょう。
- 長期間外出するときは、貴重品は家に置かない、或いは鍵のかかる場所などに保管するようにしましょう。
- 見知らぬ人からの手紙や荷物の開封には、十分注意しましょう。

(3) 外出時の安全

- スマートフォンを使用しながらの移動時は注意が散漫になりますので、周囲に気を配るようにしてください。
- 日本と異なる環境であることを理解し、ファスナー付のカバンを使用する、リュックは前面に背負う等、より一層の注意が必要です。
- 万が一被害に遭った際には、安全を最優先にし、必要以上に抵抗しないようにしてください。
- 過度に肌を露出した服装は控えましょう（特に女性）。
- 細い道や夜間の一人歩きは、できるだけ避けましょう。

4. 犯罪に巻き込まれた場合の対応

(1) 生命の安全が第一

万が一犯罪の脅威に直面するような事態に遭遇した場合、自身及び家族の生命を第一に行動することが大切です。いたずらに興奮したり、相手を刺激したりするような言動は最悪の事態を引き起こすおそれがあるので注意しましょう。

●強盗

複数の強盗に取り囲まれたり、銃や刃物を突き付けられたりして金品を強要された場合には抵抗してはいけません。無理な抵抗は避け、相手の要求に従う方が安全です。

●ひったくり

犯人と揉み合う可能性がある場合は抵抗せず、大声で助けを求めるなど周囲に事態発生を知らせましょう。

●自宅強盗・空き巣ねらい

犯人は凶器を携帯していることを念頭におき、抵抗せず、金品のありかを教えます。犯人の顔を直視したり、視線を合わしたりすることのないように注意し、両手を上に挙げるなど相手に抵抗しない意志表示を行いましょう。

(2) 警察緊急電話

警察緊急ダイヤルは「1 0 0」(日本の1 1 0 番に相当します)。警察通信指令本部につながりオペレーターが管轄警察署に事件発生を通報します。オペレーターには、事件の内容、住所・氏名、電話番号を正確に告げましょう。

(3) 被害届の提出

盗難事件等が発生した場合には、管轄警察署に被害届を提出します。特に様式は定まっていません。盗難等事実関係が詳述されており、署名があれば有効な被害届として受理されます。被害届は被害者が警察署へ赴いて提出するのが一般的で、当直警察官または刑事警察官が事情聴取を行います。被害届提出後は、その写しを入手しておくとともに、担当警察官の氏名、階級、電話番号を控えておきます。被害届の写しは盗難証明になります。

5. トラブル防止の注意点

(1) 写真撮影

許可を得ないで軍や警察関係施設の撮影はしないでください。無断で写真撮影している現場を発見されると、場合によっては逮捕・拘留されることもあり得ますので、撮影可否の確認をあらかじめ施設関係者に行うようにしてください。

寺院、博物館や美術館等においても、撮影可否を事前に確認し、不明であれば施設管理者に確認してください。

また、人物を撮影する際もトラブルになることがありますので、必ず了解を得てから撮影してください。

(2) 薬物犯罪

当国では、薬物犯罪に対する厳しい取り締まりが行われています。薬物の不法所持は、逮捕から裁判による判決まで長い時間(数年かかる場合もあります)がかかり、かつ厳しい刑罰が科せられます。

薬物犯罪に巻き込まれないためには、興味本位で薬物に手を出したりしないことは言うまでもなく、以下の点にも注意が必要です。

- 誘いには絶対に興味を示さない。

- 現地で知り合った人から荷物の運搬を依頼され、中身を確認せず安易に引受けると、出入国時に違法薬物が入っており、犯罪となります。違法薬物が入っていることが発見されて逮捕されることもあるので、知人などよほど信頼のおける人からでない限りはこのような依頼は引受けない。

なお、鎮静剤等の医薬品で、麻薬類の成分を含有するものを携帯する場合には、医師の診断書・使用許可証等を取得・携帯しておくことをお勧めします。本邦からインド国内へ

持参する場合には、持ち込みの可否を含めた必要手続を事前に関係当局へ確認してください。

(3) 集会

政治・宗教等に関する集会（デモ）が市街地で行われることが頻繁にあります。多くの人が集まる場所ではトラブルが発生しやすく、テロ等の標的となりやすいこと、また暴動・衝突に発展する可能性があります。

そのため、そのような集会に遭遇した場合には、不用意に近づかないようにする、撮影をしない等、自身の安全確保を最優先に、その場から離れるようにしてください。

6. 住居における安全対策

安全確保を最重要点とし、他人任せにせず、自分で物件（立地条件、家屋の形態（集合住宅か独立家屋か）、防犯上の問題点）を調査し、安易に妥協しないで選ぶことが大事です。

基本的には、独立家屋の場合、家の四方のうち、三方は別の住居に囲まれていることが望ましいといえます。例えば、隣や裏が空き地や公園である場合、不審者はそこから暗闇に紛れて住居に忍び込むこともできますし、家の中の様子を窺うこともできます。不審者が侵入しようとする場合、各々の住居の安全対策を比較し、最も侵入しやすい家を選びます。外壁に有刺鉄線が張り巡らされ、窓には鉄格子がはめられている等防犯対策がしっかりされている家屋への侵入は容易ではありません。

また、住居を借りる場合、家主が住居の安全対策に積極的であるか否かも選択時の決め手の一つになります。

アパート（集合住宅）は、防犯上、侵入箇所が制限されるという利点がありますが、一旦侵入されてしまうと外から隔離された密室になるという欠点もあります。入居の際は、入居者の状況、警備員の有無、玄関、ガレージ等出入り規制、玄関扉や通用扉の施錠設備（特に堅牢性）、介在する不動産業者や家主の信頼性等を慎重に確認する必要があります。

7. 車で移動するときの安全対策

(1) 車での移動

●車の乗降時と、駐車場から幹線道路に出るまでの間が最も危険で狙われやすくなっています。周囲に不審な人物はいないか注意し、少しでも異常を感じたら安全が確認されるまで乗り降りしないようにし、帰宅時も同様に周辺の安全を確認した上で駐車場に入れるようにしましょう。

●犯罪者にとって、毎日同じ時間・同じルートを使用する者は一番狙いやすい標的です。通勤や買い物などの行動をパターン化することを避け、経路や時間を変えるように心掛けましょう。

●目的地までの道路事情は前もって調べておき、脇道、人通りの少ない道は利用せず、で

きるだけ交通量の多い大通りを利用しましょう。

●道路では、他の車線からの攻撃から逃げられ、信号待ちの際に歩道側から不審者に襲われないためにもできるだけ中央寄りを走るようにし、車線の多い道路では中央レーンを走るように心掛けましょう。また、停車時に近づいてくる物乞い、物売り、車洗いなどにも注意を忘れないようにしましょう。

●走行中は全てのドアをロックし、窓は閉めておきます。無造作に車内に貴重品を放置してはいけません。追突事故や誘拐、襲撃などの危険性を考え、すぐに回避行動がとれるよう走行時、停車時を問わず車間距離を十分保つことが大事です。

●走行中の周囲の状況確認は運転手だけに任せることなく、同乗者全員が注意を払う必要があります。一人よりも複数の人間の方が周囲の状況を的確に判断できるからです。

(2) 運転手の教育

当地では、車の運転には様々な危険が存在するため、当地の交通事情を熟知した運転手を雇用するのが一般的です。運転手には、日頃から十分な安全運転教育を行うとともに、運転手自身がガードマンであるとの自覚を持たせるようにしましょう。運転手には常に車の側にいることを命じ、非常時の合図を決めておきましょう。

●乗用車

車を所有する場合、まず気をつけなければならないのは当地での交通ルールです。当地の道路は様々な乗り物、歩行者、動物が共存しています。車は激しくクラクションを鳴らし、バスやトラック等の大型車は正に道路上の王様のように横暴かつ危険な運転をします。

また追い抜こうとする車は後方から執拗にクラクションを鳴らしたり、ヘッドライトのパッシングをしたりと、遅い車を除外しようとしてきます。さらに強引な運転手は割り込み、危険な追い越しなどをしますので、その場合には事故回避のために彼らに道を譲ることをお勧めします。

ほとんどの運転手は前方には注意を払うものの、後方へ注意を払う事は極めて稀です。そのため前方の車に注意を与える際には、クラクションを鳴らすのが適当です。多くの道路が1または2車線で、その狭い中に種々の車が様々なスピードで行き来しています。事故を未然に防ぎ事故に遭った場合の損害を小さくするためにもスピードを控えめにして走ることをお勧めします。

●タクシー

空港やコルカタの主要駅には前払い制タクシー（プリペイド・タクシー）・スタンドがあります。前払いタクシーは完全に料金前払いで、支払った値段には深夜料金、運転手による荷物運び代などが含まれています。なお、空港などで待機しているタクシーや、出口

で声をかけてくるタクシーは料金を割増しして勧誘してくる場合があります、トラブルが多発していますので、前払い制タクシーの利用をお勧めします。

最近は Uber 等、アプリを利用するタクシーもあり、交渉や目的先の説明が不要等で、利用しやすくなっています。ただし、その場合であっても、女性の一人乗車や、夜間の利用はできるだけ控えることが無難です。

8. 生活面の安全対策

(1) 訪問者に対する注意

①訪問者があっても、すぐにはドアを開けず、ドア・スコープやインターホンで訪問者の身元を確認することが重要です。不審な同伴者はいないか、付近に不審者はいないかよく確認してください。また、ドアを開ける時には安全チェーンをかけたまま細めに開け、再度確認してからドアを開けるように心掛けましょう。

②予期せぬ品物が届けられてきた場合、危険物が入っていることもあり得ますので、配達人に送り主の確認をとりましょう。心当たりのない品物は配達人に返送するように指示します。

③物売り、電話、水道、電気、ガスなどの工事人などは、不用意に住居の敷地内に入れてはいけません。頼みもしない工事人が来た場合、必ず用件、事務所の名前、電話番号を聞き、身分証明書などによる確認を行い、更に事務所に電話で確認するくらいの用心が必要です。

(2) 使用人に対する注意

①使用人は家族と1日のうち長い時間を一緒に過ごし、家族に関する多くの情報に接する立場にあります。従って信頼できる使用人を雇用できるか否かは安全に生活を送るための重要なカギとなります。使用人を雇う際には、先ず身元調査を行い、使用人の経歴、家庭環境、財産状況などの情報を得ておくことが重要です。また、公的機関が発行した身分証明書などの写しを入手しておきましょう。

②使用人には、安全対策の心得を教え、繰り返し教育することが必要です。来訪者の警戒、電話応対時の注意、特に不在時における外部からの問合せに対する応対要領などを徹底的に教えておきましょう。

③使用人に隙を見せてはいけません。貴重品や現金を不用意に放置しておくことは、つい出来心で盗みを働かせてしまう結果となる可能性もあります。また、プライドを傷つけたり、恨みを買ったりするような言動は控えましょう。

④使用人が犯罪の手引きをする可能性もありますので、常日頃から使用人の言動、態度、外出時や休日の行動、心情の変化などに対する注意を怠らないようにしましょう。

(3) 家族の協力・注意

- ①家族の安全は家族全員が一致協力して守るとの心掛けが必要です。家族一人一人が住宅に異常を発見した場合の行動のとり方、緊急連絡先などは全員で確認しておきましょう。
- ②家族の行動予定、習慣、旅行の計画等をむやみに第三者に話さないようにしましょう。
- ③子供の安全については、当然のことながら日本にいるとき以上に注意を払いましょう。幼児の場合は、遊ぶ時は親が常に側にいるようにしましょう。子供の一人遊び、タクシー等の単独乗車は危険です。

(4) 外出時の注意

- ①外出前に使用人などに外部からの問合せがあった場合の返事の仕方、注意事項（居場所、帰宅予定時間を教えない）などにつき指導をしておきましょう。
- ②外出時は戸締まり、火の不始末がないか、ガスの元栓は閉めたか、今一度確認してから出掛けるよう習慣付けましょう。（使用人がいる場合）使用人に全てを任せて外出することは防犯上好ましくありません。
- ③休日の度に、同じ時間に出掛けることは、格好の標的になります。行動のワンパターン化は避けましょう。
- ④外出先では人込み、人通りの少ない裏通りなど危険な場所は避けましょう。思わぬトラブルに巻き込まれる可能性があります。また、社交や現地の人々がいる場では、現地の人々の悪口、民族種族的問題、宗教や文化、習慣等につき現地の人々の反発を買うような発言は避けましょう。
- ⑤日本における商習慣のように初対面の相手に名刺を配ることは、時には不用心になることもありますので、くれぐれも注意してください。

(5) 電話

- ①携帯電話に緊急連絡先リスト（総領事館、警察、病院等）を登録しておくと共に、携帯電話の紛失時に備え、必要な連絡先は別途メモしておくことで安心です。
- ②知らない電話番号からの着信の場合には、不審者が探りを入れるための電話である可能性もあるので、相手が名乗るまではこちらから名乗るのは避けましょう。
- ③間違い電話に対して不用意に名前等の個人情報教えることは、危険です。少しでも不審な感じを受けたら、電話を切りましょう。
- ④使用人が勝手に私用で電話を掛けていないか、不審な電話を受けていないか注意しましょう。
- ⑤使用人には家人不在中の電話の対応要領について指導しておきましょう。特にこちらのスケジュールなどを教えないように指導しておきましょう。

(6) 鍵

①鍵は防犯対策上の基本であり、その取扱には細心の注意を払いましょう。鍵は常時携帯し、自宅内でも机の上や誰も見つけやすい場所に掛けておくようなことはせず、一定の場所に保管しておきましょう。

②前の居住者がスペアキーを持っていることがありますので、可能であれば入居時はドアなどの重要な鍵は新しいものに交換するなどの用心が必要です。

③鍵を紛失した時は、必ず錠前を交換しなければいけません。錠前の取付けや予備鍵の作成は、信頼できる業者だけに委託することが大事です。

(7) 休暇などの際の措置と対策

①住居の鍵を信頼できる知人に預け、時々住居の状況を点検してもらったりすることは防犯上効果があります。使用人に鍵を預け室内を確認させることは使用人がよほど信頼できる場合のみとすべきでしょう。

②休暇中の予定、緊急時の連絡先は、会社の同僚や信頼できる知人にのみに教えておきましょう。

(8) 警備会社

インドにも警備会社が複数あります。独立家屋に入居している場合には、その中で信頼のおける警備会社と契約を結び、警備員を派遣してもらうことは防犯上役立ちます。

9. 交通事情と安全対策

(1) 交通事情

残念ながら道路事情、交通マナーとも状況は劣悪で、信号無視、二重追い越し、車間距離不保持、スピード超過等を原因とする交通事故が頻繁に発生しています。ドライバーの交通安全知識、交通モラルは低く、死亡事故多発の大きな要因となっています。

(2) 交通事故対策

ドライバーの交通モラルは特に劣悪なので、極力運転手を雇用し、自分で運転はしないことをお勧めします。どうしても自分で運転せざるを得ない場合には以下の対策を心がけてください。

①交通事故に遭わないためには、交通事情を十分に把握しておくとともに、一方通行などの交通法規を必ず遵守し、危険性を考慮に入れ防衛運転に徹することが最善の方策です。

②優先道路を通行しているからと漫然と交差点に進入すると、重大事故につながる危険性がありますので、合流する車両、車線変更する車両には十分な注意を払いましょう。

③運転中は車間距離を十分に取り、追突や衝突の危険を回避できるようにしましょう。

④免許証不携帯で運転すると、無免許と判断されますので必ず携帯してください。

⑤シートベルトは必ず着用しましょう。死亡事故の大半はシートベルト未着用が大きな

原因となっています。

⑥飲酒運転は罰金や禁固刑が科せられます。飲酒は判断力を低下させ、大事故につながりますので、絶対に行わないでください。

⑦夜間の運転はできるだけ控えるようにしましょう。日本で感じるよりも夜は路面が暗く、道路標識も読み取りにくいのが実状です。

⑧万一に備え自動車損害賠償保険と任意保険に加入しましょう。事故で怪我を負い、高額な医療費の支払いに苦勞される方は少なくありません。運転者を含め搭乗者全員及び第三者も保険の対象となる包括的な傷害保険に加入することをお勧めします。

(3) 交通事故発生時の措置

●まず落ち着いて警察や保険会社に連絡する。

事故発生直後はパニックに陥りがちです。とにかくまず落ち着きましょう。

●対物事故の場合、まず事故発生時間と現在地について確認しましょう。警察の出動を要請する場合に、この2点は不可欠です。また、相手に逃走されたりした場合のために、まず相手の「車両のナンバー」を記録しましょう。

●人身事故の場合、負傷者の救護が優先です。しかし、通行人や群衆に取り囲まれ乱暴を受ける等、時には身の安全に係わる事態に発展する可能性もありますので、その危険性を感じた場合は最寄りの警察署に駆け込む、或いは安全な場所に避難することが肝要です。安全を確認した上で、携帯電話等で下記の番号に電話し、救急車を要請するか、場合によってはタクシー等で負傷者を最寄りの病院へ搬送してください。

救急車の要請：102（この番号に電話すると救急車を手配してくれるか、最寄りの救急病院の電話番号を教えてください。）

(4) 24時間体制の病院

①Apollo Gleneagles Hospital（アポロ病院）

58, Canal Circular Road, Kolkata 700054

TEL：033-2320-2122

033-4420-2122

②Fortis Hospital（フォルティス病院）

730, Anandapur, E.M Bypass Rd, Kolkata 700107

TEL：033-6628-4444

③Woodlands Hospital（ウッドランド病院）

8/5 Alipore Rd, Kolkata 700027

TEL：033-4033-7000

④Belle Vue Clinic（ベルビュー・クリニック）

9, Dr. U.N. Brahamachari St, Kolkata 700017

TEL : 033-6688-8888

携帯電話 : 98361-93420

⑤Bhagirathi Neotia Women & Child Care Center (ネオティア婦女子センター)

2 Rawdon St, Kolkata 700017

TEL : 033-4040-5000~5002

⑥Calcutta Medical Research Institute (カルカッタ医学研究所)

7/2 Diamond Harbour Rd, Kolkata 700027

TEL : 033-2456-7700

033-4090-4090

⑦Mission of Mercy Hospital (マーシー病院)

125/1 Park St, Kolkata 700017

携帯電話 : 98316-59585

(5) 警察への通報

①相手と過失の議論をする前に、まず警察へ連絡しましょう。出先などで、警察署の管轄等がわからない場合が通常ですので、下記の警察連絡先へ電話しましょう。最寄りの警察署へ連絡してくれます。

●警察連絡先 : 100 (日本の110番に相当)

②警察には、「発生日時」、「発生場所」、「事故形態」、「負傷者の有無」、「現場処置」を連絡すれば足ります。事故の原因や過失の有無等を進んで申告する必要はありません。

③警察官が到着したら、警察官の「所属」、「氏名」、「階級」を聞いておきましょう (後日の問合せのため)。

④警察官の作成する「被害届」(FIR : First Information Report) のコピーは必ず入手しておきましょう。

⑤警察は、重大事故を除き現場検証等を行わず、関係者からの事情聴取と事故発生報告書を作成するだけです。警察では、当事者に交通違反がある場合には、これについて裁判所に事件を登録するだけで、「過失割合の認定」等は一切行いません。

警察に通報する理由は「保険金の請求」のために「事故証明」が必要であるためですので、現場でお互いの過失等を言い争っても何の得にもなりません。

(6) 相手の確認と証拠保全の措置

①相手の住所氏名等は運転免許証等で必ず確認しましょう。ドライバーだけでなく、車のオーナーについても必ず確認しておきましょう。電話番号の確認は後の交渉のために不可欠です (損害を補填できるのはオーナーです)。

②事故の過失の認定や損害程度を明確にするため、スマートフォンなどで証拠写真を撮影しておきましょう。

③後の交渉に有利に立つため、目撃者がある場合は必ず「住所・氏名・電話番号」を聞いておきましょう。

(7) 過去の事故事例からの教訓

●早期に現場離脱すること（必要な対応後）

日本の場合と異なり、インドでは事故そのものより「野次馬」の方が恐ろしいことがあります。不幸にして歩行者を轢いてしまったような場合には、野次馬が暴徒化し襲撃される場合があります。負傷者の救護が優先ですが、群衆に囲まれそうになった場合には、まず自らが安全な場所または最寄りの警察署に駆け込む等の自衛手段を講じることが肝要です。

●相手との交渉は、相手を車から降ろしてから

相手が飲酒運転等であった場合には、必ず逃げようとします。まず、車両ナンバー、車種、色をメモします。相手と話をする場合には、必ず相手を車から降ろして話をするか、車から出ない場合には「エンジンを切らせる」等の措置をとることです。不用意に車の窓越しに話をする、そのまま発進され怪我をするリスクがあります。

●現場では「I'm sorry」と言わない

自分に明らかな過失がある場合を除き、現場で決して謝ってはいけません。後日の示談等で不利益になります。現場では落ち着いて事故の状況を確認し、相互に必要な連絡先等の情報を交換するだけにしましょう。

●現場で示談交渉はしない

現場では冷静さを欠き、興奮しているので冷静な判断ができませんし、相手が英語を話せない場合など思わぬトラブルを招きます。また、1対1の交渉では不利益を招きかねません。示談は後日弁護士等と相談して行なう旨を先方に伝え、決して現場で示談交渉はしないようにしましょう。

●納得のいかない被害届等の書類にはサインしない

被害届等の書類は警察官が作成します。必ず「英語」で作成させ、内容を確認してからサインをしてください。ベンガル語で作成した場合、内容が不明な場合や納得行かない場合は、決してサインしないことが肝要です。

交通事故はどこでいつ起こるかわかりません。不幸にして事故に遭遇した場合は「慌てず」、「騒がず」、「謝らず」を基本に対処しましょう。

10. テロ・誘拐対策

インドは、着実な経済発展を遂げており、社会情勢は全般的に安定しています。他方、宗教間対立や多民族といった複雑な国内事情もあり、過激派組織も活動しており、テロ事件も発生しています。

日本人・日本権益を直接標的としたテロ事件は確認されていませんが、過去には、シリア、チュニジア及びバングラデシュにおいて日本人が殺害されたテロ事件や、英国、フランス、ドイツ、ベルギー、トルコ、インドネシア、フィリピン等、日本人の渡航者が多い国でもテロ事件が多数発生しています。このように、世界の様々な地域でテロがみられるほか、これらの主張に影響を受けた者による一匹狼（ローンウルフ）型等のテロが発生しており日本人・日本権益が標的となり、テロを含む様々な事件の被害に遭うおそれもあります。また、ショッピングモール、スタジアムや公共交通機関等、不特定多数の人が多く集まる施設等はテロの標的となりやすいことから注意が必要です。

このような情勢を十分に認識して、誘拐、脅迫やテロ等に遭わないよう、また、巻き込まれることがないように、海外安全情報及び報道等により最新の治安・テロ情勢等の関連情報の入手に努め、日頃から危機管理意識を持つとともに、状況に応じて適切で十分な安全対策を講じるよう心がけてください。

（１）爆弾テロ対策

- ①身近で爆発音を聞いたら、姿勢を低くして周囲の状況を確認後、避難する。
- ②身近で爆弾事件が発生したら、３００ｍ以上は避難する（第一の爆発をおとりにして、第二の爆発が起こる可能性がある）。
- ③避難する場所は、見通しの利く公園、空き地等を選定し、雑踏の中には逃げ込まない。

（ａ）企業における対策

- ①出入り口（正門）は、車両通行用と歩行者用を区別する。また、駐車場は、社員用と外来用を区分し、外来用は事務所建物から離して設置する。できれば事務所またはその周辺地直近の路上駐車を規制する。
- ②事務所は、来訪者の立入を認める区画と社員のみが立入ることができる区画を厳格に区分する。
- ③出入口には、警備員を配置し、人や車の出入規制を行う。また、定期的に警備員による敷地内巡回を励行させ、不審者や不審物の発見に努めさせる。
- ④事務所内外の整理整頓を心掛け、不審物の発見を容易にしておく。
- ⑤社員全員が不審物（放置荷物、手紙、小包等）に対し注意を払うよう指導しておく。
- ⑥ロビーや事務所等直近外周にはできるだけ植え込み等は設置しない。

（ｂ）住居における対策

- ①住居内外の整理整頓を心掛け、不審物の発見を容易にしておく。
- ②家族全員が不審物（放置荷物、手紙、小包等）に対し注意を払い、使用人には不審物発見の際の注意を指導しておく。
- ③住居やガレージは外部から不審者が近づけないよう工夫する。
- ④独立家屋の場合には、警備員を雇用し、住居の警戒に当たらせる。

- ⑤外出・帰宅時に住居周辺を見回し、不審物が置かれていないかよく確認する。
- ⑥夜間、自動車を長時間路上駐車することはできるだけ避ける。
- ⑦自動車に乗り込む際は、車体を一巡して異常がないか確認する。

(c) 爆破予告電話の対応

- ①爆破予告、脅迫電話を受けた場合はいたずらに興奮せず、まず落ち着いて通話内容を正確に聞き取る。
- ②通話は中断させず、質問形式により会話をできるだけ引き伸ばし、多くの情報入手（特に爆発物を仕掛けた場所、爆発時、仕掛けた目的等）を心掛ける。
- ③通話内容は詳細に記録しておく。

(d) 爆発容疑物（不審物）を発見した場合の対応

- ①速やかに容疑物（不審物）から遠ざかり、警察へ通報する。
- ②容疑物が小さくても軽視しない。
- ③容疑物は一つだけとは限らない。犯人は分かりやすい所に一個を仕掛け、他の爆弾から注意をそらせ、より大きな被害を発生させようと考えている場合があるので注意する。
- ④手紙や小包により爆発物を送り届けるケースも考えられます。開封した瞬間に爆発する可能性があります。住所・氏名等の記載内容、消印、切手等が不自然、アーモンドのような臭い、火薬臭、時計のようなコチコチ音がするなどが手紙爆弾等発見の着眼点です。

(2) 誘拐対策

多くの日本企業が海外へ進出する中、海外で誘拐に遭う懸念があります。ここインドにおいても例外と考える心掛けが重要です。実際に海外で誘拐されることは、交通事故に遭う比率よりもはるかに小さいと言えますが、万が一に誘拐が起きた場合の家族、企業、現地政府の心労・苦労、時間的・経済的負担は大変なものがあります。また、個人の誘拐事件が日本と当該国の外交関係まで影響を及ぼす可能性すらあります。従って、海外では各人がまず「セルフ・ディフェンス（自分の身は自分で守る）」の精神に則って誘拐の危険に応じた予防策をとることが極めて重要です。

(a) 誘拐兆候の発見が誘拐対策のキーポイント

誘拐犯は、事前調査（家族構成、行動パターン等調査）の段階で100%成功との確信が得られない限り誘拐を実行しません。従って、誘拐を実行する前には必ず前兆事案があります。前兆事案の具体的事例は次のとおりです。

- ①不審な電話が頻繁に架かってくる。
- ②電気検針等と称して訪問し、家族構成等を調べられている。
- ③通勤時にオートバイ等により尾行されている。

- ④会社、自宅周辺に見知らぬ人物や車両が徘徊している。
- ⑤脅迫文が届いている。

(b) 誘拐を防止する各種対策

- ①誘拐の兆候が感じられる場合は、会社と家族に知らせ、できる限りの予防策を講じ、万一の対応を決めておく。
- ②出勤時間やルートを時々変更し、単独行動は避け、同僚と行動を共にする。また、外出を控える等日常の行動面でも警戒を強める。
- ③子供をターゲットとする前兆事案が起きた場合は、学校関係者と緊密な協力体制を確立しておき、場合によっては学校を休ませる措置をとる。
- ④警備員を雇用して警戒を強化する。
- ⑤居住地域で明らかな前兆事案が起きた場合は、一時的にホテルに滞在する。
- ⑥警察に前兆事案について届出し、その信憑性の評価、対応措置について助言を求め、かつ住居の警戒や身の保護を要請する。
- ⑦自動車の乗降時、自宅から幹線道路までの間が最も危険、かつ狙われやすいので不審な人物や車両がいないか周囲をよく警戒する。

1 1. 健康管理

(1) 新型コロナウイルス感染症

新型コロナウイルス感染症は落ち着いていますが、引き続き健康管理には細心の注意を払うようにしてください。

(2) 伝染病

日本では殆ど発生していない伝染病でも、国、地域によっては珍しい病気ではないものがあります。インドもその例外ではなく、多くの種類の伝染病が存在します。しかし、当地の衛生事情をよく認識した上で適切な対策を講じれば健康な生活を送ることは十分に可能です。

伝染病は、その感染の媒介物によって次のとおりに分けられます。

- ①水や食べ物から感染する病気（経口感染症）
コレラ、腸チフス、アメーバー赤痢、A型肝炎他
- ②昆虫などが媒介となって感染する病気（昆虫媒介伝染病）
マラリア、デング熱、日本脳炎、ペスト他
- ③その他の感染経路で感染する病気
狂犬病、破傷風他

(3) 経口感染症

インドで最もありふれた病気で日常的に発生しています。これらの病気は、病原体が水あ

るいは食品と共に口から体内に侵入することによって起こります。

【予防策】

- ①食物は十分に熱を通して食べます。加熱はほとんどの病原体に対して有効です。
- ②生野菜は入念な水洗いが必要です。熱湯に20～30秒間浸すなどの処理も効果的です。
- ③卵はサルモネラ菌で汚染されている可能性がありますので、生で食べることは避けましょう。特に暑熱期には新鮮なものを購入する心掛けが必要です。
- ④病原菌の伝播者であるゴキブリ、ハエの駆除が必要です。
- ⑤使用人、コックが病気の感染源になることがあります。食品の取扱いや調理方法について繰り返し指導すると共に定期的に健康診断を受けさせましょう。病気の際は休みをとらせて、様子を見ましょう。

(4) 昆虫媒介伝染病：マラリア、デング熱、日本脳炎について

●マラリア

熱帯熱マラリア、三日熱マラリアがあり、前者は発病後直ぐに治療を開始しないと手遅れになり死亡するケースが多く、別名悪性マラリアと呼ばれています。マラリアで最も留意することは、原因不明の発熱や体調の不調が見られた場合、常にマラリアの可能性を考えて医師の診察を受け、血液検査をすることです。マラリアは早期診断が大切です。

●デング熱

邦人が多くかかる病気です。

ネッタイシマカ、ヒトスジシマカと呼ばれる昼間吸血性のヤブ蚊が媒介します。症状は突然の高熱で発症し、頭痛、悪寒、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感、吐き気、嘔吐、食欲不振などを伴います。3～5日目頃軽度の痛みを伴った細かい発疹が体に現れます。また、全身の出血症状を伴った「デング出血熱」は死に至ることもあります。特に小児がかかりやすい傾向にありますので、子供がデング熱にかかった場合は軽視せず専門医の手に委ねるのが賢明です。

●日本脳炎

日本脳炎はマラリアやデング熱同様、蚊を介して感染する病気で、突然の高熱、頭痛、嘔吐などで発病し、意識障害や麻痺等の神経系の障害を引き起こす病気で後遺症を残すことや死に至ることもあります。

【予防策】

- ①マラリア、デング熱、日本脳炎とも防蚊対策が最重点です。
- ②屋内外の溜まり水をなくしたり、殺虫剤を散布したりします。
- ③戸や窓に網戸を取り付け、蚊の侵入を防ぎます。

④屋内では蚊取り線香などをたきます。

⑤屋外では肌の露出をなるべく避け、露出部には虫除けスプレーを使用します。

(5) その他の伝染病

●狂犬病

犬、猫、狐、コウモリ、リスなどの哺乳類動物に噛まれて感染します。ただし、犬などが狂犬病にかかっていない限り感染することはありません。犬に噛まれたときはできるだけ速やかに水と石鹸を使って創傷をきれいに洗い流すことです。十分に洗ったらオキシドールやマキロンなどの消毒薬で消毒します。その後（遅くとも24時間以内に）医師の診察を受けて下さい。ワクチンの有効期間が短いため、以前に接種を受けた方も医師に相談しましょう。

●破傷風

土にまみれた深い傷を負ったときなどに感染します。地面に落ちていた釘や木片などが刺さってしまったときは要注意です。病原菌は嫌気性菌といって空気を嫌う菌ですので、傷全体が空気に触れるような浅い傷では感染しません。予防接種なしで感染すると死に至る病気です。10年に1度破傷風トキソイドを接種することで予防可能です。

(6) 日射病

ゴルフなど炎天下でスポーツをしたり、屋外で長時間働いたりするときは日射病に気をつける必要があります。一般に子供や老人はかかりやすいといわれています。日射病の予防と措置は次のとおりです。

①直射日光の下では必ず帽子を被りましょう。

②運動中はこまめに水分を補給しましょう。

③日射病にかかったら、体を冷やしましょう。風通しの良い日陰で横になり、衣服をゆるめて熱を体から逃げやすくし、十分な水分補給をしてください。

12. 旅券の紛失・盗難

(1) 被害届・遺失届の入手

旅券の盗難または紛失した現場を管轄する警察署に届出します。旅券の再発行手続等のためには、被害届等が必要になりますので、総領事館へご連絡ください。なお、インド国内で旅券の盗難または紛失した場合は、F R R O（外国人登録事務所）からの出国許可を取得する必要があり、数日間は出国できませんので注意ください。

(2) 旅券の発給

①一般旅券発給申請書：1通（総領事館窓口にあります）

②紛失一般旅券等届出書：1通（総領事館窓口にあります）

③写真2葉（縦45mm×横35mm）：背景は『無地』

④戸籍謄本（6か月以内に発行されたもの）：1通

⑤警察で入手した被害届・遺失届：原本

⑥手数料：毎年手数料が改訂されますので、当館HPで御確認いただくか、当館まで直接お問い合わせください。

その他：事情に応じ身元確認の書類等の提示を求めることがあります。

※なお、当館には旅券作成機が配備されておらず、旅券の作成は日本の外務省で行うため、通常時で旅券の交付は申請から約2週間～1か月程度要します（ただし、年末年始・ゴールデンウィークなど連休の直前に申請された場合等はそれ以上の時間を要することになりますので、御注意ください）。

（3）帰国のための渡航書発給

緊急の理由によって日本へ直行帰国する場合は、旅券の発給によらず「帰国のための渡航書」という旅券に代わる文書の交付を受けることができます。手続きは、旅券の発給に準じ、次のとおりとなります。手数料は当館までお問い合わせください。

①帰国のための渡航書申請書：1通（総領事館窓口にあります）

②紛失一般旅券等届出書：1通（総領事館窓口にあります）

③写真3葉（縦45mm×横35mm）：背景は『無地』

④戸籍謄（抄）本または本籍が記載された住民票写し（6か月以内に発行されたもの）：1通

⑤警察で入手した被害届・遺失届：1部

⑥帰国便が確認できる書類（Eチケットお客様控え等）

13. 在留届・たびレジ

（1）在留届とは

外国で滞在する際のいわば住民登録です。旅券法第16条により、外国に住所、または居所を定めて3か月以上滞在もしくは滞在予定の方は、居住地を管轄する在外公館に「在留届」を提出することが義務づけられています。なお、届出された個人情報 は 厳重に管理され、法令に基づく開示要請があった場合、違法行為があった場合、その他特別の理由のある場合を除き、利用目的以外の目的のために自ら利用し、又は第三者に提供することはありません。

（2）たびレジとは

たびレジは、海外旅行や海外出張など海外に短期滞在される方（海外に3か月未満滞在される方）が、旅行日程・滞在先・連絡先などを登録すると、滞在先の最新の渡航情報や緊急事態発生時の連絡メール、また、いざという時の緊急連絡などが受け取れるシステム

です。なお、登録した情報は上記以外の目的で使用されることはなく、御帰国後、1 か月後（登録者が希望された場合は1 年）にはすべての個人情報が消去されます。

（３）在留届やたびレジの活用

- ①事件・事故や思わぬ災害に巻き込まれた際の、また、緊急時に総領事館から連絡する際の資料となります。（在留届・たびレジ）
- ②「海外で事故にあったのでは」といった留守宅からの安否問い合わせに役立ちます。（在留届・たびレジ）
- ③旅券の切替、戸籍・国籍関係事務、各種の証明事務等の窓口サービスを受ける場合に活用されています。（在留届）
- ④在留邦人のための長期的な教育・医療等の施策を政府が検討する際の基礎的資料となっています。（在留届）

（４）在留届・たびレジの登録

在留届は電子届出が可能ですので、「在留届電子届出システム（ORR ネット）」サイト（<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/>）から届け出るようにしてください。

たびレジは、外務省ホームページ（<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/>）からインターネットで登録してください。

帰国、転居、家族の移動等在留届の内容に変更が生じた場合は、オンラインで帰国・転出等の登録を行うか、総領事館まで御連絡ください。

Ⅲ. 緊急事態対処マニュアル

海外で生活する上で決して忘れてならないのは、「自分の身は自分で守らなければならない」という心構えです。普段の生活では、心がけをよくすれば、自ら危険を避けることも可能ですが、戦争、内乱、クーデター、紛争、大規模災害等の緊急事態が発生した場合には、自分の力では思うようにいきません。そのような状況下では、すべてのサービスが受けられるとは限らず、日本と異なり意志疎通もうまく行かないのが普通です。

ここでは、こういった緊急事態にそなえて普段からどういうことをすべきか、いざ発生したときにどうするかなどについて、御案内します。

1. 平素の心構え・準備

(1) 連絡体制の確認

○緊急事態に際しての速やかな連絡体制確立のため、在留邦人の方は「在留届」及び当地から転出する際の「帰国・転出届」等の提出を励行してください。また、短期旅行者の方は、「たびレジ」への登録をお勧めします。

○在留届やたびレジは、緊急事態の際の連絡や安否確認のため不可欠な資料となります。在留届提出者は転居や電話番号等に変更があった場合には、速やかにオンラインで変更登録を行うか当館に御一報ください。

○緊急事態はいつ起こるとも限りません。予めそのような場合の家族間、企業内での緊急連絡方法・緊急時の集合場所を決めておいてください。また、お互いに所在を明確にしておくようにしておいてください（特に、旅行・出張時）。

○緊急事態発生の際は、当館から在留届提出者やたびレジ登録者へ緊急一斉メール等で情報提供を行います。また、通信網が遮断されると、インターネットやテレビからの情報収集が困難となることから、NHK ワールド・ラジオ日本も情報収集手段の一つとなります。

○日本の家族や関係者に、緊急連絡先（複数あればなおよいです）とともに緊急事態が起こったらどうするかを伝えておいてください。

○飛行機のチケットがすぐに購入できる場所（旅行代理店など）をチェックしておきましょう。

○車をお持ちの方は、まめにガソリンを補給して常に満タンにしておくことをお勧めします。

○車が使用できなくなったときに利用する交通手段や経路を調べておきましょう。

○新聞やテレビ、インターネットでニュースをチェックし、インドやその周辺国を巡る情勢について常に関心を持つようにしましょう。

(2) 一時避難場所及び緊急時避難先

内乱等による戦闘、騒乱に巻き込まれる可能性が生じた場合は、常に周囲の状況に注意

を払って情報収集し、危険な場所に近づかないことを心掛けてください。万が一、巻き込まれそうになった場合のとりあえずの避難場所について、予め頭に入れておくことが必要であり、自分の現在地（通勤先、通勤途中、自宅等）、事態の規模、性格（暴徒の攻撃対象）等幾つかのケースを予め想定して、各自で一時避難場所を検討しておいてください（外部との連絡可能な場所が望ましい）。

（３）緊急事態における携行品等、非常用物資の準備

○後述の「４．緊急事態に備えてのチェック・リスト」に記載した旅券、現金、携行品等最低限必要なものは、すぐに持ち出せるように予め纏めて保管しておきましょう。

○緊急時には一定期間自宅での待機をお勧めすることがありますので、非常用食糧等は家族全員が１０日間程度生活できる量を準備しましょう。

２．緊急時の行動

（１）心構え

緊急事態が発生し、または発生する恐れのある場合に、当館は、邦人保護の万全を期するため、情報収集、情勢判断及び対策の策定を行い、在留届記載の連絡先を通じて在留邦人の皆さまに随時通報致します。平静を保ち、流言飛語に惑わされたり、群集心理に巻き込まれたりしないよう注意してください。

（２）当館への通報等

不穏な状況等を感じた際は、直ちに当館に通報してください。他の在留邦人の方に対する貴重な情報となります。自分や自分の家族又は他の邦人の生命・身体、財産に危害が及んだ時、または及ぶ恐れがある時は、迅速かつ具体的にその状況を当館に通報してください。緊急事態発生の際には、お互いに助け合って対応に当たることも必要になります。当館より在留邦人の方々に種々の助力をお願いすることもありますので、その際は御協力願います。

（３）国外への退避

事態が悪化し各自または派遣先の会社等の判断により、あるいは当館の勧告により帰国又は第三国へ退避する場合、その旨を当館へ通報してください。（当館への連絡が困難である場合は、日本の外務省海外邦人安全課（電話：０３－３５８０－３３１１）へ通報するようにしてください。）

事態が切迫して当館より退避または避難のための集結をお願いした場合には、指定の緊急時避難先に集結してください。その際、しばらくの間、同避難先で待機する場合も想定されますので、可能な限り非常用食料等を持参してください。他方、緊急時にはご自身及び家族の皆様の生命・身体の安全を第一に考え、携行荷物は必要最小限にして頂くよう

お願いします。

3. 緊急事態に備えてのチェック・リスト

(1) 旅券

○隣国へ退避を行う可能性もありますので、旅券の残存有効期間を常に確認しておいてください。旅券は残存有効期間が1年未満となった段階で切替発給申請が可能となります。また、退避先によっては、入国にあたり、6か月以上の残存有効期間が必要になる場合がありますので、可能な限り、旅券の残存有効期間は常時6か月以上となるようにお手続きください。

○旅券と併せ、査証（ビザ）や外国人居住許可証等はいつでも持ち出せる状態にしておいてください。なお、出国や再入国に係る許可は常に有効な状態としておくことが必要です。

(2) 現金、貴金属、貯金通帳等の有価証券、クレジットカード

これらのものも緊急時には旅券とともにすぐ持ち出せるよう保管しておいてください。現金は、家族全員が10日間程度生活できる外貨及び当面必要な現地通貨を予め用意しておくことをお勧めします。

(3) 自動車等の整備

○自動車をお持ちの方は、定期的に時整備しておくよう心掛けてください。

○燃料は、十分入れておくようにしてください。

○車内には、懐中電灯・地図・簡易トイレ・ティッシュ等を常備してください。

○なお、自動車を持っていない方は、近くに住む自動車を持っている人と平素から連絡を取り、必要な場合に同乗できるよう相談しておいてください。

(4) 携行品の準備

避難場所への移動を必要とする事態に備え、上記（1）～（3）に加え、次の携行品を常備し、すぐに持ち出せるようにしてください。

○衣類・着替え（長袖・長ズボンが賢明。行動に便利で、殊更人目を引くような華美でないもの、麻・綿等吸湿性・耐暑性に富む素材が望ましい。）

○履き物（行動に便利で、履きなれた靴底の厚い頑丈なもの）

○洗面用具（タオル・歯磨きセット・石鹸等）

○非常用食料等

しばらく自宅待機となる場合も想定して、米、調味料、缶詰類、インスタント食品、粉ミルク等の保存食及びミネラルウォーターを、家族全員が10日間程度生活できる量を準備しておいてください。一時避難のため自宅から他の場所へ避難する際には、この

中からインスタント食品、缶詰類、粉ミルク、ミネラルウォーターを携行するようにしてください。

○医薬品

家庭用常備薬の他、常用薬（必要に応じて医師の薬剤証明書（英文）も用意）、救急キット（外傷薬、消毒薬、衛生綿、包帯、絆創膏など）、マスク等。

○ラジオ

FM放送、NHK海外放送（ワールド・ラジオ日本）、BBC、VOA 等の短波放送が受信可能な電池使用もの（予備電池も忘れずに）

○スマートフォン用モバイルバッテリー、充電機器、ケーブル等

○その他

懐中電灯、ライター、ローソク、マッチ、ナイフ、缶切り、栓抜き、紙製の食器、割り箸、固形燃料、簡単な炊事用具、ヘルメット等

5. 緊急時の連絡先

◎警察（全国共通）：1 0 0

◎消防（全国共通）：1 0 1

◎救急（全国共通）：1 0 2

◎在コルカタ日本国総領事館

住 所：55, M.N. SEN LANE, TOLLYGUNGE, KOLKATA 700 040, INDIA.

電 話：0 3 3－3 5 0 7－6 8 3 0（閉館時は、緊急電話受付につながります）

◎在インド日本国大使館

住 所：50-G, Chanakyapuri, New Delhi 110 021, India

電 話：0 1 1－4 6 1 0－4 6 1 0（24時間連絡可）

◎在ムンバイ日本国総領事館

住 所：No.1 M.L. Dahanukar Marg, Cumballa Hill, Mumbai, 400 026, India

電 話：0 2 2－2 3 5 1－7 1 0 1

◎在チェンナイ日本国総領事館

住 所：No.12/1, Cenetoph Road Ist Street, Teynampet, Chennai, 600 018, India

電 話：0 4 4－2 4 3 2－3 8 6 0～3

◎在ベンガルール日本国総領事館

住 所：1st Floor, Prestige Nebela, No.8-14, Cubbon Road, Bangalore, 560 001 India

電 話：０８０－４０６４－９９９９

◎外務省

住 所：東京都千代田区２－２－１ 海外邦人安全課

電 話：０３－３５８０－３３１１（代表）