

身を守るのは自分自身の責任です。

# 安全な海外旅行のヒント

## ◆海外安全ホームページをチェック！

予習が大切。あなたの行く国はどんな国？ どんなことに注意すべき？

## ◆海外安全情報メール配信サービス「たびレジ」に登録！

急な事件・事故にも対応できるように、いつでもどこでも最新の情報をお手元に。

## ◆意識を海外モードに！

海外では日本と違った危険が待ち構えています。いつも以上に慎重な行動を。

## 国際マナー、各国のルールを守りましょう

- 旅先では、その国の宗教、風俗、習慣を尊重し礼節を持って接しましょう。日本的な考え方を押しつけるのは禁物です。
- 空港、機内、ホテル、見学箇所等は公共の場です。他人に迷惑をかけないよう、節度ある行動を心がけましょう。
- 主なポイント
  - 喫煙と禁煙
  - 大声を出さない
  - 写真撮影（禁止場所）
  - 禁酒場所／酒乱行為
  - 薬物行為

## 出発前に、情報チェック・旅行中は、トラブルに注意

- 海外安全に関するお問い合わせは…  
外務省領事局 領事サービスセンター（海外安全相談班）  
TEL 03-3580-3311（代）内線2902  
03-5501-8162（直）  
（土日祝を除く 9:00～12:30、13:30～17:00）

- 海外安全情報は…  
外務省 海外安全ホームページ  
<http://www.anzen.mofa.go.jp/>



- たびレジ（旅行先情報を登録すると、いざという時、緊急情報提供を受けられるシステム）  
<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/>



- 感染症の流行情報や予防方法などは…  
厚生労働省検疫所「FORTH海外で健康に過ごすために」  
<http://www.forth.go.jp/>

## 海外旅行保険に加入をしましょう

- どんなに準備をしても事故・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。また、列車やバスなどの交通事故にいつどこで巻き込まれるかわかりません。
- 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することができないため、医療費が非常に高額になる事例が多いことも承知しておく必要があります。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なる場合があります。
- このため、海外旅行保険に必ず加入し、家族にも補償等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盛り込んでいます。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。

## ——— 事故発生率 28人に1人 ———

某保険会社のデータでは、2015年度は「28人に1人」が何らかの事故・病気等に遭われ海外旅行保険を利用しています。

例1：（アメリカで）空港到着後、呼吸困難を訴え救急車で搬送。49日間入院・手術。家族が駆けつける。9355万円

例2：（メキシコで）海に飛び込んだ際に頸椎を骨折。11日間入院・手術。医師・看護師が付き添いチャーター機で医療搬送。（保険金額不足／別途自己負担あり）……2000万円

# 楽しい旅の心構え

- お出かけの前に海外旅行保険へ加入しましょう。
- 日本にいるときと同じ気持ちで外国を旅行することは危険です。
- 自分の命と、持ち物は自分で守るという責任感を持ちましょう。

## 自分の身は自分で守る

### 危険な場所には近づかない

犯罪が多発する場所には不用意に近づかない。夜間の外出や一人歩きは避けるという用心が大切です。

旅券(パスポート)は日本国民であることを証する通行証。

人に預けず自己責任で管理すること。

旅券のコピーの携帯を認められている国では、現物は持ち歩かないようにすることも必要です。

### 多額の現金、貴重品は持ち歩かない

海外では、日本人は多額の現金や貴重品を持っているという先入観を持たれています。現金は少額にし、トラベラーズチェックやクレジットカードを使いましょう。

### 犯罪にあっても抵抗しない

注意はしていても犯罪に巻き込まれることもあります。海外では犯罪者の多くが凶器を所持しています。生命の安全を第一に考え、抵抗しない態度を示すことが必要です。

見知らぬ人を安易に信用しない。

旅行先で現地の人たちと知り合うことは旅の楽しさの一つですが、それにつけ込んだ多様で巧妙な犯罪は後を絶ちません。

麻薬へのかかわりは、どんな場所でも絶対避けること。

知らないうちに麻薬の運び屋にされていた、という事例もあります。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。

## 空港で

空港は旅行者を狙うプロのたまり場。

手提げカバンを置いたままスーツケースを取りに行ったりする一瞬のスキが狙われる。出迎え人を装った偽ガイドが親しげに、日本語で話しかけてくることもあるのでご用心。

必ず案内係の居るタクシー乗場から出るタクシーを利用しよう。空港から市内までのタクシー料金がおよそいくらか、確かめておくこと安心。事情に疎い旅行者を誘う“白タク”は法外な料金をとるものもあるので利用しない。

## ホテルで

ロビーでは置引きに注意。

チェックインやチェックアウトの際、カバン等を足元に置いて盗難にあうことが多い。

レストラン等で椅子にハンドバッグを置いたまま席を離れるのも危険。

## 貴重品はホテルのセーフティーボックスへ

貴重品は必ずセーフティーボックスに預けよう

見知らぬ人は絶対にホテルの自室に入れないこと。

室内では内側からロックし、ドアチェーンをかけたまま応対することが大切。

もしノックされたらドアのスコープから相手を確かめましょう。たとえホテル従業員のように見えても、頼んだ覚えが無ければ電話でフロントに確かめて決して不用意にドアは開けぬこと。

## 外出中、見物中に

スリ、置引き、ひったくりを防ぐには

グループでの犯行にご用心。たとえば、一人が時間を聞くふりをし、注意をそらしている間に、他の仲間がバッグから金品を抜き取る手口が多い。集団で取り囲んで身動きできないようにしてスリを実行する手口や、わざと飲物類を背広にひっかけ、親切にふきとるふりをして上着を脱がせ、金品を奪う手口もある。路上でいきなり背後から襲って金品を強奪する首絞め・羽交い締め強盗にも注意しよう。

### 増加する詐欺被害

いかさま賭博(トランプ詐欺)、宝石詐欺など様々な手口があります。また、ニセ警官にも注意。少しでもおかしいと思ったら、毅然とした態度で冷静に対処することが大切です。

### 犯罪被害を防ぐには

あらかじめ海外の犯罪手口を学ぶことが重要です。外務省の「海外安全ホームページ」では様々な手口の犯罪が紹介されています。

### 移動中に交通事故にあわないように

日本と比べて無免許運転等が多い国々もあります。

特に日本とは逆の右側通行には注意を。

### 交通事故を起こさないように

レンタカーを利用する旅行者が急増しました。慣れない左ハンドル・右側通行の道路を運転して交通事故を起こす例が多く見られます。

## もし盗難にあったら

まず、最寄りの警察署へすぐに届け出て、紛失・盗難届の受理証明書もらおう。

旅券を盗まれたら、上記の受理証明書を持って現地の日本大使館(領事館)へ行き、再発給申請を。再発給には、かなりの日数(10日以上)がかかるので、ご注意を。旅券がないと渡航先での国内移動ができません。航空券の紛失・盗難の場合は当該の航空会社へ。

## 病気・けが

### 健康が第一

旅行中かかり易いのは、下痢と風邪。軽い症状なら持参の薬のみ、早めに休むなどして、無理をしない。

### 医者にかかる

ホテルの場合はフロントに頼んで医者を呼んでもらおう。持病のある方は症状を英訳したものを持参すると便利。

### 飲み水

水道の水でも必ず安全とはいえません。ミネラルウォーターを利用しよう。

### 無理のない旅行日程

高齢者も多く海外旅行に行くようになりました。無理のないスケジュールを立て、体調管理を適切に行いましょう。

### 感染症(伝染病)、風土病には要注意

海外では、日本でほとんど心配の無い感染症がはやっていところがあります。事前に情報を収集しましょう。

## 緊急事態対策

### 不安定な国際社会

2001年9月11日の米国同時多発テロ事件に象徴されるように、最近はまだ比較的安定といわれていた国でも大きな事件が起きています。

### 危険な地域への渡航を控える

渡航を計画する際には、外務省の「海外安全ホームページ」で、目的に「危険情報」が発出されていないか確認しよう。

### 渡航前の最新情報チェック

比較的治安のいい国でも、突発的な事件の発生により一時的に治安が悪化する場合があります。最新の治安情報を把握しよう。

### 現地では

「危険な場所には近づかない」が鉄則です。

### 一定の傾向を知る

例えば、外国人の多いレストランやディスコ等がテロの標的に狙われやすいといった、一定の傾向が見られます。外務省の「海外安全ホームページ」でこれらの傾向を知りましょう。