

安全の手引き

2019年版

在ブルガリア日本国大使館

目 次

I	はじめに	1
II	防犯の手引き	1
1	基本的な心構え	1
	(1) 「自分の身は自分で守る」	
	(2) 在留届と「たびレジ」	
	(3) 安全三原則の遵守	
2	ブルガリアにおける犯罪発生状況	4
	(1) 一般犯罪発生状況	
	(2) 邦人の犯罪被害発生状況	
3	防犯のための具体的注意事項	4
	(1) 住居の安全対策	
	(2) 外出時の安全対策	
	(3) 生活面の安全対策	
4	交通安全対策	10
	(1) ブルガリアの交通事情	
	(2) 事故防止のために	
	(3) 交通事故時の措置	
5	テロ・誘拐対策	12
	(1) 現状	
	(2) 具体的対策	
	(3) 爆弾対策	
6	原発事故対策	14
	(1) 当国の原発状況	
	(2) 原子力事故の基礎的知識	
	(3) 発生直後の一時的被ばく防止対策	
7	緊急時の連絡先	15
III	緊急事態対処マニュアル	16
1	平素の準備と心構え	
2	緊急時の行動	
	(参考資料)	
	別添 1 緊急時連絡先一覧表	
	別添 2 航空会社一覧表	
	別添 3 緊急事態に備えてのチェックリスト	
	別添 4 ソフィア市管区警察署リスト	
	別添 5 とっさのブルガリア語	

I はじめに

ブルガリアには毎年5月頃に行われるバラ祭をピークに1万人前後の日本人旅行者が来訪しています。ブルガリアの治安情勢は決して悪くはありませんが、観光客が多く集まる観光名所では外国人観光客を狙ったスリや、クレジットカード等のスキミング被害が多発しており、滞在中の行動には十分に注意する必要があります。

この「安全の手引き」は、皆様の滞在がより安全なものとなるよう、これまでに当館が入手した事件・事故に関する届出や地元警察からの情報等をもとに作成しました。既にご承知の情報等もあるかと思いますが、改め安全に注意していただき、皆様のブルガリアでの滞在が楽しいものになるよう、外務省の海外安全ホームページ（<http://www.anzen.mofa.go.jp/>）と併せて活用いただければ幸いです。

II 防犯の手引き

1 基本的な心構え

(1) 「自分の身は自分で守る」

日本人は多額の現金等を所持していると思われており、犯罪者からすれば格好のターゲットとなります。

こんな事はありませんか？

- 人前で財布を取り出しお札を数えたりしていませんか？
- 女性が夜間に一人歩きをしていませんか？
- 夏場に暑いからと窓を施錠せずに就寝していませんか？
- 子供達だけで外で遊ばせていませんか？
- 買い物をした際に、お釣りを確認せずに財布に現金を入れていませんか？

等々、日本では普通に行っている行為も、海外生活を送る上では細心の注意が必要です。

また、日頃から事件・事故情報に関心を持ち、自分だけは大丈夫と思い込まず、常に危険と隣り合わせという意識を持ってください。

安全は誰かが確保してくれるものではなく、「自分と家族の安

全は、各々が自ら守る」という強い心構えが必要です。

(2) 在留届と「たびレジ」

ア 在留届～ブルガリアに3ヶ月以上滞在される方～

在ブルガリア日本国大使館では管内において大規模な事件・事故等が発生した場合、必要に応じて在留届をもとに皆様の住所や緊急連絡先への安否確認を行います。ブルガリアに3ヶ月以上滞在される方は、在ブルガリア日本国大使館に在留届を提出して下さい。在留届は大使館領事窓口に直接提出いただく方法の他に、インターネットによる届出も可能です。詳細は在ブルガリア日本国大使館のホームページをご確認ください。

(http://www.bg.emb-japan.go.jp/jp/embassador_questions/certificates_stay_bg/index.html)

イ たびレジ～ブルガリアへの渡航が3ヶ月未満の方～

たびレジは、海外に渡航する際、滞在先の最新の渡航情報や緊急事態発生時の連絡をメール等で受け取れるサービスです。

このサービスを利用するには外務省のホームページに開設されている「たびレジ」のサイトで旅行日程・滞在先・連絡先などを事前に登録しておく必要があります。海外への渡航が3ヶ月未満の旅行や出張の場合には、「たびレジ」への登録をお願いします。

「たびレジ」の詳細は外務省ホームページをご確認下さい。

(<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/>)

ウ たびレジ簡易登録

旅行日程はまだきまっていないが海外安全情報は入手したいという方や企業向けのサイトです。こちらのサイトでメールアドレスと情報を入手したい国・地域を指定(複数指定可)すると、指定国・地域の最新海外安全情報や在外公館が発出する緊急通報をメールで入手することが出来ます。

(<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/>)

(注)簡易登録で登録された方は安否確認サービスの対象とはなりませんので、実際にご旅行・出張される場合には「たびレジ」

への登録をお願いします。

(3) 安全三原則の遵守

「目立たない」, 「行動を予知されない」, 「用心を怠らない」

この三原則を守って生活することはそう簡単なことではありませんが、これは犯罪のターゲットにならずに安全に生活するための三原則となります。

ア 「目立たない」

必要以上に華美な服装, 装飾品を着用することや, 反対に旅行者であることを必要以上に目立たせる, バックパッカースタイルも場合によっては気をつけるべきです。

高額商品を購入後に携行して歩く, 目立つ自動車を乗り回す, 公共の場(レストラン, バーなど)において大声で騒ぐ, 通じないだろうと高を括り日本語で現地の悪口を言うことなどは, 目立つばかりでなく, あえて狙われる原因を作っていることにもなります。

また, 必要以上に「日本人であること」や, 住所・電話番号・家族構成等の個人情報を第三者に伝えることも, 犯罪者に有益な情報を与えることに繋がります。

イ 「行動を予知されない」

通勤, 通学, 買物等での外出時の行動をパターン化することは, 犯罪者に容易に攻撃機会を与えることとなります。経路や時間を含め, なるべく行動パターンを予測されにくくすることが重要です。

ウ 「用心を怠らない」

生活を開始した当初は注意をしていますが, 数ヶ月, 数年と生活し, その地での生活に慣れてくると緊張感が薄れて行動範囲・時間帯に対する警戒がゆるみ, 思わぬ被害に遭うことがあります。常に危機意識を持ち続けることが肝要です。

2 ブルガリアにおける犯罪発生状況

(1) 一般犯罪発生状況

当国内務省の発表によれば、2017年の犯罪認知件数は約10万6,659件で、前年比2.8%増となっています。

在留邦人並びに日本人旅行者が比較的少ないこともあり、日本人が犯罪被害に遭うケースが多発しているとは言えませんが、油断は禁物です。凶悪犯罪の発生率を日本と具体的に比較すると、殺人が約4倍、強盗が約15倍、放火が約23倍、略取誘拐・人身売買が約17倍にもなります。また、日本において刑法犯の約7から8割を占める窃盗の発生率は日本と同程度となっていますが、ブルガリアにおいては軽微な窃盗被害の場合は警察に被害届を提出しないことが多く、スリや置引き等が常態化していることから考えれば、実際の窃盗被害は統計よりかなり多く発生していると考えられますので、特に注意が必要です。

(2) 邦人の犯罪被害状況

邦人が被害に遭いやすい犯罪としては、路面電車等の公共交通機関内、店舗内及び路上でのスリ及びひったくり被害、飲食店内での置き引きが最も多く発生しています。また、長距離電車及びバスを利用し、眠っている間に荷物を盗まれる仮睡者ねらいも発生しています。

睡眠薬を仕込んだ飲食物を利用した睡眠薬強盗事件については、近年の発生はありませんが、数年前には邦人旅行者が被害に遭うケースが散見されました。また、未だ日本人や女性を狙ったグループが存在していますので、注意が必要です。

3 防犯のための具体的注意事項

(1) 住居の安全対策

住居を選ぶ際は、安全確保を第一とし、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切です。以下のような点にご注意下さい。

○ 家屋の形態（防犯対策上、集合住宅で3階以上が望ましいと言えます）

- 立地条件（周辺の治安情勢，通勤・買い物等の安全なルートの確保等）
 - 建物構造・設備（管理人，警備体制，来訪者の確認方法，照明，駐車場等）
 - 入口扉，窓及び居室（二重錠，覗き穴，インターフォン，窓鉄格子，照明，警報装置（※警備会社との契約には別途費用がかかります））
 - 所有者・管理人等の信頼性（防犯のための協力が得られるか）
- （２）外出時の安全対策

外出時には，窃盗犯や場合によっては強盗犯や誘拐犯の待ち伏せ等により，直接の被害者又は巻き添えとなる危険性が大きいことから，**ＴＰＯにあわせた警戒を怠らずに行動**することが大切です。

ア 一般的なチェックポイント

- 危険な地域・場所には近づかないようにしましょう。
- 出来るだけ単独での外出は避け，複数で行動しましょう。
- 華美な身なりは控え，目立つ行動は避けましょう。
- 必要以上の現金等を持ち歩かないようにしましょう。
- 夜間は徒歩での外出を極力避けましょう。
- 子供だけで外出させないようにしましょう。
- 特に女性や子供は防犯ブザー等を携帯しましょう。
- けん銃や刃物を突きつけられて現金等を要求されたら，無駄な抵抗は絶対にしてはいけません。（**生命第一に考えましょう。**）

イ スリ，ひったくり対策のチェックポイント

- 公共交通機関（バス，トラム，トロリーバス，列車，地下鉄等）を利用する場合は，昼間，空いている車両を利用し，混雑時や夜間の利用はなるべく避けましょう。また，バッグ等の携行品は人混みの方にさらさず，体の前で保護しましょう。特に，空いている時に取り囲むようにしてわざとらしく数名で近づく若者の集団に気をつけましょう。

- カッターナイフ等で斬りつけられても破れにくい素材で、かつ外部から開けにくいバック等を持つようにしましょう。
- 常に周囲に気を配り、一箇所に立ち止まらないようにしましょう。
- 不審者、変質者等の存在に気が付いた時は避けて通りましょう。いざというときは商店等に駆け込むことも考慮しましょう。
- 路地裏、人気のない場所の通行は出来るだけ避けましょう。
- 公共交通機関内で寝ることのないようにしましょう。

ウ 置き引き対策のチェックポイント

置き引きとは、スーツケース、バッグ等の荷物など自分の周辺に置いていたものが持ち去られる被害です。主に空港、駅、ホテル、レストラン、商業施設など人の多く集まる場所で、つい荷物から目を離してしまうような場所で発生します。荷物は常に監視下に置きましょう。

エ スキミング対策のチェックポイント

- クレジットカードを安易に店員に預け、目の届かない場所で決済されることのないようにしましょう。
- 路上に設置されたATMの利用は避けましょう。
- 暗証番号を入力する際は、必ずもう片方の手で押している番号を隠しましょう。

オ ニセ警察官対策のチェックポイント

- 警官と名乗る者に職務質問を受けた場合で、警察官であることに不審な点があれば身分証明書の提示を求めたり、最寄りの警察署あるいは日本大使館への同行を促したりして反応を見ることが重要です。
- 旅券、IDカードの提示に安易に応じないようにしましょう。不審に思ったらその場で警察に電話し、自ら本物の警察官を呼ぶようにしましょう。（ただし、その後正規の警察官と判明した場合には出来るだけ協力することが重要です。）

オ 自動車盗難対策のチェックポイント

- 可能な限り、シャッター付駐車場で保管しましょう。
- アラーム、ハンドルロック等の盗難防止機材を取り付けましょう。
- 運転席から離れる際は、必ずキーを抜きドアをロックしましょう。
- リモコン式キーのロック信号を妨害する機器も出回っているため、車から離れる前にロックがかかったことを必ず確認しましょう。
- 駐車中、運転中を問わず、貴重品・バッグ・書類等を外から見える場所に置かないようにしましょう。
- 外出先で駐車する場合は、出来るだけ守衛がいる駐車場を利用しましょう。やむを得ず路上駐車する場合は、明るく通行者（車）が多い場所を選びましょう。

(3) 生活面の安全対策

ア 家族の協力、家族の注意

- 家族の安全は、家族全員が一致協力して守るという心掛けが必要です。
- 家族で日頃から安全に関する話し合いをし、子供にも適時適切に指導・教育を図りましょう。（犯罪発生状況、異常発見時の措置、緊急連絡先の確認など）
- 家族の日程、習慣、旅行計画、その他の行動計画は、他人にむやみに話さないようにしましょう。
- 子供が外で遊ぶときは、常に親が側にいて目を離さないようにしましょう。
- 全員の行動、居場所を常に把握し、いざという時はお互いに連絡が取り合えるようにしておきましょう。

イ 訪問者に対する注意

- 簡単にドアを開けてはいけません。
まず覗き窓やインターフォンで、訪問者の身元を確認します。事前の訪問を告げないで来た場合で、かつ身元がわからない場合は、思い切って無視や、拒否することも必要です。

- 予期せぬ配達物は、なるべく受け取らないようにしましょう。また、受け取る場合でも配達人に不審な点がある場合は、荷物を扉の外に置くよう指示し、配達人が立ち去った後、周囲の様子を確かめてから扉を開けるようにしましょう。荷物についても慎重に取り扱しましょう。
- 見知らぬ者（物売り、工事人等）が来た場合は、扉越しに用件、事務所名、電話番号を聞き、場合によっては事務所に電話で確認する位の用心が必要です。

ウ 使用人に対する注意

- 使用人の雇用は、信頼できる人から紹介を受けることが一番よい方法でしょう。
- 可能な範囲で、経歴、家庭環境、財産状況などの情報を得ておくことも重要です。
- 来訪者への警戒、電話応対時の注意、家人不在時の問い合わせに対する対応要領等、家族同様しっかりした安全対策の心得を教え、指導・教育することが必要です。
- 家人不在時の緊急連絡先は教えても、行動予定は伝えないようにしましょう。
- 気心が知れても隙を見せず、貴重品や現金を放置しないようにしましょう。

エ 電話

- 非常事態が発生した際、警察等にすぐ連絡が取れるように携帯電話を手近なところに置いておきましょう。
- 緊急用の電話番号 112 を電話番号に登録しておきましょう。
- 架かってきた電話に対して不用意にこちらから名乗らないようにしましょう。また、間違い電話に対して、こちらの番号を教えないようにしましょう。
- 万一、脅迫電話がかかってきた場合、落ち着いて対応し、時間、脅迫の言葉、相手の声の特徴、背景の音等を出来るだけ記録しましょう。また、外出中の家族の安否を確認すると

同時に警察に連絡しましょう。

オ 錠・鍵

- 錠・鍵の設置，管理は住居の安全上の基本です。確実な施錠の実施と，鍵の取り扱いには細心の注意を払いましょう。
- 鍵は鎖や紐を付け常時携帯し，自宅内での管理も鍵のかかる場所など確実な保管場所を確保しましょう。
- 鍵は本人と家族のみが持ち，使用人などに貸与しないようにしましょう。
- 入居時に玄関扉などの重要な錠は，可能であれば付け替えることが望ましいでしょう。出来れば，二重三重の錠前を設置しましょう。
- 鍵を紛失したり，盗難にあった場合は，必ず錠前も交換しましょう。
- 錠前の取り付けは信頼できる業者に依頼し，予備鍵の作成は他人に任せず自分で業者に出向いて行いましょう。

カ インターネット

インターネットを通じた買い物や各種決済は便利ですが不正サイトやウィルスによって詐取された個人情報が悪用される被害は後を絶ちません。インターネットを安全に活用するために，以下のポイントに気をつけましょう。

- ウィルス対策ソフトを導入し，パソコン，スマートフォンを保護しましょう。また，ウィルス対策ソフトは常に最新の状態にしておきましょう。
- 知らない人，メールアドレスからのメールや，添付されたファイルは開封しない。
- クレジットカード番号や暗証番号はパソコン等にデータとして保存しない。ブラウザにも記憶させない。
- プログラム等をダウンロードする際は，信用できる配信元か，信頼できるプログラムかよく確認しましょう。
- ファイル共有ソフトはウィルス感染のリスクが高いため，使わないようにしましょう。

○ パスワードは定期的に変更しましょう。

キ 長期不在時の注意事項

自宅を長期間不在にする場合は、空き巣に入られないために以下のような点に注意し、万全な対応を心掛けましょう。

- 施錠を確実に行いましょう。
- 施錠しても安心せず、貴重品は金庫等鍵のかかる場所に保管して外出しましょう。
- 可能な範囲で警備会社との契約を行い、侵入警報装置を設置しましょう。
- 信頼できる知人に郵便物がたまらないよう処理してもらったり、時々自宅内の様子を外から点検してもらったりしましょう。

4 交通安全対策

(1) ブルガリアの交通事情

ブルガリアにおける国民の車両保有台数は、年々増加し、これに比例するように交通事故も増加傾向にあります。また、年々悪化する路上駐車のために、運転に際する視界が大きく遮られるため、運転車・歩行者ともに注意が必要です。

2017年中の当国における交通事故による死者数は、682名（前年比－3.7%）であり、人口当たりの死者数を日本と比較すると、約3倍にもなります。

交通死亡事故の主要原因は、速度超過、追い越し違反、酒酔い運転、運転操作不適當、信号無視などです。

(2) 事故防止のために

車両の右側通行や左側運転席の車両など運転条件が日本とは逆なことに加え、道路環境は劣悪で、一般ドライバーの運転マナーも決して良くはありません。

自動車運転中はもちろん、歩行中であっても、下記の点に留意し十分な交通安全対策を取る必要があります。

- **至る所に存在する道路の陥没**：特に雪解け後、道路に出現す

る大小様々な陥没に注意が必要です。また、それらの陥没を避けるべく急に左右に移動する車両がありますので周囲の車両によく注意して運転して下さい。

- **信号機故障**：滅灯している交差点では、徐行の励行、より慎重な運転が必要です。
- **方向指示器不使用による右左折、進路変更**：十分な車間距離を確保しましょう。
- **急な割り込み、歩行者妨害**：周囲の交通状況を常に認識して運転しましょう。歩行中は、仮に歩行者用信号が青に変わってもすぐに動かず、車両の状況に注意しながら道路を横断しましょう。
- **整備不良（ライト、方向指示器、ストップランプなど）**：運転の状況、車両の状態などが異常な車両とは出来るだけ離れましょう。
- **厳冬期でもスリップ防止策を講じない車両の往来**：十分な車間距離を確保するとともに、明らかに危険な車がいればやり過ぎしましょう。冬期は必ずスタッドレスタイヤの装着が義務づけられています。
- **明らかな信号無視と見切り発進する車両**：青で発進する際も、左右の確認を確実に励行しましょう。
- **見通しの悪い交差点、駐車車両の多い交差点**：たとえ優先車両であっても必ず徐行、停止し、左右の安全を確かめましょう。

(3) **交通事故時の措置**

不幸にして交通事故に巻き込まれた、あるいは事故を起こしてしまったら、日本における事故時の対応と特に変わりはありませんが、以下の点に注意して対処して下さい。

- 現場を動かしたり離れたりせず、直ちに警察（112番又は166番）と保険会社に連絡し、その到着及び指示を待つ。
- けが人がいる場合は救急車を忘れずに呼ぶ（112番又は160番）。
- 相手がいる場合、逃走するおそれもあるので、相手の車両、ナ

ンバー等を控えておきましょう。

- コミュニケーションに不安を感じる場合は、ブルガリア語の話せる友人・知人に連絡しましょう。
- 警察・保険会社が現場に到着するまでの間、現場の交通量や車両の故障程度に応じて車両を路肩に寄せたり、反射板を設置する等、二次被害防止措置を講じましょう。

5 テロ・誘拐対策

(1) 現状

世界中で依然多くのテロ・誘拐事件が発生しています。内務省の発表では当国内に過激なテロ集団の存在は確認されていないとしています。しかしながら、当国でも2012年7月にブルガス空港においてイスラエル人観光客が被害者となる爆弾テロ事件が発生しました。同事件はイスラエル人を狙ったもので、日本人や日本権益を対象としたものではありませんが、当国で爆弾テロ事件が発生したことや、世界各地で日本人、日本企業も爆弾テロ、誘拐、脅迫事件の標的や実際に被害者となっていることを考えると、**日頃からテロに注意する必要**があります。

(2) 具体的対策

ア 基本的心構えの遵守

テロ・誘拐予防のためには、自らの身は自ら守るという「**セルフ・ディフェンス**」の意識を持ち、「**安全三原則**」を遵守して、外出(通勤)時の安全対策、住居の警備対策、日常生活上での注意等を怠ることのないように心掛けることが基本です。

イ 情報の収集

新聞、テレビ(日 JSTV、米 CNN、英 BBC)を始め、関係機関、外務省安全情報、大使館HP等から、常に最新の関連情報の入手に努め、テロ・誘拐に注意する習慣を身に付けましょう。

ウ 誘拐兆候の発見

誘拐兆候の発見が、誘拐防止の鍵となります。

誘拐犯は、複数のターゲットの中からリスクの少ない対象者

を選定すると言われ、その対象者について、事前にできるだけ多くの情報を集め、観察し、見張りを行います。つまり、誘拐には事前兆候がある場合が多いのです。兆候を発見するためには、職場や家庭の周辺、移動中などに、普段と違う点がないか十分気を配ることが重要です。

エ 住居、日常生活、外出時における注意

前記「Ⅲ－３ 防犯のための具体的注意事項」で述べた各種の注意事項は、テロ・誘拐対策上も重要です。常日頃からこれらの防犯対策について心掛けておきましょう。

(3) 爆弾対策

当国では、過去にマフィアの抗争や、マフィアに対して批判的な言動等を行う報道機関やジャーナリスト等に対する爆弾事件が散見されました。ここ数年は発生がありませんが、爆弾事件が発生すると被害は犯人が標的とした人物だけにとどまりません。被害に遭わないためにも平素から以下の点に注意しましょう。

ア 常に、住居（会社事務所）内外の整理整頓に心掛け、目の届かない場所は定期的に見回りをするなどして、爆弾を設置されにくい環境、容易に不審物を発見できる環境を作りましょう。

イ 不審物を発見した場合は、**爆発物三原則（踏まない、触らない、蹴飛ばさない）**に従い、直ぐに不審物から離れ、関係機関への連絡を行いましょう。家族や第三者が被害に遭わないよう、不審物へ近寄らないような手段を講じることも重要です。

ウ 家族（特に子供）、社員等に不審物（放置荷物、手紙、小包等）発見時の対処方法について、日頃から指導をしましょう。

エ 長時間屋外に車両を駐車した場合は直ぐに乗車せず、点検を行ってから乗車する習慣を持ちましょう。

オ マフィアが経営していることの多い、カジノやナイトクラブ等には立ち寄らないようにしましょう。

カ 万一、身近で爆弾事件が発生した場合、すぐにその場に伏せるとともに、爆発現場から遠ざかるようにしましょう（爆弾事案の中には時間差を付けて第二の爆発がある場合もあります）。

キ 爆発物と思われる物件を発見した場合は、直ちに避難すると共に、警察に通報しましょう。

6 原発事故対策

当国には原子力発電所があり、2019年1月現在も稼働しています。事故発生時には、正確な情報収集に努めると同時に、早期に屋内に待避するなどして**可能な限り被爆しない措置を講じる**ことが重要です。

(1) 当国の原発状況

ブルガリア北西部、ソフィア市から北東約140キロ、ブラツァア県のドナウ川沿いに、コズロドゥイ原子力発電所があり、現在2基が稼働しています。

(2) 原子力事故が発生した場合の警報体制

原発事故が発生した時には、原子力発電所から半径30キロメートル内の地域において、「注意！放射能漏れ事故発生中！」とのブルガリア語の警告に続き、3分間のサイレンが流れます。ブルガリア語を理解しなくとも、長いサイレンを聞いた時には、すぐに屋内に避難し、テレビやラジオをつけて現状と具体的指示を確認しましょう。

(3) 警報発生時にとるべき措置

- ドアや窓を閉め、粘着テープなどでしっかり密閉する。
- エアコンや換気扇装置は止める。
- 地下室や窓のない部屋など防御された部屋に移動する。
- 普段から緊急事態用の飲料水の備蓄を行う。一日1人2.5リットルを目安として3～4日分は備蓄する。
- 警報解除の放送を聞いたら避難場所から出る。
- ラジオやテレビはつけたままにして最新の情報を入手する。

7 緊急時の連絡先

緊急でも慌てることなく適切な対応がとれるよう警察、救急車、消防等の電話番号を一覧にして携帯しておくことをお勧めします。別添1「緊急連絡先一覧表」をご活用下さい。

(1) 警察・救急等

警察・救急・消防共通緊急番号	1 1 2
自動車故障サービス	1 4 6
国際コレクトコール	1 2 0

(2) 在ブルガリア日本国大使館

電話番号：02-971-2708

住所：Lyulyakova Gradina Str., 14 Sofia, 1113

受付時間：8：30～17：15

領事窓口：8：30～12：30, 13：30～17：00

※土日祝祭日は閉館

緊急時にはFM88.70MHzで情報発信致します。

※予備チャンネル「88.60MHz, 88.80MHz」

(3) 救急病院(ソフィア市内)

○Acibadem City Clinic Tokuda Hospital Sofia
02-403-4112

○Pirogov Emergency Hospital
02-915-4411

(4) クレジットカードの紛失等

これらの連絡先はカード会社により適宜変更されるので、インターネットが利用できる方はインターネットで事前に番号を確認されることをお勧めします。

○VISA	+1-303-967-1090
○JCB	+81-422-40-8122
○AMEX	+44-20-8840-6461
○楽天	+81-92-474-9256

Ⅲ 緊急事態対処マニュアル

1 平素の準備と心構え

緊急事態が発生した場合にも落ち着いて行動できるようにするため、日頃から以下のような措置を講じておくことをお勧めします。

別添2「緊急事態に備えてのチェックリスト」もご活用下さい。

(1) 連絡体制の整備

ア 在留届の提出と更新

大使館は、緊急事態発生時に「在留届」を基に皆様の安否確認や救護を行います。引っ越し、転勤により在留届の内容に変更が生じた場合には速やかに当館領事窓口にご一報下さい。

イ 緊急事態はいつ起きるとも限りません。予め家族間、企業内での緊急連絡方法について日頃から決めておき、適宜連絡方法を確認して下さい。

(2) 一時避難場所・緊急時避難先の確認

ア 一時避難場所の検討

緊急事態が発生した場合の避難場所について、常日頃から頭に入れておき、自分がどこにいるのか（職場、学校、自宅、通勤途中など）、どのような事態に巻き込まれそうかを想定し、一時避難場所を検討しておいて下さい。

イ 緊急時避難先

緊急事態発生時、状況により大使館から緊急避難先を指定し避難をお願いすることが想定されます。避難先はあらかじめ特定できませんが、大使館の場所だけは確認し、大使館までの経路については、様々な事態に備えて複数の道順を検討しておいて下さい。

2 緊急時の行動

(1) 心構え

緊急事態が発生し、又は発生するおそれがある場合、大使館では邦人保護に万全を期すため、必要な情報をホームページに掲載したり、在留届記載のメールアドレス宛に送信します。在留邦人の皆様は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ご注意ください。

(2) 情報収集

緊急事態発生の際には、テレビ、ラジオやインターネット等あらゆる手段を活用してより正確な状況及び情報を把握するように

してください。また、大使館では大規模自然災害発生時等の対策としてFMラジオ放送機を設置しています。FMラジオをお持ちの方は周波数を88.70MHzに合わせるにより当館からのお知らせを聞くことができます。自動車のラジオやFM放送を受信できる携帯電話に予め周波数を登録しておくこと緊急時に有効です。

(3) 家族等の安否確認と大使館への通報

ア 家族間で無事を確認し、皆でできるだけ早く安全な場所に避難しましょう。

イ 近くに日本人が住んでいるならば、お互いに助け合い、一緒に行動しましょう。

ウ 現場の状況や、他の在留邦人に関する情報等は随時当館に連絡下さい。他の在留邦人への貴重な情報となります。

(4) 国外への退避

ア 状況に応じ各自又は勤務先の会社等の判断により、自発的に帰国、第三国へ出国する場合、その旨を当館へ連絡して下さい。当館への連絡が困難である場合には、出国先の日本の在外公館あるいは日本の外務省領事局海外邦人安全課（電話（代表）＋81－3－3580－3311）へ通報するようお願い致します。

イ 大使館が「退避勧告」を出した場合

○通常の航空便が運行している間は航空便を利用して早急に国外に退避して下さい。参考資料別添2をご活用下さい。

○臨時便やチャーター便が手配される場合には大使館の指示に従って下さい。

ウ 事態が切迫し大使館より退避又は避難のための集結の指示が出た場合には、当館の指示に従って下さい。その際、しばらくの間、同避難先で待機する必要がある場合も想定されますので、可能であれば非常用物資を持参するようお願い致します。

(了)

