

安全の手引き

2024年4月

在カラチ日本国総領事館

<u>I</u>	はじめに	・ ・ ・ 1
<u>II</u>	防犯の手引き	・ ・ ・ 2
1	現地事情の把握	・ ・ ・ 2
2	情報の収集	・ ・ ・ 2
3	防犯の基本的心構え	・ ・ ・ 2
4	当館管轄地域での事件発生状況	・ ・ ・ 3
5	防犯のための具体的注意事項	・ ・ ・ 4
	(1) 住居の選定	・ ・ ・ 4
	(2) 住居選定後の防犯・警備対策	・ ・ ・ 5
	(3) 外出時の防犯対策	・ ・ ・ 5
	(4) 生活上の防犯対策	・ ・ ・ 7
6	交通事情と事故対策	・ ・ ・ 8
7	テロ・誘拐対策	・ ・ ・ 9
	(1) テロに対する注意事項	・ ・ ・ 9
	(2) 誘拐に対する注意事項	・ ・ ・ 9
8	災害発生状況と対策	・ ・ ・ 11
	(1) 地震災害	・ ・ ・ 11
	(2) 豪雨・洪水災害	・ ・ ・ 11
	(3) 各種対策	・ ・ ・ 11
<u>III</u>	緊急事態対処マニュアル	・ ・ ・ 12
1	平素の準備と心構え	・ ・ ・ 12
	(1) 連絡体制の整備	・ ・ ・ 12
	(2) 日頃の準備	・ ・ ・ 13
	(3) 一時避難場所及び緊急避難先	・ ・ ・ 15
2	緊急時の行動	・ ・ ・ 16
	(1) 基本的心構え	・ ・ ・ 16
	(2) 情報の把握	・ ・ ・ 16
	(3) 総領事館への通報等	・ ・ ・ 17
	(4) 国外への退避	・ ・ ・ 17
	(5) 日本人学校	・ ・ ・ 18
<u>IV</u>	終わりに	・ ・ ・ 18
	付録：「主要連絡先一覧」	・ ・ ・ 19

I はじめに

- 1 パキスタンにおける日本人の安全確保は、一義的にはパキスタン政府がその責を負い、事件捜査や事故処理等はすべて同国の主権の下に行われますが、当地の治安当局に日本の警察と同じレベルの能力と対応を求めることは難しいのが現状です。
- 2 当地に在留している日本人、日本人旅行者等が事件・事故に巻き込まれた場合、在外公館は邦人保護の観点から可能な範囲で必要な措置を執りますが、同時に皆様一人一人が常日頃から安全対策に対する意識を高く持ち、自分自身が事件事故等の当事者とならないよう、日々刻々と変わる国際情勢や国内政治・治安情勢等を的確に把握し、緊急事態が発生した場合には、どのように行動すべきかを確認しておくなど、『自分の身は自分で守る』との心構えで、常に警戒心を持って行動することが大切です。
- 3 本マニュアルは、このような観点から、より安全なパキスタン生活を送っていただく上で、皆様が念頭に置くべき防犯上の一般的な心得、緊急時の心構え及び対処要領を記しています。皆様の安全対策の一助となれば幸いです。
なお、不幸にして何らかの事件・事故に巻き込まれた場合や困難に直面した場合は、いつでも総領事館までご連絡ください。

II 防犯の手引き

1 現地事情の把握

最初に、当地固有の文化、習慣、国民性、宗教等を十分尊重し、現地に融和するとともに、当地の人々と良好な関係を保つよう努めることが重要です。

2 情報の収集

- (1) パキスタンは、治安情勢が安定しておらず、国内各地でテロ事件が発生しています。また、銃器等の凶器を使用した殺人事件や強盗事件などの凶悪犯罪も多発していますので、常に最新の治安情報の入手に努め、防犯上必要な対策を講ずることが重要です。
- (2) 日頃から日本人同士の連絡を緊密にし、情報の交換、相互支援態勢を確立するよう努めるとともに、総領事館から発出される領事メールなどの各種治安関連情報を確認してください。

3 防犯の基本的な心構え

(1) 『積極的に安全対策を講じましょう』

自宅及び自宅周囲を自ら点検し、防犯上の弱点を改善しましょう。また、使用人に対しても信用することは禁物です。彼らを犯罪者にしないためにも、我々ひとりひとりが防犯対策を講じることが重要です。

(2) 『隙を見せないことが重要です』

犯人は、隙のある家を狙っています。使用人を含め、隙を見せないことが重要です。夜間や不在時の施錠を徹底しましょう。

(3) 『常に周囲に気を配る習慣を身につけましょう』

車両乗降時やマーケット等で買い物をしている時に、常に周囲を見渡す習慣を身につけましょう。その警戒心が悪巧みをしている犯人を遠ざけます。また、事件には事前兆候があることが多いので、周囲の変化を見逃さないように日頃から気を付けましょう。

(4) 『新聞・テレビ・インターネット・各種ソーシャルメディアで最新の情報を入手しましょう』

新聞やテレビ、インターネット、ソーシャルメディア等で細心の情報を入手するよう心掛けてください。総領事館からも日本人の皆様へ領事メールを発出していますが、見聞したことはお互いに情報交換するとともに、不幸にして直接的・間接的に被害に遭われた時は、総領事館にも通報してください。

(5) 『緊急連絡先は職場及び自宅の分かり易い場所に常時保管し、外出の際は持ち歩くことも重要です』

緊急連絡先を職場や自宅の分かりやすい場所に掲示したり、持ち歩いたりして、万が一の事態に速やかに対処できるよう備えてください。但し、緊急連絡先の取り扱いには十分注意してください。自宅に掲示する場合は使用人の目に届かないようにしてください。

4 当館管轄地域での事件発生状況

(1) テロ事件

当館の管轄するシンド州及びバロチスタン州では、軍や警察等の治安当局、中国人・中国関連施設を対象とした襲撃事件等が発生しているほか、過激派や武装集団による宗教行事、シーア派・クリスチャンなどマイノリティー、外国人等を標的としたテロ事件も発生しています。カラチ市内ではレンジャー部隊や警察がテロ組織等に対する取締りを継続中ですが、引き続き注意が必要です。

昨今、カラチ市内で発生した主なテロ事件は以下のとおりです。

- ア 2022年4月26日午後、カラチ大学孔子学院の門前において中国人講師等を乗せたワゴン車を標的とした自爆テロ事件が発生し、中国人3人を含む4人が死亡、中国人1人を含む4人が負傷し、バロチスタン解放軍（BLA）が犯行声明を出しました。実行犯は比較的裕福な家庭出身の女性でした。
- イ 2022年5月12日深夜、サダル地区の繁華街にて警察車両を標的とした爆破テロ事件が発生し、通行人1人が死亡、十数名が重軽傷を負い、シンド革命軍（SRA）が犯行声明を出しました。
- ウ 2022年5月16日夜、カーラーダル地区にてオートバイに取り付けられた即席爆弾がパトロール中の警察車両の前で爆発し、通行人1人死亡、十数人が重軽傷を負いました。
- エ 2022年9月28日夕方、サダル地区に所在する中国とパキスタンの二重国籍者の経営する歯科医院が襲撃され、1人が射殺され、2人が重傷を負い（被害者はいずれも中国とパキスタンの両方の国籍を持つ二重国籍者）、シンド解放軍（SLA）が犯行声明を出しました。
- オ 2023年2月17日夜、武装集団がカラチ市警察本部を襲撃、一時占拠されるテロ攻撃が発生しました。激しい銃撃戦の末、約3時間後に鎮圧されましたが、治安機関員4人が殉職、民間人1人が死亡し、パキスタン・タリバーン運動（TTP）が犯行声明を出しました。
- カ 2024年4月19日朝、日本人が乗車している車列に対し、自爆テロが発生し、企業が雇用する武装警備員2名が死傷するとともに、邦人1名

が負傷しました。

(2) 誘拐事件

当地で発生する誘拐事件は、身代金目的や性犯罪目的とは限らず、被害者も老若男女を問いません。また、過去には外国人を狙った誘拐事件が各地で発生しており、犯行後、無事に被害者が解放されることもあります。殺害されるケースも発生しています。

2017年5月には、パロチスタン州クエッタ市において中国人の男女が誘拐・殺害される事件が発生しています。

(3) 強盗事件

走行中の車両や歩行者を狙った強盗事件が、都市部や郊外でも昼夜を問わず発生しており、そのほとんどが拳銃を使用した事件です。

(4) デモ

カラチ市内をはじめ各地で、反政府の抗議等様々なデモが行われています。デモの形態によっては、参加者が暴徒化するおそれもあり、当局による交通規制がなされることが多いです。また、人の多く集まる場所ではテロの危険性も排除できないことから、デモや集会などには近づかないよう注意する必要があります。

5 防犯のための具体的注意事項

(1) 住居の選定

住宅を選択する上では、安全面にも気を配ることが大切です。

以下、安全面から考えた住宅選定及び対策について一案を示します。

ア 安全と言われる地域

同一市内でも、比較的 안전한地域と犯罪等が多発している地域がある場合があります。

例えば、カラチ市内ではクリフトン地区やDHA地区が比較的安全と言われています（同地域でも強盗事件などが発生していますが、他の地域と比較すれば犯罪発生件数は少ないと言えます）。

イ 安全な通り

自宅の近くにモスク、集会所、公園又はマーケットはないか。また自宅前がこれらに至るルートではないかを確認してください。

このような場所には不特定多数の者が集まる傾向があるほか、通りひとつで雰囲気が大きく変わる場合もありますので、自宅周辺を確認してください。

ウ 自宅の周辺

自宅の隣りに空き地、公園、空き家、雑木林があると、それらの場所

から犯人が侵入するほか、逃走の経路として利用するおそれがあります。

エ 隣人

自宅の前後及び両側の住宅環境は言うまでもありませんが、近隣や周辺の住宅にしっかりした警備対策（警備員の配置等）が講じられているかもチェックしてください。

(2) 住居選定後の防犯・警備対策

ア 警備員

可能な限り、警備員を雇うほか、侵入事案発生時に自動的に警備会社に通報されるなどの警報装置の設置を検討してください。

イ 境界塀等

塀は高いものが望ましいですが、さらに『忍び返し』や鉄条網を設置するなどの措置も侵入者を防ぐ上で効果的です。建物の周囲に防犯灯（蛍光灯等）を設置して明るくしたり、ガードマンによる監視小屋を設けることも大切です。これらの措置は、住人が警戒していることを外部に示すことになり、相当な効果があります。

ウ 建物

玄関等のドアは二重ロック以上とし、内開きのドアを取り付けましょう（外開きにすると、蝶番を外して侵入されるおそれがあります）。また、窓には防犯用グリルを取り付け、外部からの侵入を防ぐほか、センサー式の警報装置等を設置することも効果的です。

エ パニックルームの設置

外部からの侵入に対する最後の砦となる部屋です。窓には防犯用グリルを設置し（ただし、一か所は出入り可能なグリルにし、火災等の緊急時に逃げられるようにする）、扉は二重ロック以上として、鉄板で強化することが望ましいです。また、内掛け錠の設置に努めてください。

室内から外部と連絡がとれるように電話を設置するか、枕元に常時携帯電話を置いておくことが大切です。

オ 万が一強盗に入られたら

犯人に捕まっていない状態であれば、速やかに警備会社や警察に通報してください。万が一捕まってしまった場合は、決して抵抗せず、急な動作も慎みましょう。侵入者に渡す現金を予め準備しておくことも一案です。

(3) 外出時の防犯対策

自分の身分をきちんと証明することが、安全対策上効果的であるため、外出時には「身分証明書」（旅券（又はコピー）等）を携行してください。

ア 強盗、車両強盗

- ・ 『基本的に運転手は車の中で待機させない』
車から降りてドアを施錠させ、車両全体を見渡せる位置から車両及び周辺を監視させてください。
- ・ 『乗降時は周囲の状況を確認する』
怪しい人物はいないか、周囲を確認してドアを開閉する。これを習慣化することによって犯行を企てる者への抑止力になります。
- ・ 『行動を定型化しない』
いつも同じ時間帯、同じ場所へ出掛けて買い物をしたり、同じルートを通ることは、犯人に行動パターンを把握され、狙われ易くなります。
- ・ 『走行中及び停車中はドアを施錠し、窓を閉める』
信号などで停車している時も、強盗等犯罪被害に遭う恐れがあります。出発する際には必ずドアを施錠してください。
- ・ 『自家用車の写真を撮っておく』
万が一、自家用車が盗まれた場合、警察に被害届出をする際に説明しやすくなります。また、エンジンルームの車体番号も控えておいてください。
- ・ 万が一強盗に遭ったら『決して抵抗しない』
ほとんどの犯人は興奮状態にあり、一刻も早く目的を達成してその場から逃走しようとしています。
決して抵抗せず、急激な行動（シートベルトを外す、胸ポケットに手を入れる、ダッシュボードに手を伸ばす等）をしないよう注意しましょう。住居侵入強盗も同様、犯人は必ず銃器・刃物を所持しています。自分たちの身の安全を最優先に落ち着いて行動してください。
- ・ 『多額の現金を持ち歩かない』
多額の現金を持ち歩いていると、周囲にその噂が飛び交い、犯行の標的になってしまいます。現金の持ち歩きは必要最低限にしてください。

イ 性犯罪

- ・ パキスタンでは、女性が肌を露出した服装で歩いたり、女性が積極的に男性に話しかけることなどは、誘惑する意味に受け取られかねません。知らない男性に目をあわせることも避けた方が無難です。
また、小さな子供や男性も性犯罪の被害に遭うケースが頻繁にありますので注意が必要です。
- ・ 独り暮らしの女性は、特に住居防犯対策に気を配らなければなりません。

せん。使用人に対しても同様であり、自分たちの情報を周囲に漏らさないよう指導してください。使用人を安易に住居内に入れることも避けてください。

また、買い物の際は、使用人や信用できる男性をボディーガード代わりに帯同させるなどの心構えも必要です。

ウ 偽装警官

- ・ 偽装警官による詐欺、恐喝事件がカラチを含む都市部で発生しています。主にホテルやマーケットの周辺において、外国人を対象に犯行を行っており、日本人の被害も発生しています。
- ・ 過去の報告例では、私服を着た犯人が、偽造した警察ID（ラミネートされた見た目が安っぽい作り。）やパキスタンの一般的なIDカード（18歳以上のパキスタン人は全員保有し、ウルドゥー語で記載されたもの。）を提示し「麻薬や銃器の所持について検査する。」と言い、所持しているバッグなどを調べ、現金などを抜き取る事案が発生しています。
- ・ 屋外での行動は、ドライバーやボディーガードを帯同させ、基本的には彼らにその対応を任せて、怪しいと感じたら速やかにその場から離れるようにしましょう。また、近くに警察官がいる場合には、すぐに警察官を呼びましょう。「総領事館と一緒にいこう」と言うのも一案です。

(4) 生活上の防犯対策

- ア 住宅敷地及び建物内に入れる者を限定する。来訪者がある場合には、予め警備員に伝えておき、それ以外の来訪者は必ず事前に家主に確認するよう指導しておく。
- イ 出入口にはいつも鍵を掛ける習慣を身につけ、就寝前の施錠は必ず自ら点検する。屋内であっても寝室等の施錠を行う。
- ウ 訪問者がある場合も絶対に自ら門は開けない（門は昼夜を問わず閉めておく）、警備員又は使用人に対応させ自らは外に出ない（「水を飲ませて欲しい」と言って入って来た者が強盗だったという事件も過去に発生しています）。玄関ドアを開ける際は、必ず覗き穴で相手を確認してから解錠する。
- エ 見知らぬ行商人が貴金属、絨毯等の訪問販売に訪れても買わない。強盗に豹変する可能性も否定できません。
- オ 長期間不在にする場合は警備会社に連絡しておくか、同僚に不定期に点検に来てもらうなどの対策が肝要です。
- カ 自宅を不在にしている間に空き巣の被害を受ける可能性もあります。

貴重品の管理については、発見されやすい場所での保管を避けるなど、細心の注意が必要です。

キ パキスタン査証の取得、延長に関し不法な賄賂を求められるた場合は総領事館に連絡してください。

6 交通事情と事故対策

(1) 当地の運転事情

ア 朝夕のラッシュアワーは、市内各所で渋滞が発生します。交通法規はなきに等しく、多くの車が雑な運転で、交通マナーや道徳も極めて悪く、無理な割り込みや信号無視等は日常茶飯事です。横断歩道や歩道橋は極端に少なく、歩行者は車の間を縫うようにして道路を横断しなければなりません。歩行者優先という意識はありません。このような当地の交通事情を鑑みて、自分で運転するのは避け、信頼のにおける運転手を雇用してください。

イ 仮にご自分で運転しないといけない状況に置かれた場合でも、当地では、①方向指示器の合図無しで急に車線を変更する、②細街路から大通りへ減速もせずいきなり飛び出す、③意味もなくクラクションを鳴らす、④頻繁に逆行する、⑤異常に低（高）速で運転する、⑥路上に駐停車して他車のドライバーと話をする、⑦走行車線を守らないなど、周囲の状況が無視したような運転も決して珍しいことではないことをよく認識し、とにかく車間を広く保ち、他の車の動きに注意しながら運転することが大切です。

(2) トラブル防止

ア 事故現場などでは相手の運転手等と口論しない。また、こちらから話しかけない。本来は穏やかな人々が多いものの、そのような人でも、一度怒り出すと歯止めが効かなくなるおそれも想定しておく必要があります。

イ 当地の警察官のほとんどは英語を解しませんし、物損事故には介入しません。事故発生時も自分たちで解決しなければならぬため、運転手を雇い、基本的な対応は彼らに任せてください。

(3) その他

ア 遠出をする際は車両の点検を行い、なるべく市内中心部で給油を済ませましょう。郊外での給油は車両強盗に目を付けられるなどの危険を伴います。

イ バス、タクシー等の一般の交通機関は利用しないでください。乗合バスは、強盗犯人の格好の獲物であるほか、無理な運転や整備不良のために事故が発生しており死傷者も絶えません。また、バス・乗り合いタク

シー内で邦人が財布をすられたという事例も報告されています。

7 テロ・誘拐対策

テロ、誘拐（略取）の防止対策の一環としては、行動パターンを画一化しない、他人から恨みを買わない、常に身の回りの変化に気を配る、子供から目を離さないなど、日常生活の中でも注意を図る必要があります。

(1) テロに対する注意事項

ア 標的となりやすい場所（軍、警察、検問所、国連関係機関、政府機関、米国関連施設、中国関連施設、宗教関連施設）や集会、お祭り、マーケット等、人が多く集まる場所にはできるだけ近づかない。

イ 集会やデモが行われている場所には決して近づかない。

ウ マーケットでも人が多く集まる場所での用事はできるだけ短時間で効率的に行うとともに、常に周囲の状況に注意を払い、不審な状況を察知したら、速やかにその場から離れる。

エ 買い物に出かける場合には、混雑する時間帯は極力避けるようにし、店舗での滞在時間を必要最小限とするように心掛ける。

オ 事件発生を認知したら、すぐにその場から避難する。集まって来た人々を狙った爆破事件が発生する可能性もあります。

カ 渋滞の多い路線は使用しないでください。

キ 緊急事態が発生した場合、自らの安否や所在につき家族又は勤務先に至急一報することが重要です。携帯電話を常時携帯し、家族、勤務先又は総領事館等の番号をあらかじめ登録しておいてください。

ク 陸路の長距離移動は極力避けるとともに、移動せざるを得ない場合は、できるだけ明るい時間帯を選んでください。その際、トラック・デポ（多数のトラックが駐車、待機している区画）付近への立ち寄りには避けてください。

ケ 治安情勢が急激に悪化し、自宅、勤務先、ホテル等に留まらざるを得なくなる状況も想定されますので、少なくとも3日～1週間程度の食料品、飲料水、発電機用燃料等を保管してください。ホテルに滞在する場合も可能な限り予備の食料品を用意してください。

コ 目立つ行動や騒がしい行為は控えてください。

(2) 誘拐に対する注意事項

ア 誘拐予防のためには、自らの身は自らが守る心構えを持ち、誘拐の危険度に応じた対策（通勤時の安全対策、住居の警備強化、日常行動上の注意等の総合的な対策）をとることが重要です。

イ 特に海外で安全に暮らすためには、①目立たない、②用心を怠らない、

③行動を予知されない、という3原則を守り、日頃から行動パターン（通勤時間、使用する道や施設）を常に変え、狙われにくくすることが大切です。

ウ 犯人（グループ）が誘拐あるいは襲撃を計画し、これを実行に移すまでには相当な準備期間を要すると言われています。犯人側の事前調査の段階で、ターゲットとされた側の警戒意識が強ければ、犯人側が実行対象から外す可能性が高くなります。

エ 通勤、通学、買い物経路の時間帯を複数パターン準備し、犯罪を画策している者に行動を把握されないように心掛けてください。

オ 他人から恨まれないよう、他人とのトラブルや使用人の解雇方法、不用意な発言（政治、宗教、思想に関するものなど）についても十分留意する必要があります。特にイスラム関連の書籍、「アッラー」や「預言者ムハンマド」が記載された印刷物の処理については細心の注意を払うようにしてください。「アッラー」と書かれたカレンダーをムスリムの目の前で捨てたため、スリランカ人の工場長がリンチされ、生きたまま火を点けられ焼き殺された事件が、当館の管轄外ではありますが、パンシャーブ州シャルユートで2021年12月に発生しています。

そのほか、何代も日本人に仕えていた使用人が犯人を手引きした事例もありますので、使用人の変化にも気を配るようにしてください。

カ 事件の前には、必ず「兆候」があります。周辺に対する警戒を怠らず、日常と違う点（例えば、見知らぬ者が自宅を写真撮影していた、自宅周辺を観察していた、飼い犬が殺された、餌付けをしようとしている者がいた、依頼していないのにガスや水道の点検と称して敷地に入ろうとした者がいた等）があれば、速やかに警備員等と情報共有を行い、警戒を強化してください。

キ 車両を駐車場や路上に止める場合、運転手に監視させるようにし、もし運転手がいなければ不審物が仕掛けられていないか、ドアを開ける前に車体下部や周辺を点検することを習慣付けてください。

ク 高価な装飾品を身に着ける場合は、なるべく目的地で装着するようにし、また、必要以上に自己の地位や経済力を誇示するような言動を慎んでください。

ケ 目的地又は自宅付近での待ち伏せに注意してください。運転手等と連携し、不審な人物や車両が見えたら、そのまま家に入らず、離れた場所から様子を観察してください。

8 災害発生状況と対策

(1) 地震災害

パキスタンは地理的に地震が発生している地域であり、2005年10月にはパキスタン側カシミールを震源とするマグニチュード7.7の地震が発生し、邦人2名を含む、8万人を超える死傷者が出ています。2013年9月には、バロチスタン州アワーランを震源とするマグニチュード7.7の地震が発生し、死者386名、負傷者816名の被害を伴う事態となりました。また、2015年10月には、アフガニスタン北東部を震源とするマグニチュード7.5の地震が発生し、パキスタン国内でも死者は280名、負傷者1698名の被害が発生しています。

さらに、最近では2019年9月にパキスタン側カシミール南部を震源とするマグニチュード5.8の地震が発生し、37名死亡、500名以上が負傷しています。

(2) 豪雨・洪水災害

雨期になると、激しい雷雨が発生しますので注意が必要です。また、多少の雨でも道路が冠水することが珍しくなく、パキスタンでは、たびたび大きな洪水災害に見舞われています。

2020年夏パキスタン国内の広い範囲で2010年以来の大洪水が発生しました。特にシンド州では、7月の雨量は例年の3倍以上、8月は8倍近い雨量であり、未曾有の降雨量に見舞われ、甚大な被害が発生し、内陸部においては、主要な道路の冠水、橋の損壊で人や物資の行き来が滞ったほか、滞留した洪水流が病原菌や蚊の温床となり、下痢やコレラなどの水系疾患、皮膚感染症、マラリア、デング熱が一時的に蔓延しました。また、カラチ市への多数の被災者の流入や被災地に対する支援活動等により、人の移動が増加し、街頭犯罪の増加や感染症の感染拡大等の事態に見舞われました。

(3) 各種対策

落雷に伴い、停電や電化製品の故障も発生しますので、懐中電灯等を常備しておくことをお勧めします。また、山間部では激しい降雨により土砂崩れや山崩れが発生することがあります。日本のような落石防止措置は全く施されておらず、ガードレールも皆無です。雨期の山道走行は転落事故も多くなりますので、可能な限り避けた方が賢明です。

住宅選定に当たっては、冠水しやすい地域を避ける事が賢明です。また、当地の家屋の多くは耐震性が乏しく、コンクリートの中に鉄筋が入っていない脆い構造の家屋も存在しますので、建物の構造や築年数など確認することも重要です。

Ⅲ 緊急事態対処マニュアル

緊急事態は突発的に発生するものと、徐々に事態が悪化していくものに分けられ、その対応も自ずと異なってきます。緊急事態発生の際には、総領事館としても全力で対応にあたりますが、その時々状況を各自が適切に判断し、自己の安全を確保するための諸手段を講じていくことが重要です。

以下に緊急事態発生に備えての基本的な心構え等をまとめましたので、本項を参考に、緊急事態が発生した場合に落ち着いて対応できるよう心掛けてください。

1 平素の準備と心構え

(1) 連絡体制の整備

ア 長期滞在者

当国シンド州、バロチスタン州に3か月以上の滞在予定者は、到着後遅滞なく、オンライン在留届

(<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/index.html>)

での届出手続きをお願いします。

総領事館では、治安情報や海外安全情報等を随時領事メールにてお知らせしますので、「在留届」にメールアドレスを必ずご記入ください。家族構成、住所、電話番号やメールアドレス等の届出事項に変更が生じた際、又は日本への帰国や他国に転居する（一時的な旅行を除く）際には、オンライン在留届での変更、帰国・転出届の手続きをお願いします。

イ 短期渡航者

在留届の提出義務のない3か月未満の短期渡航者の方（出張者等）についても、外務省海外旅行登録「たびレジ」にて緊急時の連絡先を登録してください（<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/index.html>）。

登録者は、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の受け取りが可能ですので、是非ご活用ください。

ウ 緊急事態発生時の連絡体制

当国の治安情勢が悪化し、クーデターや戦争等の発生が予測されるような状況となった場合には、当館は、提出された「在留届」及び「たびレジ」に基づき、皆様に関連情報、退避情報等をお知らせし、皆様の安否・所在の確認作業を行います。

緊急事態はいつ起こるとも限りません。予め、緊急時における所属団体や家族間での緊急連絡方法についても決めておいてください。また、お互

いに所在を極力明確にするようにしてください。

(2) 日頃の準備

ア パスポートの保管場所と残存期間等の確認

- パスポートの保管場所及び残存有効期限を確認しておき（入国に際し、旅券の残存有効期限が6か月以上あることを条件としている国もあります）、必要があれば総領事館にパスポートの発給申請を行ってください（パスポートの更新手続きは、有効期限満了日の1年前よりできます）。
- パスポートの最終ページの「所持人記載欄」は漏れなく記載しておいてください。特に下段に血液型（blood type）を記入しておくとうりです。
- 緊急用にパスポートのコピーと写真数枚を用意しておいてください。
- 緊急の国外退避の可能性も考え、旅券内の査証欄の空欄が少なくなった方は、総領事館で新規旅券又は残存有効期間同一旅券の発給申請を行う必要があります。
- パキスタン査証の滞在期限が切れていると速やかに出国できない上、期間により規定の罰金を支払うなど相当なペナルティが発生することとなりますので、日頃から査証の滞在期限を確認しておくとともに、期限満了が近づいたら早めに更新するようにしてください。

イ 各自の備蓄

緊急時に備え、日頃から食料、飲料水、医薬品、燃料等の物資の備蓄を心掛けてください。

- 食料、飲料水
 - ・少なくとも10日程度生活できるだけの食料、飲料水を用意しておく。
 - ・非常食の例（米、缶詰、乾パン、インスタント食品、フリーズドライ食品、粉ミルク）。
 - ・飲料水は1人1日3リットルが目安です。
- 現金等
 - ・必要な米貨等外貨を準備しておく。
 - ・現金、貴重品等は直ぐ持ち出せるよう保管しておく。
- ラジオ、懐中電灯、電池（モバイルバッテリーを含む）などを用意しておく。
- その他
 - ・動きやすい服装、着替え、靴の準備。
 - ・医薬品（家庭用常備薬、持病の治療薬等等）、救急キット（外傷薬、消毒薬、衛生綿、包帯、絆創膏など）、マスク、紙おむつなど。

【一口メモ】 こんなものがあると便利
携帯炊飯器具, 食器, 燃料, 寝袋, 毛布, ロウソク,
歯磨き・洗面用具, ティッシュペーパー, 防災頭巾, ヘルメット

ウ 情報の収集

いろいろな方法を組み合わせ、毎日、情報収集をする習慣を持つことが大切です。

○ テレビ

- ・ NHKワールドTV（主に海外向け英語放送）
- ・ テレビから視聴する場合には、パラボラアンテナ及び一般的なBSチューナーがあれば、契約料等不要で視聴することができます。
- ・ パソコンから視聴する場合には、以下のNHKウェブサイトより視聴することができます。

- ・ 携帯端末（iPhone、iPad、Android）から視聴する場合には、専用アプリをインストールすることにより視聴することができます。

（NHKワールドTVウェブサイト）

<http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/index.html>

※携帯端末用アプリについても、上記ウェブサイトより入手可能。

- ・ NHKワールドプレミアム
受信料、専用チューナー等が必要となりますが、ニュースのみならず、本邦で放送されている一部の番組も視聴することができます。

- ・ その他の放送

BBCやCNNの国際放送、パキスタンのローカル放送なども情報収集には有効です。

○ ラジオ

- ・ NHKワールドラジオ

短波放送が受信可能なラジオがあれば、NHKで指定した周波数に設定することにより、番組を聴くことができます。なお、周波数は定期的に変更されますので、具体的周波数については以下のNHKウェブサイトで事前にご確認ください。

（NHKワールドラジオウェブサイト）

<http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/radio/>

- ・ その他の放送：

パキスタンのローカル放送も情報収集には有効です。

○ その他

- ・ インターネット

電話回線や光回線を利用し、世界中からニュースや情報を得られます。

- ・ 新聞

自ら英字紙を読むだけでなく、使用人に現地語紙を読ませ、ストやデモの情報を得ておくことも重要です。

- ・各種ソーシャルメディア

情報共有の迅速さという面ではツイッター、フェイスブック等の各種ソーシャルメディアが最も優れていますので、日頃から当地政府・治安機関等のフォロワーとなっておくことをお勧めします。

エ 自動車の整備

- オイルやフィルターの交換、タイヤのバランスなども走行に影響するので定期的に点検を行い、常に良好な状態を維持してください。
- 燃料を十分に入れておき、半分以下になったら常に給油するようにしてください。
- 車内には懐中電灯、地図、救急用具、スペアタイヤ、工具等を常備してください。
- 自動車の無い人は、持っている人に、必要な場合同乗させてもらうよう事前に依頼しておいてください

オ 保険への加入

海外傷害保険、火災保険、盗難保険、自動車保険などへ加入してください。

カ 連絡方法の確保

- 外出時でも連絡がとれるように、携帯電話を常に携帯する。なお、状況によっては携帯電話サービス（通話及びSMS等）の利用が制限される場合もあるので、その場合には、以下の内容を参考にいただき、落ち着いた対応をお願いします。
 - ・ 自宅等で固定電話を契約しておく。
 - ・ 自家用車等に装備されているカーラジオ等にて状況を確認する。
 - ・ 状況により、当館よりAMラジオの周波数を使用した緊急時放送を行う場合がありますので、同放送の有無を確認する（具体的な周波数については、以下「2 緊急時の行動」を参照下さい）。

(3) 一時避難場所及び緊急時避難先

緊急事態は、いつ、どのような規模で起こるかは予測が付きません。現在の居場所が安全かどうか、避難すべきかどうかなどの判断は各自が行わなければなりません。そのためにも日頃から避難場所を検討しておくことが重要です。

ア 一時避難場所の検討

避難場所について、常日頃から頭に入れておくことが重要であり、自分がどこにいるか（勤務先、通勤途上、自宅等）、自分がどのような事態に巻き込まれそうかなどいくつかのケースをあらかじめ想定し、各自の一時

避難場所を検討しておいてください（外部と連絡可能な場所が望ましいです）。

また、次のようなことにも注意してください。

- 屋外で銃声がするときは、窓に近寄らない。また、危険なので外に出ないようにしてください。
- 一戸建て家屋（自宅等）については、停電に備え、屋上の水槽に水を揚げ、ペットボトル容器などに水を溜めておく。

イ 緊急時避難先

緊急事態発生時の状況に応じて、総領事館から緊急時避難先への集結をお願いすることがあります。基本的には総領事館の敷地が緊急時避難先になります。当館の位置を確認し、そこに至るルートについて、いくつかのケースを想定して検討しておいてください。

ただし、緊急事態の際に周辺が混乱しているような場合には、総領事館へ避難してくることが適当ではない場合も考えられますので、当館からの連絡に従ってください。

2 緊急時の行動

(1) 基本的心構え

- 平静を保つ。
- 噂やデマに惑わされない。
- 群集心理に巻き込まれない。
- 正確な情報に基づき、冷静に行動する。

(2) 情報の把握

ア 総領事館では、緊急事態が発生した場合、または発生するおそれがある場合には、日本人保護に万全を期すため、所要の情報収集、情勢判断及び安全対策の策定を行います。

これら情報等については、電話回線やインターネットが使用可能な場合には、領事メールによる「総領事館からのお知らせ」及び各邦人団体等の連絡網を介して緊急連絡を行います。

なお、総領事館等からの連絡がいつでも受けられるよう、電話（固定電話及び携帯電話）、インターネット、AM放送等を常に受信可能な状態にしておいてください。

イ 当地の場合、状況によっては電話回線やインターネットの利用が制限される場合があります。そのような、通常の連絡手段が利用できなくな

った場合、総領事館からの緊急の連絡手段として、以下のAM放送の周波数を利用した情報発信を行うことがあります。

【緊急時AMラジオ放送周波数】

周波数 1 5 2 1 k H z

ウ 緊急事態発生の際には、テレビ速報などの現地報道、海外報道、衛星放送テレビ、NHK海外放送（ラジオ・ジャパン）等の視聴による情報収集を心掛けてください。

（3）総領事館への通報等

緊急事態発生時には日本人の安否の確認及び治安、被害状況等を正確に把握し、迅速に対応することが重要であり、在留邦人の皆様からの連絡は貴重な情報となります。

ア 爆発物の爆発、テロや争乱の発生を見聞きした場合には、随時、総領事館に連絡してください。

イ 自分や自分の家族又は他の日本人の生命・身体・財産に危害が及び又は及ぶおそれがある場合は、迅速かつ具体的にその状況を総領事館に通報してください。

ウ 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。総領事館より在留邦人の皆様に種々の助力をお願いすることもありますので、その際はご協力をお願いします。

（4）国外への退避

大規模な緊急事態が発生した場合、治安や生活環境が極度に悪化し、国外退避が必要となる場合があります。

ア 事態が悪化し、各自又は勤務先の会社等の判断、総領事館の勧告による帰国、又は第三国へ退避する場合、その旨を総領事館に通報してください（総領事館への連絡が困難である場合は、日本の外務省領事局海外邦人安全課（+81-3-5501-8160）等に通報するようお願いします。）

イ 総領事館が「退避勧告」を発出した場合、一般商業便が運航している間は、同便を使って可能な限り早急に国外へ退避してください。一般商業便が運航しなくなった場合や満席で航空券が取れない場合等には、臨時便の利用やチャーター便の手配により（これらの利用に当たっては通常は片道エコノミー正規料金の支払いが必要となります。）、状況によっては、陸路のルートを利用して退避することが必要となることもあり得ますので、総領事館の勧告に従うようにしてください。

ウ 事態が切迫し、総領事館が退避又は避難のための集結をお願いする場合には、原則として当館に集合していただくこととなります。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、旅券、現金、貴重品のほか、上記Ⅲ 1 (2) イの携行品、非常用物資を持参いただきますようお願いいたします。他方、緊急時には自分及び家族の生命、身体の安全を第一に考え、その他の携行荷物は必要最小限にしてくださいようお願いします。

なお、緊急事態発生状況によっては、当館にて指定した避難先への移動手段をアレンジすることもあります。

(5) 日本人学校

ア 日本人学校に通う子女の安全はカラチ在留邦人の最大の関心の一つです。日本人学校は、緊急事態が発生した際、児童生徒の安全確保を如何にするかについては、平時から総領事館と密接な連絡体制をとっています。

イ 学校用の緊急事態対応マニュアルの作成や避難訓練なども、同校が独自に規定して実施しています。

IV 終わりに

当地在留邦人の皆様が安全な海外渡航・滞在のため、情報の適切かつ迅速な提供に努めておりますが、本冊子に対するご意見、ご感想、ご不明な点などございましたら、総領事館領事班・警備班までお気軽にお問い合わせください。

以 上

付録「主要連絡先一覧」

(2024年4月現在)

1. 総領事館・大使館

(1) 在カラチ総領事館

住所：6/2 Civil Lines, Abdullah Haroon Road, Karachi-75530

電話：021-35220800（代表）

FAX：021-35220820

Email：japan.consulate.karachi@kr.mofa.go.jp

(2) 在パキスタン日本国大使館

住所：No. 53-70, Ramna, 5/4, Diplomatic Enclave 1, Islamabad44000, Pakistan

電話：051-9072500（代表）

FAX：051-9072352

Email：ryoji@ib.mofa.go.jp

※ パキスタンの国番号は「92」である。

2. 外務省

代表：+81-3-3580-3311

○外務省領事局海外邦人安全課（テロ・誘拐に関する問い合わせを除く）

電話番号：+81-3-5501-8276（直通）

○外務省領事局邦人テロ対策室（テロ・誘拐に関する問い合わせ）

電話番号：+81-3-5501-8160（直通）

○外務省領事サービスセンター（国別安全情報等）

電話番号：（代表）03-3580-3311（内線）2902

○外務省 海外安全ホームページ：<http://www.anzen.mofa.go.jp/index.html>

3. 警察・救急・消防署

15（警察）、115（救急）、16（消防）については、携帯電話からも同番号のダイヤルのみで通報可能。

4. 病院

(1) Aga Khan University Hospital

電話：ER 34861090~1

(2) Clifton Medical Service, Aga Khan University (CMS)

電話：99250051、03028201291~2

(3) South City Hospital

電話 : 35862301~3、 35374072~5

5. 空港

(1) カラチ (021)

・空港 : 111-247-258、 9248146

・フライト情報 : 114

(2) クエッタ (081)

・空港 : 2880213、 2281323

・フライト情報 : 114