

安全の手引き



在モザンビーク共和国日本国大使館

2025年1月

I 序言

モザンビーク共和国は16年に及ぶ内戦を経て、1992年のローマ和平協定締結から32年が経過しました。その間、日本を始め世界各国から支援を受け、その復興ぶりはアフリカの平和構築における模範といわれるほど順調に推移してきました。

一方で、地域経済格差や貧富の拡大による犯罪の増加及び凶悪化や、毎年のように発生する洪水被害等の自然災害による脅威は、ここモザンビークにおいても十分注意する必要があります。また、2024年の総選挙後、結果に異議を唱えた大統領候補の呼びかけに応じた市民の抗議活動が活発化し、一部の市民が暴徒化する等、国内情勢が不安定な状況に陥りました。引き続き、国内情勢が安堵を取り戻すまで、緊張感のある日々が続くことが予想されます。こうした状況において、在留邦人の皆様が生活をされるにあたり、安全を確保するために日頃から心掛けて頂きたい事柄を本書「安全の手引き」としてまとめました。当マニュアルを参考にして頂き、「自分と家族の安全は自分達自身で守る」という心構えを再確認し、改めて身の安全対策の見直しをお願いします。

皆様からの情報提供、御意見、お気付きの点等がございましたら下記までご連絡ください。

在モザンビーク日本国大使館
領事班

TEL : 84-2109072 / 84-1253402

E mail : embjmos@mp.mofa.go.jp

HP : <http://www.mz.emb-japan.go.jp/>

II 防犯の手引き

1 防犯の基本的な心構え

(1) 日本人がどの様に見られているかを理解する

日本という国は経済大国で金持ちが多いというイメージが一般的です。つまり、犯罪者から見れば日本人は「多額の現金をいつも持っている」、または「おとなしく、抵抗しない」等と思われており、皮膚の色が異なるアフリカ社会の中ではアジア人の容姿は目立つため、強盗やひったくり等のターゲットとなっています。従って、モザンビーク入国後は常に狙われていると考え、警戒を怠らないことが重要です。

(2) 生命の安全を優先

強盗に銃やナイフを突き付けられて金品を要求されるなどの危険な場面に直面した場合には、金品の出し渋りや抵抗するようなことは絶対にしてはいけません。強盗等の犯罪者の多くは、既に「何も失う物がない」状態のことが多いです。抵抗すれば、実際に暴力行為を受けたり、最悪の場合は傷害や殺人等の事件にも発展します。必ず、自分の生命と身体の安全を第一に考え、相手の要求に従ってください。

(3) 防犯対策に終わりなし

防犯対策ではここまでやればよいという基準はありません。体感治安の度合いや警戒心には個人差があるほか、活動場所によっても、安心できる防犯レベルは各々異なります。自分自身で個別の基準を作りそれに見合った防犯対策を行ってください。

周囲の情報や他の住居を参考にし、定期的に防犯レベルの見直しを行い、防犯対策を怠らないようにしてください。

防犯の基本的な心構え（まとめ）

- 自分の身は自分自身で守る。
- 日本の価値観、常識は捨て去り、異国であることを自覚する。
- 行動三原則「目立たない」「行動のパターン化を避ける」「用心を怠らない」を厳守する。
- 安全に関する情報のネットワークを構築し、アンテナを張っておく。
- 安全には相応のコストを惜しまない。
- 生命の安全を第一に考える。

2 最近の犯罪発生状況

モザンビークでは強盗、誘拐、性犯罪、住居侵入（空き巣含む）、車上狙

い、スリ、置き引き、ひったくり等の犯罪が多く発生し、最近では銃器を使用した凶悪犯罪も増加傾向にあり、犯罪の発生地域は都市部に集中しています。

ショッピングセンター、住宅街、大通りなど比較的人目のある場所や明るい時間帯でも犯罪が発生しており、警察官や警備員が付近にいても助けてもらえるとは限りません。また、不良警官によるゆすりや恐喝被害も度々発生しています。住居への侵入事件も毎年発生しており、より一層の防犯対策が必要となっています。以下、モザンビークで発生した邦人被害例です。

(1) 強盗

夜、タクシーを探す為、邦人が空港の外を歩行中、突然後ろから肘で首を絞められ、現金、パソコン、携帯電話、バッグ（旅券、クレジットカードなど）等の貴重品を盗まれた。（マプト市）

(2) 強盗

早朝、人気の少ない通りをジョギング中、強盗に身に付けていたウェストポーチを引きちぎられ強奪された。ポーチの中には携帯電話やカードケース等が入っており、盗まれる際、犯人に顔を叩かれた。（マプト市）

(3) 強盗

徒歩で移動中、突然背後からバイクに乗った男に身に付けていたショルダーバッグを引きちぎられ、バッグの中に入っていた現金、旅券、カード等が盗まれた。犯人はそのままバイクで逃走した。（ナンプラ州）

(4) 窃盗

深夜、2階の窓から住居へ侵入され、パソコン数台が盗まれた。邦人は就寝中だった為、気づかなかった。（マプト市）

(5) 交通事故

邦人が道路の反対側へ徒歩で横断する際、左後方側から右折を試みて減速して走行してきた車両と接触した。車両の右前ボンネット部分と邦人が衝突（背中から腰部にかけて接触）し、地面に腰を強打し打撲を負い歩行困難となった為、病院へ搬送され手当てを受けた。（マプト州）

(6) 盗難

事務所を出た際、自身の携帯に着信があった為通話しようとしたところ、突然背後から男が携帯電話を奪い、道路の反対側の藪へ逃走した。（マトラ市）

(7) 不良警官による恐喝

車両で移動中、警察に停車及び身分証明書の提示を求められたが、携帯していなかった為、国境付近の入国管理事務所まで連行され1時間ほ

ど拘束された後、金銭を要求され支払った後に解放された。
(マニカ州)

3 防犯のための注意事項

(1) 住居

ア 選定

防犯対策の第一歩は住宅の選定です。住宅を決定する要素は景観、造り、通勤距離、家賃など色々ありますが、最優先事項は安全です。一般的にマンション（アパート）→コンドミニアム→独立住宅と防犯対策は難しくなるといわれています。また、契約から入居までの間に行う修繕や防犯設備の増強は途中経過を何回も確認し、入居前までに終わるかどうか確認することが必要です。該当する内容にチェックを入れて下さい。チェックできた項目が多い家の方が、より安全に暮らせる家であると考えられます。

大分類	小分類	チェック
家の周辺	街頭がついており、道路が明るくなっている。	
	表通りからそれほど離れていません。	
	付近に売店やお店がある。	
	表通りに、人間が隠れられるような物(茂み)がありません。	
	自宅周辺で、警察や警備会社が巡回等を実施しています。	
	自宅周辺に、違法駐車の手が止まっています。	
	家に隣接している場所に空き地がありません。	
家の設備等	バックアップ・ジェネレーターが設置済みです。	
	庭に遮蔽物があまりありません。	
	扉の鍵が全て別々の形になっています。	
	正面玄関の鍵が2重になっており、チェーンもついています。	
	窓には鉄格子がついています。	
	塀に電気フェンスが設置されています。	
	堀には有刺鉄線が設置されています。	
	警備員が24時間います。	
パニックボタン(非常事態通報用ボタン)が設置されています。		

イ 入居後

生活に必要な設備を整えるのと同時に、隣近所との良好な関係作りや非常持ち出し品の選定なども行ってください。

- ・ 鍵は厳重に管理し、使用人には渡さない。紛失した場合は直ぐに取り

替える。

- ・使用人を雇用する場合は身元確認を十分に行い、行動には注意を払う（備品の場所が徐々に変わるのは盗難の前触れ）。
- ・警備員がいる場合でも安心せず、信用し過ぎない。
- ・安易に来訪者を建物内に入れない（作業等になりすまして侵入されるケースもある為）。
- ・長期間留守にする際には、警備会社へのパトロール依頼や信頼できる知人に立ち寄り等を依頼し、貴重品は置かないようにする。
- ・玄関、門扉の開閉時には周囲の安全を確認する。
- ・外出時に限らず、在宅中であってもしっかりと施錠する。

（２）外出時

強盗やひったくり等、外出時の犯罪被害が多発しています。下記の点に留意してください。

ア 服装

- ・派手（華美）な服装はせず、軽装を心掛けること。
- ・露出部分の多い服装は避ける

イ 携行品

- ・指輪、貴金属の装飾品はもちろん腕時計もできるだけ身につけない。
- ・財布（華美なものを使用しない）の中には必要最低限の現金だけを入れクレジットカード、身分証明書は別にする。
- ・携帯電話を狙ったスリ、強盗事件が多発しており、特に注意が必要。

ウ 歩行時

- ・徒歩での移動はできるだけ避ける。やむを得ない場合には人通りの多い大通りを利用し、車道からは距離を置くようにする。暗くなつてからは特に注意する。
- ・歩行時は人に尾行されていないか、すれ違う人との間隔は十分かなど、常に周囲の状況に注意する。
- ・物売り等に関心を示すと他の物売りが集まり、周囲を囲まれトラブルの元になる可能性もある。
- ・車優先社会であることを認識し、青信号の場合でも信号無視で停車しない車がないか、安全確認してから横断する。
- ・携帯電話やデジタルカメラ等を使用しない。

エ その他

- ・危険だとされている場所（海岸、下町等）へは近づかない。
- ・全ての行動をパターン化することなく、通勤や買い物等についても時間やルートを変更する。
- ・ATMを利用する際は夜間や昼間でも道路沿いにあるものは避け、銀

行や施設内で且つ警備員等人目がある場所を選んで利用する。

- ・ A T M利用後は人通りの多い主要道を移動するなど、細心の注意を払うよう心がける。
- ・ タクシーを利用する際は、流しのタクシーは利用せず、知人などから信用できる運転手を紹介してもらう。

(3) 自動車乗車時

ア 交通事情

モザンビークでは運転マナーが悪く、交通事故のほとんどが、交通ルール違反、あおり運転・危険運転、もしくは整備不良車や欠陥車によるものです。道路状況については、インフラ整備が追い付いておらず、陥没やアスファルト舗装がされていない場所や降雨時には冠水する地域もあり、最悪の場合、水没する可能性もあり注意が必要です。安全運転3原則として「車間距離の保持」、「方向指示器による合図の要領」及び「余裕を持った行動」を心がけ、防衛運転に努めて下さい。

なお、医療機関が発達しておらず、救急医療システムも余り機能していません。日本では助かる負傷でもモザンビークでは生命に関わる場合もありますので、事故には十分に注意してください。

イ 交通事故

前記の交通事情や整備不良による事故が散見され、どんなに注意していても事故が発生してしまう場合があります。その際は落ち着いて処理にあたるのが肝要です。すぐに車を安全な場所に停止させ、負傷者を救護（H I V / A I D Sが蔓延しているため、救護中に傷口部分等血液に触らないよう注意）すると共に警察へ通報してください。

ウ 自動車犯罪対策

- ・ 車両及び部品の盗難が多発しているため、アラーム等のセキュリティ装置を使用する。
- ・ 乗車中はドアをロックし、窓は開けない。
- ・ 路上駐車は避け、駐車場へ入れるようにする。
- ・ 駐車後、車から離れる際は、必ずドア、トランク、窓が完全に閉まっているか確認する（気付かれないように半ドアにされ、施錠できない状態にした後、車内のものが盗まれるケースあり）。
- ・ 鞆や荷物は、トランク又はシートの下など外から見えないところに置く。
- ・ 万一事故が発生した場合にはその場で示談せず、速やかに警察に通報する。

カージャックの主な手口

- 停車中の車に接近して乗車中の人を強制的に外へ出して車を奪う
- 後ろから車をぶついたり、前方に回り急ブレーキをかけたりして、止めさせ、降りたところを奪う
- 事故やけが人を装い、助けを求め停車した車を奪う
- 狙った車にパッシングをしたり、手を振ったりして、車に異常が発生したように思わせて、止まった車を奪う
- 障害物（木や石等）で道路をふさぎ停車したところを奪う

4 テロ・誘拐対策

(1) 治安情勢

近年、モザンビークは高い経済成長を続けてきましたが、ここ数年は資源価格の下落に加え、非開示債務問題の発生による経済情勢の悪化や所得格差の拡大を背景に、強盗、誘拐、性犯罪、スリ、空き巣、車上荒らし等の犯罪が多発し、治安の悪化が社会問題になっています。また、当国では1992年の内戦終結後も、内戦で戦った政府与党フレリモと野党レナモの間には政治的な緊張関係が存在し、レナモ党支持の強い北中部地域の一部では、政府軍や警察と自称レナモ軍事委員会と称する武装集団との間で衝突が発生してきました。2019年8月ニュシ大統領とモマデ・レナモ党首との間で恒久的和平合意が成された後も、ソファアラ州及びマニカ州では、モマデ党首に反発する同武装集団による襲撃が度々発生してきましたが、2021年10月ソファアラ州にて、自称レナモ軍事委員会の指導者が死亡したことにより、同州及びマニカ州での襲撃は終息しました。一方、2024年の総選挙後には、モンドラーネ大統領候補が同選挙結果に異議を唱え、国内各地における一般市民への抗議行動への参加を呼びかけ、同候補は平和裏な抗議活動を呼びかけていたにもかかわらず、一部の市民が略奪、放火、道路封鎖、公共施設の破壊等の行為に走り、暴徒化する等、国内情勢の不安定化が見られました。

(2) テロ情勢

また、2017年10月以降、当国北部のカーボデルガード州では、身元不明のイスラム武装勢力による襲撃事件が頻繁に発生しており、町や村、警察や治安部隊の拠点を襲撃し、家、診療所、銀行、教会等を破壊

し、民間人や兵士を多数殺害しています。2021年3月から4月にかけては、パルマ郡パルマの町及びトタル・エナジーズ社付近にて、イスラム武装勢力による大規模襲撃が発生し、多数の民間人（外国人含む）が犠牲になりました。

ニアッサ州の一部の郡では2021年11月から2022年3月の間、また、ナンプラ州北部の一部の郡では2022年6月から2024年12月の間に、イスラム武装勢力による襲撃も確認されております。

2021年8月以降、ルワンダ軍や南部アフリカ共同体（SADC）によるSAMIM軍が介入し、モザンビーク政府軍と共に同州の治安回復並びに武装勢力への掃討作戦を開始しましたが、完全に排除することは出来ないまま、2024年7月には同州からSAMIM軍が任期を終え撤退しました。現在も依然として同州での武装勢力による襲撃が続いている為、ルワンダ軍とモザンビーク軍による作戦が引き続き展開されておりますが、現時点で収束する見通しは立っていません。

このような情勢を十分に認識し、誘拐、脅迫、テロ等の不測の事態に巻き込まれることのないよう、海外安全情報及び報道等より、最新の治安・テロ情勢等の情報入手に努め、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。

（3）誘拐

モザンビークでは誘拐事件が断続的に発生しています。ターゲットは主にインド系や中東系のモザンビーク人で、実業家や会社経営者などの富裕層であり、金銭目的の犯行とみられています。今後、日本人が狙われる可能性も否定できません。（ポルトガル人やトルコ人等の外国人が誘拐されたケースあり）。また、2021年には経営者が誘拐されそうになった際、抵抗した為、犯人に銃で撃たれ殺害されるといった凶悪事件も発生しており、十分注意が必要です。

（4）一般的な心構え

ア 出勤時や外出時には必ず家の付近の駐車車両や歩行者などをチェックし、普段と変わったところがないか注意してください。

イ よく利用するルートについては警察や軍施設、政府機関の所在地を頭に入れ二つ以上のルートを確保し不規則行動を心がける。（行動パターンを読まれないようにし、買い物や食事などで同じ時間に同じ店に行くことを避ける。）

ウ 児童・生徒の学校等への送迎の際には、父・母が付き添うようにしてください。

エ 誘拐予防策の三原則として「目立たない」・「行動を予知されない」・「用心を怠らない」を守り、日頃から安全確保に十分注意することが

大切です。

5 緊急連絡先

基本的な連絡先のみを記載してありますが、警察の代表電話等は繋がりにくいことが多いので、所轄の警察署など必要と思われる緊急連絡先を各自で準備してください。

(1) 在モザンビーク日本国大使館

住所：Av. Julius Nyerere 2832 CP 2492
Maputo

開館時間：08:00～17:00（土・日・祝日を除く）

電話：84-2109072
84-1253402

時間外（平日） 電話：84-3258360

（土日、祝日） 電話：84-5117616

(2) 警察：112

(3) 消防：82-198、21-322222

(4) 救急車：公共の救急車（115）は、到着までかなりの時間を要すこともあるため、有料となるが、マプト市内では民間病院の救急車を要請することを推奨する。

○ Hospital Privado de Maputo
（私立病院：マプト市）

TEL：（代表）21-488600 / 84-3030967 / 8 / 9

○ Instituto do Coracao (ICOR)
（私立病院：マプト市）

TEL：82-3388（代表）82-3274800
84-3274800 / 1（救急専用）
82-3388、84-8888

6 緊急時に役立つ簡単なポルトガル語

- | | |
|--------|----------------|
| ① 助けて！ | Socorro!（ソコーロ） |
| ② 泥棒だ！ | Ladrão!（ラドラン） |
| ③ 強盗だ！ | Assalto!（アサルト） |

- | | |
|--------------------|---|
| ④ 誰か手伝ってください。 | Alguém me ajude, por favor.
(アルゲン ミ アジューテ、 ポル ファウ オール) |
| ⑤ トイレはどこですか？ | Onde fica a casa de banho?
(オンテ ィ フィーカ カーサ テ ハーニョ) |
| ⑥ 警察署はどこにありますか？ | Onde fica a esquadra de policia ?
(オンテ フィーカ ア エスクアト ラ テ ポリスイア) |
| ⑦ 警察を呼んでください。 | Chame a polícia, por favor.
(シャメ ア ポリスイア、 ポル ファウ オール) |
| ⑧ パスポートを盗まれました。 | O meu passaporte foi roubado.
(オ メウ パ サポ ルテ フォイ ロウバート) |
| ⑨ 救急車を呼んでください。 | Chame ambulância, por favor
(シャメ アンブ ランシ ア ポル ファウ オール) |
| ⑩ 病院に運んでください。 | Leve-me para o hospital
[a clinica] , por favor.
(レーウ ェメ パラ オ オスピ タル
[ウマ クリニカ] ポル ファウ オール) |
| ⑪ 火事だ！消防車を呼んでください。 | Fogo! Chame o bombeiro.
(フォーゴ ! シャメ オ ホンベ イロ) |
| ⑫ 公衆電話はどこにありますか？ | Onde fica o telefone público?
(オンテ フィーカ テレフォネ プ ブリコ) |
| ⑬ 誰か日本語〔英語〕を話せますか？ | Alguém fala japonês [inglês] ?
(アルゲン ファーラ ジ ャポ ネース [イング レース]) |
| ⑭ 日本大使館に電話してください。 | Telefone para a Embaixada do
Japão, por favor.
(テレフォネ パラ ア エンバ イシャダ ト
ジ ャパン ポル ファウ オール) |

Ⅲ 在留邦人用緊急事態対処マニュアル

本手引きにおける「緊急事態」とは、在留邦人の生命、身体、財産に対する脅威を及ぼす恐れがあると認められる事案を想定しています。

例：戦争、内乱、クーデター、暴動、テロ、大規模事故、大規模自然災害

1 平素の心構えと準備

(1) 連絡体制の整備

- ・ 3か月以上滞在する場合は在留届（在留届電子届出システムORRnetは[こちら](#)）を提出してください。また、転居等により連絡先が変更にな

った場合及び出国する際は、必ず変更届または帰国届を提出してください（ORRnetで在留届を提出された方は、ORRnetから変更手続きをお願いします）。

- ・3か月未満の場合は「たびレジ」（登録先は[こちら](#)）の登録をしてください。
- ・緊急事態が発生した際には、当館から「電話」「Eメール」等で情報提供等を行います。
- ・所属先や家族間で緊急時の連絡方法を決めておき、平素よりお互いの所在を把握しておくことも重要です。

(2) 一時避難場所及び緊急時避難先

- ・緊急事態発生の際には、常に周囲の状況に注意し、可能な限り情報収集し、危険な場所に近づかないようにしてください。事態が深刻になった際の一時避難場所（連絡が取れる場所が望ましい）をどこにするか予め検討しておく必要があります。
- ・大使館は、緊急事態に際しての避難場所として当館事務所を想定していますが、事態の状況により他の場所を指定することがあります。

(3) 緊急事態時における携行品、非常用物資の準備

- ・「旅券」「現金」等の必要なものは、すぐに持ち出せるよう準備しておいてください。
- ・緊急事態発生時には交通機関や医療機関などの混乱が予想されるため、「食料」「医薬品」「常備薬」等の防災グッズを非常用として2週間分程度を備蓄しておいてください。

2 緊急事態発生時の行動

(1) 心構え

緊急事態の発生又はその恐れがある場合には、当館は在留邦人の安全に万全を期し、必要な情報は随時「電話」や「Eメール」等を通じて連絡します。緊急時には情報が錯綜しますので平静を保ち、流言飛語に惑わされないよう注意してください。

(2) 情勢の把握

当館からの連絡は「電話」「Eメール」により行いますが、これらが不通の場合は随時「当館ホームページ」を確認してください。

(3) 当館への連絡

- ・自宅周辺で異常事態が発生した場合には、遠慮なく当館へ連絡してください。情報を共有し、情勢を検討する上で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」に危害が及んだ場合や危害が及ぶ恐れがある場合には、迅速にその状況を当館へ連絡してください。

(4) 国外への退避

- ・日本政府が「退避勧告」を発出した際には、一般商用便が運行している間に可能な限り早急に安全な場所へ退避してください。その際は、可能な限り事前に当館（退避先在外公館または外務省も可）への連絡をお願いします。一般商用便の運行がなくなった場合や予約が取れない場合等は、その他の方法（チャーター便の手配、陸路による脱出等）による国外退避が必要となりますので、当館との連絡を緊密に保つよう心掛けてください。
- ・事態が切迫した場合には、当館から退避又は避難のための集合を呼び掛けます。その際には、上記1.（2）で指定した緊急時避難先に集合してください。避難先で待機する必要があることも想定されますので、可能な限り上記1.（3）の非常用物資を持参するようお願いいたします。また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するようお願いいたします。

緊急事態に備えてのチェックリスト

～ 安全のための必需品 ～

- 非常食（水、缶詰等の食料）
- 自動車（良い整備状態を維持、燃料はタンク半分以上を保持）
- 生活必需品の備蓄（乾電池、トイレットペーパー等）
- 衣類関係（長袖、長ズボン、履物は靴底が厚く頑丈で動きやすいもの）
- 連絡手段（携帯電話は緊急事態時、使用できない可能性が高い）
- 救急医薬品（常備薬、外傷薬、消毒用石鹸、絆創膏等）
- 懐中電灯、ローソク、マッチ、ライター、缶切り、ナイフ、割り箸
- パスポート（写真面、査証面の写し）
- クレジットカード紛失時の連絡先、その他必要書類のコピー
- 緊急時の連絡先リスト（財布等に携行する）
- 国外・国内退避時の非常持ち出し品リスト及び退避先リスト

～ 用意した方がいい物 ～

- 短波ラジオ（電池仕様のもの）NHKラジオワールドを受信
15290kHz（10：00～12：00）、11945－15130kHz（19：00～23：00）
- Eメールアドレス（Gmail、hotmail等）
（当館から防犯情報等のお知らせメールを配信します。）

～ 忘れないでください ～

- 日本の親族との定期連絡
- 各種保険（生命保険、車両保険等）の加入・更新
- 外務省渡航情報（モザンビーク）のチェック
（インターネット：<http://www.mofa.go.jp/anzen/>）
- 在留届と出国届（モザンビーク国内での住所や電話番号の変更があった場合も必ず変更手続きを行ってください。）
- パニックボタン等の警備機器の確認（設置場所、機能点検等）
- 旅券の残存有効期間（6ヶ月以上）の確認、所持人記入欄の記載事項（特に血液型）の確認、イエローカードは旅券とともに所持。
- 現金（米ドル、ユーロ、モザンビーク・メティカル）クレジットカード等

IV 結語

海外での生活においては「自分の身は自分で守る」ことが重要です。この「安全の手引き」を参考に、常に高い警戒心を持ち安全対策を講じてください。