

安全の手引き

令和7年3月改訂
在バーレーン日本国大使館

目次

第1. はじめに	P. 2
第2. 防犯マニュアル	P. 3
1. 基本的心構え		
2. 最近の犯罪発生状況		
3. 具体的留意事項		
4. 交通安全対策		
5. 事件事故への対応要領		
6. 緊急連絡先等		
第3 緊急事態対策マニュアル	P. 9
1. 心構え		
2. 平素より講じておく措置		
3. 緊急事態発生時の対処要領		
4. 自然災害		
5. 主要連絡先		
チェックリスト(緊急事態用携行品等)	P. 13

第1. はじめに

この「安全の手引き」は、バーレーンに滞在される邦人の皆様が、テロや犯罪・事故などの被害に遭うことなく安全で快適な生活を送るために、「防犯マニュアル(犯罪や事故の未然防止を目的とした基本的な事項)」、「緊急事態対策マニュアル(テロや騒乱、自然災害等、生命、身体、財産の安全にかかる緊急事態時における対応要領)」の2部構成でまとめております。

皆様の安全対策の見直しの一助となれば幸いです。

【在留届】

3か月以上滞在される方は、忘れずに「在留届」を提出してください。

「在留届」は、ご本人及びご家族の各種領事手続きの際に利用されるだけでなく、大使館からの緊急連絡、安否確認、援護活動など、緊急時の連絡を迅速に行うために必要となります。

また、旅券法で、海外に3か月以上滞在する場合は、管轄する大使館・総領事館に届出をすることが義務づけられていますので、必ず手続きしてください。

インターネットによる「在留届電子届出システム(ORR net)」

(<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/>)から在留届を提出することができます。

帰国、転居、家族構成・連絡先の変更などの場合は、「変更届」の提出を忘れないでください。

【たびレジ】

3か月未満の短期滞在の方は、「たびレジ」に登録してください。

当地に3か月以上長期滞在されている方も、当地以外の国に行かれる時には滞在先の国に登録できます。

詳しくは、次のホームページ(<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/>)をご覧ください。

第2. 防犯マニュアル

1. 基本的心構え

(1) 安全意識の高揚

(ア) 何よりも自分と家族の安全は自分たちで守るとの心構えを持ちましょう。

(イ) 「予防」こそ最良の危機管理です。最悪の事態を想定して万全の準備をしてください。

(ウ) 海外での行動三原則は、「目立たない」、「行動のパターン化を避ける」、「用心を怠らない」です。

(2) 安全に関する情報収集

(ア) 日頃から新聞、テレビ、ネット、SNS等のニュースに関心を持ちましょう。

(イ) あらゆる機会を通じて情報収集に努めてください。

(3) 緊急時の連絡先、連絡方法の把握

大使館、警察、消防、病院、会社等の連絡先・連絡方法を確実に把握しておきましょう。

(4) イスラム教への理解

(ア) 服装

肌をむやみに露出しないことも重要です。特に女性は肌の露出を極力避けるように注意が必要です。

(イ) ラマダン月

ラマダン月期間中(2025年は概ね3月中)は、日の出から日没までの間、イスラム教徒以外の者であっても、公共の場所での飲食(ガム、アメ、喫煙を含む)が法律で禁止されています。期間中は警察が取締りを行っています。また、期間中の夜間は多数の人々が街に繰り出し、事件事故が多発する傾向にありますので、特に注意が必要です。

(5) 夜型社会に伴う防犯

バーレーンは、夏の過酷な気象条件等の理由から夜型社会であり、主要幹線道路沿いの大型店舗や繁華街等では、一日の最後の礼拝時間以降は大勢の客で賑わいます。特に週末は大変な混雑となり、一部の地域では若者による暴走運転やけんかトラブルも発生することから、夜間に外出する際は注意が必要です。

(6) 写真撮影に関する注意

警察・軍事施設、港湾施設などの重要防護対象になっている施設は一般的に写真撮影が禁止になっております。また、モスクなどの宗教施設や女性にカメラを向けると、トラブルになる可能性がありますので、慎重な行動を心がけて下さい。

2. 最近の犯罪発生状況

バーレーンでは、2011年、いわゆる「アラブの春」に触発された全国的な反政府デモにより、大規模な騒乱が発生し、多くの日本人が緊急帰国する事態となりました。騒乱は、サウジアラビアをはじめとするGCC連合軍の出動等により沈静化しましたが、現在でも、全国各地で非合法のデモが行われているほか、一部の反政府過激グループと治安部隊が衝突する事案が時折発生し、逮捕者が出る事態となっています。

一般犯罪については、日本人を直接の対象とした犯罪は多くはありませんが、過去には日本人女性に対する痴漢被害が確認されている他、外国人を狙った殺人、強盗、放火等の凶悪犯罪や、窃盗、暴行、違法薬物の密輸・密売等の犯罪も少なからず発生していますので、十分な注意が必要です。また、最近では、インターネットやスマートフォン等を利用して金銭を詐取る詐欺事案が発生していることから、不審な電話やメール、SMSには十分注意し、安易に個人情報第三者に提供しないことが重要です。

3. 具体的留意事項

(1) 住居

(ア) 立地条件と安全対策をポイントに選ぶことが大切です。

一般に夜間でも明るく、ある程度人通りがあり、見通しのきく場所が安全です。家の構造や近隣との位置関係を検討し、安全対策を立て易い住居を選んでください。

24時間警備員が常駐しているフラット、コンパウンドは安全性が高いといえます。

(イ) 住居の境界線、建物外周、建物内部の3か所に物理的、段階的な**3つの防衛線**(第1次、第2次及び第3次防衛線)を設け、必要な対策をとることが効果的です。

以下、具体的な対策としてチェック事項を示します。

第1次防衛線 : 出入口を含む住居の外周・敷地境界線を構成する防衛線をいう。

- 門は施錠されているか、または警備員が常駐しているか。
- 外周の照明は明るい。
- 塀の高さは十分か。
- 塀の周囲に、よじ登る足場となる設置物(大型ゴミ箱等)はないか。
- 植え込み、生け垣は隠れ場所とならないよう定期的に手入れされているか。

第2次防衛線 : 居住する住宅建物の外周を構成する防衛線をいう。

<玄関施錠>

- 玄関の鍵は二重ロック(1ドアに2種類以上の鍵)になっているか。
- 錠はしっかり取り付けてあるか。また、ドア自体の素材は丈夫か。
- ドアチェーンはあるか。
- 覗き窓はあるか。
- 鍵は全て正常に動くか。
- 家族以外で鍵を持っている者はいないか。

- 予備鍵を玄関近くの植木鉢、郵便受け、マットの下等他人が容易に発見できる場所に隠していないか。

<窓>

- 夜間・外出時には鍵をかけているか。
- 鍵は全て正常に働くか。
- 2階の窓からの侵入に利用可能なものを放置していないか。

<ガレージ>

- 夜間・外出時には鍵をかけているか。
- 鍵は正常に働くか。
- ガレージの中に、侵入の道具や凶器となるような物を置いていないか。

第3次防衛線 : 第2次防衛線内に設けた避難区域を構成する防衛線をいう。

<寝室>

- 寝室に錠を取り付け、有事の際に避難区域として利用することが可能か。

<その他>

- 消火器はあるか。また、使用方法を知っているか、正常な状態か。
- 現金・貴重品は、持ち出すことのできない固定式金庫に保管してあるか。
- 貴重品等の製造番号は控えてあるか。
- 盗難にあった場合、直ちに警察に連絡するよう家族に徹底しているか。
- 家族各人は住居に異常があった時の行動を熟知しているか。
- 隣の住人がどんな人か知っているか。

(2)日常生活

(ア)電話に関する注意

- (i) 電話を取る際、こちらから名乗っていないか。
- (ii) 間違い電話に対してこちらの番号を教えていないか。
- (iii) 不審な電話(脅迫電話)に対する処置を家族間で確認しているか。

(イ)訪問者に対する注意

- (i) 訪問者の身元をよく確認してから対応しているか。
- (ii) 配達人(物)に対する警戒は十分か。
- (iii) 見知らぬ者(工事人等)を安易に敷地に入れていないか。

(ウ)使用人に対する注意

- (i) 使用人はあくまでも他人であり家族ではないことに留意する。
- (ii) 使用人の身元(CPR,パスポート)及び保証人を確認しているか。
- (iii) 来訪者、電話(特に家人が留守の時)の対応の仕方を徹底してあるか。
- (iv) 各種連絡表等を使用人の目に触れるところに掲示等してはいないか。
- (v) 家人の旅行日程、外出等の行動予定を使用人に知らせる場合、慎重に行っているか。

- (vi) 使用人に犯罪を誘発する環境(現金・宝石類の放置等)を与えていないか。
- (エ) 家族に対する注意
 - (i) 常に家族全員が直ちに連絡を取り合える体制をとっているか。
 - (ii) 家族旅行の計画、その他の計画を他人に漏らしていないか。
 - (iii) 子女の通学路の安全は確保されているか。
 - (iv) 子供の外出に際しては十分な注意を払っているか。
- (オ) 外出時の注意
 - (i) 戸締まり、施錠を確認しているか。
 - (ii) 一見して留守と分かる書き置きをドア等に貼っていないか。
 - (iii) 部屋の一室の電灯をつけたままにしておく等、家人がいるように見せる工夫をしているか。
 - (iv) 出勤経路等、日常の行動パターンを意識的に変えているか。
 - (v) 高価な貴重品や多額の現金をなるべく持ち歩かないようにしているか。
 - (vi) 時々後ろを振り返るなどして、他人につけられていないか確認しているか。
- (カ) 自動車安全対策
 - (i) ガードマン等に管理されている駐車場に駐車しているか。ガードマン等のない場合は、人通りの多い、明るく人目の付く場所に駐車しているか。
 - (ii) 車に乗り込む際は、車の外周、車体下部、車内等を点検し、不審点がないか確認しているか。
 - (iii) 車内に貴重品、携帯電話等被害の対象になりそうな物を放置していないか。

4. 交通安全対策

(1) 「かもしれない運転」

こちらが安全運転を心掛けていても、他の車が急な進路変更や割り込み、急停車することで発生する事故が後を絶ちません。また、ウィンカーを点灯させずに、車線変更や右左折をする車両が非常に多いです。

したがって、急な進路変更・割り込み時の衝突を回避できるよう、十分な車間距離の確保、スピードの厳守等安全運転に努めてください。他の車が、「止まるであろう」「譲ってくれるであろう」ではなく、「止まらないかもしれない」「急に車線変更してくるかもしれない」という意識で運転することが大切です。

(2) ラウンド・アバウト

ラウンド・アバウト(Roundabout)の中は内側の車両、既にラウンド・アバウト内にいる車両が優先ですので、ラウンド・アバウトに入る時のタイミングの取り方に注意が必要です。また、ラウンド・アバウト内での車線変更は危険ですので、ラウンド・アバウトに入る前に進入車線を決めておく必要があります。

(3) 降雨時・強風時の運転に注意

一年を通して雨が降ることが少ないですが、年に数回の降雨時には、排水設備が十分に整備されていないため、幹線道路等でもすぐに冠水します。また、強風時には道路上に砂が堆積し、滑りやすくなる上、視界が遮られたり、ハンドルが取られたりすることがありますので、いつもより速度を落として安全運転を心がけることが重要です。

(4) 交通渋滞、ラマダン中の運転に注意

時間に余裕を持った運転を心掛ける。時間に追われ、気が焦っている時ほど注意が散漫になりがちです。平日の通学時及び下校時間帯は、激しい交通渋滞が起こります。普段から混雑する時間帯、道路状況を把握しておき、渋滞に遭っても目的地で時間を潰すくらいの余裕を持って出発してください。特にラマダン月の午後の退社時間帯には断食中のドライバーがイライラした状態で運転しているため、交通事故が最も多く発生する危険な時間帯であるといわれています。

(5) 交通事故にあった場合の処置

交通事故に遭遇した場合には自損、他損の別を問わず、軽微の事故でも直ちに交通警察(電話 199)に通報してください。負傷者がいる場合には救急(電話 999)にも通報が必要です。

5. 事件事故への対応要領

(1) 警察への通報

万一、盗難等の犯罪被害に遭ったときには、事件発生現場を所轄する警察署に連絡します。警察は必要に応じて警察官を現場に派遣して調査するほか、調書(Police Report)を作成します。

Police Report は旅券、航空券、クレジットカード、トラベラーズチェック等の再発給や海外旅行保険の請求等、事後処理に必要となりますので大切に保管してください。

(2) 緊急電話 999

警察、消防及び救急に関する緊急電話ダイヤルは、999 です(日本の 110 番及び 119 番に相当)。常に英語のできるオペレータが待機しています。

(3) 大使館への通報

犯罪の被害に遭った場合には、大使館へご連絡ください。可能な範囲での支援をいたします。

(4) 旅券の盗難、紛失

(ア) 所轄警察署と大使館(領事班)に連絡してください。

(イ) 警察署での届出に必要な書類

CPR、パスポートのコピー

(ウ) 旅券の再発給に必要な書類

(i) 警察の受理証明書1通(Police Report)

(ii) 旅券紛失(焼失)届1通

(iii) 一般旅券再発給申請書2通

(iv) 写真(パスポートサイズ)2枚

なお、再発給には約1か月かかります。緊急に帰国を要するときは「帰国のための渡航書」の発給を受けてください。

6. 緊急連絡先等

在バーレーン日本大使館

代表(電話:+973-1771-6565、FAX:+973-1771-5059)

領事班直通(電話:+973-1771-1313)

- 開館日は、祝祭日を除く日曜日から木曜日です。
- 領事窓口の開館時間は、午前8時から午後2時です。
※ ラマダン中は、午前8時30分から午後1時30分となります。
- 時間外及び休館日は、下記電話番号におかけください。
(メイン)+973-3945-5427
(サブ1)+973-3838-9721
(サブ2)+973-3946-6810

第3 緊急事態対処マニュアル

「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おそれがあると認められるテロ、内乱及び自然災害等の事案を想定しています。緊急事態発生時に的確、迅速に対応するため、本マニュアルを参考にいただければ幸いです。

1. 心構え

緊急事態はいつどこで発生するか分かりません。緊急事態に備え、携行品や非常用備蓄品等の準備を常日頃から行い、勤務先、通勤途中、自宅等で緊急事態に巻き込まれた場合を想定し、家族や社内等で緊急時の連絡方法や対応要領等について、あらかじめ話し合っておくとともに、日頃より自分の行き先や所在などを家族や同僚等に連絡するよう心がけてください。

2. 平時より講じておく措置

(1) 連絡体制の確立

(ア) 緊急連絡網

大使館は、緊急事態を認知した場合は、第一報を「緊急連絡網」等に基づいて連絡します。連絡担当者は、いつでも連絡できるように緊急連絡網を把握しておき、各組織内においても連絡体制を確立してください。

また、赴任、転勤等で連絡先に変更が生じた場合は、必ず在留届の変更手続きを行ってください。

(イ) 電話が不通の場合、大使館より、FM 放送(95.7MHz)による情報の伝達を行います(状況に応じ「96.2 MHz」又は「94.9 MHz」を使用することもあります)ので、各自 FM ラジオを常備してください(車載ラジオは比較的受信感度が良好です。)

(2) 情報収集

治安・災害情報に関しては、外務省や当館から領事メール等を活用して情報発信いたしますが、邦人の皆様におかれましても現地メディアや SNS 等を通じて情報収集に努めてください。また、関連する情報を入手した場合は、些細な情報でも大使館へご一報をお願いいたします。

<参考(安全情報提供ウェブサイト)>

- 外務省海外安全ホームページ … <http://www.anzen.mofa.go.jp/>
- (社)海外邦人安全協会(JOSA) … <http://www.josa.or.jp/>
- 米 국무省外交保安局(OSAC) … <http://www.osac.gov/>
- 米 국무省領事局 … <http://www.travel.state.gov/>
- 英外務省 … <https://www.gov.uk/government/organisations/foreign-commonwealth-development-office>

(3) 緊急事態用携行品の準備

速やかに避難ができるように、現金、旅券、クレジットカード及び携帯電話等は常備してください。(本マニュアル末尾の「チェックリスト」をご参照ください。)

(4) イメージトレーニング

緊急事態に遭遇した場合、マニュアルを所持しているだけではパニック等により適切な行動をとれないことがあります。平素より具体的に事案を想定し、どのように行動するのかをイメージすることが必要です。

イメージトレーニングを繰り返し行うことにより、様々な問題点を把握することができるとともに、緊急事態発生時の冷静な対応に資することとなります。

3. 緊急事態発生時の対処要領

(1) 緊急事態が発生した場合の体制

緊急事態が発生した場合、日本国大使館に「緊急事態対策本部」(以下「対策本部」という。)を設置します。

(2) 初動時の留意事項

(ア) 緊急事態発生時には、冷静沈着に、状況把握に努める必要がありますが、情報が錯綜し全体像の把握に時間がかかることが予想されます。

(イ) 事案発生に気づいた場合、住居やオフィスの避難部屋に一時避難し、周囲の状況を確認して、安全が確認された段階で外部に避難してください。また、外出中であれば、事案発生地点から速やかに離れてください。

(3) 情報伝達の徹底

(ア) 対策本部から邦人への情報伝達

緊急事態が発生した場合、対策本部から、最新情勢に関する情報等をEメールやSMS(ショートメッセージサービス)により発信いたします。

(i) 電話による連絡を行う場合

「日本人会緊急連絡網」により伝達します(一部在留邦人については大使館から直接電話連絡します)。

連絡を受けた人は、緊急連絡網に従って連絡内容を正確に伝え(漏れがないようメモを取る)、連絡がつかなかった場合には連絡網の次の人に連絡してください。

連絡網の最後の人は連絡を受けた内容及び不在のため情報が伝わっていない者の氏名を大使館まで連絡してください。

(ii) 電話による連絡が不可能な場合

電話が不通の場合、定期的にFM放送(95.7MHz)による情報の伝達を行います(状況に応じ、「96.2 MHz」又は「94.9 MHz」を使用することもあります)。

(イ) 対策本部への連絡

在留邦人の皆様にあつては、必ず、対策本部に対し、安否確認のための連絡をお願いします。

また、現場の状況を目撃または情報を得た場合は、可能な範囲で対策本部へ連絡してください。

(ウ) 固定電話設置の検討

緊急事態発生時、携帯電話は通話制限等により不通となるおそれがあります。一般回線の固定電話の設置をお勧めします。

なお、携帯電話の通話が不通でもSMSは使用できる場合があります。

(4) 各種勧告

対策本部は、緊急事態の状況に応じて、在留邦人の皆様の安全確保に必要と認められる場合、自宅待機勧告、避難勧告等を発出します。

(5) 避難場所

緊急事態の発生状況により対策本部は、大使館等を避難場所として指定し、避難勧告を発する場合があります。迅速に集結できるよう位置や道順についてあらかじめ確認しておいてください。また、集結の際には、しばらくの間避難先で待機する必要がある場合も想定されますので、非常用物資(チェックリスト参照)を持参するようお願いいたします。なお、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最小限にさせていただきようお願いします。

4. 自然災害

バーレーンには活火山もなく、地震もほとんど観測されず、台風やサイクロンに見舞われることもありません。年間を通して雨が降ることもめったにありませんが、例年11月位から4月頃までの時期は降雨や砂嵐(砂塵混じりの暴風)が時折発生しています。

当地の道路は排水設備が十分に整備されておらず、幹線道路でもすぐに冠水し、車が水没するおそれもあります。また、ドライバーが雨天時の運転に慣れていないため、交通事故の発生するリスクも高まります。

降雨・砂嵐発生時には、特に以下の点に注意してください。

- ・冠水した道路を無理に通行すると水没するおそれがありますので、絶対に通行しないでください。
- ・当局(警察、消防等)から避難指示があった場合は、指定された安全な場所に避難してください。
- ・建物の周囲が浸水し、屋外に避難できない場合は、建物の高層階に避難してください。
- ・街灯や露出した電線に水が触れるとショートし、感電する可能性もあるため、近付かないようにしてください。
- ・大雨や砂嵐が予報されている時には不要不急の外出は控えてください。
- ・運転中に大雨、砂嵐に見舞われた場合は、安全な場所に駐車して風雨が落ち着くまで待ってください。運転する際はヘッドライトを点灯して、速度をいつもより落とし、車間距離を十分にとるようにしてください。

〈参考サイト〉

バーレーン気象庁: <https://www.bahrainweather.gov.bh/>

5. 主要連絡先

<外務省>

代表 Tel: (+81)3-3580-3311

領事局海外邦人安全課 Tel: (+81)3-5501-8160 Fax: (+81)3-5501-8156

領事局邦人テロ対策室 Tel: (+81)3-5501-8165 Fax: (+81)3-5501-8163

<在バーレーン日本国大使館>

平日・日中 Tel: +973-1771-6565

夜間・休日 (メイン)+973-3945-5427

(サブ1)+973-3838-9721 (サブ2)+973-3946-6810

<バーレーン関係機関等>

○ 警察・消防・救急 999

○ 交通警察 199

○ 警察メディアセンター

<https://www.policemc.gov.bh/en/>

○ 内務省 NPRA (Nationality, Passports & Residence Affairs)

<https://www.npra.gov.bh/en/>

<主要病院～24時間の緊急外来が可能な病院>

○ American Mission Hospital [民間総合病院、救急対応あり (24時間)]

電話: [代表] +973-1717-7711 (06.30 am - 10:00 pm)

Web: <http://www.amh.org.bh/>

○ Bahrain Specialist Hospital [民間総合病院、救急対応あり (24時間)]

電話: [代表] +973-1781-2000 / [救急] +973 17812111

Web: <https://bahrainspecialisthospital.com/>

○ Salmaniya Medical Complex [国立総合病院、救急対応あり (24時間)]

電話: [代表] +973-1728-8888 / [救急] +973 17284080 / 17284090

Web:

<https://www.moh.gov.bh/HealthInstitution/SalmaniyaMedicalComplex?lang=en>

○ King Hamad University Hospital [国立総合病院、救急対応あり (24時間)]

電話: [代表及び救急] +973-1744-4444

Web: <http://www.khuh.org.bh/>

○ Bahrain Defence Force Royal Medical Hospital

[国立総合病院、救急対応あり (24時間)]

電話: [代表及び救急] +973-1776-6666

Web: <https://www.bdfmedical.org/>

<バーレーン日本人会>

<https://japanesesociety-bh.jimdofree.com/>

チェックリスト(緊急事態用携行品等)

旅券等

すぐに持ち出せるように保管してください。旅券の有効期限、査証欄残数等に注意するとともに、最終頁の所持人記載欄も漏れなく記載しておいてください。

なお、査証申請、旅券再発給用の写真を、旅券とは別に保管しておくことをお勧めします。また、当国の滞在許可証、再入国許可証は常に有効なものとしておくことが必要です。

貴重品、現金、クレジットカード等

旅券同様、すぐに持ち出せるように保管してください。

現金については、家族全員が10日間程度生活できる程度の現金(米ドル貨及び当座必要な現地通貨)を用意しておくことをお勧めします。(その保管には注意が必要です。)

食料・飲料水の備蓄

緊急事態時の自宅待機、退避に備え、家族全員で最低10日間程度生活できる量を確保してください。(米、調味料、缶詰・インスタント食品等の保存食料、ミネラルウォーター等)

自動車の整備と燃料の補給

緊急避難時の移動に際し、自動車が不可欠になります。日頃からタイヤ、ライト、エンジンオイル、バッテリー等を整備しておくとともに、燃料は半分になったら給油する習慣をつけることが大切です。

なお、自動車を保有していない人は、自動車を保有する近隣の同僚、その他邦人と連絡をとり、有事の際の同乗を依頼しておくようにしてください。

その他携行品の用意

上記に加え、次の物品を平素から備えることとし、かつ、有事に直ちに持ち出せるようにしておいてください。

- 衣類 ~ 動きやすく、目立たない色のもの
- 履物 ~ 動きやすく、丈夫なもの
- 薬品 ~ 常備薬、ファースト・エイド
- 雑貨 ~ 懐中電灯、ライター、ナイフ、洗面具、タオル、ティッシュ、毛布(寝袋)、各種電池、筆記用具
- ラジオ ~ 短波放送(NHK 海外放送等)や FM 放送が受信でき、電池仕様のもの
- 携帯電話 ~ 充電器、予備バッテリーを含む