

在留邦人向け 安全の手引き

令和6年1月1日

在アイスランド日本国大使館

起案：平 18.11.1

改訂：平 20.4.1、平 20.12.1、平 21.9.1、平 22.4.1、平 23.4.1、平 24.4.1、平 25.4.1、平 26.2.1、平 27.2.1、平 28.2.1、平 29.2.1、平 30.1.1、平 31.1.1、令 2.1.1、令 3.1.1、令 4.1.1、令 5.1.1

I 序言

在留邦人の皆様が、アイスランドで安全に日常生活を送るための参考として、また、想定される様々な緊急事態の発生に対して、的確かつ迅速に対応するための心構えとして、この手引きを作成しました。

II 防犯の手引き

1 防犯の基本的な心構え

ご自身に災難が降りかかったとき、「もう少し注意すべきだった！」と悔やんだ経験をお持ちの方は多いのではないのでしょうか。特に海外生活において、身の回りの安全を意識しながら行動することは、大変重要なポイントです。

幸いにもアイスランドは、他のヨーロッパ諸国に比べて比較的良好な治安が保たれています。しかし、アイスランドがテロリストの経由地として利用されていたこと、国際テロ組織の敵対国に指定されたことなどに加え、国内で登録されている銃器の数が人口に比して多いことや麻薬犯罪、強盗、性的暴行を含む暴行事件などが発生していることも事実です。休暇を利用して他国へ渡航する際は、日本人がテロあるいは強盗等の標的にされる場合もあるという認識も必要です。実際に、2022年にはアイスランドにおいて国会議事堂や警察庁舎を標的としたテロ未遂事件が発生しました。また、アイスランドでは、火山噴火や暴風雨などの自然災害の発生にも注意しなければなりません。

治安が安定した国内事情とはいえ、「自分と家族の安全は、自分たち自身で責任を負う」と考えることが必要です。そして、日頃からお互いに助け合える隣り近所との協力関係を築き上げておくことも大切です。

空き巣等で被害を受けた場合、意外と気がつかないものにパスポートの紛失があります。パスポートの盗難は、紛失した本人が気づかないうちに偽造あるいは変造され、より深刻な犯罪に使われる危険性があります。紛失した場合は、直ちに適正な届出を行ってください。

国内外の治安状況の変化に注意を払い、常に慎重な行動を忘れないよう心がけてください。

◎ 海外で安全に暮らすための3か条

- 用心を怠らない
- 行動を予知されない
- 目立ち過ぎない

2 当地における最近の犯罪発生状況

当国の治安は、他の欧州諸国に比べ一般的に良好であるといわれています。アイスランド国家警察庁の犯罪統計によりますと、2022年に発生した犯罪件数は、2021年の発生件数に比べ、刑事犯罪で約4.1%の減少、交通違反で約8.2%の減少がみられました。また、違法薬物関連の犯罪は、2022年に発生した件数は前年に対して1.4%増加しました。国内各警察管区の居住者数に対する刑事犯罪の発生率を比較しますと、多くが首都圏管区内で発生していることが分かります。

下記の表は、2019年から2022年に国内で発生した刑事犯罪の種別違法薬物犯罪及び交通違反の件数です。2022年の発生件数を前年2021年の発生件数及び過去3年間（2019年～2021年）の平均発生件数と比較しますと、強姦・強盗・暴行の件数が増加しています。

最近では、違法薬物の影響を受けた状態で自動車等を運転したり、酒に酔った上での女性に対する暴行事件の発生が報道されており、特に首都中心街では、週末の未明に暴行事件が多く発生する傾向にあります。

また、治安のよいと思われるアイスランドでも、殺人事件が発生していることに着目してください。当国の治安当局は、各国警察との情報共有、警察官の巡回、防犯カメラの増設など、国内外での情報入手を綿密に行うことで、治安の維持と犯罪防止に努めています。

参考：アイスランドにおける犯罪発生件数(2022年国家警察庁犯罪統計)

犯罪種別		2019年	2020年	2021年	2022年
刑事犯罪	窃盗	3,476	3,503	3,760	3,414
	空き巣	1,161	1,059	1,048	1,086
	強盗	54	75	60	66
	強姦	215	158	211	256
	暴行 (うち殺人)	1,681 (1)	1,795 (3)	1,884 (2)	2,108 (4)
違法薬物犯罪		2,196	1,747	1,690	1,714
交通違反		75,071	55,809	63,968	58,738

3 防犯のための具体的注意事項

(1) 住居

ア 選択

- (ア) 出入口を含む開口部分の施錠がしっかりしている。
- (イ) 主な出入口が人目につく場所にある。
- (ウ) 集合住宅の場合は、1階や地階は避ける。
- (エ) ガレージ併設の一戸建住宅では、ガレージから住宅への通路口の施錠を確認する。

イ 警備方法

- (ア) 鍵を紛失した場合は、新しいシリンダーと鍵に交換する。
- (イ) 施錠を二重にする。
- (ウ) 周囲に住宅が少ない地域の一戸建では、警備機器等を併用する。
- (エ) 長期間にわたり家を留守にする場合は、警備会社への委託も検討する（巡回警備やアラームの設置等、月単位での契約が可能）。

(2) 外出時

ア スリ、置き引き

- (ア) 短時間であっても、荷物を置いたままにして、その場を離れない。カバンは肩掛けがついたものを利用し、必ず腕を通しておく。

- (イ) レストラン等では、貴重品の入ったハンドバッグやカバンを、テーブルや椅子に置いたまま席を離れない。また、椅子の下等、視界に入らない位置に置かない。
- (ウ) 見知らぬ人から「落とし物ですよ」などと話しかけられ、視線をそらした際に、もう一人が荷物を持ち去るケースがあるので注意する。
- (エ) カバンは常に体の前で持ち、手を添えておく。ズボンの後ろポケットやバッグの外側ポケットなど、人目につくところに財布や貴重品を入れない。
- (オ) 回りに人がいないと感じる郊外でも、貴重品の入ったバッグなどは自分の目の届く範囲に置いておく。
- (カ) 早朝、宿泊したホテルの前で空港行きバスを待っていた邦人旅行者が引っ手繰り被害にあった例が報告されているので、安全な場所と思っても、所持品には十分注意する。

イ 窃盗

- (ア) 年末年始、イースター、夏休みなどの期間を利用して長期にわたる旅行をする場合、週末や祝祭日で家を留守にする場合、短時間の買い物に出かける場合、就寝の前などには、自宅の出入口全てについて、鍵のかけ忘れがないかどうかを必ず点検する習慣をつける。
- (イ) 夜間に短時間留守にする場合には、屋内の電灯、ラジオ、テレビ等の一部をつけたままにしておく。
- (ウ) 外出の行動パターンを一定にしない。日常の買物など、決まった時間に留守にしていることや、家が不在であることが外見から分かってしまうような隙をつくると狙われやすいので注意する。
- (エ) 2階の窓や一見して侵入不可能と思われる場所でも、足場がないか確認して、確実に鍵を閉める。

ウ 強盗

過去数年間、深夜営業のコンビニエンスストアや薬局での強盗事件が発生していることを念頭におき、人の少ない時間帯に利用する場合は、十分に注意する。

エ 車上狙い

- (ア) 自動車にアラーム式盗難防止装置の設置を検討する。
- (イ) 人目につかない暗い場所に駐車しない。また、人目につきやすい場所でも、深夜の長時間にわたる路上駐車はしない。
- (ウ) 短時間の駐車でも、忘れずにドアロックをする。
- (エ) 犯人が物を盗む誘惑にかられることになるので、駐車中の車外から見えるような場所に所持品（旅行用スーツケース等を含む。）を放置しない。特に、建物により人の死角となる駐車場を利用する場合は、十分に注意する。

オ 傷害、暴行、夜間の行動

- (ア) 酒に酔った上での口論は避ける。
- (イ) 深夜に外出や帰宅せざるをえない場合は、交通量の多い明るい道路を選び、暗がりの一人歩きは避ける。
- (ウ) 見知らぬ人が誘う車には同乗せず、タクシーを利用する。
- (エ) 人混みの多い週末の飲酒可能な場所等では、薬物が混入されないよう飲み物の管理に気をつける。

(3) 生活

- ア 普段から近所の人と協力関係をもち、長期にわたり留守にする時は、防犯に注意を払ってもらう。

- イ 郵便受けに新聞や郵便物が溜まっていると空き巣に狙われやすいので、長期旅行等で不在となる期間中は、新聞購読を止める手続きをしたり、定期的に郵便物を室内へ取り込んでもらうよう、知人等に依頼しておく。
- ウ 鍵の所有数を把握しておき、紛失した場合は、ドアのシリンダーと全ての鍵を新たに交換するなどの対応を心がける。
- エ 家族が通常帰宅する時間を把握しておく。

4 交通事情と事故対策

首都圏の住宅地域が郊外に広がっていることもあり、首都中心部に繋がる幹線道路では平日朝夕の通勤時に交通量が増し、渋滞もみられます。当国交通・地方自治省交通局道路交通部の 2022 年における国内交通事故統計データによると、交通事故発生合計件数及び事故による合計負傷者数は、いずれも 2016 年以来減少傾向にありましたが、2022 年は前年 2021 年より、事故件数で約 11%増加、負傷者数で約 2%減少しました。なお、2022 年には、交通事故で 9 名の命が奪われました。

最近の傾向として、速度制限を超えた運転や方向指示器を示さないまま進路を変更する運転などが目立っています。ロータリー交差点内での左側（内側）優先や、信号のない交差点での右側優先など、日本人には不慣れな交通規則もありますので、十分な注意が必要です。

(1) 国内における交通事故発生の傾向（2022 年交通・地方自治省交通局道路交通年報）

- ア 季節：2 月の発生件数が最も多かった。
- イ 事故による負傷者：負傷者総数及び死亡・重傷者数は 8 月が最も多かった。
- ウ 地域：発生件数は首都圏に集中し、中でもレイキャビク市内が最も多かった。死亡事故は国内 8 地域のうち、首都圏、西部、北東、東部、南部の 5 地域で発生した。
- エ 曜日と時間帯：事故発生合計件数は木曜日が最も多く、負傷事故件数は土曜日が最も多かった。前者では夕方 4 時から 5 時、後者では夕方 3 時から 4 時の発生が最も多かった。
- オ 年齢：事故負傷者及び事故発生者とも、17 歳～26 歳が最も多かった。
- カ 性別：事故負傷者及び事故発生者とも、男性が過半数を占めた。
- キ 14 歳以下の事故負傷者数
 - (ア) 負傷者数：事故死亡者は 0 名、事故による重傷者は 21 名であった。死亡者を含む事故負傷者総数では、2013 年以降最も多かった 2018 年より約 11%減少した。
 - (イ) 年齢及び性別：7～14 歳の男児の負傷者数が最も多かった。2022 年の負傷者を 2021 年と比較すると、0～6 歳男児で約 13%の減少、7～14 歳男児で約 10%の増加がみられ、0～6 歳女児で増減なし、7～14 歳女児で約 20%の増加がみられた。
 - (ウ) 事故負傷時通行形態：自転車・電動スクーター使用時による負傷が最も多かった。7～14 歳でも同様であった。0～6 歳では、自家用車に乗車中の事故による負傷が最も多かった。
- ク 67 歳以上の事故発生者数
 - (ア) 事故発生合計件数は 803 件で、前年 2021 年より約 0.7%増加した。
 - (イ) 負傷事故件数は 82 件で、前年 2021 年より約 13%減少した。死亡及び重傷事故件数は 17 件であった。
- ケ 国籍別事故負傷者数
 - (ア) 外国人旅行者

- a. 事故発生時の運転者の国籍：米国が最も多かった。
 - b. 負傷者総数は75名で、前年2021年より約20%減少した。事故死亡者は2名であった。
 - (イ) 当国在住外国人
 - a. 国籍別事故負傷者数：負傷者総数、死亡及び重傷者数、とも、ポーランドが最も多かった。
 - b. 負傷者数：1名の死亡者があり、2013年以来、負傷者総数が最も多かった。
 - コ 運転者の国籍別事故発生件数
 - (ア) 外国人旅行者：事故発生総数、死亡及び重傷事故発生数とも、米国人によるものが最も多かった。
 - (イ) 当国在住外国人：事故発生総数、死亡及び重傷事故発生数とも、ポーランド人によるものが最も多かった。
 - サ 事故の形態
 - (ア) 事故発生総数：追突による事故が最も多かった。
 - (イ) 死亡事故件数：歩行者衝突が最も多かった。
 - (ウ) 重傷事故件数：歩行者衝突が最も多かった。
 - (エ) 負傷者数：負傷者総数、死亡及び重傷者数とも、歩行者衝突によるものが最も多く、前年2021年より、約3%増加している。
 - シ 飲酒運転及び違法薬物使用運転による負傷者数
 - (ア) 飲酒運転：負傷者総数は44名で、前年2021年より約12%減少した。また、死亡者は1名で、重傷事故の負傷者数は7名であった。
 - (イ) 違法薬物使用運転：負傷総数は31名で、2013年以来最も多かった2018年より約64%減少した。また、死亡者は1名で、重傷事故の負傷者数は4名であった。
- (2) 交通事故対策
- ア 自家用車の定期点検整備を怠らない。
 - イ タイヤの交換を怠らない。
 - ウ 幹線道路の交差点では、信号の変わり目に注意する。
 - エ 突然の事態にも停止できるよう走行速度を控える。
 - オ 事故が起きた場合に備え、自動車保険会社、警察、救急車の連絡先を確かめておく。
 - カ 事故が起きた場合、可能であれば、周辺にいる目撃者に証人になってもらうよう氏名や電話番号を尋ねておく。
 - キ ロータリー交差点内の左側（内側）優先や信号のない交差点での右側優先の交通規則を十分理解しておく。
 - ク 郊外に出かける際は、携帯電話などの通信機器を忘れない。
 - ケ 天候の変化に注意し、特に積雪、路面凍結、霧の発生時等は慎重に走行する。また、悪天候の場合は、的確な道路情報を入手したうえ、無理をせず、安全な場所に退避し、天候の回復を待つ。
 - コ 高速で走行中に車間距離を詰めて追従する車両がある場合、路肩に車両を寄せ、後続車をやりすぎないようにする。
 - サ 未舗装の道路では急停車を避け、路肩に寄りすぎて脱輪しないように注意する。

5 習慣の違いによるトラブル

アイスランドにおいては、親権を持つ親であっても、他方の親権者の同意を得ずに子の居所を移動させること(親が日本へ帰国する際に子を同行させる場合を含む。)は、子を誘拐する行為として重大な犯罪となる可能性があります。実際に、他の国では、結婚生活を営んでいた国への再入国や、当該国との刑事司法上の共助関係を有する第三国への入国の際に、子を誘拐した犯罪被疑者として日本人が逮捕される事案も発生していますので、ご注意ください。

6 テロ・誘拐対策

アイスランド国内においてテロや誘拐が発生する可能性は少ないとはいえ、「Ⅱ 防犯の手引き」で述べた「海外で安全に暮らすための3か条」を基本に、自らの安全について常に配慮することが必要です。一般の人々が犠牲となったヨーロッパ主要都市での無差別テロや、日本人を標的としたと思われる誘拐や惨殺事件も発生していますので、テロの発生や日本人誘拐の危険性が疑われる地域への渡航は控えるとともに、常に最新の情報を入手し、身の回りへの気配りを怠らないようにしましょう。

7 緊急連絡先

- (1) 緊急事態が発生した場合、すぐに「112」へ通報してください。なおアイスランドでは警察・消防・救急はすべて112に統一されています。
- (2) 当館の連絡先電話番号及び住所は以下のとおりです。
 - ア 代表 510-8600
※執務時間外、休日・祝祭日もこちらの電話番号におかけください。
 - イ 住所 Laugavegur(ロイガベール) 182、105 Reykjavik
- (3) その他
 - ア 国立大学病院(救急) 543-1000
 - イ アイスランド内務省出入国管理局 444-0900

Ⅲ 在留邦人用緊急事態対処マニュアル

1 平素の準備と心構え

- (1) 連絡体制の整備
 - ア 緊急事態はいつ起こるとも限りません。予めそのような場合の家族間、会社・団体内での緊急連絡方法を決めておき、お互いに居所が分かるように心がけてください。また、在留届の提出、在留届の記載事項変更、居住地を長期間離れる場合等における当館への届出を励行してください。
 - イ 緊急事態が発生した際には、当館より緊急連絡先等や在留届の連絡先に基づいて情報を提供します。なお、電話回線などが使用できなくなる場合には、NHK海外放送により必要な連絡を行うこともあり得ます。短波放送受信可能なラジオ(電池の準備もお忘れなく)の準備も考慮に入れてください。
- (2) 避難場所
緊急事態が発生した際には、常にその状況の進展に注意を払い、情報を収集し、危険な場所に近づかないよう心がけてください。万が一、緊急事態に巻き込まれそうになった場合の一時避難場所については、自分が何処にいるか(勤務先、通勤途中、自宅など)、自分がどのような事態に巻き込まれそうかなど、幾つかのケース

を予め想定して、各自で検討しておいてください。（外部との連絡可能な場所が望ましい。）

(3) 携行品等、非常用物資の準備

- ア 旅券、現金、貴金属等最低限必要なものは、直ちに持ち出せるよう予めまとめて保管しておいてください。
- イ 緊急時には一定期間自宅での待機を勧告することもありますので、非常用食糧、医薬品、燃料等を最低限7～10日分準備しておくことをお勧めします。
- ウ 準備しておくべきもののチェック・リストは巻末のとおりです。

2 緊急時の行動

(1) 基本的心構え

当国の治安はよいものの、自然災害も含めた緊急事態の発生を予測することは非常に難しいことです。情報収集とともに、不測の事態が発生した場合に、的確な対応ができる心構えを常に持ち続けることが重要です。

(2) 情勢の把握

ア 緊急事態が発生、または発生する恐れのある場合に、当館は邦人保護の万全を期すため、必要な情報の収集、情勢判断及び対策の策定を行い、緊急連絡網や在留届の連絡先などに基づいて、在留邦人の方々に随時通報します。平静を保ち、フェイクニュースやデマ等に惑わされないよう注意してください。

イ 緊急事態が発生した際には、当地の報道、衛星放送テレビなどを視聴し、各自で情報収集を心がけてください。

(ア) 短波ラジオ：

英語：6185KHz（欧州向け／オーストリア発信所）

日本語：15290KHz（西アフリカ向け／フランス発信所）、

9765KHz（中東、北アフリカ向け／ドイツ発信所）、等

(イ) 国内のラジオ放送例：

(a) 国営ラジオ (RÚV) RÁS1

FM(92.4/93.5MHz)

<http://www.ruv.is/taettir/ras-1>

(b) 国営ラジオ (RÚV) RÁS2

FM(99.9MHz)

<http://www.ruv.is/ras-2>

(ウ) テレビ放送：国内放送の RÚV、STÖÐ2、外国放送の CNN、BBC、日本語放送の JSTV など。

(3) 当館への通報等

ア 現場の状況を知らせる必要があると思われるものは、随時、当館に通報をお願いします。他の邦人の方々への貴重な情報となります。

イ ご自身や自身の家族または他の邦人の生命、身体、財産に危害が及んだ、あるいは及ぶ恐れがあるときはまず第一に「112」に通報し、対応の上、当館にも情報共有してください。

ウ 緊急事態発生時には、お互いに助け合って対応に当たることも必要となります。当館より在留邦人の方々に対する種々のご協力をお願いすることもございますので、宜しく願いいたします。

IV 結語

「安全の手引き」として作成したこの資料は、邦人の皆様に役立つことを最優先に作成されています。治安のよいアイスランドとはいえ、日常生活で犯罪、テロ、事故被害にあう可能性がゼロとはいえません。また、自然災害等の発生による緊急避難が必要になることも想定した安全対策が必要です。この手引きは、毎年定期的な改訂を実施していますが、できるだけ新しい情報を皆様に提供することを心がけています。不幸にして犯罪に巻き込まれたり、日常生活で困ったことが起きたら、迷わず当館へご相談ください。

1 パスポート

- (1) パスポートについては、6か月以上の残存有効期間があることを常に確認しておいてください（6か月以下の場合には、当館でパスポートの切替発給を申請してください）。
- (2) パスポート最終頁の「所持人記載欄」は漏れなく記載しておいてください。特に、下段の血液型（blood type）について記入しておくとう用です。
- (3) パスポートと併せ、当国の滞在許可証等は、いつでも持ち出せる状態にしておいてください。なお、出国や再入国に係る許可は常に有効な状態としておくことが必要です。

2 現金、貴金属、貯金通帳等の有価証券、クレジット・カード

緊急時にはパスポートとともにすぐ持ち出せるよう保管しておいてください。現金は家族全員が10日間程度生活できる外貨及び当座必要な現地通貨を予め用意しておくことをお勧めします（ただし、当国の場合、トラベラーズチェック等を含む10,000ユーロ相当を超える通貨持ち出しは出国時の税関で届出が必要）。

3 自動車等の整備

- (1) 自動車をお持ちの方は常時整備しておくよう心掛けてください。
- (2) 燃料は十分入れておくようにしてください。
- (3) 車内には、懐中電灯、地図、ティッシュ等を常備してください。
- (4) なお、自動車を持っていない方は、近くに住む自動車を持っている人と平素から連絡を取り、必要な場合に同乗できるよう相談しておいてください。

4 携行品の準備

避難場所への移動を必要とする事態に備え、上記1～3のほか次の携行品を常備し、すぐに持ち出せるようにしてください。なお、退避時の飛行機内への持ち込み制限も考慮し、携行品は20kg程度にまとめておくことをお勧めします（自衛隊機等を含め、機種によっては搭乗前に10kg程度にまとめることを求められる場合もあります）。

- (1) 衣類・着替え（長袖・長ズボンが賢明。行動に便利で、殊更人目を引くような華美でないもの、麻、綿等吸湿性、耐暑性に富む素材が望ましい。また、季節に応じ防寒着または毛布類を持参することが望ましい。）
- (2) 履き物（行動に便利で靴底の厚い頑丈なもの）
- (3) 洗面用具（タオル、歯磨きセット、石鹸等）
- (4) 非常食用食料等：しばらく自宅待機となる場合も想定して、米、調味料、缶詰類、インスタント食品、粉ミルク等の保存食及びミネラルウォーターを、家族全員が10日間程度生活できる量を準備しておいてください。一時避難のため自宅から他の場所へ避難する際には、この中からインスタント食品、缶詰類、粉ミルク、ミネラルウォーターを携行するようにしてください（3日分程度以上）。
- (5) 医薬品：家庭用常備薬の他、常用薬（必要に応じて医師の薬剤証明書（英文）も用意）、救急キット（外傷薬、消毒薬、衛生綿、包帯、絆創膏など）、マスク等。
- (6) ラジオ：FM放送やNHK国際放送を通じ、安全情報を伝達する場合があります。FM放送受信可能で、BBC、VOA等の短波放送が受信可能な電池使用のラジオ受信機が理想的（電池の予備も忘れないようにしてください。）
- (7) その他：懐中電灯、予備の強力バッテリー、ライター、ローソク、マッチ、ナイフ、缶切り、栓抜き、紙製の食器、割り箸、固形燃料、簡単な炊事用具、可能ならヘルメット、防災頭巾（応急的に椅子に敷くクッションでも可）等
- (8) ペット

緊急事態時ペットを連れて退避することは、退避先での手続きや航空機等の制約等から大変困難です（特に自衛隊による退避の場合、盲導犬を除き、ペットの帯同は不可）。ペットをお持ちの方は、公共輸送機関が動いているうちに早めに退避するか、現地の方に託すなどの対応をお願いします。