

安全の手引き

令和2年7月

在カメルーン日本国大使館

はじめに

この手引きは、カメルーンに在住する日本人の方を対象に、当地で安全で快適な生活を送るための道しるべを綴った冊子です。近年、海外において日本人が犯罪被害に遭うケースが多く発生しており、ここカメルーンにおいても日本人が強盗や窃盗事件の被害に遭っています。極北州においては、2015年7月に国内初の自爆テロ事件が発生し、その後も自爆テロ事件や襲撃事件が発生しています。特に極北州のチャド湖周辺においては、ボコ・ハラムの活動が活発化しており、同湖周辺に展開する治安機関や集落に対する襲撃が頻発し、多くの死傷者が出ています。以上の状況から極北州は危険度レベル4「退避してください。渡航は止めてください。(退避勧告)」となっています。また英語圏2州(北西州及び南西州)においては、分離独立派と治安部隊との衝突が常態化し、多くの死傷者が出ています。2019年9月から10月にかけて、平和に向けた『国民対話』が開催され、治安状況等の改善に向けた一定の方向性を打ち出しましたが、以降も分離独立派と治安機関との衝突は発生しており、注意が必要です。以上の状況から英語圏2州においては危険度レベル3「渡航は止めてください。(渡航中止勧告)」となっています。また、2020年6月、ヤウンデ市内においては、手製即席爆弾を使用しての連続テロ事件が発生しています。ヤウンデやドゥアラ、他の都市でも注意が必要です。

感染症に対する注意も必要です。カメルーンでは、2020年3月6日に初の新型コロナウイルス感染者が確認された旨の当局発表がありました。以降、感染者数は増加の一途をたどっており、同年6月5日、カメルーンにおける感染症危険レベルが3「渡航は止めてください(渡航中止勧告)」に上がっています。

海外で安全な生活を確保するためには、その国の治安情報等を入手し、それに応じた安全対策をとることが肝要になります。「備えあれば憂いなし」のことわざのとおり、馴染みのない海外の地で安全な生活を送るためには、事前に必要な対策をとっておくことが大切なのです。

本手引きでは、以上の点を踏まえ、カメルーンにおいて日本人の皆さんが安全上、どのような点に気を付けて生活すればよいか、住居の安全対策、外出時の安全対策及び犯罪被害時の対応要領等を中心にまとめています。必要な安全対策を知り、それを忠実に守ることで、犯罪被害に遭う確率は低くなります。

なお、本手引きは、今後も随時内容の見直しを行い充実したものにしていきたいと考えておりますので、皆さんのご意見やお気づきの点がございましたら、当大使館の領事班までご連絡頂ければ幸いです。

皆さんのカメルーンでのご滞在が、安全かつ思い出深い有意義なものとなりますことを願っております。

令和2年7月
在カメルーン日本国大使館 領事班

目 次

I	防犯の基本的な心構え	3
II	最近の当地犯罪発生状況	3
III	住居の安全対策	
1.	住居選択時の注意事項	5
2.	住居の警備対策	6
3.	日常生活での注意事項	7
IV	外出時の安全対策	
1.	道路交通	8
2.	夜間の外出	8
3.	犯罪別防犯対策	8
V	犯罪被害時の対応要領	
1.	住宅内での対応	9
2.	外出先での対応	9
VI	交通事情と事故対策	
1.	交通事情	10
2.	事故対策	10
3.	事故処理の方法	11
VII	テロ・誘拐対策	12
VIII	緊急事態発生時の対処方法	
1.	平素の準備と心構え	13
2.	緊急時の行動	15
IX	感染症対策	15
別添 1.	緊急事態に備えてのチェックリスト	17
別添 2.	主要電話リスト	18

I 防犯の基本的な心構え

1. 「防犯対策」の重要性を認識する

犯罪被害に遭わないために、まずは防犯対策を取ることの重要性を十分に認識してください。犯罪に遭わないための最良の手段は、防犯意識を高めること及び防犯対策を取ることです。防犯意識を高め、防犯対策をできる限り綿密に立てることで、犯罪に遭遇する確率を確実に減らすことが出来ます。

人間は周囲の環境に慣れないうちは警戒心が働くものですが、その環境に慣れた頃について油断してしまい、犯罪被害に遭ってしまうケースがよくあります。また、慣れてしまうと他人の忠告が耳に入らなくなってしまいます。安全で楽しい生活を送るためには、慣れからくる油断をなくし、高い防犯意識を維持するとともに、周囲のアドバイスを謙虚に受け止めることが大切です。

2. 自分自身の問題として捉える

犯罪被害について「自分は大丈夫」、「犯罪被害に遭うのは注意力が足りないからだ」等他人様の様に思うのは、大きな考え違いです。犯罪被害は誰の身にも起こりうることを常に肝に銘じ、必要な対策を怠らないようにしてください。

3. 自分の安全は自分で守る（心構えを持つ）

カメルーンの治安機関は、日本警察と比較して犯罪検挙率は低く、犯罪を抑止するための施策も十分にとられていないのが現状です。

また、当地のニュースや新聞等のメディアでは、犯罪の発生状況をつぶさに把握することは困難ですし、自治体や地域のコミュニティによる治安情報の提供や防犯対策などの取組は浸透していません。

結局のところ、頼れるのは自分自身なのです。「自分の安全は自分で守る」という心構えを持ち行動することが、皆さんを犯罪から守ることとなるのです。

4. 現地社会に溶け込む（ネットワーク作り）

平素から現地社会に溶け込み、信頼できる現地の人との良好な人間関係の構築に努めましょう。そういうチャンネルから現地の生きた様々な情報（特に治安に関する情報）が入手できますし、いざという時に彼らの助けが得られることが期待できるかもしれません。

II 最近の当地犯罪発生状況

1. 強盗、窃盗事件が多発

金品目的の強盗やひったくり、窃盗事件が多発しています。カメルーン国民の多くは貧困層に属し生活に困窮していることから、財産を狙った犯

罪が多くなっています。財産を狙った犯罪はカメルーン人の富裕層、欧米人やアジア系外国人が標的とされやすい傾向にあります。ここ最近では比較的安全とされ、外国人が多く居住するバストス地区においても強盗や窃盗事件が発生しています。在留邦人を含む外国人も被害に遭っていることから十分注意が必要です。

2. 銃や刃物等凶器を使用した犯罪が多い

当初、単なる窃盗事件であったのが、被害者が抵抗したばかりに銃や刃物で殺されるケースが多く発生しています。カメルーンは銃器の所持は禁止されていますが、政情が不安定な近隣諸国から銃が流入していますし、鉈等の刃物は農作業で日常的に使用されており、犯罪にも使用されています。犯罪被害に遭遇した際は、無用な抵抗はせず、犯人の要求に従うことが肝要です。

3. 性犯罪の発生が多い

女性の性犯罪被害がよく報道されています。被害者の年齢層は広く、小さな子供も頻繁に性犯罪被害に遭っています。強盗が押し入った民家にたまたま居合わせた女性が暴行されるケースも多く発生しています。報道をまとめた資料によると、毎月強姦が全体の3%から5%の範囲で発生していることとなります。

4. 外国人が犯罪被害に遭うケースが多い

外国人が犯罪被害に遭うケースも多く、日本人も複数被害に遭っています。身代金目的の誘拐をはじめ、財産を狙った押し入り強盗や路上でのひったくり、タクシー内でのスリなど、犯罪の種類は多岐にわたっています。

5. 日本人の犯罪被害事例

- (1) 平日の午前7時頃、ヤウンデ市で、日本人女性が徒歩で通勤していたところ、前方から来たオートバイに乗った男2人に肩にかけていたバッグを奪われそうになり、転倒して頭部、腰部や膝を負傷した。
- (2) 東部州ムンディで、不在中の日本人の自宅に、何者かが天井を破壊して侵入してPC等を盗み去った。
- (3) ヤウンデ市で、日本人男性が車を運転中、渋滞で停車したところ、何者かが後部ドアを開け、後部座席に置いていたバッグを奪い去った。
- (4) ヤウンデ市内のモコロ市場で、日本人女性が肩からショルダーバッグを提げて買物中に、男がバッグを奪おうとしたので抵抗したところ、刃物で切りつけられ負傷した。
- (5) 沿岸州メロン市内のホテルで、同ホテルに滞在中の日本人男女が武装強盗の襲撃に遭い、金品を強奪された。
- (6) 週末の午前9時頃、ヤウンデ市内で、日本人3人（男女）が散歩をし

- ていたところ、後ろから走ってきた男に肩から提げていたバッグをひったくられた。
- (7) 午前中、ドゥアラ市で、日本人男性が市街地を散歩中、ナイフを持った男3人に取り囲まれ、財布やPCなどの所持品全てを強取された。
 - (8) ヤウンデ市で、日本人男性が自宅アパートの寝室で就寝中、何者かがベランダから鉄製シャッターをこじ開けて侵入し、現金やPC等を盗み去った。被害当時、大雨が降っており物音が聞こえづらい状態であった。
 - (9) 中央州アワエで、日本人男性が自宅で就寝中、男2人が窓から屋内に侵入しようとしていることに気づいて警報器を鳴らしたところ、男らは逃走した。被害当時、大雨が降っていた。
 - (10) 平日午後9時30分頃、ヤウンデ市内路上で男女2人が歩いていたところ、バイクに乗った2人組の男に旅券等が入ったバッグを強奪された。
 - (11) 深夜、一戸建て住宅において、警備員と窃盗犯が共謀し、同住宅で就寝中の在留邦人からパソコン、タブレット、ゲーム機、その他貴重品多数を窃取した。
 - (12) 午後7時頃、ヤウンデ市で、大雨の影響で辺り一帯が停電し、帰宅するため携帯電話のライトを点灯しながら歩いていたところ、後方から現れた男2人組に携帯電話をひったくられた。
 - (13) 午前1時頃、ヤウンデ市で、徒歩で帰宅中、物乞いをしてきた者を拒否したところ、これに激高した物乞いから殴打され、財布を強取された。
 - (14) 午後7時30分頃、徒歩で帰宅中、複数名の者に取り囲まれた後、殴打され金品在中のバッグを強取された。
 - (15) 午前8時頃、タクシーに乗車中、後から乗車して来た男性にポケット在中の財布を窃取された。
 - (16) 午後10時頃、ヤウンデ市バストス地区を歩行中の女性が、後方から忍び寄ってきた男にバッグをひったくられた。

Ⅲ 住居の安全対策

1. 住居選択時の注意事項

安全な生活を確保するために、最も重要となるのは住宅選びです。安易に妥協せず、粘り強く適切な条件が揃っている物件を探し、また、入居前に必要な防犯設備をつけるよう家主と交渉しましょう。

(1) 周辺環境

ア 治安の良い地区

警察施設があるか。地元の人からの評判はいいか。

繁華街等人が多い場所ではないか。

低所得者居住地区や治安の悪い地区と隣接していないか。

モスクや教会などの宗教施設が近くにないか。

イ 自宅周辺の環境

自宅周囲の見渡しがいいか。住宅が密集していないか。

道路は広いか。街灯が設置されているか。

不審者が潜める場所はないか。

ウ 交通事情

外出時、治安の悪い場所を通過することなく目的地に行けるか。

(2) 住居

独立家屋と集合住宅のどちらが安全性が高いかは、一長一短があり一概には言えません。集合住宅は独立家屋に比べ侵入口が少ないというメリットがある一方、不特定多数の者が出入りしやすいというデメリットもあります。周辺環境や家の設備等を総合的に考慮してより多くの安心が得られる住居を選んで下さい。

ア 独立家屋

- 外塀：高さ、強度、有刺鉄線の有無など
- 門扉：高さ、強度、のぞき穴の有無など
- 庭：広さ、見通しのよさ、死角の有無
- 建物：配管等を伝って容易に2階に登れる構造ではないか。
- 玄関等：照明、のぞき穴、インターフォン、扉の強度、鍵の数
- 窓：鉄格子、鍵の数と性能、窓枠とガラスの強度
- 寝室（避難場所）：扉の強度、通信装置（電話、警報器）の有無
- 警備員等：配置人数、非常通報装置の有無

イ 集合住宅

- 建物：侵入の難易度、出入チェックの方法、夜間の警備体制
- ロビー・共有エリア：照明、死角、警報装置・防火設備の有無
- 駐車場：外壁、防犯灯の有無
- 玄関：照明、のぞき穴、インターフォン、死角の有無、扉の強度
- 室内：窓の鉄格子、寝室（避難場所）扉の強度、警報装置の有無

2. 住居の警備対策

住居を決定した後は、さらに窃盗犯等から住居を守るために警備対策を考えなくてはなりません。

(1) 施錠の徹底

夜間就寝時や外出時はもちろんのこと、在宅中も確実に。

(2) 警備員の配置

夜間就寝時、仕事や休暇等で家を不在にする場合に警備員がいれば安心です。カメルーンには警備員を派遣する警備会社が数社あります。

(3) 非常通報装置の設置

警備会社によるサービスで、自宅内にリースの警報装置を設置し、緊急時にボタンを押すと警備員が派遣されるものです。

(4) 各種防犯装置の設置

扉や窓等の振動に反応して警報が鳴る装置や、物の動きに反応してライトが点灯する装置など、各種防犯グッズの使用も効果的です。

カメルーンではこれらの商品は手に入りませんので、日本や他の先進国で購入したり、送付してもらう等する必要があります。

(5) 番犬

犬を飼うことは、防犯対策上効果的な方法です。

(6) 避難室の設定

万が一自宅が襲われる場合に備えて立て籠もるための部屋を設定しましょう。寝室などが一般的です。避難室には出入口扉に鍵を複数設置し、警報器や電話などの通信機器、非常食、飲料水等を配置しましょう。

3. 日常生活での注意事項

(1) 訪問者

物売り等の見知らぬ者を安易に敷地内に入れない。

敷地内に入れる前に、身分証明書で身元を確認する。

顔見知りであっても、強盗犯等から脅されている可能性があるので、同伴者がいたり非常識な時間帯であれば、十分注意する。

(2) 使用人

ア 雇用する際は、身元確認を確実に行う。可能であれば、信頼できる人から引き継ぐか、その紹介を受ける。

イ 使用人の仕事や態度に問題があれば、見過ごさずに注意する。しかし、使用人のプライドを傷つけたり、恨みを買うような言動は慎む。

ウ 使用人に対して「隙」を見せない。貴重品や現金を不用意に放置することは、犯罪を誘発する。

(3) 家族

ア 特に子供は防犯意識が低いので、常日頃から教育を行う。とりわけ、保護者不在時における来訪者への対応等を教えておく。

イ 緊急時の連絡先等や対応・行動要領（非常持出品の場所や避難場所等）等をあらかじめ周知する。

(4) 鍵

ア 容易に解錠・破壊できない錠前、複製しにくい鍵を取り付ける。

イ 使用人には鍵を渡さない。

ウ 鍵の紛失・盗難被害後は、ただちに錠前を取替える。

エ 鍵を携帯する時には脱落防止措置（チェーン等）を施す。

オ 車・自宅・職場等の鍵をまとめて携帯しない。

(5) 長期不在時

ア 職場の同僚や信頼のできる友人に鍵を預け、時々住居の状況を点検してもらう。

イ 警備会社に不在中のパトロール強化（特に夜間）を依頼する。

ウ 火災防止のため、ガスのバルブを閉め、コンセントからプラグを抜く。

IV 外出時の安全対策

1. 道路交通

カメルーンの主な交通手段は、乗り合いタクシーです。しばしば、運転手と乗客が手を組み、乗客から金品を強奪する事件が発生しています。信頼のおけるタクシー運転手を見つけて必要なときに連絡するか、流しのタクシーを利用する場合には貸し切りにするのがよいでしょう。

バイクタクシーは安価ですが、道路事情が劣悪なうえ4人乗りなどで無理な運転をすることから転倒のリスクがあります。当地ではヘルメットを着用しないため重傷・死亡事故になる可能性が高いので、おすすめできません。過去に日本人被害の死亡事故も発生しています。

また、バイクタクシーの運転手が、乗客の女性を人気のない場所に連れて行って強姦する事件も発生しています。交通事故による怪我のリスクも高いので、バイクタクシーの利用は避けてください。

2. 夜間の外出

犯罪の多くは夜間に発生しています。日本と違い街灯が少なく視界が悪く、また、警察による夜間のパトロールはほとんどなされていないことから、犯罪被害及び交通事故被害の危険性は飛躍的に増加します。夜間の外出はできるだけ控えましょう。やむを得ず外出する場合は車を利用し、交通量が多くて明るい道路を通行しましょう。

3. 犯罪別防犯対策

(1) スリ

スリ犯は人混みを好みます。混雑している市場、街の中心部及び商店内等に赴く時は、特に注意して下さい。財布等の貴重品をズボンの後ポケット等の見えやすいところには入れないようにしましょう。

(2) 強盗

外出時に強盗被害に遭う可能性のある場所は、人気のない路上やレストラン、公共交通機関内等です。

強盗の標的にされないように、普段から服装はなるべく質素なものとし、高価なアクセサリーや時計等も身に付けないようにしましょう。

買物等に行く際は、必要なだけの現金を持って行くようにし、支払いの際は周囲を注意して下さい。なるべく手ぶらで行くことをおすすめしますが、やむを得ずバッグ等を持参する場合は、なるべく小さな物にし目立たないようにして下さい。

自宅以外で強盗に遭う可能性のある場所としては、市場やレストランや車両内等が挙げられます。

ヤウンデでは、「モコロ市場」「中央市場」「ケネディ通り」等が犯罪多発場所ですので、立寄らなければならない際には十分注意してください。

その他、警備員のいないレストランに強盗が入り、居合わせた客から

金品を強奪するという事件も発生していますので、レストランやバーに行く際にはなるべく警備員のいるところを利用するようにして下さい。

(3) 傷害・暴行

深夜の飲食店やバーでは、酔客などから絡まれたりする可能性がありますので、十分注意して下さい。また、周囲でケンカ等のトラブルがあった場合は、巻き込まれないように速やかに現場から離れましょう。

V 犯罪被害時の対応要領

万一犯罪被害に遭遇した場合は、ご自分及びご家族の生命・身体の安全を第一に考え冷静に行動しましょう。

1. 住宅内での対応

(1) 強盗が敷地内に侵入した場合

ア 警報装置があれば、直ちに作動させ、周囲に異常を知らせる。

イ 避難室に避難し、扉を施錠する。

ウ 電話等で警察・警備会社・大使館領事へ救助を求める。安全が確認されるまで、避難室から出ない。

(2) 強盗が居室（避難室）内に侵入した場合

ア 「両手を上げ」無抵抗の意思表示をする。

イ 犯人の要求に従う。金品の要求に応えるため、あらかじめある程度の現金を用意しておくとい良いでしょう。

(3) 帰宅時に異常を発見した場合

帰宅時に、玄関や窓ガラスの破損等不審な点を発見した場合は、決してそのまま住居内に入らず、まずは電話等で警察や警備会社に連絡し、警察官等の到着を待つ複数で中に入り、全ての部屋を点検しましょう。

2. 外出先での対応

(1) 強盗・ひったくり等に遭遇した場合

犯人は複数犯であることが多く、ナイフ等で武装しているため、むやみに抵抗することは身体への危険を伴います。

ただし、人混みの中で被害に遭った場合は、大声で叫んで周囲の人に犯人を捕まえてもらうのも有効です。犯人が捕まった場合、群衆からリンチされることがありますので、これに巻き込まれないよう素早い現場離脱を心掛けて下さい。

けん銃やナイフで脅迫された場合は、両手を大きく上げて無抵抗の意思表示を示し、犯人の要求に素直に応じて下さい。現金を自ら渡そうとして不用意にポケットに手を入れると抵抗すると思われ、犯人に撃たれるおそれもあるので特に注意して下さい。

(2) 車両運転中又は自宅前で待ち伏せされた場合

ア 運転中に道路を封鎖されるなどして停止を命ぜられたり、後を付けられた場合は、自分の車の性能・運転技術・犯人との距離・犯人の車

の性能等を総合的に考慮して、逃走が可能だと判断した場合は、躊躇なく逃げて下さい。ただし、逃げるのが困難だと判断した場合は犯人の要求に素直に応じる方が得策です。

イ 自宅付近に普段見かけない人が辺りを見回している等不審な動きをしている場合は不審者と見なし、警察に通報してください。

VI 交通事情と事故対策

1. 交通事情

道路事情

カメルーンの交通事情は、道路整備の遅れ、交通マナーの悪さ等から劣悪な状況にあります。車を運転する時はもちろんのこと、屋外を歩くときも常に周囲に細心の注意を払わなければなりません。

市街地の幹線道路は多くの場合舗装されているとはいえ、あちこち陥没していますし、未舗装の道路もあります。道路標識や信号等による交通規制もほとんどなされていません。

また、走行している車（特にタクシー）は10年以上経過している中古車が多く、整備状態は極めて劣悪です。ブレーキランプやウinker不良などは当たり前で、無灯火のバイクもよく見かけます。1台の車に6人以上乗ることは日常的で、ブレーキ等の制動機器やシートベルト等の保安機器は正常に作動しないものと認識しておく必要があります。

交通規制や取り締まりがほとんどおこなわれていないことから、自己中心的な運転をするドライバーが多く、無理な追い越し、無理な割り込み等は日常茶飯事です。「譲り合いの精神」はありません。

バスによる交通事故が頻繁に発生しており、乗車定員を超えた乗客を乗せて目的地まで高速走行するため、常にブレーキの性能を超えた状態であることから、カーブで曲がり切れずに道路外に突出し一度に多数の乗客が死亡しています。

2. 事故対策

(1) 歩行時

ア 道路では出来る限り端を歩く

歩道のない道路を歩く際は特に注意して下さい。カメルーンのドライバーに「歩行者優先」の概念はほとんどなく、歩いている側を猛スピードの車が走り抜けたりします。車との接触を避けるため、道路では出来る限り端を歩きましょう。カメルーンでは、車両は右側通行なので、道路の左側を歩けば、車が前から近づいてくるのを自分の目で確認することが出来ます。

イ 道路を横切る時は十分注意する

追い越しやすり抜けをする車両が多いので、たとえ道を手放してくれた車がいっても、その脇から別の車両が飛び出してくる可能性があります。

す。道路を横断するときは左右に十分注意をして下さい。

(2) 運転時

ア 保険に加入する

車を運転する時には必ず保険に加入して下さい。いくら自分が気を付けていても事故に遭う可能性はあります。

イ 定期的に車両の点検、整備をする

カメルーンでは新車の販売は少なく、流通している車はほとんどが中古車です。走行距離が10万キロ以上の車も多く、定期的な車の点検整備が必要不可欠になります。道路事情が劣悪ですので、パーツの劣化が早い傾向にあります。定期的に車両を点検整備して下さい。

ウ 平常心を保つ

カメルーンで車を運転していると、無理な追い越し、無理な割り込み等は日常茶飯事です。日本の交通マナーは通用しませんので、割り切って冷静さを保って安全運転につとめましょう。

エ タクシー、バイクタクシーに気を付ける。

市民の足であるタクシーの割合はかなり高く、それらが自分勝手な走行をしているため、道路交通を大きく害しています。タクシー運転手は、道ばたに人が立っていると、どこであろうと減速をしますし、合図も出さずに急発進をします。前方にタクシーが走行している場合は常に車間距離を大きくとり、気を付けて運転して下さい。

また、バイクタクシーの運転手の運転マナーも悪く、車の間をすり抜けて走行しますので、その動向には十分注意して運転して下さい。

オ ドアは常にロックし、窓を閉めておく

信号や交通渋滞時の停車中、もし車の窓を開けたままにしておいたり、ドアロックをしていないと、座席や膝の上に置いているバッグをひったくられる危険性があります

また、物売りや物乞いがやって来たりもするので、不必要なトラブルを避けるためにもドアはロックし、窓を閉めておいて下さい。

カ 夜間の不必要な外出は避ける

交通事情が劣悪なカメルーンでは、夜間の車での外出は避けるのが無難です。視界が悪い夜間はどうしても事故に遭う確率が高くなります。また、走行中の車を狙った犯罪が多く発生しており、道路を封鎖し運転手等から金品を強奪する事件が発生しています。ヤウンデ等の都市部でも治安の悪い地域を中心に夜間に発生しています。

3. 事故処理の方法

交通事故の当事者になってしまった場合、原則として、事故現場をそのままにしておき、直ぐに警察へ通報し警察官を呼んで下さい。警察官が到着後、事故状況について実況見分を実施することになります。

事故の相手の住所・氏名・電話番号・車両番号、現場に到着した警察官

の所属氏名を確認し、カメラがあれば現場の状況や車の破損状況を写真に納めましょう。また保険会社に早急に連絡しましょう。

また、死亡、重傷人身事故等を起こした場合は、周辺住民等から報復を受ける可能性がありますので、事故状況によっては事故現場に留まることなく、早期に現場を離れ、事故現場を管轄する警察署に出頭した方が良いでしょう。

Ⅶ テロ・誘拐対策

カメルーンでは、現在までのところ国内にテロ組織は確認されていません。しかし、ここ数年、隣国ナイジェリアのイスラム過激派組織「ボコ・ハラム」によるカメルーン極北州でのテロ行為が頻発しています。2015年7月、極北州でボコ・ハラムによる国内で初の自爆テロ事件が発生して以降、自爆テロや襲撃事件が発生しています。極北州以外の地域においては現在までのところ自爆テロは発生してませんが、その可能性は否定できません。また英語圏においては分離独立を唱える武装勢力が活発に活動しており、破壊活動や殺人、外国人を標的とした身代金目的誘拐殺人事件等が発生していますので同圏への渡航は中止してください。また、2020年6月、ヤウンデ市内においても手製即席爆弾による連続テロ事件が発生し、負傷者が出ています。

1. 現状を再確認する。

海外で生活する全ての日本人は、「テロ・誘拐事件のターゲットとなり得る。」との認識を強く持つことが大切です。

2. 警戒を怠らない。

住居・職場・外出先等のあらゆる場所で警戒を怠らないことが、この種の犯罪を未然に防止する鍵となります。特に、長期間居住していると生活に慣れが生じますが、この「慣れ」が一番危険であるということを肝に命ずる必要があります。

3. 兆候を見逃さない。

日頃から自分の周囲のちょっとした変化を見逃さない観察眼を磨くことが肝心です。万が一不審な兆候を感じた場合は、直ちに自宅や職場の警戒警備を強化し、通勤時間・コースを変更するのはもちろんのこと、大使館や捜査当局にも相談して下さい。

4. 情報を収集する。

最新のテロ・誘拐事件に関心を持ち、これらに関する情報を入手する努力が必要です。

5. 多数の人が集まる場所での滞在時間を短くする。

多数の人が集まる場所（混雑時の市場、宗教施設、外国人が利用するホテル、スーパーマーケット、レストランやバー等）にはなるべく行かないようにし、やむを得ず行く必要があるときは、なるべく滞在時間を短くして下さい。

VIII 緊急事態発生時の対処方法

アフリカ諸国では、他の地域に比べ、不安定な政治的要素により内乱・クーデター・暴動等が発生しておりますが、比較的内政が安定していると言われているカメルーンにおいても、こうした事態が発生する可能性は否定できません。

このような内乱・クーデター・暴動等の緊急事態の際には、当大使館としても全力でその対応に当たりますが、そのような状況下では各自が責任を持って自己の安全対策に万全を期するよう努力することが必要です。

そこで、当大使館では、そのような緊急時に在留邦人の皆さんが迅速・的確に対応できるよう、以下のとおり平素の心構えと必要な準備、緊急時の行動について必要な事項をまとめました。

1. 平素の準備と心構え

(1) 連絡体制の整備

ア カメルーンに3ヶ月以上滞在される予定の方は、必ず「在留届」を提出してください。また、帰国や一時帰国する際にも当館へ連絡をお願いします。滞在が3ヶ月未満の方は、短期滞在用登録制度「たびレジ」（外務省HP参照）がありますので、これによる登録をしてください。

イ 住所や連絡先等を変更した際にもすみやかに当大使館領事担当者までご一報下さい。緊急事態発生時には、安否確認・情報提供・避難誘導のため、大使館から直接皆様に連絡することがあります。

ウ 緊急事態における家族内、企業内等での緊急連絡方法についてあらかじめ決めておいて下さい。また、普段からお互いに所在を明確にするようにして下さい。

エ 緊急事態発生の際には、当大使館から情報提供や各種連絡等を行いますが、電話回線等が使用できない場合には当大使館からFM放送機（周波数：92.7MHz、ヤウンデ市内のみ有効）を通じ必要な連絡を行うことがあります。

また、電話・インターネット等の情報通信手段が利用不可能となるような緊急事態が発生した場合には、短波によるNHKラジオの国際放送「NHKワールド ラジオ日本」のニュースや「海外安全情報」も有益です。短波放送が受信可能なラジオを準備しておくようおすすめします。カメルーンの周波数は中部アフリカですが、西アフリカの情報を入手することも安全確保に役立つことから、西アフリカの周波数も併記します。

<NHKワールド周波数一覧> ※短波ラジオにて受信可能

言語	方面・周波数	放送時間
① 日本語	(中部アフリカ)	15130kHz 19:00~21:00
	(西アフリカ)	15290kHz 08:00~10:00
② 英語	(西アフリカ)	9860kHz 05:00~05:30
	(中部アフリカ)	7450kHz 05:30~06:00
③ 仏語	(中部アフリカ)	13840kHz 05:30~06:00
	(西アフリカ)	9855kHz 20:30~21:00

(2) 一時避難場所及び緊急連絡先

ア 一時避難場所の検討

自宅周辺に危険が及んだ場合の一時避難場所（安全で、外部との連絡が可能で、食料・飲料水がある場所）について、あらかじめ設定しておくことが重要です。事態の種類（内乱、大災害、テロ等）、自分の状況・現在地（勤務先、通勤途中、自宅等）等、幾つかのケースをあらかじめ想定して、それぞれの一時避難場所を設定しましょう。

イ 緊急避難先

緊急事態発生時、場合により当大使館から緊急避難先への集結を指示することがあります。当大使館が指定する緊急避難先は、原則以下のとおりですので、同避難先の位置を必ず確認し、そこまでの複数のルートを検討しておいて下さい。

※ ヤウンデ居住者（ヤウンデに集結できる方を含む）：大使館
（状況によっては大使公邸の可能性もあり）

※ その他の都市の居住者：原則として自宅で待機、指示を待つ。

(3) 携行品、非常用物資等の準備

ア 旅券、現金、貴重品等最低限必要な物は、直ちに持ち出せるようにしておいて下さい。準備する物は、別添1「緊急事態に備えてのチェックリスト」を参照してください。

イ 一定期間自宅での待機を指示することもありますので、非常用食料、医薬品、燃料等を最低限10日分準備しておいて下さい。

ウ 万が一食料品等が不足した場合にでも、事態が落ち着くまでは買い物のための外出は極力控え、近隣居住者から融通し合うなどして対応

して下さい。

2. 緊急時の行動

(1) 基本的心構え

緊急事態が起こった場合、または起きそうな情勢になった場合には、平静を保ち、正確な情報を入手するよう努め、流言飛語に惑わされたり、群集心理に流されて行動することのないよう注意して下さい。

また、緊急事態時には、お互いに助け合って対応することが必要になる場合もあります。大使館から皆さんにお願いをすることもありますので、ご協力をお願いします。

(2) 状況の把握

現地メディア、海外報道、衛星放送テレビ等からの情報収集を行って下さい。

当大使館からは、入手した情報を、利用可能なメディア（電話・メール・SMS等）を通じて皆さんに随時ご連絡します。

(3) 大使館への通報

ア 皆さんが見聞きした情報で、他の日本人にも知らせる必要があると思われるものは、大使館に通報して下さい。

イ ご自身やご家族または他の日本人の方の生命、身体、財産が被害を受けたまたは被害を受けるおそれがある時は、直ちに大使館に連絡して下さい。

(4) 国外への退避

ア 事態の悪化により、自発的に帰国または第三国に避難する場合は、その旨を大使館又は日本外務省に連絡して下さい。

イ 日本外務省から「退避勧告」が発出されたら、一般商業便を利用して可能な限りすみやかに国外へ退避して下さい。

一般商業便の運行がなくなった場合または満席でチケットが取れない場合等には、臨時便の利用、チャーター便の手配、その他のルート（陸路・海上）を利用して退避する可能性もあり得ますので、大使館の指示に従って下さい。

ウ 大使館から退避または退避のための集結を指示することがありますが、その際には指定した避難場所に集結して下さい。

その際、しばらくの間避難先で待機することも予想されますので、可能であれば非常用物資を持参ください。一方、緊急時にはご自身及びご家族の生命、身体の安全を第一に考え、その他の携行品は必要最小限にさせていただきようお願いします。

IX 感染症対策

2020年3月6日、カメルーンで初の新型コロナウイルス感染者が確認された旨の当局発表以降、感染者数は増加の一途をたどっています。

同年6月5日、カメルーンにおける感染症危険レベルが3「渡航は止めてください（渡航中止勧告）」に上がっています。当地の医療体制は脆弱であることから、感染しないための措置を取ることが肝要です。手洗い、他人との距離の確保、マスクの着用など各種感染予防策を取るようお願いいたします。

1. 新型コロナウイルス感染者数等

(1) 感染者数等（2020年6月24日現在）

- 感染者数合計 12,592名
- 死者数合計 313名
- 回復者数合計 10,100名

(2) 州別感染者数等（2020年6月22日現在）

	感染者	死者	回復者
○中央州	6,826名	90名	5,000名
○沿岸州	2,283名	81名	1,701名
○東部州	803名	19名	271名
○西部州	606名	42名	195名
○南部州	406名	9名	277名
○南西州	469名	20名	64名
○北部州	123名	11名	71名
○北西州	272名	31名	78名
○極北州	89名	5名	63名
○アダマワ州	64名	0名	20名

2. 感染症対策

感染症罹患を予防するため、以下の点を参考としてください。

- (1) 流水で、石けんまたはアルコール除菌剤を使い定期的に手を洗う。
- (2) 他人との距離の確保
- (3) マスクの着用
- (4) 風邪様の症状を呈している人との接触の回避
- (5) 不要不急の外出の抑制

緊急事態に備えてのチェックリスト

品 名	チ ェ ッ ク 項 目	チェック欄
旅 券	<ul style="list-style-type: none"> ・ 6ヶ月以上の残存有効期間があること ・ 最終ページの「所持人記載欄」は全て記入する。 	
滞 在 許 可 証	<ul style="list-style-type: none"> ・ いつでも持ち出せる状態にしておく。 ・ 有効期限を確認しておく。 	
ビザ（査証）	<ul style="list-style-type: none"> ・ 滞在許可証がない場合は、必ず有効なビザを持つこと。更新の申請は期限の約2週間前から可能。 	
現 金	<ul style="list-style-type: none"> ・ 家族全員が10日間生活できる程度の現金（F C F Aまたはユーロ）を用意しておく。 	
自 動 車	<ul style="list-style-type: none"> ・ 整備を怠らず、燃料は常に半分以上に保っておく。 ・ ライト、地図、工具等をトランクに入れておく。 	
衣 類	<ul style="list-style-type: none"> ・ 下着、長袖シャツ、長ズボン等をすぐ持ち出せるようにしておく。 	
履 物	<ul style="list-style-type: none"> ・ 底の丈夫なもの 	
洗 面 用 具 等	<ul style="list-style-type: none"> ・ タオル、石鹸、歯ブラシ、歯磨き等 	
非 常 用 食 料	<ul style="list-style-type: none"> ・ 約10日分の米、調味料、缶詰類、インスタント食品、粉ミルク、ミネラルウォーター等 	
医 薬 品 等	<ul style="list-style-type: none"> ・ 常備薬、外傷薬、衛生綿、包帯、バンドエイド 	
ラ ジ オ	<ul style="list-style-type: none"> ・ 短波、AM・FM放送を受信できる電池用のもの ・ 予備電池 	
そ の 他	<ul style="list-style-type: none"> ・ ヘルメット、乾電池、ライター、ろうそく、缶切り、栓抜き、紙食器、紙コップ、割り箸、固形燃料、簡易炊事用具 	

主要電話リスト

名 称	電 話 番 号
<ul style="list-style-type: none"> ・ 在カメルーン日本国大使館 ・ 外務省海外邦人安全課 (緊急事態班) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 222-206-202 (代表電話) ・ 677-708-915 (領事携帯電話) ・ 00-81-3-5501-8160
<p>【全国共通】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 警察 ・ 憲兵隊 ・ 消防 ・ 救急 ・ 外交団警察 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 17 (携帯電話からは117) ・ 13 (携帯電話からは113) ・ 18 (携帯電話からは118) ・ 19 (携帯電話からは119) ・ 120 (携帯電話からも同じ)
<p>【ヤウンデ市内】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 中央警察署 ・ 救急 ・ ヤウンデ空港 ・ エールフランス航空 ・ SNブリュッセルエアー ・ トルコ航空 ・ ケニア航空 ・ エチオピア航空 ・ SOFITOUL(レンタカー) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 222-239-868 ・ 222-234-020 ・ 222-233-602 ・ 222-200-295 ・ 222-234-803 / 699-505-522 ・ 222-208-849 / 694-961-044 ・ 242-748-957 / 677-500-895 ・ 222-209-268 / 222-209-304 ・ 675-624-030 / 694-493-944
<p>【ドゥアラ市内】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 中央警察署 ・ 救急 ・ ドゥアラ空港 ・ エールフランス ・ SNブリュッセルエアー ・ ケニア航空 ・ エチオピア航空 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 233-420-790 ・ 233-426-868 ・ 233-423-577 / 233-423-577 ・ 233-501-515 / 233-431-853 ・ 679-536-604 / 233-420-243 ・ 675-294-259 / 675-293-339 ・ 233-430-246