令和8年10月29日

安　全　の　手　引　き



在ベネズエラ日本国大使館
TEL　(58-212) 262-3435
FAX　(58-212) 262-3484

＜　目　　次　＞

Ⅰ．はじめに・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ３

Ⅱ．防犯の手引き
１．防犯の基本的心構え
（１）ベネズエラ人社会の理解・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ４
（２）安全のための3原則・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ４
（３）安全に関する情報収集・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ４
（４）緊急時の連絡先の把握・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ４
２．当地治安情勢
（１）一般治安情勢・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ５
（２）けん銃の蔓延・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ５
（３）薬物犯罪・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ５
３．防犯のための注意事項
（１）各種犯罪に対する安全対策・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ６
（２）生活上の安全対策・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ８
（３）交通事情と事故対策・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１０
（４）その他・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１１
４．自然災害・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　Ｐ１２
５．カラカス市内緊急通報先
（１）各種緊急通報先・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１３
（２）病院・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１３
（３）大使館連絡先・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１３

Ⅲ．在留邦人用緊急事態対処マニュアル
１．平素の心構え・準備・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１４
（１）心構え・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１４
（２）準備・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１４
２．緊急時の行動・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１６
（１）安全確保・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１６
（２）情報収集・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１６
（３）待機・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１７
（４）国外への退避・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１７
（５）大使館への通報等・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１７
３．緊急事態に備えてのチェックリスト・・・・・・・・・・・Ｐ１８
（１）旅券、身分証明書等・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１８
（２）お子さんを伴っての出国・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１８
（３）現金、貴金属、貯金通帳等の有価証券、ｸﾚｼﾞｯﾄｶｰﾄﾞ・・Ｐ１８
（４）自動車の整備等・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１８
（５）携行品の準備・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・Ｐ１８

Ⅰ　はじめに

本小冊子は、ベネズエラにお住まいの邦人の皆様方およびベネズエラを訪問される邦人の皆様方が、犯罪被害に遭遇する可能性を少しでも排除することを目的として作成しました。

この手引きにつきまして、お気付きの点等がございましたら大使館までご連絡下さい。

「在留届」の提出、「たびレジ」登録のお願い

海外に３か月以上滞在する場合には、大使館に「在留届」の手続きをお願いします。これは、皆様方の居住実態を把握し、大使館の様々な行政サービスの基礎資料として活用するためのもので、特に、緊急事態発生時に連絡等をする上で極めて重要な資料となりますので、変更がありましたら、速やかに大使館に届けて頂くようお願いします。

また、３か月未満の短期渡航者の方は、滞在予定をオンライン登録できるシステム【外務省海外旅行登録「たびレジ」】の登録をお願いします。

●オンライン在留届、「たびレジ」登録 → https://www.ezairyu.mofa.go.jp/

（※ 当館に在留届を提出した方は、ベネズエラの「たびレジ」の登録は不要です。）



Ⅱ 防犯の手引き

１．防犯の基本的な心構え

海外生活の基本的な心構えは、「自分と家族の安全は自分達で守る」という意識です。犯罪の予防対策が最大の危機管理であり、何事も、最悪の事態を考え『悲観的に準備』しつつ、『慎重に行動する』ことが肝要です。

なお、当国において、皆様方が不幸にも各種事件・事故に巻き込まれた場合は、速やかに大使館までご連絡下さい。

（１）ベネズエラ社会の理解

ベネズエラ人でも、夜間に一人歩きする人はあまりいません。また、各種治安機関の信頼性が、必ずしも高くないといった面もあります。こうしたベネズエラの治安についての常識を踏まえた上で、自己防衛手段を講じることが肝要です。

（２）安全のための３原則

海外での安全対策の基本は、以下の 3 原則を遵守することにあると言われています。安全対策の専門家や現地の警察関係者からも必ず言われます。特に意識して下さい。

『常に用心を怠らない』

『行動の固定化を避ける』

『目立たない』

（３）安全に関する情報収集

安全に関する情報収集は、海外で生活する上で欠かすことの出来ないトラブル防止策です。普段から、現地の新聞、インターネット、テレビ等のマスコミ情報および大使館からの安全情報等に関心を払い、現在自分がどのような状況下に置かれているのかを把握する必要があります。ただし、SNS 上では虚偽の情報が入り交じっている場合もあり、注意して下さい。また、大使館では、皆様の安全確保に資するべく各種治安情報、犯罪情報を、「安全情報」として、可能な限りタイムリーに、在留届や「たびレジ」でメールアドレスを登録頂いた方にメールで発信するようにしています（大使館ホームページにも同時掲載しています)。

（４）緊急時の連絡先の把握

大使館、警察、消防、会社関係、病院、信頼できる友人等の連絡先および各種緊急連絡網について、日頃から整理し、いざという時に使用できるようにしておきましょう。また、そ

れら連絡網に変更はないか定期的に点検することも、怠ってはいけません。

２．当地治安情勢

（１） 一般治安情勢

ベネズエラは、中南米の中でも、特に治安の悪い国の一つとされてます。治安当局によれば、2016 年をピークとして、殺人、強盗、誘拐事件等の凶悪犯罪は減少傾向にありますが、依然として高い数値で推移しています。これらの凶悪犯罪は、昼夜問わず発生しており、夜間だけが危険とは言えない状況ですので、常日頃から気をつける必要があります。

以前は、外貨の使用が禁止されていたり、現地通貨の現金の流通量が少なかったことから、現金を持ち歩く人が少なく、現金目当ての犯行が減少傾向にありました。しかし近年、外貨の使用が緩和されたことにより、外貨現金を持ち歩く人を狙った窃盗は増加傾向にありますので、多額の現金を持ち歩くのはやめましょう。比較的安全とされるエリアでも携帯電話を狙ったひったくりや強盗が発生しています。歩きスマホは厳禁で、人通りの多い場所では携帯電話を手に持たず、鞄に収納するようにしましょう。

また、SNS を通じて車両や物品の売買を持ちかけて、関心を持った被害者を呼び出して強盗や誘拐する手口も増えています。うまい話には乗らないことが大事です。さらに、SNS に自分やご家族の情報を掲載していると、その情報を見た犯罪者が、家族に危害を加えるといった電話をかけた上、金品を要求する恐喝事案も発生しています。SNS に個人情報を掲載しないことが大事です。

当国では犯罪発生件数に関して、政府の統計が公表されていないため、その正確な実態は不明です。誘拐事件に関しては、警察官が誘拐犯と共謀している場合があり、身代金を支払うことは違法となるため、被害届を出さないケースが多数あると言われています。富裕層だけでなく外国人も狙われる場合があるので注意が必要です。

（２） けん銃の蔓延

ベネズエラでは、けん銃等の銃器の所持は禁止されていますが、過去には許可制に基づいて所持が許されていたため、けん銃を所持している国民はまだいると言われています。さらに、違法に取引された銃器や自家製けん銃、改造けん銃などが、依然として相当数出回っており、殺人、強盗、誘拐等に使用される凶器は高い確率で銃器となっています。警察官を襲撃してけん銃を強奪する事件も発生しています。また、治安機関が犯罪者と対峙した場合には、犯罪者グループとの銃撃戦が始まり、一般市民が巻き添えとなり、被害を受ける場合もあるため、そうした犯罪者グループが集まる傾向のある貧困街等を避け、移動には細心の注意を払って下さい。

（３）薬物犯罪

薬物犯罪について、ベネズエラは、コロンビア、北中米、ヨーロッパ、西アフリカ等への中継地となっているとされていますが、国内でも密売がみられ、若年層にも蔓延しています。ベネズエラの薬物犯罪に係る法定刑罰は、日本および諸外国と比べても、極めて厳しいものとなっていますので、絶対に薬物に手を出してはいけません。また、過去にはマイケティア国際空港において、知らない人から預かった荷物に麻薬等が隠されていたため逮捕される事件が発生しています。決して、知らない人から荷物等を預からないようにして下さい。

３．防犯のための注意事項

不幸にして、犯罪の被害に遭われた場合には、911 番（緊急電話番号）に電話を掛け、警察官を呼んで下さい。しかし、当地の警察官は、被害者の保護、犯人の捜索、逮捕等、初動措置は行いますが、被害届の受理はしませんので、被害届を出す場合は、事後に被害場所を管轄する CICPC（内務司法省科学刑事犯罪捜査機関）の支部に出向く必要があります。

（１）各種犯罪に対する安全対策

ア．犯罪発生状況

深夜より昼間の発生件数が多くなっていますが、これは、夜間から深夜にかけては、危険であるため外出している者が少ない時間帯だからです。夜間から深夜にかけての外出は、犯罪に遭う可能性が高いので極力避けて下さい。

イ．誘拐対策

○ 誘拐の兆候を発見することが大切です（郵便物の開封、不審電話、観察、尾行等)。
○ 決まった行動は、できる限り避けて下さい。通勤ルートおよび外出時間を時々変更するなどの工夫をして下さい。
○ 華美な服装や時計、宝石などの装飾品は、身につけないようにして下さい。
○ 不審な後続車がいないか注意を払うようにして下さい。
○ 物損事故に注意して下さい（故意に衝突され、誘拐や強盗に遭うこともあります)
○ 住宅(アパート)の警備体制(警備機器、警備員等)の再点検を行って下さい。
○ 使用人は、信用のおける知人からの紹介等、身元がしっかりした人物を選び、不必要な私的情報は共有しないで下さい。
○ 車両に乗り込む際および車両から降りる際は、周囲の状況に注意しましょう。
○ スーパー等で、ドル紙幣、カードなどで商品を購入する際は、周りから見えないよう注意して、周囲の状況に注意を払って下さい。
○ いわゆる流しのタクシーは、利用しないで下さい。
○ 警察官を装って路上で偽の検問をし、停止した車両ごと被害者を拉致することもありますので、これら偽の検問が行われるような人気のない道路を通ることは避けて下さ

い。

ウ．強盗対策

○ 危険地区（リベルタドール市内やスクレ市ペタレ地区にある貧民街等）には行かないで下さい。

○ 車両での移動を基本とし、徒歩や単独での行動は避けて下さい。

○ 駐車場において、車両に乗り込む前に、不審者がいないことを確認して下さい。

○ 乗車中は必ず窓を閉め、ドア・ロックを施して下さい。

○ 配達員等、見知らぬ来訪者に対しては、安易にドアを開けないで下さい。

○ 万が一強盗事件に遭遇した場合には、犯人がけん銃を携行している可能性が高いため、絶対に抵抗しないで下さい。

○ バスや地下鉄は、スリや強盗の被害に遭う可能性があるので、利用は避けて下さい。

○ 二人乗りのバイクによる強盗被害が多く発生していますので、注意して下さい。

○スマートフォンは、特に狙われやすいので、屋外では使用しないで下さい。

エ．窃盗対策

○ 住宅のドアには複数の鍵を付けるようにして下さい。

○ 「レハ」と呼ばれる鉄格子扉を取り付け、二重扉にすることをおすすめします。

○ 在宅中でも必ず施錠して下さい。

○ 「鍵」の保管場所に十分注意し、人目に付く場所に放置しないで下さい。

○ 車内に外から見えるような状態で鞄・荷物等を置かないで下さい。

○ レストラン等で駐車サービスを利用する際も貴重品を車内に放置しないで下さい。

オ．スリ対策

○ 公共交通機関には乗らないで下さい。

○ 現金、貴重品は分散して所持するようにして下さい。

○ 財布はズボンの後ポケット等、盗まれ易い場所には入れないで下さい。

○ 携帯電話は窃盗・スリの一番の対象となります。人前で使用しないで下さい。

カ．ひったくり対策

○ 目立つ服装で、高価な時計やアクセサリーを身に着けて外出しないで下さい。

○ ハンドバックは手で抱えるようにして、車道の反対側に持つことをおすすめします。

○ 車道寄りの歩行は危険ですので、車道から離れて歩行することをおすすめします。

○ バイクの二人乗りによる後方からのひったくりに注意して下さい。

○ 車両の進行方向と反対の方向に歩くことをおすすめします。

キ．空港における各種事件対策

○ 空港への送迎は、会社、家族、友人、知人等に依頼して下さい。

○ ポーターを利用する場合は、空港の身分証明書を有しているか確認して下さい。

○ 空港到着時の出迎え者の氏名、服装、携帯電話番号、合言葉等を決めることをおすすめします。

○ 空港付近では、配車サービスが捕まりにくいのでご注意下さい。

○ 安易に他人の荷物を預からないで下さい。

○ 自分の荷物から絶対に目を離さないで下さい。

※ 2026年6月24日に発生した地震の影響で、マイケティア国際空港が一時閉鎖されました。同年9月から同空港で一部の航空会社が運航を再開しましたが、発着便数は限られており、カラボボ州バレンシアやアンソアテギ州バルセロナの空港からも国際線が離発着しています。深夜早朝便となる場合がありますので、空港へは余裕を持って移動するようにしましょう。なお、マイケティア空港については、仮設ターミナルのキャパシティーの問題により、国際線は３時間前、国内線は２時間前に空港に到着するよう当局より推奨されています。

ク．警察官（国家警察：PNB）、軍人（国家警備軍：GNB）への対応時の注意事項

○ 外出する場合は、身分証明書（Cédula de Identidad）等を所持するようにして下さい。

○ 職務質問にはきちんと対応し、不正な要求には、警察官・軍人の氏名や部隊名を確認し、その要求の理由（根拠）を求めて下さい。

○ 暴行、恐喝等の不法行為が万が一ありましたら、日本大使館に連絡をとって下さい。

○ 状況によっては、危害を加えられることもあり得ますので、強く抵抗しないようにして下さい。

○ 2026年８月から、全国の都市部にある警察の検問所が撤去されましたが、一部地域においては検問が継続しているとの報道もあります。検問所等で警察官に停止させられても冷静に対処するようにして下さい。

（２）生活上の安全対策

ア．住居の選択

○ 一戸建住宅よりも、3階以上（日本式階層）のアパートをおすすめします。

○ 24時間体制で複数の警備員が出入りを監視しているアパートをおすすめします。

○ 四方を高い壁で囲み、高圧電線、忍返し等が施してある場所をおすすめします。

○ 貧民街に隣接せず、また孤立せず、ある程度交通量がある場所をおすすめします。

○ 住居（アパート）の出入り口付近に街灯等がある、明るい場所をおすすめします。

○ 不動産業者等を通じて、過去の犯罪発生例を確認し、被害の少ない地域をおすすめします。

イ．住居の設備

○ 出入り口の扉の鍵は複数にすることをおすすめします。
○ 新たに入居する際や使用人を変えた場合には、鍵を交換することをおすすめします。
○ 出入り口は、ドアスコープ、ドアチェーンを取り付けることをおすすめします。
○ 物件の中には、窓に施錠設備が無いものがありますので、侵入される可能性のある窓には、鍵若しくは鉄格子を付けるなどの対策をして下さい。
○ 寝室部分と居間・食堂等との間には内鍵をつけ、寝室を避難室として利用するのも一案です。

ウ．駐車場

○ 警備員の目の届く場所から、リモコン等で門扉の開閉が可能な駐車場をおすすめします。
○ 駐車場に入る際には尾行車両がないか、駐車場周辺に不審人物（車）がいないか確認して下さい。

エ．外出

○ 家族や信頼できる者に外出先、帰宅時間を知らせておいて下さい。
○スマートフォンは人目に付かないように携帯して下さい。
○ 高価な貴金属類は、できる限り身につけないようにして下さい。
○ 夜間、徒歩による外出はやめて下さい。
○ 車のガソリンは常に満タン状態にしておくことをおすすめします。

オ．使用人

○ メイド、運転手等の使用人を雇用する場合には、その身元を調査して下さい。
○ 雇用が決まった際には、必ず、先方の身分証明書のコピーを取っておいて下さい。
○ 使用人の目の届く場所に貴重品等を置かないで下さい。
○ 必要以上に家族の事、行動予定等を話さないようにして下さい。
○ 信頼関係ができ上がっても、「鍵」は預けないで下さい。
○ 使用人の家族、友人等を自宅内に入れないように指導して下さい（2024 年には、使用人が恋人を招き入れ、雇用主を殺害し金品を奪取する事件が発生しています）。
○ 帰国、転勤が決定しても、早急には伝えないことをおすすめします。

カ．来客

○ 身元のはっきりしない来客については、いかなる場合でも扉を開けないよう心がけて下さい。
○ 扉を開ける場合は、ドアスコープ等で必ず外部を確認してから行って下さい。
○ 修理業者は、知人等の紹介により信頼できる業者を選択し、事前に来訪する者の氏名を確認しておいて下さい。
○ デリバリー等が届いた場合、警備員が見える場所で受領する等注意して下さい。

キ．電話

○ 緊急事態対応のため、固定電話と携帯電話の両方を準備することをおすすめします。
○ 受話器を取る際には、自ら名前を名乗らず、相手方に名乗らせるよう工夫して下さい。
○ 電話番号は信頼できる人以外には教えないで下さい。
○ 間違い電話の場合、その旨のみを伝え、自らの名前は名乗らないようにして下さい。
○ 不審な電話（無言電話やすぐに切れる電話）の場合には、相手が、こちらの動向を確認している場合があることを念頭に置き、直ちに受話器を置いて下さい。不審電話が続くようであれば、電話番号を変更することをおすすめします。
○ 緊急の際に必要な電話番号は、常に電話機の側に備えておいて下さい。
○ 最終避難場所である主寝室には必ず固定電話か携帯電話を持ち込んで下さい。
○ 脅迫電話がかかってきた場合はメモをとるか録音して警察に届け出を行い、大使館にも相談して下さい。

（３）交通事情と事故対策

ア．ベネズエラの交通事情

○ 次のようなことが日常的に起こっており、非常に交通マナーが悪いので、運転だけでなく歩く際にも十分注意して下さい。
・信号無視
・追越し車線からの急な右左折、ウインカーなしの急な進路変更
・ブレーキランプの故障等整備不良
・逆走
○ 信号機の故障や停電による滅灯、道路の交通標識不足も目立ちます。
○ カラカス首都圏内は、一方通行、坂道、行き止まり等が多いです。
○ 道路の所々が陥没しています（マンホールのフタがないところもあります)。
○ 雨が降ると道路に水があふれ、道路の穴がわからないことがあります。
○ 交差点や道路の真ん中であっても車両を止めて修理していることがあります。
○ バイクの交通量が非常に多く、ギリギリのすり抜けや追い越し行為、急な割り込みをする等、交通マナーは悪く、バイクが絡む死傷事故が多発しています。

イ．車両運転時の注意事項

○ 運転免許証、自動車所有者証、健康診断証、自動車保険証、身分証明書を必ず携帯して下さい。

○ 犯罪の多くは公道上で発生しています。周囲に十分注意して下さい。

○ 追い越し時のひったくりや強奪に遭わないよう、運転中は窓を閉じて下ださい。

ウ．事故を起こした場合の措置

○ まず、警察（911 番）に連絡して下さい。

○ どのような交通渋滞になろうとも自動車はそのままにして動かさないことが必要です。

○ 事故直後は動揺しているので、知人・友人や保険会社等に来てもらうことをおすすめします。

○ 相手の車種、塗色、ナンバー、氏名、運転免許証番号をメモして下さい。

○ 目撃者がいたら、その氏名、電話番号等をメモして下さい。

○ 事故の相手方に、自分の非を認めるような謝罪はしないようにしましょう。

○ 警察が到着した後の想定される一般的な手続きは次のとおりです。

・運転免許証、自動車所有者証、健康診断証、自動車保険証、身分証明書等を確認されます。

・事故の状況を記載します。

・事故の状況を記載した用紙と今後の手続きを記載した説明書を手渡されます。

・保険会社にこれらの用紙と説明書を通報して下さい。

・指定された銀行に事故証明書の手続き料を振り込みます。

・指定された日（平日）以降に交通警察へ事故車両と共に出頭します。

・事故証明書が入手できるのは、更に数日後になります。

・その後は保険会社と打ち合わせを行い、修理や弁償をすることになります。

（4）その他

ア．身分証明書の携帯義務

○ ベネズエラでは、居住者（9 歳以上の国民および長期滞在の外国人(6 か月以上滞在)）に身分証明書の携帯が義務付けられています。

○ 警察当局は、不法入国摘発等を目的に身分証明書の提示を求めることがあります。

○ パスポートや身分証明書の盗難・紛失に備え、コピーを作成したり、写真を数枚余分に準備しておくことをおすすめします。

イ．ベネズエラ共和国の治安機関による職務質問等への心構え

強盗、誘拐事件等の凶悪事件に現職または退職警察官が関与するケースがあり、街頭

配置の制服警察官が旅行者等に因縁をつけたり、金品を要求する事件も発生しています。当国では、警察官といえども信用できないことがあり、身分の確認等注意が必要です。

当地の人権 NGO 団体によれば、2024 年 7 月の大統領選挙以降、外国人を含め、治安当局が恣意的な逮捕を行う事案が多発しています。2026 年 1 月以降、恩赦法が制定され、恣意的拘束者の解放が進み、このような事案は減少傾向にありますが、引き続き、治安当局に目を付けられるような行動はしないように注意して下さい。

また、2026 年 1 月 3 日の米軍による攻撃以降、米国との外交関係が再開するなど、両国の緊張は緩和されていますが、米国の介入に複雑な想いを抱いている人もいるため、政治的なメッセージを発信するような SNS 投稿は控えて下さい。

治安当局から職務質問等がなされる場合には、冷静な対応を心がけ、トラブルに発展しないよう十分注意し、万が一、拘束されるような事態が発生した際には、当局に対し、大使館による面会を求めて下さい。

ウ．伝染病等

○ デング熱、ジカ熱、マラリア等の熱帯地方特有の感染症が発生しています。

○ その他、麻疹やジフテリアも発生しています。

○ ベネズエラの一部地域について、WHO は黄熱病予防接種を推奨していますので、同接種証明書（イエローカード）を所持することをおすすめします。

○ 2026 年７月、アンソアテギ州とバリナス州において、ハンタウイルスの死亡例が確認されましたが、ヒトからヒトへの感染は科学的な根拠は無いとされています。

○ 感染病を防ぐ為の基本的な注意事項は次のとおりです。

・ 蚊やノミなどの伝染病を媒介する昆虫、動物（ハンタウイルスの場合は齧歯類）に気を付ける（アマゾン等の奥地を旅行する場合には、特に注意が必要）・ 生もの、生水の飲食は控える（水道水は煮沸する）。

・ マラリア感染地域に入る場合は、抗マラリア薬の利用も検討する。

・ 万一、疑わしい症状が出た場合は、できるだけ早く医師の診断を受ける。

４．自然災害

ベネズエラは温暖な気候で、雨季には短時間で大雨が降り洪水や道路の陥没等が発生します。1999 年 12 月には、マイケティア国際空港が所在するバルガス州（現ラ・グアイラ州）における集中豪雨により地すべりが発生し、3 万人を超える死者を出す大災害が発生しました。

2026 年 6 月 24 日に発生した大地震では、6 千人を超える死者が発生、ラ・グアイラ州の

海岸沿いでは多くの家屋が倒壊し、避難所でテント生活を送る被災者が今も多くいます。カラカス市内でも複数の高層アパート等が倒壊する被害が出ました。この大地震直後には、民家や商店への侵入・略奪行為が発生したほか、被災者の受け入れや支援物資の分配等がスムーズに行われず、混乱が生じました。

現在、そうした混乱は落ち着きましたが、ラ・グアイラ州では海水浴が禁止されており、高層アパートの解体や瓦礫撤去のために、大通りでは重機や大型トラックが行き交っている状況です。同州を訪れる際は、被災地復興の妨げにならないよう、十分注意して下さい。

自然災害が発生しても、日本のように避難所は無く、行政による飲料水や食料の配給は期待できません。日頃から災害への備えとして、食料や飲料水の備蓄を心掛けて下さい。

５．カラカス市内緊急通報先

（１）各種緊急通報先 911

上記番号が、「各種警察」、「消防」、「救急車」の緊急窓口となっています。ここから、内容に応じて、しかるべき部署に連絡がいくことになっています。

（２）病院

○CLINICA EL AVILA

0212-276-1111（代表）、276-2836、276-2838（一般緊急）、276-2888（小児緊急）

○ CENTRO MEDICO DOCENTE LA TRINIDAD

0212-949-6411（代表）：自動応答、その後用件に対応した数字を押す。

○ HOSPITAL DE CLINICAS CARACAS

0212-508-6111（代表）、508-6085、508-6564、508-5063（緊急）

○ POLICLINICA METROPOLITANA

0212-908-0100（代表）：24 時間受付

（３）大使館連絡先

住所 Torre Digitel, Piso 9, Av.Don Eugenio Con Esquina Calle Miranda,
La Castellana, Mun. Chacao, Edo. Miranda

電話 0212-262-3435（代表）

FAX 0212-262-3484

開館時間 月曜日～金曜日 午前 8:30～午前 12:00、午後 1:00～午後 4:00

執務時間外に事件や事故等の緊急事態が発生した場合は、上記代表電話番号に電話し、オペレーターの指示に従って下さい。

Ⅲ．在留邦人用緊急事態対処マニュアル

（内乱、クーデター、暴動等の緊急事態発生時の対処マニュアル）

１．平素の心構え・準備

ベネズエラでは、1989 年 2 月にカラカス大暴動、1992 年 2 月および 11 月にクーデター未遂事件、2002 年 4 月に一時的な政変（4 月 14 日前政権に再復帰）、2019 年 4 月に反政府決起の試みが発生しています。2024 年 7 月末には大統領選挙の結果を不服とした野党側と治安部隊の衝突が全国で発生し、一部で死傷者を出し、2,000 名を超える逮捕者を出しました。さらに 2026 年 1 月 3 日には、米軍によるカラカス市内等の軍事施設への攻撃があり、民間人を含む多数の死者が出たほか、大統領夫妻の身柄が拘束される事案が発生しました。また、2026 年 2 月に制定された恩赦法によって、多数の拘束者が釈放されましたが、未だ拘束されている収監者の家族等が、釈放を求めてデモや行進を実施しています。また、民主的な選挙を求めるデモや賃金上昇を訴えるデモが増加しています。これまで、デモや抗議活動は平和裏に行われていましたが、最近は治安部隊との小規模な衝突も発生しておりますので、以下の心構えや準備をおすすめします。

（１）心構え

ア．政情に関心を持ち、インターネット、テレビ、新聞、ラジオ等から常に最新の情報を入手して下さい。

イ．集会、デモ行進等、群衆の集まる危険な場所へは近づかないようにして下さい。群集心理に巻き込まれないようにして下さい。

ウ．何か起こっても、平静を保ち、在留邦人相互間の緊密な連絡、インターネット・テレビ・ラジオ等からの現地政府等による公式発表内容の確認、大使館への問い合わせ等により、正確な情報を把握するように努めましょう。

（２）準備

ア．連絡体制の整備と情報収集

○在留・変更届の励行（3 か月以上滞在する方）

大使館が安否確認等を行うための基本的な資料ですので、在留届を当大使館へ提出するか、オンラインでの手続きをお願いします。また、連絡先の変更等があった際には、必ずご連絡願います。

○「たびレジ」登録の励行

短期旅行者の方は、「たびレジ」への登録を必ずお願いします。

（※ 当館に在留届を提出した方は、ベネズエラの「たびレジ」登録は不要です。）

○各団体(所属企業等)の「緊急連絡網」の整備

転居や(携帯)電話番号の変更等があった場合には、速やかに、関係団体等へご連絡の上、「緊急連絡網」の改訂・更新を依頼して下さい。

あらかじめ自分は誰に連絡をするのか確認しておいて下さい。また、出張、休暇等で、当地を一時的に離れる際には、必ずその旨、自分に連絡をくれる方(連絡網の前の方)に伝え、「緊急連絡網」が、常に機能するようにしておくことが重要です。

イ．大使館からの情報伝達方法

緊急事態発生の際には、大使館は、安否確認、緊急事態の状況等に関する情報提供を、上記アの連絡体制を通じて行うとともに、大使館 HP(www.ve.emb-japan.go.jp)や領事メールを通じて行います。

電話回線やインターネットが使用できない場合には、大使館無線機、又は「NHK ワールド・ラジオ日本」により連絡を行うことを予定しています。最新の南米向け日本語放送の周波数（年に 2 回、春と秋に周波数を変更）をご確認下さい。

短波放送に関する情報（NHK ワールド・ラジオ日本）

URL：https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/radio/howto/

各所属企業・団体、各家庭内におかれては、緊急の連絡を誰から誰に繋ぐのか等をあらかじめ決めておき、平素より確認しておいて下さい。

※ なお、緊急事態発生時における安否確認については、大使館からの連絡を待つことなく、皆様から安否等に係る情報を大使館にお寄せいただけますようご協力をお願いします。

ウ．緊急事態における携行品等、非常用物資の準備

○緊急時の持ち出し品のリストアップ

旅券、現金、貴重品等は、直ちに持ち出せる場所に保管し、避難時に持ち出すものを各自リストにしておきましょう。

○非常用物資の備蓄準備

暴動等の非常事態発生時には、一定期間自宅待機が必要となることも想定されますので、2 週間分位を目処に、水、食糧、医療品、燃料等必要最低限の物資の備蓄を準備して下さい。

○地震への備え

地震発生時には、自宅から避難を余儀なくされることもありますので、非常時の持ち出し用リュックサック等を用意した上、数日間の着替えと非常食を事前に準備しておきしょう。

※後述の「３．緊急事態に備えてのチェックリスト」も参照して下さい。

エ．一時避難場所および緊急避難先の整理

緊急事態が発生した場合には、「情報収集・分析段階」→「待機段階」→「移動段階」と3つの段階がありますが、ベネズエラの地理的条件、空港等への経路から、緊急事態発生の際は、「緊急避難」よりも、一時避難場所や緊急避難先に待機する可能性が高いものと思われます。

あらかじめ、ご家族の間で、そういった場所を整理しておくと安心です。

○一時避難場所の検討

暴動、騒乱、内乱等が発生した場合の一時避難場所について、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等、幾つかのケースをあらかじめ想定し、各自の一時避難の候補地を検討しておいて下さい。なお、右候補地は、外部と連絡可能な場所を選ぶようにして下さい。

○緊急避難先

大使館より、緊急事態発生時の状況に応じて、場合によっては、緊急避難先への集結を要請することがあります。緊急避難先については、カラカスおよび近郊の場合には、大使公邸(住所:Qta.Maracapana, Calle Altamira, Caracas Country Club)を予定していますので、大使公邸に至るルートについて幾つかのケースを想定して検討しておいて下さい。

また、その他の地域で大使公邸に集結することが困難な方々におかれましては、今後、同一地域の他の邦人の方々とあらかじめ協議の上、緊急避難先を検討して下さい。その際、大使館ともご相談いただくようにお願いします。

２．緊急時の行動

（１）安全確保

ア．緊急事態が発生した場合、何よりも、ご自身の安全確保に努めて下さい。事態が発生している場所から離れるか、離れられない場合には隠れて下さい。

イ．危険な状況下で無理に移動することはおすすめしません。自宅、会社、学校等で待機することも一案です。

ウ．移動が可能な状況であれば、車両で移動するか、徒歩で移動するか、より安全な方法を選択して下さい。

エ．移動先として、準備段階で整理した一時避難場所や緊急避難先も検討して下さい。

オ．安全が確保できる状況になりましたら、関連情報の把握に努めるとともに、自らの判断により状況に応じた退避や自宅待機を行うことを心掛けて下さい。

（２）情報収集

ア．緊急事態が発生し、または発生するおそれのある場合に、大使館は邦人保護に万全を期するため、所要の情報収集、情勢判断、対策の策定等を行い、インターネットや電話が利用可能な場合は、皆様にお知らせします。

電話回線が使用できない場合には、無線機、又は「NHK ワールド・ラジオ日本」により、連絡を行うことを予定しています。

イ．自らインターネット・テレビ・ラジオ、新聞等により情報の収集に努め、平静を保ち、SNS 上の誤情報や流言飛語に惑わされたり、群集心理に巻き込まれることのないよう注意して下さい。

（３）待機

ア．外出すると危険な場合は、自宅等で待機することになります。

イ．緊急事態が発生する場合、電気、水、ガス、電話、インターネット等が使用できなくなることも想定されますので、そのような状況でも、2 週間程度待機できるよう、常に飲料水や食料品の補充を心掛けて下さい。

（４）国外への退避

ア．事態が悪化し、各自または所属先の会社等の判断により、あるいは大使館からの情報に基づき自発的に帰国もしくは第三国へ退避する場合、その旨を大使館に通報して下さい（大使館への連絡が困難な場合は、日本の外務省領事局海外邦人緊急事態課（TEL：＋81-(3)5501-8165）等へ通報するよう努めて下さい)。

イ．大使館が、「退避勧告」を発出した場合、一般商業便が運行している間に、可能な限り早急に国外へ退避して下さい。外交上の問題により、運行が停止されている航空便がありますので、最新情報を収集するようにして下さい。

一般商業便が満席の場合等には、チャーター便等の手配により（これらの利用に当たっては、通常、片道エコノミー正規料金の支払いが必要となります。)、あるいは、状況によっては陸路を利用して退避することが必要となることもありますので、大使館の指示に従うようにして下さい。

ウ．事態が切迫し、自身の判断で危険と判断した場合、または、大使館より退避若しくは退避のための集結を要請された場合には、上記で指定した緊急避難先に集結して下さい。

その際、しばらくの間、避難先で待機する必要がある場合も想定されますので、旅券、現金等とともに、可能な限り非常用物資を持参するようにお願いします。

他方、緊急時には自分および家族の生命・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下さい。

（５）大使館への通報等

ア．自分や家族または他の邦人の生命・身体・財産に危害が及び、または及ぶおそれがあるときは、迅速かつ具体的にその状況を大使館に報告して下さい。

イ．皆様が入手された情報で共有する必要があると考えられるものは、随時大使館に直接または各団体を通じて通報して下さい。他の在留邦人の方にとっての貴重な情報となります。

３．緊急事態に備えてのチェックリスト

（１）旅券、身分証明書等

ア．旅券については、常時6か月以上の残存有効期間があることを確認しておいて下さい(6か月未満の場合には、大使館に切替発給の申請をして下さい)。また、旅券の最終頁の「所持人記載欄」は、漏れなく記載しておいて下さい。
なお、国外への退避に際し、ベネズエラ滞在査証の更新等のために手元に旅券がない場合には、大使館に早めにご相談下さい。

イ．ベネズエラにおける身分証明書（Cédula de Identidad）は携帯が義務付けられていることから、その所在には常に留意しておいて下さい。

ウ．国外に退避する場合、その時に慌てて査証申請を行っても間に合わないことが考えられます。査証を必要とする国への待避を想定している場合には、事前に当該国の査証を取得しておくことをおすすめします。

（２）お子さんを伴っての出国

2000年7月より、18歳未満の子供が外国にどちらか片方の親と旅行する場合、許可証の取得が必要です。弁護士等と相談し、公証人役場（Notaria Pública）等において手続きを行っておくことをおすすめします(公証人役場により対応が異なる場合が多々ありますが、6か月有効の許可証を入手できる場合もあるようですので、弁護士等とよく相談の上、手続きして下さい)。

（３）現金、貴金属、貯金通帳等の有価証券、クレジットカード

これらの物品は旅券同様、すぐ持ち出せるよう保管しておいて下さい。現金については、家族全員が10日間くらい生活できる金額をあらかじめ用意しておくことをおすすめします。また、国外退避の場合に備えて、外貨（退避先での諸費用等のため）の用意もおすすめします。出国する場合の航空券、出国税および空港使用料の用意も必要です。

（４）自動車の整備等

○ 自動車をお持ちの方は、常時整備しておくよう心掛けて下さい。

○ 燃料は常時十分入れておくよう心がけて下さい（燃料タンクの目盛りの半分以下にな

ないようにする)。

○ 車内には、常時、懐中電灯、地図、ティッシュ等を備えおき下さい。

○ 自動車をお持ちでない方は、近くにお住まいの自動車をお持ちの方と平素から連絡をとり、必要な場合に同乗できるよう相談しておいて下さい。

（５）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)～(４)に加え、次の携行品を備えおき下さい。

ア．衣類・着替え（長袖、長ズボンが賢明。行動に便利で、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。）

イ．履物（行動に便利で、靴底の厚い頑丈なもの）

ウ．洗面・衛生用品

エ．非常用食糧等

しばらく自宅待機する場合も想定し、米、調味料、缶詰類、インスタント食料、粉ミルク等の保存食およびミネラルウォーターについて家族全員で 2 週間くらい生活できる量を準備しておいて下さい。

自宅から他の場所へ避難する際には、インスタント食品、缶詰類、粉ミルク、ミネラルウォーター等を携行するようにして下さい。

オ．医薬品等

家族用常備薬の他、常用薬、外傷薬、消毒用石鹸、衛生綿、包帯、絆創膏。

カ．ラジオ

NHK 海外放送「NHK ワールド・ラジオ日本」等の短波放送が受信できる電池使用のもの（電池の予備も忘れないようにして下さい)。

キ．その他

懐中電灯、予備の強力バッテリー、ライター、ろうそく、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、可能ならばヘルメット。

以 上