

安全の手引き

在モーリタニア日本国大使館

令和 7 年 10 月

目 次

はじめに

第 1 章 防犯の手引き

- 1 安全対策の基本的心構え
- 2 治安情勢（最近の事件発生状況）
- 3 安全対策（防犯のための具体的注意事項）
- 4 交通事情と事故対策
- 5 テロ・誘拐対策
- 6 緊急連絡先
- 7 緊急時のフランス語

第 2 章 在留邦人用緊急事態マニュアル

- 1 平素の心構え・準備
- 2 緊急時の行動等

おわりに

はじめに

海外で直面する様々な危険から身を守り、安全な生活を送るためには、「自らの安全は自ら確保する」ことが重要です。本手引きでは、海外生活を送る上で留意が必要な諸事項をとりまとめました。

安全確保のためには、本手引きに示したポイントに加え、時々刻々と変わることの多い国際情勢はもとより、モーリタニアや周辺国の政治・治安情勢の変化等を念頭に置き、新聞等で報道される凶悪事件、テロ事件等の状況や緊急事態（戦争、クーデター等）の発生に注意を払う必要があります。この手引きがモーリタニアに居住される邦人の皆様や旅行者の方々の安全対策の一助となれば幸いです。

令和7年10月
在モーリタニア日本国大使館

第1章 防犯の手引き

1 安全対策の基本的心構え

(1) 自分と家族の安全は自分たちで守る

当地的治安事情は日本よりも悪く、治安機関の警備・捜査能力も日本とは同等とは言い難い状況にあります。また、事件・事故が発生した時も、言語の壁や組織・手続き上の障害もあって、警察等に十分な対応が期待できるとは言えません。何より自分と家族の安全は自分で守るという強い心構えが必要です。

(2) 「予防」が最良の危機管理

事件・事故に巻き込まれないこと、すなわち「予防こそが最良の危機管理」です。そのための努力を惜しまないようにしてください。

(3) 備えあれば憂いなし

常に最悪の事態を想定し準備を行い、万全の対策を講じた上で、警戒心を忘れずに生活することが重要です。

(4) 安全のための三原則の遵守

安全のための三原則とは、「目立たない」、「行動を予知されない」、「用心を怠らない」の3つです。華美な服装を避け、携行品・装飾品にも気をつける、出勤・退社・買物等の時間及び道順のパターン化を避ける、夜間は特に用心し、できるだけ外出を控える、また、いかなる時も常に警戒を怠らないことが重要です。

(5) 住居の安全確保

住居は生活の基盤です。その安全確保は、安全対策の中でも最優先事項となりますので、住居は慎重に選択する必要があります。

(6) 現地社会に溶け込む

隣人、コミュニティ等との付き合いで個人や組織とのネットワーク作りを心がけることが大切です。平素から現地社会に溶け込み、良好な人間関係の構築に努めれば、無用なトラブルの回避や現地の情報を入手し易くなることも考えられます。

(7) 精神衛生と健康管理に注意

慣れない海外での生活は、長時間の緊張を余儀なくされる場合が多く、精神面、肉体面の自己管理が必要です。定期的に必要な健康診断を受け、心や体に不調を感じたら早めに医療機関を受診しましょう。

2 治安情勢（最近の事件発生状況）

（1）テロ情勢

・モーリタニアでは、2011年を最後にテロ攻撃は発生していません。しかし、2023年3月、ヌアクショット中心部に位置する刑務所から、テロ行為で服役中だった4名が刑務所の看守2名を殺害し脱獄する事件が発生しました。脱獄から一週間後には解決しましたが、モーリタニア政府はこの脱獄を「卑劣なテロ作戦」と非難しています。この事件では、複数名の協力者が警察に逮捕されており、これにより、潜在的な協力者がモーリタニア国内に潜伏していることが明らかになりました。また、2024年2月には、テロ行為を計画していた若者が、テロ行為実行前に警察に逮捕される事件も発生しています。

・ガズワニ大統領（2019年就任、2024年再選）は、テロ対策の強化を中心的政策のひとつに掲げ、国境管理強化のため継続的な装備・機材の整備を実施するほか、逮捕した過激派グループ構成員らに対し脱過激化教育を実施して再犯防止を図るなど、堅実な政権運営の下、国内の治安情勢の更なる安定化を目指しています。

・他方、マリ、ブルキナファソ、ニジェール等の周辺国においては、「イスラム・マグレブ諸国のアル・カイダ（AQIM）」傘下の「イスラムとムスリムの支援団（JNIM）」やIS系のISILによるテロ活動が多数発生しています。

・このため、モーリタニアにおいてもテロに対して相応の警戒が必要です。特に軍、警察等の政府関係施設や各国大使館（特に欧米）には極力近づかないようとするほか、外国人が多く利用するホテル、レストラン等もテロの対象となる可能性があることを十分留意してください。

・マリとの国境地帯は退避勧告地域となっています。

マリ国内では、モーリタニア南東部からセネガルにかけての国境付近においてイスラム過激派組織によると思われる活発なテロ活動が行われ、2025年7月には、ホード・エル・ガルビ州のマリ国境からわずか1.5キロメートルの地点に位置する都市ゴギ（Gogui）を含む7カ所で、マリ軍施設が同時武装攻撃を受けました。

同地域では、外国人を狙った誘拐事件も多数発生しています。2021年7月には中国人3名とモーリタニア人2名が誘拐され、モーリタニア人は10日後に解放され、中国人は11月に解放されました。また、2025年7月に発生したマリ軍施設の同時武装攻撃の際にも、インド人3名が誘拐されています。

マリは、国内からフランス軍及び国連の平和維持部隊が撤退して治安の悪化が進行しており、2024年4月、マリ領内のモーリタニア人コミュニティがマリ国軍とアフリカ部隊（旧ワグネル）に襲撃される事案も発生しています。モーリタニア政府はマリとの国境地域の警備を強化しているものの、国境付近はテログループの活動が見られることから絶対に近寄らないでください。

(2) 犯罪情勢

- ・モーリタニア政府は犯罪統計を公表していないことから、犯罪情勢を正確に把握することは困難ですが、首都ヌアクショットを中心とする都市部への人口の集中に伴い、都市の周縁部のみならず都市の中心部においても盗難・空き巣等が増加傾向にあると言われています。また、西アフリカ近隣諸国的情勢悪化に伴い、ヨーロッパへの移住を目指す人々がヌアクショットやヌアディブに滞留する傾向が顕著となっており、こうした人々が両都市においてスラムを形成しつつあります。報道やウェブサイト上では、ヌアクショットやヌアディブだけでなく、地方都市における殺人や強盗といった凶悪事件に関する報道が目につきます。断食明け祭、犠牲祭等の祝祭日の前は、特にスリ・置引き等の盗難事件が増加する傾向があるので、人混みの中では持ち物に十分注意を払ってください。
- ・警察は麻薬やアルコール等の禁制品の密輸グループの摘発に力を入れています。このような犯罪グループの活動に巻き込まれないよう、若者が多く集まる場所はなるべく避けて行動してください。
- ・ヌアクショットでは、武装強盗、窃盗、暴行が大幅に増加しており、中心部のテブラグゼイナ地区やクサール地区においても、昼夜を問わず、不良グループ等による凶悪事件が発生しています。外出時には人通りのない道を避けるほか、セブハ、ダルナイト、エルミナ、リヤド、アラファト地区等、ヌアクショット内でも特に治安の悪い地域には決して近づかないようにしてください。
- ・タクシー運転手による犯罪が発生しています。乗合いタクシーは運転も荒く、交通事故に巻き込まれる可能性が高いことから、乗車を避けてください。
- ・スーパー・マーケットの駐車場等では、物乞いのほか、車上狙いが発生しています。駐車時には必ずドアをロックし、車内の見える場所にカバン、現金、携帯電話等を置かないでください。また、路上駐車中に窓ガラスを割られ車内から現金等が盗まれる事件も発生しています。特に夜間の路上駐車は避けるようにしてください。
- ・また、2021年はヌアクショットの海岸沿いで殺人事件も発生しています。女性だけでのビーチの利用や、日没後の利用は避けてください。

3 安全対策（防犯のための具体的注意事項）

(1) 住居の選択

- ・外国人が多く住む地域（ヌアクショットであれば、テブラグゼイナ地区等）を選択してください。

- ・通勤、通学の際に複数のルートを確保できる地域を選択してください。
- ・付近にテロの目標となるような施設（政府・軍関係施設、欧米諸国関連施設等）がない住宅地を選択してください。
- ・住居周辺の道路に街灯がある住宅地を選択してください。

(2) 住居の警備措置

ア 独立家屋の場合

- ・家屋外周の塀は、堅牢かつ容易に侵入できない高さ（3メートル以上）があり、その上に有刺鉄線等が設置されていることが望ましいです。
- ・玄関は容易に侵入できないよう、かんぬき等丈夫な錠を備え、内側から外の様子を確認できるのぞき穴又はインターフォン、門扉前周辺を照らす照明設備が不可欠です。
- ・敷地内の駐車場及び庭は不審者が潜むことができないよう、見通しをよくしておくとともに、2階や屋根に上るための足場となる物を置かないでください。
- ・建物は鉄筋コンクリート造りとし、泥棒等の侵入経路となりやすい窓には鉄格子をつけてください。
- ・主寝室を避難区域として、扉等を強化し、室内に電話等の連絡手段や警報装置を設置してください。
- ・信頼できる警備員を24時間体制で配置してください。

イ 集合住宅の場合

- ・建物出入口の防衛がきわめて重要であり、構造的に、あるいは管理人・警備員等により、居住者以外の者が勝手に出入りできないよう管理されていることが重要です。特に夜間の警備体制を確保することが大切です。
- ・3階以上の階に居住することや、玄関扉にはドアスコープ、2つ以上の錠、ドアチェーンをつけた金属製の頑丈なドアを設けることが望ましいです。
- ・主寝室を避難区域として、扉等を強化し、室内に電話等の連絡手段や警報装置を設置してください。

(3) 外出時

自宅から一步外に出たら下記の点に細心の注意を払い、警戒を怠らないでください。

- ・夜間の外出、移動はできるだけ避けてください。やむを得ない場合は必ず車で出かけ、交通量の多い明るい道路を通行し、早めに帰宅してください。
- ・乗合いタクシーは運転が荒く、交通事故に巻き込まれる可能性が高いことから乗車を避けてください。
- ・外出時には不必要に高価なものは身につけず、また、支払の際も周囲を警戒して、人前で大金を見せないでください。
- ・市場へは決して一人で行かず、複数人で買い物をするようにしてください。運転手等の使用人がいれば、ボディーガードとして同行させてください。

(4) 生活上の注意事項

ア 日常生活全般

派手な生活を避け、現地の習慣や価値観を考慮し、現地の人々の反感を買うような行動を慎み、できるだけ周囲の住民に溶け込むように努力してください。一般的に、モーリタニア人女性は写真を撮られるのを嫌います。市場などでの人の多い場所での写真撮影は、思わぬトラブルの元になることから、相手の許可を得るなどして、慎重に行ってください。

イ 訪問者に対する注意

敷地内に招き入れる前に、訪問者の身元を確認してください。不審な同伴者はいないか、付近に不審者はいないかをよく確認してください。見知らぬ者を安易に敷地内に入れることは避け、業者であっても安易に信用せずしっかりと身元を確認することが必要です。また、顔見知りであっても見知らぬ人と一緒の場合や、非常識な時間帯の訪問については、十分な注意が必要です。

ウ 使用人に対する注意

信用できる使用人を雇用できるかどうかは、安全な生活を送る鍵となります。雇用する際には身元確認を確実にしてください。できれば、前任者からの引き継ぎ、信頼できる人からの紹介を受けることが望ましく、使用者の経歴・家庭環境・財産状況などの情報を得ておくことも重要です。

使用者には「隙」を見せてはいけません。貴重品や現金を放置しておくことは、出来心で盗みをさせる可能性があります。使用者のプライドを傷つけ、恨みを買うような言動は慎むべきですが、使用者に問題があれば見過ごさずに適宜注意することは大切です。

エ 家族への安全教育

家族の安全は、家族全員で一致団結して守るとの心がけが必要です。発生した事件の概要や教訓事項などを、配偶者はもとより子どもとも共有し、安全に対する教育を徹底してください。

才 鍵の取扱い

鍵の取扱いには細心の注意が必要です。使用人には鍵を渡さず、鍵を紛失した場合は錠を直ちに取り替えてください。また、錠の取り付けや鍵の複製を行う際は、信頼できる業者に委託してください。

力 長期間不在時の注意

長期不在時には、職場の同僚や友人に鍵を預け、時々住居の状況を点検してもらうようにしてください。人の出入りがあれば、長期不在を察知されないようにする効果が期待できます。また、警備会社との契約があれば、不在中のパトロールの強化を依頼してください。

4 交通事情と事故対策

モーリタニアでは、信号無視や逆走、無理な追越し、割込、携帯電話で通話しながらの運転など交通ルールを守らずに運転しているドライバーが多く、また、自動車が突然車線変更をすること、周囲を確認せずに急停車・急発進することが多々あります。運転中はもとより、道路を歩く時、横断する時も、四方に気を配り、周囲の車両の動向に十分注意する必要があります。

(1) 車の選択、日常点検・整備

- ・目立つ色は避け、当地で修理や整備が容易にできる車がよいでしょう。
- ・エンジンオイルなどの定期的な交換・整備はもちろんのこと、異常があれば速やかに整備して良好なコンディションを保つことが大切です。特にモーリタニアは砂埃が多く、気温も高いため、定期的なメンテナンスが必要となります。特に12月から3月頃にかけては、バッテリーの不調に気をつけてください。
- ・粗悪な交換部品を使用されることがないように、車の点検・修理は信頼のできる修理業者に依頼してください。
- ・テロや政変、燃料の供給停止等の不測の事態に備え、燃料タンクが半分くらいになったら給油する習慣をつけてください。
- ・モーリタニアでは、車の保険加入が法律で義務づけられています。交通事故を起こした際、保険に未加入であることがわかると、警察に逮捕される可能性があるので、必ず保険には加入してください。

(2) 車での移動

都市間を結ぶ幹線道路では、死亡交通事故が多発しています。シートベルトを装着し、無理のない運転計画を心掛け、夜間の移動は避けてください。また、幹線道路上及び大都市では、治安機関による検問が行われており、必要書類の提示が求められることがあるので、免許証、自動車保険証書、車両登録証、納税証明書、身分証明書（パスポートの写し）は必ず携行し、以下の点に注意してください。

- ・ ドアは常にロックし窓を閉めておく。
- ・ 駐車中は車内に貴重品を放置しない。
- ・ 買い物した商品等は、外部から見えない場所にしまう。
- ・ 乗降時に周囲に不審な人物がいないか注意し、異常を感じたら乗り降りしない。
- ・ 帰宅時、周囲の安全を確認した上で駐車場に入れるようにする。
- ・ 乗合いタクシーは合図を出さずに発進、停車及び車線変更をするので、車間距離を十分取る。
- ・ 信号無視、側道からの飛び出しがあることを常に念頭に置く。
- ・ 運転手を雇用する場合、運転手自身にボディーガードでもあることの自覚を持たせるとともに、必要があれば安全運転について指導する。
- ・ 地方（遠隔地）に旅行する際には、事前に車両点検を行いガソリン等の燃料を満タンにすることを怠らず、また、携帯電話が通じない地域が多いため、衛星電話を準備するか、友人やホテルの信頼できる人に旅程や行き先を知らせておいてください。

(3) 交通事故を起こした場合の措置

人身事故、物損事故にかかわらず直ちに自動車を止め、警察官（都市部：117、地方：116）を呼びます。よほどの交通渋滞にならない限り、実況見分が終了するまで自動車を動かさないようにしてください。相手方の当事者への不適切な発言は控え、免許証、自動車保険証書、自動車登録証等の書類を用意しておきます。警察の実況見分が終了すると、当日または翌日に警察署において調書が作成されますが、作成内容に納得のいかない場合は署名をしないでください。気持ちが動搖している場合や、言葉に自信がない場合は、知人の応援を求めてください。

5 テロ・誘拐対策

モーリタニアにおいては、2012年以降、テロの発生はありません。日本人や日本権益を標的にしたテロや誘拐についての特段の脅威もありませんが、前述2(1)のとおり、ヌアクショット市内においても潜在的な協力者が存在することから、テロ事案が発生する可能性は否定できません。よって、常に日本人が標的となる可能性を考慮して行動することが必要です。事件に巻き込まれることを防ぐためにも、自分の行動範囲にテロの標的となり得る建物（政府・軍関係施設、欧米関連施設等）がないかどうか把握しておく、人が多く集まるデモや集会には安易に近づかないことが大切です。

(1) 近年のテロ・誘拐事件発生状況

- ・2009年11月29日、ヌアディブからヌアクショットへ向かう幹線道路を移動中であったNGO団体の車列のうちの1台が武装勢力に襲撃され、女性1名を含む3名のスペイン人が誘拐される事件が発生しました。また、同年12月18日には、南部コベンニ（マリ国境より約10km地点）で、ミニバスで移動中であったイタリア人夫妻誘拐事件が発生しており、両事件ともAQIMから犯行声明が出されています。
- ・2011年12月、南東部のマリ国境にある検問所が襲撃され、憲兵隊員1名が拉致される事件が発生しました。
- ・2010年以降、外国人を標的とした誘拐事件は発生していません。

(2) 誘拐対策

モーリタニア東部及び南部のマリとの国境地帯は、イスラム過激派テロ組織に誘拐される可能性が非常に高いので、この地域への渡航は厳に慎んでください。

6 緊急連絡先(国番号222)

(1) 在モーリタニア日本大使館

電話：4525-0977

4524-0763

4425-0977

開館時間外緊急用電話番号：4600-1717

週休日：土曜日及び日曜日

開館時間

(月曜日～木曜日) 8:00～12:30 13:45～18:00

(金曜日) 8:00～11:45

領事窓口取扱時間

(月曜日～木曜日) 8:30～12:30 13:45～17:00
(金曜日) 8:30～11:30

(2) 医師病院・歯科医師・薬局

MSS Clinique(医院)	電話: 2037-2994(24 時間対応)
MEDIPOLE(総合病院)	電話: 3836-3738、3777-0077(24 時間対応)
Cabinet Dentaire de Kane(歯科)	電話: 4525-9656
Pharmacie PARIS(薬局)	電話: 4183-2424

(3) 警察 117

(4) 憲兵隊 116

(5) 消防・救急車 118

7 緊急時のフランス語

(1) 自宅に強盗（泥棒）が入ったとき

「強盗（泥棒）に襲われました」
On m'a cambriolé! (オン マ カンブリオレ)

(2) 路上で強盗被害にあったとき

「強盗に遭いました」
On m'a agressé! (オン マ アグレッセ)

「すぐに来てください」

Venez tout de suite, s'il vous plaît. (ヴネ トゥ ドゥ スイット シルヴプレ)

「私は○○にいます」

Je suis à ○○. (ジュ スイ ア ○○)

(3) 交通事故にあったとき

「交通事故を○○（○○の近く）で起こしました」

J'ai eu un accident de voiture à ○○. (près de ○○)
(ジェ ュ アンナクシドン ドゥ ヴワチュー ア ○○(プレ ドゥ ○○))

「私は怪我をしています」

Je suis blessé(e) (ジュ スイ ブレッセ)

(4) その他

「助けて！」

Au secours! (オ スクール)

「やめて！」

Arredez! (アレテ)

「泥棒！」

Au voleur! (オ ヴォルール)

「火事だ！」

Au feu! (オ フー)

第2章 在留邦人用緊急事態マニュアル

緊急事態（内乱、クーデター、暴動等）発生の際には、当大使館として全力でその対応に当たりますが、各自が安全対策に万全を期することが必要です。そこで当大使館では、緊急事態に際し、在留邦人の方々が的確、迅速に対応できるよう、平素の心構えと必要な準備、緊急時の行動についての要点をまとめました。在留邦人の皆様は本マニュアルを参考に、緊急時に落ち着いて対処できるよう心がけてください。

1 平素の心構え・準備

連絡体制の整備

- (1) 在留邦人（3ヶ月以上滞在）の方は必ず在留届を提出してください。また、記載事項に変更が生じた場合や帰国の際にもご連絡ください。在留届は在留届電子届出システム（ORR ネット、<http://www.ezairyu.mofa.go.jp/>）による届出をお勧めします。日本から転居する場合には住所が決まっていくても、日本出発の3か月前からオンライン提出が可能です。
- (2) 当大使館では在留届に基づき必要な連絡をしますので、引越や転勤等で連絡先が変わった場合には速やかに当大使館領事担当にご連絡ください。
- (3) 家族・知人が短期滞在（3か月未満）で訪れる場合には、「たびレジ」（たびレジの HP (<http://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/>)) に登録してください。緊急事態の発生時等に、大使館からの連絡メールが受信できます。
- (4) 緊急事態発生に備え、家族間、企業内での緊急連絡方法を予め定めて、それぞれで共有してください。また、平素よりお互いの所在を明確にしておきましょう。
- (5) 緊急事態発生の際には、当大使館より情報を提供するとともに、必要な指示を行います。

2 緊急時の行動等

（1）緊急時の行動

外出時に緊急事態が発生した場合は、速やかに自宅に戻る、または知人宅や近くのホテル等に避難して、周囲の状況を確認してから移動するなど、落ち着いて行動してください。

(2) 各種情報の収集

当大使館では緊急時に、在留届にある連絡先を通じて危険情報等を提供します。また、NHK ワールド・ラジオ放送においても海外安全情報が随時提供されます。NHK ワールド・ラジオ放送の詳細については、NHK ワールド・ラジオ放送のサイト(<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/radio/>)をご確認ください（※ラジオの周波数は年2回変更されます）。

なお、自宅周辺の状況等、在留邦人の皆様が知り得た情報を、可能な限り大使館にご共有いただけるようお願いします。

(3) 緊急避難場所

在留邦人の緊急避難場所は、大使館、または大使公邸を予定しています。大使公邸の所在地が不明な場合は、大使館に電話またはメール(info-nc@mofa.go.jp)でお問い合わせください。

(4) 国外退避

- ア 内乱等の発生により、邦人の生命、身体に危険が生じるおそれがある場合は、必要に応じて「退避勧告」等の危険情報を発出します。
- イ 可能な限り商業便が運行している段階での出国をお願いします。大使館が国外退避オペレーションを行う場合、状況に応じてチャーター航空便、場合によっては陸路、海路となることも想定されます。
- ウ 国外退避の場合は、当大使館が可能な限り支援しますが、基本的に集合場所まで自力で来ていただくことになります。その際の携行荷物は、必要最小限にしてください。退避時の飛行機内への持ち込み制限も考慮し、携行品は20キログラム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10キログラム程度にまとめることを求められる場合もあります）。また、ハードタイプのスーツケースは極力避け、背中に背負うことができるソフトなバッグが望ましいです（特に軍用機への搭乗の場合）。

(5) 非常携行品等の確保

旅券（有効期間が6か月以上あることを確認）、現金・クレジットカード、重要書類（イエローカード、海外旅行保険証書等）、その他（携帯電話、医薬品、電池式ラジオ等）最低限必要なものは、いつでも持ち出せるよう準備しておいてください。また、緊急時に一定期間の自宅待機が必要となる場合がありますので、非常用食料、飲料水、医薬品、燃料等を最低限（10日分程度）準備してください。

おわりに

「安全・健康・教育」の3点は、在留邦人の三大関心事といわれています。家族構成によってその優先順位は異なると思いますが、単身者でも家族同伴者でも共通して関心を持っていただきたいのは、「安全」です。「安全確保」のためには、皆さん自身の努力と、毎日の多少の手間を惜しまないことが大切です。今後この手引きの内容を充実させ、かつ最新のものとしていくために、在留邦人の皆様からの安全に関する情報提供をお待ちしています。犯罪被害に遭いそうになった事例、交通事故に遭遇した体験談などは、今後の安全確保のための貴重な情報となります。どんな些細なことでも結構ですので、是非お知らせください。

(了)