

# 安全の手引き

平成30年12月

在ユジノサハリンスク日本国総領事館

# 目 次

- 1 はじめに
  
- 2 防犯や事故・災害への備え
  - (1) 防犯
  - (2) テロ・突発事件への対応
  - (3) 交通事情と事故対策
  - (4) 自然災害への対応
  
- 3 医療について
  - (1) 医療施設について
  - (2) 健康管理について
  - (3) 当地でかかりやすい病気について
  - (4) 感染症について
  
- 4 緊急事態に備えた心得
  - (1) 連絡体制の整備
  - (2) 安全情報の把握
  - (3) 一時避難場所
  - (4) 緊急事態における携行品等，非常用物資の準備
  - (5) 緊急連絡先リスト
  
- 5 出入国手続き及び滞在中の注意
  - (1) 旅券，査証（ビザ）の携行
  - (2) 滞在登録
  - (3) 出入国手続き及び査証（ビザ）
  - (4) 税関申告
  
- 付録1 緊急時に役立つ「ロシア語」
- 付録2 緊急事態に備えたチェックリスト
- 付録3 ユジノサハリンスク市内概略図  
(各種イベントホール・公共施設とホテル・病院の位置関係)

## 1 はじめに

この「安全の手引き」は、当地に滞在する邦人の皆様方に日常の安全に対する認識を更に高めて頂くことを目的に作成しており、皆様方御自身の安全対策や当地における医療情報の参考にして頂ければ幸いです。

## 2 防犯や事故・災害への備え

### (1) 防犯

#### (ア) 防犯の基本的な心構え

当地滞在の邦人の方々には予期せぬ事件、事故等に巻き込まれることがないように用心を怠らず、常に安全に留意され行動されることをお勧めします。防犯の基本的な心構えとしては、以下のとおりです。

#### ①目立たない

服装や装飾品、所持品だけではなく、買い物の質や量、平素の言動及び態度等、生活全般において必要以上に「目立たない」ようにすることが肝要です。なお、買い物先等でお金を数える等の行為は、無用な犯罪に巻き込まれる一因になりかねませんので、お控え下さい。

#### ②忘れない

自宅や自動車の鍵の掛け忘れ、貴重品の置き忘れ、火の元の確認等、日常の基本的な注意・警戒を「忘れない」ようにしましょう。

#### ③近づかない

いかがわしい場所、暗がりや人通りの少ない場所等、危険と感じる場所には、まず第一に「近づかない」ことが大切です。

#### ④深夜の外出は控える

強盗などの邦人被害の多くは、深夜に発生しているため、「暗くなったら外出を控える」ことが大切です。

#### (イ) 最近の当地犯罪発生状況

2017年、当地取締機関に登録された犯罪件数は、11,449件であり、前年と比較して799件の減少に転じました。一方でその内訳を見ると、強姦及び強姦未遂（前年比2.9倍）、殺人事件及び殺人未遂、重度傷害、粗暴行為、薬物違法流通事件といった凶悪事件の発生件数が増加に転じています。これら犯罪は、当地の在留邦人、旅行者の生活に直接脅威となり得るものであり、当地の治安情勢は、引き続き予断を許さない状況にあります。近年、幸いにも

在留邦人が巻き込まれた犯罪の発生はありません。しかしながら、当地を旅行中の邦人がバックや財布・携帯電話等を盗まれるといった事案は発生しており十分な注意が必要です。

#### (ウ) 防犯のための具体的注意事項

##### ① 住居・生活上の防犯対策

- 当地で住居を選ぶ際、空巣や押し込み強盗を防ぐ観点から、高い階にある部屋を選ぶことが大切です。1階や2階の部屋を選ぶ場合には、窓からの侵入を防止するための格子があるかどうかを確認する必要があります。その他、鍵、ドアスコープ、ドアチェーン等の防犯設備の有無を確認することも大切です。また、当地内務局（警察）との警備契約に基づく警報装置の設置も有効です（通報すると、警察官が現場に駆けつけます）。可能であれば24時間体制で警備員が常駐している物件をおすすめします。
- 当地では、アパート内のエレベーターや階段の踊り場で犯罪被害に遭う事例も発生していますので、エレベーターにはできるだけ見知らぬ人と一緒に乗らないなどの注意が必要です。
- 長期間住居を留守にする場合には、信頼できる人以外に留守であることを知らせない方が望ましいと思われれます。過去に邦人が留守中に家財の盗難被害に遭うという事件が発生しています。

##### ② 外出時の防犯対策

- 夜間の外出はもちろんのこと、日中でも人通りの少ない通りはできるだけ避け、不審な人物や車には近づかない等の注意が必要です。
- 止むを得ず夜間に外出する際には、人通りの多い通りを選び、複数での行動や車両を利用する等の注意が必要です。また、その際、路上に停車し客引き等を行っている無許可タクシー（白タク）の利用、助手席等に既に第三者が乗車しているタクシーの利用を控え、可能な限り正規のタクシー会社に電話をして直接タクシーを呼ぶ等の注意が必要です。
- ひったくり、スリ等の被害を防止するために、鞆等の携行品をしっかりと所持するとともに、貴重品は安全な場所に身につけることが必要です。また、犯罪の標的とならないように、必要以上に目立つ服装や行動は慎むことが肝要です。
- 外出の際には携帯電話や防犯ブザー等を可能な限り携行し、連絡手段を確保することをお勧めします。
- 2018年以降、日露間の平和条約交渉の進展により、領土返還に反対する集会が頻発しております。これら集会・行動には近づかない、

遭遇した場合は速やかに離れる等の対応が必要です。

- 北方領土の日（2月7日）は、総領事館ビル前及び市内において抗議行動等が行われる場合がありますので、これらには不必要に近づかない等注意が必要です。
- ロシアでは、アドルフヒトラーの誕生日（4月20日）、第二次世界大戦終了の日（9月2日）、民族統一の日（11月4日）等に、外国または外国人を対象とするような動きが活発化することがあり、市内でもその可能性が排除できません。このような行事が行われている際は、近づかない等注意が必要です。
- ロシアでは法律により、屋外及び公共施設での飲酒が規制されており、2011年7月22日より改正法（※）が施行され、この規制が強化されました。これまでは、アルコール度数12%を基準に飲酒の禁止場所が定められていましたが、改正法ではアルコール度数の基準を0.5%としており、公道・公園等あらゆる場所の屋外及び公共施設において、ビールを含む全てのアルコールの飲用が禁止されましたので、カフェ等飲食店及び住居以外での飲酒は控えて下さい。

なお、違反した場合の罰則については、2013年12月21日現在、12%未満の酒類に関する違反は500ルーブルから1500ルーブル、12%以上の酒類に関する違反は1500ルーブルから2000ルーブルの罰金が課せられます。

（※）ロシア連邦法「エチルアルコール、アルコール製品、酒含有製品の生産および流通の国家規制についての連邦法に関する改正について」（218-FZ）。

### ③ 特に注意を要する場所

- 若者が多く集まる公園等（レーニン広場、夜間のカガーリン公園等）
- 旅行者が多く集まるユジノサハリンスク駅構内及びその周辺
- 人の混み合う市場、バス停留所等

## （2）テロ・突発事件への対応

当地において、具体的なテロの脅威が存在しているわけではありませんが、日本人、日本企業等の我が国の関係機関や組織が、テロを含む様々な事件に巻き込まれる危険があると考えられます。このような情勢を踏まえ、これまで以上に安全に対する意識を高めていく必要があります。

また、近年、欧州の各地において、地下鉄・空港等の公共交通機関を狙ったテロが発生しております。このような事情を考慮し、不特定多数の人が集まる場所への訪問や公共交通機関の利用、繁華街への外出をできるだけ控え

ていただくと共に、もし、こうした場所に行く必要がある場合には、周囲の状況に注意を払い、万が一に備えて外出先を家族や知人に伝えるなど安全には十分心がけてください。テロ対策の基本事項は以下のとおりです。

#### ア 平素からの情報収集

新聞やテレビ、外務省海外安全ホームページ

(<http://www.anzen.mofa.go.jp>)、在留邦人の各種ネットワーク等を幅広く活用し、当地における具体的なテロ脅威やテロ対象となり得る施設等について、平素から情報を収集しておくことが大切です。

#### イ 不審物件への対応

自宅や会社の周辺に不審な物件が置き去りにされていないか、常に注意を払って下さい。普段見かけない不審な箱や鞆を発見した場合には、まずは爆発物ではないかと疑ってみることが重要です。不審な物件に対しては「踏むな」、「触るな」、「蹴飛ばすな」の3原則を遵守の上、直ちに内務局に通報してください。

### (3) 交通事情と事故対策

#### ア 交通事情

当地の道路事情はあまり良くなく、郊外は、アスファルト舗装がされていない道路が多くあります。総じてドライバーの運転マナーは悪く、歩行の際には、十分な注意が必要です。

#### イ 事故対策

- 事故発生後、速やかに内務局（警察） 102へ通報する。  
（負傷者がいるときは救急車の手配 103を行う）
- 相手当事者、車両番号を確認する。
- 目撃者を確保し、名前・連絡先等を把握する。
- 言葉が通じない時は通訳を要請し、文書等については内容を十分確認してから署名する。（安易に署名に応じないことが肝要です。）
- 現場で示談にすることなく、必ず内務局へ通報する。

### (4) 自然災害への対応

当地では暴風雨や暴風雪が発生する事があるため、交通機関の乱れ、樹木、電柱等の倒壊等の発生が懸念されることから、外出の際は十分注意するとともに、断水、停電になることも予想されることから、食料・飲料水の確保、懐中電灯等照明器具の準備、防寒着の準備を行い自然災害へ備えておく必要があります。

### 3 医療について

#### (1) 医療施設について

当地の代表的な医療機関としては、サハリン州立病院とユジノサハリンスク市立病院があり、また、NICU（新生児集中治療室）を備えた州立小児病院などがあります。ただし、これらの病院は原則ロシア語しか通じません。一方で、会員制で外来診療のみですが、英語が通じて、必要な場合には緊急搬送の手配も行っている欧米資本のインターナショナル SOS クリニックがあります。

仮に手術や入院治療が必要になった場合は、日本へ一時帰国することが安心であり、緊急時に備え、緊急移送費も保険対象となる海外旅行保険等に加入されることを強くお勧めします。

(2) 健康管理について家庭用常備薬（かぜ薬，解熱鎮痛剤，胃腸薬，虫刺され薬，消毒薬，絆創膏，市販総合ビタミン剤等）を備えておくことをお勧めします。

アレルギー性鼻炎，胃潰瘍，糖尿病などの長期投薬が見込まれる慢性疾患に罹患している方は，渡航前にかかりつけの医療機関を受診し，一時帰国の際にも必ず受診するなどして，薬が足りなくなるという状況がないように，前もって段取りをお願いします。なお，当地薬局でも各種医薬品が販売されていますが、薬剤規格が異なっているなど、必ずしも同じ薬剤を入手可能とは限りませんので注意してください。

予防接種については，渡航前にA型肝炎，B型肝炎，破傷風などの予防接種を受けておくことが安心です。なお，多くのワクチンは，間隔を開けて数回の接種が必要です。

#### (3) 当地でかかりやすい病気について

夏期には下痢症や虫刺症に，冬期には風邪や乾燥による乾皮症に罹患しやすく，また，冬期は道が凍っているために転倒等により打撲や捻挫を生じることもあります。上記の各疾患に対しての飲み薬や外用剤，また，空気が乾燥することによる乾皮症対策のスキンケアとして保湿剤を持参することをお勧めします。

#### (4) 感染症について

##### ア ダニ脳炎

森林地帯に棲息するマダニに咬まれることにより発症するウイルス性感染症で，春から秋にかけて流行します。1～2週間の潜伏期を経て発熱や頭痛，後に神経症状を呈します。サハリン州において2009年に市街

地にてダニ刺傷による脳炎が報告されています。森などダニに刺される可能性のある場所に行く予定のある場合はワクチン接種をお勧めします。

なお、日本ではトラベルクリニックで接種が可能です。ロシアでは、ワクチンを薬剤販売業者で接種者自身が購入し、接種希望の診療所へ持参するというシステムになっています。

○薬剤販売業者例：有限会社 ビルゴ（VIRGO）

29. Tikhookeanskaya Str. Office #3 電話 46-82-50

※ダニ脳炎ワクチン購入価格はロシア製 1回 500～600 ルーブル程度です（2018年12月現在）。

#### イ ライム病

マダニに咬まれることにより発症する細菌感染症です。3日～1ヶ月の潜伏期の後、咬まれた部位に紅斑が出て拡大し、発熱、頭痛、嘔吐を伴います。続発症状として関節炎、神経症状、循環器症状が出現します。治療は抗生剤を投与することになりますが、ワクチンは開発されていません。ダニ脳炎も含め、ダニに咬まれないよう、アウトドアを楽しむ場合には虫除けスプレーを使用する、体の露出部分を少なくする等の配慮が必要です。

#### ウ 狂犬病

狂犬病は人を含むすべての哺乳類に感染し、発症すると、強い不安感、一時的な錯乱、水を見ると首（頸部）の筋肉が痙攣する（恐水症）、冷たい風でも同様に痙攣する（恐風症）、高熱、麻痺、運動失調、全身痙攣などの症状が起こります。その後、呼吸障害等の症状を示し、死に至ります。人も動物も発症するとほぼ100%死亡します。しかし、人では曝露後（感染動物に咬まれた後）にワクチンを連続して接種することにより発症を防ぐことが可能です。

ロシア人は愛犬家が多くその影響もあり野犬が多く、ロシア全土では毎年、狂犬病の野犬、猫などが報告され、人の狂犬病発症も数例ですが報告されています。動物病院でペットのワクチン接種は可能ですが、義務ではありません。野犬や猫に不用意に近づくことは危険です。万が一、動物に咬まれた場合には、直ちに創部の処置と狂犬病の予防接種を検討して下さい。

予防的（曝露前）狂犬病ワクチン接種を可能であればお勧めします。当地では市内の病院で、曝露前・曝露後ワクチン接種は可能です。



#### 4 緊急事態に備えた心得

大規模災害やテロ・内乱等の緊急事態発生時に備えるため、在留邦人の方々が的確かつ迅速に対応できるよう以下の諸点をまとめましたので、日頃より留意願います。

##### (1) 連絡体制の整備

○外国に住所又は居所を定めて3ヶ月以上滞在する予定の方は、インターネットから「在留届」の電子届出をお願いします。

<http://www.ezairyu.mofa.go.jp/>

○また、直接総領事館に提出いただくことも可能です。届出様式は次の外務省ホームページのアドレスからダウンロードにより入手し必要事項を記載の上、領事班に提出してください（郵送，FAXも可）。

<http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/todoke/zairyu/index.html>

○当地に3ヶ月未満の滞在を予定する方は、在外公館などから緊急時の情報提供を受けられる海外旅行システム「たびレジ」への登録をお勧めします。登録はインターネットで行うことができます。アドレスは、次のとおりです。

<http://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/>

○当地日本人会でも情報提供を目的としたメーリングリストを整備しております。日本人会に登録した電話番号、メールアドレスに変更等がある場合には、総領事館または日本人会事務局を通じてご一報をお願いします。

○緊急事態発生の際には、在留届に基づいて必要な連絡を行いますが、インターネット回線や電話が使用できなくなる場合には、緊急措置として当館FM無線機により必要な連絡を行いますので、万が一に備えFM放送受信可能なラジオを準備しておいてください。

##### (2) 安全情報の把握

緊急事態が発生し、または発生する恐れのある場合に、総領事館は邦人保護に万全を期すため、所要の情報収集、情勢判断及び対策の策定を行い、在留届に登録されているメールアドレスに一斉通報します。さらに、当館ホームページでも情報提供を行います。ついては、在留届の提出の際は、メールアドレスを記載するようお願いいたします。

##### (3) 一時避難場所

一時避難場所は総領事館です。緊急事態発生時の状況に応じて、緊急時避

難先として総領事館ビル敷地内駐車場又は総領事公邸敷地内駐車場への集合を連絡することがあります（避難場所位置図は別添2参照）。

(4) 緊急事態における携行品等，非常用物資の準備

- 旅券，現金，貴重品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下さい。
- 緊急時には一定期間自宅での待機について連絡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10日分準備しておくことをお勧めします。

(5) 緊急連絡先等リスト

ア 緊急連絡先（ユジノサハリンスク市の市外局番：4242）

**総領事館 72-60-55，  
72-55-30（領事担当）**  
（英語）5th floor, 18 Kommunistichesky Ave. Yuzhno-Sakhalinsk  
（露語）г.Южно-Сахалинск, Коммунистический пр. 18, 5этаж

**（休日・夜間休日は音声案内に従い，委嘱業者にかけ直して  
いただくこととなります。）**

内務局（警察）	102
消防	101
救急	103
内務省移民局	78-05-23

イ 医療機関

（最終ページの付録3を参照）

ウ ホテル一覧

（最終ページの付録3を参照）

## エ クレジットカードの盗難や紛失

直ちにクレジット会社に連絡して下さい。

主なクレジット会社の連絡先

- ・ VISA (810) 1 303 967 1097 (日本語可有料)  
(携帯電話の場合) +1 303 967 1097
- ・ JCB (810) 81 42 240 8122 (日本語可有料)  
(携帯電話の場合) +81 42 240 8122
- ・ MASTER (810) 1 636 722 7111 (日本語可有料)  
(携帯電話の場合) +1 636 722 7111
- ・ AMEX (810) 44 208 840 6461 (日本語可有料)  
(携帯電話の場合) +44 208 840 6461 (英国コールセンター)

## オ 緊急にお金が必要な時

以下の海外送金サービスを利用して日本から送金してもらうことが出来ます。受取には、当地の加盟代理店に行き手続きを行います。

- ・ ウェスタンユニオン (Western Union)

<http://www.westernunion.co.jp/jp/>

当地加盟代理店：ロシア郵便局, VTB 銀行

- ・ マネーグラム (Money Gram)

<http://global.moneygram.com/jp/en>

当地加盟代理店：ズベルバンク

## カ その他

### 鉄道駅、航空会社等

ユジノサハリンスク駅 (鉄道)	7 1-2 1-3 4, 7 1-2 0-4 0
ユジノサハリンスク空港	7 8-8 3-9 0, 7 8-8 3-1 9 (自動案内) 7 8-8 0-5 5
アエロフロート・ロシア航空	7 8-8 5-5 5
オーロラ航空 (チケット窓口)	4 6-2 2-8 9 (本店) 7 3-9 0-0 0
オーロラ航空・日本側代理店 (UTSエアサービス株式会社)	0 1 1-2 2 2-1 4 3 3, 1 4 3 5

### 旅行会社

ビートモ	7 2-6 8-8 9
サンライズツール	4 5-3 3-3 8

### 留学先

サハリン国立総合大学国際課	4 5-2 3-0 7
---------------	-------------

## 5 出入国手続き及び滞在中の注意

### (1) 旅券、査証（ビザ）の携行

最近、ユジノサハリンスク市内において、内務局が外国人に対する身分証明書の提示を求める事案が頻発しており、偶々旅券等を所持していなかったためにトラブルとなるケースがあります。このような無用のトラブルを防ぐ観点から、外出の際には、必ず旅券（滞在登録の写しを含む）を携帯するよう心掛けて下さい。なお、旅券の携行にあたっては、当然のことながら、盗難や紛失に十分御注意願います。

### (2) 滞在登録

外国人がホテルに宿泊する場合は、たとえ1泊でも滞在登録の義務が課せられチェックイン後直ちに、ホテル側にパスポートと出入国カードを提出することによりホテル側が手続を行い、手続が終わると滞在登録書の半券が返却されますので、滞在中は常に携行してください。

※滞在登録を巡ってロシア当局とのトラブルが発生しています。トラブルをできるだけ回避するため、以下の対応を確実に行うようにしてください。

(a) 滞在登録は速やかに行う（ホテルに宿泊する場合は、ホテル側に手続義務があります。）、

(b) 通知済みの半券を常時パスポートと共に携帯する、

(c) ホテルをチェックアウトした後も出国時まで滞在登録の半券を所持する

### (3) 出入国カード及び査証（ビザ）について

ア 有効なロシア入国査証を所持している外国人は、入国時に「出入国カード」の記載と提出が必要です。出入国カードは入国手続の際に切り取られて、その半券を渡されますが、これは出国手続の際に提出する必要がありますので紛失しないようにしてください。

イ ロシアから出国する際には、有効な査証を所持していることが必要です。出張や観光旅行の方は、所持している査証の有効期間中に出国しなければなりません。しかし、パスポートの盗難や紛失により査証を失った場合や入院等で当初予定していた時期までに出国出来ない場合には、改めて査証を取得（転記又は延長）しなければ出国できません。

また、万が一の際に延長手続を円滑に行えるよう、予め査証をコピーしておくことをお勧めします。

#### (4) 税関申告

入国時、当地税関において、一定の場合、外貨と荷物（個数と、貴金属、武器などの有無）の持ち込みについて申告する必要があります（申告書には検査官の検印スタンプを受けることが必要）。

なお、税関申告書は出国する時に必要であり、また、滞在中に紛失しても再発行されないため、出国するまで大切に保管して下さい。出国時には、入国の際と同様の申告書に、入国時の申告額から滞在中に使用した額を差し引いた額を記入することになります。このため、出国時の税関に対しては、出国のための申告書に、入国時の申告書を添えて係官に提出することになります。過去、当地ユジノサハリンスクにおいても、空港で所持金額を正しく申告しなかった日本人渡航者が、罰金を科せられる事件が発生しております。トラブルを防ぐために、入国時も出国時も申告は正確に行うことが重要です。

申告が必要なものは以下のとおりです。

##### ア ロシア出国の際

- ・10,000 米ドル相当以上の現金（外貨あるいはロシア連邦通貨の合計（申告書記入だけでなくロシアへの持ち込みを証明する税関申告書が必要））
- ・有価証券（ロシア連邦に持ち込んだ有価証券を除く。この場合は持ち込みを証明する税関申告書が必要）
- ・10,000 米ドル相当以上のトラベラーズチェック
- ・通貨等のほか、貴金属・宝石類、文化財、その他楽器等を含め、気になる物品があれば、トラブルを避けるため申告してください。

##### イ ロシア入国の際

- ・携行荷物全体の価格が 1,500 ユーロ（入国手段が航空機の場合は 10,000 ユーロ）以上か、又は、総重量が 50kg 以上（ただし、一品目の重量が 35kg 以上の物品は、総重量が 50kg 以下であっても免税にならないので、申告することが必要）
- ・外貨及びロシア連邦通貨、国内外の有価証券及びトラベラーズチェックの合計金額が 10,000 米ドル相当以上
- ・一人当たり 250g 以上のキャビア（この場合は、ロシア経済発展省のライセンスが必要）
- ・一人当たり（18 歳以上）3 リットル以上のアルコール飲料、一人当たり（18 歳以上）50 本以上の葉巻、200 本以上の細い葉巻、200 本以上のタバコ、0.25 キロ以下のタバコの葉など
- ・調理された動物性食料品を一人当たり 5kg を越えて持ち込む場合は、

同製品の製造国及び輸出国による許可書及び獣医による証明が必要（5 kg 以下でも，工場で梱包されたままである必要がある。）

（注意）税関手続きは，予告なく変更される場合があります。最新情報を確認してください。

#### （５）子連れの出国

子供を連れてロシアを出国する際に，片方の親と子供だけで出国する場合，もう一方の親の同意書がないと出国が認められない場合があります。これは，ロシアから片方の親（特に交際結婚夫婦間）による子供の連れ去り事案を防止するための措置です。

#### おわりに

この小冊子が，皆様のユジノサハリンスクでの滞在に少しでもお役に立てれば幸いです。また，旅の途中で何かお困りのことがございましたら，お気軽に総領事館までお申し出ください。ユジノサハリンスクでの安全で有意義な御滞在をお祈り申し上げます。

## <付録 1>

### 緊急時に役立つ「ロシア語」

#### ○助けを求める表現

助けて！

Помогите!                      パマギーチェ！

危ない！

Осторожно!    アスタロージュナ！

警察を呼んで！

Вызовите полицию!    ヴィザヴィチェ    ポリーツィユ！

火事だ！

Пожар!                      パジャール！

消防車を呼んで！

Вызовите пожарную машину!

ヴィザヴィチェ    パジャールヌユ    マシーヌ！

救急車を呼んで！

Вызовите Скорую помощь!

ヴィザヴィチェ    スコールユ    ポーマシ！

医者を呼んで！

Вызовите врача!    ヴィザヴィチェ    ヴラチャー！

急いで！

Скорее!                      スカレーイエ！

日本国領事館に電話してください

Позвоните в консульство Японии!

パズヴァニーチェ    フ    コンスリストヴァ    ヤポーニィ

#### ○盗難に遭った時の表現

泥棒だ！

Вор!                      ヴォール！

部屋に泥棒が入った

Вор в квартире    ヴォール    フ    クヴァルチーレ

強盗だ！

Грабёж!                      グラビョーシュ！

彼(彼女)を捕まえて！

Его (Её) схватите!    イヴォ (イエヨ) スフヴァチーチェ





## <付録2>

### 緊急事態に備えてのチェック・リスト

#### 1. 旅券

- 6ヶ月以上の残存期間が残っているか？
- 旅券の最終頁の「所持人記載欄」は漏れなく記載してあるか？  
※特に血液型 (blood type) は記載することをお勧めします。
- 滞在国の外国人登録証明書、滞在許可証等はいつでも持ち出せる状態か？

#### 2. 現金、貴金属、貯金通帳等の有価証券、クレジットカード

- 緊急時には旅券とともにすぐ持ち出せるよう保管されているか？
- 現金は家族全員が10日間程度生活できる外貨及び現地通貨を用意しているか？

#### 3. 自動車等の整備

- 自動車の整備は常時しているか？
- 燃料は常に確認しているか？
- 車内には、懐中電灯、地図、ティッシュ等が常備されているか？

#### 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、すぐ持ち出せるように準備しているか？

- (1) 衣類・着替え・毛布
- (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) 非常用食料 (米、調味料、缶詰類、インスタント食品、粉ミルク等)
- (5) 飲料水 (ミネラルウォーター)

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。

- (5) 医薬品 (家庭用常備薬の他、救急キット、マスク等)
- (6) ラジオ (電池も確認！)

※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。

#### (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

<別添3>  
 ユジノサハリンスク市内概略図(各種イベントホール・公共施設と、ホテル・病院の位置関係)



※この地図は、位置関係を示したのみの図であり、縮尺は持たせておりません (No Scale)

ホテル		
No.	名称	電話番号
A	сахалин-саппоро サハリンスッポロ	72-15-60
B	пацифик плаза パシフィックプラザ	45-50-00
C	евразия ユーラシア	71-35-60
D	наталья ナターリア	46-49-49
E	гагарин ガガーリン	49-84-00
F	ориенталь オリエンタル	72-19-72
G	турист ツーリスト	46-78-00
H	санга サンタ・リゾート	51-10-00
I	рубин ルビン	42-42-20
J	рыбак リュバク	72-37-68
K	мегагалас メガパレス	45-04-50
L	белка ペールカ	46-17-61
M	мира ミーラ	45-45-00

病院・診療所		
No.	名称	電話番号
1	клиника СОС インターナショナルSOSクリニック	46-29-11
2	Городская больница им. Ф.С. Анкудинова 市立病院 (F.S. アンクディノフ記念病院)	76-11-64
3	областная больница サハリン州立病院	75-12-62
4	областная детская больница サハリン州立小児科病院	22-97-30
5	городской роддом 市立産婦人科診療所 (産科)	43-15-01
6	гордской роддом 市立産婦人科診療所 (婦人科)	22-00-18
7	травмпункт 市立(7番)外科診療所	72-84-99
8	мегадент Megadent (歯科)	43-30-80
9	ГДЦ サハリン州立診断センター	43-31-54
10	детская поликлиника 小児科診療所	51-04-00
11	Областная психиатрическая больница サハリン州立精神病院	77-22-95

国外から電話の場合は番号の頭に+7 (4242)を追加