

在留邦人向け

安全の手引き

令和8年（2026年）1月

在セネガル日本国大使館

I は じ め に

海外で犯罪や事故の被害者となる日本人の方が増えています。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、自分の努力で安全な環境を確保することが重要です。そのため、どのような点に注意を払うべきか、留意すべき基本的なポイントをとりまとめました。

しかし、ここに示したものだけで十分というわけではありません。日々刻々と変わる国際情勢はもとより、当地セネガルや周辺国の政治・治安情勢、さらに対日感情の変化等を念頭に置き、新聞やテレビ等で報道される凶悪事件、テロ、ゲリラ事件等の動向や緊急事態（戦争、クーデター）の発生にも注意を払う必要があります。

その一方でセネガルは、美しい海、バオバブの林などの自然に恵まれているうえ、セネガル人は人をもてなす精神に溢れていると言われています。安全のためのルールを守れば、当地における生活は一層楽しいものとなるはずです。この手引きがセネガルに住む邦人の皆様や、旅行者の方々の安全対策の一助となれば幸いです。

令和8年1月
在セネガル日本国大使館

II 防犯の手続き

1 防犯の基本的心構え

(1) 自分と家族の安全は自分たちで守る

当地における治安は日本よりも悪く、治安機関の警備・捜査能力は必ずしも十分とは言えない状況にあります。したがって、自分と家族の安全は自分で守るという強い心構えが何よりも重要です。

(2) 予防こそが最良の危機管理

事件・事故に巻き込まれてしまってからでは遅く、予防こそが最良かつ最重要な危機管理であることを肝に銘じ、必要な努力と経費を惜しまないことが重要です。

(3) 悲観的に準備し、楽観的に行動する

「備えあれば憂いなし」常に最悪の事態を想定し、物心両面から準備を行い、注意しながら日々の生活を送るよう心がけることが重要です。

(4) 安全のための三原則の遵守

安全のための三原則、「目立たない」、「行動を察知されない」、「警戒心を怠らない」が重要です。

ア 目立たない

その時々に合わせ、華美な服装を避け、高価な携帯品・装飾品を身に付けないようにしましょう。

イ 行動を察知されない

出勤、退社、買物等の時間や道順等がワンパターンにならないようにすることです。深夜時の外出もなるべく避けるようにしましょう。

ウ 警戒心を怠らない

どんな人でも犯罪に巻き込まれる可能性があることを自覚し、常に周囲に気を配りながら行動しましょう。

(5) 現地の実態把握

安全のためだけに限らず、現地生活を楽しむためには、現地の実態把握が必要です。市内地図等を利用しながら、

自宅の周辺や日常の行動範囲の地理的状況を早めに把握し現地の常識（風俗、習慣、宗教、価値観、社会システム）への理解を深め、現地の人の表情や行動を読み取る努力も重要です。このような努力を積み重ねて危険な事態の予兆となる小さな変化を察知できるように励みましょう。

(6) 幅広いネットワークの構築

普段から在留邦人はもとより、隣人、コミュニティなどの付き合い、様々な個人や組織との間でネットワーク作りを心がけることが重要です。いざというときに多くの助けも得られ、自然と様々な情報に接するようになります。

(7) 精神衛生と健康管理に注意

生活習慣や環境の大きく異なる海外での生活は、緊張を余儀なくされ、精神面、肉体面に大きな負担がかかっています。十分な休息と早期のケアを心がけましょう。

2 最近の犯罪発生状況

当地の治安情勢は、他のアフリカ諸国と比べると良い方であると言われていましたが、首都ダカールを中心に、窃盗のほかに殺人や強盗（刃物や銃器使用）等の凶悪犯罪や暴動も発生しており、油断は禁物です。犯罪の発生地域も場所を選びません。治安当局は犯罪発生の要因として、貧困、都市集中化の加速、若年層の増加、近隣諸国民の流入等を挙げています。しかし、防犯の基本的な心構えを遵守すれば、犯罪に遭遇するリスクを低くすることができます。また、被害に遭う可能性が高い路上での犯罪（強盗、スリ、ひったくり、置き引き等）については、日々の心がけ次第で被害を避けることが可能です。防犯意識を強く持ち続ける努力をしてください。

3 被害に遭わないための具体的注意事項

窃盗や強盗などの犯罪被害に遭わないためには、次の注意事項を守ることが重要です。

- ア できる限り単独で行動しない。
- イ 夜間や早朝の不要不急の外出を避ける。
- ウ 移動するときは、なるべく車を利用する。
- エ しつこい物売りに対しては、拒否の態度を明確に示す。
- オ 外出時には高価な物を持たない、身に付けない。
- カ 被害を最小限に抑えるよう、現金やクレジットカードなどの貴重品は分散して持つ。

(1) 強盗

近年、被害者が車両から降車した際に刃物を使用して現金を奪う事件が発生するなど、犯行が凶悪化しています。そのほか、タクシーに乗車するため運転手と値段交渉中背後から強引にバッグを奪われた被害もあります。タクシーに乗車する際は、周囲の状況を確認しつつ背後にも気を配り、できるだけ勤務先や自宅などの近くで乗車することが賢明です。また、乗車中のタクシーが徐行または停車している間に、突然車外から扉を開けて金品を奪い取る事案も発生しています。乗車時は必ずドアロックを掛け、周囲への注意を怠らないように心がけてください。

(2) 窃盗

(ア) スリ

ダカール市内で多く見られる物売り（バナバナ）は、通常、手で持ちきれない程の品物を持っています。一方、品物（指輪、腕輪、貴金属類）を一つだけ持つて近付いてくる者には注意が必要です。興味を抱いて品物を覗き込んだ瞬間、後ろにいる仲間が素早くカバンやポケットの中の財布を抜き取ろうとします。また、数人で親しげに接近し話しかけて気を引いている間に、身に付けている財布や携帯電話等を別の仲間が抜き取る手口もあります。ときには上着やズボンを引っ張るなど、相手が強引で離れようとしない場合は、無視をして、あるいは、「触るな！」などと一喝して素早くその場を立ち去ることが肝要です。また、プ

ラト一地区の路上や、特にポンピドゥー通り等の商店街では、人につきまとう物乞いがいます。中には幼い子供もいて、お菓子や小銭等を渡そうとすると、その隙に現金等（身に付けている時計や指輪にも注意）を取られてしまうことがありますので十分に気を付けてください。

(イ) ひったくり

ダカール市内の路上においては、車やバイクを利用したひったくりが常時発生しています。一般的に、犯人は夜間の暗がりに乘じて、歩いている女性のバック等を狙っていますが、近年、性別関係なく男性でも、また早朝や昼間でも被害は発生しています。犯人は車やバイクに乗ったまま、すれ違うときや追い抜くときに、歩行者のバック等のひもをつかんで奪おうとします。このため、バック等は体の前で見えないように抱えるか、壁や建物側の腕で持つようにしてください。なお、バック等を首や肩から下げていると、車やバイクの力によって、体ごと引っ張られて大事故につながる危険があります。また、金のネックレスを身につけていた旅行者が、強引に引っ張られ死亡した事件も発生しています。

身体の安全確保が最優先ですので、極力高価な物は身につけることなく、万が一、奪われそうになったら、その手を離す覚悟も必要です。

(ウ) 置き引き・車上狙い

カバン、リュックサック、ウエストポーチは常に狙われています。空港や駅などのような多くの人が集まるところでは、十分に注意を払っていないと足元に置いたカバンでさえ盗まれるおそれがあります。また、リュックサック等を背負って人混みの中に入ると、気付かぬうちにファスナーを開けられ、中の物を盗まれることもあります。この他、車両内にバッグを置いたまま外出したところ、その間に盗まれる車両狙いも発生しています。カバンやリュックサックはできるだけ持たないことをお

すすめしますが、携帯する場合は決して手を離さずに常に視界に入れておくことが大切です。さらに、ウエストポーチは、周囲に「現金や貴重品を携帯している」と明示していることになるので持たない方が賢明です。特に、旅券の盗難には細心の注意を払ってください。

(3) 詐欺

独立広場やポンピドゥー通りを歩いていると、人が笑顔で寄ってきて「セネガルではカドゥ（贈り物）を渡す習慣がある」などと言いながら小さなアクセサリーを手渡してくることがあります。これを受け取ると「赤ん坊が生まれたのでお祝いをしたいが金がない」などと現金を要求してきます。これは詐欺の常套手段ですので、相手にせず受け取ったアクセサリーを返すか、その場に置いて立ち去ってください。

(4) 危険に直面した場合の対応

万が一、銃等の凶器を所持した強盗に遭遇した場合は、冷静に対応し、抵抗、反撃などはやめてください。過去に、ラックローズ近くの海岸で遊泳中にけん銃を所持した強盗に遭遇した外国人観光客は、「拳銃らしき物を持っている男に気が付いたので何だろうと思っていたら、突然発砲された。一緒にいた女性が悲鳴を上げたところ、男はその女性を目がけて2発発射した」と犯行の状況を説明しています。その間、犯人は終始無言で、発砲を躊躇する様子はなかったそうです。このような場合はまず動きを止め、両手を挙げて犯人を安心させ、状況に応じて所持している現金を渡す、あるいは現金がある場所を示すなどして一刻も早く犯人を立ち去らせましょう。ただし、更に凶悪な犯罪を誘発しないよう、卑屈な態度はとらず毅然と対応することが必要です。

4 住居の具体的注意事項

住宅は生活の基盤であり、その安全を確保することは最も

重要です。住宅の選定には周囲の環境をよく調査してください。いわゆる低所得者層の住宅地や歓楽・繁華街はできる限り避けましょう。次に独立家屋が良いか、集合住宅が良いかについては、どちらも一長一短があります。防犯対策を怠らなければどちらでも差異はないと考えられます。

(1) 独立家屋

外堀は堅牢で、簡単に侵入できない程度の高さが必要です。門扉周辺には照明設備を設けます。庭の植え込みや樹木、背の高い雑草などは侵入を容易にするので、日頃から剪定等に努め庭全体の見通しを良くすることが大切です。

2階や屋根等への侵入の助けとなるような足場となるものは撤去する必要があります。犯人にとって格好の進入経路は窓であり、トイレの小窓でも鉄格子を設置してください。

そして、当地では住居にも警備員を雇用することが一般的です。警備会社と契約する場合と、個人で警備員を雇用する形態があります。24時間の交代制警備、あるいは、夜間のみの警備を依頼するなど選択が可能です。信頼できる警備員を配置した後は、勤務要領や不測の事態が発生した場合の対応要領、連絡先などをしっかりと伝えておきます。可能であれば番犬を飼うとより安心です。独立家屋の庭の場合、中型犬以上が適しています。

(2) 集合住宅

出入口の守りが極めて重要です。居住者以外の者が勝手に出入りできない構造か、警備員等により警戒されているか確認します。駐車場、エレベーター及び非常階段の位置や構造についても「関係者以外の立入りが困難であるか」または「いざというときに助けを呼べるか」という視点で点検が必要です。集合住宅は高層階になるほど安全度も高くなると言われていますが、屋上からの侵入が容易な建物の場合、最上階は避けましょう。番犬は集合住宅でも有効です。玄関の扉と扉の枠は頑丈なスチール（金属）製が防

犯上適しています。扉にはしっかりと鍵を2つ以上設置します。チェーン錠等の補助錠も必要です。扉を開けずに来訪者を確認できるドア・スコープや扉周辺の照明も備えましょう。室内は外部からは見えにくく、内部からは外が見通せることが理想です。カーテン等を有効に活用してください。万一、不審者が侵入した場合は、一時的に立てこもる、あるいは当局に通報する時間を稼ぐため、避難部屋を確保する必要があります。一般的には主寝室が適しているので電話を設置し緊急連絡先リストを備えましょう。このほか、懐中電灯や催涙スプレーを準備し、貴重品（パスポート、現金等）を保管する場所を設置しておきます。護身用として銃器の入手はやめるべきです。暴発等の不慮の事故や相手に奪取されるおそれがあり、さらには法律に抵触（不法所持等）する場合もあります。一般的に刃物を所持した相手と対峙する場合、「長いもの」が有効であると言われています。むやみに反撃することは得策ではありませんが、いざというときのためゴルフクラブ、野球のバットなどを備えておくことも一案です。

5 外出時の具体的注意事項

外出時の基本はこちらが常に「優位な体制を保持」できるように努めましょう。優位な体制とは「襲撃されにくい位置」かつ「避難しやすい位置」を指します。例えば、歩道を歩く際には、背後からの接近に気を配り、複数の者から壁際や脇道に追い込まれることのないように注意することなどです。なお、徒歩による夜間・早朝の外出は避け、やむを得ず外出しなくてはならない場合には、短距離であっても車もしくはタクシーを利用しましょう。待ち合わせなどでも逃げやすい場所を選びます。エレベーターの中では出入口に近く、非常ボタンに手の届く位置に立ちます。このように外出中は、「もしここで暴漢に襲撃されたら…」ということを常に想定しながら行動することが重要で

す。

6 生活上の具体的注意事項

(1) 日常生活全般

日常の行動は、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はせざできるだけ周囲の住民に溶け込むよう努力すべきです。

(2) 訪問者に対する注意

訪問者があっても、直ぐに扉を開けずドア・スコープやインターフォンで訪問者を確認することが重要です。扉を開けるときはチェーン錠を掛けたままにして、訪問者がたとえ親しい知人であっても見知らぬ人が一緒の時や非常識な時間に訪問があったときは慎重な対応が必要です。予期せぬ品物が届けられた時は、その品物を扉の外に置くように伝え、送り状は扉の下から受け取ってサインします。突然の訪問販売はもちろんのこと、電話・水道・電気等の作業員も不用意に家の中に入れてはいけません。心当たりがないのに作業員を名乗る者が来たときは、派遣元の事業所に連絡して、作業員の派遣の事実や用件を確認しましょう。不審点が拭えない場合は扉を開けてはいけません。

(3) 使用人に対する注意

当地では家事を担う使用人を雇うことも一般的です。信頼できる使用人を雇用できるか否かは当地で安全な生活を送るための重要な鍵になります。前任者からの引継ぎや、信頼できる人からの紹介が望ましいようです。使用人の経歴・家庭環境・財産状況などの情報も重要です。家庭訪問は一つの有効な手段です。使用人には、来訪者に対する警戒、電話応対時の注意などを徹底的に教育しておきます。室内に貴重品や現金を不用意に放置することは、防犯上好ましくありません。貴重品等を保管している場所へのアクセスを制限する措置も必要な場合

があります。外国生活で初めて使用人を雇う場合、不慣れなこともあります、管理や指導が甘くなったり、逆に厳しすぎて反感を抱かれたりする場合もあります。当地の事情に詳しい知人や同僚の助言を参考にして、信頼関係の構築に努めましょう。

(4) 家族との防犯意識の共有

“家族の安全は家族全員が一致協力して守る”との心がけが必要です。機会あるごとに、身近で起きた事件の概要や教訓事項などを家族で共有し、安全意識の高揚に努めましょう。子供の安全には特段の注意を払う必要があります。通学や友人宅への送迎は親自らが責任を持って行い、知人や使用人任せにしてはいけません。

(5) 電話

電話機の横にはメモ帳と筆記用具、緊急連絡先リストを常に備えておきましょう。なお、電話をとる時には相手が名乗るまでこちらから名乗るのは避けるべきです。

(6) 鍵

鍵の取扱いには細心の注意が必要です。住居の鍵はもちろん、勤務先の鍵、車の鍵についても厳重な注意が必要です。鍵は本人と家族のみが持つことが原則で、使用人に鍵を貸与する場合はその是非について慎重に検討する必要があります。錠前の取付けや予備鍵の作成は、信頼できる業者に委託することが大切です。

(7) 長期旅行等の措置

住居の鍵を信頼できる人に預け、時々住居の点検をしてもらったり、カーテンを開けてもらったりすることは、留守宅の防犯上効果があります。使用人を雇用している場合は、週何回か室内の清掃等を依頼することも一案です。その際、互いの信頼関係を損なわないためにも、現金や貴重品の保管は厳格にし、不在の間異常がなかつたらボーナス（成功報酬）を支給する旨の約束をすると、よりよい効果が期待できます。

(8) 食料や日用品の備蓄

当地の政治情勢は比較的安定していると言えますが、感染症の拡大や治安情勢の悪化など、予期せぬ事態が発生した場合、事案が収束するまで自宅に立てこもることも安全対策の一つです。家族の人数に応じておおむね一週間程度の水や食料、燃料などの日用品を備蓄することをおすすめします。なお、飲料水の備蓄量は1人1日当たり3リットルが目安となります。また、国外退去が必要な場合にはパスポートの携帯が必須となります。家族の分についても互いに保管場所を確認しておきましょう。非常時の情報収集にはラジオが有用です。

外務省海外安全情報に関する日本語放送

N H K ワールド ラジオ日本

短波ラジオ アフリカ地域

放送時間 (U T C)	周波数
0 8 : 0 0 – 1 0 : 0 0	1 5 2 9 0 k h z
1 7 : 0 0 – 1 9 : 0 0	1 1 9 4 5 k h z
1 9 : 0 0 – 2 1 : 0 0	1 5 1 3 0 k h z

※インターネットでも視聴できます

<http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/radio/shortwave/>

7 交通事情と事故対策

(1) 車の選択等

故障が少ない車を選ぶことが大切です。当地でも新車購入はもちろん可能ですが、予算等の関係から中古車を選ぶ場合は、年式が新しく、事故歴のない車を選ぶことが大切です。車に詳しい人に相談して購入しましょう。修理や保守・点検については、自動車修理業者やカーディーラーであっても、車をしっかり修理する能力があるか口コミ等の評判に留意しましょう。修理に出すと次から次に故障が続くこともあるようです。簡単なオイル交換であっても、信

頼のおける業者に依頼すべきです。また、万一の場合に備え、車の盗難や事故に備えた保険に加入することをおすすめします。なお、当地での運転には国際運転免許証が通用し推奨されています。

(2) 日常の車の整備

車は毎日点検を実施し、異常があれば速やかに整備することが必要です。燃料は緊急事態の発生を常に考慮して、半分位になつたら補充する習慣をつけましょう。パンクが多い当地ではスペアタイヤと工具は必需品です。ラジエター用の水も備えておく必要があります。車の修理は高くても評判の良い業者に依頼する方が結果的には安く済むことが多いようです。

(3) 車での移動

車の乗降時と駐車場から幹線道路に出るまでの間が狙われやすい瞬間です。周囲に不審な人物がいないか注意し少しでも異常を感じたら安全が確認できるまで乗降は控え、帰宅時も同様に周囲の安全を確認してから駐車してエンジンを停止するようにします。当地の運転マナーと車両の整備状態は悪く、信号・道路標識は視認が困難で路面も荒れています。特に年々増加するバイクの運転マナーは極端に悪く、全くルールが守られず、車の左右関係なくすり抜け、また安全の確認は全くなく車両と車両の間に入る等し、追突も多いので極めて高い予防的運転を強いられます。走行中は窓を閉め、必ずドアロックをしましょう。夜間は、できるだけ人通りの少ない脇道は避けて、大通りを通行し、ヒッチハイクの求めには応じないでください。また、知人等が運転する車に同乗するときでも周囲に対する注意を怠らないようにしましょう。郊外では特に注意が必要です。幹線道路の利用者はスピードを出す傾向があります。しかし、過積載トラックの横転事故、道路の陥没、あるいは路面上の砂によるスリップ事故等、様々な危険が潜んでいます。ま

た、放し飼いの家畜が道路上を悠然と歩いていることも常時目にする光景です。これら事故を誘発する要因に、安全に対応できるスピードとゆとりをもった運転を行うことが大切です。

(4) 交通事故を起こした場合の措置

運転中、人身事故の場合だけでなく、単なる物損事故の場合でも直ちに車を止め、警察官を呼んでください。その際はできるだけ複数で相手当事者と対応するよう心がけてください。現場検証が終了するまでは、車を移動させないようにしましょう。事故の相手には、不用意な発言を控えることが賢明です。また、現場では車道上には留まらず道路外に速やかに退避するなど、安全の確保に努めてください。

警察官が来るまでに事故の発生時刻をメモし、免許証、保険関係の書類等を準備して、事故の様子を簡単な図で示しておくと説明するときに便利です。現場検証が終了すると、警察署で事情聴取（翌日以降に出頭日時を指定されることもあります）が始まりますが、言語に自信がないときは知人に応援を求めて、作成された調書の内容には納得するまで署名をしてはいけません。

(5) 運転手の雇用

運転マナーの悪さや事故時の対応などから当地では極力運転手を雇い自分で運転しない方が賢明と言えますが、専属の運転手を雇用する場合には、日頃から十分な安全運転教育を行うとともに、運転手自身がガードマンであるとの自覚をもってもらうように努めましょう。

8 テロ、誘拐対策

(1) テロ対策

当地では、過去にテロが発生したことはありませんが、西アフリカ地域の周辺国及びフランス、英国、ドイツ等欧洲における相次ぐテロ事件の発生の影響を受け、テロの潜

在的脅威が存在しています。テロの標的となりやすい場所（欧米人が多く集まる観光施設、レストラン、ホテル、ショッピングモール、スーパーマーケット等の施設、教会・モスク等の宗教関係施設、公共交通機関、政府関連施設（特に軍、警察等の治安関係施設））を訪れる際には注意を要します。不穏な情勢を察知した場合は、同施設付近には近付かないことが重要です。万一、現にテロ・爆発事件に遭遇した場合には、安全確保のため次の点を参考にしてください。

ア 予防措置

退避するルートや方向を確認しておく、身を隠せる場所を見つけておく、常に周囲の状況に注意を払う。

イ 対処・離脱法

その場に伏せるなど低い姿勢をとる、爆風や銃弾を防ぐ頑丈なものの陰に隠れる、状況が許せば、必ず「低い姿勢」を保ちながら銃撃音等から速やかに遠ざかる。そのほか、当地ではデモや抗議集会等にも注意を要します。近年は政情に絡むデモが暴動に発展し外資系商店やガソリンスタンドが焼き討ち、略奪に遭う事例が多発しています。治安当局はこれら暴動に対し躊躇なく催涙弾を使用し、これら衝突により市民及び治安当局に死傷者が発生しています。

頻繁にデモや集会が開かれる場所としてダカール大学周辺やナシオン広場（旧オベリスク広場）があげられ、投石や焼燬したタイヤで道路が封鎖されることもあります。巻き添えを防ぐために、このようなデモ、集会などが行われている現場には決して近付かないようにしてください。

(2) 誘拐対策

当地では誘拐は頻発する犯罪ではありませんが絶対に発生しない保証はありません。そのため、手間や費用がかかりますが通勤・通学にはなるべく自家用車を利用し、経路は意識的に変更するなど、被害に遭う可能性を低減する対

策に努めてください。そして、テロリストの流入が懸念されている周辺国との国境付近地域には近付かない、昼夜を問わずできる限り単独行動は避けるなど、基本的な注意は欠かさないことが必要です。

9 緊急連絡先

- (1) 警察 1 7
- (2) 救急車、消防車 1 8
- (3) 病院

ア 重傷等救急の場合

必要時は医師が同乗した救急車で往診を実施

SOS MEDICIN 3 3 8 8 9 1 5 1 5

イ 受診する場合

CLINIQUE DU CAP 3 3 8 8 9 0 2 0 2

CLINIQUE DE LA MADLEINE 3 3 8 8 9 9 4 7 0

HOPITAL PRINCIPAL 3 3 8 3 9 5 0 5 0

(4) 日本国大使館

代表電話 3 3 8 4 9 5 5 0 0

ファックス 3 3 8 4 9 5 5 5 5

※ 閉館時に代表電話に電話すると、緊急時に応する携帯電話番号が通知されます。

開館時間（土曜日、日曜日及び祝日は休館です）

月～金 午前 8 時 30 分から午後 0 時 30 分

午後 1 時 30 分から午後 5 時 15 分

※領事窓口は午後 4 時 30 分まで

(5) フランス語による緊急連絡用語

「泥棒に遭いました」

On m'a volé ! (オン マ ヴォレ)

「自宅が強盗（泥棒）に襲われました」

On m'a cambriolé ! (オン マ カンブリヨレ)

「強盗に遭いました」

On m'a agressé ! (オン マ アグレセ)

「すぐに来てください」

Venez tout de suite, s'il vous plaît.

(ヴネ トウ ドウ スイット, シルヴプレ)

「私は○○にいます」

Je suis à ○○. (ジュ スイ ア ○○)

「交通事故を○○(○○の近く)で起こしました」

J'ai fait un accident de circulation à (○○).

(ジェ フエ アナクシダン ドウ スイルキュラスイヨン)

「私は怪我をしています」

Je suis blessé. (ジュ スイ ブレッセ)

「助けて！」

Au secours ! (オ スクール)

「泥棒！」

Au voleur ! (オ ヴォルール)

「火事だ！」

Au feu ! (オ フー)

(6) 在セネガル日本国大使館令和8年(2026年)休館日

週休日(土曜日、日曜日)

月 日(曜日) 休日の名称		
	月 日(曜日)	休日の名称
1	1月 1日(木)	◎元日
2	1月 2日(金)	◎年始休暇
3	2月 23日(月)	◎天皇誕生日
4	3月 20日(金)	※ラマダン明け祭日
5	4月 6日(月)	イースター翌月曜日
6	5月 1日(金)	メーデー
7	5月 14日(木)	キリスト昇天祭
8	5月 25日(月)	聖靈降臨祭
9	5月 27日(水)	※犠牲祭
10	6月 26日(金)	※イスラム新年
11	7月 20日(月)	◎海の日
12	8月 3日(月)	※マガル

1 3	8 月 2 6 日 (水)	※ モハメッド誕生日
1 4	9 月 2 1 日 (月)	◎ 敬老の日
1 5	9 月 2 3 日 (水)	◎ 秋分の日
1 6	1 0 月 1 2 日 (月)	◎ スポーツの日
1 7	1 1 月 2 3 日 (木)	◎ 勤労感謝の日
1 8	1 2 月 2 5 日 (金)	クリスマス
1 9	1 2 月 2 9 日 (火)	◎ 年末休暇
2 0	1 2 月 3 0 日 (火)	◎ 年末休暇
2 1	1 2 月 3 1 日 (水)	◎ 年末休暇

合計 21 日

※：イスラム教の休日であり、年の途中で政府の決定によりこれらの休日がずれる場合には、右決定に従った日を休館日とする。また、年間休館日数が合計 21 日となるように調整する。

◎：我が国の行政機関の休日。

III 緊急事態への対処

昨今の情勢から大規模な事件・事故・災害等の緊急事態が発生する可能性が否定できません。そういう状況で的確・迅速に対応できるよう平素の心構えや緊急時の行動について必要な諸点をまとめましたので、緊急時には落ち着いて行動できるよう心がけてください。

1 平素の準備と心構え

(1) 連絡体制の整備

3か月以上セネガルに滞在予定の方は在留届を提出してください(オンラインにて提出できます)。最新の治安情勢等をEメールで受け取ることができるほか、緊急時には、電話やEメールで皆様の安否確認を行う場合があります。また、緊急事態はいつ起こるとも限りませんので、予め、

家族間、企業内で連絡方法を決めるとともに平素からお互いの所在を明確にするように心がけてください。

(2) 緊急避難場所

暴動や内乱等に巻き込まれる可能性がある場合は、退避の途中においてもすみやかに安全な場所に退避してください(自宅、知人宅、大使館等で最も近い所)。常に周囲の状況に注意を払い、危険な場所に近づかないようにしてください。また、常日頃から自分がどのような事態に巻き込まれ得るかを想定し、いざという時の一時避難場所(外部との連絡が容易に可能な場所が望ましい)を検討しておいてください。場合によっては、邦人の緊急避難場所として大使館または大使公邸に集結していただくこともありますので、自宅からのアクセスも確認しておいてください。

(3) 緊急事態における携行品及び非常用物資の準備

パスポート、現金、貴重品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、緊急時には一時的に自宅待機を強いられることもありますので、非常用の食料、飲料水、医薬品、燃料等を最低限(人数×10日分程度)準備しておいてください。

(4) 感染症対策

当地において感染症が流行した場合は、何よりも感染防止対策を徹底してください。不要不急の外出を控え、人の集まる場所等、いわゆる「密」を避けてください。うがい、手洗い、消毒、換気の励行もお願いします。飛沫感染や空気感染等のおそれがある場合はマスクの着用もお願いします。感染が疑われる症状を示した場合、前述医療機関等へ御相談ください。状況に応じて大使館にも御連絡ください。

感染症も種類により対策が異なることがありますので、各種報道や当館のお知らせ等を確認し、最新の情報、対策方法の入手につとめてください。

2 緊急時の行動等

(1) 情勢の把握、大使館への通報等

緊急事態が発生し、または発生するおそれがある場合は当大使館は邦人保護の万全を期すため、所要の情報収集を行い必要な情報を皆様に提供します。平静を保ち落ち着いて行動をしてください。当大使館からの連絡は、電話、メール、当館ＨＰ等により行いますが、現場の状況等皆様から大使館へ通報する必要があると思われるものは、隨時通報していただきますようお願いします。

(2) 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高く、必要と判断した場合には「避難勧告」等の危険情報を発出します。
- (イ) 国外退避の場合、航空便（商業便）が運航している間に可能な限り早急に国外へ退避してください。商業便の運行が停止されると陸路、海路と退避の選択肢がなくなってしまい、状況によってはチャーター便等の手配により退避することになります。商業便が運行しているうちに退避することを強くお勧めするとともに、当大使館からの指示にも従うようしてください。
- (ウ) 緊急避難、国外退避等の場合、当大使館では可能な限り援護をしますが、集結場所までは自力で集合していただくことになります。その際の携行荷物は以下リストを参考に必要最小限の手荷物としてください。
 - パスポート（6か月以上の残存有効期間・最終頁の「所持人記載欄」に必要事項）・滞在許可証・イエローカード
 - 現金（家族が10日程度生活できる外貨及び現地通貨）・預金通帳・クレジットカード
 - 携帯電話及び充電器・パソコン
 - 衣類（吸湿性や耐暑性に富む長袖・長ズボン）・履物（動きやすく底の厚い頑丈なもの）・洗面用具

- 非常用食料（約10日分の米・缶詰・インスタント食品・ミネラルウォーター）
- ラジオ（NHKワールド等の短波放送が受信できる電池式のもの）・懐中電灯・乾電池・常備薬等

自動車については、常に整備をするとともに、燃料を確保し、車内には懐中電灯・地図・ティッシュペーパー等を備えおくようお願いします。また、自動車を所有していない方は、近くに自動車を持つ方と平素から良好な関係を維持し、必要な場合、同乗できるよう相談しておいてください。

IV おわりに

安全の確保には皆様の日々のこころがけが大切です。常に非常時を想定し、緊急時には落ち着いて行動をすることが特に重要になります。今後もこの手引きの内容を充実させ、皆様にとって更に有益なものとするため、引き続き、体験談等の安全に関する情報を提供していただきますようお願いします。