

セブにおける安全対策
(安全の手引き)

2024年6月
在セブ日本国総領事館

目 次

はじめに	1
日本出発前に	2
フィリピンに到着したら	2

I フィリピンにおける犯罪の特徴とその予防策等

1. フィリピンにおける犯罪の特徴	4
2. 犯罪の種類・手口と予防策等	4

II 基本的な安全・防犯・事件・事故対策

1. 犯罪に対する基本的心構え	7
2. 住居・住宅における安全対策	8
3. 職場や公共施設等での安全対策	9
4. 外出・交通機関利用時の安全対策	9
5. 誘拐・脅迫対策	10
6. その他の注意事項	
(1) マクタン・セブ国際空港 (MCIA) 利用時の注意事項	12
(2) 交通安全・事故対策	13
(3) 自動車利用時の防犯対策	14
(4) Facebook、LINE やTikTok 等の SNS の使用に注意を払う	14
(5) 個人情報保護に関する意識の乏しさ	14
(6) 旅行代理店が企画するツアーへの参加について	14
(7) 邦人同士のトラブル	14
7. 犯罪行為に関与してしまわないための注意	
(1) 写真・ビデオ撮影等の禁止	15
(2) 麻薬等違法薬物について	15
(3) 売回春について	15
(4) 賭博行為	15
(5) 喫煙・飲酒場所	15
(6) ぼったくりについて	15
(7) 特殊詐欺	15

III 自然災害

1. 台風	17
2. 地震	17
3. 火山活動	17

IV テロ

V 緊急事態発生に対する心構え

1. 平素からの準備・心構え 20
2. 緊急事態発生時の対応と留意事項 22

VI 健康と病気

1. 気候と健康 24
2. 水と食事 24
3. 注意を要する病気 24
4. 新型コロナウイルス 25

VII 参考

1. 緊急時の連絡先
 - (1) フィリピン共通 26
 - (2) セブ都市圏 26
 - (3) マニラ首都圏 27
 - (4) ダバオ 27
2. 緊急事態に備えたチェックリスト 27

【はじめに】

海外に滞在する日本人の生活上の主な関心事項は、「医療」、「子女教育」と並んで「安全対策」ではないかと思えます。フィリピンの犯罪発生率は、全体として減少傾向にあり、「セブの治安はフィリピンの他の都市と比較して良好」と言われることもありますが、日本の犯罪発生率に比べればかなり高く、この傾向はセブ都市圏においても同様の傾向にあります。邦人の犯罪被害について、罪種別では窃盗事案（スリ・ひったくり・置き引き等）が大きな割合を占めますが、これまで拳銃や刃物を使用した殺人、傷害、強盗や強制わいせつ等の重大犯罪被害も報告されています。また、交通事故や台風、地震及び火山活動等の自然災害の発生も少なくありません。

海外の生活において、自分と家族の身の安全は自分たちで守るという強い心構えが必要です。そして多くの場合、適切な注意と対策をとることにより、被害を避けたり最小限にしたりすることが可能です。この手引きは、当館が管轄するビサヤ地方において、我々自身が直面する可能性のある事態に、どのように備え安全を確保するかという点につき、一般的な日々の安全（防犯）対策、自然災害、緊急事態発生時の対応などについて解説しています。この手引きが、在留邦人の皆様自身による安全対策の参考になれば幸いです。

情報収集について

情報収集は、海外生活では欠かすことのできないトラブル防止策です。日頃から新聞、ネットのニュースには注意を払い、お住まいの地域でどのようなことが起き、どのようなことに注意しなければならぬか、常に関心を寄せるようにしてください。また、大使館・総領事館も、注意喚起や情報提供に努めています。「在留届」の提出のみならず、第三国へ御出張や御旅行の際、「たびレジ」へ登録（いずれも外務省又は当館のホームページから提出・登録が可能です。）いただくと、緊急時の連絡先を外務省・大使館・総領事館と共有できるとともに、外務省や大使館及び総領事館が発信する安全情報をタイムリーにメールで受け取ることができますので、あらためて「在留届」の提出・「たびレジ」への登録の有無を御家族や所属団体の関係者の分も含めてご確認ください。

●オンライン在留届：<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/index.html>

●たびレジ：<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/index.html>

外務省・海外安全ホームページ等の活用について

外務省海外安全ホームページには、中長期的な観点からその国の治安情勢等を対象地域毎ごとに4つのカテゴリーにより安全対策の目安をお知らせする「危険情報」、危険度の高い感染症に関してお知らせする「感染症危険情報」や各国・地域の犯罪発生、出入国など、主に渡航者向けの基礎となる情報をお知らせする「安全対策基礎データ」、その国のテロ・誘拐に関する情勢をお知らせする「テロ・誘拐情勢」等を掲載しています。これらもあわせてご活用ください。また、在フィリピン日本国大使館が作成した『フィリピンにおける安全対策』では、フィリピン全土に係る犯罪の特徴や、テロ・誘拐・脅迫対策についても解説されていますので、こちらもあわせてご活用ください。

●外務省『海外安全ホームページ』：<https://www.anzen.mofa.go.jp/>

●『フィリピンにおける安全対策』：<https://www.ph.emb-japan.go.jp/files/100336435.pdf>

情報収集は、安全対策の第一歩です。当館も引き続き注意喚起や情報提供に努めて参りますが、同時に、ご自身や所属先の企業等におかれても、それぞれ情報収集に努めていただきますようお願いいたします。

なお、この手引きについて、御意見、御質問などありましたら、当館（電話：032-231-7321 又は e-mail：cebucoj@ce.mofa.go.jp）までお寄せください。

【日本出発前に】

海外旅行保険加入のお願い

フィリピンは、気候が温暖なこともあり過ごしやすく、事件や事故に遭わず健康なら快適に生活が送れますが、ひとたび何か不測の事態に巻き込まれると、各種制度が整っていないため、莫大な費用がかかったり、必要な治療や補償が受けられなかったりする危険があります。

- 医療保険が整備されておらず、日本国内と同レベルの治療を受けると数百万円単位の費用がかかる場合があります。
- 事故に遭った場合の補償が少なく、たとえば自動車保険の対人賠償が百万円未満の場合があります。
- フィリピン国内で治療できない場合や、受け入れ先が見つからない場合、日本など他の国で治療を受けるために緊急移送しようとする、数千万円単位の費用がかかる場合があります。海外旅行保険の種類や補償はさまざまですが、一般に日本出発前にしか加入できないため、万一の場合に備え、十分な保険金額の海外旅行保険に加入した上で渡航されることをおすすめします。

予防接種

定期的に麻疹（はしか）の大流行があり、結核患者が多いので、特に乳幼児は事前に日本で予防接種を受けておくことが賢明です。その他、A型・B型肝炎、腸チフス、破傷風、日本脳炎、狂犬病、ポリオなどの予防接種をお勧めします。その他、必要な予防接種等については、以下の厚生労働省検疫所ホームページを参考にしてください。

◎感染症情報 (<https://www.forth.go.jp/>)

「たびレジ」登録 (<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/index.html>)

「たびレジ」は旅先の最新の安全情報が日本語で届く、外務省の無料メール配信サービスです。日本出発前から登録できます。またフィリピン滞在中に他の国に旅行する場合も登録をお勧めします。

〔フィリピンに到着したら〕

「在留届」提出 (<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/index.html>)

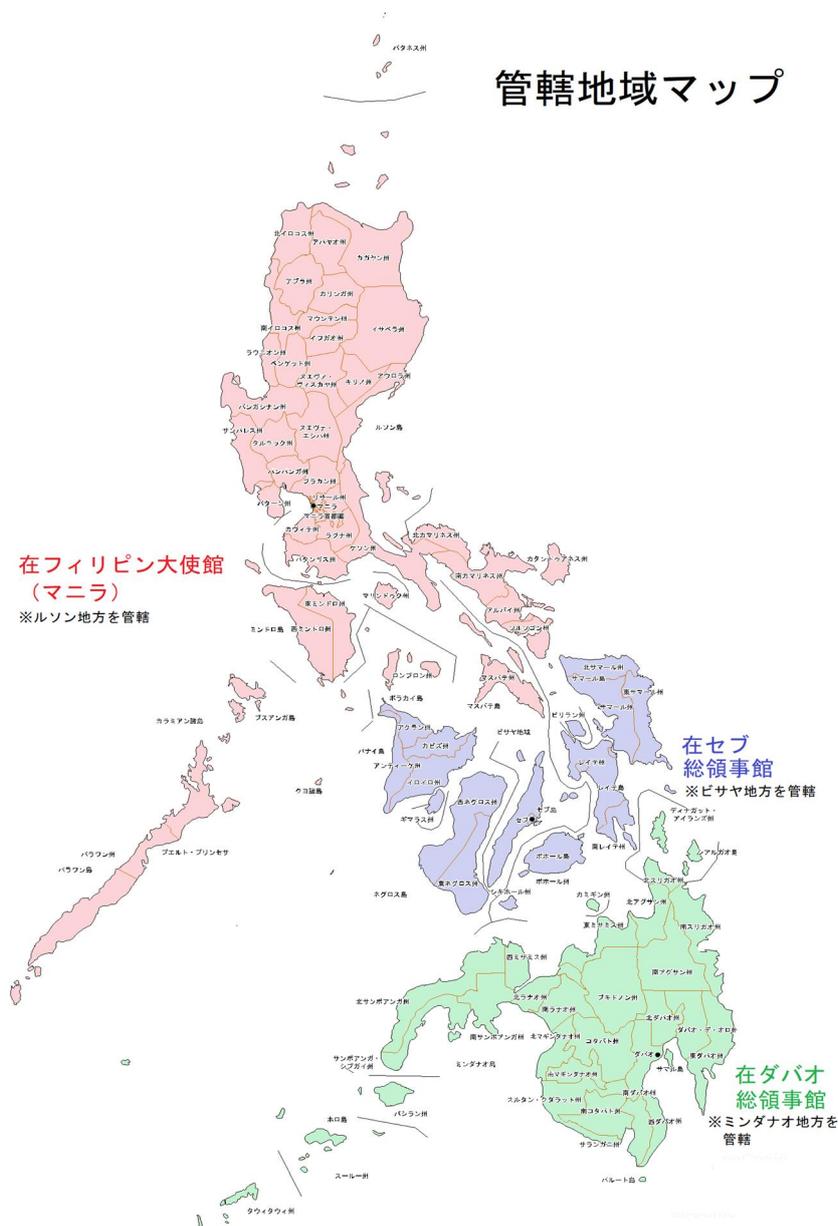
大使館や総領事館が、フィリピンに長期在留している日本人の連絡先を把握し、安否確認を含めてご連絡する場合の基礎となるのが「在留届」です。3か月以上滞在される場合は、上記 URL を通じオンラインにより、お住まいの地域を管轄する大使館・総領事館に必ず提出してください。また、その後転居等により住所、電話番号、携帯電話番号、メールアドレス等が変更された場合にも、忘れずにお知らせください。

(参考) 管轄地域 : <https://www.ph.emb-japan.go.jp/files/100577780.png>

●在フィリピン日本国大使館：ルソン地方
フィリピン（在セブ及び在ダバオの各総領事館の管轄地域を除く。）

●在セブ日本国総領事館：ビサヤ地方
アクラン州、アンティーケ州、カピズ州、ギマラス州、イロイロ州、西ネグロス州、ボホール州、セブ州、東ネグロス州、シキホール州、ビリラン州、東サマール州、レイテ州、北サマール州、サマール州、南レイテ州

●在ダバオ日本国総領事館：ミンダナオ地方
北サンボアンガ州、南サンボアンガ州、サンボアンガ・シブガイ州、ブキドノン州、カミギン州、北ラナオ州、西ミサミス州、東ミサミス州、ダバオ・デ・オロ州、北ダバオ州、南ダバオ州、東ダバオ州、西ダバオ州、コタバト州、サランガニ州、南コタバト州、スルタン・クダラット州、北アグサン州、南アグサン州、ディナガット・アイランズ州、北スリガオ州、南スリガオ州、南ラナオ州、マギンダナオ州、バシラン州、スールー州、タウィタウィ州



I フィリピンにおける犯罪の特徴とその予防策等

1. フィリピンにおける犯罪の特徴

(1) フィリピンにおいては、一般市民でも、警察への登録・許可制度に基づく合法的な銃の所持・携行が認められているため、セブ大都市圏を含め、銃器を用いた犯罪を生みやすい社会土壌があることを認識しておくことが非常に大切です。

(2) フィリピンで発生する犯罪の特徴として次のような点があると考えられます。日本で発生している同種犯罪のほか、フィリピン特有の犯罪が常にあることを理解しておく必要があります。

ア 凶器（特に銃器等）を用いた犯行

イ ターゲットを絞った犯行

ウ フィリピン人との何らかのトラブル（怨恨・嫉妬、商売等）に起因した犯行

エ 組織的な犯行

オ 外国人コミュニティにおける自国民による自国民に対する犯罪（恐喝、強請等）

(3) こうした事情等もあって、セブ大都市圏においても、拳銃や刃物を用いた邦人の凶悪犯罪被害（殺人・強盗等）が近年毎年報告されています。

2. 犯罪の種類・手口と予防策等

(1) 報告の多い犯罪被害（窃盗・強盗等一般犯罪）

セブ市・マンドラウエ市・ラプラプ市内を中心に、日本人の窃盗・強盗被害報告が後を絶ちません。物的被害にとどまらず、銃撃により負傷したケースも報告されており、安全な場所を通るなど十分な注意が必要です。

ア 強盗（路上強盗）

夜間の路地で、男性2～3人組に拳銃や刃物で脅され、所持品や金品を要求されたり、身につけていた貴金属を強奪されたりする事件等が発生しています。中には、羽交い締めにされたり、実際に発砲を受けたりした日本人の例も報告されています。

イ 窃盗

(ア) スリ・置き引き

マーケットやショッピング・モール、公共交通機関（特にジープニー）等を利用した際のスリ被害、ホテルやレストランでの置き引きの被害が依然として発生しており、日本人も被害に遭っています。特に、旅券、財布、スマートフォン、タブレット端末、ウエストポーチ、セカンドバッグ等の窃盗被害が目立ちます。エスカレーターの上やエレベーターの中、マーケットやショッピング・モール等の混雑した場所では十分な注意が必要です。

(イ) ひったくり

主に夜間において、オートバイに乗った人物による携行品のひったくり被害が発生しています。バッグにしがみついたために転倒して思わぬ怪我をする例もありますので、注意が必要です。

(ウ) いかさま賭博

ショッピング・モールや繁華街等を散歩中、親しげに声をかけてきた人物に、自宅と称する建物に案内され、その後、家族と称する人物からトランプ・ゲームに誘われて、最終的に多額の掛け金を巻き上げられるというものです。犯行は組織的に行われ、またゲームに誘い込む手口が巧みなことから、被害者の多くは「いかさま賭博の事例は承知していたが、まさか自分が巻き込まれているという実感がなかった。」と述べています。なお、このような事案でも、当事者が自主的に賭博に応じたと当局が判断すれば、場合によっては被害者とはみなされず、逆に違法な賭博を行ったとして罪に問われることもあります。簡単に見知らぬ人物の誘いには乗らないよう、くれぐれも注意し

てください。

(エ) その他

昼夜を問わず路上で、急に子供たちに取り囲まれ、小銭等をせがまれて、気を取られている際にバッグやウエストポーチの中から財布を抜き取られるケースが報告されています。

【窃盗・強盗等の主な予防策】

- 外出時には、多額の現金、パスポート等の貴重品を持ち歩かない。
- ターゲットを定めて犯行に及ぶことが多いことから、銀行からの帰り道などは周囲の状況に十分注意する。
- 常に手荷物から目を離さない。
- やむを得ず貴重品を携行する際には、1つのバッグに入れず分散して携行する。
- (特に女性は) 極力夜間の一人歩きを避ける。
- 歩行中は、バッグを車道とは反対側に携帯するよう心がける。(肩掛け式のバッグをたすきがけにすることが望ましい。リュックサック式のもの、背後からジッパーを開けられる、又は刃物で切り裂かれ財布等を奪われることがあるので注意。なお、ひったくりの犯人はオートバイを使うことが多いため、不幸にして被害に遭った場合は、身の安全を第一に考え、抵抗せずバックから手を離す。)
- スマートフォンを見ながら、電話をしながら、音楽を聴きながら等「ながら歩き」はしない。(周囲の環境の変化への注意力が低下する。)
- 移動の際は公共交通機関(バス、ジープニー等)の利用は極力避ける。
- 流しのタクシーは極力利用しない。(店、ホテル等に呼んでもらう。)
- タクシーを利用する際は、極力複数名で利用する。
- 繁華街や乗り合いバスなど人混みの中では、常に用心し、バッグの中の財布の位置に気をつける(すぐ出せるところや、ズボンの後ろポケットからスリ盗られることが多い。)、また、混雑しているエレベータやエスカレータなど、身動きのとれなくなりそうな場所はなるべく利用しない。
- 人前で財布や高価そうなタブレット端末等を可能な限り見せない、または使わないようにする。
- 万一被害にあった際は、相手が凶器を持っていることを想定して抵抗せず、また、急いでバッグやポケットに手を入れたり、走り出したりするなどの突然の挙動を避ける。
- 見知らぬ人に軽々しくついて行かないよう、また提供されたもの(飲食店等においては、自分が注文したものではないもの)を不用意に口にしないよう心がける。
- 周囲の状況に注意を払い、不審な人物や状況を察知したら速やかにその場を離れる、できるだけ滞在時間を短くする等、その場の状況に応じた安全確保に努める。

(2) その他の犯罪

ア 殺人

残念ながら、フィリピンは世界中で日本人の殺人事件が最も多い国のひとつとなっています。事件の多くは、フィリピン人と何らかの接点を有しており、商売上のトラブル、怨恨等に起因するものと推察されます。また、外国人の例ですが、夜間、強盗に遭い、抵抗したり、突然逃げ出したりして射殺されるケースもたびたび起きています。

【主な予防策等】

- 良好な人間関係の構築に努める(フィリピン人のプライドの高さを理解し、感情的にならず、常に過激な言動は慎むよう心がける。)
- 言葉が分からないからといって、フィリピン人に全てを任せない(任せたフィリピン人が他の者と共謀する可能性がある。)
- 多額の現金を持ち歩かない(フィリピンに持ち込まない。)
- ホールドアップされた場合には、身の安全を最優先し抵抗せず、急な行動を避ける(急にズボ

ンのポケットやバッグに手を入れようとするものと誤解されることがあるので注意が必要です。)

イ ホテル、銀行、所属企業の強盗被害

宿泊先のホテルや、利用されている銀行、または所属企業等が強盗被害に遭う可能性も踏まえ、あらかじめ対応を考えておく必要があります。

【主な予防策等】

- 利用する施設の非常口、避難経路をチェックする。
- 所属先企業においては、防犯対策を見直し、日頃から狙われにくい環境を構築するよう努める。
- 万一強盗事件に巻き込まれた場合は、身の安全を第一に考え、ホールドアップされた場合には抵抗しない（両手を上げる）。また、周囲で発砲音等が聞こえた場合には、悲鳴をあげたり、叫んだりせず、避難経路から可能な限りすばやくその場を離れる。

ウ 強制性交

日本と比較して発生率が高く、日頃の行動には一層慎重かつ細心の注意を払う必要があります。なお、女性の邦人旅行者がストーカーまがいの被害に遭う事例も報告されています。

【主な予防策】

- 初対面の人を安易に信用・信頼せず、軽々に携帯電話番号をはじめとする個人情報を教えたり、また、たとえ女性複数であっても不用意に行動したりしない。
- 露出度の高い服装を避ける。
- (特に夜間) できるだけ一人で出歩かない。
- 薄暗い公園などの人気のない場所は避ける。
- 時間帯を問わず、単独でのタクシー等の利用をできるだけ避ける。
- 万一に備え、ホイッスル・防犯ブザー等大きな音が出るものを身につけ、危険が迫っていると感じた場合に使用する。また、危険を感じたら、躊躇せず周りの人に助けを求める。逃げる際は悲鳴をあげ続け、明るい方向や人がいる方向に逃げる。
- 在宅時も、常に施錠を心がけるとともに、たとえ住居が高層階にあっても、カーテンを開けたまま肌を露出しない。

II 基本的な安全・防犯・事件・事故対策

1. 犯罪に対する基本的心構え

(1) 生命と身体の安全を最優先に考える

凶器（特に銃器）を使用した犯罪が多いフィリピンです。「セブは安全だ」と思い込まず、常に一定の警戒心を持って行動してください。仮に強盗などに襲われた場合は、相手が凶器を所持しているものと認識し、絶対に抵抗せず、また反撃と誤解されないように、まずは身体を動かすことなく、たとえば「ポケットに財布が入っている。」などと説明する、又は指で差し示して要求された金品を差し出すようにするなど、生死に関わる事態に発展する危険があることを認識し、落ち着いて行動してください。

(2) いずれの人物に対しても、絶対に暴力的な言動をとらず、諍いや争いを避ける

近隣住民とのトラブルを契機に、相手を面前で叱責したために、脅迫やいやがらせを受けた例も報告されています。フィリピンにおいては、いずれの人物（近隣住民、官憲、他人、知り合い、家族等）に対しても、公衆の面前で罵倒し、恥をかかせるといった行為はタブーとされていることに留意し、日頃から恨まれないように注意することで、犯罪を誘発する環境を作らない（犯行のチャンスを与えない）ことが重要です。また、防犯対策ではありませんが、官憲に対して大声を上げたり、詰め寄ったりすると、公務執行妨害と見做され、場合によっては逮捕・拘束されることもありますので、そのような行動は慎んでください。

(3) 周囲の雰囲気や気分に溶け込む

日本人を含め、外国人は一般に裕福と思われており、犯罪のターゲットにされがちです。服装、持ち物は、華美なものをできるかぎり避け、なるべく目立たないものにすることが重要です。

(4) 見知らぬ人や確認の難しい話を安易に信用しない

言葉巧みに話しかけられても、狙われていると考えて相手の誘いに乗らないようにしてください。特に、日本語で話しかけてくる人物には、男女を問わず警戒が必要です。ストーリー仕立ての犯罪もあることを十分理解し、たとえその出会いが自然に思えたとしても、知り合ったばかりの人の誘いによって、飲食をともにしたり、その人の家に行ったり、連絡先を安易に交換したりしないようにしてください。家族の事故による治療・入院費用、入管での滞在査証延長手続きに必要な経費等を理由に振り込みを指示するような電話を受けた場合には、電話内容を安易に信じることなく、本人や所属先などにも事実関係を確認するようにしてください。

(5) 行動パターンを単調にしない

誘拐対策にも繋がりますが、単調な行動（通勤路、通勤時間あるいは散歩時間のパターン化など）を避けるなど、行動を予測されないよう心がけてください。

(6) 心身とも健康に

悩み事や心配事に気を取られていたり、身体に変調を来していたりする時こそ、犯罪に巻き込まれないよう、注意・警戒する必要があります。また、犯罪被害ではありませんが、近年、マリンスポーツに伴う邦人の水難事故が報告されています。体調が優れないと感じたときは、無理に遊泳しない等、日頃から心身の健康・体調管理を心がけてください。

(7) 転ばぬ先の杖

思いも寄らない事故や病気によって入院し、多額の治療費等が掛かったり、オーバーステイになったりしたことを契機に、困窮状態に陥ることが散見されます。様々なことを想定し、十分な補償額の保険等に参加しておくこと、目的に応じたフィリピン滞在資格を正しく取得することが非常に重要です。トラブルに直面し、頼れるような人がいない、もしくは居なくなってしまった場合には、

無理に当地に留まるのではなく、困窮状態に陥ってしまう前に、一旦、生活の基盤を日本に戻し、日本国内の親族や友人等からの支援を受けることや、日本の地方公共団体の窓口にご相談することも検討してください。

2. 住居・住宅における安全対策

【原則】

- 鍵の管理をしっかり行い、万が一、紛失した場合には速やかに交換する。
- 室内にいるときは必ず施錠し、ドア・チェーンがある場合は忘れずにかける。
- 帰宅時に侵入された形跡が認められる場合は、中に入らず速やかに警備員に連絡する。
- 在宅中に「おかしい」と異変を感じた時は、在室している部屋を出ることにより、犯人と鉢合わせたり、犯人の逃げ道を塞ぐ結果になり危害を受ける可能性が高くなるので、確認のため直ちに部屋を出るようなことはせず、受付、警備員等に連絡するなど慎重に行動する。万が一、犯人と鉢合わせしても、犯人を興奮させないため、パニックにならずに平静を保つ。
- 侵入が確認された場合には警察に通報する。住居内は、警察による捜査の為、そのままの状況とし、むやみに手をつけたりしない。また、所属先へも忘れず通報する。
- 心当たりのない郵便物、小包等が届けられた場合には開封（開梱）せずに、直ちに警備員に通報する。
- 使用人や警備員（いずれもかつて雇用していた者を含む）が係わっている犯行が少なくないので、平素から良好な人間関係の構築に努めるよう心がける。

【具体的対策】

（1）来訪者の確認

- ア 来訪者がある場合には、事前に警備員・受付に来訪者氏名、訪問時間を知らせる。
- イ 玄関では、氏名、用件（訪問目的）を尋ね、「ドアスコープ」で確認してからドアを開ける。
- ウ 修理工、電気検査員等については、慎重に身元確認を行い、不審な点がある場合は、派遣元に電話して身元を確認する。また、修理・検査時は、作業員から目を離さない。

（2）使用人への注意

- ア 住み込み、通いを問わず、使用人を通じて、自宅内の資産状況、調度品、所持品、旅行等による不在の期間等の情報が外部に漏れるおそれがあることを常に認識し、日頃から不必要な情報を伝えず、また口外しないように指導する。
- イ 家族を含めた行動パターンが把握されているため、厳しく注意された場合、または解雇された場合などに脅迫や誘拐事件等に発展するおそれがあることを認識し、日頃から温和かつ節度ある態度で接し、良好な関係を築くように心がける。
- ウ 見知らぬ者を勝手に室内に入れたり、招待したりしないように指導する。
- エ 外部からの電話で、家族の連絡先を教えるように言われても、職場や携帯電話番号を教えず、電話をして来た者の氏名、所属先、電話番号、用件を聞き、家族から連絡する旨伝えるよう指導する。また、電話に出るときは不用意に名を名乗らず、また間違い電話に対しては、“Wrong Number（間違いです）”とだけ伝えて切るよう指導する。

（3）施錠を心がける

- ア 犯人の侵入口は、玄関はもとより、窓や使用人用の出入り口等、普段あまり点検しない場所が多いので特に注意して施錠を心がける。
- イ 玄関等のドアの鍵の状態を定期的に点検するとともに、補助錠（ドア・チェーン等）をつけるようにする。
- ウ 確実に施錠されているか、気になったら人を頼らず自分自身で点検する。

（4）家屋（マンション以外の独立家屋）の外周を点検する

家の周囲に塀を乗り越える、あるいは2階への足場になるようなものが放置されていないか点検する。また、隣接している建物が工事用の足場等を組んだときなどは特に目を配るよう注意する。また、クーラーを設置していないクーラー取り付け口は、鉄又は厚い板等で厳重に閉めておく。

(5) 家の中に「安全室（パニック・ルーム）」を確保する

ア 家の中へ賊が侵入したときに備え、家族が立て籠もれる安全室（パニック・ルーム。通常は電話等が設置されている主寝室）を確保する。（安全室は、施錠可能なドアのある部屋とし、補助錠をつけておくとなおよい。）

イ 安全室内には、停電時でも使用可能な電話を設置（携帯電話可）するとともに、緊急連絡先リストを常備する。（数日分の飲食品を用意できればなおよい。）

ウ 賊に侵入された場合に備え、手渡すためのある程度の現金を用意しておく。

3. 職場や公共施設等での安全対策

- 利用する施設の非常口、避難経路をチェックする。
- 所属先企業においては、防犯対策を見直し、日頃から狙われにくい環境を構築するよう努める。
- 周囲で発砲音等が聞こえた場合には、悲鳴をあげたり、叫んだりせず、避難経路から可能な限りすばやくその場を離れる。外に移動ができない場合には、直ちに安全な場所（遮蔽物の後ろ）に身を隠す。
- 隠れる場所がない場合は、銃声の方向に足を向けて床に伏せるなど、できる限り身を低くする。
- さらに放火される可能性も想定（多くの場合屋内の階段等が使用できなくなります）し、隠れ場所にとどまることなく、避難のタイミングと退路を考えてください。

4. 外出・交通機関利用時の安全対策

- 服装、持ち物は、華美なものをできるかぎり避け、なるべく目立たないものにする。
- ズボンの後ろポケットに財布や携帯電話を入れない。
- 外出時には、多額の現金、パスポート等の貴重品は必要がない限り持ち歩かない（パスポートコピーの携行を推奨）。
- やむを得ず貴重品を携行する際には、1つのバッグに入れず分散して携行する。
- 特に財布と携帯電話は別々に持つようにする（奪われた時に連絡手段が全てなくなることを防ぐため）。
- むやみに人前で財布やスマートフォン、タブレット端末等を取り出さない。
- スマートフォンや携帯電話を操作しながら、音楽を聴きながら等「ながら歩き」はしない（周囲への注意力が低下するため）。
- 狙いを定めて犯行に及ぶ犯人が多いことから、銀行、ATM、両替所等からの帰り道などは周囲の状況に十分注意する。
- 繁華街や乗り合いバスなど人混みの中では、常に用心し、バッグの中の財布の位置に気をつける（すぐ出せるところや、ズボンの後ろポケットからスリ盗られることが多い）。
- 混雑しているエレベータやエスカレータなど、身動きのとれなくなりそうな場所はなるべく利用しない。
- 常に手荷物から目を離さない。
- 薄暗い公園などや人通りの少ない路地等には近づかない・立ち入らない。
- 特に夜間の一人歩きはできる限り避ける。
- 車と対向する側の歩道を選択し、できるだけ車道から離れた側の端を歩く。
- バッグ等は車道と反対側に携行するか、身体の正面で持つように心がける。（肩掛け式のバッグを、たすきがけにすることが望ましい。リュックサック式のもの、背後からジッパーを開けられ

る、又は刃物で切り裂かれ財布等を奪われることがあるので注意。)

●ひったくり犯はオートバイを使うことが多いため、被害に遭った場合は、身の安全を第一に考え、抵抗せずバックから手を離す。

●移動の際は公共交通機関（バス、ジープニー等）の利用は極力避ける。

●タクシーを利用する際は、極力複数名で利用する。

●流しのタクシーは極力利用しない（店、ホテル等に呼んでもらう。）

●比較的安全とされる配車アプリを利用する場合でも、完全には信用しない。

●周囲の状況に注意を払い、不審な人物や状況を察知したら速やかにその場を離れる、できるだけ滞在時間を短くする等、その場の状況に応じた安全確保に努める。

●ホイッスル・防犯ブザー等大きな音が出るものを身につけ、危険が迫っていると感じた場合に使用する。

●危険を感じたら、躊躇せず周りの人に助けを求める。逃げる際は悲鳴をあげ続け、明るい方向や人がいる方向に逃げる。

●万一被害にあった際は、相手が凶器を持っていることを想定して抵抗せず、また、急いでバッグやポケットに手を入れたり、走り出したりするなどの突然の挙動を避ける。

●見知らぬ人に軽々しくついて行かないよう、また提供されたもの（飲食店等においては、自分が注文したものではないもの）を不用意に口にしないよう心がける。

●初対面の人を信用せず、電話番号や連絡先を教えたり、また、不用意に行動を共にしない。

5. 誘拐・脅迫対策

(1) 誘拐対策

まずは狙われないことが重要です。「Ⅱ 1. 犯罪に対する基本的な心構え」に加えて、子供の送迎を使用人に任せない、家族を一人で外出させない、見知らぬ人の誘いにのらない、一人で外出しないなど、防犯の基本を心がけてください。さらに、自宅周辺や職場で不審な人物や車両を見かけたり、尾行や写真（ビデオ）撮影をされている気配を感じたり、無言電話や間違い電話等不審な電話が続いたりしたときは、地元の警察署あるいは大使館・総領事館に相談してください。

ア 家族や会社関係者が誘拐された場合

常にあわてず、騒がず、落ち着いて行動することが肝要です。犯人側は交渉人を指定し、その相手との交渉を迫るでしょうが、独断は危険です。警察等関係当局との連携を念頭に置いて、最初はまず集められるだけの情報を集めるよう心がけましょう。初動の指針を以下のとおり説明します。

(ア) 事件発生を認知したら、事件の性質に鑑み、事の真偽を問わず、外部への情報漏洩、不用意な発言等により事件解決に悪影響を及ぼすことを避けるため、情報共有できる関係者を絞り込むこと。（会社の場合、軽々に会議などを催さず、関係者のみで対応するよう心がけることが肝要。）

(イ) 犯人側と話す機会があれば、相手を刺激しないよう注意しながら聞き出し、詳細なメモを作成する。その際相手が実際に人質を取っているかを探るため、人質を特定できる質問も準備しておく。

●誘拐犯人（名前、組織名、性別、声質、背景の雑音、通話時刻、通話時間、わかれば電話番号等）
人質（氏名、生年月日、服装）および生存の確認

●受信者（氏名、人質との関係）

●受信時刻及び提報内容（5W1H（誰が、誰を、いつ、どこで、なぜ、どのように）を確認）

(ウ) あらためて犯人側との交渉役を決定する。電話での交渉に当たる人物は、多くの場合、犯人側から同一人物を指定されること、また交渉が長期に及ぶことなどを想定し、精神力の強い、落ち着いた、できる限り人質に近い人物を選定する。（この時点で可能であれば電話録音機を用意。また、犯人側との連絡の際に合い言葉を決めておくことよい。）

(エ) 犯人側が「警察に知らせたら人質を殺す」などと脅してきても、独断では対応しない（身代金を払っても第二、第三の事件発生につながるおそれも高く、本当の解決にはつながらない）。大使館・総領事館から公的ルートを通じて治安当局の協力を要請するので、大使館・総領事館に報告、相談すること。（フィリピンでは、事件の性質を問わず、警察等が被害者等の氏名、住所、年齢等を公表してしまうことがあります。大使館から当局に対しては、人命第一の慎重な対応に加え、人質や家族、被害企業等のみならず事件発生の実態も公表しないよう強く求めますが、関係者間でも注意してください。）

(オ) (警察等関係当局の指示に従いながら、) 原因や背景の考察、犯人像の絞り込みを行う。

イ 自分自身が誘拐された場合の対応

(ア) 感情的にならず、抵抗・挑発せず、自重して無事過ごせるよう心がける。

(イ) 犯人への同情を避ける（犯人側と長期間寝食を共にすることで犯人側への同情心が強くなり、救出される際に逃走の努力を忘れ、怪我したり命を落としたりする人質もいる由）。心の平静と精神的バランスに注意し、自問自答を繰り返すことが必要。

(ウ) 犯人側の動きは救出部隊の観察下にあると想定し、常に突然の突入に備える。

(2) 脅迫対策

フィリピンでは身近に発生している犯罪のひとつですが、用意周到に計画されたものから、いたずら電話に近いものまで、脅威の程度は様々です。ただし簡単に真偽（信憑性）のほどを判断せず、また相手の要求をそのまま受け入れることもしないで、総領事館または警察等関係当局に相談してください。

ア 真偽（信憑性）の判断基準

(ア) こちら側の落ち度や欠点を指摘し、これを脅迫・恐喝の理由としている場合、事案の信憑性は高い。また、その理由によって犯人像の絞り込みが可能となるケースが多い。

(イ) 要求が具体的で明確な場合、そしてその要求に従わない場合の宣告が示される場合は、単なる嫌がらせでない可能性がある。要求の内容によっては犯人像（組織）の絞り込みが可能となるケースもあり、金銭でない場合は、信憑性は高い。

(ウ) なお爆破予告のように時間的余裕がないケースについては、事案の真偽を問う前に、まず避難するか、避難の経路と手順の確認しておく。

イ 事件発生時の初動体制

(ア) 事件認知後、速やかに関係者の限定を図る。また大使館、警察等関係当局に連絡する。

(イ) 内容、日時、送信者（電話の場合は氏名、性別、声質、背景の雑音等、通話時刻、通話時間等）、受信者を確認し、詳細なメモを作る。

(ウ) 交渉役を設定し、電話録音機などを用意。犯人側との連絡の際の合い言葉を決めておくとうい。

(エ) 特に要求が金銭の場合、軽々に応じたり金額の交渉に入ったりしない（犯人を増長させ第二、第三の脅迫につながる）。

ウ 爆破予告の対応

特に企業においては、電話を受けた人物の対応とその説明が、その後の対応判断（避難の是非判断等）を左右します。受付係など最初に電話を受ける機会が多い職員等には、焦らずに対応し、可能な限り次のような情報を得られるよう、普段からシミュレーションを行っておく。

(ア) 爆弾をどこに仕掛け、いつ爆発するか。（明確でない場合、信憑性は低い。）

(イ) 相手の名前や身元につながる情報を尋ねる（ただしこだわらないこと）。

(ウ) 当方の氏名、あるいは社名、事業内容等語らせるようにする（相手がこれを知らない場合、泥酔していると見込まれる場合、子供の場合などは、信憑性は低い。）

(エ) 受信者はその後、速やかに責任者に対し、「受信内容、受信時刻、発信者」等を簡潔に報告

する。

(オ) 責任者は、警察や大使館に通報した上で、避難の是非を判断する。避難する場合は、直ちに避難場所を選定し、落ち着いて避難するよう呼びかける。

(カ) 避難場所は、爆発物の持つ威力を考慮しつつ、できるだけ遠くに設定する。また、予告時刻まで余裕のない場合は、爆発物が設置されている可能性のある方向に足向け、頭を抱えて地面に伏せる。

6. その他の注意事項

(1) マクタン・セブ国際空港 (MCIA) 利用時の注意事項

マクタン・セブ国際空港では、入国・税関審査時のトラブルが時折報告されます。また、特に夜間、空港から市内への移動中に車両強盗に遭遇するなどの事件も発生しています。マクタン・セブ国際空港を利用される場合の注意点を以下のとおり説明しますので、十分御留意ください。

ア 入国時の注意事項

(ア) 到着直後

①入国審査官は、入国目的や滞在期間、必要な査証の有無等を確認すると同時に、渡航者の態度や挙動等も同時に注視しています。入国審査場、税関検査場等で挙動不審な態度や大声を上げたり、係員に詰め寄ったりすると、不良外国人として入国を拒否されたり身柄を拘束されたりすることがありますので、十分注意してください。なお、出入国審査は、フィリピン政府当局の主権・判断により行われるものですので、在セブ総領事館が当該人に代わって入国を認められるように交渉したり、入国審査官の処分に異議を唱えたりすることはできません。

②日本同様、税関においては荷物の開披検査が行われる可能性があることから、税関申告は正確に行うよう心がけてください。(フィリピンの関税法上、外国人の荷物は、税関検査官により課税対象となるか否かが決められます。一旦検査を受けると、特に高価そうなものは全てレシートの提示を求められ、レシートがなければフィリピンの関税定率に基づいて税金が徴収されます。違法性が疑われる物品や多額の現金や貴金属類、または滞在日数に見合わないほど大量な医薬品や化粧品等を持ち込まないようにすることは言うまでもありませんが、主に申告を要するものとしては、制限を超えた量の酒類、たばこはもとより、客観的に高価であることがわかる腕時計、貴金属類等また、スマートフォンやパソコン、タブレット端末等の通信機器類についても、たとえば何個も保有していたり、あるいは未使用品があつたりすると、「未申告」を指摘され、定率に基づく関税を徴収されることがありますので、あらかじめ十分な注意が必要です。一旦開披検査を受け、そこで申告をしていなかった課税対象物品が見つかったら、検査にも時間がかかりますので、これまで税関で開披検査を受けたことがないからと安心せず、フィリピンへの持ち込み物品については、あらかじめ十分に吟味し、必要不可欠なものに限ることが肝要です。)

(イ) 空港からの移動

①出迎えがない場合の注意事項

出迎えがなく、配車アプリやタクシー乗り場に待機しているタクシーを利用せざるを得ない場合には、タクシーの側面及び内部に記載されている会社名、プレート番号、連絡先番号(固定電話番号乃至携帯電話番号)を控えるとともに、タクシーに乗車していることを、待ち合わせの人、家族、職場の同僚等にテキストしておくことも一案です。勿論、現場に到着したら、無事到着したとの一報をいれることも忘れずに。

②夜間到着便利用時の注意事項

●特に夜間は犯罪が起こりやすいこともあり、空港からの移動にも様々なリスクが生じやすくなるため、夜間到着便の利用はできるだけ避ける。都合により夜間到着便を利用せざるを得ない場合は、あらかじめ到着時の出迎え体制を確認しておく。

- なるべく自家用車や事前に手配した車を利用する。
- 目立たない服装を心がける。
- 家族等関係者とこまめに連絡をとる。
- 混雑していてもできる限り裏道等を使わず、幹線道路を走行し、停車中でもドアはロックする。
- 逃走経路を確保するため、停車する場合は前の車との間隔を開ける。

イ 入国・出国時それぞれに共通する注意事項

出入国に際し、1万米ドル相当額以上の外貨を持ち込み、または持ち出す場合は、申告が義務づけられています。現地通貨（ペソ）については、5万ペソ以上の持出し・持込みが禁止されています。日本からフィリピンへ入国するにあたり、総額1万米ドル相当額以上の外貨（現金、小切手、有価証券等）及び貴金属類（金の地金等）を申告せずに持ち込み、フィリピン空港税関で摘発・押収される例も発生しています。日本から1万米ドル相当額以上の外貨等を持ち込む場合には、あらかじめ日本の税関当局に対して「支払手段等の携帯輸出・輸入申告書」を申告するとともに、フィリピン税関当局に対しては、「税関申告書（CUSTOMS DECLARATION）」の記入（該当箇所のYESにチェック）に加え、フィリピン到着後に税関当局から「外貨等持込申告書（Foreign Currency and Other Foreign Exchange-Denominated Bearer Monetary Instruments Declaration Form）」を入手して必要事項を記入の上、適正な申告を行ってください。また、フィリピンから国外へ総額1万米ドル相当額以上の外貨等を持ち出す場合にも同様の手続きが必要となります。外貨の持ち出しや持ち込みに関し不明な点がある場合には、フィリピン及び渡航先国もしくは日本の各税関に直接お問い合わせください。

（2）交通安全・事故対策

【原則】

- シートベルトを着用する。（運転席及び助手席ではシートベルトの着用が義務づけられています。後部座席は義務づけられていませんが、子供を含め、できるだけ着用するようにしましょう。）
- 「交通ルールは守る」、「スピードは控えめに」、「わき見運転をしない」、「ブレーキは早めに」、「飲酒運転は絶対にしない」など、徹底して安全運転を心がける。（運転手にも指導する。）
- 不幸にも事故を起こした場合は、安全確保、人命救助、警察への連絡を必ず行う。
- 加害、被害事故及び物損、人身事故等双方に対応できる保険に加入しておく。

【事故を起こした場合の具体的対応】

- 交通量の多い場所では特に、まず車両を移動して身の安全を確保した上で、負傷者の有無を確認する。
- 負傷者がいる場合は救護を最優先とし、救急車を手配する。
- 相手の車の登録証及び運転免許証から住所、氏名及び連絡先を確認し、警察に通報する。（可能であれば、証拠保全及び保険請求資料のため事故現場を写真撮影する。）
- 所属先の同僚、上司、家族、信頼できる友人等と速やかに連絡をとり、事故発生の実態、状況を通報する。（可能であれば、そうした信頼できる人に現場に来てもらう。）
- 交通事故の概要を保険会社に連絡する。
- 目撃者がいれば、証言内容、住所、氏名及び連絡先を控える。
- 担当警察官の官職、氏名及び連絡先を確認する。
- 過失の判断がつかない場合は、早計に過失を認めたり、謝ったりしない。ただし、こちらに明らかかな過失がある場合は、誠実に対応することも肝要。（※当地の交通事故の処理においては、過失の有無よりも損害補償の可否が重要とされる場合が多いため、保険に加入しておくことをお勧めします。）
- 加害者として身柄を拘束されたら、家族、会社、弁護士、在セブ総領事館等に連絡する。（在外公館では釈放・減刑等の要求や、通訳・翻訳はできませんが、ご希望があれば、弁護士等のリスト

をお見せすることができます。)

(3) 自動車利用時の防犯対策

車上狙いや車両強盗などの多くは、路上、特に繁華街やビル街の裏通り等の暗く、人通りの少ない場所で発生していましたが、最近では、繁華街、市街地、高級住宅街でも発生しています。また、銃器で運転手を脅して運転手や乗客ごと強奪する凶悪な事件も見られます。

ア 運転手に対しては、雇用の際に、履歴書、身分証、無犯罪証明、健康診断書（ドラッグ・テスト）等を提出させ、人物を確認した上で、次のような指導を徹底してください。

(ア) 行き先、スケジュール等を安易に他人に言わない。

(イ) 駐車中は車から目を離さず、駐車地点から断りなく離れない。

(ウ) 駐車中に被害に遭った場合には、直ちに自らに一報させるとともに、警察に通報させる。

(エ) 車を離れる場合は必ず施錠させる。

イ 停車中も走行中もドアは必ずロックし、窓を閉める。また、一時停止中などに、車両に近づいてきて、「タイヤがパンクしている。」とか、「車から火が出ている。」などと叫んで気を引こうとする人物がいた場合、または後続車から軽く追突された場合でも、絶対にその場で停車せず（車から降りず）、安全と思われる場所（人通りがある場所）まで移動してから確認する。

ウ 駐車する場合は、できる限り警備員が配置されている駐車場を利用し、付近に不審な人物や車が止まっていないか常に目を配る。やむを得ず路上駐車する場合は、できるだけ明るく人通りの多い場所を選び、運転手を車外（十分見通せる場所）に待機させ、監視させる。

エ 車内には荷物（特に貴重品）を残さないようにしてください。運転手や警備員がいるからと安心して、荷物（パスポート、現金、クレジットカード等の入った財布、パソコン、自宅の鍵の入ったバッグ等）を車内やトランクに残し、短時間でも奪われる事例が報告されています。

(4) Facebook、LINE や TikTok 等の SNS の使用に注意を払う

Facebook、LINE や TikTok といった SNS での詐欺が世界中で発生しています。フィリピンでも多くの SNS が利用されていますが、個人情報の取り扱いに注意する等、細心の注意が必要です。

(5) 個人情報保護に関する意識の乏しさ

フィリピンでは、たとえば婚姻許可申請者の氏名・住所等が市役所に一定期間掲示されたり、滞在許可申請者の情報が入国管理局のホームページに掲載されたりすることが一般的であり、個人情報保護に関する意識は希薄であり、法律も整備されていない状況です。そのような状況のため、たとえば日本人が何らかの事件・事故に巻き込まれた場合、警察等当局が当事者・被害者の氏名等を一方的に公表してしまうこともあります。その点、日本とはまったく異なることをあらかじめ十分承知して生活する必要があります。

(6) 旅行代理店が企画するツアーへの参加について

当地旅行代理店が企画したフィリピン国内のツアーに参加した邦人が事故に遭われる事例が発生しています。フィリピン国内のツアーに参加するために当地旅行代理店を利用する場合には、フィリピン政府観光省より認可を受けた旅行代理店を利用してください。認可を受けていない旅行代理店を利用して、万が一事故などに巻き込まれた場合にはフィリピン政府等の補償等の支援が受けられない可能性があります。

(7) 邦人同士のトラブル

様々なトラブルは邦人同士にも起こり得ることです。相手が日本人だからと気を許してしまい、思いもよらぬトラブルに繋がることもあります。国籍を問わず、真に信頼できる人物かどうかを見極めることが大切です。

7. 犯罪行為に関与してしまわないための注意

フィリピンに限らず、外国では、日本では罪にならないことが処罰されたり、日本よりも重い刑罰が科されたりすることがあります。

(1) 写真・ビデオ撮影等の禁止

空港や鉄道、軍・警察等の政府関連施設、立入禁止区域及びその周辺地域での撮影は禁止と考え、撮影する場合は事前に当局者や係員に確認して許可を得るなど、慎重な行動を心がけてください。

(2) 麻薬等違法薬物について

現在、フィリピンでは、国を挙げて覚醒剤などの違法薬物対策に取り組んでおり、違法薬物関連の犯罪に対する取り締まりが強化されています。その取り締まりは非常に厳しく、犯罪者に対しては当局として容赦のない対応をとる場合もあります。外国人も例外ではありません。興味を示さないようにすることは当然ですが、繁華街の路地裏など麻薬・薬物犯罪の温床となるような場所には近づかない、見知らぬ人物から不審なもの（タバコ、高級茶葉と称される例が多い）を購入しないなど、違法薬物に関わらないよう細心の注意を払ってください。

(3) 売買春について

当然ながら、売買春は処罰の対象となります。フィリピン刑法においても厳しい量刑が定められており、たとえば未成年者に対するわいせつ行為や売買春の勧誘や強要を行った場合、最高で終身刑等が科されることもあります。フィリピンでは、売買春に絡む恐喝、いわゆる美人局（つつもたせ）や詐欺まがいの例に巻き込まれる外国人旅行者が少なくありませんが、多くの場合、旅行者側の遵法意識が欠けていることも事実です。誘いに乗ることのないようくれぐれも留意してください。

(4) 賭博行為

フィリピンでは、フィリピン娯楽賭博公社（PAGCOR）が運営する施設や公営競馬、公営闘鶏などを除き、賭博は禁止されています。私的賭博行為は処罰の対象となり、違法賭博の取締りに関する大統領令により、違法賭博に関する情報提供者には報償金が与えられるようです。違法賭博に関与した外国人は、身柄を拘束されるだけでなく、保釈されたとしても、その後の公判期間中は出国を停止され、有罪となれば、禁固刑を科されたり国外退去となったりする例もありますので、私的賭博に関わらないよう十分注意してください。

(5) 喫煙・飲酒場所

フィリピンでは、全土において、指定された場所以外での喫煙（電子たばこ含む）・飲酒を禁じる大統領令が施行されており、警察官や自治体の係員等が厳格な取締り活動を行っています。歩行喫煙・飲酒や吸い殻のポイ捨て等を見とがめられると、通報を受け、初犯でも罰金が科されます。常にモラルある行動を心がけましょう。

(6) ぼったくりについて

フィリピンでは、相手が外国人と分かると法外な料金を請求するような業者は商店や飲食店に限らず、弁護士や葬儀社等、多岐にわたりますので、十分な注意が必要です。

ただし近年フィリピンの物価・人件費等は上昇傾向にあり、高額だからと言って「ぼったくり」とは限りません。事前によく確認するとともに、見積書や請求書、領収書等で内訳を確認し、絶対に感情的にならず、不明な点があれば細かく店員に尋ねるなど、冷静な判断、対応に努めることも必要です。

(7) 特殊詐欺

近年、フィリピンを含む東南アジアを中心に、特殊詐欺事件における「かけ子」や「受け子」として犯罪に加担させられた結果、現地警察に拘束される事案が数多く発生しています。「海外で短期間に高収入」、「簡単な翻訳作業」といった、いわゆる闇バイトの謳い文句に誘われ、「海外旅行して手頃に小遣い稼ぎができる」といった安易な気持ちで渡航した結果、意図せず詐欺犯罪の

加害者になってしまうケースがあります。こうしたいわゆる闇バイトに一度加担してしまうと、「やめたい」と思っても、パスポートを取り上げられて軟禁状態となり、また、自分自身や家族等の個人情報をもとに脅迫され、抜け出すことができないばかりか、組織内でのトラブルにより、暴行を受け重傷を負うなどのおそれがあります。短期間で多額の報酬が安易に得られるような仕事は、海外でもありえないことを十分認識し、こうした求人に絶対に応募することがないよう慎重に行動してください。

Ⅲ 自然災害

フィリピンでは、台風、地震、火山活動等による自然災害の発生も少なくなく、ビサヤ地方も例外ではありません。甚大な自然災害が発生した場合は、航空機や船などの交通機関がストップしたり、また電話やインターネットが不通となるなど、外部との連絡が寸断され、さらには物資の供給が十分に及ばなくなった例もあります。緊急備蓄品（食料や飲料水（10日～2週間分程度）、懐中電灯、ライター、ろうそく、携帯ラジオ、予備の電池、医薬品、マスク等）を準備しておくとともに、日頃からテレビ、ラジオ、インターネット等で常に最新の情報を入手する等、自然災害に対する警戒を怠らないようにしてください。また、滞在先で災害が発生した場合、まずは自らの身の安全を確保し、その上で可能な限り速やかに滞在地を管轄する在フィリピン日本国大使館、在セブ総領事館、または在ダバオ総領事館に連絡するようにしてください。

1. 台風

フィリピンには、毎年台風が上陸し、ビサヤ地域も被害を受けています。2013年11月には、上陸した台風としては観測史上最大級の猛烈な台風30号（フィリピン名：ヨランダ）が東部ビサヤ地方に上陸し、死者・行方不明者約8千人、負傷者約2万9千人を出すなど甚大な被害をもたらしました。2021年12月には、台風22号（フィリピン名：オデット）がビサヤ地方を横断し、ビサヤ全域で電気・水道・通信のインフラに大きな被害をもたらしました。台風シーズン（8月～12月頃）にフィリピンを訪問する場合には、日本やフィリピンの気象庁等関係当局から台風の進路を含む最新の情報を入手するよう努めてください。また、この時季に限らず、大雨、集中豪雨により、道路の冠水、洪水や土砂崩れ等の被害が発生することもありますので留意してください。

2. 地震

地震もフィリピン国内の広い地域で比較的頻繁に発生しており、2013年10月にはビサヤ地域ボホール島を震源とするマグニチュード7.2の地震が発生し、死者・行方不明者230人、負傷者約1千人を出すなど大きな被害をもたらしました。2023年11月には、ミンダナオ地方南東部でマグニチュード6.8の地震が、2023年12月にはミンダナオ地方北東部で、津波を伴うマグニチュード7.4の地震が発生しています。地震発生の際には、まず頭部を守り、避難路を確保し、一旦揺れが収まったら火の元を確認し、余震・本震に備えてください。また、直後は、津波の浸水や、土砂崩れの危険があるため、その地域にお住まい又は滞在中の方は、速やかに安全な場所に避難してください。

3. 火山活動

マニラ首都圏から北西約100kmにあるピナトゥオ火山が1991年に20世紀最大級と言われる大噴火を起こし（火砕流等によって死者数百名）、2013～14年にルソン島南東部・アルバイ州にあるマヨン火山が噴火して延べ6万5千人以上が避難しました。2020年1月には、ルソン島南部バタングラス州のタール山で火山活動が活発化し噴火したことから、当局は警戒レベル4（危険な噴火が差し迫った状態）に引き上げ、山頂から半径14kmの立入り禁止に加え、危険地域に居住する20万人を超える住民を退避させました。ビサヤ地方については、2024年6月にネグロス島北部にあるカンラオン火山が噴火し、レベル2の噴火警戒レベルが発令され、半径4km以内の立ち入りが制限されていますので注意と警戒が必要です。

2024年6月現在の主な火山の噴火警戒レベルは次のとおりです。

【レベル2（中レベルの火山不安定性）】

- ・カンラオン火山（ビサヤ地方ネグロス島北部）

【レベル1（低レベルの火山不安定性）】

- ・タール火山（ルソン島南部、バタンガス州）
- ・ブルサン火山（ルソン島南東部・ソルソゴン州）
- ・マヨン火山（ルソン島南東部・ビコル州）

【レベル0（正常）】

- ・ピナトゥボ火山（ルソン島南部・パンパンガ州、タルラック州、サンバレス州の境界）

●台風、地震、火山等の最新情報については、下記の URL を併せ御参照ください。

日本気象庁（台風情報） : <https://www.jma.go.jp/jp/typh/>

フィリピン気象庁(PAGASA) : <https://bagong.pagasa.dost.gov.ph/>

フィリピン地震火山研究所 : <https://www.phivolcs.dost.gov.ph/>

フィリピン国家災害リスク削減管理委員会 : <https://ndrrmc.gov.ph/>

IV テロ

(1) フィリピンでは、イスラム過激派組織であるアブ・サヤフ・グループ (ASG)、ダウラ・イスラミヤ (DI)、バンサモロ自由戦士 (BIFF) のほか、共産党傘下の武装組織である新人民軍 (NPA) 等の過激派組織が活動しています。

(2) ミンダナオ地方では、1960年代に独立運動や自治権獲得運動を展開したモロ民族解放戦線 (MNLF) や、そこから分離したモロ・イスラム解放戦線 (MILF) は、当初武装闘争路線を取っていましたが、その後、フィリピン政府との和平路線に転じました。1996年にはフィリピン政府と MNLF は最終和平合意に達し、また、フィリピン政府と MILF の対話の結果、2018年にバンサモロ基本法が成立し、イスラム教徒の多い地域における住民投票を経て、2019年にバンサモロ暫定自治政府 (BTA) が発足しました。今後、2025年の選挙を経てバンサモロ自治政府が発足する予定です。

しかし、ミンダナオ地方の中部・西部にはアブ・サヤフ・グループ (ASG)、ダウラ・イスラミヤ (DI) 及びバンサモロ自由戦士 (BIFF) というイスラム過激派グループが存在しています。国軍はこれらイスラム過激派に対する掃討作戦を実施していますが、これらのイスラム過激派はテロ活動を行っています。共産勢力 (新人民軍 (NPA)) は、全国各地に拠点となる支配地域 (ゲリラ・フロント) を設置し、革命税を徴収するとの名目で民間企業や富裕層に対する恐喝を行ってきました。しかし、国軍が各地で掃討作戦を実施してきた結果、マルコス大統領は、2022年6月にはサンボアンガ半島、同年10月にはダバオ地域 (ダバオ市と周辺5州) における NPA の解体を宣言しました。

(3) また、ミンダナオ地方では、2016年9月にダバオ市で発生した爆弾テロ事件を受けて国家非常事態宣言 (全土が対象) が、2017年5月に発生した南ラナオ州マラウィ市におけるイスラム過激派の市街地占拠事件を受けて戒厳令 (ミンダナオ地方対象) が、それぞれ発令されました。しかし、2017年10月、マラウィ市周辺地域で続いていた治安部隊との衝突の終結を受け、2019年12月、戒厳令は解除されました。また、国家非常事態宣言についても、ミンダナオ地方の治安状況が大幅に改善されたとして、2023年7月に解除されました。

(4) ミンダナオ地方の危険レベルの高い地域とビサヤ地方の状況は異なりますが、フィリピン全土においてテロ事件や誘拐事件に巻き込まれないように注意する必要があります

V 緊急事態発生に対する心構え

前述のとおり、フィリピンは、地震、台風、火山等、大規模自然災害の脅威にもさらされています。たとえば台風がひとたび上陸すれば、交通機関は麻痺し、家屋の浸水、道路の冠水、高潮、土砂崩れ等多くの被害が発生します。火山では噴煙による健康被害や雨による泥流（土石流）被害、地震では火災等、二次災害の発生にも嚴重な注意が必要です。我々の生活を脅かすこのような緊急事態が、いつ、どこで、どのような形で発生するかを的確に予測することは困難ですが、平時から緊急事態に備えた心構えを持ち、御家族、職場で話し合い、関係各所の緊急連絡先を家族、所属先企業、組織・団体間で共有しながら、連絡体制を確認したり、行動要領を検討したりすることが非常に重要です。以下は、そのような不測の緊急事態において、我々自身が迅速かつ適切な行動をとるために必要な心構えや準備しておくべき事柄をとりまとめたものです。御参考として、一度、御家族や関係者と御検討いただきますようお願いいたします。

1. 平素からの準備・心構え

(1) 連絡体制の整備

緊急事態発生時に安全を確保し、安否を確認する上で、連絡が確実かつ迅速に行われることが非常に大切です。次の諸点に御留意ください。

ア 「在留届」の提出、「たびレジ」の登録

在外公館として、邦人が当地に長期に在留していることを把握し、安否確認含めて連絡を行う場合の基礎となるのが「在留届」です。フィリピンに3か月以上滞在される場合は、必ず「在留届」を提出してください。（転居等に伴う住所、電話番号、携帯電話番号、メールアドレス等に変更があった場合には、変更事項を忘れずに大使館・総領事館までお知らせください。）また、御旅行、御出張等でフィリピン又はフィリピン以外の国に渡航される際は、万一来に備え、事前に必ず、「たびレジ」の登録を行うように心がけましょう。併せて、家族や友人、職場等に日程や渡航先での連絡先を伝えておくようにしてください。2013年の台風30号では、日本の親族から多くの安否照会がありました。当時はたびレジもなく、在留届を提出していなかった方も少なからずおられたため、御親族も大変に心配され、また安否確認作業にも大きな支障を生じました。あらためて在留届の提出（併せ帰国・転出の届出や登録事項変更の届出）、たびレジの登録を励行願います。）

イ 緊急時の連絡先・方法の整備

(ア) 親族間、企業を含む所属組織・団体間の連絡については、日頃から連絡先を把握できるようにしておき、緊急時の連絡が確実に行われるよう整備するとともに、年1回は、緊急連絡網による訓練をするようにしてください。

(イ) 組織・団体に所属していない場合でも、近くに住んでいる方や知人・友人等と日頃のお付き合いを通じて、緊急事態が発生した際の連絡先を交換し合っておくことが大切です。

(2) 保険加入のおすすめ

フィリピン国内で思いがけない病気にかかったり、事件・事故に巻き込まれ、入院・治療を受けたものの保険に加入してなかったために、莫大な治療費の支払いに苦しむことが散見されます。海外に渡航・滞在する際は、万一の場合に備え、十分な保険金額の保険に加入することを強くおすすめします。なお、サービスの内容は保険会社により異なりますので、保険会社にお問い合わせください。

(3) 緊急事態における携行品、非常用物資の準備

(準備しておくべき備蓄品等については、末尾の「Ⅶ 参考」の2. チェックリストを御活用くだ

さい。)

ア パスポート、現金（ペソ貨（できるだけ少額な額面のもの）、外貨（米ドル、日本円等）、クレジットカード等、最小限必要なものは、直ぐ持ち出せるよう用意しておくことが大切です。

イ 情勢の推移によっては、一定期間自宅、状況によっては職場での待機が必要となる場合も想定されますので、飲料水、非常用食料、医薬品、燃料等を家族（職場においては職員）分 10 日程度準備しておくようにしてください。

ウ 普段、車両で移動することが多い方は、御自身の居住地や勤務先がどこに位置するかあまり気にかけていないのではないかと思います。一方、緊急事態発生地点と現在地（自宅、職場）の位置関係、避難場所、避難経路等を検討しておく上で地図はとても大切です。徒歩での移動に備えて、折りたためる地図を一つ用意しておかれるとよいでしょう。

（４）避難経路・場所の確認

自宅、勤務先における避難経路や家族の避難場所、また通勤途上における一時避難場所等をあらかじめ確認・検討するようにしてください。（どこにいても、常に、非常口や階段等の場所又は避難場所等を確認する癖をつけるようにしましょう。ただし、避難の際には、緊急事態の形態に応じ、たとえば余震、火災の発生、また非常口に殺到する人々による将棋倒しの発生等を想定し、タイミングや経路を、落ち着いて見極める必要があります。）

（５）情報収集

大使館・総領事館では、各種の安全対策情報を、主に下記アの方法をもって情報発信しますが、皆様におかれても、下記イなどを通じ、御自身による情報収集努力をお願いします。

ア 日本の外務省、大使館・総領事館からの情報発信

●外務省・大使館・総領事館による情報発信（通称：領事メール）

緊急事態発生時に在留届及びたびレジに登録のあったメールアドレスに自動的に送信されます。

●在外公館HP

在フィリピン日本国大使館：https://www.ph.emb-japan.go.jp/itprtop_ja/index.html

在セブ日本国総領事館：https://www.cebu.ph.emb-japan.go.jp/itprtop_ja/index.html

在ダバオ日本国総領事館：https://www.davao.ph.emb-japan.go.jp/itprtop_ja/index.html

●外務省海外安全HP：<https://www.anzen.mofa.go.jp>

○NHKワールド日本語放送（2024年4月現在）

※1 日本語放送の放送時間は次のとおりです。

放送時間 (UTC)	周波数
02:00-05:00	17810kHz
07:00-10:00	15280kHz
10:00-14:00	11815kHz
15:00-16:00	11815kHz
16:00-17:00	9650kHz
21:00-23:00	11965kHz

※2 インターネットによるNHKの海外向け日本語サービスは、次をご参照ください。

<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/>

イ フィリピン関係機関による情報発信

●フィリピン国家災害リスク削減管理委員会：<https://ndrrmc.gov.ph/>

●フィリピン気象庁：<https://bagong.pagasa.dost.gov.ph/>

●フィリピン火山地震研究所：<https://www.phivolcs.dost.gov.ph/>

（６）通信回線不通時の連絡体制の整備・検討

2013年及び2021年の台風被害では、台風の中心が通過した地域の通信網が完全に破壊され、同地

域では、しばらくの間、まったく連絡できない状況が続きました。こうした場合の対応や代替連絡手段をあらかじめ想定しておくことも重要です。(可能であれば、衛星電話、長距離無線機の購入・整備等も御検討ください。) また、緊急連絡先は、携帯電話への登録とは別に、メモの保管を心がけるようにしてください。

2. 緊急事態発生時の対応と留意事項

(1) 初動

緊急事態が発生した場合には、現在の居場所(自宅、勤務先、外出先等)が安全かどうか、避難すべきかどうか、またどこに避難すべきか等については、皆様御自身で落ち着いて御判断をいただかなければなりません。いかなる場合であってもパニックに陥らぬよう心がけましょう。また、警察官や自治体職員等当局者から指示がある場合、あるいは避難場所が指定されている場合は、必ずその指示等に従うようにしましょう。(繁華街や混み合うビル、劇場などでは、我先に出口に殺到する群衆が死傷者を増やすことを肝に銘じ、まず自分、と言う気持ちをもって、周囲のヒトに声をかけ、落ち着いて避難のタイミングや経路を見極めることが肝要です。) 常に周囲の状況に注意を払い、インターネット、テレビ、ラジオ等を通じて被害状況、被災地域等の情報を収集し、危険な場所には絶対に近づかないようにしてください。(地震の際は、まず頭部を守り、避難路を確保し、揺れが収まってから火の元をチェックし、余震・本震に備えてください。)

(2) 安否確認(関係者や大使館・総領事館への連絡)

事態を認知し、少しでも状況が把握できたら(地震の場合は、断続した大きな揺れが収まったら)、まず落ち着いて自分と家族の安否を確認し、通信可能であれば、現状を速やかに関係者(関係者がいない場合は大使館・総領事館)に伝達するようにしましょう。大使館・総領事館では邦人全員の安否確認を行いつつ、必要な情報提供を行いますので、団体・企業の場合は、できる限り団体・企業ごとに代表者を決めて連携をとるよう心がけてください。大使館・総領事館は、緊急事態の状況に応じて、避難が必要と判断した場合には、緊急避難をお願いすることがあります。

(3) 退避

深刻な緊急事態が発生したことにより、治安や生活環境が極度に悪化し、一時的な避難や国外を含めた退避を検討しなければならなくなる事態がないとは言いきれません。しかしながら、まずは、緊急事態の形態、事態の推移等を見極めながら、自宅・職場・外出先等での待機、一時退避、国外退避の必要性を判断することになります。

ア 自発的な退避の場合の留意点

(ア) 事態が悪化し、自己又は派遣先の会社等の判断に基づき、自発的に帰国又は第三国へ退避する場合は、その決定及び帰国(退避)者全員の氏名を大使館・総領事館に通報するようお願いいたします。

(イ) 大使館・総領事館では、安否が確認されない邦人については、安否確認の作業を継続しますので、御一報頂けますと助かります。一方、退避時には連絡する余裕もないと考えられます。その場合は退避後で差し支えありませんので、在セブ総領事館(電話: +63-32-231-7321/7322)、在フィリピン日本国大使館(電話: +63-2-8551-5710(大使館代表)又は+63-2-8551-5786(邦人保護ホットライン))又は日本の外務省(領事局海外邦人安全課: +81-3(東京03)-3580-3311(外務省代表))に忘れずに通報するようお願いいたします。

イ 大使館・総領事館が退避勧告等に関するメッセージを発出した場合の留意点

(ア) 大使館・総領事館が「退避の勧告」や「退避の可能性の検討や準備を促すメッセージ」を発出した場合、一般商用機が運航している間は、それを利用して可能な限り早急に国外に退避するようお願いいたします。

(イ) 一方、臨時便を含む一般商用機の運行が停止した場合、あるいは満席で座席の留保が困難な場合には、日本政府として、チャーター商用機（航空機）、または状況によって海上のルートを利用して退避を検討することがあります。（※ チャーター商用機（航空機）の利用には、本邦ないし退避先までの片道エコノミー料金を搭乗者御自身にお支払いいただくこととなります。）

ウ 大使館・総領事館が緊急避難先へ避難（集結）のメッセージを発出した場合の留意点

(ア) 事態が切迫し、大使館・総領事館から退避又は避難のための集結について指示があった場合には、緊急時避難先に集結していただくこととなります。（※ 緊急時避難先は、その都度、状況に応じて決定します。）

(イ) 退避先では、状況の推移を見ながら、しばらくの間、同退避先で待機する事態も想定されますので、末尾のチェックリストを参考にして非常用物資を御持参ください。（御自身や御家族の生命、身体の安全を第一に考え、携行荷物は必要最小限にするようお願いいたします。）

VI 健康と病気

「世界の医療事情」(<https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/asia/phili.html>) において、フィリピン国内の衛生・医療事情等を案内していますので、渡航前には必ず確認してください。

1. 気候と健康

フィリピンは熱帯性モンスーン気候であり、年間を通して高温・多湿で、疲れがたまりがちです。また都市部では、大気汚染や室内の強い冷房等により、呼吸器感染症（上気道炎（いわゆる風邪）、咽頭炎、気管支炎等）を繰り返す例もみられます。日頃から無理をすることなく、十分な休養と睡眠を取ることが大切です。無理のない日程を立て、体調が優れないと感じたときは、身体に負担のかかる行動を控える等、日頃から心身の健康・体調管理を心がけてください。

2. 水と食事

水道水は、水道管や貯水タンクの汚れ、汚物の混入等により、大腸菌等に汚染されている可能性がありますので、飲用・製氷には市販のミネラル・ウォーターの利用をお勧めします。食品は、よく加熱し、調理後早めに食べるよう、また、生野菜や刺身等は衛生状態に信頼のおける店以外では食べないよう心がけてください。なお、市中の高級レストランでの飲食は概ね問題はありませんが、大衆食堂や屋台等では食材や食器類等の衛生管理が不十分なため、食中毒にかかる可能性が高く、注意が必要です。

3. 注意を要する病気

(1) 経口感染症（食中毒）

全土で季節に関係なく発生しています。特に、腸チフス、細菌性及びアメーバ赤痢、A型肝炎等が広範に発生していますので、飲料水や食品（特に生野菜・果物類、魚介類等）の管理・調理・摂取には、十分な注意が必要です。下痢が2～3日で止まらない場合には検査・治療が必要です。医療機関の受診をお勧めします。なお、フィリピンでは公衆トイレの衛生状態は悪く、一般的にトイレ後の手洗い等はあまり習慣化されていないので、市販の消毒用ハンドジェルなどを常に携帯することをお勧めします。

(2) デング熱

デング熱は、年間を通じてフィリピン全土で発生しています。デング熱は病原ウイルスを持ったネッタイシマカ、またはヒトスジシマカ等に刺されることによって感染し、蚊に刺されないことが予防策となります。長袖・長ズボンなどの着用により肌の露出を少なくし、昆虫忌避剤（虫除けスプレー等）を使用する等十分な防虫対策を行うことが肝心です。感染すると、通常は激しい頭痛、眼球深部の痛み、関節痛や筋肉痛、発疹等が現れ、発熱が5日間ほど続きます。重症化すると、まれに死亡率が高いデング出血熱やデングショック症候群を発症することもありますので、感染が疑われる場合は、速やかに医療機関で受診するようにしてください。

（参考）感染症広域情報：アジア・大洋州におけるデング熱の流行
https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pcwideareaspecificinfo_2017C013.html

(3) マラリア

パラワン島、カガヤン峡谷、ミンドロ島、スールー諸島及びミンダナオ島の一部の地域において

感染例が認められています。デング熱同様、蚊に刺されないことで予防できますので十分な防虫対策を行ってください。これらの地域（特にパラワン島）に2週間以上滞在する場合は、抗マラリア薬の予防内服が有効とされますので、事前に専門医に相談してください。

（４）住血吸虫症

住血吸虫の幼虫が含まれる水に触れることによって感染します。国土の10分の1が流行地域と言われており、池、湖沼、河川等淡水での作業・水遊び等は住血吸虫症感染の危険があります。小川、水田、道路の側溝等で作業等を行う必要がある場合は、長靴や防水服を着用する等、十分な防水（防虫）対策を講じるようにしてください。また、水遊びや遊泳は、海または適切に塩素が加えられたプールをお勧めします。

（５）ジカウイルス感染症（ジカ熱）

ジカウイルスを持ったネッタイシマカやヒトスジシマカに刺されることで感染するほか、母胎から胎児への感染、輸血や性交渉による感染リスクも指摘されています。感染しても無症状（不顕性感染）や軽症で感染に気づきにくいこともあります。妊娠中に感染すると胎児に小頭症等の先天性障害を来すことがあることから、妊娠中または妊娠が見込まれる方は、流行地域への渡航を可能な限り控えるなど、十分な注意が必要です。

（参考）感染症広域情報：ジカウイルス感染症に関する注意喚起

https://www.anzen.mofa.go.jp/info/pcwideareaspecificinfo_2018C043.html

（６）HIV感染・エイズ、性感染症

フィリピンでは1984年以来11万人以上の感染者が報告されています。近年、フィリピンではHIV感染者数が増加傾向にあり、保健省は、毎日およそ49人（2013年は13人程度）の新規感染者が報告されているとして、公衆衛生上の危機と表明しています。正しい知識を持つとともに、節度ある行動を心がけてください。

4. 新型コロナウイルス

2020年3月以降、フィリピンでも猛威を振るっていたCOVID-19は、2024年6月現在、新規感染者、死者数は社会的に大きな問題とはなっておらず、従来通りの生活に戻っています。一方で入国時にPhilippines Travel Information System (eTravel)の入力・提示が求められるなど、多少の影響は残っているため、常に最新の情報を得る必要があります。また、現在フィリピンでは新型コロナウイルスに関連した行動規制はありませんが、発熱などの体調不良時には宿舎で静養する、病院で診察を受けるなど、ご自身の健康に配慮した無理のない行動を心がけてください。なお、新型コロナウイルス感染症に限らず、様々な感染症の予防には、手洗い、うがいや換気といった基本的な対策が有効ですので、ご留意ください。

VII 参考

1. 緊急時の連絡先 (国番号 : 63)

(1) フィリピン国内 (マニラ首都圏、セブ都市圏、ダバオ圏等) 共通

● 警察・消防・救急 (National Emergency Hotline) : 911

● 診療救急 (フィリピン赤十字) : 143

(2) セブ都市圏

ア 警察署

(ア) セブ市 : 166

(イ) マンダウエ市 : 032-420-2279

(ウ) ラプラプ市 : 032-505-9356 又は 032-495-5593

イ 救急車 : 161 (メトロ・セブ圏全般)

ウ 消防 : 160 (メトロ・セブ圏全般)

(ア) セブ市 : 032-256-0541

(イ) マンダウエ市 : 032-344-4747

(ウ) ラプラプ市 : 032-340-0252

エ 病院

(ア) Chong Hua Hospital Cebu City (救急外来あり)

所在地 : Don Mariano Cui St., Fuente Osmena, Cebu City

電話 : 032-255-8000

ホームページ : <https://www.chonghua.com.ph>

(イ) Cebu Doctors' University Hospital (救急外来あり)

所在地 : Osmena Boulevard, Cebu City

電話 : 032-255-5555 / 032-253-7511

ホームページ : <https://cebudocgroup.com.ph>

(ウ) Chong Hua Hospital Mandaue City (救急外来あり)

所在地 : Mantawi International Drive, Subangdaku, Mandaue City

電話 : 032-233-8000

ホームページ : <https://www.chonghua.com.ph>

(エ) University of Cebu Medical Center (救急外来あり)

所在地 : Ouano Ave., Subangdaku, Mandaue City

電話 : 032-517-0888

ホームページ : <https://ucmed.ph/>

(オ) Maayo Well Cebu

所在地 : U.N. Avenue Corner DM Cortes Street, Mandaue City

電話 : 032-888-2662 / 0998-962-1234

ホームページ : <https://thehospitalatmaayo.com/>

(カ) Mactan Doctors Hospital (救急外来あり)

所在地 : Basak, Lapu-Lapu City

電話 : 032-239-7002 to 7016

ホームページ : <https://cebudocgroup.com.ph>

(キ) ARC Hospital (救急外来あり)

所在地：Barangay Agus, Lapu-Lapu City, Cebu

電話：032-260-9189

ホームページ：<https://www.archospitals.org/>

オ 在セブ日本国総領事館 (Consulate-General of Japan in Cebu)

住所：8th Floor、2Quad Building、Cardinal Rosales Avenue、Cebu Business Park、Cebu City、6000、Philippines

電話：032-231-7321、032-231-7322（代表）（※平日の午前8時30分-午後5時15分。ただし、夜間、週末、祝祭日等の閉館時間も、邦人の人命に係わる緊急案件に関しては24時間体制で対応します。） e-mail：cebucoj@ce.mofa.go.jp

（3）マニラ首都圏

在フィリピン日本国大使館

住所：2627 Roxas Boulevard、Pasay City 1300、Metro Manila、Philippines

電話：02-8551-5710（代表）、02-8834-7508（領事班直通）、FAX：02-8551-5785（領事班専用） e-mail：ryoji@ma.mofa.go.jp

◎邦人援護ホットライン TEL:02-8551-5786（※平日の午前8時30分-午後5時15分。ただし、夜間、週末、祝祭日等の閉館時間も、邦人の人命に係わる緊急案件に関しては24時間体制で対応します。）

（4）ダバオ

在ダバオ日本国総領事館 (Consulate-General of Japan in Davao)

住所：4th Floor、B.I. Zone Building、J.P. Laurel Avenue、Bajada、Davao City 8000、Philippines

電話：082-221-3100、082-221-3200（代表）、FAX：082-221-2176（※平日の午前8時30分-午後5時15分。ただし、夜間、週末、祝祭日等の閉館時間も緊急案件に関しては、大使館と同様に24時間対応します。） e-mail：cojd2@dv.mofa.go.jp

2. 緊急事態に備えてのチェックリスト

（1）パスポート

- 6か月以上の残存有効期間があること
- 最終ページの「緊急連絡先」に必要事項を記入してあること

（2）現金及び貴重品（貴金属、預金通帳、クレジットカード等）

- 家族全員が10日程度生活するのに必要なペソ貨（自然災害等により、停電または通信に影響が発生した場合、電子マネー、クレジットカードが使用できなくなる可能性があります。なお、現金の流通不足により、高額紙幣の使用を断られる場合もあるため、少額紙幣も準備しておくことをおすすめします）
- 外貨（米ドル、日本円等）

（3）自動車

- 常時整備しておく
- 十分な燃料の確保
- 懐中電灯、地図、ティッシュペーパー、レジャーシート等
- 自動車を所有していない方は、近くに住む自動車を持つ方と平素から連絡を取り、必要な場合、同乗できるように相談しておく

(4) その他携行品

- 感染症予防対策（マスク、フェイスシールド、アルコール等消毒液、ウェットティッシュ等）
- 携帯電話及び充電器（モバイルバッテリーがあるとなおよい。）
- パソコン（避難した場合には、避難先で電源が確保されない、電力が安定的に継続して供給されないことが十分想定されることをあらかじめ御留意ください。）
- 衣類、着替え（長袖、長ズボンが望ましい。動きやすく、殊更人目を引くような華美なものではないもの。麻、綿等吸収性、耐暑性に富む素材が望ましい。）
- 履物（動きやすく靴底の厚い頑丈なもの。運動靴が望ましい。）
- 洗面用具（タオル、歯磨きセット、石鹸等）
- 非常用食糧等（家族が当分の間（2週間程度）、自宅待機する場合を想定して、米、調味料、缶詰類（及び缶切り）、インスタント食品、粉ミルク等の保存食及びミネラル・ウォーター等。自宅から他の場所へ避難する際には、この中から缶詰類、インスタント食品、粉ミルク、ミネラル・ウォーター、大型の水筒等を携行するようにしてください。）
- 医薬品、生理用品等（医薬品は、家族用常備薬の他、外傷薬、衛生綿、包帯、絆創膏、手指消毒液等）
- その他（ラジオ、電池類、安全ピン、万能ナイフ、懐中電灯（ヘッド・ランプ）、ライター（ターボ・ライター）、マッチ、ろうそく、ナイフ、缶切り、紙製の食器、割り箸、食品用ラッピング・フィルム、ビニール袋、トイレット・ペーパー、布製ガムテープ、固形燃料、簡単な炊事用具、防災頭巾（頭をカバーできるもの）、緊急連絡先リスト（住所、電話番号）、市販されている居住地の地図等）

以上