

安全の手引き

令和5年1月
在ラトビア日本国大使館

I. はじめに

ラトビアは人口約190万人、バルト海に面し、日本のおよそ6分の1の国土をもつ国です。1991年にソ連邦から独立を回復し、2004年3月にNATO、同年5月にEUに加盟しました。さらに、2016年7月には、OECDに加盟しました。

首都リガの旧市街はユネスコの世界遺産に指定されており、歴史的建物が多く残る町並みが美しく、特に、夏（6月～8月）の観光シーズンには多くの外国人旅行者が訪れます。

以下の各項目では、当国の一般治安状況並びに安全の心構えなどについて案内しています。皆様の当国での滞在をより安全なものとするために、参考としていただければ幸いです。

II. ラトビアの治安・犯罪発生状況

ラトビアはヨーロッパの国の中でも比較的安全であるとされており、現在治安上の大きな問題は見受けられません。国内の犯罪発生件数も年々減少しております。他方、強姦事件は増加をしているほか、人口10万人あたりの殺人事件発生件数は4.9（2020年）人となっており、ヨーロッパの国の中で最も高い件数となっています（なお、日本は0.3です（2018年））。

また、ヨーロッパの他の国・都市ではテロ事件が発生していますので、不測の事態に巻き込まれないよう注意する必要があります。

<ラトビアの犯罪発生件数および内訳>

	2019年	2020年	2021年
総数	39,906	38,767	32,820
殺人	75	78	60
傷害	158	149	133
強姦	85	107	88
窃盗	17,578	17,194	10,998
(家宅侵入)	1,252	1,036	647
強盗	493	435	257
フーリガン犯罪	119	109	83

(出所：ラトビア中央統計局)

Ⅲ. 防犯の手引き

1. 防犯の基本的な心構え

防犯及び安全対策の基本は、常に「自分の身は自分で守る」という心構えと、自分自身で海外安全情報や報道等により、国内情勢あるいは治安情報を入手するよう努めることです。

ラトビア国内ではヨーロッパの他の国と同様に、財産犯罪であるスリ及び置き引き等の犯罪が発生しており、日本人を含む外国人も被害に遭っています。リガ市内には80人に上るスリが存在し、観光客を主な標的としているとの新聞報道もあります。ちょっとした気の緩みが被害に遭う危険性を高めますので、高価な物を周囲から見えるところに身につけるなど周囲の目を引くような格好や行動は慎み、身の回りに常に注意しておくことが肝心です。

2. 防犯のための具体的注意事項

(1) 住居

住宅の選定には様々な条件がありますが、防犯上の観点から、より好ましいと思われる選定条件をご紹介します。これらの諸条件を参考に、検討されることをお勧めします。

- (イ) 建物の1, 2階部分はできるだけ避ける。
- (ロ) 窓やベランダ近くに木立や電柱など、侵入の足場として利用できる物がある部屋は避ける。
- (ハ) 居住者以外の者が自由に出入りできないよう、建物の入り口に、しっかりした施錠設備、または暗号式解錠装置が設置されている住宅を選ぶ。
- (ニ) 玄関ドアにチェーンロックがある。
- (ホ) 玄関ドアに覗き窓やインターフォンがある。
- (ヘ) ドアや窓の鍵が二重鍵となっている。
- (ト) 共用部に監視カメラが設置されている。

その他、知人との連絡体制や近所との協力関係を確立することに努め、知らない人が訪ねてきたときは安易にドアを開けない、などに心掛けることも重要です。

(2) 外出時

- (イ) 一般に治安が悪いといわれる地域は、中央市場やその裏手、中央駅、近隣諸国とリガ間の長距離バスが発着するバスターミナル周辺です。また、中央駅やバスターミナルと旧市街の間に位置する大通りを渡るための地下道では、スリが多発していますので、知らない人から声を掛けられても相手にしないよう、

特に気を付けて下さい。

- (ロ) 人混みの中に入るときや、上記地下道では、持ち物に注意を払って下さい。
2019年の一年間で、上記地下道で邦人がスリ被害（未遂含む）にあったという報告が4件、2020年にスリ被害未遂の報告が1件、2022年にリガ市内での現金と携帯電話の盗難被害の報告が1件ありました。
- (ハ) リュックサックなど体の後にある鞆は、背後からナイフで切り裂かれたり、ジッパーを開けられて中の物を盗られたりすることがあります。また、小型のバッグや、ジッパーや紐でしっかり閉めることができないようなタイプの鞆は、容易に中に手を入れられ、中の物を盗られる可能性がありますので、体の前に抱える等、注意が必要です。
- (ニ) リガ旧市街地は、ユネスコの世界遺産に登録されていることもあり、多数の観光客が訪れますが、他方で、人通りの少ない細い路地も多くあり、犯罪の被害に遭う危険性の高い死角となる可能性があります。また、レストランやバーなども多く、スリや置き引き等の被害が多く発生しています。加えて、酔っ払った若者や浮浪者がたむろしており、現金を強請ることがあります。旧市街やその周辺では、ヨーロッパからの観光客が、若い女性と一緒にお酒を飲もうと声を掛けられ、いわゆる「ぼったくりバー」に連れて行かれる被害も発生していますので、ご注意ください。
- (ホ) ラトビア国内旅行時等、ホテル側の安全管理に疑問がある場合には、貴重品を肌身離さず持ち歩く等、注意が必要です。例えば、リガ市内のユースホテルで、部屋に鞆を置いたまま外出している間に、鞆をこじ開けられ貴重品を盗られる被害が発生しています。
- (ヘ) バスや路面電車の中では、見知らぬ人から声をかけられ、話に気をとられている隙に所持品を盗られることがあります。見知らぬ人から声をかけられた際には、持ち物に十分注意を払って下さい。
- (ト) 国民的なスポーツであるアイスホッケーの試合も頻繁に行われます。時々、熱狂的な若者ファンが興奮状態となり、建物のガラス窓を割ったり器物を壊したりする事件も発生していますので、これらの集団には近づかないよう注意して下さい。
- (チ) 日本人を含めアジア系旅行者や住民は非常に少ないため、周囲の人に注目されやすいことを自覚し、行動には十分注意して下さい。
- (リ) 2017年6月から、ラトビアでは国内の政府機関の建物、空港及び発電所等の重要施設の撮影を禁止する政令が施行されました。「無断撮影禁止」の標示がある施設の撮影は、施設の所有者又は管理者等の許可なしで撮影することは禁止されていますので、十分注意して下さい。

3. 交通事情と事故対策

- (1) 一般的にラトビアの運転マナーは良いとは言えず、歩行者優先は徹底されていません。また、電動キックボードとの接触事故も多発しています。道路を横断する際は、必ず横断歩道の標識がある箇所を、左右をよく確認して渡るようにして下さい。飲酒運転など、挙動がおかしい車を見かけたら注意して下さい。ウインカーを出さずに左折・右折する車も多く見られます。ラトビアの道路は日本に比べて暗いことが多く、特に冬季には歩行者や自転車を自動車の運転手が視認しにくくなりますので、ライトの使用や反射材の着用をするようにして下さい。また路面が滑りやすく転倒して骨折等することもありますので注意が必要です。なお、交通事故に関する統計によると、ラトビアは、欧州の中で最も人身事故発生率の高い国の一つです。
- (2) 運転時に常時携行が必要な書類は、運転免許証（ラトビアの運転免許証への切り替えをしていない場合は、入国後1年以内に限り、日本の運転免許証及び当館が発行する運転免許証抜粋証明書を併せて携行することでも可）及び車両登録証です（保険加入証明書は携帯の義務はありませんが、持っているほうが望ましいです）。
- (3) 取り締まりの対象となる交通違反には、スピード違反、飲酒運転、走行中の携帯電話の使用、駐車違反、信号無視、シートベルト非着用等があります（一部道路にはスピードカメラが設置されています）。
- (4) 事故に遭った際には、現場で相手との交渉に応じることなく、車を動かさずに直ちに警察に連絡して下さい。一般的に、ラトビアの法令では、警察官の指示があるまで、交通事故が発生した状態をそのまま保存しておくこととなっています。
- (5) 駐車場付のアパートは数が少なく、路上駐車をするか、近くの駐車場を借りるのが一般的であり、車の盗難や車上荒らしが発生することがあります。そのため、車内の見える場所にカバンや荷物を置いたまま車を離れたりせず、車には必ずアラーム・システムを設置するようにして下さい。
- (6) 市内に車を駐車する場合、道路脇の指定された駐車スペースを利用するのが一般的です。パーキングメーターが設置されている場所では、駐車予定時間に相当する料金を事前に支払い、チケットをダッシュボードの見える場所に置いておく必要があります。有料駐車場では、監視員による巡回が頻繁に行われており、料金を支払っていない車には罰金が課せられます。
- (7) 最近、警察はスピード違反を取り締まるカメラを設置するなど、交通安全対策を積極的に行っており、また、スピード違反や飲酒運転などの交通違反の取

り締めや検問も頻繁に行われています。スピードの出し過ぎに注意し、日本同様「飲むなら乗るな、飲んだら乗るな」を徹底してください。

- (8) 当国では車を運転する際、シートベルトを着用し、年間を通じて日中でもヘッドライトを点灯することが義務付けられています。また150cm以下の子供へのチャイルドシートの装着も必須です。
- (9) 冬期は路面が凍結するため、12月1日から翌年3月1日までの間は冬タイヤ(スタッドレス、スパイクタイヤ等)の装着が義務付けられています。また、冬期は午後早くに日が暮れ、歩行者が見えにくくなることにも注意が必要です。
- (10) 近年、市内での自転車利用者が増加しており、車を運転する際は自転車にも注意が必要です。
- (11) ロシアやベラルーシとの国境を陸路で通過する場合は、国境審査の検問所のある道を利用する必要があります。万が一、検問所のない国境を通過してしまった場合は必ず検問所のある道まで引き返して下さい。国境付近は、鉄条網等が必ずしも張り巡らされているわけではなく、徒歩等にて森林地帯を通り抜けると越境してしまう危険性もあります。国境では厳しい取り締まりが行われており(特にロシアやベラルーシとの国境)、無用なトラブルを避けるためにも興味本位で国境付近に近づかないようにして下さい。

4. テロ・誘拐対策

ラトビアにおいては、国際的なテロ組織の活動は確認されておらず、テロの脅威は概して低いと見られています。

しかし、国内で、テロリストのプロパガンダに影響を受けて、イスラム教に改宗し、シリアやイラクの紛争地域、又は、テロリストの支配する地域に渡航するラトビア人が複数存在することが確認されています。新型コロナウイルスが拡大している状況においてもフランスやイギリス、オーストリア等近隣諸国ではテロとみられる事件が発生しており、また、ベラルーシ国境情勢が悪化していることから、テロ活動を目的とした人物がラトビアに入国する可能性は排除できないため、不測の事態に巻き込まれないよう注意が必要です。今後の国際情勢等の変化により状況が大きく変化する可能性もありますので、最新の情報の入手に努め、自分の身は自分で守るとの意識で、常に注意を怠らないようにして下さい。

また、誘拐については、2022年度は12件の事案(悪質な虚偽のいたずらを含む)が報告されており、注意が必要です。

5. 医療等

(1) 病院

ラトビアは1991年まではソビエト連邦に併合されていたため、医師の多

くはロシア語で教育を受けています。受診はラトビア語やロシア語のみとなることもあり、医師が英語を解しても看護師や受付などは、英語が通じないことも多いので、受診の際にラトビア語かロシア語の通訳を同伴されることをお勧めします。

救急病院を除いて土日休日は、受診できませんので、緊急の場合には、救急車を呼ぶ必要があります。

なお、薬局の営業時間は一般的に平日9時～18時、土曜10時～16時であり、日曜は閉まっています。なお、リガ市内には24時間営業の薬局もあります。薬は医師の処方箋により購入しますが、薬の種類によっては医師の処方箋がなくても購入できるものもあります。

リガ市内には以下のような病院、診療所がありますが、いずれも受診の際には予約が必要です。

○Dr. Livija Gaune（個人診療所）（英語可）

住所：Elizabetes iela 2a (WTC 内) 電話：67321980, 29139115

メール：drcaune2@latnet.lv

ホームページ：<https://www.drcaune.lv/>

○Diplomatic Service Medical Centre（医療センター）（英語可）

住所：Baznīcas iela 18 電話：67229942, 26525711

メール：info@dsmc.lv

ホームページ：<https://dsmc.lv/>

○ARS Medical Center（医療センター）（一部英語可）

住所：Skolas iela 5 電話：67201006, 67061007, 67201008

メール：ars@ars-med.lv

ホームページ：<https://arsmed.lv/en/>

○Premium Medical Clinic（クリニック）（英語可）※小児科受診可

住所：13.janvara iela 3, 2F, Centra rajons 電話：66011160, 24881111

メール：info@premiummedical.lv

ホームページ：<https://premiummedical.lv/en/>

○VC4 Capital Clinic Riga（クリニック・小児科）

住所：Duntes iela 15 a, 4F 電話：66 333 333

メール：vc4@vc4.lv

ホームページ：<https://vc4.lv/en>

○Riga Maternity Hospital（産婦人科）（英語可）

住所：Miera iela 45 電話：67011225

ホームページ：<https://www.rdn.lv/en/>

○Dr. Kalašnikova（婦人科）

住所：Brīvības iela 84-9 電話：67 298 575, 29 233 630

メール：NKPRAKSE@NKP.LV

ホームページ：<http://nkp.lv/en/>

○Dr. Butkevicas Zobarstniecības（歯科）（英語可）

住所：Dzirnavu iela 45 電話：67242470, 22007796

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

○adenta (歯科) (英語可)

住所 : Ganību dambis 4 電話 : 67339300

メール : adenta@adenta.lv

ホームページ : <https://adenta.lv/en/>

○Dentarium (歯科) (英語可)

住所 : Nitaures iela 3 電話 : 20252505

メール : info@dentarium.lv

ホームページ : <https://dentarium.lv/>

○Swiss Dental Experts (歯科) (英語可)

住所 : Dzirnāvu iela 92/2-16 電話 67 282 961

メール : info@swissdentalexperts.lv

ホームページ : <https://www.swissdentalexperts.lv/>

○SIROWA Rīga (歯科) (英語可)

住所 : Katrinas Dambis 16 電話 67 098 290

ホームページ : <https://www.sirowaclinic.com/en/>

○リガ第一病院 Rīgas 1. slimnīca (総合病院) (一部英語可)

住所 : Bruņinieku 5 電話 : 67366323

ホームページ : <https://www.1slimnica.lv/en>

○Pauls Stradins Clinical University Hospital (大学病院) (一部英語可)

住所 : Pilsonu iela 13

電話 : 67209280, 緊急医療センター : 67069600, 67069770

メール : info@stradini.lv

ホームページ : <https://www.stradini.lv/lv>

○Rīgas Austrumu Hospital (大学病院)

住所 : Hipokrata iela 2

電話 : 67000610, 緊急医療電話 : 67041000, 67041001, 67041002

メール : pieraksts@aslimnica.lv

ホームページ :

<https://www.aslimnica.lv/en/stacionars/rigas-austrumu-kliniska-universitates-slimnica>

○Bērnu klīniskā universitātes slimnīca (小児大学病院) (一部英語可)

住所 : Vienības gatve 45 電話 : 80708866

メール : poliklinika@bkus.lv

ホームページ : <https://www.bkus.lv/old/en>

○Dr. Anda Karina (小児科)

住所 : Kloštera iela 9/11 電話 : 67 240 202

ホームページ :

○Dr. Gunta Blezura (眼科)

住所 : A. Deglava iela 12A 電話 : 67 272 257

ホームページ :

救急搬送は、次の機関が対応します。

○[国営救急医療サービス](#) (State Emergency Medical Service) (一部英語可)

電話: 113 (固定・携帯電話両方対応)

(国営の救急医療搬送機関。状況に応じ, Pauls Stradins Clinical University Hospital, Rigas Austrumu Hospital, Bērnu klīniskā universitātes slimnīca, Riga Maternity Hospital 等に搬送されます)

113に電話すると以下のことを聞かれますので, 落ち着いて教えてください。

- ・患者がいる場所/事故が起こった場所(住所等できるだけ詳しい方が望ましい)
- ・何が起こったのか、患者の人数
- ・患者の年齢
- ・患者の意識, 呼吸の有無
- ・電話をしている方の名前, 連絡先

[国民保険サービスホームページ](#)

(2) 海外(旅行) 傷害保険への加入

ラトビアで査証申請する場合、旅行保険に加入していることを示す証書を提示しなくてはならないことが法令で定められています。旅行保険の加入に際しては、短期滞在の場合で、入院・治療費や緊急移送費用(救急車や日本への帰国)等の補償額の合計額が30,000ユーロ(日本円で約387万円(1ユーロ=129円換算))以上、長期滞在の場合は42,600ユーロ(日本円で約550万円)以上であることが必要です。

[ラトビア外務省ホームページ](#)

6. 緊急時等連絡先

ラトビアを含むEU各国では、緊急時(救急, 消防, 警察とも)の電話番号は112に統一されています。なお、ラトビアでは以下の従来番号も引き続き運用されています。

警察: 02 (固定電話のみ), 110 (固定・携帯電話両方対応)

救急: 03 (固定電話のみ), 113 (固定・携帯電話両方対応)

在ラトビア日本国大使館

電話: (+371) 67812001

メール: consular@rg.mofa.go.jp

* 開館時間外の緊急連絡先も上記電話番号と同じです。

[PMLP](#) (内務省市民権・移民局)

電話: (+371) 67209400

* リガ市内には以下の4か所のオフィスがあり、いずれに行ってもサービス内容は同じです。

第1オフィス: Čiekurkalna 1st line, 1, building 3, Riga

第2オフィス: K. Valdemara str. 26, Riga

第3オフィス：E. Smilga 46, Riga

第4オフィス：Daugavpils Str. 31, Riga

7. 緊急時の言葉

助けて！・・・Palīgā!（パリーガー）

泥棒！・・・Zaglis!（ザグリス）

～を呼んで下さい・・・Lūdzu, izsauciet ~（ルーズ、イズサウツィエトゥ）

警察・・・policija（ポリツィヤ）

盗難に遭いました・・・Mani apzaga.（マニ アプザガ）

～を盗まれました・・・Man nozāga~（マン ノウアザーガ ~）

パスポート・・・pase（パセ）

財布・・・maku（マク）

病院・・・slimnīca（スリムニーツァ）

救急車・・・ātrā palīdzība（アトラー パリーズィーバ）

気分が悪いのです・・・Es jūtos slikti.（エス ユートアス スリクティ）

英語を話せる人はいますか？・・・Vai kāds prot runāt angliski?

（ヴァイ カーツ プルウアトウ ルナートウ アングリスキ）

日本大使館に連絡してください・・・Lūdzu, piezvaniet Japānas vēstniecībai.

（ルーズ、ピエズバニエトゥ ヤパーナス ヴェースティニエツィーバ）

IV. 緊急事態に備えて

1. 平素の準備と心構え

（1）在留届の提出

大使館からの緊急連絡・安否確認は、当館に提出された「在留届」等に基づいて行われます。在留届は領事サービスを提供する際の基礎となる貴重なデータですので、当地に3ヶ月以上滞在される方は必ず在留届を提出してください。また、住所や連絡先に変更があった場合や、帰国・転勤する際にも忘れずに当館までご連絡をお願いします。

（2）「たびレジ」の登録

「たびレジ」とは、海外旅行や海外出張される方が、旅行日程・滞在先・連絡先などを登録すると、滞在先の最新の安全情報や緊急事態発生時の連絡メール、また、いざという時の緊急連絡が受け取れるシステムです。

メールの宛先として、ご自身のアドレス以外に、ご家族や職場のアドレスを登録できます。

パソコンやスマートフォンを利用し、「たびレジ」公式ホームページ (<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/>) から登録が可能です。

（3）海外安全アプリ

海外安全アプリは、スマートフォンのGPS機能を利用して、現在地及び周辺国・地域の安全情報を表示することが出来ます。

また、任意の国・地域を「MY 旅行情報」機能から選択することで、その国・地域に海外安全情報が発出された場合にプッシュ通知で受信することができます。

さらに、海外旅行や出張中にトラブルに巻き込まれた際、インターネットが利用できる環境になくても、オフラインで大使館や領事館の緊急連絡先を確認することができます。

海外安全アプリは、「Google Play」や「App Store」を通じ、無料でダウンロードが可能です。

(4) 連絡体制の整備

(イ) 携帯電話や固定電話が長時間使用困難となりうることを考慮した上で、家族間、職場内で緊急時の連絡方法を決め、確認しておきましょう。

(ロ) 緊急連絡先などは、携帯電話などに登録するだけでなく、紙に書き留めて常時携帯するようにならしましょう。

(ハ) 緊急事態が発生した場合、大使館ホームページ、領事メール及び「たびレジ」等を通じて情報を発出しますので、それらの情報も参考にしてください。

(5) 避難場所

自宅や学校、職場から避難する事態となった場合の避難場所（ホテル等）や大使館の場所についてあらかじめ確認し、家族間、職場内で共有しておきましょう。

(6) 非常用物資の準備

買い物が一時的に困難になる、また、一定期間自宅待機を余儀なくされる事態に備え、保存の利く食料、飲料水等を10日分程度常備しておきましょう（物資の具体的な内容については以下3.(4)をご参照下さい）。

(7) 既往歴などのメディカルカードの用意

万が一、急病等で、救急搬送されたときに備えて、英語（可能ならラトビア語、ロシア語）で、既往歴、薬の副作用、アレルギーの有無などを紙にまとめておき、いつでも携行できるようにしましょう。

2. 緊急時の行動

(1) 情報の把握

流言飛語に惑わされず、当館からの連絡やインターネット、テレビ・ラジオ等を通じて最新情報の入手に努めてください。なお、NHK短波ラジオ（NHKワールドラジオ日本）の最新の周波数等は、NHKワールドのウェブサイト（<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/radio/>）から入手できます。

(2) 大使館との連絡の確保

緊急事態が発生した際には、当館からも情報提供に努めますが、皆様からもご自身・ご家族の安全や知り得た情報について当館へ通報してください。他の在留邦人への情報ともなります。

(3) 緊急連絡・避難先

在ラトビア日本国大使館 (Japānas vēstniecība)

所在地：Vesetas iela 7, Riga LV-1013

電話：(+371) 67812001

FAX：(+371) 67812004

メール：consular@rg.mofa.go.jp

3. 緊急事態に備えてのチェックリスト

(1) パスポート

残存有効期間が6ヶ月以上であることを確認しておきましょう。残存期間1年未満となった時点で切替発給の申請が可能です。また、最終頁の「緊急連絡先欄」を必ず記載しましょう。

(2) 現金、クレジットカード、預金通帳等

緊急時にすぐ持ち出せるように保管場所等に留意しましょう。

(3) 自動車の整備等

必要な場合にいつでも利用できるよう、常に整備点検を怠らず、日頃からガソリン残量が十分あるか、気をつけましょう。車内に懐中電灯や地図、新聞紙等を備えておくと良いでしょう。また冬季はバッテリーが上がりやすいため、長期間自動車を使わない際は、注意が必要です。

(4) 携行品の準備

避難場所への移動を必要とする事態が発生した場合、以下のような携行品が必要となるのが予想されますので、普段から準備しておきましょう。

(イ) 衣料品

衣類：行動しやすく、寒暑に対応しうるもの

履物：履き慣れて動きやすく、丈夫なもの

その他：帽子、軍手、毛布 等

(ロ) 食料品：乾パン、缶詰、レトルト食品、粉ミルク、ミネラルウォーター 簡易調理器具、缶切り、栓抜き、軽量の食器 等

(ハ) その他：乾電池、懐中電灯、ラジオ（国際放送対応のもの）、ライター、ろうそく、ゴミ袋、タオル、医薬品（常用内服薬、外傷薬、石鹸、包帯、絆創膏 等）生理用品、おむつ 等

V. 終わりに

ラトビアの国内情勢は基本的に安定しており、治安についても比較的良好と言えます。

ます。しかしながら、私たちにとってラトビアはあくまで「外国」であり、国際情勢の変化や伝染病のひろがりなどにより、居住環境が急速に不安定化あるいは悪化することもあり得ます。また、事故や事件の当事者となった場合、言葉の問題をはじめとして、日本で起こった場合と比べて二重三重に困難な問題に直面することになります。

快適な滞在は安全の上に成り立つことを忘れずに、「万が一」に備えた防犯対策・安全対策を常に心がけることが大切です。