

安全の手引き

令和7年2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登録されており、歴史的建物が多く残る街並みが美しく、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。

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。しかしながら、国際情勢の変化や伝染病のまん延などにより、生活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、万一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。

以下の各項目では、当国の治安状況や安全に関する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. 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」という心構えを持つことと、現地情勢や治安に関する情報の入手に努めることです。

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、車上狙い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。

2 最近の犯罪発生状況

一般的にラトビアは、対日感情が良好であり、ヨーロッパでも比較的安全な国であるとされています。一方で、日本の犯罪発生件数（人口当たり）と比較すると、殺人は約5倍、強盗は約16倍多くなっており、十分注意が必要です。特に殺人事件の件数は、ヨーロッパで最も多い件数（人口当たり）となっています。日本人の被害は、夏の観光シーズン中のスリや置き引き等の窃盗被害が多い傾向にあります。

ラトビアにおける2023年の犯罪認知件数は35,609件（ラトビア統計局）であり、前年と比較し増加しています。最近では邦人に旅券の盗難被害が発生しており、引き続き注意が必要です。

<ラトビアの犯罪発生件数および内訳>

	2021年	2022年	2023年
総数	32,820	33,707	35,609
殺人	60	72	70
重傷傷害	133	123	106
強姦	88	122	123
窃盗	4,499	4,814	4,046
(家宅侵入)	647	621	553
強盗	257	280	321
フリーガン犯罪	83	86	120

(出所：ラトビア中央統計局)

3 防犯のための具体的注意事項

(1) 住居

防犯上の観点から、住居選定の際の注意事項をご紹介します。

- ア 一般的に侵入されやすいとされる建物の1、2階や最上階を避ける。
- イ 窓やベランダ近くに木立や電柱があるなど、侵入の足場として利用できる物が所在する部屋を避ける。
- ウ 居住者以外の者が自由に出入りできないよう、建物の入り口に施錠設備が設置されている住宅を選ぶ。
- エ 玄関ドアに二重鍵、チェーンロックや覗き窓、インターフォン等の設備が設置されている住宅を選ぶ。
- オ 共用部に監視カメラが設置されている住宅を選ぶ。

生活していく上で、知人との連絡体制や近所との協力関係を構築するとともに、知らない人が訪ねてきたときは安易にドアを開けない、などを心掛けることも大切です。

(2) 外出時

ア 一般に治安が悪いとされる地域は中央市場やその周辺、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。特に、中央駅周辺の地下道では、スリ被害が多発していますので、十分な注意が必要です。

イ リュックサックなどのバッグは、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まれたりするおそれがありますので、体の前に

抱える等の対策が必要です。そのほか、財布やスマートフォン等の貴重品を手にとって歩かないなど、防犯対策を万全にするとともに、周囲の不審な人物の接近には十分注意してください。

ウ いわゆる「ぼったくりタクシー」が高額なタクシー代を請求する場合があります。乗車前に料金について確認してください。リガ空港では、到着ゲート出口外で、空港での営業許可を受けた3つのタクシー会社、「XTaxi」、「TaksiLV」、「Red Cab」が利用できます。これらの会社のタクシーには、空港からリガ市内中心部までの定額料金が設定されており、車のドアに表示されています。

また、リガ空港のビジターセンター(到着ホールE)で上記2社のプリペイドバウチャー(33.50ユーロ)を購入することも可能です。

(<https://www.riga-airport.com/en/taxi-service>)。

なお、ラトビアでは、配車アプリ「Bolt」も便利です(<https://bolt.eu/>)。

エ リガの旧市街は、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る一方で、人通りの少ない細い路地も数多くあり、犯罪の被害に遭う可能性があります。また、レストランやバーなどでのスリや置き引き等の被害や、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。

オ ホテルの部屋内においても、貴重品の保管方法には注意が必要です。過去にはリガ市内のユースホステルに宿泊中、部屋に鞆を置いたまま外出していたところ、鞆をこじ開けられて在中していた貴重品を盗まれる被害が発生しています。

カ 観光地やバス、路面電車等で、見知らぬ人から声をかけられ、話に気を取られている隙に共犯者から所持品を盗まれる被害が発生しています。見知らぬ人から声をかけられた際には、周囲の不審人物の接近や持ち物の安全確保に十分注意を払って下さい。

キ 国民的なスポーツであるアイスホッケーの試合が開催された際、熱狂的なファンが興奮状態となり、建物のガラス窓や器物を損壊する事件も発生していますので、これらの集団を見かけた際は、近づかないよう注意して下さい。

ク 自宅や店舗等の駐車場では、いわゆる「リレーアタック」と呼ばれる手口による車上狙いの被害が発生しています。駐車中の車内に貴重品を置かないことはもちろん、電波を遮断するキーケース等の使用や、駐車した車両から車外に出る際、周囲や背後に不審者がいないかどうかを確認する、自宅に保管中のスマートキーの保管場所や方法に注意するなど、防犯対策に万全を期してください。

ケ ラトビアの政府機関、空港及び発電所等の重要施設の撮影は禁止されてい

ます。また、「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くして撮影することは禁止されています。

(3) 生活

インターネットを利用した詐欺被害も多く発生しています。配達業者を装う者からメールやSMS等により、「荷物の宛先に間違いがあり、送付できません。宛先を確認してください」等のメッセージとともにリンクがランダムに送信され、リンクにアクセスすると公式サイトそっくりの偽サイトに誘導され、入力したクレジットカード情報等が詐取される手口がその一例です。その他、警察や銀行を装い、PINコード等の入力を求めるものなど多岐に渡りますが、メールの発信元やリンク先のアドレスが正しいものかどうかを公式ホームページの連絡先等に確認するなどし、安易にリンクをクリックしないでください。実際に荷物を発送した後や取引銀行を装う者からの連絡には、疑念を抱きにくいため、特に注意が必要です。

4 交通事情と事故対策

- (1) 人口比の統計によると、ラトビアは欧州の中で最も交通死亡事故の発生が多い国の一つです。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。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。挙動がおかしい車を見かけたら、飲酒運転などの可能性がありますので、注意して下さい。ウインカーを出さずに右左折する車も多く見られ、電動キックボード等との接触事故も多発しています。
- (2) 夜間、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の存在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心がけてください。また、積雪の際は路面が滑りやすく、転倒等にも注意が必要です。
- (3) 運転時に常時携行が必要な書類は、運転免許証及び車両登録証です。運転免許証については、EU・ラトビアの運転免許証への切り替えを行っていない場合は、入国後1年以内に限り、旅券、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等の翻訳文書を併せて携行することでも運転できます。日本の国際運転免許証は条約が異なるため、当地では運転できません。保険加入証明書は携行の義務はありませんが、万一の事故に備えて携行することをお勧めします。)
- (4) 運転に際しては、都市間の幹線道路やリガ市内の主要道路も含め、随所に陥没や凹凸があり、走行中の自動車がこれらを避けようとして、予期せぬ動きをとることがありますので注意が必要です。また、車道の白線が消えている場所もあり、無意識のうちに対向車線にはみ出してしまい、対向車と正面衝突する事故や、本来は一車線走行の道が二車線走行として使われ、併走する車や対向

車と衝突する事故も発生しています。加えて、リガ市内や地方の主要都市には左折禁止の交差点や一方通行の道路が大変多く、また、交通標識が見えにくいことも多いため、十分注意する必要があります。

- (5) 事故に遭った際には、負傷者の救護や事故防止のための措置等を行うとともに、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されています。
- (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機械またはアプリ (<https://mobilly.lv/en/>) で支払い、機械で支払った場合は、チケットをダッシュボードの外から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、ナンバー監視カメラの設置、監視員による巡回が行われており、料金未納車には罰金が科せられます。
- (7) 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）。スピード違反や飲酒運転などの交通違反の取り締まりや検問は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「乗るなら飲むな、飲んだら乗るな」を徹底し、安全運転を心がけてください。
- (8) 当国では車を運転する際、ヘッドライトの常時点灯が義務付けられています。また、身長150cm以下の子供へのチャイルドシートの装着、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。
- (9) 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。すべての国境線が鉄条網等で張り巡らされているわけではなく、徒歩等で森林地帯を通り抜けると知らずに越境してしまう危険性があります。国境では当局による厳しい取り締まりが行われており、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。なお、現在、ラトビアと国境を接するロシア及びベラルーシには危険情報レベル3「渡航中止勧告」（ウクライナとの国境周辺地域はレベル4「退避勧告」）が発出されています。

5 テロ・誘拐対策

ラトビア政府は、ラトビアにおけるテロ発生の脅威度を4段階中最も低い「低」としています。

ラトビアのテロ・誘拐情勢については、外務省海外安全ホームページ[テロ誘拐](#)

[情勢](#)をご覧ください。

また、テロ・誘拐対策については、[外務省海外安全ホームページ](#)もご覧ください。

6 緊急連絡先

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。

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。

市民権・移民局（[PMLP](#)）

電話：（+371）67209400

* リガ市内には以下の4か所のオフィスがあり、いずれの場所におい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、イズサウツィエットウ）

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（アートルー 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、ピエズバニエットウ ヤパーナス ヴェースティニエツィーバ）

Ⅲ. 在留邦人用緊急事態対処マニュアル

1 平素の準備と心構え

(1) 在留届の提出

当館からの緊急連絡・安否確認は、「在留届」に基づいて行われますので、当地に3か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、住所や連絡先等に変更があった場合は「変更届」、帰国する際には「帰国届」の手続きをお願いします。

[外務省オンライン在留届](#)

(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することもできます。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](#)から登録することが可能です。

(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ない環境であっても、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

ア 電話やインターネット回線等が使用できなくなった場合に備えて、家族・友人等で緊急時の連絡方法を決め、確認しておきましょう。

イ 緊急連絡先などの重要な情報は、携帯電話などに保存するだけでなく、紙に書き留めて常時携帯するようにしましょう。

ウ 緊急事態が発生した場合、当館ホームページ、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

自宅や勤務先等から避難する事態となった場合の集合場所、一時避難場所（ホテル等）や当館の場所についてあらかじめ確認し、家族・友人等で共有し

ておきましょう。

(6) 非常用物資の準備

買い占めの発生や物流が途絶える、または一定期間自宅待機を余儀なくされる事態に備え、長期保存可能な食料、飲料水等を人数分×10日分程度を常備しておきましょう（非常用物資の具体的な内容については以下3（4）をご覧ください）。

(7) 既往歴などのメディカルカードの用意

万が一、急病等により救急搬送された場合に備えて、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) 基本的な心構え

緊急事態発生時には、正確な情報把握が難しく、パニックに陥りがちです。状況を過度に楽観視してしまう正常性バイアスにも注意しつつ、平静を保ち、安全を確保するための行動をとりましょう。

(2) 情報の把握

フェイクニュースや流言飛語に惑わされることなく、当館からの情報発信や政府機関、信頼できる報道機関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、
N H K 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。

(3) 当館との連絡の確保

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、皆様からのご自身・ご家族の被害、避難情報、その他知り得た情報について当館へ通報してください。他の在留邦人への貴重な共有情報となります。

(4) 国外への退避

商用便がある間に、出国用航空券等を手配してください。
当館からも商用便運行等に関する情報、危険情報等の情報発信を行います。

(5) 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, Rīga LV-1013
電話：（+371）67812001
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か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「所持人記載欄」は漏れなく記載しましょう。

(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、かつ、防犯にも留意して保管しましょう。現金は家族全員が10日間程度生活できる額を予め用意しておくことをお勧めします。

(3) 自動車の整備等

常に整備点検を怠らず、ガソリン残量が十分あるか、確認しましょう。車内に懐中電灯や地図、簡易トイレ、ティッシュペーパー等を備えておくといいでしょう。(車上狙いによる物色を受けないよう、車外から見える場所にバッグ等を置かないよう注意してください。)

(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、上記のほか、以下の携行品をすぐに持ち出せるよう準備しておきましょう。

ア 衣類・着替え

衣類：行動しやすく、寒さに耐えられるもの

履物：履き慣れて歩きやすく、靴底の厚い丈夫なもの

その他：帽子、軍手、毛布 等

イ 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

ウ 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（家庭用常備薬、常用内服薬、外傷薬、石鹼、包帯、絆創膏 等）生理用品、おむつ 等