

# 安全の手引き

2020年3月1日  
在ボツワナ日本国大使館

## 目 次

### I はじめに

### II 防犯の手引き

- 1 防犯の基本的な心構え
- 2 最近の当地犯罪発生状況
- 3 防犯のための具体的注意事項
- 4 交通事情と事故対策
- 5 誘拐・テロ対策
- 6 緊急連絡先

### III 在留邦人用緊急事態対処マニュアル

- 1 平素の心構えと準備
- 2 緊急事態発生時の行動

### IV おわりに（大使館案内図付）

（別紙）緊急事態に備えてのチェックリスト

## I はじめに

ボツワナはアフリカ地域では比較的安全な国といわれていますが、油断をすれば、犯罪に巻き込まれる可能性が十分にあります。この国では殺人、強盗、住居侵入、レイプ、車両窃盗等の数多くの事件が発生しており、実際に在留邦人や邦人の旅行客も被害に遭っています。また、当国では交通事故が多く発生しており、例年多くの死傷者がでています。

この手引きは、ボツワナに在留の皆様が、当地で無事に過ごすことができるように、生活する上で必要な防犯対策や知識を、そして、万一緊急事態が発生した際に気を付けるべきことを、2部構成（「防犯の手引き」及び「在留邦人用緊急事態対処マニュアル」）としてまとめました。皆様がこの手引きを熟読され、安全対策上の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

#### (1) 自分と家族の安全は自分で守る

治安の善し悪しにかかわらず、日頃から自分と家族の安全は自分で守るという強い心構えが大切です。

#### (2) 予防が最良の危機管理

危険と思われる場所には近づかない、防犯機器を設置する等、予防こそ最も重要な危機管理であることを念頭に、予防のために必要な努力と経費は惜しまないことが大切です。

#### (3) 最悪の事態を想定

常に最悪の事態を想定し、物心両面から準備を行い、万全の対策を講じることがゆとりを持って生活する秘訣ともいえます。「備えあれば憂いなし」です。

#### (4) 安全のための三原則

「目立たない」、「行動を予知されない」、「用心を怠らない」が安全のための三原則です。

### 2 最近の当地犯罪発生状況

#### (1) 犯罪発生件数等は数年遅れて発表されており、2017年は増加しました。

凶悪犯罪件数も高止まりしており、近年の犯罪件数は高い水準で推移しているとみられ、決して油断できない状況です。

#### (2) 住居侵入は在宅、留守宅を問わず多く発生しています。

#### (3) 住人の帰宅時を狙った強盗事案が多く発生しています。

#### (4) 多くの場合、犯人は複数で銃やナイフ等の凶器を持っています。

#### (5) 首都ハボロネ市内の大通りを中心に交差点等で停止・減速した車両を襲うスマッシュアンドクラブが多発しています。

#### (6) ハボロネ市内の登山スポットであるカーリーヒルズにおいて、強盗事案が多

発しています。

- (7) 中国人やインド人が住居侵入や強盗等の犯罪のターゲットになっています。現地人にとって日本人と中国人の区別はつかないため日頃から注意が必要です。
- (8) 2016年10月から12月にかけて、外国人（ドイツ人、韓国人）が自宅で殺害される事案が発生しています。
- (9) スキミング被害が度々発生しており、過去には銀行ATMからスキミング機器が発見されています。
- (10) 比較的大きいモールの駐車場においても車上荒らしの被害が多く発生しています。
- (11) お酒を提供する飲食店でもめ事からの殺人事件が多発しています。
- (12) 2019年4月から2020年2月にかけて、強盗・窃盗等による当地在留邦人の被害事案が5件発生しています。
- (13) (参考) 犯罪発生件数(2017年：当国統計局発表)

犯罪件数	10,540件
ア 殺人	343件
イ 性的犯罪	629件
ウ 殺人未遂・脅迫等	776件

### 3 防犯のための具体的注意事項

#### (1) 住居における防犯対策

##### ア 居住エリア選定時の注意点

- (ア) 治安の悪いエリアではないか。
- (イ) 通勤経路で治安の悪いエリアを通らないか。
- (ウ) 最寄りの道路が狭かったり、袋小路であったり、暗くはないか。

##### イ 住居選定時の注意点

- (ア) 敷地の外周壁は十分の高さ（最低でも2m以上）があるか。
- (イ) 外壁は内部が見えるような柵型ではないか、強度は十分であるか。
- (ウ) 外周壁上に電気フェンス、レーザーワイヤー、忍び返し等があるか。
- (エ) 外周壁のそば（内側・外側）に敷地内への侵入を容易にする足場（植木や物置き等）はないか。
- (オ) 敷地内に身を潜めるような場所、死角はないか。
- (カ) 敷地出入口や内部に照明が設置されているか。
- (キ) 敷地出入口には警備員が常時配置されているか。
- (ク) 警報装置、火災ベル、非常階段はあるか。

##### ウ 住居の防犯対策

- (ア) 窓及びその枠・蝶番は頑丈か。
- (イ) 扉及びその蝶番は頑丈か。
- (ウ) 扉や窓には補助錠やバーグラバー（鉄格子）等が設置されているか。
- (エ) 扉に2つ以上の錠前、十分な強度のある防犯チェーンがついているか。

(前居住者から引き継ぐ場合、錠前を交換する方が良い。)

(オ) 扉の覗き穴、インターホン等、訪問者を確認する手段があるか。

(カ) 玄関周辺や周辺廊下等に照明設備(常夜灯)はあるか。

## (2) 外出時の防犯対策

### ア スリ対策

(ア) 多額の現金、貴重品は持ち歩かない。

(イ) ズボンの後ろポケット等、第三者が見えるところに財布を入れない。

(ウ) ウエストポーチやバックパック等は自分の前に持つ。

(エ) お金を支払う時には、財布の中を他人に見られないように注意する。

### イ 置き引き対策

(ア) 携行する鞆等は絶対に体から離さない。

(イ) 友人等とレストランに入った場合も自分の荷物は自分が責任を持って管理する。

### ウ スマッシュアンドグラブ対策

(ア) 乗車時には必ず全ての窓を閉め、全てのドアをロックする。

(イ) 荷物は外から見える場所には置かない。

(ウ) 交差点での一旦停止は停止時間を必要最低限にする。

(エ) 信号待ちの際には有事にすぐ逃げられるように前車両との車間距離を十分に空けるとともに、常にバックミラー及びサイドミラーで近づいてくる不審者を警戒する。

### エ 車上狙い対策

(ア) 人目の付きやすいところ(監視カメラの近く等)への駐車を心掛ける。

(イ) 全ての窓を閉め、全ドアをロックする。

(ウ) 車の施錠は自身の手でドアノブに触れて確認する。

(エ) 車を離れる際には車内に貴重品を置いていかない。

(オ) 車に防犯装備(警報装置、防犯フィルム)を取り付ける。

(カ) 荷物を出し入れする際などに不審者が見ていないか周囲に気を配る。

### オ ホテル対策

(ア) 携行しない金品、パスポート等は部屋のセーフティボックス、フロントの貴重品預かり等安全と思われるところに預け、部屋に放置しない。

(イ) チェックイン後にホテル側がパスポートを預かることは考えられないので、そのような電話や訪問を受けた場合はフロントに連絡して確認する。

(ウ) 在室中は防犯チェーンを掛け、ノックされてもドアを開けない。

### カ 痴漢対策

(ア) 素肌を露出させるような服装、派手な服装は避ける。

(イ) 夜間の一人歩きは避け、複数で行動する。

- (ウ) エレベーターを利用の際には不審な人物と二人だけの同乗は避ける。
- (エ) モール等のトイレや路地等の込み入った場所は複数で行動する。

#### キ スキミング対策

- (ア) ATM利用時はカード挿入口やその周辺に不審な装置がないか確認する。
- (イ) クレジットカードの利用は信用できる店に限るようにする。
- (ウ) PINナンバーを入力する際には、もう一方の手をかぶせて隠す。
- (エ) PINナンバーに生年月日・車両番号・電話番号等の類推しやすいものは利用しない。(万一被害に遭った場合に保険が適用されない可能性があるため。)
- (オ) 口座の取引状況をこまめに確認する。(被害発生から時間が経過すると保険が適用されない可能性があるため。)

#### ク 店舗等における強盗対策

- (ア) 買い物や外食の際にはできるだけ夜間を避け、かつ治安の良いエリアを利用する。
- (イ) 店の周辺に不審者がいる場合にはその場をすぐに立ち去る。
- (ウ) 外出時には貴重品は持ち歩かないようにする。
- (エ) 万一被害に遭っても絶対に抵抗しない。

### (3) 生活上の防犯対策

#### ア 近隣者

- (ア) 警備員、家政婦、ドライバー等に気を許さない。
- (イ) 長期不在の際には事前に近隣住人や警備員などに情報を伝えない。
- (ウ) 貴重品、現金等は鍵のかかるところ、長期不在の際には職場等、安全なところに保管する。

#### イ 訪問者

- (ア) 来訪者は必ず扉の覗き穴等で確認する。
- (イ) 身に覚えがない場合は絶対に扉を開けない。

#### ウ 使用人

- (ア) 契約を書面で取り交わしておく。
- (イ) 万一に備えて使用人の写真を撮影して保管しておく。
- (ウ) スペアキーを渡さない。
- (エ) 工事業者等の来訪の際は必ず主人の指示を仰がせる。
- (オ) 使用人の友人・知人を家に連れて来させない。

#### エ 家族

- (ア) 平素から、家族と安全対策について話し合い、住居に異常があった際の行動を理解させておく。
- (イ) 特に子供に対しては来訪者に対する警戒、電話対応時の注意、親がいない

際の注意事項を覚えておく。

#### オ 電話

- (ア) 電話をとる際にはこちらから名乗らない。
- (イ) 間違い電話に対して、こちらから番号を教えない。
- (ウ) 間違い電話には相手に掛けた番号を言わせる。
- (エ) 不審な印象を受けたら番号違いといって速やかに電話を切る。

#### カ 鍵

- (ア) 入居の際には必ず新しい錠に交換する。
- (イ) 鍵を紛失した時はすみやかに錠を一式交換する。

#### キ 自家用車

- (ア) 車は定期的に点検する。
- (イ) 燃料は常に十分な量を入れておく。
- (ウ) 修理道具，牽引ロープ，バッテリー用の接続ケーブル（ブースターケーブル），消火器，救急薬品等を常備しておく。

### 4 交通事情と事故対策

ボツワナは、一部地域を除き道路がある程度良好な状態に整備されていますが、運転マナー、交通法規の遵守度は低く、かなりの頻度で交通事故が発生し、運転する場合も、歩行する場合も、十分注意が必要です。交通事故の原因として、スピードの出し過ぎ、不十分な車間距離での走行、方向指示器を使用しない進路変更、無謀な追い越し、飲酒運転、歩行者や家畜の飛び出し等があります。特に週末は飲酒運転による事故が頻繁に発生していることから、巻き込み事故を防ぐためにも、夜間の外出は避けてください。

#### (1) 安全運転3原則

##### ア 交通法規の遵守

シートベルトを着用し、制限速度、信号、車線、一時停止を守る。

##### イ 防衛運転

安全速度の保持、適切な車間距離の保持、左右の十分な確認にも留意し、携帯電話をかけながらの運転をしない。

##### ウ 飲酒運転の厳禁

飲酒運転は大事故につながる大変危険な行為であるとともに、飲酒状態で事故を起こした場合、処罰が非常に重くなる可能性に留意する。

#### (2) ボツワナの交通事情に関する注意事項

##### ア ラウンド・アバウト及び幹線道路の合流・分岐時は特に注意する。

##### イ 道路の工事等に注意する（工事のため車線がいきなり減っている道路がよくある）。

##### ウ 象，山羊・ロバ・牛などの動物に注意する。群れに遭遇した場合は、必ず徐

行し、ハザードランプを点灯して後方車両に知らせる。

エ コンビ（ミニバス）は運転マナーが悪く急な車線変更等が多いため、車間距離を十分に取るようにする。

(3) 事故の当事者となった場合の対応

交通事故の当事者となった場合は、あわてず冷静に対処にすることが必要です。事故後の手続きは、次のとおりです。

ア 現場保存（車は原則として動かさない。移動してしまった場合、自分に不利に受け取られる場合がある）。

イ 速やかに警察、救急へ連絡（999番通報）する（ただし、警察が駆けつけるまで時間がかかることが多い）。

ウ 相手の身元情報（名前・勤務先・電話番号・免許証・車両ナンバー・車種等）を確保し、事故現場を携帯電話等を使い撮影しておく。

エ 相手の言いなりにはならない。示談には安易に応じない。

オ 保険会社に通報する。

カ 補償は、日本と同様、警察証明書を取得し、保険会社へ請求する。

(4) タクシー利用時の注意事項

タクシードライバーの中には、危険な運転をしたり、行き先を全く把握していなかったりする者もいるので、利用の際には次の点に十分に留意してください。また、タクシーを使った犯罪等もありえますので、特に流しのタクシーを利用する時は十分に注意してください。

ア 自分で行き先の地図を頭に入れておく。目的地近隣の著名な場所を把握しておく。

イ 乗車前に値段を確認する。

(5) コンビ（ミニバス）利用時の注意事項

ア 乗車の際、行き先を確認する。車内は混み合うので携行品に注意する。

イ 痴漢対策等のため、できる限り運転席の近くに座るようにする。

(6) 長距離バス利用時の注意事項

携行品に注意する。また、予告なくバスが出発してしまうことがあるため、一時下車の際には出発予定時間を確認するとともに、運転手に戻ってくる旨伝えておく。

5 誘拐・テロ対策

(1) 誘拐に関する心構え

当国では、現在、誘拐事案は少数ですが、営利目的、私怨による誘拐事件が発生しています。誘拐犯は一般に誘拐対象者の選定、下調べ、連れ去り、監禁といった段階を踏んで計画的に犯行に及びます。特に誘拐犯は長期間下調べをするので、何らかの兆候が見られることが多く、この兆候をいち早く察知することが誘拐防止につながります。また小さな子供がいる家庭では、身



代金目的の誘拐だけでなく、性的ないたずら目的等の動機でも誘拐が行われることがありますので、特に以下のことに注意してください。

- ア 自宅，勤務先を出るときには常に周囲の状況を確認する。
- イ 通勤経路・時間はたびたび変更する。
- ウ 乗車後は確実にドアをロックする。
- エ 信号待ちや道路工事などで一時停止中の時は周囲に十分注意する。
- オ 降車時は周囲の状況に十分注意する。
- カ 人通りの多い場所などでは子供と手をつなぎ，親の目の離れた場所で単独行動させない。
- キ 知らない人について行かないことを子供に言い聞かせる。
- ク 助けを呼ぶ場合の最低限の表現を覚えておく。

## (2) テロに対する心構え

現時点では、当国におけるテロの可能性は低いと考えられます。しかし、近年活発に活動している国際テロ組織は、政治的、治安上の不安を高めるために、テロへの警戒が低い、いわゆるソフト・ターゲットを標的とする傾向が見られます。したがって、日頃からテロへの警戒を怠らないことが重要です。

当地では、いたずらと思われる爆弾設置予告の電話が時々発生しています。爆弾テロ対策は以下のとおりです。

- ア 爆弾テロに巻き込まれないために  
爆弾テロは必ずしも事前の予告があるわけではありません。また、直接のターゲットとなっていなくても巻き込まれる可能性もあります。常に警戒を怠らないことが重要です。
  - (ア) 爆弾テロの発生状況や発生の可能性の有無について、外務省・海外安全ホームページやメディア（国際・現地）、現地人からのローカル情報等による情報収集に心がける。
  - (イ) 無差別爆弾テロが発生した場合は、そうした地域への立ち入りを避ける。
  - (ウ) 爆弾テロの発生の可能性が高い場合には、標的となる恐れのある施設（政府関係施設、軍事関係施設、空港、宗教施設、不特定多数の人が集まる場所等）には極力近づかず、やむを得ず立ち入る場合は滞在時間をできるだけ短くする。
  - (エ) 爆風によりガラスが飛散し、被害を受けることがあるので、ガラスを多く使用した建物付近の通行はできるだけ避ける。
  - (オ) 不審な物体（時計のような音がする、電源らしきものや携帯電話とつながっているもの）や人物には決して近づかず、速やかに遠ざかる。
  - (カ) 自爆テロでは犯人は爆発物を体に装着するため、不自然な厚着やぎこちない動きになる。また、緊張による振る舞いから異常な印象を受けることがあるので、このような人物には近づかない。
- イ 爆弾テロに巻き込まれたら

- (ア) 爆発は一度とは限らない。爆音を聞いたら、まずはその場に伏せ、その後速やかに現場から離れる。
- (イ) 現場から離れる際、他の逃げる人に押し倒されることもある。倒れた場合には、下敷きとならないように人々の流れが収まるまで膝を抱えて丸くなり待つことで、被害を最小限に食い止めることができる。
- (ウ) 瓦礫等の下敷きになった場合には、救出までに時間がかかることもあるので、体力の温存に努める。埃等の有害物質を吸い込まないようにハンカチ等で口を覆い、救助隊に居場所が分かるようにパイプ等を叩く。大声で叫ぶと有害物質を吸い込む恐れがあるので、最後の手段とする。
- (エ) 怪我の有無に拘わらず、大使館及び家族に連絡をする。状況に応じて、在留邦人の皆様の安否確認を大使館からも行います。

## 6 緊急連絡先

### (1) 大使館への通報

(国際電話の場合はボツワナ国番号+267が必要です。)

**在ボツワナ日本国大使館**

**Tel. 391-4456 /Fax 391-4468**

(夜間・休日でも上記電話番号へ電話し、案内に従ってください。緊急電話対応サービスへおつながします。)

- ア 治安の関連で、他の在留邦人の皆様にとり参考になるとと思われる情報は、いつでも大使館へお知らせください。
- イ ご自身やご家族、又は他の邦人の生命、身体、財産に危害が及んだ場合、又は及ぶ恐れがある事態に至った場合には、迅速かつ具体的にその状況を大使館へご連絡ください。
- ウ 緊急事態発生の際にはお互いに助け合って対応に当たることも必要です。大使館から在留邦人の皆様に助力を求めることもありますので、その際はよろしくご協力をお願いします。

### (2) 重要電話番号 (国際電話の場合はボツワナ国番号+267が必要)

#### ア 警察999

ハボロネ中央警察署	395-2222
ハボロネ西警察署	392-2889
モホディツァネ警察署	391-5260
ハボロネ空港警察署	390-9935
カサネ警察署	625-2444
マウン警察署	686-0223
フランシスタウン警察署	242-3000/3004
パラペ警察署	492-0222
セロウェ警察署	463-0222
タマハ警察署	599-9222
マハラペ警察署	471-0222

- ロバツェ警察署 533-0222/0223  
ハンツィ警察署 659-6222  
ジュワネン警察署 588-0345/0334
- イ 消防 998 又は 319-1834  
ウ 救急 992 又は 390-1601 (私立)  
991 (私立：道路上の自動車トラブルにも対応。)  
993 (私立)  
997 (公立：公立病院ではなく下記の私立病院に搬送するよう依頼してください。)
- エ 病院  
Bokamoso Private Hospital (私立) 369-4000/369-4288  
Gaborone Private Hospital (私立) 368-5600/368-5765  
PrincessMarinaHospital (公立) 395-3221  
※公立病院は地元民で混み合っています。

### Ⅲ 在留邦人用緊急事態対処マニュアル

当国において「内乱」，「クーデター」，「大規模な暴動」等の緊急事態が発生した場合，大使館は全力をあげてその対応に当たりますが，在留邦人の皆様にも，安全対策に万全を期していただくことをお願いします。  
内乱等が起きた際に皆様が迅速に対応できるよう，平素の心構えと必要な準備等についてのマニュアルを以下のとおりお伝えします。

#### 1 平素の心構えと準備

##### (1) 連絡体制の整備

- ア 当国に3か月以上滞在する場合は「在留届」を提出してください。また，実際の住所が当初の登録時から変更された場合，転居等により連絡先が変更になった場合や，ボツワナでの生活を終え出国する際は，必ず「変更届」または「帰国届」を提出してください。なお，ORRnetで在留届を提出された方は，引き続きインターネットから各種変更手続きを行ってください。  
在留届は郵送 (Embassy of Japan, Private Bag 00222, Gaborone) ，  
FAX (+267-391-4468) 又はインターネット  
(<http://www.ezairyu.mofa.go.jp>) でも提出可能です。  
3か月未満の短期の滞在に際しては「たびレジ」への登録をお願いします。
- イ 所属先や家族間でも緊急時の連絡方法を共有しておくとともに，平素からお互いの所在を把握しておくことが重要です。
- ウ 大使館からの連絡は在留届に従い各世帯の代表宛に行いますので，各世帯において情報の共有をお願いします。

##### (2) 一時避難場所及び緊急時避難先

- ア 緊急事態発生の際には，常に周囲の状況に注意し，可能な限り情報を収集し，危険な場所に近づかないようにしてください。事態が深刻になった際の

一時避難場所（連絡が取れる場所が望ましい）は、どこにするか予め定めておくことが必要です。

- イ 大使館は、緊急事態に際しての邦人の避難場所として、大使館事務所を想定していますが、事態の状況により他の場所を指定することがあります。いずれにしても緊急事態発生の際には大使館から避難場所を連絡します。

(3) 緊急事態発生時における携行品、非常物資の準備

- ア 「旅券」、「現金」等の必要なものは、すぐに持ち出せるよう準備してください。
- イ 緊急時には一定期間自宅待機をお願いすることがありますので、「食料」、「医薬品」、「燃料」等、一週間分程度の備蓄品を非常用として準備しておいてください。
- ウ 【緊急事に備えてのチェックリスト】（別紙）を参照してください。

## 2 緊急事態発生時の行動

### (1) 心構え

緊急事態の発生又はその恐れがある場合には、大使館は皆様の安全に万全を期すため、「情報収集」、「情勢判断」及び「対策の策定及び実施」を行います。また、必要な情報は随時、「電話」、「Eメール」、「SMS」を通じて在留邦人の皆様に連絡します。緊急時には情報が錯綜しますので、平静を保ち流言飛語に惑わされないよう注意してください。

### (2) 情勢の把握

大使館からの「電話」、「Eメール」、「SMS」による連絡とともに、これらが不通の際は、「大使館ホームページ」上にも治安情報を掲載しますので、可能な限り逐次確認してください。（[https://www.botswana.emb-japan.go.jp/itprtop\\_ja/index.html](https://www.botswana.emb-japan.go.jp/itprtop_ja/index.html)）。

### (3) 大使館への連絡

- ア 自宅周辺で異常事態を把握した場合には、大使館へ連絡してください。情報を共有し、情勢を検討する上で貴重な情報となります。
- イ 自分や自分の家族、又は他の邦人の「生命」、「身体」、「財産」に危害が及び、又は及ぶ恐れがあるときは、迅速にその状況を大使館へ連絡してください。

### (4) 国外への退避

- ア 大使館が「退避勧告」を発出した際には、一般商用便が運行している間はそれを利用し、可能な限り早急に国外へ退避してください。その際は、必ず事前若しくは事後（可能な限り事前に）に大使館（退避先在外公館又は外務省も可）への連絡をお願いします。一般商用便の運行がなくなった場合や満席で予約が取れない場合等は、その他の方法（チャーター便の手配、陸路による脱出等）による国外退避が必要となりますので、大使館との連絡を緊密に

保つよう心掛けてください。

- イ 事態が切迫した場合には、大使館から退避又は避難のための集合を呼び掛けます。その際には、上記1.(2)で指定した緊急時避難先に集合してください。避難先で待機する必要があることも想定されますので、「旅券」，「現金」，「クレジットカード」等のほか、可能な限り上記1.(3)の非常用物資を持参するようお願いします。また緊急時には自分及び家族の「生命」，「身体」の安全を第一に考え、その他の携行荷物は必要最小限にするようお願いします。

#### IV おわりに

日頃から本冊子で説明してきた危機管理意識を念頭においていただくと、事件事故に遭遇した場合の対応が違ったものになると思います。また、気になることや分からないことがありましたら、大使館へお気軽にご相談ください。皆様のボツワナでの滞在が少しでも安全で快適なものとなることをお祈りいたします。

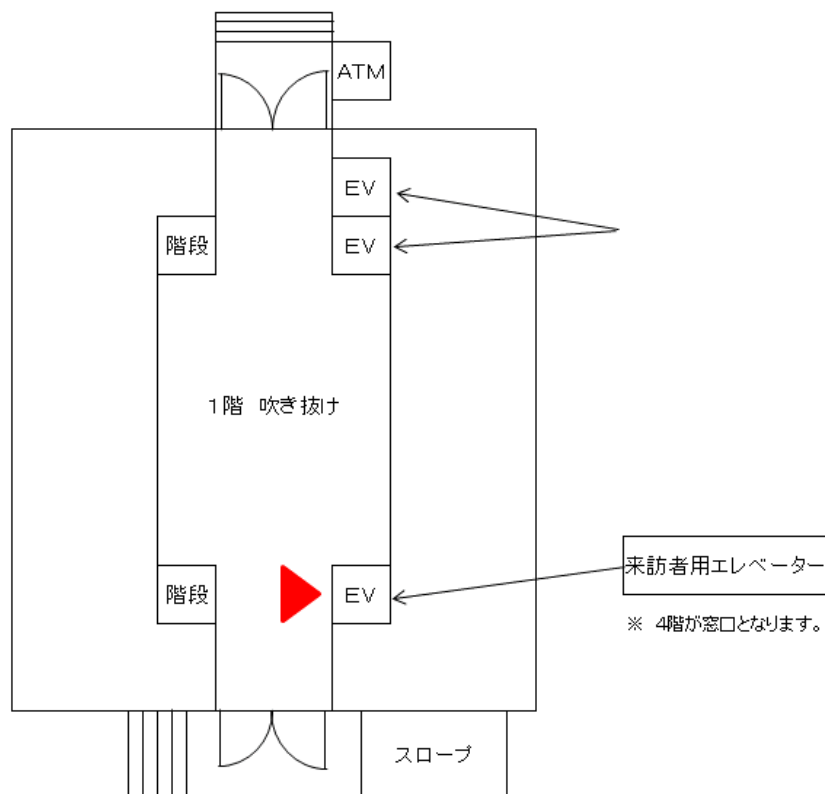
## 大使館案内

所在地：4th Floor Barclays House, Plot 8842, Khama Crescent,  
Gaborone, Botswana

連絡先：TEL+267-391-4456 FAX+267-391-4468

※ ご来訪の際は、ビルの来訪者用エレベーターで4階受付窓口までお越しください。

### カーマクレスント通り側



## 別紙：緊急事態に備えてのチェックリスト

### ● 安全のための必需品（全て準備していますか？）

- 非常食（米，調味料，水，缶詰類，インスタント食品）
- 自動車（良好な整備状態の維持，燃料はタンク半分以上を保持）
- 生活必需品（乾電池，トイレトペーパー等）
- 衣類（長袖，長ズボン，履物は靴底の厚い頑丈なもの）
- 家族等への連絡手段（緊急時の連絡手段をあらかじめ決めておく。携帯電話は緊急事態時，使用できない可能性が高い。）
- 救急医薬品（常備薬，外傷薬，消毒用石鹸，絆創膏等）
- 懐中電灯，ローソク，マッチ，ライター，缶切り，ナイフ，割り箸
- パスポート及び写真面，査証面の写し
- クレジットカード紛失時の連絡先，その他必要書類のコピー
- 緊急時の連絡先リスト（財布等に携行する）
- 国外・国内退避時の非常持ち出し品リスト及び退避先リスト

※ 生活物資は最低7日分の生活を想定して準備する！

### ● 用意した方がいい物

- 短波ラジオ（電池仕様のもの）NHKラジオワールドを受信

11945kHz (放送時間帯 19:00～21:00) 日本語放送

15290kHz (同上 10:00～12:00) 日本語放送

15130kHz (同上 21:00～23:00) 日本語放送

7410kHz (同上 07:00～07:30) 英語放送

※ 時間はいずれもボツワナ時間です。

緊急事態発生の際には，現地報道，海外報道，衛星テレビ等の視聴による情報収集に各自心掛けてください。当地の英語ニュースが聴取できるラジオ放送は次の通りです。

RB1	89.9FM
Duma FM	93.0FM
Gabs FM	96.2FM
RB2	103.0FM
Yarona	106.6FM

● 忘れないでください！

- 在留届と出国届（ボツワナ国内での住所や電話番号の変更があった時も、必ず大使館に連絡してください。）
- ご自身の電話番号、Eメールアドレスの大使館への登録（大使館から防犯情報等のお知らせメールを配信します。）
- 外務省渡航情報（ボツワナ）のチェック  
（インターネット：<http://www.mofa.go.jp/anzen/>）
- 日本の親族との定期連絡
- 長期間ボツワナや自宅を離れる際は信頼できる知人等へ通報（大使館でも可）
- パニックボタン等の警備機器の確認（設置場所、機能点検等）
- 各種保険（旅行保険、車両保険等）の加入・更新
- 旅券の残存有効期間（6か月以上）の確認、緊急連絡先欄の記載事項の確認。
- 現金（米ドル、南ア・ランド、ボツワナ・プラ）、クレジットカード等の確認