

トルコ生活安全の手引き

2026年4月

在トルコ日本国大使館

Reşit Galip Cad. No.81 G.O.P Ankara

Tel: 0312-446-0500(24hours) Fax: 0312-437-1812

website: www.tr.emb-japan.go.jp

e-mail: ryoji@an.mofa.go.jp (領事班)

開館時間 9:00-17:30 (月-金 ただし13:00-14:30除く)

はじめに

皆さん、ようこそトルコへ。

トルコ国民の多くは大変親日的であり、中東地域の中では比較的治安が良く、日本人が生活する上で安全面の心配は諸外国に比べれば少ないと考えられます。また、世界の三大料理の一つとも言われるトルコ料理のほか、歴史的建造物や大
自然の景色等、日本人に人気の観光地がたくさんあります。

他方、観光地や繁華街等では、事件事故やお土産品の購入をめぐるトラブル等、楽しいトルコへの旅行が台無しになった例もあります。

また、テロ事件に関し、2025年中は12月にトルコ西部のヤロヴァ県でテロ対策中の警察官3名が死亡する戦闘が発生したほか、9月にはイズミル県の警察署で警察官2名が死亡する銃撃テロ、2024年中は10月にアンカラ郊外の防衛産業関連企業で施設関係者ら5名（うち2名は実行犯）が死亡する銃撃テロ、1月にはイスタンブールの教会で一般市民1名が死亡する銃撃テロが発生するなど、引き続きテロに対する注意も必要です。

日本国大使館から適宜、安全に関する情報を提供していますが、皆さんも、「ここは外国であり、文化も習慣も決して同じではない」ということを十分御認識いただき、常に身の安全に気を配りつつ、楽しく快適なトルコでの生活をお送り下さい。

この手引きが、皆さんがトルコで安全な生活を送る上で、お役に立つものになれば幸いです。

2026年4月
在トルコ日本国大使館

目 次

I 防犯の手引き	
1 治安情勢	1
(1) 一般治安	
(2) テロ	
2 日本人の犯罪被害例	1
(1) 盗難	
(2) すり	
(3) ひったくり	
(4) ニセ警官による金品詐取及び強盗	
(5) 路上強盗	
(6) 詐欺	
(7) 暴力バー	
(8) 性犯罪	
(9) 傷害	
(10) 昏睡強盗	
(11) 落馬事故	
3 犯罪の被害から身を守るために	5
(1) 身を守るための基本	
(2) 住居の安全	
(3) 外出時の安全	
4 気をつけてください!	6
(1) 写真撮影に注意!	
(2) 薬物犯罪に注意!	
(3) 不法就労に注意!	
(4) パスポートの有効期間に注意!	
(5) 政治的活動に注意!	
(6) 不敬罪に注意!	
(7) 骨董品の購入・持ち出しに注意!	
(8) 喫煙にご注意!	
(9) 植物や昆虫等の違法採取に注意!	
5 交通事情と安全対策	8
(1) トルコの交通事情	
(2) 事故が発生した場合	
(3) 運転免許証について	
6 テロの被害に遭わないために	9
7 一般生活上のアドバイス	9
(1) 風俗, 習慣	
(2) 国民性	
(3) 医療事情、衛生事情	

II	緊急事態対処の手引き	
1	普段からの備え	10
	(1) 在留届の提出	
	(2) 緊急時連絡方法の申し合わせ	
	(3) 移動手段の備え	
	(4) 情報収集	
2	緊急携行品の準備	12
3	緊急事態が発生したら?	12
	(1) 家族の無事を確認しましょう	
	(2) 日本の家族や関係者に連絡しましょう	
	(3) 情報収集に努めましょう	
	(4) 避難するかどうは見極めましょう	
4	避難するときには注意しましょう	13
5	大使館からの緊急事態時のお願い	13
	(1) 大使館の対応	
	(2) 留意事項 (これだけはお願いします)	
III	参考資料	
1	緊急連絡先	14
2	ホームページのご案内	14
3	いざというとき役に立つトルコ語	14

I 防犯の手引き

1 治安情勢

(1) 一般治安

2017年以降、トルコ内務省は犯罪統計を公表しておらず、犯罪傾向を分析することは困難ですが、一般治安情勢が特に悪化している状況は、今のところ認められません。

しかしながら、トルコ国内で一見して外国人と分かる日本人は、詐欺や盗難等のターゲットになり易いので、十分な注意が必要です。

また、近年、薬物に関連する犯罪が増加傾向にあることから、身近なところにも薬物犯罪の危険性が潜んでいることを意識して行動して下さい。

(2) テロ

2025年中は、12月にトルコ西部のヤロヴァ県で対ISIL作戦中の警察とISIL関係者との間で銃撃戦が発生し、警察官及び警備員12名が死傷、9月にイズミル県でISILの影響を受けて過激化したとみられる少年による警察署襲撃テロが発生し、警察官4名が死傷、2024年中は10月に首都アンカラで、クルド労働者党(PKK)による防衛産業関連企業に対する銃撃テロが発生し、施設関係者ら5名(うち2名は実行犯)が死亡しました。

※トルコ国内の詳しい治安情勢等は、外務省海外安全ホームページをご覧ください。

<https://www.anzen.mofa.go.jp/>

2 日本人の犯罪・事故被害例

日本人が実際に被害者となっている事例と、これに対する防犯対策は次のとおりです。

(1) 盗難

○事例 中級以下のホテル室内での盗難事件、店内で買い物中の隙を狙ったポーチやハンドバッグ、デイパック等の盗難事件、駐車中の車に置き忘れた貴重品を狙う車上ねらいが発生しています。

○対策 身の回り品、特にパスポートや現金、その他貴重品の保管管理には十分気を付けて下さい。

(2) すり

○事例 人混みに紛れて、着衣のポケットやカバン類から財布を抜き取る手口のほか、複数で取り囲み、話し掛けたり物売るふりをして強引に金品を抜き取り、また、喧嘩を装い故意にぶつかって被害者を巻き込み、その間に財布を抜き取るという手口が見られます。

○対策 目的地を探すため路上で地図を見たり、ショーウィンドウをのぞき込んだりしている時は、身の回りへの警戒心が緩みがちです。どのような時でも、決して隙を見せないよう心掛けて下さい。

(3) ひったくり

○事例 車やオートバイに乗って、あるいは走りながらショルダーバッグやハンドバッグ等の手荷物をひったくる手口です。

○対策 道路側に手荷物をさらさないよう気を付けて下さい。また、ひったくりの被害に遭った際、抵抗するとそのまま引きずられて大けがをしたり、場合によっては命に関わることもあります。ひったくりのターゲットにされないよう、手荷物を道路側にさらさないなどの防犯対策を意識してください。

(4) ニセ警察官による金品詐取及び強盗

○事例 警察官と称して、英語や日本語で「偽札事件の捜査をしているので財布を見せて欲しい」などと申し向け、被害者が気付かないうちに財布から現金やクレジットカード等を抜き取る手口が見られます。

○対策 日本とは捜査手法が異なる部分があるとはいえ、トルコでも事件捜査でいきなり財布を出させることはありません。

不審に感じたら、まず本当に警察官かどうかを確認するため、トルコの私服警察官が携行している「Polis」と書かれた写真入りのカード型身分証の提示を求めて下さい。

(当館注:トルコではテロ対策や各種犯罪抑止のため、外国人に対する職務質問が多く行われています。職務質問は制服警察官だけでなく、私服警察官が行うことも多く、パスポートやIDカードの提示を求められます。警察官であることがわかれば、素直に応じて下さい。)

(5) 路上強盗

○事例 旅行者を装い親しく声を掛けて人気のない場所に連れて行き、待ち伏せしていた仲間と共に暴行を加え、金品を強奪するという手口です。

○対策 たとえ親切にされ意気投合したとしても、初対面の人を全面的に信頼し、相手の言いなりになってはいけません。

また、買い物の際は、多額の現金を所持していることがわかるとターゲットになる可能性があります。支払いの際には財布の中身を見られないよう注意して下さい。

なお、トルコでは特別な許可があれば銃器の所持が認められており、強盗犯も銃器を所持している可能性があります。むやみに抵抗することは厳に控えて下さい。

(6) 詐欺

ア 悪徳じゅうたん販売

○事例 安いじゅうたんに非常に高い値段をつけておき、大幅に割り引いたと思わせて売り付けたり、プレゼントすると言いながら、通関手続に必要だとして高額な料金を請求するという手口が見られます。

○対策 従業員は、日本人旅行客に日本語で話し掛け、巧妙に警戒心を解き、高額なじゅうたんを売り付けてきます。購入後の返品は困難なので、怪しいと思ったら毅然とした態度で断りましょう。じゅうたんの購入を考えているなら、事前に十分なりサーチを行い、信頼の

おける店で納得してから購入することをお勧めします。

イ 結婚（恋愛）詐欺

○事例 トルコでは日本人女性（男性）を狙った詐欺が報告されています。トルコ人男性（女性）が、時には流ちょうな日本語を使い気さくに声を掛けてきて、交際や結婚を申し込み、相手をその気にさせてから借金の肩代わりや商売への出資を持ち掛けるなど、言葉巧みに金品をだまし取るというものです。

○対策 たとえ親切にされたとしても、初対面の人を全面的に信頼し、相手の言うことを鵜呑みにすることは危険です。外国人、特に人の良い日本人を騙そうとする者が多くいることを常に念頭においてください。

また、近年では出会い系サイトやSNSを通じた詐欺被害も増加しているので注意が必要です。

ウ 高額現地ツアー

○事例 トルコ国内へのツアーを提供する旅行会社の中には、路線バスのチケットや安いホテルの予約をただで「観光ツアー」と称して高額な代金を請求する悪徳業者もいます。ツアーに参加してから、内容のひどさから返金を求めても、業者は返金に応じることはありません。

○対策 現地観光ツアーに参加する場合には、事前に日本から信用のある業者を通して予約するか、一つの業者の説明を鵜呑みにすることなく、複数の業者を回り、内容を良く吟味した上で参加することをお勧めします。

エ クレジットカード詐欺

○事例 じゅうたん店や土産物屋等で、クレジットカードで決済する際、店側が本来の値段より遙かに高い金額を入力して決済させたり、「うまく決済できない」と言って何度も同じ金額で決済（暗証番号を入力）させる手口があります。

○対策 まず、買い物は信頼できる店であることをお勧めします。暗証番号を入力する機械には、画面上に決済する金額が表示されているので、よく確認してから暗証番号を入力して下さい。また、金額の表示については、日本と異なり、「.」が千の位と百の位の間に打たれ、「,」が小数点を表すことが一般的ですのでご注意ください。（トルコの金額表示ではトルコ・リラ未満の補助通貨単位「クルシュ」も表示されていることがあります。「×××, 00」と表示されていれば、下2桁の「00」は「クルシュ」を表示しています。「×××. 000」と表示されていれば、下3桁の「000」はトルコ・リラを表示しているので御注意ください。）

また、御自身のクレジットカード利用限度額の残りを把握し、十分決済できるはずなのに店側が「決済できない」と言ってきた場合は、機械から印刷されるレシート（トルコ語で記載されている）を受け取り、信頼できるトルコ語を解する人に確認してもらうと良いでしょう。

う。

(7) 暴力バー

○事例 男性旅行者を対象とした、いわゆる「ぼったくり」も発生しています。現地で知り合ったトルコ人男性（外国人旅行者のふりをしたトルコ人を含む）から「知っている店があるから一緒に飲みに行こう。」などと誘われます。店では女性が隣に座って接客に当たるほか、一緒に飲食をします。いざ支払いになると、サービスに見合わない数万円から数十万円に相当する金額を請求され、支払いを渋ると別室に連れて行かれ、大柄で強面の男達に囲まれ支払いを強要されるというものです。

○対策 たとえ意気投合したとしても、初対面の人を全面的に信頼し、相手の言うことを鵜呑みにすることは危険です。また誘惑に駆られて怪しい店で飲酒した場合、海外では時には命の危険を伴うおそれもあるので、十分に御注意下さい。

(8) 性犯罪

○事例 日本語や英語で口説かれ、アルコール度数の高い酒で酔わされ乱暴された事例、じゅうたん屋の奥の部屋で襲われた事例、道案内を装い車に乗せられ、人気のない場所で乱暴された事例、ツアーガイドに乱暴されそうになった事例等が発生しています。

○対策 特に女性の個人旅行者が被害にあうケースが多く見られます。最初は軽い接触から相手の反応を見て、行為をエスカレートさせることもよくあるので、早いうちに拒否反応を示すなど、隙を見せないことも大切です。

(9) 傷害

○事例 地方都市の公園で見知らぬ男二人組と口論となり、刃物で足を切りつけられた事例があります。

○対策 口論の相手が銃器や刃物を所持していることも考えられますので、十分に気を付けましょう。万が一襲われそうになった場合は、すぐにその場から離れ、警察に通報して下さい。

(10) 昏睡強盗

○事例 レストラン等で食事した際、睡眠薬を盛られたことに気付かず、気付いた時にはパスポートや財布等、全て盗まれていた。

○対策 食事中は周囲に気を配り、他の客や店員の態度等で不審な点があれば、場所を変えるなどの対策をとることが必要です。

(11) 落馬事故

○事例 トルコ有数の観光地であるカッパドキアではここ数年、乗馬ツアーの人氣が高まっていますが、それに伴い、落馬による重傷事案が複数発生しています。車のクラクション音に驚いた馬が突然暴れ、落馬して頭部挫傷の重傷を負った事例、最後尾の馬が突然走り出し、前を歩いていた馬も一緒に走り出して複数名が落馬し、頭部挫傷や胸部、腕の骨折等の重軽傷者を出した事例等があります。

○対策 落馬事故増加の主要原因は、急激な需要増加による乗馬ツアー業者の急

増です。観光業界ではヘルメットの装着等の安全対策を指示していますが、上記事例の場合も含め、遵守されていない状況が散見されます。乗馬ツアー業者を選ぶ際は、安全対策が遵守されているか、ツアー開始前のインストラクションがしっかり行われているか、相場に比べ安価すぎないか（相場の半値のツアーは危険です。）、事故時の保証に関する説明があるかなどを確認し、信頼できる業者かどうか総合的に判断して下さい。また、落馬時は高所からの落下になるので、重症化しやすいと言えます。頭部挫傷等の重症の場合、入院治療費は数百万円となることも多く、ほとんどの場合、クレジットカード付帯保険ではカバーしきれないので、事前に海外旅行保険に加入することを強くお勧めします。

3 犯罪の被害から身を守るために

犯罪の被害から身を守るため、以下のようなことに気を付けて下さい。

(1) 身を守るための基本

- 日本では考えられないようなことが、突然起こるということを認識しましょう。
- 何かあったときにどうするか、普段から日本の家族や関係者と話をしておきましょう。
- どんなに親切にされても、警戒は怠らないようにしましょう。
- 流ちょうな日本語で、ほめ言葉やおだてを言う人には関わらないようにしましょう。
- 犯罪の被害にあったときには、まず身の安全を第一に考えて行動しましょう。
- 生活の安全に関して相談したいことがあれば、大使館・総領事館に連絡しましょう。

(2) 住居の安全

- 泥棒等の犯罪を防ぐには、侵入しにくい1階（日本の2階に相当）以上を選定する方が良いでしょう（特に一人暮らしの女性）。
- 建物の入口で相手を確認してから中に入れることができる構造が良いでしょう。
- 家にいるときや短時間の外出時にも必ずカギをかけましょう。
- 窓のカギも忘れずかけましょう。
- 玄関のカギは二つ以上付けることが望ましいでしょう。
- できれば引っ越した先のカギは替えてもらいましょう。
- 見知らぬ来訪客は、ドアスコープ、インターホン越しに対応しましょう。これらの設備がない場合でも必ずドアチェーンをしたままで対応しましょう。容易にドアを全部開けてはいけません。
- 長期間外出する時は、貴重品は家に置かないようにしましょう。
- 見知らぬ人からの手紙や荷物の開封には、十分注意しましょう。
- 使用人やカプジュ（管理人）が信頼できるかどうか、よく確かめましょ

う。

(3) 外出時の安全

- 貴重品には常に気を配りましょう。
- 車に乗る前には、不審な点がないか点検しましょう。
- 道路を歩く時は、かばんやハンドバッグ等は建物や壁側に持つようにしましょう。
- ひったくりの被害に遭った時は、大声を出しましょう。また、引きずられてケガをしないよう、必要以上に抵抗しないようにしましょう。
- トルコはイスラム教徒が大半を占める国で、地方によっては非常に保守的な風習が残っていることから、過度に肌を露出した服装は控えましょう。
- 夜間の一人歩きは、できるだけ避けましょう。
- 夜間、一人でタクシーを利用する時は、流しのタクシーではなく、配車アプリやタクシー営業所から呼べるタクシーを利用しましょう。

4 気をつけて下さい！（トラブルにならないために）

(1) 写真撮影に注意！

許可を得ないで軍、警察・政府関係施設や各国大使館の撮影はしないで下さい。無断で写真撮影すると、逮捕・拘留されることもあります。どうしても記念撮影をしたい場合は、あらかじめ施設関係者に許可を申し出て下さい（ただし、許可されるとは限りません。）。

要人の滞在するホテル周辺等では、警護担当者が撮影を禁止する場合があります。

また、博物館や美術館でも撮影禁止の場所があるので、あらかじめ施設管理者の注意事項を確認して下さい。

(2) 薬物犯罪に注意！

トルコは、地理的に薬物密輸のルートになりやすいため、薬物犯罪対策に力を入れており、薬物の不法所持には厳しい刑罰が科せられます。

薬物犯罪に巻き込まれないため、次のようなことに御注意下さい。

- 誘い掛けには絶対に興味を示さないで下さい。
- トルコ人等に小包等の運搬を依頼されて引き受けたが、実は中身が違法薬物で、出入国時にそれが発覚し、逮捕される事案も発生しています。そういった依頼は絶対に引き受けしないで下さい。
- なお、鎮静剤等の医薬品で、麻薬類の成分を含有するものを携行する場合には、医師の診断書・使用許可証等を取得・携帯しておくことをお勧めします。

(3) 不法就労に注意！

就労査証を取得せず就労していることが発覚した場合、罰金や国外退去処分等の措置に処せられます。

また、2012年2月から、滞在許可証（イカメット）の発給を受けない短期滞在者の滞在期間は、「180日間の内に合計90日間を超えないもの」との運用変

更が行われました。不法就労だけでなく、滞在期限前に一旦トルコから出国しても、上記180日間の内に合計90日間を超えての滞在はできません。上記期間を超える滞在を予定している方は、①既にトルコ滞在中の方は各県移民局で滞在許可証の発給を受ける、②トルコ長期滞在予定の方は在京トルコ大使館で査証を取得し、入国後1か月以内に各県移民局で滞在許可証の申請を行う、のいずれかの対応を行って下さい。

(4) パスポートの有効期間に注意！

2015年1月1日より、トルコ入国にあたり、60日以上の有効期間があるパスポートが必要になっていきますので、入国の際はパスポートの有効期間が十分にあるか御確認下さい。

(5) 政治的活動に注意！

トルコは、反国家・政府的な政治関係出版物・活動、SNS投稿、政治犯に対する取締りが非常に厳しく、過去に、政府と敵対する宗教団体（FETO）のメンバーと接触した日本人留学生が、当局から監視されたケースがあります。また、政治団体事務所を訪問した日本人旅行者が当局により尋問を受けたケースもあります。

デモ等は市街地で行われることが多い上、これに対する警察の規制は厳しく、放水や催涙ガス等、実力行使で鎮圧に当たることもあるので、巻き添えにあわないためにも絶対に近づかないで下さい。

(6) 不敬罪に注意！

トルコ共和国建国の父、ケマル・アタテュルクを冒瀆するような行為（批判、悪口等）は処罰の対象となります。邦人観光客が、小学校の校庭に設置されているケマル・アタテュルクの胸像頭部にトマトを載せて写真撮影し、警察に一時身柄を拘束された例もあります。また、国旗に対する冒瀆も処罰となります。

(7) 骨董品の購入・持ち出しに注意！

骨董品の国外持ち出しは、～10年の懲役または罰金刑が設けられています。この法律は、過去に多くの文化財等の骨董品が国外に持ち出されたために制定されたものです。たとえ保護対象と知らなくても罪に問われるので、一般の土産店でも骨董品らしき物品（古いじゅうたんを含む）の購入には注意が必要です。

また、遺跡やその周辺では、落ちている石を拾ったつもりでも、遺跡の一部である可能性があります。記念として持ち帰ることがないように十分お気を付け下さい。

(8) 喫煙に注意！

2008年7月から建物内での喫煙を規制する法律が施行されました。導入から一定期間は、レストランやクラブでの喫煙は例外として許されていましたが、2009年7月からは、例外なく建物内での喫煙は禁止され、違反すると罰金を科されることとなります。

(9) 植物や昆虫等の違法採取に注意！

トルコ国内に自生する植物や生息する昆虫等を無断で採集すると、例え違法だと知らなかったとしても罰せられます。2015年に邦人が禁止区域と知らず昆虫を採取し高額の罰金が科せられています。

5 交通事情と安全対策

(1) トルコの交通事情

トルコは、道路事情が悪い上に交通事故も多く、交通環境は日本と比べかなり悪い状況です。市街地の道路には、配管工事の際に掘られた跡がそのまま放置され、所々凹凸があつたりするなど、これらにタイヤを取られないよう運転には注意が必要です。また、郊外の道路は、照明が不十分なので、夜間の運転は特に注意が必要です。

交通マナーも非常に悪く、信号無視、一方通行の逆走、猛スピードで乱暴な運転をする車両が多数見られます（特にタクシー、「ドルムシュ」と呼ばれるミニバス）。事故に巻き込まれないため、常に防衛運転の意識を持って運転しましょう。

市街地でも信号と横断歩道の位置関係が分かりにくく、歩行者を優先する車両はほとんどいないので、街中を歩いて移動する際も十分な注意が必要です。また歩行者自身のマナーも決して良いとは言えず、赤信号でも、車両の間を縫うようにして道路を横断するため、御自身が運転する際も注意が必要です。なお、公道における自転車の使用はお勧めできません。

郊外の道路は、比較的交通量も少なく、一見走りやすい道路が多いですが、その分スピードを出す車も多く、対向車線にはみ出して無理な追い越しをする車も見られます。ウインカーを出さずに右左折や無理な割り込みをする車も非常に多いです。また、日本では見られないほど急傾斜の坂道が多く、そういった道路では必然的にブレーキを踏んでからの停止距離が伸びることを意識しましょう。さらに、急傾斜の頂上付近では対向車の発見が遅れるので注意しましょう。

また、交通上のトラブルから喧嘩に発展することも多く、中には拳銃やドネルナイフ（長刀）を持ち出す事案も発生しています。相手の交通マナーが気に障ったとしても、安易ににらみつけたり、暴言を吐いたりするのはやめましょう。

(2) 事故が発生した場合

事故に遭った場合には、車を移動させず、事故時の状況を保ったまま、直ちに警察に通報して下さい。（車を端に寄せる必要はありません）。警察官の到着後、実況見分が行われますが、自らの聞き取りが終わっても、すぐには事故現場から離れないで下さい。事故の相手方が自身に有利な調書に書き直すよう警察官に要求する場合があります。

2008年4月1日から物損交通事故の新処理システムが導入され、事故当事者全員が同意していれば、当事者同士で事故状況レポートを作成できるようになり、警察官の現場臨場が必要なくなりました。しかしながら、この事故状

況レポートを作成するには相当のトルコ語能力が必要です。物損交通事故の場合でも、警察に通報することをお勧めします。

(3) 運転免許証について

○ 日本の運転免許証をお持ちの方

大使館又は総領事館の発給する自動車運転免許証抜粋証明（日本の運転免許証の翻訳）を取得することで、入国後6か月に限り運転することが可能です。

○ 6か月以上トルコに滞在し、自動車を運転される方

入国後6か月を超えてトルコに滞在する場合には、トルコの運転免許証を取得するか、国際運転免許証（有効期間1年）を取得してください。

なお、過去には日本の運転免許証をトルコの運転免許証へ切り替えることができましたが、現在はできなくなりましたので御注意下さい。

6 テロの被害に遭わないために

最近のテロ事案は、警察や軍の施設、観光スポット等がテロ活動の対象となっています。これらの場所に行く際には注意が必要です。また、地下鉄や電車、バス等の公共交通機関もテロの対象となる可能性があります。突発的に発生するテロ事件に巻き込まれないようにするのは非常に難しいですが、次のようなことに御留意下さい。

○ 警察、軍、政府施設、政党事務所、大型ショッピングセンター等のテロの標的になりやすい施設にはできるだけ近づかないで下さい。

○ 外出先が危険な場所かどうか、御自身であらかじめよく調べて下さい。

○ 放置されたカバン、バック、袋、包み等の不審物に近づかないで下さい。

○ 公園のベンチ等を利用する際には、足元や周囲に不審な物がないか常に気を配って下さい。

○ 周囲に警察官や警備員が見当たらず、また、入口でのセキュリティチェックが行われていないなど、警備が十分施されていない施設の利用は控えて下さい。

○ 街頭で人が集まっていたり、爆発音が聞こえたなどの不審な動向があった場合には、野次馬にならず、速やかにその場から離れて下さい（参集者を狙った二次攻撃のおそれがあります）。

○ 大使館・総領事館からの治安に係る情報提供内容を確認し、家族や同僚等と最新の情報を共有して下さい。

また、こういった事件に遭遇した場合には、あわてることなく、周りの状況を見ながら落ち着いて行動するとともに、直ちに家族や大使館・総領事館に連絡するようにしましょう。

7 一般生活上のアドバイス

(1) 風俗、習慣

トルコ国民のほとんどがイスラム教徒なので、イスラム教批判や宗教論議は行わない方が賢明です。また、宗教色の強い保守的な地域（主として農村部や南東部）では、肌を過度に露出するような服装は控えましょう。

飲酒は他のイスラム教国と比べれば自由であり、都会や観光地では、多くのレストランで飲酒ができるほか、商店での購入も容易です。ただし飲酒運転、泥酔・酩酊して他人に迷惑をかける行為は厳しく罰せられます。

(2) 国民性

一般的に明るく親切で、概して親日的と言われていています。

(3) 医療事情、衛生事情

旅行者の食中毒が多く発生しています。腹痛、発熱、下痢の際には医療機関を受診してください。水道水は飲用できませんが、うがいや歯磨きには使用できます。飲料水は市販のミネラルウォーターをお飲み下さい。

医療機関でも、英語が通じないところがあるので、受診前にあらかじめ確認しておくことをお勧めします。また、医療費は欧米並みに高額になるので、事前に海外旅行保険への加入をお勧めします。

狂犬病、食事から感染するA型肝炎、B型肝炎、腸チフス、咳で感染する結核に注意しましょう。狂犬病に関しては、大型の野犬が多く徘徊しており、特に子供は咬まれた場合に重症化しやすく危険です。また、狂犬病は犬だけでなく、猫や他の野生動物に咬まれたり、引っかかれた場合も感染する可能性があるため、安易に野良猫に触れたりその他の野生動物には近寄らないようにしましょう。もし野犬等に咬まれたり、引っかかれた場合には、医療機関ですぐに狂犬病の予防接種を受けましょう。

※ トルコの詳しい医療事情は、次のホームページをご覧ください。

○ 在トルコ日本国大使館ホームページ・トルコ医療情報

https://www.tr.emb-japan.go.jp/itpr_ja/J_07_01.html

II 緊急事態対処の手引き

2023年2月にトルコ南東部で発生した最大マグニチュード7.7の大型地震では、多くの方々が犠牲になりました。緊急事態に備えて普段からどういう準備をすべきか、いざ発生した時にどう対応するか等について、簡潔に御説明します。

※ ここでいう「緊急事態」とは、例えば、

○ テロ

○ 大地震や大洪水などの大規模災害

○ 内乱やクーデター、暴動、戦争

といった、皆さんの身の安全が脅かされるおそれがある事態のことを言います。

1 普段からの備え

(1) 在留届の提出

法律により、外国に住所又は居所を定めて3か月以上滞在する日本人は、住所又は居所を管轄する日本の大使館又は総領事館（在外公館）に「在留届」を提出するよう義務付けられています。住所等が決まったら、下記「在留届」（ORRネット）ホームページ（下記QRコード）を通じて、速やかに在外公館に在留届を提出して下さい。また、3か月未満の短期滞在旅行者は、下記「たびレジ」ホームページ（下記QRコード）を通じて「たびレジ」に登録して下さい。

登録いただいた皆様には、安全情報等を逐次、メールで送信しますので、情報収集の一助として下さい。

在留届で届出た内容に変更が生じた場合（帰国、転居する際や、連絡先（電話番号やメールアドレス等）が変わった場合）には、必ず同ORRネットホームページを通じて変更手続きを行って下さい。紙媒体で大使館へ提出した方は、電話またはメールで変更の連絡をお願いします。

万が一、緊急事態が発生した場合には、大使館から在留届や「たびレジ」の情報をもとに皆様の連絡先を確認し、安全確認や必要な援護を行います。

「在留届」（ORRネット）



<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/index.html>

「たびレジ」



<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/index.html>

(2) 緊急時連絡方法の申し合わせ

○ 家族の間で

- ・ 電話で連絡が取れなくなったときの連絡方法
- ・ バラバラになったときの集合場所

をあらかじめ決めておきましょう。

- #### ○ 日本の家族や関係者に、複数の緊急連絡先とともに、緊急事態が起こったらどうするかを伝えておきましょう。

(3) 移動手段の備え

- 飛行機のチケットがすぐに購入できる場所（旅行代理店など）をチェックしておきましょう。
- 車をお持ちの方は、こまめにガソリンを補給して十分な量を保っておきましょう。
- 車が使用できなくなった時に備え、その他の交通手段や経路を調べておきましょう。

(4) 情報収集

- 新聞やテレビ、インターネットでニュースをチェックし、トルコやその周辺国を巡る情勢について、常に関心を持つようにしましょう。
- 家族・同僚・友人等と常に情報を共有するようにしましょう。

2 緊急携行品の準備

次のようなものを、いつでもすぐに持ち出せるようにしておきましょう。

- パスポート
- 滞在許可証（イカメット）
- 現金
 - ※ トルコリラと米ドル等の外貨
- クレジットカード
- 水、食料
 - ※ 一人3～4日分あるとよいでしょう。
 - ※ 簡単に持ち運べるよう、あらかじめリュック等に入れておきましょう。
- 携帯電話
 - ※ 充電器やモバイルバッテリーがあれば良いでしょう。また、衛星携帯電話など、複数の通信手段を用意しておくとうるに良いでしょう。
- 薬
 - ※ 普段から飲んでいる薬がある場合は、必ず持ち出しましょう。
- メモ帳・筆記用具
- ラジオ
- 地図・ガイドブック
- 懐中電灯
- マッチやライター

3 緊急事態が発生したら？

(1) 家族の無事を確認しましょう。

- 家族間で無事を確認し、みんなでできるだけ早く安全な場所に集まりましょう。
- 近くに日本人が住んでいれば、お互いに助け合い、一緒に行動するのが良いでしょう。
- いつまでも連絡が取れない家族がいる場合には、直ちに大使館に連絡し

て下さい。

(2) 日本の家族や関係者に連絡しましょう。

- 日本の家族や関係者に無事であることを連絡しましょう。
- 家族や関係者に連絡できなければ、大使館に連絡して下さい。電話、FAX、メール等、どのような方法でも結構です。

(3) 情報収集に努めましょう。

- テレビやラジオ、インターネットなどを通じて関連情報の収集に努めましょう。
- 流言飛語が飛び交うおそれがあります。周囲の状況をよく見極めてから判断しましょう。

(4) 避難するかどうか見極めましょう。

- 空港が閉鎖されることもあり得ます。できるだけ早めに自力で避難することが賢明です。
- あわてず落ち着いて行動しましょう。
- 避難が困難な事態に陥った時には、大使館に連絡して下さい。

4 避難するときには注意しましょう。

- 自主的に退避する時は、必ず大使館に連絡して下さい。
- 身動きがとれなくなり避難できなくなった時や避難に危険を感じた時には大使館に連絡して下さい。
- どこへも避難する場所がなくなった場合の最終的な避難先は、アンカラにある大使館若しくは大使公邸となります。
 - ※ 在トルコ日本国大使館：Reşit Galip Cad.No.81 G.O.P. Ankara
 - 在トルコ日本国大使公邸：Atatürk Bulvarı No.255 Çankaya Ankara
- イスタンブールの方が近い方は、在イスタンブール日本国総領事館に連絡して下さい。
 - ※ 総領事館：Tekfen Tower, 10th Floor, Büyükdere Cad. No. 209
4th Levent 34394, İstanbul
Tel: 0212-317-4600
- 避難途中に家族がはぐれることがないよう気を付けましょう。
- 混乱に乗じた犯罪や弱みにつけ込んだ悪質な行為の発生も考えられるので、十分注意しましょう。

5 大使館からの緊急事態時のお願い

(1) 大使館の対応

大使館では、緊急事態が発生、またはその蓋然性が著しく高まった場合には、館内に「緊急事態対策本部」を設置し、

- ・ 関連情報の収集・提供
- ・ 在留邦人（旅行者）の皆さんへの安否確認、連絡、支援活動の実施
- ・ 日本から寄せられる安否確認への対応

等に全力を尽くします。

緊急事態対策本部の電話番号は、大使館の代表番号(0312-446-0500)です。大使館への電話が殺到し、回線がふさがることが予想されますので、電話が繋がらない場合には日本外務省(+81-3-3580-3311)に連絡して下さい。

※ +81は0081とダイヤルしてください。

(2) 留意事項 (これだけはお願いします)

緊急事態発生時、自分が安全な場合、つつい家族や関係者への「無事の連絡」を忘れ、大使館等から本人に連絡がつかず、安否確認に時間を要するというケースが度々あります。

したがって、安全が確保されていて問題がない場合でも、「自分は無事だ」ということを大使館と日本の御家族や関係者に連絡することをお願いします。

III 参考資料

1 緊急連絡先

◎ 112番(下記機関共通)

警 察 (国内共通)

交通警察 (")

ジャンダルマ (")

消 防 (")

救急車 (")

沿岸警備隊 (")

◎ 在トルコ日本国大使館 0312-446-0500

◎ 在イスタンブール日本国総領事館 0212-317-4600

◎ 日本国外務省 +81-3-3580-3311

2 ホームページのご案内

○ 在トルコ日本国大使館

https://www.tr.emb-japan.go.jp/itprtop_ja/index.html

○ 在イスタンブール日本国総領事館

http://www.istanbul.tr.emb-japan.go.jp/index_j.html

イスタンブール安全の手引き

[https://www.istanbul.tr.emb-](https://www.istanbul.tr.emb-japan.go.jp/consulate_j/ryoji/istanbul_safety_guide.pdf)

[japan.go.jp/consulate_j/ryoji/istanbul_safety_guide.pdf](https://www.istanbul.tr.emb-japan.go.jp/consulate_j/ryoji/istanbul_safety_guide.pdf)

○ 外務省 (日本語)

<http://www.mofa.go.jp/mofaj/>

○ 外務省海外安全ホームページ

<http://www.anzen.mofa.go.jp/>

○ トルコ外務省

<http://www.mfa.gov.tr/default.en.mfa>

3 いざというときに役に立つトルコ語

- 助けて！ imdat (イムダット)
- 警察を呼んで！ polis çağırın (ポリス チャールン)
- 泥棒！ hırsız (フルスズ)
- 人殺し！ katil (カーティル)
- 爆弾 bomba (ボンバ)
- 交通事故 trafik kazası (トラフィック カザース)
- 救急車 ambulans (アンブランス)
- 病院 hastane (ハスターネ)
- 火事 yangın (ヤングン)
- ~はどこですか？ ~nerede? (~ ネレデ?)
- 日本人です Ben Japonum (ベン ジャポヌム)
- 日本大使館 Japonya Büyükelçiliği
(ジャポonya ブユックエルチリイ)
- 日本総領事館 Japonya Başkonsolosluğu
(ジャポonya バシュコンソロスルウ)
- 日本大使館と連絡が取りたい
Japonya Büyükelçiliği ile görüşmek istiyorum
(ジャポonya ブユックエルチリイ イレ ギョルシュメッキ イスティヨルム)