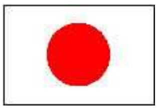
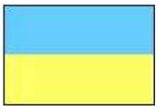
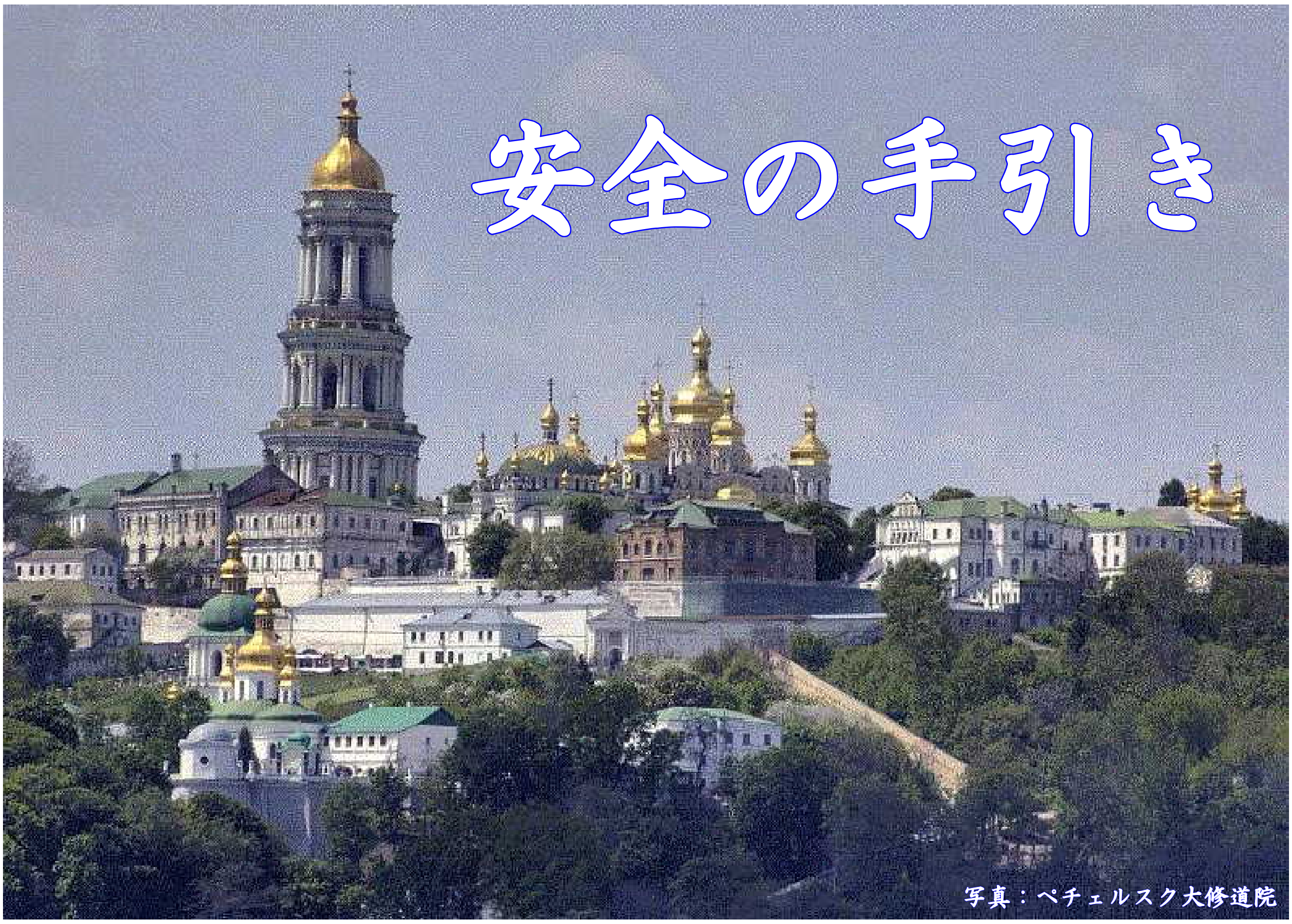
令和４年１月







安全の手引き

写真：ペチェルスク大修道院

この「安全の手引き」は、ウクライナに滞在される皆様がより安全で、より充実した生活を守るための一つの目安として、どのような点に気を付けたらよいのか、また、万が一何らかの事故や緊急事態に遭遇した際にはどのように対処したら良いか、などの注意事項について取り纏めたものです。皆様の一助となれば幸甚です。

在ウクライナ日本国大使館

所在地：４，Muzeiny　Lane,　01001　Kyiv

電　話：044-490-5500（平日　9:00～18:00）

ホームページ：http://www.ua.emb-japan.go.jp

目　　次

１．ウクライナの治安情勢　---　１
(1)　ウクライナの治安状況
(2)　一般犯罪の傾向

２．安全対策　---　１
(1)　安全確保のための基本的心構え
(2)　注意すべき特異案件
(3)　一般的防犯対策
(4)　住居安全対策
(5)　犯罪被害に遭った場合の措置
(6)　加害者となった場合の措置
(7)　自動車運転免許証
(8)　交通事故対策
(9)　テロ情勢

３．出入国及び滞在上の留意事項　--------------------------------------　８
(1)　出入国手続き及び査証
(2)　路上での飲酒行為の禁止
(3)　税関申告

４．医療事情　---　１０
(1)　かかりやすい病気
(2)　健康上心がけること

５．緊急事態の備え　---　１１
(1)　平素の心構え・準備
(2)　緊急時の行動
(3)　原子力発電所関連

６．添付資料
〇　緊急時の「ウクライナ語」
〇　キエフの主な病院
〇　海外旅行保険加入のおすすめ
〇　緊急事態に備えてのチェックリスト

１．ウクライナの治安情勢

（１）　ウクライナの治安状況

2014年の政権交代に伴う混乱に乗じ、ロシアがクリミアを違法に「併合」して以降、同地は現在においてもウクライナ政府の統治が及ばない状況になっています。同年、ウクライナ東部においても情勢が不安定化し、その後ウクライナ政府と武装勢力との停戦が合意されたものの、現在も銃撃や砲撃が散発的に起き、死者も発生しています。首都キエフなどウクライナ国内の大半の地域は、総じて平穏な状況を保っていますが、ウクライナ・ロシア国境地帯ではロシア軍の増強等により緊張状態が見られます。

また、ウクライナ東部での戦闘等の影響で、けん銃、手りゅう弾等の違法な武器が国内全土に流通している状況が見受けられ、これらの武器を使用した犯罪が発生しています。

2021年中は、大統領補佐官の車両を狙った銃撃事件、閣僚会議建物における手榴弾を使用した立て籠もり事件、繁華街でのけん銃発砲事件等、違法な武器を使用した凶悪犯罪が発生しています。また、政府機関や空港、駅、地下鉄、ショッピングセンターといった人混みが多い場所を標的とした爆破予告事件も発生しています。

コロナ情勢が未だ収束の見通しが立たない状況下、当局の検疫措置等により失業者が増加して経済格差が広がり、特に首都キエフの政府機関建物周辺では、では反政権デモや労働者、ワクチン接種反対者等らによる抗議活動が頻繁に行われ、警察官と衝突して逮捕者が出る事件等も発生していますので、滞在にあたっては十分な注意が必要です。

（２）　一般犯罪の傾向

ウクライナ検事総局発表による犯罪登録件数（2021年12月末）は約33万件で、近年は減少傾向にありますが､依然として一般犯罪に係る情勢は厳しいものと見られます。

一般市民に身近な犯罪としては､スリ､置き引き､ひったくり、強盗、自動車盗､住宅侵入窃盗、クレジットカードの不正使用などが多発しており､こうした治安情勢の背景には、依然として停滞基調にあるウクライナ経済の影響が主因の一つと考えられています。

２．安全対策

（１）　安全確保のための基本的心構え

（ア）基本的心構え

【自分で情報を収集する】

治安情勢については、普段からインターネット､テレビなどで情報収集することが重要です。当地にはウクライナ語のみならず､ロシア語､英語､日本語等で地元メディアがサイトを開設しています。また､近隣住民や他の外国人ともコミュニケーションを図り、情報を交換・共有し合うことも有益です。なお、大使館からもメールやホームページへの掲載により情報提供を行いますので、長期滞在者（３か月以上の

滞在を予定されている方）は「在留届」の提出を、旅行者などの短期滞在者は「たびレジ」への登録をお願いいたします。

【目立たない】

服装や装飾品、所持品だけではなく、平素の言動及び態度など、生活全般において必要以上に目立たないことが大切です。自分では気付かないうちに犯罪者の目にとまるシグナルを発することにもなりかねません。

【近付かない】

いかがわしいと判断される場所、暗がりや人通りの少ない場所など、自分で危険と感じる場所には近付かないでください。

【行動を予知されない】

通勤や通学、買物、外食の際の移動ルートや時間帯などは、ワンパターンになりがちですが、誰かに見られていることを意識しつつ、その行動様式をランダムに変更して、行動を予知されにくくすることも平素からの防犯対策の一つです。

【用心を怠らない】

ウクライナに到着した当初は安全に気を配っていても、現地に慣れてくると、当初注意していた諸点を忘れがちになり、思わぬ被害に遭うことがあります。治安状況は予期せぬことや油断が原因で大きく変化することもありますので、気持ちを引き締める機会を定期的に持つことが必要です。

（イ）日本人として理解しておきたいこと

ウクライナでは、外国人は目立つ存在であり、また日本人は裕福であるとの先入感から、犯罪者に狙われる可能性があります。

また、我々日本人は、伝統的に思い遣り、相互扶助の精神を大切にする、心優しき国民性を有していますが、その親切さを逆手に取った犯罪も少なくありません。

（２） 注意すべき特異案件

（ア）財布落とし

ウクライナで時折見かける犯罪手口の一つに「財布落とし」があります。この犯罪は人間の親切さを逆手に取った犯罪であり、そのパターンは以下のとおりです。

① 自分の前を歩いている人物が財布、若しくは札束を落としたので、親切心からこれを拾い上げて落とした人に手渡すと、逆に「財布の中身が減っている」、「現金が抜き取られた」、「落としたものがまだほかにもあった」などとクレームを受けて、弁償を求められるもの、さらにはバックの開披を求められ、中から現金をひったくっていくもの。

② 通りを歩いていた者から「財布を拾った。山分けしよう」と持ちかけられ、現金を山分けして別れた後、財布の所持者を名乗る男が現れて全額の返済と警察への口止め料として更にお金を要求されるもの。また、山分けをしなくとも、財布の所持者が現れて、確認のため自分の財布を見せてくれなどと要

求され、あまりにしつこいので財布をみせると、そのスキをついてカードや現金を抜き取るもの。

③　さらに巧妙な手段としては、財布を拾った男に話しかけられているところに所持者が現れ、意図的に騒ぎを大きくし、困惑しているところに制服を着た警官らしき男が現れて、自分の身分証と財布の中身が確認され、解放後、気づいてみると自らの財布から紙幣が抜かれているもの。

『財布落とし』への対策としては、こうした類の輩を一切相手にしない、関わらないということ（無視すること）が肝要です。

（イ）スリ

日本人が最も多く被害に遭っている犯罪はスリです。最も多い被害品は、スマートフォンです。

被害場所はキエフ中央駅と地下鉄構内・車内が多く､次いで独立広場周辺及び地下道です。被害者が全く気づかないうちに荷物や上着のポケットから財布や貴重品のみが盗まれるなど､犯人の手口は極めて巧妙です。数人が連携して犯行に及ぶ例もあり､地下鉄内などで自然に被害者を囲み､何かで気をそらした際にもう一人が窃取する事例も確認されています。

リュックサックは背負わずに前か横で持つ､荷物から目を離さない､手提げバッグは手でガードする､朝晩の混雑時には地下鉄を利用せずにタクシーを利用する､ホステル等の管理人や宿泊者を安易に信用しないなどの安全対策をとってください。

（３）　一般的防犯対策

ウクライナの人々は、一般的には穏やかで親切な人達が多いのですが、犯罪者は極めて巧妙若しくは凶暴です。日常の起居、買い物や散策などの際にも、周囲の状況に留意しつつ、油断せずに行動することが必要です。

以下の諸点は、当地滞在にあたっての留意点です。

（ア）暗くなってからの一人歩き、人気の少ない通りは避ける。

（イ）街中で不穏な若者集団が目に付いたら、すぐにその場から離れる。

（ウ）平素から派手な格好はしない。(お金持ちに見られないように)。

（エ）貴重品、多額の現金は持ち歩かない。レストラン、バーなどでは、財布や貴重品は肌身離さず所持しておく。

（オ）自分の荷物から目を離さない。

（カ）列車内や遊興場所では、人から飲物等を勧められても安易に飲まない。

（キ）住居、ホテルのドアは、相手を確認できない場合には絶対に開けない。他人を部屋に入れる時（運送業者や修理人等)、高価で珍しい物品等は目に付かない措置を講じておく。

（ク）ホテルや自宅アパートなどでのエレベーターは一人で乗るように努め、同乗者に

不審点を感じた場合等には見送る等の自衛措置をとる。

（ケ）所謂“白タク”は利用しない。（空港・駅等のオフィシャルタクシー、電話で予約するタイプのタクシー会社、タクシーアプリを利用する）

（コ）公共交通機関等の人混みの中では、所持品若しくは着衣内に保管するパスポートや現金等の貴重品を盗まれないよう特に注意する。

（サ）自分のスケジュールや家族構成等を不必要に他人に教えない。（当地でかつて発生した日本人を被害者とする空き巣、押し入り強盗では、犯人が被害者の個人情報について知っていた事例もあります。）

（シ）通勤、習い事や散歩等の毎日の行動・経路、家を出る時間を随時変える。

（ス）スキミング対策として、通り沿いの（通りにむき出しになっている）ＡＴＭではクレジットカードを使用しない。クレジットカードの使用は、店舗、銀行、ホテル内等、犯人が容易にスキミング機器を設置できない場所に限定する。

（セ）万が一被害にあった場合には、多少自信があっても不用意に抵抗せず、大声を上げ、周囲に助けを求める。

（４） 住居安全対策

住居を選ぶ際には、立地条件、快適な設備を求めるのは当然ですが、ここは海外であり、より安全性を追求した選択が必要です。

また慣れ親しんだ習慣もありましょうが、より油断・隙のない生活が必要不可欠です。以下に掲げるのは注意すべき点の一例です。

（ア）安全な住居の選定

建物入口に警備員又は管理人の常駐がある、鉄柵、鉄扉がある、暗証番号付きの鍵があるなどの建物への出入が管理されていることに加え、自宅扉は鉄製で覗き窓がある、鍵も複数付いている､階段の踊り場には照明がある、ドアフォンが付いているなどの設備面も充分検討してください。

（イ）鍵の交換

新たにアパートを賃借する場合､自宅入り口扉の鍵は全て必ず交換してください。以前の入居者等から流出した合鍵を使い、空き巣に入られた実例があります。

（ウ）警備員等とは適度なコミュニケーション

建物の入口に警備員又は管理人が常駐している場合、良好な人間関係を築く一方で、彼らが外部と通じている可能性もありますので､個人情報や家族構成、休暇日程等は伝えないようにしてください。

（エ）エレベータでの注意

エレベーターを利用する時は、同時に乗り込んでくる人物に充分注意してください。見慣れない者が乗り込むなど不審を感じたら、次のエレベータを利用するようにしてください。

（オ）来訪者への対応等

家の玄関の扉を開閉する際には、ドアフォン、ドアスコープ等で相手を確認してから対応し、見知らぬ来訪者には対応しないでください。自身が外出する際にも、外に不審者がいないことをドアスコープ等で確認してから玄関を開けてください。

（カ）低層階対策

自宅がアパートの低層階若しくは近隣の建物からの侵入が容易と判断できる場合には、窓に格子を取り付ける、強化窓を設置するなどの対策を検討してください。

（キ）良い家主を選択

住居の防犯対策の強化には、理解ある家主を見つけることが重要です。入居前に鍵の交換や防犯設備の整備について相談し､真摯に対応してくれる人かどうかを見極める必要があります。

（ク）短時間の外出も要注意

ゴミ出しや買い物など、短時間の外出でも施錠することはもとより、カギ掛けを忘れがちな浴室やトイレの窓等も、施錠の確認を確実に行ってください。

（ケ）長期休暇時の注意

長い間郵便受けに配達物を溜めた状態にしておくと、留守宅であることを自ら泥棒に知らせてしまう結果となるため、長期間留守にする時は、知人に定期的に回収して貰うなどの措置を講じてください。また、パソコン、現金等の貴重品は、職場等の別の場所に保管する等、自宅に貴重品を置かないようにしてください。

（５） 犯罪被害に遭った場合の措置

犯罪の被害に遭った場合は、直ちに警察に通報して被害届を提出するとともに、大使館へもご一報ください。

警察では、被害状況を明らかにするための被害届を提出し、受理証明を受領してください。怪我の状況によっては、病院の手配などが必要な場合も想定されます。

また犯罪被害、交通事故に遭った場合は、警察官を呼ぶだけではなく、事後の捜査に資することを目的として、可能な範囲で目撃者を確保すること、被疑者・加害者の人数・人相着衣等の特徴を記憶しておくこと、逃走方向を確認しておくことなどについても留意してください。こうした事態に陥った時に備えて、いつでも連絡が可能となるよう、携帯電話は常に身につけておくことが不可欠です。

（ア）被害現場を管轄する警察署への届出

ウクライナでは、緊急電話番号「102」が日本の「110番」です。緊急時には所在地にかかわらず、同番号に電話してください。緊急時以外は、被害発生地を管轄する警察署に連絡してください。なお、届出は原則、ウクライナ語またはロシア語になりますので、これらの言語ができない場合、通訳を手配していただく必要があります。(管轄警察署が不明な場合は、大使館まで御連絡ください。また､通訳はホテ

ルのフロント、お知り合いの方等を通じて手配も可能ですが、確保できない場合は大使館にご相談ください。）

（イ）盗難被害時の必要な措置

旅券や身分証明書等が盗まれた場合には、警察署が発行する盗難（紛失）証明書（ポリス・レポート）が必要です。再発行までの間、身分証明書の提示を求められた際に必要となるほか、出国の際にも無くした証拠として提示を求められることがあります。

（ウ）負傷を伴う被害

警察での被害届の証拠として、さらには後の保険請求手続きに必要となりますので、病院で診察を受けて、診断書を必ず受領してください。

（エ）大使館への通報

思わぬ事故・事件に遭遇し、自力での解決が不可能な場合には、大使館に連絡・相談してください。

（６） 加害者となった場合の措置

犯罪・交通事故等の加害者となり、警察に逮捕、拘禁された場合には、大使館への通報を警察官に要請してください。当大使館では、

○　逮捕された本人との面会・連絡

○　弁護士や通訳に係る情報提供

○　留守宅家族との連絡、支援

などの援護を行います。

（７） 自動車運転免許証

ウクライナ内務省によれば、永住目的以外（短期滞在や現地への期間的駐在等）で当地に滞在する日本人が運転する際は、以下１～３のいずれかの方法によります。

１　日本の運転免許証及び日本で発行された国際運転免許証の両方を所持していること。

２　1968年11月8日の道路交通に関する条約（通称ウィーン交通条約）に加盟している国で発行され、同条約に定める様式（全ての項目がラテン文字でも記載されていることが必須）の運転免許証を所持していること。（日本は1949年9月19日の道路交通に関する条約（通称ジュネーブ条約）に加盟しているため、日本の運転免許証はここにはあてはまらない。）

３　ウクライナで取得した運転免許証を所持していること。

なお、永住目的でウクライナに滞在される方は、永住許可を取得してから60日間は外国の運転免許証等で運転できますが、それ以降は日本の運転免許証を当地の運転免許証に切り替える必要があります。（日本の運転免許証を所持していない場合は、切替ではなく新規取得扱い。）切替に伴い提出する日本の運転免許証

は、返還されませんのでご注意ください。

（８） 交通事故対策

（ア）交通事情

ウクライナは、日本とは異なり交通インフラが良いとは言えず、また､日本と同様に乱暴な運転を行うドライバーも存在します。

酒気帯び運転や整備不良車両も相当数あるといわれており、如何に自分が気をつけて運転、若しくは歩いていたとしても、予期せぬ事態に巻き込まれる可能性もあります。さらに冬季の路面凍結状態でも、夏タイヤのまま走行している車両があったり、道路工事現場の標識を表示していない場合や、マンホールの蓋が開いたままの状態も散見され、十分な注意が必要です。

加えて､右側通行・左ハンドルで､標識等も日本と異なりますので､道路事情等を十分理解した上で運転する必要があります。なお､当地では､横断歩道に歩行者がいる場合は車が止まる習慣がありますので､前方車両が急に止まらないか等の注意も必要です。

（イ）交通事故を起こした場合

事故を起こした際には、警察官が現場に臨場し、見分が終了するまで、事故現場から車両を動かすことが出来ません。さらに、相手方が悪かった場合においても、相手方が保険未加入であったり､支払い能力がない場合があるため､万が一に備え､相手に非があっても自らの車両を保険で保証できる自動車車両保険に加入することを強くお勧めします。以下､事故時の対応要領を記載します。

（ａ）車は動かさない。自身の安全確保のため､停止表示板等を置く。
（ｂ）負傷者がいる場合には救護にあたり、救急車を要請する。
（ｃ）保険会社に連絡する。
（ｄ）相手の車の番号、免許の有無、氏名、住所、連絡先、勤務先､保険会社名などを控える。
（ｅ）警察官を要請し、現場見分に立ち会い、事故証明の発給を受ける。見分を行った警察官の氏名、所属、連絡先をメモしておく。

（９） テロ情勢

ウクライナでは、国際テロ組織等の支部は確認されておらず、近年はイスラム過激派によるテロの発生も確認されていません。ウクライナにおける潜在的テロの脅威には、外的及び内的要因があります。外的要因として挙げられるのは、地政学上、ウクライナは欧州と中東諸国、中央アジア諸国、コーカサス諸国の中間に位置していることから、「人、物資、資金」の中継・通過地点、潜伏先となっている可能性があります。こうした脅威に対応するため、ウクライナのテロ対策機関は、欧米諸国や近隣諸国との間で積極的に情報交換を行い、国内におけるテロ活動の未然封圧に注力してい

ます。

内的要因は、ウクライナ南部クリミアや東部ドンバスの情勢です。クリミアはロシアに違法に「併合」され、ウクライナ政権の統治が及ばない状況になっているほか、ウクライナ東部においても、2014年９月の停戦開始後に一定の改善は見られたものの、現在も反政府勢力による銃撃や砲撃が散発的に続いています。

上記以外の首都キエフを含む地域では、情勢は比較的安定していますが、政治・社会情勢等を背景に治安が悪化する可能性があるため、引き続き注意が必要です。

ウクライナ東部で戦闘が続いていることなどを背景に、ウクライナ全土に違法な武器が流通しています。これらの武器は、シリア等の戦闘地域に流出しているとの指摘があるほか、ウクライナ国内での犯罪にも使用されていることから、治安当局が摘発に注力しています。

３．出入国及び滞在上の留意事項

（１）出入国手続き及び査証

2005年８月１日以降、ウクライナに入国する日本人は、90日以内の短期滞在目的であれば査証は不要（ウクライナ側の一方的措置）となりました。また、ウクライナ政府は2011年12月25日に新たな法律「外国人及び無国籍者の法的資格」を発効させる等し、長期滞在査証及び在留資格に関する手続きを改訂しました。同法律等によると就労、留学等長期滞在の場合は予め在日ウクライナ大使館等で査証を取得して入国の上（空港での査証取得はできません）、居住区のウクライナ国家移民局において当該査証を一時在留証明書に切り替える手続き等を行うこととされています。

なお、入国査証を取得せずにウクライナに滞在できるのは、初めてウクライナへ入国した時点から180日の間に90日間までとされています。

最新の情報については、在日ウクライナ大使館（＋81（3）5474－9773（領事部））にご確認ください。

（２）路上での飲酒、喫煙行為の禁止

（ア）飲酒については、ウクライナ行政法典第178条及びウクライナ法「エチル・アルコール、ブランデー・アルコール類、果実由来アルコール類、単純アルコール類、タバコ類の生産及び取り扱いについて」（2010年3月3日改正）を根拠として、公園や路上など屋外の公共の場所（レストランやバーなどを除く）で行うことが禁止されています。また、公共の場所での酩酊も禁止さられています。

（イ）喫煙については、ウクライナ法「タバコが健康に与える悪影響予防対策等について」（2012年12月16日改正）を根拠として、公園や路上など屋外の公共の場所（レストランやバーなどを含む）で喫煙することが禁止されています。

（３）税関申告

外貨、現地通貨、高額商品等の持ち込み、持ち出しにあたっては税関申告が必要

となる場合があります。詳細は以下をご参照ください。

（ア）外貨の持ち込み総額が１万ユーロ相当額以下の場合は、基本的に申告の必要がありません。それ以上の場合は、所持している外貨について正確に税関申告するとともに、自身の銀行口座から引き出した証明書（発行日から90日以内のもの）等を提示して申告書に確認印を受け、出国まで保管しておく必要がありますので、紛失しないよう注意してください。

（イ）物品持ち込み時に税関申告が必要となるのは、食料品については価格200ユーロ以上、その他のものは価格500ユーロ以上もしくは重さ50kg以上（航空機の場合は重量にかかわらず1000ユーロ以上）の場合で、当該物品の価格の20％及び付加価値税の支払いを伴います（ウクライナ関税法第７条）。当該物品の領収証等がない場合、税関職員が価格を判断することになります。なお、当該物品が個人の使用に供されるものである場合には、申告の対象となりません。

（ウ）500グラム以下の貴金属（金塊、コイン、宝石類等）については、税関申告をすれば出入国が可能（2008年6月11日付中銀による命令）ですが、関税をかけられる場合があります。例えば、自分が平素から身につけている貴金属類については、課税の対象となりませんが、明らかに贈り物として持ち込まれた貴金属類や、客観的に見て自己の装飾品とは認められないもの（税関職員の判断）については、申告を求められ、当該貴金属類価格の20％の税金を課される場合があります。

（エ）パソコンやビデオ等比較的高価な電化製品等を所持している場合、関税をかけられる場合があります。例えば、税関職員をして自己の所有物の範疇ではないと見なされ、明らかに贈り物として持ち込まれたと認められるパソコンなどを所持している場合には、課税される場合があります。個人所有物として判断されるのは、携帯電話及び時計はそれぞれ２つまで、その他の電化製品等は１つまでとされていますが、最終的には状況を踏まえ税関職員が判断します。

（オ）アルコール類等については、ウォッカ、ウィスキーは１リットル、ワイン２リットル、ビール５リットル、タバコ200本、シガー50本、タバコの葉250グラムを超える場合には、課税の対象となり、申告が必要となります。

（カ）入国時に税関申告をした方は、出国の時点で所持している現金等を税関申告書に明記し、審査を受けます。入国時と同じ要領で税関申告書に記入し、税関窓口で入国時の税関申告書、パスポート、航空券と共に検査官に提出してください。

（キ）出国時の持ち出し外貨が、入国時の持ち込み外貨より多い場合は、銀行の取引明細書等、所持外貨の増えた正当な理由を立証する書類を提示する必要があります。

（ク）イコンを含む古美術品（1945年以前のもの）は持ち出し禁止です。それ以外の美術品の持ち出しについては文化省の許可が必要です。市中で骨董品を購入した場合は文化省による証明書を売り主から受け取っておく必要があります。

（ケ）その他持込み及び持出しが認められていないのは、銃器・薬物等の禁制品のほか、劇薬、放射性物質、人種差別や大量殺戮の宣伝、ポルノ等を内容とした印刷物や動画

等です。

（コ）動物の持込み及び持出しについては、動物検疫所、または動物病院が発行する検疫証明書等の書類が必要です。

４．医療事情

ウクライナには，まず「かかりつけ医」を受診し、必要に応じて高度医療機関に紹介される公立の医療制度がありますが、外国人や旅行者は、原則として加入できません。首都キエフ市やリヴィウ市、オデッサ市等には外国人向けの英語で受診できるクリニックや地元富裕層向けの欧米型の私立の医療機関が複数あり、在留邦人の多くはこちらを利用しています。

新型コロナウイルス感染症の流行状況は、ウクライナ保健省のホームページ（https://moz.gov.ua/koronavirus-2019-ncov）や当館ＨＰ等で確認してください。体調を崩しどうしたら良いか分からない場合は、新型コロナウイルスホットライン（0－800－60－2019）からアドバイスを得られます。入院治療は、政府が指定した公立病院だけでなく、民間の医療機関でも行われています。ＰＣＲ検査・抗原検査については、民間の臨床検査施設で受けることもできます（有料）。なお、外国人がウクライナに入国するためには新型コロナウイルス感染症の治療をカバーする医療保険・海外旅行傷害保険に加入している英文（ウクライナ語またはロシア語）証明書が必要です。

当地の医療レベルは、日常の外来診療では問題無いと考えますが、すぐに治療しなければ命に係わる救急の場合を除き、大きな外科手術やがん検診などは、日本や欧州の病院を利用することをお勧めします。万一に備えて，日本への緊急移送をカバーする十分な額の海外旅行傷害保険に加入しておきましょう。キエフ市内では、海外旅行傷害保険のキャッシュレスメディカルサービスが使えるクリニックや病院があります（日本で加入した保険会社に確認してください)。2022年１月現在、市内の薬局で，鎮痛解熱薬，高血圧や高脂血症などの薬は処方箋無しで購入が可能です。

救急車は，電話103で呼ぶことができます。この場合，国立キエフ市救急病院に搬送されます。私立の医療機関で医師の往診や救急車などのサービスを提供している施設も複数あります。

（１）かかりやすい病気・けが

麻疹(Кір)，風疹(Краснуха)，水ぼうそう(Вітряна віспа)などが通年，散発しています。春先からは、花粉症が始まります。原因となるアレルゲンは、白樺(береза)、ハンノキ(вільха)、ブタクサ(амброзія)，ヤナギ(верба)，ハシバミ(ліщина)などです。初夏から秋にかけては、ダニが媒介する病気に注意が必要です。キエフ在住の外国人からも発生があるライム病(Хвороба Лайма)は、診断治療が遅れると後遺症が残る厄介な感染症です。また、カルパチア地方やクリミア地方ではダニ媒介脳炎(Кліщовий енцефаліт)の報

告がありますので、屋外活動がお好きな方はワクチンを接種しておくと安心です。サルモネラなどの食中毒(Ｘａｒчｏｂｅ ｏｔｐуєｎｎｙ)、A型肝炎(Гепатит A)が特に地方で散発しています。まれですが，狂犬病(Сказ)も報告されています。冬期間は、凍結した路面での転倒や落雪・つららによる怪我に注意しましょう。また、温水工場（地域暖房）からの排煙などで大気汚染が悪化し、目や鼻に刺激を感じたり、喘息など呼吸器疾患が悪化することがあります。

（２）健康上気をつけること

・水道水や井戸水はそのままでは飲用に適しません。

・花粉症のある方は，使い慣れたお薬（内服・外用）を十分量持参してください。

・食品衛生に通年，留意してください。また放射能汚染が蓄積しやすいキノコ類、ベリー類、畜産製品を購入する際には生産地を確かめてください。

・冬期間の注意点としては、寒い上に日照時間が短く「冬季うつ」という状態になることがあります。症状としては，いくら寝ても寝足りない、食欲が増す、イライラして集中力が落ちるなどです。また、暖房が始まったら居室の加湿に留意してください。

（３）救急番号

新型コロナウイルス感染症を含め，救急車を呼ぶ際は１０３番に連絡してください。

５．緊急事態の備え

（１） 平素の心構え・準備

（ア）連絡体制の整備

○ ３か月以上滞在される場合は、在留届を提出することが旅券法で定められています。外務省ホームページ内の「ORRネット：オンライン在留届（https://www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/index.html)」から提出することもできます。(大使館に直接提出することも可能です)

在留届は、緊急事態が発生した際などに皆さんの安全を確保するための大切な資料となりますので、常に最新の情報を届け出てください。また、転居や電話番号の変更などや帰国の際にも「ORRネット」等により届け出てください。

なお、当館では、在留邦人の皆様が在留届に記載したｅメールアドレス宛に、治安・安全・感染症関連情報提供を行っております。

○ 緊急事態はいつ起こるとも限りません。予め緊急事態に備えて、家族間、企業内での緊急連絡方法を決めておいてください。

○ 緊急事態発生の際には、情報提供、安否確認、避難等のため当大使館より在留届などを参考に、電話、Ｅメールなどを通じて連絡します。

（イ）一時退避場所及び緊急時退避先

〇 一時退避場所の検討

常日頃から自分がどこにいるか（勤務先、通勤途上、自宅等）、自分がどのような事態に巻き込まれそうか等幾つかのケースを予め想定して一時的な避難場所を検討しておいてください。

避難場所は、外部との連絡可能な場所を検討してください。

○　緊急避難先

当大使館からは、緊急事態発生時の状況に応じて、場合により緊急時避難先への集結を案内することがあります。緊急時の避難先は、当大使館領事部待合室（Muzeiny lane,4）、若しくは大使公邸（Tarasa Shevchenko Blvd. 29）としています。避難先の位置を確認し、そこに至るルートにつき幾つかのケースを想定して検討しておいてください。

（ウ）緊急事態における携行品等、非常用物資の準備

○　パスポート、現金、貴金属等最低限必要な物は、直ちに持ち出せるよう予めまとめて保管しておいてください。

○　緊急時には一定期間自宅での待機を案内することもありますので､非常用食糧、医療品、燃料等を日頃から10日分程度は準備しておくことをお勧めします。

（２）　緊急時の行動

（ア）心構え

緊急事態が発生し、または発生するおそれのある場合、当大使館は、邦人の保護に万全を期するため、関連情報収集及び情勢判断、各種対策について随時通報します。常に平静を保ち、噂に惑わされたり、群集心理に巻き込まれることのないよう注意してください。

緊急事態発生の際には、お互いに助け合って対応に当たります。当大使館から在留邦人の方々に種々の協力をお願いすることがあります。

（イ）情勢の把握

緊急事態発生の際には、ご自身でもインターネットや現地報道などによる情報収集を心掛けてください。

（ウ）大使館への通報等

（ａ）邦人の方々の危険に関する情報を入手した場合、大使館へ通報してください。その他の方々にとっても貴重な情報となります。

（ｂ）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恐れがあるときは、迅速かつ具体的にその状況を大使館にお知らせください。

（エ）国外への退避

現在、東部の限定した地域を除きウクライナの治安状況は安定していますが、緊急事態が発生した場合は以下の事項及び別紙「緊急事態に備えてのチェックリストを参照して､避難に向けた準備を行ってください。

（ａ）事態が悪化し、帰国、第三国へ退避する場合、その旨を当大使館へ通報してく

ださい。当大使館への連絡が困難である場合は、日本の外務省海外邦人安全課等へ通報してください。

（ｂ）当館から退避を勧める情報提供を行った場合は、一般商用便が運航している間に、可能な限り早急に国外へ退避してください。

（ｃ）当大使館が退避オペレーションを実施する場合は､当館ホームページ､領事メール等で情報提供しますので､その内容に従って行動してください。

（３） チェルノブイリ原発関連

毎春、1986年に大惨事となったチェルノブイリ原発４号炉から放射能がまた漏れたなどの噂が流れる場合がありますが、これについては根拠がありません。但し、春先の乾燥時に泥炭を含む土壌が相まって、チェルノブイリ原発周辺の森林火災が発生することがあり、消防車がかけつけることがありますので、これが誤解を招いている可能性があります。

事故を起こした同４号炉は長らく石棺と呼ばれる建物に覆われていましたが、これを補強するために、2016年11月、これを更に上から被う新シェルターが設置されました。

事故後30年以上が経過し、立入禁止区域内及びキエフを含む周辺地域の空間線量率は低下し、立入禁止区域内のごく一部の高線量地域を除いては、事故前の空間線量率とほぼ変わらなくなっています。よって、生活の中で不安を煽るような噂に惑わされる必要はありません。

別添

緊急時の「ウクライナ語」

注：女性言葉は、若干異なる表現があります。

日本語表現	ウクライナ語表記	発音（カタカナ表記）
助けて！	Допоможіть!	ドポモジーティ！
泥棒！	Злодій!	ズローディイ！
強盗だ！	Мене пограбували!	メネ・ポグラブヴァーリィ
火事だ ！	Пожежа!	ポジェージャ！
警察を呼んで！	Викличте поліцію!	ヴィクリーチィテ・ポリーツィユ！
救急車を呼んで！	Викличте швидку допомогу!	ヴィクリーチィテ・シュヴィドク・ドポモーグ！
消防車を呼んで！	Подзвоніть сто один!	ポズヴォニーチ・スト・オディン！
痛い！	Боляче!	ボーリャチェ ！
医者を呼んで！	Викличте лікаря!	ヴィクリーチィテ・リーカリャ ！
お金を無くしました。	Я загубив гроші	ヤー・ザグビーフ・フローシ
パスポートを無くしました。	Я загубив паспорт	ヤー・ザグビーフ・パースポルト
交通事故に遭いました。	Я потрапив в аварію	ヤー・ポトゥラプゥイーフ・ヴ・アヴァーリユ
怪我をしました。	Я поранений	ヤー・ポラーネニイ
病気です。	Я хворий	ヤー・フヴォーリイ
頭が痛いのです。	Болить голова	ボリーティ・ホロヴァ
腹が痛いのです。	Болить живіт	ボリーティ・ジィヴィートゥ
熱があります。	В мене температура	ウ・メネ・テムペラトゥーラ
吐き気があります。	Мене нудить	メネ・ヌディーチ
耳が聞こえません。	Я нічого не чую	ヤー・ニチーホ・ネ・チューユ
私は日本人です。	Я японець(японка)	ヤー・ヤポーネツィ（ヤポーンカ）
私は日本から来ました。	Я приїхав з Японії	ヤー・プリイーハフ・ズ・ヤポーニィ
日本大使館に連絡して下さい。	Подзвоніть у Посольство Японії	ポズヴォニーチ・ウ・ポソーリストヴォ・ヤポーニイ
英語を話せる人はいますか？	Хтось розуміє англійську мову?	フトーシ・ロズミーイェ・アンフリーイシク・モーヴ ？

2021 年 12 月現在
キエフの医療機関（一部）

英語で受診出来るクリニック（順不同）

いずれも 24 時間対応の一般診療（プライマリケア）を行っている。予防接種も扱っている。電話予約の上で受診すること。

American Medical Centers
住所：1 Berdychivska Str., Kyiv　（Київ, вул. Бердичівська 1）
電話：(044）490-7600
ホームページ：http://kyiv.amcenters.com/
概要：最寄り駅はメトロ 3 番線のメトロ・ルキヤニフスカ駅。

International Multi-Profile Clinic
住所：44 Yevhena Konovaltsia Str., Kyiv（Київ，Вул. Евгения Коноввльца 44）
電話：(044）499-8687
ホームページ：http://imp-clinic.com
概要：最寄り駅はメトロ 3 番線のペチェルスク駅。

Universum Clinic
住所：4 Volodymyra Vynnychenka Str., Kyiv（Київ, вул. Володимира Винниченка, 4）
電話：(044）599-5405
ホームページ：http://uniclinic.com.ua
概要：都心に近く、眼科の検査器機が充実している。

総合病院・専門病院（順不同）
Dobrobut （Добробут）
住所：12-A, Prospekt Bazhana, Kyiv（Київ, проспект Миколи Бажана, 12a）
電話：(067）668-0815（代表電話）
ホームページ：https://new.dobrobut.com/en
概要：旧 Boris クリニックを買収し、17 施設を有する市内最大手の私立病院。代表番号に架電し病状を説明すると該当施設を案内してくれる。

Medikom Clinic （Клиника “Медиком”）
住所：8，　Kondratiuka Str.,Kyiv（Київ, вул. Кондратюка, 8）
電話：(044）503-7777（代表番号）、(044）503-0000（救急部）門 24 時間対応
ホームページ：http://www.medikom.ua/
概要：市内に 5 施設を有する私立病院。вул. Василя Тютюнника にある分院は、米国移民ビザ等を申請する際の健康診断指定医療機関の認証を得ている。

Oberig Clinic（клініка “Оберіг”）
住所：3 Zoologicheskaya Str., Kyiv（Київ, вул. Зоологічна, 3、 корпус "В"）
電話：(044）521-3003、3003(救急車要請)
ホームページ：http://www.oberigclinic.com
概要：2009 年にオープンした CT、MRI 等の検査設備も完備した総合病院。特に、脳神経外科の急性期治療とリハビリ、小児科に力を入れています。

ISIDA Hospital（産婦人科病院）
住所：65 Ivana Lepse Boulevard, Kyiv（Київ, б-р Вацлава Гавела (Івана Лепсе), 65）
電話：(044) 455-8811（総合）
ホームページ：http://www.isida.ua
概要：私立の産科・婦人科・小児科病院。

Heart Institute （Інститут серця МОЗ України）（循環器科病院）
住所：５Ａ Bratyslavska Str.（Київ, вул. Братиславська, 5а）
電話：(044)291-6101
概要：キエフ市の東部にある国立の循環器病センター。心筋梗塞のステント留置などの処置が可能。キエフ市救急病院（https://bsmp.kiev.ua/）が隣接している。

Porcelain Dental Clinic（Порцелян на Воздвиженській）（歯科）
住所：26-B Otto Shmidta Str., Kyivkiev（Київ, вул. Отто Шмідта, 26-б）
電話：(044) 593-7787
ホームページ：https://porcelain-dent.com.ua/
概要：キエフ市内に 3 施設を有する私立の歯科クリニック。土曜も午後 5 時まで診療している。日曜であれば、AVANTO（https://avanto.ua/en/）は午後 9 時まで診療。

海外旅行保険加入のおすすめ

海外旅行中、たとえ万全の注意を払っていても、事件や事故に巻き込まれる可能性はないとは限りません。また、健康に自信があっても、海外では日本と違う環境でのストレスや疲労により、思いがけない病気にかかる可能性もあります。

列車やバスなどの交通事故にも、いつどこで巻き込まれるかもわかりません。

こうした予期できないトラブルに備え、海外旅行保険には必ず加入しておくことをおすすめします。実際、海外旅行保険に加入していなかったために、病気やケガ、盗難被害などにより多額の損害を被った日本人旅行者は数多くいます。

各保険会社が提供するサービス内容に若干の違いはありますが、海外旅行保険に加入することにより概ね次のサービスを受けることができます。

- 病気やケガ（交通事故など）をされたとき
  - 診療費、入院費、緊急移送費など
  - 治療に必要な交通費や通訳雇入費用など
  - 入院後、通常の旅程に復帰するため、帰国するための交通費
  - 救援者（家族等）の渡航、宿泊費用
- 盗難や偶然の事故により携行品が損害を受けたとき
  - 各保険会社の定める範囲内での金銭補償
- 旅行中にあやまって他人にケガをさせたとき（他人の物を壊したとき）
  - 法律上の賠償責任を負った場合、その損害賠償金（賠償責任保険金額を限度）

（賠償責任保険金額を限度）

- 航空機が遅れたとき
  - 航空機の遅れによって生じた宿泊費、食事代などの自己負担費用（但し限度額設定）

上記サービスの他、最近では盗難などにより現金やキャッシュカードを失い、旅行の継続が困難になった場合、緊急の現金貸付（手配）サービスを受けられるものもあります。詳しい保険内容については、海外旅行保険を取り扱っている保険会社にお問い合わせください。

なお､クレジットカードには海外旅行傷害保険特約のついたものもありますが、保険の限度額やサービス・条件の範囲はカードにより異なりますので、保険期間を含め内容をよく確認しておくことをおすすめします。

また，ウクライナの検疫期間中，外国人がウクライナに入国するためには，ウクライナ滞在全期間中有効となる新型コロナウイルス感染症の治療などをカバーする保険に加入し，その保険証書（ウクライナ語，ロシア語，または英語）を携行する必要があり，入国時に確認されますので，ご注意ください。

【緊急事態に備えてのチェックリスト】

□　旅券等
　○　平素から旅券には６ヶ月以上の有効期間が残存していることを確認しておくこと。
　○　６ヶ月未満となった場合には、当大使館で更新申請をすること。（２０２１年４月から旅券は即日交付ができるようになりました。）
　○　旅券最終頁「所持人記載欄」は漏れなく記載すること。
　○　当国発給の身分証は有効で、且つ、いつでも持ち出せる状態にしておくこと。

□　現金、貴金属、貯金通帳等の有価証券、クレジットカード
　○　旅券同様に直ぐ持ち出せるよう保管しておくこと。
　○　現金は航空券購入のための外貨、当座の現地通貨を最低限、予め用意しておくこと。

□　自動車
　○　自動車をお持ちの方は、常時整備しておくこと。
　○　燃料は、平素から充分な量を入れておくこと。
　○　車内には常時、懐中電灯、地図等を備えおくこと。
　○　自動車をお持ちでない方は、近くに住む自動車の所有者と平素から連絡をとり、必要な場合に同乗できるよう相談しておくこと。

□　非常用食糧等（飲料水、缶詰、インスタント食品や保存食、米、パン等）
　○　暫くの間、自宅待機する場合を想定し、予め調味料、缶詰類、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を家族全員で10日間程度生活できる量を準備しておくこと。
　○　避難する際には、インスタント食品、缶詰類、粉ミルク、飲料水を入れた水筒等またミネラルウォーターを携行すること。

□　医薬品：家庭用常備薬、外傷薬、衛生綿、包帯、バンドエイド等

□　携帯電話、ラジオ、携帯電話の充電器、携帯型ラジオ（電池式の場合は予備電池も）、携帯型発電機等。

□　衣類・着替え（長袖、長ズボン。動きやすく華美なものでないものが望ましい。避難先となる欧州地方は一日の温度差が大きいことから、寒暖差に対応できる服装が望ましい。）

□　履物：動きやすく、かつ底厚、頑丈なもの

□　洗面用具：タオル、歯磨きセット、石鹸など

□　その他：懐中電灯、予備バッテリー、ライター、蝋燭、マッチ、ナイフ、缶切り、栓抜き、紙製食器、割り箸、固形燃料、簡単な炊事用具、携帯型簡易トイレ