

安全の手引き

在ノルウェー日本国大使館

令和 7 年 1 0 月

はじめに

一般的に「治安が良い」と言われ、実際に殺人の発生率が日本と同様に低いノルウェーですが、統計上、強盗、不同意（強制）性交、窃盗は日本よりも発生割合が高く、日々様々な犯罪の発生が報道されています。

特にテロについては、2011 年 7 月に発生した連続テロ事件のほか、2021 年 2 月には、テロを企図したとして 16 歳のシリア人少年が拘束される事案、更に 2022 年 6 月には、オスロ市内において銃撃により 2 人が死亡する事案も発生しています。また、路上強盗、性犯罪、薬物犯罪、ホテルやレストランでの置き引き、スリ、路上でのひったくり、住居への空き巣等、多数の犯罪が日々発生し、過去には、日本人が被害に遭った例もあります。

この中の多くは、一般的な防犯対策をとっていれば防ぐことができたと思われる。

ノルウェーにおける治安の現状を知っていただき、「自分は被害に遭わない」と過信することなく相応の対策を講じていただくことで、皆様が犯罪の被害に遭う可能性を少しでも減らすことができればと考え、この手引きを作成しました。

本手引きの内容が、皆様の行動に反映されることとなれば幸いです。

目 次

1	防犯の手引き	
(1)	防犯の基本的な心構え ～自分の身は自分で守る～	1
(2)	最近の犯罪発生状況	2
ア	犯罪発生件数の比較	2
イ	犯罪の傾向	2
(3)	防犯のための具体的注意事項	3
ア	住居の選定	3
イ	外出時の各種犯罪対策	4
ウ	普段の生活における各種犯罪対策	7
(4)	交通事情と事故対策	9
ア	交通事故概況	9
イ	事故防止策	10
(ア)	運転者として	10
(イ)	歩行者として	11
(ウ)	事故を起こしたとき、巻き込まれたとき	12
(5)	テロ・誘拐対策	12
ア	テロ対策	12
イ	誘拐対策	13
(6)	緊急時の連絡先	14
ア	【緊急通報用電話番号】警察、消防、救急	14
イ	【救急病院】	14
ウ	【警察】	15
エ	【大使館】	16
オ	【緊急時のノルウェー語表現】	17
2	緊急事態対処マニュアル	17
(1)	平素の準備と心構え	17
ア	連絡体制の整備と確認	17
イ	避難場所の確認	17
ウ	携行品及び非常用物資の準備	18
(2)	緊急時の行動	18
ア	基本的な心構え	18
イ	情報の入手と状況の把握	18
ウ	大使館への通報	19
エ	国外退避手段・経路の確認	19
(3)	緊急事態に備えてのチェックリスト	19

1 防犯の手引き

(1) 防犯の基本的な心構え ～自分の身は自分で守る～

一般的な対策をとることで、ある程度の危険は回避又は制御することができます。

ア 避ける

通常危険とされる時間帯、場所及び状況での行動を控える。

例：深夜の外出や人が無い場所での一人歩き、夜の繁華街などいわゆる犯罪多発地域への立入りを避ける。進行方向に異変を認めた場合、あるいはそのように推測できる場合（くだを巻いている酔っ払いがいる、路上でけんかが始まった等）はすぐに進路を変える。デモの実施が予想される、または実施されている場所には近寄らない。

イ 身につける

貴重品は常に身につける。

例：鞆や携帯電話を置いて席を離れない。ホテルの従業員も客室や室内金庫の鍵を持っていることを忘れない。上着のポケットではなく脱衣の可能性が低く視界に入りやすいズボンの前ポケットを利用する。

ウ 視界に入れる

貴重品は常に視界に入れる。

例：人混みの中ではリュックは体の前に持つ。ズボンの後ろポケットに貴重品を入れない。机や椅子の下に貴重品が入った鞆を置かない。後ろ手に持つ鞆から貴重品を盗まれる場合もあることを忘れない。

エ 警戒する

他人の行動、周囲の状況や音などに違和感を覚えるときは、何かある、と考える。

例：見知らぬ人が日本語で親しげに話しかけてくる又は返答のいとまもないくらい一方的に話しかけられる等の場合は注意を引きつけられている可能性がある。理由もなく何らかの役務を申し出る場合は後に高額の請求がなされる場合がある。爆発音や銃声が聞こえたような気がした場合は、とりあえず音と反対方向に距離をとる。

(2) 最近の犯罪発生状況

ア 犯罪発生件数の比較

ノルウェー警察庁の統計資料によると、2024 年中の犯罪認知件数は 341,509 件で前年比 3.9%増でした。統計方法や犯罪申告率の相違等により単純に比較することはできませんが、例えば 2024 年中に日本とノルウェーで発生した主な犯罪の発生件数と両国の国民数から算出した各事件の発生割合を比較すると、日本では殺人は約 12 万 7 千人に 1 件、強盗は約 9 万人に 1 件、不同意性交等は約 3 万 1 千人に 1 件、窃盗は約 247 人に 1 件発生しているのに対し、ノルウェーでは殺人は約 14 万 3 千人に 1 件と日本よりも発生率は低いですが、強盗は約 4 千人に 1 件、不同意性交等は約 2,600 人に 1 件、窃盗は約 48 人に 1 件と、日本の数倍から数十倍の発生率が認められる等、行動には十分に注意していただく必要があることが分かります。

また、他の欧州諸国同様、テロの発生が懸念される状況が続いています。2021 年 2 月には、テロを企図したとして 16 歳のシリア人少年が拘束される事案も発生し、2022 年 6 月にはオスロ市中心部において銃撃により 2 人が死亡するテロ事件が発生しています。さらに 2025 年 8 月にはオスロ市内の青少年福祉施設において、右翼過激派による刺殺事件も発生しています。

※ 2024 年中の凶悪犯罪発生件数（日本及びノルウェー警察庁発表）

日本：

殺人 970 件、強盗 1,370 件、不同意性交等 3,936 件、窃盗犯 501,507 件

ノルウェー：

殺人 39 件、強盗 1,348 件、強制的性交等 2,174 件、窃盗犯 116,549 件

※ 人口（2024 年 12 月現在：日本及びノルウェー統計当局発表）

日本：1 億 2,380 万 2 千人

ノルウェー：557 万 2 千人

イ 犯罪の傾向

(ア) ノルウェー警察庁の統計資料によると、2024 年中の犯罪発生件数のうち最大のものは財産犯（いわゆる泥棒や強盗など）で、全体のおよそ 34% を占めています。その他、交通法犯（16%）、暴力犯（11%）、経済犯（11%）、公共物損壊（6%）、薬物事犯（6%）、性犯罪（2%）と続いています。

(イ) 財産犯では屋外での窃盗（スリ、置き引きなどを含む）、屋内での窃盗（家に泥棒が入ったなど）、強盗がその多くを占めています。

(ウ) 暴力犯では暴行・傷害、脅迫などがその多くを占めています。

(エ) 性犯罪では被害者が成人だけでなく未成年（子供）である事件も目立ちます。

ノルウェー犯罪認知件数推移（2020 年～2024 年）

	2020 年	2021 年	2022 年	2023 年	2024 年	2024 年内 訳
財産犯	92,932	84,809	105,090	118,118	116,986	34.3%
交通法犯	55,504	52,399	55,334	55,239	54,158	15.9%
薬物事犯	28,594	19,808	16,805	17,737	18,903	5.5%
暴力犯	30,722	29,100	32,449	34,052	39,093	11.4%
経済犯	24,411	24,164	27,634	30,680	36,775	10.8%
公共物破壊の罪	21,050	19,603	19,378	22,431	21,926	6.4%
性犯罪	6,874	8,006	7,391	7,471	7,221	2.1%
環境に関する罪	4,055	4,587	4,196	3,938	3,736	1.1%
労働に関する罪	763	820	735	727	698	0.2%
その他	37,808	38,158	38,241	40,139	37,051	10.8%
総計	300,636	278,833	34,621	327,997	341,509	

（３） 防犯のための具体的注意事項

ア 住居の選定

事情をよく知る人などから事前に情報を集めるとともに、以下の点に注意して住居を選定されることをお勧めします。

（ア）付近に治安上問題となる場所はないか

犯罪多発地域又はその付近ではないか、テロの標的となる恐れのある建物や場所（※）の近くではないかを確認して下さい。

※ 宗教関連施設、政府・軍・治安関係施設、不特定多数が集まる大規模な公共交通機関、観光施設、ショッピングモールなど

（イ）集合住宅であれば何階部分か

１階であれば特に掃き出し窓の施錠設備がしっかりしているかを確認して下さい。２階以上の場合も同様ですが、梯子代わりになるような樹木や雨といがある場合はさらに注意が必要です。

（ウ）新築物件か中古物件か

新築でない場合は以前の居住者が鍵を所有したままの可能性も考え、鍵の交換を検討してください。契約時に家主と新しい鍵に変えてもらえないか交渉してみることもお勧めします。

（エ）玄関扉の強度や防犯性能は十分か

扉や鍵の材質、立て付けに問題や不具合はないかを確認して下さい。ド

アスコープやドアチェーンがあると便利です。また、1つのドアに2つ以上の鍵が設置されていると防犯効果は高まると言われています。

(オ) 住居の周辺状況に不安な点はないか

選定候補の住居がどのように見えるかを外部の可能な限り多方向から確認することをお勧めします。塀や樹木等で隠され外からの見通しが悪い住居は侵入盗に狙われる危険性があります。

(カ) 敷地内に居住者専用の駐車場があるか

盗難や車上ねらいなどの被害防止のため、路上駐車はできる限り避けて下さい。

(キ) 内外の照度は十分か

ノルウェーは伝統的に街灯や屋内灯などが暗めで防犯上十分とは言えない場合があります。補助灯の設置も選択肢の一つとしてご検討下さい。

(ク) 管理人や家主と常時連絡が取れるか

いざという時にすぐに連絡がとれる管理人・家主がいる住居を選定されることをお勧めします。

(ケ) 集合住宅の敷地内外を隔てるドアに施錠設備があるか

防犯上、アパート玄関ドアに施錠設備がある物件を選定することをお勧めします。その場合でも、新聞や郵便配達員など合鍵を持っている人がいることを忘れず、住居の施錠は怠らないようにして下さい。

(コ) 家主、管理人の対応は良いか

契約前に管理人と改善が必要な事項についてしっかりと交渉を行い、改善すべき点は必ず改善してもらって下さい。

イ 外出時の各種犯罪対策

【すり①】

混み合った電車の中で隣の人と何回か身体が当たり、その時は特に気にならなかったが、電車を降りると持っていたバッグの口が開いており財布がなくなっていた。

一言アドバイス

相手の気を他にそらして財布等を抜き取る手口です。混雑を装い多人数で取り囲み、被害者を動けないようにして抜き取る手口もみられます。特に、観光地や繁華街周辺など人混みの中ではバッグはたすき掛けにして身体の前で持つ

ようにし、常に確認する癖をつけましょう。

【すり②】

警察官を名乗る者から偽札チェックをされると言われ財布を検査されたが、後に確認すると現金やカードが抜き取られていた。

一言アドバイス

事前に犯人グループの一人が執拗に麻薬を売りつけようとするなどして、被害者が警察官の言葉に従い易いような環境を作る手口も見られます。警察官の言動に不審な点がある場合は、周囲の人に助けを求め、別の警察官を呼んでもらって下さい。

【すり③】

日本人を見かけると片言の日本語で「柔道」「空手」等と言いながら近付き技をかける真似をして気をそらせている隙にポケットから財布を抜き取って逃げる。

一言アドバイス

相手は複数で任務分担を決めています。抜き取った財布を仲間に渡し、それぞれ違う方向へ逃走して追跡を困難にしています。問いかけには応じず無視し、相手の歩調に合わせることなく素早くその場を離れて下さい。その際も貴重品には十分留意して下さい。また、ズボンの後ろポケットに財布等貴重品を入れないようにしましょう。

本件も相手の気をそらした隙に金品を盗むという手口の一種で、この他にもあらかじめ被害者の背後等から塗料や水をかけてから、「汚れているよ」、「濡れているよ」等と声をかけて気をそらし、その隙に金品を置き引きしたり、ひったくったり、すったりする手口があります。

【複合窃盗】

A T Mで現金を引き出す際に背後から暗証番号を盗み見され、A T Mから離れた後カードをひったくられた。後日、盗まれたカードで現金が引き出されていた。

一言アドバイス

A T Mで現金を引き出す際には、周囲に気を配るとともに、必ず手元を隠して暗証番号を入力しましょう。また、現金を引き出したあともひったくり等に注意してください。この犯罪もグループにより行われることがあるようです。

【置引き①】（ノルウェーでよく見られる被害例です。）

ホテルでの朝食時（ビュッフェスタイル）、ハンドバッグや携帯電話、ルームキーを席に置いたまま食事を取りに行った隙に置引きされた。

一言アドバイス

犯人グループは予め任務分担をして僅かな時間で盗みます。ケチャップをかけたりして気をそらした隙に荷物を持ち去る手口もあるようです。朝食時には手荷物を持ち込まないように工夫するか、常に手荷物を身につけるようにし、知らない人から声を掛けられた時は、周りに他に人がいないか確認する、荷物を持って対応するなどの注意が必要です。

【置引き②】（ノルウェーでよく見られる被害例です。）

ホテルでの朝食時、テーブルの横で数個のティーバッグを落とした人がいたので拾うのを手伝っている間に、椅子に置いていたハンドバッグがなくなっていた。

一言アドバイス

これも注意を引きつけている間に金品を盗むという手口の一つです。朝食会場には、手荷物を持ち込まないように工夫するか、常に視線に入れておくなどの注意が必要です。

【置引き③】（ノルウェーでよく見られる被害例です。）

空港ロビーでチェックインの際、係員との話に気を取られている隙に、足元に置いてあったアタッシュケースがなくなっていた。

一言アドバイス

空港（特にセキュリティチェックゲートに至る前のチェックインカウンター等出発ロビー）、ホテルのロビー、レストランなど観光客の多い場所では特に注意が必要です。荷物はカウンターの上に置き、手を掛けておくなどして常に荷物を視界に入れ、身体から離さないようにしましょう。

【置引き④】

レストランで食事中、窓の外を見ると、数人のグループが何かを訴えかけており、それに気をとられている間に、隣の椅子に置いていた鞆がなくなった。

一言アドバイス

これも何かで注意を引きつけている間に金品を盗むという手口の一つです。

特に不特定多数が入ることのできる場所では常に警戒しておく必要があります。

【自動車盗】

友人の家に遊びに行き、路上に車を止めていたところ、帰る際に車がなくなっていた。

一言アドバイス

ドアロックをすることはもちろんですが、人目につきにくい場所での駐車や長時間の路上駐車は避け、防犯カメラ等がある駐車場を利用するようにしましょう。盗難防止アラームやハンドル固定器具の使用も効果があります。

【スキミング】

ショッピングセンター内のＡＴＭで現金を引き出した際にカード情報を盗まれ、他国で自分の口座から現金が引き出されていた。

一言アドバイス

ＡＴＭを利用する際は、カード挿入口に不自然さはないか、機械にカメラを取り付けたような形跡はないかなどに注意し、付近に人がいなくても暗証番号の入力状況を見られないよう必ず手元を隠して入力しましょう。銀行内に設置されたＡＴＭの利用がより安全です。ガソリンスタンドでカードを利用して給油する場合も同様に注意が必要です。また、口座残高、利用明細のチェックをこまめに行い、身に覚えのない支払いや引落しがないか確認しましょう。

ウ 普段の生活における各種犯罪対策

【空き巣】

一時帰国のため、１０日間留守にしていたところ泥棒に入れ、家の中を荒らされた。

一言アドバイス

部屋の明かりをとろどころ点けておく、郵便受けに郵便物や新聞等が溜まらないように近所の人に頼んでおくなどして長期間家を空けていることが分らないようにしましょう。各扉・窓の施錠についてはどんなに短時間の外出であっても確実に行いましょう。集合住宅の場合、新聞や郵便物の配達人がエントランスドアの鍵を持っていることもあるので、自宅の玄関ドアは在不在に関わらず常に施錠して下さい。

【車上ねらい】

アパートのガレージに駐車していた車のドアが壊され、車の中に置いてあった貴重品を盗まれた。

一言アドバイス

窓ガラスを割る荒っぽい手口も見られます。特に外部から見える状態で車内に物を置いていると、それが貴重品であるかないかに関わらず盗難に遭う可能性は高くなります。貴重品はもちろんのこと、金品が入っていることを連想させるようなものは置かないようにしましょう。また、自宅車庫の鍵のかけ忘れにも注意しましょう。構造上、車内で物を安全に保管することはできません。

【インターネット詐欺（住宅詐欺）】

ノルウェー国内の住居（アパート等）を探すため、インターネットで検索したところ、格安物件が掲載されていた。物件を確認する前に指定された口座にデポジットとして相当額を振り込む様に指示があったが、アパート情報は偽物であった。

一言アドバイス

ノルウェーでは物件を実際に確認する前や契約交渉前にデポジット等を支払うような不動産取引は存在しません。格安物件には十分注意するとともに住宅のトラブルについては、日本の消費者生活センターに相当する機関にご相談下さい。

※ ノルウェー消費者センター（Forbrukerrådet）

<https://www.forbrukerradet.no/>

※ 賃貸契約に関するトラブル相談先（Husleietvistutvalget）

<http://www.htu.no/>

【フィッシング詐欺】（ノルウェーでよく見られる被害例です。）

ノルウェーの大手銀行を称する電話番号から、メッセージ内のリンクにアクセスして氏名、生年月日、口座番号及びBankID等の個人情報をアップデートするよう記載されたSMSが届いたので、指示に従い個人情報をアップデートしたところ、知らぬ間に銀行口座から預金が引き出されていた。

一言アドバイス

最近ノルウェーで多発している、いわゆるフィッシング詐欺の一例です。銀行の他、税務署や警察を装った電話やSMSが犯行に使用される場合もあります。BankIDやパスワードは誰が尋ねても絶対に教えないでください。また、決してこのようなSMSやEメールに記載されたリンクをクリックしないで下さい。

【強盗】

自宅で滞在中、玄関の呼び鈴が鳴ったため、玄関ドアのドアスコープで戸外を確認せずに開扉したところ、突然見知らぬ男数名が押し入り、抵抗できないように後ろ手に縛られ床に転がされた上、室内を物色され貴重品等を強奪された。

一言アドバイス

玄関ドアに施錠設備を有するアパートであっても、他の入居者が玄関ドアを開けた隙に一緒に入り込む、清掃業者等を装って同様にアパート玄関ドア内の公共スペースに侵入する、という可能性もあります。予定外の訪問者の来訪の場合には、必ず玄関ドアのドアスコープから戸外の状況を確認した後に、ドアを開けることを心がけてください。不審者の場合はためらわずに警察に通報することをお勧めします。

(4) 交通事情と事故対策

ア 交通事故概要

統計によると、ノルウェーにおける 2024 年の交通事故死者数は 87 名(前年比 23 名減)、重傷者数は 578 名(前年比 10 名増)でした。過去 5 年の平均も併せて見ると死者・重傷者の約半数は自動車運転者又は同乗者であることが分かります。

2024 年中及び過去 5 年の交通事故死亡者及び重傷者

	2024 年		過去 5 年平均	
	死 者	重傷者	死 者	重傷者
合 計	87	578	97	584
内訳				
自動車運転者	38	173	42	189
自動車同乗者	9	82	14	80
自動二輪車等	21	155	20	150
自転車・歩行者	12	129	14	131
その他	7	39	7	34

2024 年中の交通死亡事故の原因

2024 年	
死者数合計	87
内訳	
□追突又は同方向走行中の事故	1
□正面衝突	37
□交差点通過中の事故	9
□歩行者の巻き込まれ事故	2
□自動車単独事故	35
□その他の事故	2

(いずれも Statistics Norway (<https://www.ssb.no/>) から引用)

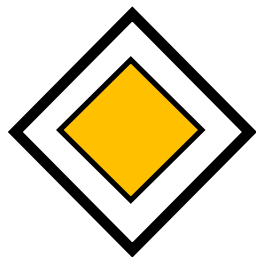
イ 事故防止策

(ア) 運転者として

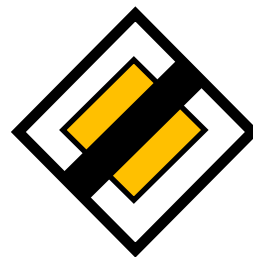
ノルウェーの交通マナーは比較的良好であり、交通量も少ないことから運転しやすい環境とも言えます。他方で交通ルールが日本とは大きく異なる面もありますので、慣れるまではかなりの注意が必要です。

A 基本的な交通ルールは以下のとおりです。

- ・ 標識による速度規制がない限り、人口密集地域・繁華街等では時速 50km、これら以外では時速 80km が制限速度（人口密集地域等の指定は、地元警察等が行う）。
- ・ 優先道路の標識（下図参照）のない道路区間の走行中は、道路幅に関わらず、交差点では進行方向右側から来る車に優先権がある。
- ・ 制限速度 60km 以下の道路では、バス停から発進しようとするバスに道を譲る。
- ・ 緊急車両（青色灯点灯車両）には道を譲る。
- ・ 踏切の手前ではいつでも止まれるスピードで徐行する。
- ・ 先にラウンド・アバウト（環状交差点）内を走行している車が優先。ラウンド・アバウトから出る際には事前に右側の方向指示器を点灯させ、複数のレーンがある場合で内側レーンを走行している場合には外側のレーンの安全を確認し、車線変更をしてから、ラウンド・アバウトの外に向かって進路を変更する。



優先道路標識



優先道路終了標識

B 道路状況

- ・ 道路幅が狭い路線が多いので、反対車線へのはみ出しに注意して下さい。また、減速帯（ハンプ）が細街路を中心に設置されていますので、通過の際は十分減速して下さい。雨や雪解け時の水たまり、路面電車のレールの上は滑りやすいので、通過の際はできるだけすぐに停車できる速度を維持して下さい。
- ・ 郊外では街灯がなく夜間は真っ暗になる路線もあり、対向車がない場合は常に前照灯を上向き（ハイビーム）にして下さい。距離が長く、かつ車道の幅が狭いトンネルでは圧迫感等により自然と速度が落ちてしまう

ことがあります。無理にスピードをあげる必要はなく、安全運転で通過して下さい。雨天時や真冬の降雪時等には特にトンネルの出入口付近で突然路面状況が変わりますので、速度にご留意下さい。

C 踏切

電車が近づいてきても踏切のライトも遮断機も全く作動しないことがあります。一時停止の義務はありませんが、横断時は左右をしっかりと確認する必要があります。

D サングラス

冬季は太陽高度が低くなり、時間帯や進行方向によっては真正面に太陽を見ることがあるので、サングラスがあると便利です。

E 降雪

交差点付近、減速帯（ハンプ）の前後、風を遮るものがない吹きさらし状態の場所では路面が凍結していることが多く、滑りやすくなっています。

スタッドレスタイヤ等はあくまで滑りやすさを低減するものであって完全に防ぐものではない事を忘れず、気温の変化で路面状況が刻々と変化していることに留意しつつ、いつも以上に車間距離をとるとともに急ハンドル、急ブレーキは控えて下さい。

F 速度

郊外では信号機も少ないことから、速度超過には十分ご注意下さい。特に住宅街や細街路では急な飛び出しにも対応できるよう、制限速度の遵守と状況に応じた減速をお願いします。

G 動物

主要道路では道路の両側に動物避けのフェンスが設置されている場所もありますが、特に夏期の山間部の峠道やカーブの先で牛、へら鹿、羊、山羊、狐、トナカイ等に遭遇することもありますので注意して下さい。

H 電動キックスクーター

ここ数年、特にオスロ市内において、多くの人が電動キックスクーターを利用しています。電動キックスクーターは、運転免許証を取得していなくても利用することができ、また速度も時速 20 キロメートルほど出ます。そのため、自動車や歩行者との事故が増えていますので、自動車を運転される際や道路横断の際は、電動キックスクーターの動向に注意してください。

(イ) 歩行者として

人や自転車の優先通行が徹底されていますが、見通しの悪い場所も多く、

特に信号機のない場所での道路の横断には十分注意して下さい（横断する際、車は左側（日本とは逆方向）から来ます。）。

特に冬季は日照時間が短いことから、横断歩道の道路表示や歩行者が見づらくなる時間帯が長くなります。交通事故に巻き込まれないためにも、暗い場所でも目立つ明るい色の服装とし、反射材等を有効に活用して下さい。

また、冬季は路面が凍結し滑りやすくなっていますので、特に車道付近では転倒に十分配慮して下さい。大雪の後等は、建物の屋根から雪や氷が落ちてくることもあるので、頭上にも注意しておく必要があります。

（ウ）交通事故を起こしたとき、巻き込まれたとき

交通事故を起こした、または巻き込まれた場合には、直ちに停車させるとともに、負傷者がいる場合は救護措置をとってください。事故の当事者は、その場で氏名及び住所を相互に知らせる義務があります。もし当事者である運転手が、当該事故車両の所有者でない場合は、所有者の氏名と住所を相手側に知らせる必要があります。

死傷者が発生するなど重大事故である場合は、事故当事者は直ちに警察に連絡し、警察官が到着するまでその場を離れないようにしてください。事故当事者であって、事情によりその場にとどまることができない場合は、直ちにその理由、ご自身のお名前と住所など連絡先を警察に知らせてください。負傷者のない物損事故である場合は、当事者は速やかに警察に事故内容を連絡してください。

交通事故により当該事故車両が事故現場道路上の交通の円滑に著しく支障を来し、あるいは後続車両による事故の誘発を惹起する可能性が高い場合には、事故当事者は当該事故車両を適切な場所に移動しなければなりません。

その際、車両等を移動させる前に当事者同士で事故車両の位置などを写真撮影等しておく、後に状況を説明する際の手助けとなります。その場合でも、車道に出ることは非常に危険ですのでお控え下さい。

当該交通事故が死傷者を伴う重大事故である場合には、原則として警察官が到着するまで当該事故車両等はそのままの状態にしておいてください。併せて事後の警察による捜査のために当該現場に遺留されている証拠品等（痕跡等含む）を移動または取り除かないようにしてください。

一般的に、交通事故発生の場合は、当事者同士がその場で事故報告書（The accident report）に必要事項を記入し、保険会社に同書を送付する必要があります。以後は、当該事故に関しては、保険会社が取扱うことになります。

（５）テロ・誘拐対策

ア テロ対策

ノルウェーでは 2011 年 7 月にオスロ市内での政府庁舎爆破テロ事件、ウトヤ島での銃撃事件が発生したほか、2021 年 2 月には、テロを企図したとして 16 歳のシリア人少年が拘束される事案も発生しています。また、2022 年 6 月

には、オスロ市中心部において銃撃により2人が死亡するテロ事件が発生しています。さらに、2025年8月には、オスロ市内の青少年福祉施設において、右翼過激派による刺殺事件も発生しています。

また、近年、イスラム過激派は祝祭、パレード、政治集会といったイベントを例示し、不特定多数が集まる場所を狙ってテロを実行するよう呼びかけており、実際にノルウェー治安当局は欧州各地で発生したテロを受け、クリスマスマーケットを含む「多数が集まる場所」での警察官の増強配置など具体的な措置をとっており、ノルウェーも例外ではないことが分かります。

テロに巻き込まれないためにご留意いただきたいことは以下のとおりです。

(ア) テロの標的になりやすい場所(※)を訪れる際には周囲の状況(人の動き、周囲の音)に十分注意を払い、最も混雑する場所(構造上あるいは状況により多数が滞留する場所、象徴的な場所、正面玄関など)は極力避けるあるいは止まらずに通り過ぎる。

※ 大規模なイベント会場、多数が集まる施設(観光施設、レストラン、ショッピングモール、スーパーマーケット等)、宗教関係施設(教会、モスク等)、公共交通機関、政府関連施設(特に軍、警察その他治安関係施設)

(イ) 周囲の音や人の動きに違和感を覚えたら、とりあえずその場を離れて身の安全を確保できる距離を取りつつ周囲を観察し、さらに安全な方向に離脱する。

※ 多数と同じ方向に移動する場合、状況によって群衆なだれが生じる可能性もありますので、周囲にできる限りスペースを取ることのできる状態を保つよう心がけて下さい。

イ 誘拐対策

報道によると、薬物取引や借金、ギャング同士の抗争に起因する誘拐のほか、身代金目的の誘拐の発生も散見されます。被害に遭わないため、深夜の外出、人気が無い場所での一人歩き、夜の繁華街などいわゆる犯罪多発地域への立入り等、通常危険とされる時間帯、場所及び状況での行動を控えて下さい。2012年の16才の少女が誘拐され殺害された事案や2023年5月にトロンハイムにおいて身代金誘拐事案も発生しており、お子様の単独行動にも十分ご注意下さい。

6) 緊急時の連絡先

ア 【緊急通報用電話番号】

警 察 112 消 防 110 救 急 113

イ 【救急病院】

救急病院(公立・24時間受付)

緊急時(救急車): 113

都市名	病院名	電話番号	住所	備考
Oslo オスロ	Oslo Legevakt	116117 (全国共通)	Trondheimsveien 233, Oslo	
Ålesund オーレスン	Ålesund Legevakt		Åsesvingen 16, Ålesund	
Arendal アーレンダル	Legevakten i Arendal		Klinkenberg 2, Arendal	
Asker og Bærum アスケル・オ・ バールム	Asker og Bærum Legevakt		Sogneprest Munthe-Kaas vei 100, Gjøttum	
Bergen ベルゲン	Bergen Legevakt		Solheimsgaten 9, Bergen	
Bodø ボード	Bodø Legevakt		Plassmyrveien 11, Bodø	
Kristiansand クリスチャンサ ン	Kristiansand Legevakt		Egsveien 102, Kristiansand	
Stavanger スタバングル	Stavanger Legevakt		Armauer Hansensvei 30, Stavanger	
Tromsø トロムソ	Tromsø Legevakt		Sykehusvegen 30, Tromsø	
Trondheim トロンハイム	Trondheim Legevakt		Mauritz Hansens gate 4, Trondheim	

救急病院(私立)

都市名	病院名	電話番号	住所	備考
-----	-----	------	----	----

Oslo オスロ	Volvat Medisinske Senter (私立病院)	22 95 75 00	Borgenveien 2A, Oslo	平日 08:00～ 22:00 土日祝 10:00～ 22:00
Bergen ベルゲン	Volvat Medisinske Senter Bergen(私立病院)	55 11 20 00	Laguneveien 9, ved Lagunen senter, RÅDAL	平日 08:00～ 22:00 土 09.30 – 16.00 日祝 10.30 – 16.00 ベルゲン市内中 心部 より車で15分ほ ど

ウ 【警察】

警察（緊急）：1 1 2 警察（24時間対応）：0 2 8 0 0				
都市名	警察署名	電話番号	住所	業務時間
Oslo オスロ	Sentrum Politistasjon	2266 9050	Hammersborggata 12, Oslo	平 日 8:00- 11:00, 12:00- 15:00 土・日：休み
Oslo オスロ	Grønland politistasjon	2266 9050	Grønlandsleiret 44, Oslo	8:00-23:00
Oslo オスロ	Gardermoen Politistasjon Oslo lufthavn (空港)	6481 9500	Edvard Munchs vei 20, Gardermoen(空港 1階)	24 時間
Ålesund オーレスン	Ålesund Politistasjon	7011 8700	Nedre Strandgate 50, Ålesund	月曜 9:00-15:00 火、水 8:30-15:00 木 10:00-17:00 金 8:30-15:00 夏時間 月 9:00- 15:00 火～金 8:30-15:00 土 日：休み

Arendal アーレンダ ル	Arendal Politistasjon	3813 6000	Åsbieveien 39, Arendal	月～水 8:30- 15:00 木 8:30- 16:30 金 8:30- 15:00 土日：休み
Bærum バーラム	Bærum Politistasjon	2266 9050	Kjørboveien 33, Sandvika	平日 8:00-15:00 土・日：休み
Bergen ベルゲン	Bergen Sentrum Politistasjon	5555 6300	Allehelgensgate 6, Bergen	月～水 9:00- 15:00 木 9:00- 20:00 金 9:00- 15:00 土 9:00- 18:00 日：休み
Kristiansa nd クリスチャ ンサン	Kristiansand Politistasjon	3813 6000	Vestre Strandgate 55, Kristiansand	平日 8:30-15:00 土・日：休み
Stavanger スタヴァン ゲル	Politihuset i Stavanger	5189 9000	Lagårdsveien 6, Stavanger	24 時間
Tromsø トロムソ	Politihuset i Tromsø	7779 6000	Stakkevollvegen 9, Tromsø	月、火 8:15- 15:00 水 10:00- 15:00 木 10:30- 18:00 金 8:15- 15:00 土、日：休 み
Trondheim トロンハイ ム	Sentrum Politistasjon	7389 9090	Gryta 4, Trondheim	月 8:00-19:00 火～木 8:00- 20:00 金 8:00- 19:00 土、日： 9:00-16:00

エ 【大使館】

住 所： Haakon VII' s gate 9、 0244 Oslo

代表電話： (+47) 22 01 29 00

メール： ryouji@os.mofa.go.jp

※ 閉館時間帯(夜間、土・日及び祝祭日)であっても緊急電話(日本語可)に接続されますのでご利用下さい。

休館日：https://www.no.emb-japan.go.jp/itpr_ja/taishikan.html

オ 【緊急時のノルウェー語表現】

とっさに言葉が思い浮かばないときは、英語でも日本語でも大きな声で助けを求めて、とにかく周囲の人たちに異常を知らせましょう（ほとんどのノルウェー人は英語が堪能です。）。

助けて！	Hjelp！（ヘルプ！）
泥棒！	Tyv！（ティューヴ！）
火事だ！	Brann！（ブラン！）
警察を呼んで下さい。	Ring politiet！（リング ポリテーエ）
救急車を呼んで下さい。	Ring ambulansen！（リング アンビュランセン）
消防に連絡して下さい。	Ring brannstasjon！（リング ブランスタジョン）
私はノルウェー語ができません。	Jeg kan ikke norsk.（ヤイ カン イッケ ノシュク）

2 緊急事態対処マニュアル

（１）平素の準備と心構え

ア 連絡体制の整備と確認

いつ起こるか分からないのが大規模自然災害、テロ、暴動など緊急事態です。普段から周囲の方との連絡体制を確立しておくことが大切です。

（ア）ご家族、同僚、友人等との連絡

万一の場合に備え、あらかじめ家族や職場、知人間で緊急時の連絡方法を決めておいて下さい。固定電話、携帯電話、インターネット回線を通じた音声通話及びメールなど、複数の方法を用意しておくことをおすすめします。

また、平素から外出先などを家族や同僚、知人に知らせておくことが大切です。

（イ）大使館からの緊急連絡

情報提供、安否確認、避難に関するお知らせ等は在留届に基づいて行います。

当地で3か月以上滞在される方は必ず在留届を提出いただくとともに、連絡先を含めその内容を常に最新の状態にさせていただくようお願いいたします。転居や帰国の際も必ず変更の届出を行って下さい。

在留届電子届出システム：<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/index.html>

イ 避難場所の確認

緊急事態の内容に応じて予め避難場所を決め、家族や職場、知人間で共有して下さい。なお、居住地によっては予め避難場所が指定されている場合もあるので、居住地を管轄するコミューン等に確認されることをおすすめします。

ウ 携行品及び非常用物資の準備

緊急事態の内容によって、直ちに持ち出す必要がある携行品と一定期間を自宅や指定場所において過ごすために必要な非常用物資があります。

いずれも定期的に確認し、ご自身やご家族の状況に応じて必要なものを選ぶようにして下さい。

なお、以下 19 ページに緊急事態に備えてのチェックリストを掲載していますのでご活用下さい。

(ア) 携行品

- ① 身分証明書類（旅券、滞在許可証、運転免許証など）
- ② 現金、クレジットカード、キャッシュカード
- ③ 車や家の鍵
- ④ 携帯電話、充電器
- ⑤ 防寒着、雨衣、帽子及び手袋
- ⑥ 時計、筆記具、地図
- ⑦ ある程度の強度及び保温性のある靴
- ⑧ その他ご自身の生活に欠かせないもの

(イ) 非常用物資

3 日分程度準備しておくことをお勧めします。食糧について、特に避難初期はそのままで食べることのできるものが便利です。

- ① 食糧
- ② 水
- ③ 医薬品（救急セット、常備薬、持病薬）
- ④ 衣類（下着を含む）
- ⑤ トイレットペーパー、タオル、ウェットティッシュ
- ⑥ その他ご自身の生活に欠かせないもの

(2) 緊急時の行動

ア 基本的心構え

できるだけ落ち着いて、まずは状況の把握に努めて下さい（発生した緊急事態の内容、ご自身やご家族の現在地など）。

現地当局等の指示に従って行動して下さい。

流言飛語や群集心理に極力惑わされないよう、状況に応じて可能な限り広範に情報収集をして下さい。

イ 情報の入手と状況の把握

緊急事態発生の際は、当地報道による他、状況に応じてインターネット等により可能な限り最新かつ正確な情報を収集してください。

なお、外務省や大使館からの情報は、在留届・たびレジに記載された電子メールアドレスで入手ができ、また、外務省海外安全情報ホームページでも危険情報等の確認ができます。

在留届・たびレジ：<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/index.html>

外務省海外安全情報ホームページ：<http://www.anzen.mofa.go.jp/>

ウ 大使館への通報

(ア) ご自身、ご家族あるいは他の在留邦人の生命、身体、財産に危害が及んだとき、又は及ぶおそれがある場合は、大使館への通報をお願いいたします。

(イ) 自主的に国外又は在留届とは異なる場所に避難された場合は、その状況をお知らせ下さい。

エ 国外退避手段・経路の確認

事態の悪化が予想される場合は、状況により定期運航便（飛行機、船、鉄道、バスなど）が運行している間に国外へ退避する必要があります。予め複数の交通手段と経路を検討しておくことをおすすめします。

(3) 緊急事態に備えてのチェックリスト

緊急時の携行品・非常用物資

	品 目	備 考	確認
重 要 携 行 品	旅券（6か月以上の残存有効期間があること）・滞在許可証・運転免許証・その他の身分証明書類		
	現金・貴金属類・クレジットカード・キャッシュカード等	カードが使えない場合を想定し、数日間生活できる程度の現金を用意。	
	鍵（家・車（予備鍵も含む））		
	携帯電話・充電器・モバイルバッテリー	コンセント変換プラグがあると便利	
	衣類（下着含む）・防寒着・雨衣・手袋・帽子・ある程度の強度と保温性のある靴	冬季、雨天、夜間等条件の悪い場合を想定して準備して下さい。けが等防止のため、季節に関わらず帽子・長袖の着用をおすすめします。	
	時計・筆記具・地図等		
	その他ご自身の生活に欠かせないもの		
非 常 用 持	ラジオ（短波受信が可能なマルチタイプ）		
	懐中電灯	防滴タイプが便利	
	予備乾電池	携行品に合わせて用意	
	水筒（保温性のあるもの）		
	万能ナイフ		

出し品	マッチ・ライター		
	ティッシュ		
	使い捨てカイロ		
	洗面具類（タオル・石鹸等）		
備蓄食糧	水	3ℓ/人/日	
	乾パン		
	缶詰類（缶切り不要のもの）		
	インスタント・レトルト食品類（可能であれば水やお湯がなくても食べることができるもの）	はし、フォーク、スプーンを忘れずに。	
医薬品等その他	医薬品類（救急セット・常備薬・持病薬）		
	幼児用品（紙オムツ・粉ミルク等）		
	トイレットペーパー・タオル・ウェットティッシュ		
	生理用品		