

訪問地注意事項

	モザンビーク（マプト）
時差	<ul style="list-style-type: none"> 日本より7時間遅れ。（マプトの正午が日本の午後7時）
気候	<ul style="list-style-type: none"> 年間の平均最高気温は27.2°C、平均最低気温は18.6°C。 4~9月が乾期に当たり気温が低く、10月~3月が高温多湿の雨期に当たる。
服装	<ul style="list-style-type: none"> 基本的に夏服だが、マラリア蚊予防のため薄手の長袖を用意した方が望ましい。 急な雨に備えて、折り畳み傘の携行が望ましい。
喫煙	<ul style="list-style-type: none"> 市内レストラン、施設内等では決められた喫煙場所を除き禁煙のところが多い。
保健衛生	<ul style="list-style-type: none"> 水道水は飲用には適さないため、ミネラルウォーターの飲用が適当である。食事は加熱したものであれば基本的に問題ないが、生野菜、レバーの肉類等には注意が必要。 施設によっては蚊が多い場所もあるので、マラリア予防のため虫避けスプレー等で予防することが望ましい。
治安状況	<ul style="list-style-type: none"> 市内中心部では治安が悪化しており、窃盗、強盗、車両強盗、空き巣などの事件が頻繁に起きている。昼間であっても一人歩きは基本的に控え、朝、夕の散歩は控えた方が良い。万一襲われた場合、身の安全を第一に考え抵抗することなく犯人の要求に従う事。
宗教上の留意点	<ul style="list-style-type: none"> モザンビーク人の大部分はカトリック教徒で、その他に都市部ではイスラム教徒や原始宗教徒なども多い。ただし、日本人が戸惑うような宗教的慣習はない。
公用語	<ul style="list-style-type: none"> ポルトガル語（ホテル内や市内レストランでは概ね英語も通用する。）
換金率	<ul style="list-style-type: none"> 1米ドル=35.0メティカル（平成27年4月現在） 1メティカル=3.0円 日本円から現地貨への両替は不可。また、2006年以前の米ドル紙幣は換金を拒否されるので注意が必要。トラベラーズチェックは通用しない。 外貨持込、持出制限は一人5,000米ドルまで。また、現地通貨は10,000メティカル以内であれば申告の必要は無い。
クレジットカード	<ul style="list-style-type: none"> 主要ホテル、レストランでは、ビザ、マスターが使用可能だが、クレジットカードによる米ドル現金引き出しは不可。
チップ	<ul style="list-style-type: none"> ポーター、ルームサービスは1回につき30~40メティカル程度、ハウスキーピングには1日につき30メティカル程度が目安。 レストランについては、1回につき50~200メティカル程度。
電圧等	<ul style="list-style-type: none"> 標準電圧は220V、周波数は50Hz。海外対応でない日本製品を使用する場合には変圧器が必要。プラグタイプは、2本の丸形ピンがついたC (SE) 型であるので変換プラグが必要。
インターネット	<ul style="list-style-type: none"> ダイヤルアップ及びLAN接続用のジャック形状は日本と同様。
留意事項	<ul style="list-style-type: none"> 外出の際は、パスポート原本の携行が必要。不携帯の場合は、警察署に一時拘留される可能性もあるので注意すること。（原本証明を付したコピーであっても不可）。