

## 訪問地注意事項

	モザンビーク (マプト)
時差	<ul style="list-style-type: none"><li>日本より7時間遅れ。(マプトの正午が日本の午後7時)</li></ul>
気候	<ul style="list-style-type: none"><li>年間の平均最高気温は28.1℃、平均最低気温は19.7℃。</li><li>4～9月が乾季で気温が低く、10月～3月が高温多湿の雨季にあたる。</li></ul>
服装	<ul style="list-style-type: none"><li>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。</li><li>日中の気温は高いが、夜は若干肌寒くなることが多い。</li><li>急な雨に備えて、折り畳み傘の携行が望ましい。</li></ul>
喫煙	<ul style="list-style-type: none"><li>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。</li></ul>
保健衛生	<ul style="list-style-type: none"><li>水道水は飲用に適さないため、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、添えている生野菜には注意し、生卵、レアの肉類等は食べない。</li><li>マラリア予防のため、蚊には十分に注意する。滞在中は、窓や網戸を閉め、虫避けスプレー等も利用する。</li></ul>
治安状況	<ul style="list-style-type: none"><li>市内中心部では治安が悪化しており、窃盗、強盗、車輜強盗、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。</li></ul>
宗教上の留意点	<ul style="list-style-type: none"><li>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。</li></ul>
公用語	<ul style="list-style-type: none"><li>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。)</li></ul>
換金率	<ul style="list-style-type: none"><li>1米ドル=63.25メティカル (令和4年12月現在) 1メティカル=約2.10円</li><li>日本円から現地貨への両替は不可。また、旧米ドル紙幣の換金は不可。トラベラーズチェックは通用しない。</li><li>外貨持込、持出制限は一人10,000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。</li></ul>
クレジットカード	<ul style="list-style-type: none"><li>主要ホテル、レストランでは、ビザ、マスターが使用可能。クレジットカードによる米ドル現金引き出しは不可。</li></ul>
通貨	<ul style="list-style-type: none"><li>ホテル内では、宿泊代及びレストランの支払いのみ米ドルが使用可能 (但し、お釣りは現地通貨)。市中では現地通貨のみ使用可能。日本円はいずれも使用不可。</li></ul>
チップ	<ul style="list-style-type: none"><li>ポーター、ルームサービスは1回につき20～50メティカル程度。</li><li>レストランについては、1回につき100～200メティカル程度。</li></ul>
電圧等	<ul style="list-style-type: none"><li>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。</li></ul>
インターネット	<ul style="list-style-type: none"><li>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。</li><li>ホテルはWi-Fiが利用可能。</li></ul>
留意事項	<ul style="list-style-type: none"><li>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)。</li></ul>