

Part 1 基本情報

1. コスタリカ プロフィール

- (1) 正式名称 (和文) コスタリカ共和国
(英文) Republic of Costa Rica
- (2) 政体 立憲共和制
- (3) 首都 サンホセ
- (4) 面積 5万1100平方km
- (5) 人口 463万人(2010年世界銀行)
- (6) 民族 スペイン系と先住民の混血95%、アフリカ系3%、先住民ほか2%
- (7) 言語 公用語 : スペイン語
- (8) 宗教 カトリック
- (9) 略史 1502年コロンブス到達。1821年グアテマラ総督府としてスペインから独立。1823年中米諸州連合結成。1848年同連合より分離独立。1949年軍隊の保有を禁止する現行憲法制定。
- (10) 在留日本人 347人(2010年10月現在)
- (11) 気候 熱帯に属するが、主要都市のほとんどが標高1000m程度の高地にあるため、年平均気温が摂氏20度前後と過ごしやすい。雨季と乾季がある。

【参考】

『外務省ホームページ-各国・渡航情報/地域情勢-』 外務省

『最新世界各国要覧 12訂版2006』 東京書籍

『2006年世界人口白書』 国連人口基金

2. 業務のための基礎データ

(1) JICA事務所の概要 (コスタリカ支所)

住所 : Centro Ejecutivo Ofimall, Mall San Pedro, Sexto Piso, San Pedro de Montes de Oca, San José, Costa Rica

連絡先 : 国番号 : 506

市外局番 : なし

電話 : +506-2225-3114

FAX : +506-2234-2384

E-mail : jica@jicacr.org、cr-oso-rep@jica.go.jp(受信のみ)

執務時間 : 8:30 ~ 16:30 (昼休み12:00 ~ 13:30)

休日 : 各土日および下記に示す祝祭日

1月 1日 ~ 3日 年始休暇

2月11日 建国記念の日(日本の祝日)

3月21日 春分の日(日本の祝日)

4月11日 フアン・サンタマリアの日

4月 21,22日 セマナ・サンタ

5月 4日	みどりの日(日本の祝日)
7月18日	海の日(日本の祝日)
7月25日	グアナカステ統合記念日
8月 2日	聖マリアの日
8月15日	母の日
9月15日	独立記念日
9月23日	秋分の日(日本の祝日)
10月17日	文化の日
11月23日	勤労感謝の日(日本の祝日)
12月25日	クリスマス
12月29日～31日	年末休暇

(2011年度)

(2) JICA事務所周辺地図



事務所までの交通：

【空港から】

Taxis Unidos Aeropuertoのタクシーを利用する。片道約30米ドル。

・Dirección Física（正式所在地）

Centro Ejecutivo Ofimall, Mall, San Pedro, Sexto Piso, San Pedro de Montes de Oca, San José, Costa Rica

【空港以外から】

タクシーの利用を勧める。タクシーは、必ずホテルなどで客待ちをしているCoopetaxi、

Coopeguaria、Coopeirazú所属のタクシーか、無線タクシーを利用すること。
市内には白タクが走っているが、安全の問題から利用しないこと。正規のタクシーは運転席および助手席のドアに、黄色い三角形に囲まれたタクシーナンバーが必ず記入されている。無線タクシーは数社あり、電話をかけて呼び出す。ナンバープレートが白に赤字になっているものがタクシー。料金は、初乗り570コロン(2011年10月現在)である。

< 無線タクシー >

Coopetaxi 電話 :2235-9966 Coopeirazú 電話 :2254-3211

Coopeguaria 電話 :2226-1683

・JICAコスタリカ支所住所

上記参照。

・隊員連絡所 (La Casa de Voluntarios :SEDE)

Dirección Física (正式所在地) :

200m Sur de Plaza del Sol y 25m Este, Curridabat, al lado de Embajada de Bolivia, San José, Costa Rica

Tel.2281-0719

- (3) 日本との時差、日本との時差 : - 15時間
サマータイム サマータイム :実施していない。

(4) 祝日(官公庁の休日)

祝日 :	1月 1日	新年
	4月11日	ファン・サンタマリアの日
	4月 21,22日	セマナ・サンタ
	7月25日	グアナカステ統合記念日
	8月 2日	聖マリアの日
	8月15日	母の日
	9月15日	独立記念日
	10月17日	文化の日
	12月25日	クリスマス

(2011年度)

官公庁の休日 :上記祝日と土曜日、日曜日

- (5) ビジネスアワー 官庁 7:00 ~ 15:00 あるいは 8:00 ~ 17:00
(役所によっては金曜日のみ 16:00 終業、土日休み)
銀行 10:00 ~ 18:00 (主要銀行のみ、銀行によって異なる、基本的に土日休み)
商店 9:00 ~ 19:00 (日曜日はほとんどの店が休業)

- (6)言語 業務 :スペイン語
 ホテル、買い物、食事 :首都では基本的に英語が通じる。市場、一般商店などではスペイン語が使われる。
- (7)通貨 通貨 :コロン (1コロン = 0.152 円)(2011年10月現在)
- (8)通貨レート 為替レート :1米ドル = 515.11コロン (2011年10月10日現在)
- (9)関係機関
- 【在外日本関係機関】
- 日本大使館
 住所 : Torre La Sabana, Piso 10, Del ICE 300mts oeste, 25mts norte, Sabana Norte
 TEL : 2232-1255 /Fax: 2231-3140
 Email : embjapon@racsa.co.cr
 URL : <http://www.cr.emb-japan.go.jp>
 - JETRO
 住所 : Edificio Las Terrazas A, 5 Piso Habitación No. 507, Plaza Roble, Escazú
 TEL: 2505-5645 FAX: 2505-5601
- 【コスタリカの関係官公庁】
- 外務省
 Apartado Postal 10027-1000
 住所 : Avenida 7 y 9, Calle 11 y 13, San José, Costa Rica (Costado este del Instituto Nacional de Seguros "INS")
 電話 : 2223-7555、2233-0522
 URL : <http://www.rree.go.cr>
 - 経済企画省
 住所 : Edificio Adriatico : (1° y 2° pisos) . De la Agencia Auto Subaru 200 mts norte, Barrio Dent, San Pedro
 電話 : 2281-2747
 URL : <http://www.mideplan.go.cr>
- (10)有用サイト <http://www.mofa.go.jp/mofaj/area/index.html> (外務省「各国・地域情勢」)
<http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/index.html> (外務省「渡航関連情報」)

Part 2 生活情報

「生活情報」は特に記載のない限り、JICA支所のあるサンホセの情報を中心に掲載しています。

1. ホテル、住宅



1-1 ホテル

サンホセ市中心部および周辺に中級以上のホテルが多いが、料金はやや高く、エコミールレベルの宿は少なめである。

よく利用されるのは、下記のホテルである（詳細はPart3イエローページを参照）。

<ホテル>

全ホテル主要カードが利用できる。

Yellow Page

- ・Balmoral (バルモラル)
- ・Aurola Holiday Inn(アウロラホリディン)
- ・Boutique Jade(ブティック ハデ)

<アパルトテル>

自炊設備付きのホテル。

- ・Cristina (クリスティーナ)
- ・Tairona (タイローナ)

1-2 住宅事情

独立家屋、アパートともに物件は多数あるが、治安、環境の面から、日本人が多く居住しているSabana(サバナ)地区、Rohrmoser(ロモセル)地区、もしくはLos Yoses(ロス・ジョセス)地区、Escazu(エスカス)地区を勧める。

単身赴任者には食事・洗濯付きの下宿がある。おおむね素人下宿で、月額500米ドル前後で好条件の下宿を見つけることができる。

1～3ヵ月程度の短期滞在者は、自炊設備付きのホテル(アパルトテル、上記参照)を月極め契約すれば、多少なりとも経済的である。

1-3 住宅の探し方

新聞に、家やアパートの物件広告が毎日3ページ程度掲載されている。電話で直接貸し主に問い合わせるとよい。また、不動産会社にあらかじめ希望条件を伝えて斡旋を依頼する方法がある。斡旋料は必要ない。

1-4 住宅選定上の留意点

特に留意すべきは次の4点である。

- 1) 治安、環境、利便性などの点でSabana(サバナ)地区、Rohrmoser(ロモセル)地区、Los Yoses(ロス・ジョセス)地区、Escazu(エスカス)地区が望ましい。
- 2) 防犯対策として、24時間ガードマン常駐システム、テレビカメラモニター付きの

コンドミニオ・アパートを勧める。

3)家具の有無にかかわらず、国際通話が可能な電話が設置済みであることが望ましい。

4)現地でのバスルームはシャワーのみが一般的なので、バスタブ付きを希望する場合は確認が必要である。

家具付きの物件は少ないが、家具付きであれば帰国に際して家具類の処分に悩むことはない。一方、同じ家賃でも家具なしの場合はより広いスペースを借りることができる。どちらが経済的とは一概にいえない。

家具付き物件の基本的な備品は、ベッド、応接セット、ダイニングセット、冷蔵庫、電子レンジなどである。家具の質は家賃によって大きく異なる。

家具付きで1カ月の家賃が1200米ドルの場合、2寝室、サロン(食堂兼応接間)、台所、2バスルーム、洗濯場、使用人部屋、車庫、庭(アパートの場合は共有)というのが平均的な間取りである。

1-5 住宅の契約

通常、契約は1年単位であるが、6～10カ月程度の契約も交渉次第で可能。

契約時には、1ヵ月分の家賃を前払いするとともに、家賃1ヵ月分相当の敷金を支払う。この敷金は契約満了時に返納される。礼金および不動産会社への斡旋料は発生しない。

1-6 ガス、水道などの手続きと管理

電気、電話、水道の各料金は、支払いが期限までに間に合わないと、即刻供給をストップされることがあるので要注意である。特に水道料金は支払期限が切れ3日後までに支払われないと、直ぐ供給を止められる。銀行の窓口、インターネットバンキングやスーパーマーケットでも支払い可能である。

ゴミは一部の地方自治体はリサイクル可能なものの分別回収を行っているが、一般的にはまだ広く普及していない。家の前に出しておくとし役所の車が週2回収集に来るのが通常である。

1-7 家電

(1) 電圧

110～120V、周波数は60Hz。旅行者用簡易変圧器は現地でも入手可能。

(2) コンセント、モジュージャックの形

日本と同じである。



電話モジュージャック



プラグとコンセント

(3)家電製品

たいていの家電製品は現地調達可能。

1-8 家具保険

自然災害に対する家屋用、家具用の保険がある。コスタリカでは長年INS(国立保険庁)が市場を独占していたが、最近民間の保険会社の参入が可能となった。

個人で家、家具を購入し、なおかつ自然災害が心配な場合は、個人の判断で保険加入することになる。料金は家屋、家具の価値により異なるが、それほど高くはない。

1-9 その他

ホテル内、ホテル駐車場内での盗難が発生している。貴重品は常に携行するか、ホテルロビーに預けることが必要。空き巣などが増加傾向にあるため、住居選択は治安面を確認する必要がある。

2. 衣料、理容



2-1 衣料全般

(1)一般事情

乾季、雨季ともに日中は暑いですが、湿度が比較的低いため、夏物もしくは合い物のスーツを着用しても不快感はない。首都サンホセは標高約1100mで高原地帯にあるため、夜間は多少冷え込むので、薄手のジャケットやセーター類も必要である。

ブティックやショッピングモールなどには、高級品から手ごろなものまで多数揃っている。

(2)日本から持参したほうがよい衣料

特に素材、デザイン、仕立てなどにこだわる人は、滞在中必要な衣類をひとつお持ち持参したほうがよい。また、綿製品は多めに用意するとよい。

男性はスーツ2着(黒系と明色系)、長袖のワイシャツ数枚、黒、茶革靴各1足、靴下数足、女性はワンピース、ストッキングなどを持参すればよい。

子供用衣料と靴も現地で調達できるが、下着類および乳幼児用衣類は多めに持参することを勧める。また、水着などスポーツウエアの持参も勧める。

(3)現地で調達したほうがよい衣料

日本製であることやデザインにこだわらなければ、どの製品も現地調達可能。

(4)その他の留意点

靴類は、種類は少ないが日本より安価である。ただし、革靴などは歩きやすい日本製のものを持参するほうがよい。

2-2 礼装

(1) パーティー

スーツ、ワンピース着用が一般的である。特に色や形にこだわる必要はない。

(2) 式典

改まった式典などには、黒系スーツ、ロングドレスの着用が望ましい。

(3) 冠婚葬祭

日本での装いに準ずる形でよい。

(4) その他の留意点

特になし。

2-3 洗濯、仕立て、修繕、保管

(1) 洗濯

ドライクリーニング店は多数あるが、店により技術に差がある。ワイシャツとスラックスの値段はほぼ同じで、約5米ドルである。首都の一部地域には、コインランドリーもある。

電気洗濯機は日本製2槽式(小型)が約300米ドル(市価)、アメリカ製全自動式が約500米ドルで販売されている。アイロンは30米ドル程度である。

(2) 仕立て、修繕

仕立店、修繕店は多数ある。

(3) 保管

住宅の状況により異なるが、雨季には長期間着用しない衣服にカビが発生することがあるので注意すること。防虫剤、除湿剤は大手スーパーなどで入手可能である。

2-4 美容院、理髪店

Sala de belleza(サラ・デ・ベジェサ)と呼ばれる美容院が多数あり、そのほとんどは男性の理髪も行っている。料金はカットのみでは男性\$5-10ドル、女性は\$10-20ドル程である。

3. チップ



3-1 チップ事情

(1) 習慣の有無

レストランでは、サービス料(10%)込みで精算するため、通常チップは必要ない。

(2) 各種サービスに対するチップ

一般にレストランやタクシーを利用する場合はチップの習慣はないが、ホテルや空港のポーターに対しては、荷物1個につき500コロン(約1米ドル)程度のチップが必要。駐車場の監視人には300コロン程度(約0.7米ドル)を渡す。

4. 食生活



4-1 外食

(1) 一般事情

サンホセにはSODAと呼ばれる大衆食堂から、高級レストランまで豊富にあり、予算と希望に応じて選択できる。定食は2500~3000コロン(約5,6ドル)ほどで食べられる。外食は一般レストランからファーストフードに至るまで割高であり、日本食レストランは近年急速に増加した。

(2) 飲食店

主な飲食店は次のとおり(詳細はPart3イエローページを参照)。

< 中国料理 >



- ・Don Wang
- ・King's Garden (皇都)
- ・Wong's (皇朝)
- ・Casa China

< イタリア料理 >

- ・La Trattoria
- ・Il Pomodoro(San Pedro)

< フランス料理 >

- ・El Mirador
- ・Le Chandelier

< スペイン料理 >

- ・Marbella

< メキシコ料理 >

- ・Los Antojitos

< レバノン料理 >

- ・Casa Libanesa

< アジア料理 >

- ・Tinjo
- ・Saisaki

< ペルー料理 >

- ・Machu Pichu
- ・Inka Grill
- ・Chancay

< 韓国料理 >

- ・Arirang
- ・Moby Dick
- ・Little Soul

< 日本料理 >

- ・Fuji (富士)



Don Wang

- ・Sakura (桜)

- ・Matsuri(祭)

- ・Bambu

< カフェテリア >

- ・Cafe Ruisenor

< 南米料理 >

- ・La Esquina de Buenos Aires

- ・Fogo Brasil

4-2 食料

(1) 一般事情

食料は一年中豊富である。コスタリカの人々の食生活は米、豆、パン、肉類(特に鶏肉)が主体である。野菜、果物類は種類が多く安価で入手できる。

スーパーマーケットはMasxMenos、Auto Mercado、Pali、Perimercado、Mega Super、Walmartなど多数あり、衛生状態の良好な食料品の購入が可能である。

(2) 主な食品の出回り状況

< 主食 >

米は1kgで2米ドル程度である。長粒米のため粘り気はないが、もち米と混合して使うと日本人向きの味になる。

パンは、食パンからバゲットまで各種ある。その他中国風乾麺が、パスタとともに出回っている。

< 肉類 >

牛肉は多種多様で、スーパーマーケットのパック入りのほか、肉専門店では好みの部位を必要量カットしてもらえる。豚肉、鶏肉も手軽に購入できる。そのほか、腸詰め類も豊富である。

< 野菜・果物 >

農業国だけに種類が多く、大根、ネギ、白菜、もやし、ニラなども入手可能である。果物類もパパイヤ、マンゴー、パイナップル等に代表される熱帯のフルーツが豊富であり、特に週末のフェアでは値段も安い。

< 魚介類 >

市場に出回っている魚介類の種類は少ない。冷凍品を含め一般的に購入可能なものとして、エビ、ロブスター、イカ、タコ、アサリ、タイ、マグロ、サワラ、コルビーナ(タラ類)、ニジマスがある。鮮度を考慮して生食は避けたほうがよい。

< 乳製品 >

牛乳、バター、チーズ、生クリームなどが、スーパーマーケットや小売店で買える。

< 調味料 >

カレー粉などの香辛料、ケチャップ、マヨネーズなど、一般的なものは揃っている。「味の素」もスーパーマーケットで販売されている。食用油についても同様であり、コーン油、オリーブ油、ヒマワリ油、ヤシ油、ごま油が購入可能である。

< 酒類 >

国産ビール4種のほか、ウオッカ、ラム、バーボン、ワイン、ウイスキーなどが販売されており、おおむね安価である。缶ビール(350ミリリットル)1本は\$1米ドルである。

< 飲料水 >

一般に都心部では水道水が飲用可能である。ただし、雨季の初めと乳幼児用には煮沸したほうがよい。地方では、水道水は避けミネラルウォーターを購入するのが無難である。

(3) 食料の入手

日本食品は、取り扱い品目は限られるが、中国系食材店(Super Sony、Asia)、Auto Mercado(スーパーマーケット)で入手可能である。しょうゆ、味噌、だしの素、のり、緑茶、インスタントラーメン、うどん、カレールー、ふりかけ、みりん、干しシイタケ、わかめ、春雨、豆腐、たくあん、納豆、コンニャクなどが販売されている。価格は日本より割高である。ほかに現地製造の豆腐も販売している。

カリフォルニア米は2kg約20米ドルで入手できる。

一般的な食料品はスーパーマーケット、メルカード(市場)、肉・魚専門店などで、たいいていものは購入可能である。

地域ごとのフェア(市)が土曜日あるいは日曜日の朝に開かれており、新鮮な食材が安価で入手できる。

< 日本食品の入手先 >

- ・Super Sony (スーパー・ソニー)
- ・Asia (アジア)

< スーパーマーケット >

(各地区にある)

- ・Mas X Menos (Sabana)
- ・Auto Mercado



中央市場



Mas X Menos



Auto Mercado

 Yellow Page

4-3 食器、調理器具

(1) 食器、調理器具などの入手

和食器などを除けば十分に出回っている。

炊飯器、ホットプレート、フードプロセッサー、電気ポットも販売されている。

スーパーマーケット(前項4-2参照)で購入可能である。

(2) 日本から持参したほうがよい食器、調理器具

電気炊飯器、小型電気湯沸かし器、蒸し器などを持参するとよい。なお、電圧は110～120V、周波数は60Hzである。

5. 生活用品の購入



Yellow Page

5-1 家電製品

種類が少なく、多少割高ではあるが、たいていの家電製品(日本製、韓国製、アメリカ製など)がサンホセ市内で購入できる(詳細はPart3イエローページを参照)。

- ・Almacen Casa Blanca
- ・Almacen Hogar Feliz
- ・Play
- ・Gollo
- ・Importadora Monge

5-2 家具

家具は値段によりさまざまなレベルのものがある。安価なものであれば、サンホセ市内のいたるところにある家具店で、店頭にある見本を選び発注すると1週間で仕上がってくる。高級家具は、エスカス地区、ロモセル地区、ロス・ジョセス地区などに、イタリアからの輸入品などを取り扱っている店がある。こちらは店頭にあるものであれば即購入可能。

主な家具店は次のとおり。

Yellow Page

- ・La Artistica
- ・Cemaco
- ・Akiro

5-3 日用品、雑貨

サンホセ市内にあるチェーンのスーパーAuto Mercado、Mas x Menosなどでたいていの日用品は揃うが、Walmart系の(サンセバスチアン・クリダバット・エスカス)などの大きなスーパーに行けばすべて必要なものは揃う。またアメリカからの直輸入品だけを置いているアウトレットのような会員制スーパーPrice Smart(サボテ地区・エスカス地区・ティバス地区・エレディア地区)などもある。

日用品、雑貨を購入できる場所は次のとおり。

Yellow Page

- ・Auto Mercado Centro
- ・Mas x Menos Sabana
- ・Walmart

・Price Smart

5-4 工具、素材など

一般的な工具や素材はスーパーマーケットでも購入可能であるが、専門店は以下のとおり。



- ・El Lagar S.A.
- ・Abonos Agro
- ・EPA

6. 金融機関



6-1 金融機関

(1) 銀行

サンホセ郊外にはシティバンクのオフィスがあるが、通常は現地の銀行を利用することになる。米ドル預金が可能である。よく利用されているのは次の銀行である(詳細はPart3イエローページを参照)。



- ・Banco de Costa Rica (コスタリカ銀行)
- ・Banco Nacional de Costa Rica (コスタリカ ナショナル銀行)
- ・City Bank Costa Rica (シティバンク)

(2) 口座の開設と閉鎖

米ドル口座、コロン口座ともに開設可能。通常銀行口座開設に必要な書類は身分証明書(パスポート等)、住所を確認出来る書類(電気料金請求書等)である。開設にあたって、普通預金米ドル口座は最低100米ドル、普通預金コロン口座は最低1万コロン必要である。銀行ではコロン口座・米ドル口座ともキャッシュカードを発行してくれるため、ATMでの24時間現金引き出しが可能である。なお、シティバンクの口座カードは、日本の円預金口座から現地通貨コロン・米ドルとも引き出しができる。米ドルの場合は20ドル単位で1回につき200ドル前後まで引き出せる。「ATH」または「RED Total」と書いてあるキャッシュャーを利用する。

口座の閉鎖には残金を引き出すのみで、特別な手続きは必要ない。

(3) 小切手

小切手を作成するには通常2週間程度かかる。サイン権者は3人まで登録可能であり、小切手帳1冊につき手数料が30米ドル程度必要である。作成時にはパスポート、口座開設時に作成した口座カードなどが必要となる。

(4) 換金方法

銀行窓口では米ドル口座からはドルあるいはコロンで引き出しができる。換金の際にはパスポートまたはコスタリカの身分証明書(Cédula)の提示が必要となる。

銀行のほか、ホテル、Casa de Cambio(両替商)で換金可能。また、一般にホテルやレストラン、ショッピングセンターでは米ドルも使用できる。街中で声をかけ

てくる両替屋には応じないこと(違法行為)。

6-2 クレジットカード

VISA、American Express、Master Cardなどが利用できる。JCBが利用できる場所は限られている。ホテルの予約などで提示を求められる場合もある。シティバンクのキャッシュカードと同じくATHキャッシャーで米ドル、コロンとも現金の引き出しができる。

7. 交通事情



7-1 交通手段

(1) 一般事情

サンホセとニカラグア国境のペニャス・ブランカス、およびパナマ国境のパソ・カノアスを結ぶ約660kmのパン・アメリカン・ハイウェイを中心に、道路は地方都市までよく発達している。ただし、中央台地周辺の道路は起伏と曲折が多く、また、いたるところに穴があるため、距離の割に移動に時間を要する。

自家用車以外の交通機関としては、バスおよびタクシーが一般的である。

<バス>

サンホセ市内および近郊へは早朝から深夜まで運行しており、料金は0.4~1米ドルと安く、長期滞在者、旅行者も利用できる。長距離バスは比較的清潔であり、主要都市間を1日7~10便往復している。バスターミナルは行き先方面ごとに設置されている。

<タクシー>

流しのタクシーを容易に拾うことができる。黄色い三角マーク付きの赤色の正規のタクシーを利用する。白タクも多いが利用は控えるほうがよい。

また電話で呼ぶこともでき、料金は手頃である。Taxi Coopeirazu、Taxi Coopeguariaなどがある。メーター走行が義務づけられているが、作動させない運転手もいるので注意すること。料金は、初乗り¢570コロン(2011年10月現在)で、その後1kmごとに¢570コロンかかる。

主なタクシー会社は次のとおり(電話番号はPart3イエローページを参照)。



- ・Taxi Coopeirazu (コーペイラス)
- ・Taxi Coopeguaria (タクシーコーペグアリア)
- ・Taxi Guaria (タクシーグアリア)
- ・Coopetaxi (コーベタクシ)
- ・Taxi Alfaro (タクシーアルファロ)
- ・Taxis Unidos Aeropuerto (タクシス・ウニードス・アエロプエルト)

<国内航空>

SANSA(電話:2233-2714)が各地に定期便を運航しているが発着時間は正確とはいえない。そのほか、タクシー・アエロと呼ばれるチャーター便を扱う会

社が数社ある。

(2) 空港から市内への移動

オレンジ色の空港タクシー (Taxis Unidos Aeropuerto) を利用するのが一般的である。料金はサンホセ中心部まで約25米ドル。JICA支所までだと、更に数ドル高くなる。

空港前のバス停からバスも利用できる。料金は450コロン(約0.9米ドル)。

(3) 自家用車を利用する場合

国際運転免許証の所得が必要となる。

一般に運転マナーは悪く、無理な追い越しや割り込み等は日常的であり、交通事故が非常に多いため細心の注意が必要である。現地では、東西の街路をAvenida(アベニーダ)、南北の街路をCalle(カジェ)と呼んでいる。通常、市街地は一方通行である。

自動車保険には、強制と任意の2種類がある。強制保険の補償対象は限られているので、対人・対物・盗難をカバーする任意保険に加入しておくほうがよい。

(4) レンタカーなどを利用する場合

主要会社にはThrifty、Alamo、Dollar、Hertzがある。

料金(簡易保険を含まない)の目安は、「Toyota Yaris」は1日55米ドル、1週355米ドル、「Toyota Prado」は1日115米ドル、1週735米ドルである。

なお、クレジットカードでの支払いが可能である。走行距離制限はない。



・Alamo

・Dollar

・Hertz

・Thrifty

(5) 地図

簡単な道路地図は、書店、土産物店で入手可能である。

7-2 交通事故、盗難

(1) 対処方法

人身事故、物損事故のいずれの場合でも、当事者間の激昂した口論などは厳に慎むべきである。人身事故の際は救急車(赤十字、電話:2233-7033)を手配することが先決である。警察、消防、救急車用電話:911も使える。

加害者、被害者双方とも交通警察の事情聴取を受けなければならない。物損事故の場合にも交通警察(2523-2544, 800-872-6748)の出動を要請するが、示談で解決する方法もある。軽微でない事故に関しては、信頼できる弁護士に相談することを勧める。国立保険公社(INS)に対する保険金請求についても、弁護士と相談した上で行うほうがよい。

(2) 救急病院

救急車(赤十字)の手配は911番にダイヤルする。病院は「6-2(1) 医療機関」

を参照のこと。

(3) 車両の盗難、車上荒らし

特にサンホセ市内では車両の盗難が横行しているので、車内の荷物は見える所に置かず盗難用アラームの設置を心がけ、路上駐車はなるべく避け必ず駐車場に駐車するよう心がけること。

7-3 交通違反

(1) 交通法規

車両の右側走行を除き、日本と大差ない。交通標識は比較的明瞭であるが、停電などの理由で信号機が作動しないことがある。走行中、ドライバーと助手席に座る人はシートベルトの着用が義務づけられており、違反者は交通警察に見つかれば罰金を科される。

市街地では駐車違反の取り締まりが厳格に実施されており、違反車はレッカー車で移動される。路上駐車は避け、随所にある公共駐車場を利用するのが賢明である。

市街地に近い幹線道路では、スピードガンによる速度違反車の摘発を行っており、違反者は罰金が科される。

また、朝夕の交通渋滞を緩和する目的で、日替わりに車のプレートナンバーの末尾の数字により、サンホセセントロ内へ車で移動することが禁止されており、違反者は交通警察に見つかれば罰金を科されるので注意が必要である。

(2) 罰金、罰則

軽度の違反の場合は、その場で反則キップを手渡され、指定銀行で罰金を納入することになる。警官の処置に不満がある場合は、8日以内に所轄の裁判所に申し立てを行うことができる。未納入の罰金は強制保険料納入時に重加算される。

7-4 車の修理

(1) 部品

車種によっては慢性的に部品が不足している。トヨタ、日産、フォード、メルセデス・ベンツ、ボルボなどの総代理店が取り扱っている車種の部品は、時間がかかる場合もあるがまず問題なく入手できる。

(2) 修理工場

Taller (タジェール) と呼ばれる中小の修理工場は多数あるが、整備士の資格認定制度がないために、技術水準は工場により大きな差がある。

総代理店の修理工場は、サービス料は高いが比較的しっかりした整備が期待できる。小規模な修理工場にも腕のよいメカニックはいるので、現地の知人に評判を確かめて依頼するとよい。

主な修理工場は次のとおり。



- ・Purdy Auto
- ・Auto Pits

8. 通信



8-1 電話

(1) 一般事情

電話普及率はかなり高い。新規の加入申し込みは、設置まで通常数ヵ月以上待たされることもある。

(2) 国内電話

一般加入電話の基本料金は月額約7米ドルである。回線状態がよくないため、時々混線がある。

テレホンカード使用電話が広く普及しているため、通常は市販のテレホンカード(Colibrí, Viajera, Chip)を購入して電話をかける。

硬貨を使った公衆電話の場合、電話機右上のコイン投入口に10コロン、または25コロン硬貨を置いてダイヤルする。通じた時点でコインが落下する仕組みになっている。市内通話は3分間1単位で10コロンである。

(3) 国際電話

ほとんどの国と即時通話が可能である。市販のテレホンカードを使って電話する方法、MIDAと呼ばれる加入者直接通話システム、オペレーター(116番)を通す方法とがある。

市販のテレホンカードを使えば、一般加入電話か公衆電話からダイヤル直通でかけられる。

国際電話を掛ける場合は、Viajeraが便利である。10米ドルや5,000コロンのものがあり、日本まで約10分間通話することができる。

【テレホンカードの使い方】(テレホンカードViajeraの例)

1. スーパー(Auto Mercadoレジ等)や街中の新聞売り場スタンドでカードを購入する。
2. カードの裏のグレイの部分を削る。
3. 1199にダイヤルする。
4. 英語かスペイン語を選択する。
5. カードの裏の削った部分にある左の数字(clave)をダイヤルする。
6. カードの裏の削った部分にある右の数字(pin)をダイヤルする。
7. 掛けたい電話番号をダイヤルする。(例)日本にかけるとした場合: 00(国際電話識別番号)-81(日本の国番号)-最初の0をとった市外局番-電話番号の順にダイヤルする。携帯電話にかけると場合は最初の0からダイヤルする。(例)日本にかけると場合: 00-81-090-電話番号。

MIDAの料金は1分0.44米ドルである。1ヵ月の電話通話料金が\$400ドルを越えた場合には、1分0.33米ドルに割引される。

KDDのジャパンダイレクトを利用する場合は、まず0-8000-811-081にダイヤルし、オペレーターに支払い方法、日本国内の電話番号を伝える。

現地払いで日本へ発信する際は、00-81-最初の0をとった市外局番-電話番号の順にダイヤルする。

日本から現地へは、国際電話会社番号(001、0041など)-010(国際通話識別番号)-506(コスタリカ国番号)-電話番号の順にダイヤルする。

(4) 携帯電話

普及率は高く、ビジネスマンから若者まで広く使用されている。普及率増加とGSM機種導入により、コスタリカ人、またはコスタリカ政府発行の身分証明書保持者であれば、日本と同じく店頭で即購入が可能となった。

8-2 電信

(1) ファクシミリ

Radiografica Costarricenses(RACSA)(所在地 : Avenida 5 y Calle 1、電話 : 2287-0087)で受け付けている。受付時間は7:00～22:00である。料金は8.5X11インチのサイズで1枚0.8米ドルとなる。郵便局でも受け付けてくれる。

(2) テレックス

RACSAで受け付けている。受付時間は7:00～22:00である。緊急扱いはなく、普通扱いのみである。日本あてのテレックス料金は1文字につき0.88米ドルである。

(3) 電報

RACSAで受け付けている。123番を通じて24時間打電できる。緊急扱いはなく普通扱いのみである。料金は1語につき1米ドルである。

(4) インターネット

モジュラージャックは日本のものと同じである。

ケーブル回線を使用した24時間インターネット接続はケーブルテレビプロバイダーのAMNET(www.amnet.co.cr 電話 : 2210-2929/フリーダイヤル 800-CABLETV (800-222-5388))を通じて、接続速度に応じて下記のような月極め料金で契約できる。

基本料金

256/64 kbps	\$13.95
512/128 kbps	\$16.95
1Mbps/256 kbps	\$25.95
1.5Mb/256 kbps	\$34.95

国家電力公社(ICE, www.portal.grupoice.com)が提供しているインターネットは、電話回線接続で下記のような月極め料金で契約が可能である。

256/128 kbps	\$14.69
--------------	---------

512/256 kbps	\$21.47
1,024/512kbps	\$28.25
2,048 kbps/768	\$42.94

8-3 郵便

(1) 一般事情



中央郵便局は、Avenida1と3の各銀行の本店が集中している地区にある(詳細はPart3イエローページを参照)。切手販売などの窓口は、月曜日から金曜日の7:30～18:00および土曜日の7:30～12:00が営業時間である。

宅配制度もあるが、私書箱設置が一般的である。コスタリカでは住所には番地などがなく、目印から北何m、東何mと表現するため所在地がはっきりせず、宅配には時間を要する。私書箱は20:00ごろまで利用可能で、登録料は9,750コロン(約20ドル)、年間利用料は4,800コロン(約10米ドル)である。

日本からの航空便は1週間程度で届くが、船便の場合は約3ヵ月を要する。

街中には日本のような郵便ポストはなく、ホテルの受付に依頼するか、あるいは郵便局(www.correos.go.cr)の投函口へ直接投函しなければならない。なお、

郵便料金は、日本までははがきが405コロン、封書が495コロン(20gまで)、国内郵便は20gまで225コロンである。

(2) 課税

一般に、衣料品(原則として新品不可)、書籍などが免税扱いになっている。



受け取り手続きは、小包などの扱い郵便局(Zapote)で行う。

(3) 国際宅配サービス

宅配サービス会社にはDHL、TNT、UPS、EMS、OCS、Fed Expressなどがある。



- ・DHL
- ・TNT
- ・UPS
- ・EMS
- ・OCS
- ・Fed Express

9. コンピューター



9-1 ハード、ソフト

(1) 調達の方法

パソコン専門店、IBM、Apple、東芝等の代理店があり、ハード(デザインにこだわらなければ)・ソフトともにたいいていのはスペイン語もしくは英語版の現地調達が可能である。日本語のハード・ソフトの購入は、一般の店舗ではできない。日本語版に関しては、日本からの購送に頼るしかない。

(2)使用の際の注意

コスタリカの電圧・周波数は、120V、60Hzとされているが、実際には、上下20V以上の変動幅があり、たまに停電が起こる。そのため、日本仕様のパソコンおよび電源が必要な周辺機器に対しては、必ずトランスと無停電装置が必要である。また、現地仕様のパソコンや周辺機器にも無停電装置を整備することが望ましい。

(3)修理

一般に、パソコン専門店で修理可能であるが、日本語環境のパソコンの修理は困難である。

修理店舗は、下記のとおりである(詳細はPart3イエローページを参照)。



- ・PC Notebook
- ・COCOCO
- ・Redes y Sistemas de Costa Rica, S.A.

10. 職場環境、勤務条件



10-1 職場環境、勤務条件

(1)就業時間

就業時間は職場によって多少異なるが、おおむね8:00～17:00、または7:30～16:30である。

昼休みは、たいてい12:00～13:00である。残業はほとんどない。週休2日。

(2)有給休暇

年間15日。

(3)執務室

デスク、パソコン、電話などを備えている。

(4)通勤事情

自家用車での通勤の場合、朝夕の市街は渋滞するため、余裕をもって出かけた。また、公共駐車場はすぐに満車となることが多いため、早めに出て確保する必要がある。公共バスを使って通勤する人も多い。

11. 出入国手続き



11-1 入国

(1)空港施設概要

サンホセ国際空港(フアン・サンタマリア国際空港)では、出迎えがある場合は空港出口で待機する。

(2)入国手続き書類

機内で入国カードと税関申告書を渡される。

(3)入国審査

通常、質問はスペイン語で行われるが英語も通用する。たいていの場合、乗

機地を尋ねられるなど簡単な内容である。

(4)税関検査

乳製品、農産物(米、マメなど)には持ち込み規制があるので注意する。税関検査は以前より厳しくなっている。パソコンは1人1台のみの持ち込みが許されている。

(5)空港内での留意点

税関検査後、荷物運搬用台車は返却しなければならない。ターミナルの外では、自分で運ぶかポーターに頼むことになる。チップは、荷物1個につき500コロン(約1米ドル)程度である。

(6)空港からの主な交通手段

常に空港指定タクシー(Taxis Unidos Aeropuerto)が待機している。米ドル払いが可能で、市内中心部まで約25米ドル、30～40分ほどである。

(7)その他の留意点

空港ビル1階に外貨交換窓口がある。入国の際、荷物引取り所の近くにある両替店は交換レートが悪いので、出来るだけ利用は避けたほうがよい。

11-2 出国

(1)出国時の概要

チェックイン前に空港利用税を支払い、出国カードに記入しておく。アメリカ経由の場合は日本と同様の厳しい荷物検査がある。

(2)リコンファーム

電子チケットであれば、リコンファームの必要は特にない。念のため搭乗日当日にフライト時間変更の有無について確認する。

<http://www.aeris.cr/vuelos.aspx>にアクセスするか、空港フライトインフォメーション TEL:2437-2626で確認。

(3)チェックイン

搭乗便の出発2～3時間前にチェックインする。プレチェックインはできない場合が多い。

(4)空港利用税

26米ドル支払う。

(5)その他の留意点

一般に日本人観光客は滞在が90日以内ならビザは不要で、再入国も特に問題はない。

カウンター職員は英語、スペイン語どちらも可。

11-3 帰国手続き

(1)帰国時に必要な事務手続き

特別な手続きは不要である。

(2)車の処分

買い手募集の新聞広告を出すほか、友人、知人をあたってみるのも方法である。買い手が見つからない場合は買い取り会社に売却するか、逆輸入車として日本に持って帰ることも可能。

(3)家財道具の処分

梱包から発送までを扱う会社は数社あり、なかでもMudanzas Mundiales(電話:2224-2525)が信頼できる。

中央郵便局から日本へ小包を発送した場合、航空便で1個につき1kgまでが約65米ドルで、それ以上は1kgごとに約17米ドル加算される。なお、小包発送に関しては、船便扱いはない。

一般に、家具類は買い手がつきにくい。電化製品は購入価格の半値以上で売却可能である。

(4)住宅の明け渡し

契約にもよるが、通常は1カ月前までに家主へ通知することになっている。

当初の契約期間に満たなくても、敷金は返してくれることが多い。公共料金の支払いが完了するまで敷金を返却しないケースもあるが、公共料金はおおよその額で先に精算を済ませてしまうほうがよい。このためにも数カ月分の各領収証を保存しておくといよい。

(5)外貨持ち出し規制

空港内の銀行出張所では、コロンから米ドルへの交換は1人あたり200米ドルが上限である。

12. 治安、 緊急時の心得



生命・財産に直結することでもあり、治安・安全情報に関しては、各自の責任において最新かつ正確な情報を入手してください。

12-1 暴動、クーデターなど

(1)一般事情

軍を持たないコスタリカでは、クーデターなどによる政変の心配はまずない。しかし昨今、政策に対する国民の抗議手段として、デモやストライキが発生している。

(2)対処法

日本人会緊急連絡網に基づき、電話で伝達することになる。避難場所には日本大使公邸、日本人学校が妥当である。なお、日本人会で「安全対策マニュアル」を作成している。

12-2 強盗、盗難

(1)一般的治安状況

銃を用いた強盗事件が近年増えている。「安全国家コスタリカ」といわれてはいるが、一般犯罪は増加傾向にある。スリ、窃盗は日常茶飯事であり、最近では車両盗難も増えている。セマナ・サンタ(聖週間)およびクリスマス前後は要注意

である。

(2)住宅の防犯対策

防犯対策として、まず住む地区と住居を慎重に選定することが重要である。できれば24時間ガードマン常駐、監視用モニターテレビ付きで、警報装置も設置されているコンドミニオ、アパートが望ましい。独立家屋の場合、空き地が隣接している物件は、適当でない。家政婦／夫、ガードマンなど使用人を雇用する時は、身元のしっかりした人を採用すること。

(3)市中での防犯対策

最も多い犯罪がスリ・引ったくりといった軽犯罪のため、常に周りに注意をしながら行動する必要がある。安全対策の3ナイ原則「目立たナイ」「用心を怠らナイ」「行動を予知されナイ」を常に心がけることが重要である。

(4)注意すべき場所、危険地域

特に注意が必要な地区として、サンホセ中心部、コカ・コーラ地区、ラ・カルピオ、レオン・トレセ、パソ・デ・ラ・バカが挙げられる。

(5)被害時の心得

銃は容易に購入できる状況である。強盗はまず銃武装していると考えられるので、決して抵抗してはならない。盗難などの犯罪被害の連絡先は、司法警察(OIJ)の電話：2295-3000、また、日本の110番に相当する911番である。

12-3 火災、風水害、地震

(1)一般的災害発生状況

火災の発生は、漏電が原因であることが多い。

地震は比較的多い。また火山活動も活発で、イラス、ポアス、トゥリアルバ火山などの活火山が首都圏内にある。

雨季はグアナカステ地方を中心に洪水が頻発し、家屋浸水、農作物への被害が多発している。

(2)防災対策

火災に関しては住む地区を選び、少なくとも類焼は回避できるようにすること。

家族および関係者の、数日分の食料と水を備蓄しておくこと。パスポート、現金、ラジオ、そのほかの貴重品の保管場所は常に確認しておくこと。

(3)被災時の心得

火災は911番に通報する。地震などの自然災害の場合は日本大使公邸、日本人学校に避難する。平時から、これらの場所への避難方法・順路をそれぞれ何通りか調査し、熟知しておくべきである。

12-4 緊急連絡先電話番号

・日本大使館：2232-1255

・警察、消防、救急車：911

13. 社交



13-1 風俗習慣

一般に陽気で親切な人が多く、家族関係・親戚付き合いをととても大切にする。時間にはややルーズであり、待ち合わせの時間に遅れることが多いので、現地人の時間感覚(Hora Tica、オラ ティカ)に慣れるのが肝要である。

またレディーファーストが行き届いており、エレベーターやバスの乗降は女性を優先するのが当たり前の習慣である。

一般の挨拶は男性同士は握手、女性同士及び男女間は頬にキスが一般的である。しかし男女間で初対面の時は軽く握手するのが通常である。

13-2 パーティーでの留意点

現地の人に招待された場合は、指定された時刻どおりに到着して差し支えないが、通常1時間後ぐらいに招待者の大半が集まり開始される。訪問時に持参する品としてはブーケ類が一般的である。手製のケーキ、またはワインなども喜ばれる。

13-3 来客時の留意点

もてなしには料理も大切であるが、それよりも重要なのは、よい雰囲気づくりである。客が来てから1～2時間は酒類とオードブル程度で談笑するのが常であり、その後は軽食類をサービスすればよい。

13-4 訪問時の留意点

訪問パーティーで帰る際には、主催者にはお礼を言い、他のパーティー参加者にも可能な限り全員に挨拶して退出するように心がける。

13-5 禁止されている言動 (タブー)

特になし。

宗教上の議論は避けるほうが望ましい。

13-6 日本人会



コスタリカ日本人会には約170人の会員がいる。モラビア地区の日本人学校内に事務所がある(詳細はPart3イエローページを参照)。

コスタリカ在住の日本人は347人(2010年10月現在)である。

参考:「外務省ホームページ-各国・渡航情報/地域情勢」 外務省

13-7 JICA帰国研修員同窓会(ASEAJA)

年1回「帰国研修員の集い」が催されている。また、日本大使館主催の「日本週間」開催時にも協力している。

13-8 現地の人々との交流

ダンススクール、語学学校、カルチャー教室、スポーツジムなどで交流のチャンスがある。積極的に話しかけることが重要である。

14. 教育



14-1 教育事情

(1) 一般事情

プリマリアと呼ばれる小学校(6年間)、セクンダリアの3年間の計9年間は義務教育である。学校施設などは整っている。教室数および教員数の関係で、公立校では2部制が採用されているところもある。私立校の水準は比較的高い。

(2) 日本人学校

1974年に設立された日本人学校がある。平成23年度の生徒数は児童生徒17人である(詳細はPart3イエローページを参照)。



・サンホセ日本人学校 (La Escuela Japonesa de San José)

(3) 現地校、外国人学校

以下の学校があり、英語、スペイン語による2カ国語教育を行っているところもある。



- ・Country Day School S.A.
- ・Lincoln School
- ・Escuela Britanica de Costa Rica
- ・Colegio Calasanz
- ・Colegio Humboldt

(4) 幼稚園

公立、私立ともに多数ある。

公立の場合は月謝などの費用は一切必要ないが、受け入れ年齢に制限を設けていることがある。

私立の幼稚園は随時入園可能(2~6歳)である。その多くは年齢別にクラス分けをしており、スペイン語、英語の2カ国語教育、バレエ教育などの特色を持っていることが多い。入園時には、入園料のほか教材費として月謝1ヵ月分が必要である。月謝は200米ドル程で、送迎バス代が別途必要である。

私立幼稚園には下記がある。



・Kinder Colegio San Francis 2297-1704

14-2 教育関係施設

(1) 図書館など



国立図書館は外国人にも開放されており、英語やフランス語の図書が置かれている。開館は月曜日から土曜日の8:30~20:30である。

15. 家庭の使用人



15-1 一般事情

一般的に、コスタリカの中流レベル以上の家庭では、使用人を雇う習慣がある。週1回程度掃除や洗濯を手伝うケースから、毎日通いで家事全般を引き受けるケースまで、契約形態はさまざまである。清掃会社や家政婦派遣会社と契約を結ぶより、友人からの紹介で個人契約するほうが一般的。

雇用の際は必ず契約書を作成し、両者確認の上で契約すること。給料の目安は1時間1000から2000コロンで、安すぎる賃金で雇うと安全面・信頼面から問題が生ずるので避けること。最初の1ヵ月是一緒に仕事をしながら決まりなどを覚えてもらうのが望ましい。信頼関係が構築されるまで、鍵を預けたり一人で掃除させたりするのは避けること。

15-2 運転手

(1) 雇用

求人方法には以下の2通りがある。

1) 新聞求人欄(「La Nacion」など)またはスーパーの掲示板(Mas x Menos、Auto Mercado)などに求人を出す。

2) 友人・知人の紹介

友人・知人からの紹介は、信頼がおける人を紹介してもらえという点でお薦めである。また新聞・スーパーの求人欄を利用する時は、こういった人物なのか慎重に選ぶこと。

1)、2)両ケースとも、契約を結ぶ場合は書面を用い、約束事・給料・支払い方法とその日時を明記し、相手の身分証明書のコピーを添付すること。雇用契約の終了あるいは解雇の場合は、勤務1年以内であれば給料の1ヵ月分程度、1年以上であれば2~3ヵ月程度分の退職手当を支給すること。退職手当を支払わないと後々問題が生ずるので注意すること。

(2) 日常管理

出勤管理に関しては、「10分でも遅刻は遅刻である」と最初に厳しく言及する必要がある。月1回車の総点検を運転手と一緒にし、オイル交換などを確認するとよい。

(3) 教育指導

一般的にラフな運転をする運転手が多いので、安全第一を心がけるよう指導する。また服装はワイシャツにズボンが一般的。

(4) その他の留意点

運転手は安全管理面で非常に重要な役割を担うので、慎重に決めるべきである。また日ごろから信頼関係を築くよう心がけることも大切である。

15-3 家政婦／夫

(1) 仕事の種類と人数

一般家庭では1人で十分である。何を担当してもらうかは、賃金および能力を考慮して、契約時に明確にしておくべきである。

(2) 雇用

知人の紹介者に限るほうがよい。求人広告または自薦による雇用はトラブルにつながりやすい。雇用に際しては身上調査をするとともに、健康診断書を要求するべきである。

賃金は、住み込みで食事および生活必需品支給の上で、月額250米ドル程である。勤務時間は1日8時間程度とし、週休1日および主要祝日の休日のほかに、年間15日の有給休暇を支給する。ボーナスは12月に1回、勤続1年以上の場合賃金の1ヵ月分を支給する。

最高3ヵ月間の試用期間中は予告なしに解雇でき、退職金支給の必要もない。

その後の解雇は30日前に通告し、勤続1年につき賃金1ヵ月分の退職金とボーナス、および有給休暇日数の調整分を支払うことになる。家政婦／夫側の都合による退職の場合は、ボーナスの支給および有給休暇日数の調整をすればよい。

傷病による休職の場合は、4日目までは全額、その後は賃金の半額を復帰するまで保証しなければならない。妊娠した場合の解雇については、出産までの賃金を支給することになっている。

労働省は電話：2542-0000、CCSS(社会保険公庫)は電話：2539-0000である。

(3) 日常管理

いかなる場合でも、領収証をとっておくことが大切である。

15-4 庭師、ガードマン

庭師は頻繁に戸別訪問しているので、必要な時のみ依頼すればよい。ガードマンに関しては、警備会社の24時間ガードマン派遣システムがあるが、経費は高額になる。

16. メディア



16-1 新聞、雑誌

(1) 現地発行の日刊紙

スペイン語紙年間購読料(前払い)

「La Nacion」63,000コロン(約110米ドル)

「La Republica」63,000コロン(約110米ドル)

「Al Día」39,000コロン(約米70ドル)

「Prensa Libre」31,200コロン(約56米ドル)

英語紙には週刊の「The Tico Times」(年間購読料48米ドル)がある。

(2)日本の日刊紙

OCS(電話:2223-6092)を通じて、「朝日新聞」「読売新聞」「日本経済新聞」衛星版を1~2日遅れで入手できる。料金は516米ドル/3ヵ月分である。

(3)欧米紙/誌

Casa de la Revista (所在地:Avenida1/3,Calle 5, San José 電話:2256-5092/フリ-ダイヤル:800-738-4782)では、「The New York Times」(1部約11米ドル、日曜版約17.5米ドル)、「USA Today」(約6米ドル)、「Miami Herald」(約8.6米ドル、日曜版約8.5米ドル)、「The Wall Street Journal(約8.6米ドル)」などを販売している。

(4)日本の雑誌、書籍

日本の書籍が購入できる書店はない。

16-2 ラジオ

(1)ラジオ放送局

中波・FM合わせて30局以上あり、ニュース、音楽を中心とした番組編成である。

(2)NHKワールド・ラジオ日本 (ラジオジャパン)

NHKワールド・ラジオ日本の中米向け放送を受信できる。周波数は、3月末と10月末に変更するので、周波数表を入手のうえ、確認すること。

受信機は短波専用が望ましく、地域によっては簡単なアンテナも必要である。

< NHKワールド・ラジオ日本問い合わせ先 >

NHK国際放送局国際編成部

所在地:〒150-8001 東京都渋谷区神南2-2-1

電話:海外から:+81-3-3465-1111 (平日/日本時間10:00~18:00)

日本国内から:0570-066066 (NHK視聴者コールセンター/24時間受付)

Email :nhkworld@nhk.jp

< 周波数表、番組表 >

URL :<http://www.nhk.or.jp/nhkworld/japanese/index.html> (周波数表、番組表確認)

FAX :+81-3-5454-0888 情報番号260(日本語放送の周波数表・番組表 FAX サービス)

郵送 :上記NHK国際放送局企画編成部に請求する。(無料)

(3)聴取可能なその他の外国放送

VOAが次の時間帯に、記載の周波数(kHz)で聴取できる。

5:00~8:00 21580、17830、15205、11890

20:00~23:00 17780、15400、11895、9670

16-3 テレビ

(1)地上波放送局

国営、民放の放送局があり、放送時間は6:00～0:00ぐらいである。日本およびアメリカのアニメもしばしば放送されている。すべてカラー放送である。

(2)衛星放送、ケーブルテレビ

サンホセ市内では、ケーブルテレビ(Cable Tica 電話:2210-1450、Amnet 電話:2210-2929、Direct TV(SKY) 電話:2205-5151)が営業しており、通信衛星から米国、ヨーロッパ、中南米のテレビ番組を見ることができる。地区により、カバーしているケーブルテレビ会社は異なる。

Amnetの場合、費用は設置料が無料、受信料は月額約28.5米ドルである。

また、ケーブルテレビのCable Vision社(電話:2236-8801)、SKY(設置料\$30、月額約54.90米ドル)では、NHKワールド・プレミアムが視聴できる。

(3)テレビ受信

受信方式は日本と同じNTSC方式である。32インチの液晶テレビの一般市価は約600米ドルである。

17. スポーツ、 趣味、 語学学習



Yellow Page

Yellow Page

17-1 スポーツ

(1)ゴルフ

ゴルフクラブには下記がある(詳細はPart3イエローページを参照)。

・Club Cariari

(2)テニス、フィットネス

下記のインドアクラブがある。

・San Joseインドアクラブ

(3)その他のスポーツ

乗馬はサンホセ郊外で1時間10～12米ドル程度で楽しめる。

17-2 趣味

コスタリカでは、海水浴、映画鑑賞、ダンス、サッカー - 観戦などが一般的である。映画館はモールサンペドロ(サンペドロ地区)・マルチプラザ(サンタアナ地区)などに代表されるショッピングモール内に集中している。水曜日は映画デーで通常価格より値下げ料金制度などが実施され、お年寄り・子供割引も設定されている。

そのほか、サルサ、メレンゲなどを教えるダンス教室が市内に数カ所ある。主なところは次のとおり。

Yellow Page

・Merecumbe (メレクンベ)

・Malecon (メレコン)

17-3 語学学習

(1) 語学学習施設

国立コスタリカ大学で外国人向けスペイン語講座を設置しているほか、各語学学校でもスペイン語、英語、中国語、フランス語、ポルトガル語、イタリア語などが習得できる。

代表的な語学学校に以下がある。



- ・INTENSA
- ・Instituto Britanico
- ・Centro Cultural Costarricense Norteamericano

(2) 家庭教師

スペイン語を家庭教師に習うのは一般的ではないが、家庭教師を雇う場合は知人に紹介してもらうのが一般的。ほかには新聞(「The Tico Times」英字新聞)やスーパーの掲示板などで探す方法がある。大学卒の場合で1時間10米ドル程度。

18. 観光



18-1 地方旅行の留意点

国内旅行に関する規制、手続きなどは特にない。ただし、パナマ国境方面およびリモン方面からの帰途には検問所が設けられていることがある。

観光客に対する犯罪が増加傾向にあり、注意を要する。観光地に向かう長距離バスターミナルでのスリ、置き引き、引ったくりなどの被害が多発しているため、手荷物や貴重品から目を離さないことが肝要である。

18-2 主要観光地・保養地

< サンホセ近郊日帰り >

・カルタゴ

サンホセから22kmの古都カルタゴには、ビザンチン様式の大聖堂(Basilica)があり、裏手の泉には奇跡を起こすと伝えられる「聖なる水」が湧いている。

カルタゴ北東には標高3432mのイラス火山がある。頂上まで舗装道路が続いており、クレーターを見ることができる。標高が高くかなり冷えるため、セーターやジャケットなどの防寒具の持参は欠かせない。

カルタゴ南東には日本庭園があるランカスタ - 植物園(Jardin Lankester)、オロシ溪谷、ウハラ遺跡とピクニックにふさわしい場所がたくさんある。

・エレディア、アラフエラ

サンホセから北西20km圏内に、エレディアとアラフエラがある。エレディアでは、コーヒー園が見学できる。この方面は、ポアス火山観光の入口になる。

・サルチー

山間の小さな木工の町サルチーは、サンホセの北西53kmに位置している。カ

レータと呼ばれる牛車の大小ミニチュアから木製のテーブル、ロッキングチェアまで各種の木工製品が製作・販売されている。

展望台にレストランを設けているところが何か所かあり、訪問に値する。

<カリブ海リモン方面>

・トゥリアルバ

10号線でサンホセから64kmのトゥリアルバには、国際機関の熱帯農業調査研究所(CATIE、電話:2558-2000)がある。トゥリアルバ火山麓では、グアヤボ遺跡を訪問できる。トゥリアルバからさらに東へ約100km行くと、黒人系の人々が多く居住する港町リモンがある。

・カーニバル

リモンの10月のカーニバルは一見の価値がある。

・運河地帯

約100kmに及ぶ運河地帯には、釣りができるパリスミーナ、アオウミガメの産卵で有名なトルトゥゲーロ国立公園がある。また、最北部のパラ・デル・コロラドはスポーツフィッシングで有名な所である。トルトゥゲーロはロッジ・ホテルが多数ある。サンホセ発の運河地帯観光ツアー(日帰り、1泊2日)やアオウミガメの産卵観察ツアー(6月～10月)もある。

・カウイータ国立公園

リモンの南東約50kmのところに、サンゴ礁が美しいカウイータ国立公園がある。

<プンタレーナス>

港町プンタレーナスは、サンホセの西130kmにある。ホテルやレストランが数多くあり、新鮮な海産物とヨットクルージングを楽しめる。

<ハコ、マヌエル・アントニオ>

・ハコ

砂浜が美しく、サーフィンに好適な波が来ることでも知られている。

・マヌエル・アントニオ

サンホセから約150km、車で4時間のところに位置する国立公園である。10km以上続く白い砂浜があり、マングローブ林のなかでは鳥や小動物を観察できる。キャンプも許可されている。

<グアナカステ方面>

・リベリア

サンホセから約230kmのところにあり、道路の状態は良好である。

・ビーチ

リベリアから21号線に入ると、ニコヤ半島のビーチを訪問できる。

パナマ、エルモッサ、ココ、オコタルへ行くには、グアルディアを通過した後、21号線を右に折れるとよい。

21号線をフィラデルフィアあたりで右折すると、ポトレロ、ブラシリート、フラン

ゴのビーチに着く。

・タマリンド

サンタクルスから比較的近いが、未舗装の道路を1時間近く走ることになる。

・サンタクルス

ニコヤ半島の中心地サンタクルスは、リベリアから約50km南西にある。

半島にはバラ・オンダ国立公園のほか、モンテスマなど人気のある場所がたくさんある。車で出かける場合はテンピスケ橋を利用して、ニコヤ半島まで移動することをお薦めする。

<ゴルフート>

2号線を南下し、リオ・クラードで右折する。サンホセから車で約7時間かかる。免税地区なので買い物客で賑わっている。

<モンテベルデ>

1号線を折れてからは道路の状態は悪く、サンホセから約4時間かかる。ケツァール、ハチドリ、毒ガエルなどが観察できる。チーズの製造・販売でも有名な所である。

<チリボ登山>

標高3820mのコスタリカ最高峰である。湖は氷河起源といわれている。

<川下りツアー>

サラピキ川、レベントソン川などで川下りツアーが行われている。

<ココ島>

ブントレーナスから約500km南西にある無人島で、スチーブンスンの『宝島』の舞台になったと伝えられている。ココ島には宿泊施設はなく、10日から2週間ほどのパッケージツアーに参加して、クルーズ船内で寝泊りすることになる(料金は2000米ドル前後)。ダイバーにとっては、まさに大自然を満喫できる夢の島である。

18-3 旅行代理店



一流ホテル内に案内所を設けている旅行代理店であれば、まず問題はない。また、観光局のライセンス(ICTナンバー)を持っていれば適正な代理店といえる。

主な旅行代理店は次のとおり(詳細はPart3イエローページを参照)。

- ・Katsuko Travel Agency
- ・さくらツアーリストサービス
- ・Paradise World Tours
- ・開発コスタリカ株式会社

19. 私財の輸送、 引き取り、購入



19-1 家財道具

(1) 輸送会社

<フロー>

- ・日本の輸送会社（郵便が一般的）
- ・コスタリカ郵便局本局（民間輸送会社の場合は税関倉庫など）
- ・受け取り

通関と輸送の両方を扱う会社もあるが、各通関会社専用の輸送会社に依頼することが多い。

(2) 輸入手続き

アナカン(航空別送荷物)などの輸入手続きは非常に複雑で、かつ時間を要するため、通関会社に委託したほうがよい。通関会社にはMetropolis(電話: 2281-2223)、Dinamica(電話: 2257-1614)がある。

(3) 輸入貨物の受け取り港

Puerto Caldera(太平洋側Puntarenas地区)とPuerto Moin(カリブ海側Limon地区)の2つがある。

19-2 自動車

(1) 一般状況

車種にもよるが、総代理店には常に在庫があるとは限らず、コスタリカでの購入の場合日本などへの発注が必要であり、60～90日を要することになる。

(2) 輸入手続き

該当情報なし。

(3) 現地での購入

該当情報なし。

(4) 自動車登録

ナンバープレートは、省庁関係車両は青地、公共機関車両は白地に橙色の文字、一般車両は白地が一般的である。また、大使館車両にはCD、MD、CC、国際協力関係機関車両にはMI、年金生活者にはPENと表示されている。

登録申請からナンバープレート交付までは2～6ヵ月を要する。

(5) 免許証取得

日本の免許証を書き替えればコスタリカで運転できる。

新規に運転免許証を取得するには、Consejo de Seguridad Vial: Dirección General de Educación Vial(電話: 2227-5158)で、20時間の法規コースを修了しなければならない。コースには午前部と夜間部があり、費用は約10米ドルである。その後、公立病院で健康診断(主に視力検査)を受ける。実技試験は交通警察(電話: 2523-2544)により、個人車両を使って一般道路で行われる。

なお、運転教習所が数ヵ所あり、法規コース修了者を対象に実技のみ指導している。料金は10時間約130米ドルである。免許証の有効期間は4年間である。

(6) 保険、税金

自動車保険には強制と任意の2種類がある。強制保険料は年額50～2300米ドルと、車種・年式により大きく異なり、補償額はきわめて低い。任意保険は、対人・対物・盗難などの組み合わせを選んで契約する。

強制保険はOficina de Placas (Calle Blanco) で、任意保険はINS (国立保険公社) (電話: 2287-6000) の自動車部でそれぞれ受け付けている。

物損事故の場合は、INSの保険査定部 (Zapote 電話 :2280-0641, 800-800-8000 内線1) で事故申請を行い、損傷状態を確認の上、保証金額が決定される。修理完了後、INS本部で補償金の受け取り手続きを行う。

20. 地方都市



< エレディア >

首都サンホセから11kmのところに位置する。サンホセ、エレディア間の公共交通サービスは充実しており、4つの異なるバス会社が違うルートで往復している。サンホセからの所要時間は通常30分ほどであるが、朝夕の通勤ラッシュ時は非常に時間がかかる。国立大学の1つであるナショナル大学が、ここエレディアにある。気候はサンホセよりやや涼しく、朝晩は少し冷える。

< アラフエラ >

首都サンホセから21kmのところに位置する。サンホセ国際空港 (フアン・サンタマリア国際空港) は、アラフエラにあることから、空路でコスタリカを訪問する場合、最初に到着するのがこの地である。標高900mでサンホセ (標高1100m) より低地にあるので気候はより暖かく、場所によってはかなり暑い。2つのバス会社が、サンホセ～アラフエラ間を運行しており、所要時間40分程度である。2010年に新しく誕生した国立大学の1つである国立工科大学が、ここアラフエラにある。

< カルタゴ >

1823年まで首都であったカルタゴは、歴史に満ちた由緒ある古都である。サンホセから22km、所要時間は30分程度であり、交通の便もいい。気候は、サンホセと比較してかなり涼しく、朝夕は寒いと感じるほどである。国立大学であるコスタリカ工科大学が、ここカルタゴにある。

Part 3 イエローページ

*特に記載のない限り、コスタリカ支所のあるサンホセの情報を中心にしています。

1. JICA 事務所 (コスタリカ支所)

所在地	Centro Ejecutivo Ofimall, Mall San Pedro, Sexto Piso, San Pedro de Montes de Oca, San José, Costa Rica
TEL/FAX	TEL: +506-2225-3114 FAX: +506-2234-2384
URL/E-mail	URL: http://www.jicacr.org/ E-mail: jica@jicacr.org
勤務時間	8:00—16:30(昼休み 12:00—13:30)

2. 日本大使館

所在地	Torre La Sabana, Piso 10, Del ICE 300 mts. oeste, 25 mts. norte, Sabana Norte
TEL/FAX	TEL: +506-2232-1255 FAX: +506-2231-3140
URL/E-mail	URL: http://www.cr.emb-japan.go.jp E-mail: embjapon@racsa.co.cr
勤務時間	8:00—17:00(昼休み12:00—13:30)

3. 緊急連絡先電話番号

日本大使館	TEL: +506-2232-1255
警察、消防、救急車	TEL: 911

4. ホテル * 料金は米ドル、2011年10月現在のレートに基づく。下記の宿泊料金には特に記述がない場合、税金(13%消費税)は含まれていない。

<ホテル>

■Balmoral (バルモラル)

Avenida Central, Calle 7 y 9, San José Centro
 TEL: 2222-5022 FAX: 2221-1315
 URL: <http://www.balmoral.co.cr> E-mail: info@balmoral.co.cr
 料金: シングル\$99 ダブル\$119
 VISA, MasterCard, American Express, Diners Club で支払い可能。

■Aurola Holiday Inn (アウロラホリディン)

Frente del Parque Morazán
 TEL: 2523-1256 FAX: 2255-1036
 URL: <http://www.aurolahotels.com> E-mail: info@aurolahotels.com
 料金: シングル \$100,
 VISA, MasterCard, American Express, Diners Club で支払い可能。

■Boutique Jade (ブティック ハデ)

250 mts. norte de Autos Subaru, Los Yoses, San José
 TEL: 2224-2455 FAX: 2224-2166
 URL: <http://www.hotelboutiquejade.com> E-mail: info@hotelboutiquejade.com
 料金: シングル \$120, ツイン\$130
 VISA, MasterCard, American Express, Diners Club で支払い可能。

<アパルトテル>

■Cristina (クリスティーナ)

300 norte del ICE en Sabana Norte, Sabana Norte, San José
 TEL: 2220-0453 FAX: 2220-2096
 URL: <http://www.apartotelcristina.com> E-mail: aparcrit@amnet.co.cr
 料金: シングル\$73
 VISA, MasterCard, American Express, Diners Club

■Tairona (タイローナ)

Barrio Dent, 75 mts. oeste de Taco Bell, San Pedro, San José
 TEL: 2234-0146 FAX: 2253-6429
 URL: <http://www.taironainn.com> E-mail: tairona@racsa.co.cr
 料金: シングル\$70(1泊)、ダブル\$90(1泊)
 VISA, MasterCard, American Express

5. 美容院

該当情報なし。

6. レストラン

< 中国料理 >

-
- Don Wang San José, Calle 11, Avenida 6 v 8
 TEL: 2223-5925 FAX: 2233-6484
 URL: <http://www.donwangrestaurant.com>
 E-mail: dryuan@sol.cr.co
 年中無休、予約可能
-
- King's Garden
San José, segundo piso de Mas X Menos Sabana (antiquo Yaohan)
Frente Hotel Crown Plaza Corobicí
 TEL: 2255-3838 FAX: 2255-3570
 年中無休、予約可能
 営業時間11:00 am ~ 23:00 pm
-
- Wong's(皇朝)
Costado Norte de la Plaza de la Democracia, Cuesta de Mora, San José
 Tel: 2255-0824/2258-7910
-
- Casa China Diagonal del MINAET, Barrio Francisco Peralta, San Jose
 Tel: 2257-8846/2257-8392
 営業時間8:00 am ~ 23:00 pm
 年中無休、予約可能
-

< イタリア料理 >

-
- La Trattoria Detrás del Automercado Los Yoses, San José
 Tel: 2224-7065
-
- Il Pomodoro 100 norte de la Iglesia de San Pedro, San José
 Tel: 2224-0966
-

< フランス料理 >

-
- El Mirador San José, Hotel Aurora Holiday Inn, 17F
 TEL: 2233-7233 FAX: 2255-1171
 URL: <http://www.holiday-inn.com/sanjosecr>
 E-mail: aurola@racsa.co.cr
 年中無休、予約可能
-
- Le Chandelier
San Pedro, Del ICE 50 mts. oeste v 100 mts. sur
 TEL: 2225-3980 FAX: 2253-8984
 URL: <http://www.restaurantlechandelier.com>
 E-mail: dubuiscl@racsa.co.cr
 年末年始、独立記念日など休業。予約可能
-

< スペイン料理 >

-
- Marbella
Centro Comercial Calle Real, Curridabat
 TEL: 2224-9452
-

< メキシコ料理 >

-
- Los Antoiitos
Frente a Fuente de Hispanidad, Los Yoses, San José
 TEL: 2225-9525 FAX: 2224-4381
 E-mail: cancunan@racsa.co.cr
 チェーン店のためサンホセ市内に数カ所ある。イースター、年末年始など休業。予約可能
-

< レバノン料理 >

-
- Lubnan Calle 22 v 24, Frente al Torre Merced, Paseo Colón, San José
 TEL: 2257-6071
-

< アジア料理 >

-
- Tinjo Costado del Don Wang, Calle 11, Avenida 6 v 8, San José Centro
 TEL: 2221-7605 FAX: 2222-3942
 E-mail: hola@tinjo.com
 イースターは休業、予約可能
-
- Saisaki Calle 32, Avenida 1, Diagonal del Kentucky Fried Chicken, Paseo Colón, San José
 Tel: 2223-7097
-

<ペルー料理>

■Machu Pichu 125 mts. norte de Pollo Kentucky, Paseo Colón, San José
TEL: 2222-7384
URL: <http://www.machupichu.co.cr>

■Inka Grill 50 mts. sur de la Plaza del Sol, Curridabat, San José
Tel: 2279-9858 800-465-2474

<韓国料理>

■Arirang Edificio Colón, 2nd Piso, Calle 38 v 40, Paseo Colón, San José
TEL: 2223-2838
営業時間 11:30 am ~ 15:00 pm 17:30 pm ~ 22:00 pm 日曜休業

■Moby Dick Frente a Ferreteria del Mar, San Pedro, San José
TEL: 2224-7613

■Little Seoul 50 mts norte del Automercado en Plaza Mayor, Rohrmoser, San José
TEL: 2232-5551 FAX: 2232-5243

<日本料理>

■Fuji(富士) Hotel Crown Plaza Corobici
TEL: 2232-8122 ext.191 FAX: 2231-6063
URL: <http://www.crownplaza.com>
年中無休、予約可能

■Sakura(桜) Hotel Ramada Plaza Herradura
TEL: 2209-7060

■Matsuri Diagonal a la Rotonda de la Bandera, centro Gastronómico Antares San Pedro, San José
TEL: 2253-0022
URL: <http://www.restaurantematsuri.com>

■Bambu 100 oeste v 25 sur de la Contraloría General de la República, Sabana Sur, San Jose
TEL: 2290-1156

<カフェテリア>

■Cafe Ruisenor 250 mts oeste del Mall San Pedro, Centro Comercial Casa Alameda, Los Yoses
TEL: 2225-2562 FAX: 2225-2562
年末年始休業、予約可能

<南米料理>

■La Esquina de Buenos Aires
Calle 11, Avenida 4, San José Centro
TEL: 2233-1909

■Fogo Brasil
100 m este de la Agencia Datsun en la Sabana
TEL: 2248-2526

7. 食料品

<日本食品>

■Super Sony(スーパー・ソニー)
350 mts. Sur del Teatro Nacional, Calle 3 Avenida 8 v 10, San José
o del Colegio de Señoritas, 200 mts. sur
TEL: 2221-1263 FAX: 2221-3730
URL: <http://www.supersony.com>
E-mail: sschanql@racsa.co.cr
月 ~ 土8:00 ~ 20:00、日9:00 ~ 19:00

■Asia(アジア) 500 mts. sur de la Iglesia San Juan Bautista, San Juan de Tibás, San José
TEL: 2236-3103 FAX: 2235-5129
年中無休: 8:00 ~ 20:00

<スーパーマーケット>

■Mas x Menos サンホセ市内各地
URL: <http://www.masxmenos.co.cr>
月 ~ 土6:00 ~ 24:00、日6:00 ~ 21:00(店舗により異なる)

■Auto Mercado サンホセ市内各地
URL: <http://www.automercado.co.cr>
月 ~ 土7:00 ~ 20:00、日8:00 ~ 15:00(店舗により異なる)
「10.日用品、雑貨」も参照。

■Pali	サンホセ市内各地 URL: http://www.csu.co.cr 月～木8:30～20:00、金土8:00～20:00、日8:30～18:00(店舗により異なる)
■Walmart	サンホセ市内各地 Tel:0-800-011-0932

8.家電製品

■Almacen Casa Blanca	Calle 2, Avenida 2, San José TEL: 2233-3602 URL: http://www.casablancacr.com ほかにもサンホセ市内に支店あり。
■Almacen Hoar Feliz	Calle 8 v 10, Avenida Central, San José TEL / FAX: 2222-4514 URL: http://www.hogarfeliz.com E-mail: ventas@hogarfeliz.com ほかにもサンホセ市内に支店あり。
■Play	Zapote, Rotonda de las Garantías Sociales TEL: 2234-3586 800-8000707(フリーダイヤル) URL: http://www.play.co.cr Heredia(Telefax: 2588-8300, Escazú(Telefax: 2261-9606)にも支店あり。
■Gollo	サンホセ市内に支店多数あり。 TEL: 800-00-46556(フリーダイヤル) URL: http://www.gollotienda.com
■Importadora Monge	サンホセ市内に支店多数あり。 TEL: 2437-4100, 800-2222000(フリーダイヤル) 9:00～19:00 (店舗により異なる)

9.家具

■La Artística	Calle 7 v 9 Avenida 2, San José TEL: 2223-5544 FAX: 2257-8159 URL: http://www.laartistica.net E-mail: ventas@laartistica.net ほかにもサンホセ市内に支店あり。
■CEMACO	De la rotonda de las Garantías Sociales 200 metros Norte. TEL: 2280-2112 URL: http://www.cemaco.co.cr
■Akiro	50 mts oeste de Pollos Kentucky, Avenida segunda, Barrio la California, San José TEL: 2234-8174/2283-3243 URL: http://www.mueblesakiro.com

10.日用品、雑貨

■Auto Mercado Centro	Avenida 3, calles 3 v 5, 100 mts oeste del Parque Morazan, San José TEL: 2233-5511 FAX: 2256-6272 フリ - ダイヤル: 800-800-2886 URL: http://www.automercado.co.cr E-mail: cliente@automercado.co.cr 月～土7:00～20:00、日8:00～15:00(店舗により異なる) インターネットによる通信販売を行っている(市内のみ)。URL: http://www.amidomicilio.com
■Mas x Menos Sabana	Frente al Hotel Crown Plaza Corobici, Sabana Norte, San José TEL: 2291-8960 FAX: 2256-6272 フリ - ダイヤル: 800-800-722 URL: http://www.masxmenos.co.cr
■Walmart	Diagonal a la Iglesia de San Sebastian, San Sebastian Tel:0-800-011-0932
■Price Smart	Frente al Registro de la Propiedad, Zapote TEL: 2283-9464 月～金10:00～21:00、土9:00～21:00、日9:00～20:00 Heredia, Escazú, Loorente de Tibás, Alajuela にも支店あり
■ショッピング モール	Mall San Pedro 9:00 a.m.～20:00 p.m. Outlet Mall(San Pedro) 10:00 a.m.～20:00 p.m. Multiplaza del Este (Curridabat) 10:00 a.m.～20:00 p.m. Multiplaza del Oeste (Escazú) 9:00 a.m.～20:00 p.m. Terra Mall(Tres Rios) 10:00 a.m.～20:00 p.m.

11. 工具、素材

- El Laqar S.A 25 mts este del cementerio de Desamparados, San José
TEL: 2217-9500 FAX: 2250-2166
URL: <http://www.ellagar.com>, callcenter@ellagar.com
支店あり(Heredia, Belen, Santa Ana, Moravia)
- Abonos Agro Avenida 3, Calle 16/18, Detrás del Terminal de Bus de Coca Cola, Barrio México, San José
TEL: 2212-9300 FAX: 2257-2964
Callcenter Tel: 2221-5000
URL: <http://www.abonosagro.com> E-mail: info@abonosagro.com
支店あり (La Uruca, Perez Zeledón, Limonal)
- El Guadalupano 150 mts noroeste de la Embotelladora Tica, Calle Blancos, San José
TEL: 2235-8585 FAX: 2236-9871
URL: <http://www.guadalupano.com> E-mail: info@guadalupano.co.cr
- EPA Curridabat, Tel: 2224-4110 Contiguo al Indoor Club, Curridabat, San José
Escazú, Tel: 2588-1122 Auto pista Próspero Fernández, diagonal a la entrada de San Rafael
800-3728253 (フリーダイヤル), URL: <http://www.epaenlinea.com/cr>
毎日営業 7:00 ~ 21:00

12. 銀行

- Banco de Costa Rica (コスタリカ銀行)
San José, Calle 4 v 6, Avenida central v 2
TEL: 2287-9000 (テレホンセンター)
URL: <http://www.bancobcr.com>
営業時間 月 ~ 金 8:00 ~ 19:00
サンホセ市内、主な地方都市に支店がある。
- Banco Nacional de Costa Rica (コスタリカ ナショナル銀行)
Avenida 1/3, Calle 4, San José Centro
Tel: 2212-2000
URL: <http://www.bnrcr.fi.cr>
営業時間 月 ~ 金 8:30 ~ 15:45, 土 9:00 ~ 13:00
サンホセ市内、主な地方都市に支店がある。
- Citibank Costa Rica (シティバンク コスタリカ)
Oficentro Plaza Roble, frente a Multiplaza del Oeste
Edificio El Patio, 4to piso, Guachipelín, Escazú
Tel: 2239-9019 FAX: 2201-8311 URL: <http://www.citi.co.cr>

13. タクシー

- Coopeirazu (コーペイラス)
TEL: 2254-3211/2252-1448
- Coopequaria (タクシーコーペグアリア)
TEL: 2226-1683/2226-1366
- Coopetaxi (コーベタクシ)
TEL: 2235-9966/2236-7070
- Taxi Alfaro (タクシーアルファロ)
Tel: 2221-8466/2223-3373
- Taxis Unidos Aeropuerto (タクシス・ユニードス・アエロプエルト)
TEL: 2221-6865/2441-1319
URL: www.taxiaeropuerto.com
空港送迎専門, 24時間予約受付。

14. レンタカー

- Alamo Avenida Central, Calle 36/38, Diagonal del Purdy Motor, Paseo Colón, San José
TEL: 2242-7733 FAX: 2257-6811
URL: <http://www.alamocostarica.com> E-mail: alamocostarica@anccar.com
7:30 ~ 18:00
- Dollar Contiguo al Sericentro de Total Petrolio, Carretera hacia la Cervecería, Río Segundo de Alaiuela
TEL: 2443-2950 FAX: 2440-1401
フリーダイヤル 800-462-5266
URL: <http://www.dollarcostarica.com/> E-mail: info@dollarcostarica.com
- Hertz Avenida Central, Calle 38, 100 mts este de la Toyota, Paseo Colón, San José
TEL: 2221-1818 FAX: 2233-5001
フリーダイヤル 800-850-7576
URL: <http://www.costaricarentacar.net> E-mail: info@hertzcr.com

- Thrifty Avenida 13, Calle 3, San José
TEL: 2523-3232 FAX: 2256-5568
URL: <http://www.thrifty.com> E-mail: corporativo@thriftycostarica.com

15.自動車修理

- Purdy Auto(TOYOTA)
Tel: 2257-3555
URL: <http://www.purdyauto.com>
住所: 100 Oeste, 200 Sur, del Centro Comercial Plaza Ventura, Barrio Corazón de Jesús, San José
- Auto Pits
URL: <http://www.autopitscr.com>, service center Tel: 2522-7555
Escazú: 228-8992, Entrada de Escazú, contiguo al Mcdonald's, Escazú, San José
Santa Ana: 2282-2727, 200 mts. norte del Matra, diagonal del Lagar, Santa Ana, San José
Uruca: 2255-5355, Plaza de Deporte de Uruca, frente al parqueo del Grupo Q
Alaiuela: 2430-4625, 200 mts. oeste de la Bomba Total, contiguo de la Plaza Ferias, Alaiuela
- Purdy Motor
400 mts. al Este de Sylvania, Pavas, San José
TEL: 2519-7777 FAX: 2231-5484
URL: <http://www.toyotacr.com/esp/frtalleres.html>
Paseo Coón, Zapote にも店舗がある。

16.郵便局

- 中央局 サンホセ・セントロ BCR 近く(200 mts al sur del Banco de Costa Rica, San José)
TEL: 2223-9766 FAX: 2223-9413
URL: <http://www.correos.co.cr>
- Zapote 局 200 mts. sur, de la Iglesia Católica, costado del Banco de Costa Rica, Zapote,, San José
TEL: 2202-2900 FAX: 2281-0227
URL: <http://www.correos.co.cr>

17.国際宅配サービス

- DHL Zona Industrial Pavas, San José
TEL: 2209-6000 FAX: 2209-6174
URL: <http://www.dhl.co.cr> E-mail: scr.mail@dhl.com
- UPS 50 mts. este de la Oficina Central de Pizza Hut, Zona Industrial de Pavas, Pavas, San José
TEL: 2290-2828 FAX: 2232-8800
URL: <http://www.ups.com/content/cr/es/index.isx> E-mail: webmaster@ups.com
月～金 7:30～18:30
日本までの料金(目安): 52.78米ドル
- EMS Zapote, San José
TEL: 2202-2900 FAX: 2281-0227
- OCS 400 mts. sur del Edificio Centro Colón, Calle 38 Avenida 7/9, San José
TEL: 2223-6092 FAX: 2223-5723
E-mail: ocssio@racsa.co.cr(日本語可)
<http://www.ocs.co.ip>
- FEDEX 100 mts. este de la Estatua de León Cortés, Edificio San Jorge, local 1B
フリ - ダイヤル 800-463-3339
URL: <http://www.fedex.com>

18.コンピューター修理

- PC Notebook 400 mts. oeste, 50 mts. sur de la Casa Presidencial, Zapote, San José
Tel: 2280-8050 FAX: 2280-2209
URL: <http://www.pcnotebookcr.com> E-mail: info@tuportatil.net
東芝ノートパソコン修理専門店
- COCOCO San Pedro: De Taco Bell 200 mts. Oeste Edificio Cococo, San José
Sabana: De Mc Donald's 200 metros este, edificio esquinero a mano izquierda.
TEL: 2202-8900
URL: <http://www.cococo.co.cr> E-mail: info@cococo.co.cr
- Redes v Sistemas de Costa Rica, S.A.
TEL: 8892-7625
URL: <http://www.redesysistemascr.com> E-mail: info@redesysistemascr.com
パソコンメンテナンス・修理専門店

19. 日本人会

■日本人会

サンホセ日本人学校内 Barrio Los Colegios, Colegio Sion 300 mts. oeste, 100 mts. sur, 25 mts. oeste, Moravia (Apartado Postal 1709-1100)

TEL: 2235-4382 FAX: 2220-3969

URL: <http://www.ajaponesa.com> E-mail: ajaponesa@ice.co.cr

開館時間: 火 13:00 ~ 17:00, 木 9:00 ~ 12:00

20. 教育機関

< 日本人学校 >

■サンホセ日本人学校 (La Escuela Japonesa de San Jose)

Colegio Sion 300 mts. oeste, 100 mts. sur, 25 mts. oeste, Moravia (Apartado Postal 1709-1100)

TEL: 2235-9528 FAX: 2236-3159

URL: <http://www.sio-escuelai.com> E-mail: escuelai@racsa.co.cr

授業料その他: 編入学するには、日本の学業証明書など必要書類を提出し、学校運営委員会の承認を得ることが必要である。また、保護者は日本人会の会員でなければならない。なお、学期途中の編入も許可されている。特に定員はない。

入学金 / 小学校400米ドル、中学校400米ドル 授業料 / 月額13万5000コロン 学童保険/年額4800コロン

日本に準じた3学期制。年間授業日数は205日。週5日制、1日7授業。全学年とも登下校にスクールバスを利用しており、費用は月額4万4000コロンである。PTA 会費月額1、200コロン。

< 現地校、外国人学校 >

■Country Day School S.A.

Escazú

TEL: 2289-0919 FAX: 2228-2076

URL: <http://www.cds.ed.cr> E-mail: cdsadmin@cds.ed.cr

対象年齢: 4 ~ 18歳

使用言語: 英語

授業料その他: 入学金 / 幼稚園、小学校、中学校、高校ともに一律1,000米ドル

授業料(月額) / 幼稚園の年少・年中組 半日コース3,930米ドル、1日コース6,740米ドル、年長組 半日コース5,100米ドル、1日コース7,500米ドル、小学校~高校 10,340米ドル

入学・編入とも希望者はおおむね受け入れられる。第1学期が8月中旬~12月中旬、第2学期が1月中旬~6月中旬の2学期制である。スクールバスがあり、月額90~115米ドルで利用可能。

■Lincoln School

Barrio Socorro, San Mique, Santo Domingo de Heredia

TEL: 2247-6600 FAX: 2247-6700

URL: <http://www.lincoln.ed.cr>

対象年齢: 6 ~ 18歳

使用言語: 英語

授業料その他: 入学金 / 一律約50米ドル。そのほか入学一時金として1家族あたり約1500米ドル。

授業料(月額) / 幼稚園 約450米ドル、小学校 約520米ドル、中学校 約580米ドル、高校 約640米ドル

入学・編入にあたり、内申書および英語能力が重視される。このほか定員枠もあるので、入学・編入は他校と比べると容易ではない。スクールバスは月額約100米ドルで利用可能。第1学期が3~6月末、第2学期が7月中旬~11月末の2学期制。

■Escuela Britanica de Costa Rica

del Final del Boulevard de Rohrmoser, 125 mts. norte, Santa Catalina, Pavas, San José

TEL: 2220-0131 FAX: 2232-7833

URL: <http://www.infoweb.co.cr/britsch> E-mail: britsch@racsa.co.cr

対象年齢: 4 ~ 18歳

使用言語: スペイン語、英語、フランス語

入学金: 1000米ドル

授業料(月額) / 幼稚園 450米ドル、小学校 500米ドル、中学校 6005米ドル、高校 650米ドル

■Colegio Calasanz

San Pedro

TEL: 2283-4730 FAX: 2283-1890

E-mail: calasanz@racsa.co.cr

対象年齢: 4 ~ 18歳

使用言語: スペイン語、英語、フランス語

授業料その他: 直接問い合わせる。

■Colegio Humboldt Costado Norte de la Embaiada de Los Estados Unidos Rohrmoser Pavas

TEL: 2232-1455 FAX: 2232-0093

E-mail: humboldt@racsa.co.cr

対象年齢: 2 ~ 18歳

使用言語: スペイン語、英語、ドイツ語

授業料その他: 登録料232,500コロン(415米ドル相当)、生徒1人につき入学金400米ドル。

< 幼稚園 >

■Kinder Colegio San Francis

Costado norte Cementerio de Moravia

TEL: 2297-1704 (内線109) FAX: 2240-9672

E-mail: sfc@stfrancis.ed.cr

対象年齢: 3 ~ 5歳

使用言語: スペイン語、英語

授業料: 210米ドル/月

21. 図書館

■国立図書館 Costado norte del Tribunal Supremo de Elecciones

TEL: 2221-2436

月 ~ 土 8:30 ~ 20:30

22. スポーツ施設

< ゴルフ場 >

■Club Cariari Apartotel Cariari (Cariari)

TEL: 2293-3211 FAX: 2293-5585

http://www.clubcariari.com

料金: 入会金1万5千米ドル、デポジット4000米ドル、月会費95米ドル

毎日6:00 ~ 21:00 プレー可能

< テニスクラブ >

■San Jose インドアクラブ

225 mts. este del Pops, Curridabat, San José

TEL: 2225-9344 FAX: 2224-4031

http://www.indoorclub.com

料金: 入会金10,000米ドル、デポジット4000米ドル、月会費34,300コロン(62米ドル)、デポジットは返却されない。

■Valle del Sol < ゴルフ・テニス >

Santa Ana

Tel: 2282-9222

http://www.vallesol.com

会員でなくても利用可

23. ダンス教室

■Merecumbé (メレクンベ)

100 mts. sur y 100 mts. oeste del Banco Popular en San Pedro de Montes de Oca.

TEL: 2224-3531 FAX: 2283-0106

月 ~ 土 9:00 ~ 21:00、日休み

■Malecón (マレコン)

Avenida 2, Calle 17/19

TEL/FAX: 2222-3214

月 ~ 金 10:00 ~ 19:30、土 10:00 ~ 14:00、日休み

24. 語学学校

■INTENSA

Avenida 1/3, Calle 33, Los Yoses, San José

TEL: 2281-1818 FAX: 2253-4337

URL: http://www.intensa.com/intensa/ E-mail: info@intensa.com

料金: スペイン語コース毎日4時間、860米ドル ホームステイ紹介制度あり。

■Instituto Británico

Los Yoses, Avenida Central/Calle 41

TEL: 2225-0256 FAX: 2253-4665

URL: http://www.institutobritanico.com

料金: スペイン語2週間コース 月 ~ 金 毎日4時間、440米ドル

ホームステイ紹介制度あり。

■Centro Cultural Costarricense Norteamericano

Los Yoses, Calle 37
 Tel: 2207-7500 FAX:2224-1480
 URL: <http://www.cccnr.com>

■Universidad de Costa Rica

Facultad de Letras
 Programa de Español como la Lengua Extranjera
 Tel: 2511-4293/Fax:2511-5089
 URL: <http://cariari.ucr.ac.cr/filo/espanol.htm> E-mail: espaucr@le.ucr.ac.cr

25. 旅行代理店

■Katsuko Travel Agency(代表者:北條 勝子氏)

De TOYOTA en Paseo Colón, 100 mts. norte, 25 mts. este
 TEL: 2256-1849, 2223-1564 FAX: 2256-2597
 E-mail: katsuko@racsa.co.cr

■VEMSA (担当 Oscar Anchia 氏)

Contiguo Restaurante Quiznos 100 al este y 50 al sur de Toyota en Paseo Colón, San José
 TEL: 2257-5510 FAX: 2233-0836
 E-mail: servicioalcliente@vemsa.co.cr

■さくらツーリストサービス(Shimomura y Arias S.A.)(代表者:下村 昌也氏)

Tel:2272-8745, FAX:2272-8821
 URL: <http://www.sakuracr.com> E-mail: sakura@cool.co.cr

■Paradise World Tours (担当者:本間 玲子氏)

Tel:2239-0033 Ext.1603 (Hotel Herradura 内), FAX:2293-0623
 Email: paradiseworld@racsa.co.cr

■開発コスタリカ株式会社(KAIHATSU Costa Rica,S.A.)(担当者:加瀬 和城氏)

Avenida Central, Calle 7/9, Hotel Balmoral, primer piso, San José centro
 Tel:2222-5022 Ext. 57, ホテルバルモラル2階(日本語可), 8838-8495(直通ダイヤル, 日本語可)
 FAX:2214-1617
 URL: <http://www.kaihatsucostarica.com> E-mail: info@kaihatsucostarica.com
