

Part 1 基本情報

1. メキシコプロフィール

- | | |
|------------|--|
| (1) 正式名称 | (和文)メキシコ合衆国
(英文)United Mexican States |
| (2) 政体 | 連邦共和制 |
| (3) 首都 | メキシコシティ |
| (4) 面積 | 197万平方km(日本の5.3倍) |
| (5) 人口 | 1億863万人(2010年IMF) |
| (6) 民族 | 混血60%、先住民30%、ヨーロッパ系(スペイン系など) |
| (7) 言語 | 公用語 : スペイン語 |
| (8) 宗教 | 92%カトリック、5.4%プロテスタント(2000年国勢調査) |
| (9) 略史 | 1519年スペイン人侵入、21年アステカ帝国滅亡。1821年スペインから独立。1848年米墨戦争により国土の半分近くをアメリカに割譲。1910年メキシコ革命勃発。1917年現行憲法公布。 |
| (10) 在留日本人 | 約6,937人(2010年10月) |
| (11) 気候 | 太平洋側の海流がメキシコの北西部に乾燥した風をもたらし、カリフォルニア半島および北部諸州では雨量はきわめて少なく、高温乾燥地帯となっている。一方メキシコ湾の海流はカリブ海の熱帯性の風を伴い、メキシコ湾に面する低地は高温多湿で雨量も多い。内陸の高原の気候は温和で、5～10月の雨季とその他の乾季がある。 |

【参考】

『外務省ホームページ-各国・地域情勢-』外務省
『最新世界各国要覧 10訂版2000』東京書籍

2. 業務のための基礎データ

(1) JICA事務所の概要(メキシコ事務所)

住所 : Ejército Nacional No. 904 Piso 16-B, Col. Palmas Polanco, C.P.11560,
México, D.F.

連絡先 : 国番号 : 52

市外局番 : 55

電話 : +52-55-5557-9995

FAX : +52-55-5395-0063

URL : <http://www.jica.go.jp/mexico>E-mail : mx_oso_rep@jica.go.jp

執務時間 : 9:30～18:00(昼休み13:30～15:00)

休日 : (3)のメキシコ法定休日(7日間)と労働習慣上の休日(4日間)及び1月2日～3日、12月29～31日。年末年始を除く休日が土、日に該当した場合は翌月曜日

を振替休日とする。

事務所までの交通：

【空港から】

チケット制の空港タクシーを利用すること。出口あたりに何か所かあるSitio300社(推奨)のチケット売場で、「Polanco, Zona6」地区と告げてチケットを購入する。Zona 6への料金は、2011年8月現在190ペソ。空タクシーには飛行機のマークが入っている。

【空港以外から】

流しのタクシー(Libre)ではなく、必ず、無線タクシーやタクシーブースに駐車しているシテオ(Sitio)を利用すること。タクシーはAまたはBで始まるナンバープレートをつけている。JICA事務所はEjército Nacionalという大通りに面しているため、住所を告げるだけでよいが、「Sófocles通りとSócrates通りの間」といえばわかりやすい。

無線タクシー

Taxi Mex : 55-5634-9912、9171-8888、5519-7690

Radio Taxi : 55-5674-6120、5674-6620

Servi Taxi : 55-5516-6020

空港タクシー(Taxi Aeropuerto) : 55-5571-9344

(2) JICA事務所周辺地図



- (3) 日本との時差、
サマータイム
- 日本との時差 : - 15時間
サマータイム : (4月から10月ごろまで) 日本との時差は - 14時間になる。
- (4) 法定休日と労働習慣上の休日 (2011年) : JICAメキシコ事務所の休業日とは一部異なる。
- | | |
|------------|---|
| 1月 1日(月) | 元旦 (Año Nuevo) |
| 2月 7日(月) | 憲法記念日 (Aniversario de la Constitución Mexicana) 2月の第1月曜 |
| 3月 21日(月) | ベニート・フアレス生誕記念日 (Natalicio de Benito Juárez) 3月の第3月曜 |
| 4月 21日(木) | 復活祭 (Día del Trabajo) |
| 4月 22日(金) | 復活祭 (Día del Trabajo) |
| 5月 1日(日) | メーデー (Día del Trabajo) |
| 9月 16日(金) | 独立記念日 (Dia de la Independencia) |
| 11月 2日(水) | 死者の日 (Día de los Muertos) |
| 11月 21日(月) | 革命記念日 (Aniversario de Revolución Mexicana) 11月の第三月曜日 |
| 12月 12日(月) | 聖母グアダルーペの日 (Nuestra Señora de Guadalupe) |
| 12月 25日(日) | クリスマス (Navidad) |
- (5) ビジネスアワー
- 官庁 : 9:00 ~ 17:00 (土日休み)
銀行 : HSBC銀行 8:00 ~ 19:00 (支店により土曜は午前中営業、日曜休み)
その他の銀行 9:00 ~ 19:00 (土日休み、大型スーパー内の店舗を除く)
商店 : 9:00 ~ 22:00 (日曜日スーパーは21:00まで、ショッピングセンター内の店は19:00ごろまで)
- (6) 言語
- 業務 : スペイン語。英語はほとんど使用しない。
ホテル、買い物、食事 : スペイン語。英語はほとんど通用しない。
- (7) 通貨
- 通貨 : ペソ (Peso)
- (8) 通貨レート
- 為替レート : 1米ドル = 11.65ペソ (2011年8月現在)
- (9) 関係機関
- 【在外日本関係機関】
- 日本大使館
- 住所 : Paseo de la Reforma 395, Col. Cuauhtemoc, México, D.F.
電話 : +52-55-5211-0028
- 【メキシコの関係官公庁】
- 特になし。
- (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事務所のあるメキシコシティ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

メキシコは観光国でもあり、主だった地方都市には高級ホテルから安価なホテルまで揃っている。ホテルはアメリカンスタイルとコロニアスタイルに分かれ、設備・サービスによって、最高級のグラン・トゥリズム(GT)のほか、5つ星から1つ星までランク分けされている。

よく利用されるメキシコシティのホテルは次のとおりである(2011年8月現在。詳細はPart3イエローページを参照)。



- ・Residence L' Heritage (レジデンス レリタージュ)長期用
- ・Suites Privada de Horacio (スイーテス・プリバーダ・デ・オラシオ)長期用
- ・Hotel Royal (ホテル・ロイヤル)
- ・Hotel Bristol (ホテル・プリストル)
- ・Hotel Eurostars (ホテル・ユーロスターズ)
- ・Hotel Nikko(ホテル日航)



Hotel Nikko



Hotel Royal



Hotel Eurostars

1-2 住宅事情

現在、日本人が多く住んでいるのはメキシコシティの南のデル・バジェ地区、ポランコ地区、ローマス地区、南のコヨアカン地区、ペドレガル地区である。

日本人学校(日本メキシコ学院)がメキシコシティの南部(ペドレガル地区)にあるため、児童がいる場合はデル・バジェ地区、ペドレガル地区、コヨアカン地区が通学に便利である。JICA事務所が所在するポランコ地区にも通学バスルートは存在し、日本人学校までの所要時間は朝30分～夕60分程度。

ポランコ地区はチャプルテペック公園に隣接しており、邸宅街やアパート群の多いところである。その奥のローマス地区は、ペドレガル地区とともに独立家屋の多い高級住宅地で、緑も多く空気のきれいなところである。

一般の住宅のほか、Suites(スイーテス)と呼ばれるアパートホテルがある。多くは便利な場所にあり、寝室、居間、台所を備え、ホテル並みのサービスが受け

られ、単身赴任者には便利である。

治安は、決してよいとはいえない。アパートや住宅は門番やガードマンが警備し、さらに何重かの鍵で防犯をしているのが普通である。住宅選定の際は、治安対策を確かめることが一番重要である。

最初の契約期間(1年)が過ぎると、家賃を値上げされることがある。米ドル払いの場合、値上げはまれであるが、ペソ払いの場合は、物価上昇のつど値上げを要求されることも珍しくない。メキシコシティでは米ドル払いが多いが、地方ではペソ払いが一般的である。

1カ月の家賃は、家具付き2～3寝室のアパートの場合、ポランコ地区で2000～3000米ドル、デル・バジェ地区やココアカン地区で1500～2000米ドル程度である。

1-3 住宅の探し方

比較的安かつ確実なのは、前任者の紹介や日本人の口コミなどによる情報である。

また、不動産会社に仲介を頼む方法もある。日本語が通じる不動産会社には次のものがある(詳細はPart3イエローページを参照)。



- ・古屋不動産
- ・ニッケイ不動産
- ・ジャパン・クラブ

どうしても気に入った物件がない場合は、一時Suites(スイーツ/キッチン付アパートホテル)に入り、時間をかけて探すという方法もある。慣れてくれば住みたい地域を歩き、「Se Renta(貸家)」の張り紙を見つけての直接交渉や、気に入ったアパートの門番に空き室の有無を確かめるなどの積極的な方法もある。3月、7月、8月、12月などの転勤時期は、比較的空きが出ることが多い。

1-4 住宅選定上の留意点

まず、独立家屋にするかアパートにするかを決める。メキシコシティに住む日本人の多くは、家賃、通勤の便、安全性、管理面を考慮してアパートに住んでいる。(JICA関係者は治安対策上アパートを選択することが義務付けられている。)

<安全性>

アパートであれば2階以上(日本でいう3階以上)であること。門番はいるか、ガレージの開閉に問題はないか、入口から自分の部屋までは安全かなど、エレベーターの作動状況も含めて確認することが大切である。また、必ず夜間の周囲の環境を確かめること。街灯が極端に少ないところは一考を要する。

<電話>

使用可能な電話の有無を確かめる。一度切られている電話回線はすぐにはつながらない。また、家主の「すぐに設置する」という口約束はあてにならない。自

分で電話を購入するケースもある。

< スクールバス >

児童のいる家庭では、スクールバスの経路に特に留意すること。

< 家賃 >

物件の所在地、居住面積、家具の有無などで決まる。家具の内容はいろいろであり、食器、シーツやタオルなどの小物まで含まれるところから、応接セット、ベッド、食卓のみの半家具付き、家具なしでカーテンとカーペットのみついたタイプなどがある。メキシコのアパートは窓が大きく床も広いので、自費でカーテンやカーペットを用意するのは大きな負担である。希望する条件を決めてから交渉に入ること。

< 日照時間 >

北向きと南向きでは快適さが違う。冬だけでなく、一年を通じて日中の温度差が大きいため、寒さ、暑さに敏感な人は留意すること。暖房器具は電気ヒーター、暖炉とさまざまであり、備えていないところも多いが、なくても支障はない。冷房もほとんど必要ない。(メキシコシティーの場合)

1-5 住宅の契約

住居賃貸契約は文書により行われる。契約期間は通常1年で、契約時に1～2カ月分のデポジット(契約終了後に返金される)と、最初の1カ月分の家賃を支払うのが通例である。支払いは米ドル払いが多い。双方に不都合がなければ契約延長できるが、更新の際に値上げを要求される場合もある。

契約書は、家具整備についての条項や管理費の負担などを明確にし、不測の事態(突然の帰国命令、変事など)の際に契約解除可能な項目(外交官条項)も盛り込むこと。また貸しの場合もあるので、家主が物件の持ち主かどうか、以前の公共料金の精算が済んでいるかを、入居(契約)するまでに必ず確認すること。前居住者が未払いの場合、電気やガスなどを止められてしまうこともあるので注意すること。

1-6 ガス、水道などの手続きと管理

一般に、配水管、ガス・電気設備などの維持管理は家主負担となり、それ以外の日常的な修理費は借家人の負担となる場合が多い。トラブルを防ぐためにも、契約時に両方で確認するか、そのつど話し合いにより決める必要がある。したがって、入居直後は諸設備が正常に機能するかチェックすることが重要である。

借家人が公共料金を負担する場合は殆どであるが、請求日に遅れないように支払うこと。請求日をすぎると、銀行、スーパーで払えなくなる(通常は銀行振り込みであり、電話料金は大手スーパーでも支払い可能である)。郵便事情により、請求書は支払期限ぎりぎりに届くことが多く、最悪の場合は届かない場合もあるので注意を要する。電気、電話の請求書には支払期限が明記されており、遅れ

ると自動的に供給が止められる。

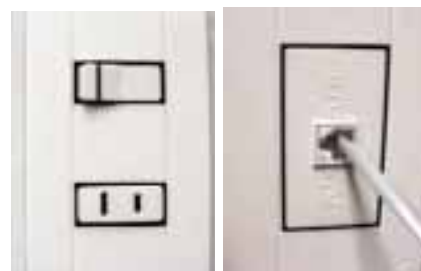
1-7 家電

(1) 電圧

電圧120V(±10V)、周波数は60Hzである。電圧が日本と違うため、100V仕様の電化製品を使用する場合は変圧器を持参しなくてはならない。

(2) コンセント、モジュージャックの形

コンセントは日本と同様、2股である(ただし、片方の穴が他方より長い)。また、3股の場合もある。いずれにしろ、幅は同じなので、日本仕様のコンセントは問題なく差し込める。



コンセント

モジュラー

モジュージャックは日本と同じである。

(3) 家電製品

洗濯機、冷蔵庫、炊飯器(多機能ではない)、皿洗い機、ミキサー、ジューサー、電子レンジ、掃除機、アイロンなど、生活上最低限必要な品は入手できる。アメリカ製、日本製、韓国製がかなり出回っている。

1-8 家具保険

ふつうは不要だが、大家によっては借家人に家具保険をかけることを求めることがある。

1-9 その他

多機能な炊飯器や電気ポットはないので、必要な場合は日本から持参するとよい。その場合、予め海外仕様のもを購入するか、機器の容量以上の変圧器を日本から用意してくる必要がある。特にメキシコシティー(海拔2,000m以上)等の高地は気圧が低く、沸点が90 以下となるため、炊飯器はIH式等の圧力鍋でないとも美味しく炊くのは難しい。

2. 衣料、理容



2-1 衣料全般

(1) 一般事情

メキシコシティーが寒いのは11～1月、暑いのは4～5月で、それ以外は合服程度ですぐすことができる。寒い時期は短期間ながら厚手の上着が必要であり、暑い時期はTシャツ1枚でよい。さらに一日の気温の変化が激しい場合もあるので、気温の変化に速やかに対応することが大切である。特に6～8月は、夏とはいえ雨季のため朝夕は冷える。また、日なたは汗ばむほどでも日陰では肌寒さを感じるなど、上着、セーターの類は一年中必要と考えたほうが無難である。デパート

や専門店でも常時オールシーズンの衣料を販売している。

下着から外出着までひとつおりの衣料を揃えることができ、探せばおもしろいデザインや色彩のものも多い。一般的にデザイン、質とも良くなってきているが、縫製などに難があるものもある。女性用ワンピースなどは、見栄えのよい高価なものでも裏地がないものがある。

衣料の価格は変動が大きく、常に値上がりしていると考えたほうがよい。また、バーゲンセールが頻繁に行われており、ものによっては日本よりかなり手ごろな値段で買えることもある。

(2) 日本から持参したほうがよい衣料

メキシコの木綿製品の多くは洗うと縮む。気になる人は日本から持参したほうがよい。

下着は日本製のほうが肌触りがよい。

男性のワイシャツは購入可能であるが、概して襟や腕の丈などが大まかなため、必要に応じて持参したほうがよい。高級店であれば仕立ても可能である。

女性は生理用ショーツなども含めて下着を持参したほうがよい。

(3) 現地で調達したほうがよい衣料

子供用Tシャツ、カジュアルウエア、乳児用紙おむつは揃う。

靴店の数は驚くほど多い。価格も安く、デザイン、色彩も豊かである。ただし日本人の足には型が合わない場合がある。乳幼児用も同様である。

(4) その他の留意点

衣料品のサイズ表示は、CH(小)、M(中)、G(大)、XG(特大)等。サイズの付け損ないもときどきあるので試着できるものは必ず試着してから買うようにする。靴はアメリカサイズ、メキシコサイズ、インチ、センチといろいろあるが、普通センチでいえば適当なものをもってきてくれる。

2-2 礼装

(1) パーティー

パーティーといってもさまざまであり、その場に応じた服装を考慮すべきである。

一般に、メキシコ人家庭に招かれる場合はラフな形式であることが多く、楽な服装でかまわないが、格式ある家庭の場合はきちんとした服装で出かけたほうが無難である。メキシコでは、服装で人を判断する傾向があるため、常にTPOを心がけることが重要である。

(2) 式典

日本の天皇誕生日には日本大使公邸でレセプションが開かれ、招待客が集まる。男性は背広にネクタイ、女性はワンピースかスーツで、特に和服にこだわる必要はない。

メキシコの祝祭日、配属機関の行事に招待された場合も、日本での場合に準

じた服装が一般的である。

(3)冠婚葬祭

基本的には日本に準じていればよいが、昼間に行われる結婚式・披露宴などの服装は明るい色が好まれる。夜に行われる場合、男性は落ち着いた感じの背広にネクタイ、女性は少し改まったワンピースかスーツにアクセサリをコーディネートする程度でよく、特別な装いは必要ない。

葬儀には黒、紺、グレー系の地味な服で参列すること。

(4)その他の留意点

該当情報なし。

2-3 洗濯、仕立て、修繕、保管

(1)洗濯

クリーニング店はいたるところにあるが、評判のよい店を選ぶ必要がある。これは口コミに頼るしかないが、情報がない場合はとりあえず近所の店を利用し、仕上がりを確かめてみるとよい。女性用のデリケートな衣類や小物は、自分で手洗いするのが無難。

受け取り時には、必ずその場(店頭)で仕上がりをチェックすること。ボタンやベルトの有無、変色、アイロンの焦げ跡などは持ち帰ってから気がついて遅い。クレームはすぐその場で言うことが大切である。損害が補償される見込みはあまりないが、次回からのことを考えて、きちんと抗議しておくことが重要。

なお、引き換え券を紛失すると、預けた衣類を受け取ることはほとんど不可能なので注意すること。

アイロンは、スチームおよび温度調節のついたものが安価で出回っている。

洗濯機はすぐに必要なものだけに、貸しアパートに備わっていない場合は現地での調達を勧める。

(2)仕立て、修繕

高級店では、紳士服、婦人服ともにオーダーメイド可能。

住宅地の近くにはミシン1台の小さな修繕店があり、簡単な修理や縫い直しもしてくれる。ただし、日数がかかり急場に間に合わないこともある。

(3)保管

乾燥しているため、カビの心配はほとんどない。必要に応じて防虫剤を少々持参するとよい。

2-4 美容院、理髪店

一般にメキシコ人は身だしなみに気を使うため、休日の前日などは、混雑することが多い。女性専門店と男女とも利用できる店とがあり、いずれもカット、パーマ、セットができる。

小規模な店から大きな総合美容院まであり、料金は庶民的な床屋と高級美容

院では大幅に異なるが、目安はスタインリグ200ペソ～、カット180ペソ～、パーマ400ペソ～程度である。なお、それぞれの係に料金の10%程度のチップが必要である。

理髪店も数多くあり、一般的な調髪で50～100ペソ程度である。

たいていの美容・理髪用品は入手できる。しかし、香りの強いものが多いため、鼻や肌の敏感な人は愛用しているものを持参したほうがよい。

空気がかなり乾燥しているため、リップクリームなどは重宝する。

3. チップ



3-1 チップ事情

(1) 習慣の有無

チップの習慣がある。

(2) 各種サービスに対するチップ

レストラン、バーなどの飲食店では10～15%である。高級レストランになれば15%、精算のあとテーブルの上にチップを必ず置く。レシートの請求額にすでにチップが含まれていることもあるので2重払いにならないよう確認すること。

スーパーのレジで袋詰めをする子供たち、駐車場で車を見張ってくれる人たちには、2～5ペソ程度でよい。

空港のポーター、ホテルのボーイには荷物1個につき10ペソ程度である。

4. 食生活



4-1 外食

(1) 一般事情

レストランの数は多く、ステーキの店、インターナショナル料理の店、音楽も楽しめる店など、市内いたるところにレストランがある。

メキシコシティには30軒以上の日本料理店がある。また、インターナショナル料理の店やホテルのレストランには、メキシコ料理が必ずある。

高級レストランでの食事には15%の消費税がかかる。なお、予約の必要などところも多いので、事前に確認することが大切。メキシコの昼食は14:00ごろからが一般的であり、13:30ごろ店に入れたとしても、昼食用のメニューは飲み物を飲みながら待たされることが多くなる。

(2) 飲食店



日本人がよく利用するレストランはPart 3イエローページを参照。

4-2 食料

(1) 一般事情

メキシコシティの食料事情は豊かで、全国の産物が集まるといっても過言ではない。

アメリカと国境を接している北部ソノラ州からは牛肉・酪農製品、山岳地帯のチワワ州からはリンゴ、酪農製品(特にチーズが有名)、その南のシナロア州からは野菜、低地帯のメキシコ湾岸・太平洋岸からは魚介類と果物、グアテマラとの国境があるチアパス州付近からはコーヒー、米、マンゴーなどのトロピカルフルーツ、またオアハカ州のチーズも有名である。中央高原地帯では、主食となるトウモロコシをはじめとする穀物や、一年中秋のような気候のため野菜も作っており、マツタケなどのキノコ類もとれる。ユカタンではシカの肉とハチミツが名産である。

これらの産物が消費地であるメキシコシティに集まってくるため、食生活に不自由を感じることはほとんどなく、地方に住む場合でも、日本食材にこだわらなければ特に問題はない。

アメリカ型スーパーのほか一般の店舗も多く、衛生状態は悪くない。あまり神経質になりすぎてもメキシコ生活はままならないが、飲料水と食料品には注意すること。露店での飲食は避けたほうが無難である。

(2) 主な食品の出回り状況

< 米 >

メキシコ産米をはじめチアパス米、モレロス米とアメリカから輸入のカリフォルニア米がある。日本人の大半はアジア系食材店で販売されている米国産の「ぼたん」米、「錦」米などを買っている。

< パン >

町のいたるところにパンやケーキの店があり、早朝から夜遅くまで開店している。食事時間に合わせて焼くボリージョ(小型コッペパン)はおいしく、焼きたてを買うために行列ができることもある。ボリージョは1個1.5～2.5ペソ程度である(2011年8月現在)。菓子パンも種類が多く、遅い夕食は菓子パンとコーヒーだけで済ませることも多い。パン好きの人は楽しめる。

< トルティージャ >

メキシコ人の主食である。トウモロコシの粉や小麦粉で作ったクレープ状のパンで、さまざまな具を巻いたり、そのまま食べたりする。通常、昼食は14:00ごろからであるが、13:30には店先に行列ができる。1kg(30枚程度)10～15ペソ程度(2011年8月現在)。

< 肉類 >

スーパー、専門店、市場にある。居住地区に1軒はよい肉店があるので、近隣の日本人に聞いてみるとよい。チーズ、ハム、ソーセージ、クリーム類は種類も豊富であり、スーパー、専門店には輸入品も含めて選ぶのに困るほどの量が並べられている。

< 魚類 >

日本でおなじみの魚もある。日本より多少大型ではあるが味は悪くなく、和食の材料にはこと欠かない。タイをはじめ、マグロ、スズキ、アジ、イワシ、タラ、時にはハマチ、ブリ、イカの新鮮なものがある。メキシコの名産エビは、小エビから

ロブスターまで各種あるが、かなり高価になりつつある。

<調味料>

しょうゆ(アメリカ製「キッコーマン」)が一般のスーパーでも売られている。みそは日本食品店で購入できる。

<食用油>

トウモロコシの産地のためコーン油が中心である。そのほかヒマワリ油、ペニバナ油、オリーブ油などがある。

<酒類>

テキーラをはじめメキシコ各地の酒が楽しめるほか、ワイン、ビールなど品数は豊富である。専門店、スーパーでは輸入品のウイスキー、ワイン、ビールも販売しており、比較的安価で入手できる。

<飲料水>

一般家庭での飲用には、水道水を沸騰させて冷ましたものでも十分であるが、水道水を直接飲むのは避けたほうが良い。市販の飲料水は大瓶で配達するシステムもあり、これを利用している人が多い。また、ミネラルウォーターや清涼飲料水は日本と同じく、多種販売されている。

(3)食料の入手

<日本食品>

日本茶、のり、ヒジキ、ワカメ、昆布などの海草類、だしの素、「味の素」、削り節、粉末わさび、干しシイタケ、かんぴょうなどは、少々高いが次の店で手に入る(詳細はPart3イエローページを参照)。



ミカサ店内



- ・清水商店(Super Avenida)
- ・ミカサ(Mikasa)
- ・山本商店(Tienda Yamamoto)

<魚介類>

サン・ファン市場か、ビーガ市場がよい。新鮮さと種類の豊富さから市場で買うことを勧める。スーパーでも売られているが、鮮度はかなり落ちる。マス、イワシ、カマスなどの塩焼き用から、ハマグリ、アサリなどの魚介類、季節にはカツオ、カキなどが豊富で新鮮である。土曜日の午前中が最も新鮮で買い得である。

<果物、野菜>

週1、2回、近所の公園や街路に立つ青空市(ティアングス)や、市場(メルカド)で新鮮なものが手に入る。

<その他の食料品>

いたるところにソリアナ、スペラマ、アウレラなどのスーパーがあり、言葉の不自由



市場

な外国人には便利である。

肉、酪農製品とハム、ソーセージ、おつまみ類、酒類などは各専門店があるが、これらもすべてスーパーで買うことができる。ウォルマートやコストコもある。

4-3 食器、調理器具

(1) 食器、調理器具などの入手

メキシコシティは2240mの高地にあり、沸点が摂氏90度程度のため、圧力釜がないと米を美味しく炊くのは難しい。大型デパートや会員制倉庫型卸売店で販売している炊飯器(日本製のように保温や美味しく炊く機能は無い)を購入するのも得策である。同じく沸点が低いため、めん類は普通にゆでもあまりおいしくない。細いものはまだよいが、太めのうどんなどは芯が残ってしまうことが多い。

使い慣れた日本製の調理器具を持参するに越したことはないが、一般的なものなら悪くない品質のものが安価で購入できるので、極力メキシコで調達したほうがよい。鍋類、フライパン、そのほかの調理器具も必要なものは揃えられる。また、珍しく、まな板のある国で、デパートの家庭用品売り場やスーパーで売られており、少々雑な作りながら十分役に立つ。メキシコでは必需品の圧力鍋も、国産品および輸入品の入手が可能である。

食器、フォーク、スプーン(大)、ナイフなどもスーパーにある。陶器類はタラベラ焼き、トナラ焼きなど独特なものがあり、和食用として使えるものも多い。湯飲み茶碗なども探せば見つかる。

(2) 日本から持参したほうがよい食器、調理器具

たいていのものは日本食品店で手に入るが、メキシコで市販されている包丁は刺し身には使いにくい。使い慣れたふつうの包丁と魚用包丁(出刃、刺し身用)は持参したほうがよい。

5. 生活用品の購入



5-1 家電製品

メキシコ製電化製品は年々改良されて質も向上している上、非常に安いので、現地での調達が得策である。また昨今は輸入品も多く、ほとんどのものはメキシコで入手可能である。スーパーのほか、次のような大型デパートなどで購入できる(詳細はPart3イエローページを参照)。



- ・リベルプール(Liverpool)
- ・パラシオ・デ・イエロ(El Palacio de Hierro)

5-2 家具

家財道具は、リベルプール、パラシオ・デ・イエロなどの大型デパート、そのほか専門店でほとんどすべて購入可能。

5-3 日用品、雑貨

生活に必要なものは、スーパーのほか、リベルプール、パラシオ・デ・イエロなどの大型デパートで購入可能。輸入品も多くあり、困ることはない。

5-4 工具、素材



スーパー、デパートで購入できるほかに、ホームデポットなどの大規模なDIYの店も多々ある。

6. 金融機関



6-1 金融機関

(1) 銀行

HSBC、BANAMEX、BANCOMERなどがメキシコのなかでは大手の銀行であり、街のあちこちに支店がある。銀行の営業時間は自由化されているので、銀行、または支店により、窓口業務の時間が異なる。一般には、営業日は月～金曜日で、開店は朝の8～9時、閉店は夕方5～6時となっている。ショッピングセンターなどの商業地区支店は土曜日、あるいは日曜日にも開店するところもあり、近くの取引銀行の営業時間を調べておくといよい。HSBCなど支店によっては土曜日午前中も営業、BANAMEXはソリアナ系のスーパー、BANCOMERはウォルマート系のスーパー内にもあり便利である。

(2) 口座の開設と閉鎖

該当情報なし。

(3) 小切手

多額の現金を持ち歩くのは危険なため、小切手を使用する機会は多い。また、学校など小切手でないと支払いを受け付けられない場合もある。

(4) 換金方法

米ドル現金のペソへの換金は、銀行やCasa de Cambio(両替商)でも可能。円からの換金もたいていのCasa de Cambioで可能である。



両替商

6-2 クレジットカード

VISA、American Express、MasterCardが広く使用できる。Diners Clubは利用範囲が狭い。街中のCD、ATMからのクレジットカードによる現金引き出しも、基本的に可能である。

7. 交通事情



7-1 交通手段

(1) 一般事情

国内は道路および交通網が十分整備されている。広い国内で、国内航空のエアロ・メヒコや格安航空会社インテルジェット等が各都市を結んでいるほか、長距離バスも頻繁に運行している。しかし、長距離バスは時間がかかるため、利用は時間的に余裕のある場合に限られる。長距離には航空機、近距離には自家用車を利用することが多い。

メキシコシティ内はバス、タクシー、地下鉄が縦横に運行しているが、車による移動が最も安全である。しかし、朝夕通勤時刻と昼食前後の13:30ごろ、および16:30ごろはかなり渋滞する。

<地下鉄(メトロ)>

最も手ごろな交通手段で、乗車料金3ペソで乗り換え自由である。現在、11路線が開通している。各駅はシンボルマークで標示され、旅行者、外国人にもわかりやすくなっている。車内では集団スリに注意すること。利用時は目立たないラフな格好がよい。切符とICチップ入りカードが利用可能。



地下鉄入口

<メトロバス>

専用車線を利用して走る大型バス。現在3路線が開通している。乗車料金は5ペソ、利用にはICチップ入りカードの購入が必須。駅の改札は非接触読み取り式になっている。(地下鉄カードとの互換性はない。)

<市内バス>

路線はかなり複雑であるが、慣れれば便利である。前から乗って料金を払い、中央または後方から降りる。降りる時はドアの上のブザーを押す。急停車、スリ、ひったくりには十分注意すること。

<トロリーバス>

乗り方はバスと同じである。一方通行の道をこのトロリーバスが逆行していることがあるので、道路横断時は要注意である。なお、地下鉄、バスなどの公共の乗り物では、かばん、ハンドバッグなどは漫然とぶら下げないで、しっかりと体の前に抱えるように持つこと。また、大事なものを持っている場合は乗らないほうがよい。

<ペセロ> (Pesero)

20~40人程度乗れるワゴン車で、車体色は白に緑。一定のルートを走り、その区間では、角であればどこでも乗降できる。5kmまで3.0ペソ、12kmまで3.5ペソ、それ以上は割増料金が加わり、最高5ペソ程度である。乗車の際に運転手に行き先を告げて料金を支払い、後方から降りる。ブザーを押すか、通りの名前を言えば降ろしてくれる。(支払いは小銭しか受け付けない。)

バス、トロリーバス、ペセロはいずれも、ルート番号は車体に、行き先はフロン

トガラスに表示されている。

<リブレ> (Libre)

流しのタクシー。車体色はゴールドにワインレッド。強盗などの事件が頻発しているため、JICAでは関係者のリブレ利用を禁じている。タクシーのナンバープレートはAまたはBで始まる。

<シティオ> (Sitio)

一定の場所で待機しているタクシーで、各地区にいくつかの乗り場がある。電話で呼び出すこともできる。多少割高であるが、流しより安全である。メーターを使用しない場合もあるので料金は乗る前に確認したほうがよい。色は白に赤とゴールドラインか、リブレと同配色の場合が多いが、車体に "SITIO" のロゴを入れている。タクシーのナンバーはリブレと同じくAまたはBで始まる。

タクシー運転手はつり銭を持っていないことが多いので、乗車前に細かいお金を用意しておくとうい。



シティオ



ペセロ



リブレ



リブレ

(2) 空港から市内への移動

空港ビル出入口のタクシーチケット販売所でチケットを購入し、所定の空港タクシーを利用する。料金は190ペソ程度である。

(3) 自家用車を利用する場合

一方通行が多いため、行きと帰りではまったく違う道を通ることになる。常に運行方向に気を配ること。慣れないうちは、暗くなってからの運転に気をつけること。また、右側通行なので、慣れないうちは角を曲がる時が危険である。

メキシコ人は、ハンドルを持つとせっかちになる傾向がある。かなりのスピードを出し、右左折のウインカーも出さない。また無理な割り込み、追い越しなどもあ



空港タクシーチケット売り場

る。その流れに乗って走るコツを早くつかむことが肝要。

一方通行路であっても、架線があれば、トロリーバスは逆通行できることになっているため、左側車線は特に注意が必要である。

少々の信号無視は日常茶飯事とはいえ、外国人は捕まる可能性が高い。運転には細心の注意が必要である。

標識などはわかりやすくできている。

運転する場合は、常に運転免許証、保険証またはそのコピー、通行許可証(タルヘタ・デ・シルクラシオン)のオリジナルを携帯すること。

AMAまたはANA(日本のJAFに相当するもの)のサービスは上記自動車保険に加入すると大抵の場合カバーされているので、走行中にトラブルが発生した場合は保険会社に連絡すればよい。

(4) レンタカーなどを利用する場合

少々割高ではあるが、便利で行動範囲も広がる。メキシコシティのほか、主だった地方都市であれば、空港、ホテル、市内にレンタカーの代理店があり、銀行のクレジットカードがあれば簡単に借りることができる。旅行代理店でも依頼可能である。地方都市では、大きなホテル内の代理店を利用することを勧める。

主なレンタカー会社は以下のとおり(詳細はPart3イエローページを参照)。



- ・AVIS
- ・Budget
- ・Hertz

(5) 地図

道路地図『Guia Roji』は、スーパー、書店、新聞スタンド、路上の売店などで入手できる。毎年改訂版が出ているので、購入の際は発行年を確認すること。

道路事情は少しずつ変化しているので、地方に出かける時は、いくつかの異なった様式のをあわせて持っていくとよい。地図の信頼性はかなり高い。

7-2 交通事故、盗難

(1) 対処方法

一般にメキシコ人の運転は荒いため、自分自身が気をつけていても事故に巻き込まれる可能性は高い。外国人に不利になる場合が多く、警察を呼んでも言葉のハンディなどで面倒になる場合が多い。

事故が発生したら、まずは気を落ち着けること。気が動転しては何もできない。たとえ加害者であったとしても、その場で安易に謝らないこと。まず、速やかに保険会社に連絡し、交渉はすべて保険会社に任せるのが賢明である。保険には衝突、対人、対物などすべてが含まれている。

(2) 救急病院

負傷者がいる場合は救急車を呼ぶ。自分自身が運ばれる際は、身の回り品、車の管理などを周りの人に頼んでおくこと。

赤十字病院などの公共の救急病院もあるが、かかりつけの医師がいれば指定して連絡してもらうほうがよい。外国人が安心して行ける病院として、メキシコシティ内では次のところがある(詳細はPart3イエローページ「9. 病院」を参照)。



- ・Hospital Español de México(スペイン病院)
- ・Hospital ABC(ABC病院)
- ・Hospital Angeles del Pedregal(アンヘレス・デル・ペドレガル病院)

(3) 車両の盗難、車上荒らし

マーケットの周囲など治安の悪いところで車両の盗難が多く見られる。

車両につける盗難防止警報機(ドアやボンネットが少しでも開くと警報が鳴る)があるので、車両購入の際、つけてもらうとよい。また、駐車する時は、外から見えるところに絶対にものを置かないこと。

車両を盗まれた場合は、すぐに警察に盗難届けを出す。車両を悪事に利用され、思わぬトラブルに巻き込まれないためにも、速やかに各連絡を行うこと。

サイドミラーやホイールカバー等の部品が盗まれた場合は通常あきらめるほかない。被害が多額の場合は保険でカバーできることもある。

7-3 交通違反

(1) 交通法規

右側通行。日本法規とほぼ同じであるが、異なる点もある。一方通行の道路が多い。

- ・右折の場合は信号が赤であっても進行可能。
- ・進行中と進行する道路が一方通行の場合は信号が赤でも右折、左折可能。
- ・23:00から5:00までの間で、信号が赤の場合、完全に停止し、横断する歩行者、車両がないことを確認した上であれば信号が赤でも発進してよい。

(2) 罰金、罰則

交通違反を指摘された場合、特に自分に非がない時は、穏やかに説明すること。どのような場合でも、警官ときちんと話し合うことが大切である。解決が得られない時は違反カードを受け取る。交渉はこじらせないことが肝要である。特に夜間は面倒なことになりかねないため、穏やかで冷静な対応を心がけること。

罰金は、違反により、最低賃金(日額57.46ペソ)の5、10、20倍となっている。

7-4 車の修理

(1) 部品

特別な部品を除き、現地で入手できる。

(2) 修理工場

車社会のため、小さな修理工場や部品店などは数えきれないほどある。メーカーの代理店がそれぞれ持っている修理工場を利用するのが無難であるが、詳し

い人に相談して、評判のよい小規模な工場に依頼してもよい。

8. 通信



8-1 電話

(1) 一般事情

電話事情は比較的良好なほうであるが、新設の申請をしても、架設までに相当の時間がかかる。国内外ともダイヤル直通で発信できる。

公衆電話はメキシコシティ内のいたるところにある。TELMEXのテレホンカード(Ladatel)式では、市内通話:3ペソ(時間無制限)、国内長距離:4ペソ/分、市内携帯電話:3ペソ/分、市外携帯電話:6ペソ/分、アジア地域へは10ペソ/分)である。コイン式公衆電話もある。

(2) 国内電話

家庭用の電話には基本料金がある。市内通話の場合は100回までは基本料金に含まれる。100回を超えたら、1回1.48ペソ(税別)がかかる。長距離の場合、通話時間と距離により加算される。また、長距離電話には時間帯割引がある。コレクトコールを除き、すべてダイヤル式即時通話である。

地方にはそれぞれコード番号(市外局番)があり、メキシコシティは55が市外局番になる。市外へ電話をかける場合は、「01(国内共通) + 市外局番含む相手先電話番号」となる。

(3) 国際電話

自宅や事務所からダイヤル直通でどこへでもかけられる。日本(時差+15時間)へかけやすい時間、たとえば夕方17:00~18:00(日本の朝8:00~9:00前後)、朝7:00~8:00(日本の夜22:00~23:00前後)は回線が込んでかかりにくいこともある。

国際電話については、TELMEX、Axtel、Marcatel社などがあり、契約会社により通話料が異なる。なお、日本へ国際電話をかける場合は、「00(メキシコの国際電話認識番号) + 81(日本の国番号) + 0をとった市外局番を含む相手先電話番号」となる。EKOFON社などの前払い式の格安国際電話カード(日本 普通電話0.5ペソ/分、携帯5ペソ/分程度)も売店等で購入できる。

(4) 携帯電話

プリペイドカード式(Amigo)のものが出回っており、カードはコンビニや売店などで手軽に購入や金額の補充ができる。金額に応じて有効期限(100ペソの場合60日間)があり、期限が過ぎると金額が残っていても、次の金額補充を行なうまで発信ができなくなる(受信は可能)。また、300日間金額を補充しない状態のまましていると、番号自体の登録が抹消される。契約方式の携帯電話もある。

8-2 インターネット

(1) 一般事情

ADSLが普及しており、3GワイヤレスWANのサービスもある。街中にネットカフェが多数あり、主要ホテルのほとんどで無線インターネットが利用できる。

主なプロバイダーは以下のとおり(詳細はPart3イエローページを参照)。



- ・インフィニトゥ(Infinitem/Telmex) ADSL
- ・カブレビシオン(Cablevision) ADSL
- ・イウサセル (Iusacell BAM 3G) 3GワイヤレスWAN
- ・テルセル (Telcel Internet 3G) 3GワイヤレスWAN

8-3 電信

(1) ファクシミリ

日本大使館、在留商社、在留通信社はもとより、ほとんどの法人、団体が設置している。主だったホテルも備えており、宿泊客は利用できる。

(2) テレックス、電報

現在はほとんど使用されていない。

8-4 郵便

(1) 一般事情

日本から、または日本への郵便物(手紙、印刷物)は通常1週間～10日程度で配達されており、特に問題はない。ただし、日本からの郵便小包は早くも2週間、遅い時には半年かかることもあるため、生ものの発送はやめたほうがよい。

箱などの少し大きめの荷物になると到着通知のみが届くので、指定された郵便局まで取りに行くことになる。

< 中央郵便局 >

所在地 : Tacuba y J. Ruiz de Alarcon (Eje Central), Col. Centro, Deleg. Cuauhtemoc 06000

< JICA事務所 >

c/o JICA México Office
Ejército Nacional No. 904 Piso 16-B, Col. Palmas Polanco, C.P.11560, México, D. F.

(2) 課税

日本からの小包、特に衣料や食料品には通関手数料や輸入税が課せられることが多いが、課税されずに届く場合もあり、その基準は不明確である。個人輸入が許可されていない品目の場合、返送されてしまうこともある。

(3) 国際宅配サービス

DHL、UPS、ESTAFETA、OCS 等がある
日本語が通じる OCSメキシコシティ

Liverpool No.44, Col. Juárez, México D.F. 電話 :5566-6653 に電話連絡すれば、メッセンジャーボーイが郵便物を事務所まで取りに来てくれる。

9. コンピューター



9-1 ハード、ソフト

(1) 調達の方法

各所にあるショッピング・モール、大型事務用品店、または大手のデパートでコンピューター、周辺機器、各種記録メディアなどを購入することができる。

SONY、東芝製のノートPCはメキシコでも普通に販売されている。

(2) 使用の際の注意

海賊版ソフトが出回っているが、購入しないこと。

(3) 修理

購入店や、修理専門店、各メーカーに問い合わせる。

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、昼休み、残業などは配属先機関により異なる。

(2) 有給休暇

配属先機関により異なる。

(3) 執務室

配属先機関により異なる。

(4) 通勤事情

自家用車通勤が普通。

11. 出入国手続き



11-1 入国

(1) 空港施設概要

<ベニート・ファレス国際空港>

出迎えのない場合は、空港ビル出入口あたりに何か所かある“Sitio300社”のブースでチケットを購入し、空港タクシーを利用する。Sitio300社のタクシーの車体は白に黄色のラインで、飛行機のマークがついている。JICA事務所のあるポランコ地区までは約190ペソ(15米ドル)程度である。空港出入口付近で呼び込みをしている白タクがいるが、危険なので利用しないこと。

(2) 入国手続き書類

全ての旅行者は出入国カード(FMM)に必要事項を記入、署名し、パスポートと一緒に入国審査官に提示する。

動物の持ち込みは航空会社の許可のもとで行うこと。小動物(犬や猫など)は

1匹までキャビンに入れることができる。

(3) 入国審査

審査は簡易なもので、係官から質問されることはまれである。

(4) 税関検査

1万ドル以上の現金、トラベラーズチェック、小切手等の有価証券を持ち込む場合は事前申告が必要。

税関申告書を係官に渡し、すべての荷物をX線検査台に通す。不審なものがあればここで質問を受ける。到着ゲートを出る前にボタンを押し、赤のランプが点灯すると荷物の中身を全て調べられる。青のランプの場合は基本的にそのまま通過して良いが、荷物が多い場合や段ボール箱があると青でも検査される場合がある。米や生鮮食品は見つかりと没収される。食料品について質問された場合は生ものや植物の種でないことを説明すること。

(5) 空港内での留意点

空港内で特に日本人をねらったスリ、置き引きや強盗などが多発しているので十分注意する。事故発生の際は、ただちに警備員に知らせること。空港で両替を要する場合は、(免税店の並びにある)ターミナル内の両替所を利用し、不特定多数の人間が出入りする到着ゲート外の両替所の利用は避ける。

(6) 出迎え

該当情報なし。

(7) 空港からの主な交通手段

空港ビル出入口のタクシー案内所でチケットを購入し、必ずTaxi Autorizado (タクシー・アウトリサード/空港公認タクシー)を利用する。

(8) その他の留意点

- ・空港の到着ゲートを出てからの両替は避ける。
- ・荷物を手放さない。財布の中身を見られない。
- ・声をかけられても周囲に注意を怠らない。
- ・できるだけブランド品は持ち歩かない。



空港タクシー

11-2 出国

(1) 出国時の概要

出国手続きはチェックインと同時に航空会社カウンターで行われる。日本のようなパスポートコントロール・ブースはない。

(2) リコンファーム

航空券の予約再確認(リコンファーム)が必要な場合は、出国の72時間前(3日前)までに各人で行う。直接航空会社に電話するほか、旅行代理店に依頼することも可能である。

(3) チェックイン

国際線は出発の3時間前、国内線は出発の2時間前までに済ませること。

(4) 空港利用税

出国税、空港利用税は航空券発行時に徴収される(2011年8月現在)。

(5) その他の留意点

1万ドル以上の現金、トラベラーズチェック、小切手等の有価証券を持ち出す場合は事前申告が必要。

出国手続きはチェックインと同時に航空会社カウンターで行われる。航空券、パスポートおよび出入国カード(FMM)の半券を提出する。旅行者以外はカウンターエリアに立ち入れない。

11-3 帰国手続き

(1) 帰国時に必要な事務手続き

出国にはパスポートと出入国カード(FMM)の半券が必要である。

(2) 車の処分

帰国の数カ月前から知人などに打診しておくといよい。口コミで買い手がつかない場合は、ブローカーに依頼するか、中古車センターなどに売却する。

(3) 家財道具の処分

現地で処分する場合は、知人に売却するか譲渡する。

日本に輸送する場合は、運送会社と相談して航空貨物か船便かを定める。梱包や事務手続きなどはすべて運送会社が代行してくれる。

日本語の通じる運送会社として、Kライン・ロジスティクス(電話 : 5784-4656、5784-4658)、メキシコ日本通運(電話 : 5804-6272)、OCSメキシコ(電話 : 5566-6653)がある。

1立方m(段ボール箱約7個相当)あたりの送料は、航空貨物で約2000米ドル(2週間程度)、船便で約3000~3500米ドル(1.5~2ヶ月程度)である。7~8m³以上でないと、船便のほうがかえってコスト高になる場合が多い。

(4) 住宅の明け渡し

帰国日が確定したら、速やかに(最低1カ月前には)家主に連絡する。家具付き住宅の場合は、家主と借家人が立ち会いの上、住居や家具などの状態のチェックを行う。

メキシコの法律では、住居を明け渡したあと、契約当初に支払ったデポジットから電気代、ガス代、電話代、水道使用料、また、住居や備品の修理費を差し引き、すべての精算が終わった時点で残額を借家人に返金することになっている。しかしながら、中にはデポジットの返却をしてくれない家主もあり、借家人が帰国した後では請求も困難となるので、トラブル回避のため契約時にデポジットを最終家賃に割り当てるよう特別に家主に認めさせておくことを勧める。

(5) 外貨持ち出し規制

1万ドル以上の現金、トラベラーズチェック、小切手等の有価証券を持ち出す場合は事前申告が必要。

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

南部チアパス州などで反政府ゲリラ活動が見られるが、現在のところ首都メキシコシティでは、テロ、暴動、クーデターの可能性は少ない。しかしながら、2006年末からの政府による麻薬組織取り締まり、その報復および麻薬組織同士の抗争に一般人が巻き込まれ死亡する事例が年々増加している。銃撃戦に対する心構えは常に必要。JICA関係者に対しては、これら麻薬戦争の主な舞台となっている北部国境沿いの都市への一般渡航、陸路長距離移動を禁止している。

(2) 対処法

緊急時の連絡先は日本大使館である(連絡先は「12-4 緊急連絡先番号」を参照)。

12-2 強盗、盗難

(1) 一般的治安状況

外国人はねらわれやすく、特に日本人は小規模ではあるが被害に遭うことが多い。日ごろから警戒を怠らないことが大切である。

(2) 住宅の防犯対策

アパートの出入口の鍵はかなり厳重になっている。ドアにチェーンやスコープがなければ、必ずつけること。入居したら、まず鍵の組み合わせを変更する(専門家に依頼する)など、二重、三重のチェックを励行したい。車には盗難防止用の警報機をつけ、必ず駐車場に入れること。

(3) 市中での防犯対策

22:00以降はできるだけ外出を控え、それ以前でも夜間の一人歩きは極力避ける。また、余分な現金を持ち歩いたり、人前で高額紙幣の入った財布を開けたりしないこと。また、キョロキョロしながら歩いていると目をつけられるため、慣れないところに行く場合は特に注意する。

(4) 注意すべき場所、危険地域

空港近く、地下鉄やバスの終点地域、セントロ地域が一般的に危険である。セントロの近くのテピート市場では盗品が多く売られており、犯罪の巣窟となっているので絶対に近寄らない。地下鉄、バスなどの公共の乗り物では、かばん、ハンドバッグなどは漫然とぶら下げないで、しっかりと抱えるように持つこと。また、大事なものを持っている場合は乗らないほうがよい。

(5) 被害時の心得

抵抗しないこと、落ち着くこと、加害者の目を見ないことが肝要。

12-3 火災、風水害、地震

(1) 一般的災害発生状況

乾燥しているが、火災は少ない。雨季の豪雨やハリケーンの影響で都市では

道路の一部冠水、山岳部では地滑り、落石が発生するので注意。

地震国であり、最近では2010年4月4日にバハ・カリフォルニア州で、マグニチュード7.2を記録している。

(2) 防災対策

日本と同様に、日ごろから地震への備えや、避難方法について考えておくことが必要。停電、断水などは日常的に起こるため、ろうそく、懐中電灯、ポリタンクでの貯水などの用意が不可欠であり、災害時にも役立つ。缶詰などもある程度備えておくことが望ましい。住居選定の際は、前任者や地域の人から情報を収集し、断水や停電の多い地域や家屋を避けるのが賢明である。

(3) 被災時の心得

関係機関の指示を受ける。

12-4 緊急連絡先電話番号

日本大使館、領事部 :55-5211-0028、044-55-2922-5015(24時間対応携帯)

警察 :060

消防、救急車 :068

13. 社交



13-1 風俗習慣

レディーファーストの国であるので、女性に対しては紳士的にふるまうよう心がけること。

13-2 パーティーでの留意点

知人同士、日本人同士だけで固まらないように留意すること。

13-3 来客時の留意点

まずメキシコ人を招待する場合は、現地の生活リズムに合った時間、曜日を設定すること。一般に、パーティーなどは金曜日、土曜日が多く、日曜日は家族と過ごすのを好む人が多い。メキシコ人は、約束の時間に遅れてくるほうがむしろふつうである。また、招待していない家族や親族を連れてくることもあるため、余裕を持って準備をすることが必要である。

ものの提供や豪華な料理を用意するよりも、客人がいかに楽しくすごせるかを工夫し、気配りすることが大切である。メキシコ人は会話、ジョーク、音楽、ダンスを好むが、言葉に自信がない場合は日本的なものを披露や、折り紙などのデモンストレーションをしてもよい。

13-4 訪問時の留意点

最初に握手をして、親しみの気持ちを表現するとともに、招待されたことを感謝

する(「ムチャス・グラシラス・ポル・ラ・インビタシオン」)。女性同士、また親しい友人同士の場合は、互いの頬にキスをする。

男性同士の場合は、握手とともに抱擁をしてお互いの背中を軽くたたきながら親愛の情を表す。先客にも同様にあいさつをする。

ホームパーティーなどでは、指定された時間から30分くらい遅れても失礼にはならない。食事を兼ねたパーティーでは、最初は飲み物を飲みながら雑談するので、実際に食事が出されるのはかなり遅くなることが多い。

メキシコ人は会話好きなので、スペイン語が上手でなくても、身ぶりや手まねで会話に加わるよう努力するとよい。また、日本の文化、食事、名前の意味、経済などについてはよく質問されるため、多少勉強しておくことも必要である。

帰る時も同様にあいさつを忘れないこと。

<土産物>

アルコール類、ケーキ、チョコレート、花束など。

13-5 禁止されている言動(タブー)

政治的、宗教的な議論や、相手の価値観を否定する発言は控えること。また、人前で怒鳴りつけるなど、人の体面や自尊心を傷つけるようなことはいけない。

メキシコ人は自分の意見・要求はストレートに幾度も主張するが、人前で怒りの感情をあからさまに表したり、攻撃的な態度をとったりすることには否定的である。したがって、怒らないで冷静に自己主張することが求められる。

日本人と同様、またはそれ以上に、他人と自分のプライドを守るために遠回しな表現をし、建前を重視するところがある。しばしば日本人の勤勉さをほめ、反対にメキシコ人の怠惰さを挙げて自国批判を始めるが、それに同調してメキシコ批判をしてはいけない。

メキシコでは、「インディオ」という言葉は先住民族という意味のほかに、田舎者、間抜けなどの意味がある差別語である。必ず「インディヘナ」と言うように注意すること。

13-6 日本人会

日墨協会 (Asociacion México Japonesa, A.C. 電話 : 55-5593-1444 / 5651-9382、URL : <http://www.kaikan.com.mx>) が中心となっている。春祭り、秋祭り、歌謡大会など年に数回大きな行事が催されているので、問い合わせてみるとよい。

13-7 JICA帰国研修員同窓会

JICAの帰国研修員同窓会ASEMEJA (URL : <http://www.asemeja.com>) がある。

13-8 現地の人々との交流

配属先機関のカウンターパートを通じ紹介してもらったり、語学学校、趣味の学校を利用したりするのもひとつの方法である。

14. 教育



14-1 教育事情

(1) 一般事情

小学校は義務教育で無料である。公立の中学校は、原則として少額の学費を払う。その後の教育機関には、高校、職業専門学校、短期大学、単科大学、総合大学がある。

国立自治大学 (UNAM) は歴史が古く、多くの人材を輩出している。学費が安いこともあり、職員もあわせると30万人以上が在籍している。

公立校は小学校から大学まで昼間部と夜間部を自由に選ぶことができ、働きながら学ぶ人が多い。

欧米系の私立学校がいくつかあるが、学費が高いことから、経済的に恵まれた家庭の子女が通っている。

日本人子女には日本メキシコ学院の日本コースがある。同コースは中学校まであり、日本人子女の多くが通っている。

(2) 日本人学校



日本メキシコ学院には、日本人子女のための日本コースと、日系2・3世およびメキシコ人のためのメキシココースが併設されており、海外日本人学校としては唯一の現地校併設の学校である。日本コースは幼稚園から中学校まであり、日本の文部科学省のカリキュラムに基づいて運営され、教師も文部科学省から派遣されている。メキシココースは幼稚園、小学校、中学校および高校まである。連絡先などはPart3イエローページを参照。



日本メキシコ学院

< 日本メキシコ学院 >

入学手続きおよび授業料：

必要書類を揃えて入学手続きをする。現地の郵便事情を考慮して、書類は着任時に直接持参したほうが安全である。入学は、学校の事務局で随時受け付けている。入学金と授業料を納め、スクールバスの乗降場所、時間の指定を受ける。スクールバスのルートは決められているので、事前に確認の上、住宅の選定時に考慮すること。

制服があるので、学校指定の店で購入する。

給食がないため、学院内の食堂を利用するか、昼食を持たせることになる。

年間授業料などは次のとおりである(2011年期)。

幼稚園：登録料(年額)9,944ペソ、保育料4,696ペソ/月

小学部 : 入学金17,340ペソ、授業料6,330ペソ/月

中学部 : 入学金17,340ペソ、授業料6,960ペソ/月 (中3 約9,280ペソ/月)

スクールバス : 幼稚園、小学校、中学校とも1,730ペソ/月

学期は日本と同じである。週休2日制で、春休みと夏休みが各1カ月、冬休みが2週間ある。

(3) 現地校、外国人学校

インターナショナルスクールには、アメリカ系、イギリス系、ドイツ系、フランス系などがある。



日本メキシコ学院には日本コースの高校がないため、日本人子女はアメリカ系のアメリカン・スクールか、イギリス系のグリーンゲイツ・スクールのいずれかの高校に通っている。両校とも幼稚園から高校まであり、英語による授業が中心である。

連絡先はPart 3イエローページを参照。

<アメリカン・スクール>

英語(英会話と筆記)の入学試験がある。レベルはかなり高く、高学年であればほぼ100%の英語力を要求される。必要書類は学年により異なるので、直接学校に問い合わせる。小学校以下は制服がある。

年間授業料などはコースにより細かく異なるので、問い合わせること。

<グリーンゲイツ・スクール>

入学は随時受け付けている。入学予定の子女を同伴して校長または担当者と面談する。子女が現地に到着していない場合は、保護者のみ面談をする。その後、子女面談の必要は特にない。

出生証明書、前在籍校の成績証明書(高学年の場合は英語、数学の各先生の推薦状も必要)、予防接種証明書を提出する(いずれも英文のもの)。

高学年で子女同伴面談の場合は英語の筆記試験があるが、これは英語のレベルを判断されるだけである。

(4) 幼稚園

日本メキシコ学院に幼稚園(4歳以上)があるが、学院が市の南端にあるため、居住区によってはスクールバスでの往復が負担になる場合がある。

近所のメキシコ人経営の幼稚園に入れている人も多く、2~4歳くらいまでの幼児もなんとか順応している。一般に、よい住宅地にはよい幼稚園があり安心である。ただし、言葉のハンディがあるので最初の2~3カ月は大変である。

14-2 教育関係施設

(1) 図書館など

日本人のための独立した図書館はないが、日本メキシコ学院のなかに図書室(小学生、中学生、PTA対象)がある。

15. 家庭の使用人



15-1 一般事情

一般家庭の多くは、なんらかの使用人を雇用している。特に高級住宅地の独立家屋では、ガードマン、庭師、家政婦／夫、門番と必要に応じて多数雇用している。

アパートでも1戸あたりの面積がかなり広いため、少なくとも家政婦／夫は必要である。どんなアパートでも家政婦／夫用の部屋、シャワー、トイレがついている。安全上、門番(ポルテロ)を置いているアパートが多く、24時間警備員がいるアパートもある。

現在、JICA専門家の多くはアパート住まいであり、通いで家政婦／夫を雇用している場合が多い。

アパートの門番やガードマンは、アパートの管理人または管理会社を通じて雇用されており、住人は月々の管理料を支払うことになる。

雇用に際しては、身元を確認し、紹介状や推薦状を取りつける。家政婦／夫の場合、雇用契約書を交わすことはほとんどないが、雇用条件(労働時間、給与など)を明確にし、試用期間を設けるとよい。

クリスマスとセマナ・サンタ(復活祭)に休暇を与え、その時期にボーナスを出すのが一般的。ボーナスは働きに応じて各家庭で決めている。

15-2 運転手

(1)雇用

日本人も自分で運転しており、運転手を雇用している一般家庭は少ない。

(2)日常管理

車の鍵はあくまで自分で管理し、運転手に渡したままにしない。走行距離、ガソリンなどときどきチェックする。常に雇用主と運転手という関係を明確にし、あまりなれなれしい関係にならないように心がける。

(3)教育指導

常に時間を厳守するよう指導する。

(4)その他の留意点

雇用契約書を作成し、休日、祝祭日の勤務、残業の取り扱いについても明確にしておく。

15-3 家政婦／夫

(1)仕事の種類と人数

子供1人にベビーシッター1人というのがメキシコ流であるが、日本人家庭では家政婦／夫を1人雇用するのが一般的である。仕事は、掃除、洗濯、アイロンがけ、皿洗い、子守などである。料理を任せている家庭もある。

(2) 雇用

口コミにより日本人同士で紹介し合うのが通例である。また、信頼できる人であれば、家主から紹介してもらうという方法もある。

トラブルを起こせば仕事を失うだけでなく、以後、日本人家庭で働けなくなってしまうことから、まじめに働く人が多い。

通常、契約書などは作成しない。住み込みか通いかを、話し合いによって決める。週1～4回通ってもらうなど勤務形態はいろいろで、2～3家庭共同で1人を雇用する例もある。

試用期間は1カ月で、期間内は採用を断っても差し支えない。

給与は勤務形態により異なるが、通いの場合で日給200～250ペソ程度である。そのほか、昇給、超過勤務手当、交通費、食費(食事付きかどうかなど)、ボーナスは、働きに応じて各家庭で決めている。クリスマスとセマナ・サンタ(復活祭)が大きな休みであり、その時期にボーナスを出すのが一般的である。日本人家庭では食事付きが多いようである。

(3) 日常管理

いくら勤続が長く信用できるからといって、大金や高価なものを目につく所に放置するのは慎むべきである。こういう状態を、メキシコ人は「悪魔の誘惑」と呼んでいて、信用とはまったく別の問題である。貴重品は鍵のかかるロッカーかクローゼットに収納し、他人の目に触れさせないことが大切。また短時間でも家の鍵を預けないこと。簡単にコピーされて留守中に合鍵で侵入される可能性もある。

15-4 庭師、ガードマン

安全上、家主がそれまで雇用していた人物を継続させるのがよい。ガードマンについては、履歴を調べ、推薦状を取りつける。ガードマンには庭掃除など他の仕事をさせずに、警備に専念させる。

16. メディア



16-1 新聞、雑誌

(1) 現地発行の日刊紙

メキシコシティで発行されている日刊紙は20紙以上ある。そのうち主なものは、「El Universal(エル・ユニベルサル)」「Reforma(レフォルマ)」「La Jornada(ラ・ホルナーダ)」「El Financiero(エル・フィナンシエロ)」「Excelsior(エクセルシオール)」などである。

概して紙面は穏健で、「Reforma(レフォルマ)」「El Financiero」が知識人向けである。

スポーツ紙には「El Esto(エル・エスト)」等がある。

こうした新聞は、街頭の新聞スタンドで買うのがふつうである。価格は1部10～12ペソ程度である。

新聞ではないが、毎週木曜日に発行される『Tiempo Libre(ティエンポ・リブレ)』は、演劇、音楽会、展覧会、映画、スポーツなどの情報を網羅した情報誌である。また、『テレビガイド』も金曜日に発行されている。

(2) 日本の日刊紙

日本の新聞は国際版が送付されてくる。国際版は当日に届き、値段は1か月152米ドル程度である。(2011年8月現在)

申し込み先は(4)に同じ。

(3) 欧米紙 / 誌

ホテル日航、プレジデnte、カミノ・リアル、シェラトンなど一流ホテルの売店、高級雑貨店Sanborns(サンボーンズ)、大きな書店などで販売されている。

(4) 日本の雑誌、書籍

雑誌、書籍の値段は日本の2~5倍前後で、いずれも米ドル払いである。



OCSの連絡先はPart3イエローページを参照。

16-2 ラジオ

(1) ラジオ放送局

メキシコ全土には日本同様、多数のラジオ局がある。ほとんどが商業局で、放送内容はニュース、音楽、スポーツが中心であるが、教育・教養番組を放送しているメキシコ国立自治大学のRadio UNAM(ラジオ・ウナム)もある。

(2) NHKワールド・ラジオ日本(ラジオジャパン)

NHKワールド・ラジオ日本は電波出力が弱いため、地域、周囲の建物にもよるが、受信はかなり難しくアンテナが不可欠であるが、現在はインターネット経由でも視聴可能。 URL : <http://www.nhk.or.jp/nhkworld/japanese/>

(3) 聴取可能なその他の外国放送

アメリカ、カナダ、中南米諸国からの電波も入ってくる。

FM放送は周波数が異なり、日本仕様のラジオでは聴取できる局に限られる。

16-3 テレビ

(1) 地上波放送局

メキシコでテレビ放送が始まったのは1950年であり、日本同様、長い歴史を持っている。全国ネットの主なテレビ局はテレビサとテレビアステカの2社であり、そのほか各州にローカル局がある。

メキシコシティーの主要テレビチャンネルは、2、4、5、9(テレビサ)、7、13(テレビアステカ)、22、36チャンネル等である。

11チャンネルは、文部省所有のメキシコ国立工科大学の教育放送であり、ニュース、教育、教養番組を主体に放送している。

各局とも早朝から深夜までプログラムを組んでいるが、視聴率は娯楽番組中心の2チャンネルが圧倒的に強く、連続テレビドラマ、歌謡ショー、ニュースショー、

サッカー中継などが人気である。

(2)衛星放送、ケーブルテレビ

NHKワールドTVを視聴するには、衛星放送のSKY(スカイ)に受信申し込みをする。ショッピング・モールなどに申し込みコーナーが設けられているので、契約手続きをすると1週間程度で受信機器を設置してもらえる。

毎月の受信料はNHKの含まれているパックの場合で約797ペソ(2011年8月現在)。

(3)テレビ受信

放送は日本と同じNTSC方式。現在ほとんどが液晶やプラズマテレビ。メキシコのテレビ受信機の価格は日本とほぼ同じか安価。日本、韓国メーカー品など品数は豊富である。

17. スポーツ、 趣味、 語学学習



17-1 スポーツ

(1)ゴルフ

メキシコは、ゴルフ王国アメリカに隣接している割にはゴルフ場が少ない。日本人がよく利用するゴルフ場は、メキシコシティから車で約1時間以内に2カ所程度、また、1時間半から2時間以内に3カ所程度ある(詳細はPart3イエローページを参照)。どのゴルフ場も手入れはよいとはいえない。ほとんどが山岳コースであるが、日本よりは高低差の少ないフラットなコースである。プレーは、事前に予約したほうが無難である。なお、料金は決して安くなく、日本並みである。グリーンフィーは、ゴルフ場の受付に支払い、キャディーフィーはキャディーに払うケースが多くとられている。メキシコ・ゴルフ・フェデレーション(URL : <http://www.mexgolf.org>)などを参照。

(2)テニス、フィットネス

日墨会館、Hotel Sheraton (Reforma) 等にテニスコートあり。

フィットネスクラブは SportCity や Gold Gym 等がある。

(3)その他のスポーツ

該当情報なし。

17-2 趣味

メキシコ情報サイト“エル・メヒコ”(URL : <http://www.lmexico.com>)および日系公共団体や広告を掲載している日系スーパーやレストラン、旅行代理店などで無料入手できるメキシコシティ月刊情報誌『Zetten』でイベント、レストラン情報をチェック可能。

17-3 語学学習

(1) 語学学習施設

公用語のスペイン語はBerliz(ベルリッツ/ポランコ教室 Jaime Balmes #11, Torre A 2do piso, Col. Polanco 電話 :55-5557-8581)などの私立学校のほか、CEPE(UNAM外国語研修センターCd. Universitaria 電話 :55-5622-2470)などで学習できる。

(2) 家庭教師

Sociedad Intercultural, S.C.(Cadiz No.95, Col. Insurgentes Mixcoac 電話 :55-5598-2520)は、スペイン語の家庭教師を派遣しているほか、日本の文部科学省認定スペイン語技能検定のメキシコにおける実施団体でもある。

18. 観光



18-1 地方旅行の留意点

外国人の国内旅行に関する規制・制限ではなく、いつでも、どこへでも自由に旅行できる。

旅行には身分証明書を携行したほうがよい。また、国境周辺の都市に行く時は空港などでパスポートの提示を求められることがあるため、国内旅行においても持参すること。

地方の治安状態は概してメキシコシティよりよいが、スリ、置き引きなど皆無ではないので注意が必要である。人前で多額の現金が入った財布を開けたりしてはならない。

18-2 主要観光地・保養地

観光資源は豊富であり、主要な観光地だけでも、2～3年の滞在期間中では見終わらないほど多彩である。日本の5倍強の国土に広がる自然は、北部の沙漠地帯、中央高原、南部の熱帯密林、海岸地方と変化に富んでいる。このような自然のなかに、テオティワカンやマヤ遺跡といった古代インディオ文化や、タスコ、プエブラ、グアナファトといったスペイン植民地時代の影響を残した町々、そしてアカプルコ、カンクンなどの近代的保養地としてのリゾート地帯があり、目的や日数によりさまざまな旅を楽しむことができる。交通手段は空路が主である。

主な観光地とその見どころは次のとおりである。

<北部>

・チワワ

メキシコのグランドキャニオンと称されている渓谷。チワワ鉄道を利用する。

・バハ・カリフォルニア

雄大な海岸美を楽しめる半島。先端にカボ・サンルーカス、ラパスなどの名勝地がある。ペリカン、アザラシなどの生息地もあり、2、3月のシーズンにはクジラの親子が見られる。動物をかたどった木の細工が名産である。

< 中部 >

・グアダハラ

古都で、陶器、オパール、テキーラの産地である。マリアッチ(大衆音楽を奏でる楽団)発祥の地でもある。

・ベラクルス

メキシコ湾岸の歴史的な町。スペインのコルテス軍はここから侵入した。

・アカプルコ

世界的に有名な保養地。その北沿いの海岸にはイスタパ、マンサニーヨ、プエルト・バヤルタなどのリゾートが発達している。

・その他

メキシコで一番高いピコ・デ・オリサバ山、メキシコ富士ポポカテペテル山がある。メキシコシティーはこの中央高原地帯の中心にあたる。太平洋岸でエビ、カキ、タイなどの海産物おいしい。民芸品の宝庫。

< 南部 >

・オアハカ

古きよき時代のメキシコの姿が残っている町。先住民の織物・刺しゅうの民族衣装が美しい。

・カンクン

カリブ海沿岸の町で、米国人観光客が多い。近くにコスメル、イスラ・ムヘレスなどサンゴ礁の美しい島がある。英語とスペイン語の観光誌『カンクン・チップス』(サイト: <http://www.cancuntips.com.mx/>)があり、主にカンクン、コスメル、メリダの遺跡、レストラン情報が満載されている。

・メリダ

落ち着いた趣の白い家が並ぶ、明るい町である。マヤ遺跡チチェン・イツァやウシュマルも近い。ユカタン半島は、シカの肉とユカタン料理が名物である。海岸地帯ではランゴスタ(伊勢エビ)、カラコル(巻貝)など、特にソパ・デ・マリスコス(海鮮スープ)は逸品である。

メキシコの観光地については、日本でもガイドブックが数種発行されているので参考にするとよい。

ホテルなどは、インターネットや旅行会社を通して予約すること。ホテル内にも旅行会社があり、ツアーや観光地などを紹介してくれる。また、各地に観光省(SECTUR / スペイン語URL : <http://www.sectur.gob.mx>)の出張所があり、親切に教えてくれる。

18-3 旅行代理店

次の旅行代理店(日系)は日本語が通じ、便利である。詳細はPart3イエローページを参照。



・ビアヘス・東洋・メヒカーノ

- ・メキシコ観光
- ・ミカド・トラベル

19. 私財の輸送、 引き取り、購入



Yellow Page

19-1 家財道具

(1) 輸送会社

主な輸送会社は以下のとおり(詳細はPart3イエローページを参照)。

- ・Kライン・ロジスティクス
- ・メキシコ日本通運
- ・OCSメキシコ

(2) 輸入手続き

上記輸送会社に引き取り手続きを依頼することができる。

(3) 輸入貨物の受け取り港

マンサニージョ港となる。(米国経由の陸路の場合もあり)

19-2 自動車

(1) 一般状況

フォード、クライスラー、シボレー、フォルクスワーゲン、日産、ホンダ、トヨタ、三菱、マツダ、スズキ、スバル、いすゞ、ルノー、アウディ、BMW、プジョー、ボルボなど、主なメーカーの自動車が購入可能である。

(2) 輸入手続き

該当情報なし。

(3) 現地での購入

中古車が多く、その流通市場は活発である。ただし、盗品や不法輸入車が売られている場合もあるので、出所のはっきりしたもの、または車の専門家に同行してもらって選ぶ場合以外は、中古車の購入は勧められない。

(4) 自動車登録

<代理店で購入>

新車、中古車を問わず、車両登録などの手続きはすべて販売した代理店が行うことになる。

(5) 免許証取得

国際免許証は一般的には通用しないので、赴任後は速やかにメキシコの運転免許証を取得すること。

メキシコシティーの場合、普通免許取得手数料は604ペソで、実技試験も筆記試験も必要ない。有効期限は3年(2011年8月現在)

免許取得に必要な書類は次のとおりである。

a) パスポートのオリジナルとコピー

有効なビザの載っているページのコピーを含む。

b) 電話または電気代の請求書のオリジナルとコピー。

メキシコでの住所の証明となる。

c) 手数料支払いフォームと支払い領収書

フォームに必要事項を記入し、前もって銀行で支払いを済ませておく。なおフォームはインターネット(URL :<http://www.shcp.gob.mx/>)で入手可能。

(6) 保険、税金

タクシーなど輸送機関の車両を除き、すべて任意保険である。しかし、メキシコの物価から見て保険は高価なものであるため、保険に加入していない車や、保険の対象外となる製造から10年以上経過した車が数多く走行しているのが現状である。

大手保険会社は数社あるが、アフターサービスの点から、直接加入するよりも代理店を通して加入することが望ましい。

Part 3 イエローページ

*特に記載がない限り、JICA事務所のあるメキシコシティの情報が中心になっています。

1. JICA 事務所

所在地	Ejercito Nacional No. 904 Piso16-B, Col. Palmas Polanco, C.P.11560, Mexico, D.F.
TEL/FAX	TEL: +52-55-5557-9995 FAX: +52-55-5395-0063
URL/E-mail	URL: http://www.jica.go.jp/mexico E-mail: mx_oso_rep@jica.go.jp

2. 日本大使館

所在地	Paseo de la Reforma 395, Col. Cuauhtemoc, Mexico, D.F
TEL/FAX	TEL: +52-55-5211-0028

3. 緊急連絡先電話番号

日本大使館	TEL: 55-5211-0028 領事部 / TEL: 044-55-2922-5015 (24 時間受付携帯)
警察	TEL: 060
消防・救急	TEL: 080

4. ホテル

Residence L' Heritage (レジデンス・レリタージュ)	
	Tenyson #79, Col. Polanco, Aristoteles 225 Col. Polanco 他 TEL: 55-5545-5454, FAX: 55-5250-4729 料金: 要確認 1,160 ~ 1,380 ペソ/日、US\$27,840 ~ 33,408/月 部屋により異なる。 事務所近くの長期滞在者向けウィークリーマンション。寝室、居間、台所がある。
■Suites Privada de Horacio (スイテス・プリバダ・デ・オラシオ)	
	Privada de Horacio No.18, Col. Polanco los Morales. TEL: 55-1090-5510 Ext.807, FAX: 55-5280-3375 料金: 要確認 USD50 ~ 70/日、US\$1200 ~ 1800/月 部屋により異なる。 事務所近くの長期滞在者向けウィークリーマンション。寝室、居間、台所がある。
■Hotel Royal (ホテル・ロイヤル)	
	Amberes No.78, Col. Juarez TEL: 55-9149-3000 FAX: 55-9149-9280 URL: http://www.hotelroyalzr.com
■Hotel Bristol (ホテル・ブリストル)	
	Plaza Necaxa No.17, Panuco y Sena, Col. Cuauhtemoc TEL: 55-5208-1717 FAX: 55-5533-6060 URL: http://www.hotelbristol.com.mx
■Hotel Eurostars Zona Rosa Suites (ホテル・ユーロスターズ)	
	Londres No.115, Col. Juárez TEL: 55-5080-0700 FAX: 55-5535-2343 URL: http://www.eurostarszonarosasuites.com
■Hotel Nikko (ホテル日航)	
	Campos Eliseos 204, Col. Polanco TEL: 55-5280-1111 FAX: 55-5280-9191 URL: http://www.hotelnikkomexico.com/ 料金: Standard シングル/ダブル一般料金300米ドル Superior シングル/ダブル一般料金335米ドル (上記料金に19%の税金加算) VISA, American Express, MasterCard
5. 不動産会社	
■ニッケイ不動産	
	Patricio Sanz #1418 Col. del Valle TEL: 55-5575-5701 (FAX 兼用)

■ジャパン・クラブ

Florencia 52-5 Col. Juarez
 TEL/FAX: 5514-1277
 CEL: 044-55-5106-0503 (担当: 河上)
 E-mail: japanclub@prodigy.net.mx

6. レストラン

*一部の情報はメキシコ日本商工会議所発行『Directorio2011』より抜粋。

< 日本料理 >

■弁慶

Campos Eliseos 204, Col. Polanco (ホテル日航内)
 TEL: 55-5283-8700 (Ext. 8600)
 懐石料理、寿司、季節の一品あり、純和風。個室(洋室3)がある。

■サントリー(デル・バジェ店)

Torres Adalid 14, Col. del Valle
 TEL: 55-5536-9432
 URL: <http://www.suntory.com.mx/> E-mail: restaurantes@suntory.com.mx
 歴史のある日本料理店で、特にローマス店はトップエグゼクティブが集まる鉄板焼の店となっている。

■みかど

Paseo de la Reforma 369, Col. Cuauhtemoc
 TEL: 55-5525-3096
 メキシコシティの中心といわれる独立記念塔から半ブロック。
 小宴会・団体予約受付可能。

■富士

Rio Panuco 128, Col. Cuauhtemoc
 TEL: 55-5514-6814
 メキシコでの「ろばた焼」の老舗。手頃な昼定食あり。

■武士(さむらい)

Nueva York 85, Col. Napoles
 TEL: 55-5523-1469
 焼き鳥、寿司をはじめ多種多様なメニューがある。子供から大人まで満足できる。

■奈が岡

Arkansas 38, Col. Napoles
 TEL: 55-5543-9530
 ワールドトレードセンターの近くにある、家族連れで気軽に入れるレストラン。
 個室での小宴会も可能。

■でいご

Pestalozzi 1238, Col. del Valle
 TEL: 55-5605-6317
 メキシコでおいしい寿司ならここ。2階はカラオケバーになっている。月曜休み。

■むらかみ

Torcuato Tasso No.324-V, Polanco
 TEL: 55-5511-8550
 本格居酒屋風レストラン、おでん常備、隣に公共駐車場あり。

*ほかに「東京」「茶席」「太郎」「大黒」などがある。

< 韓国料理 >

ソナ・ロサ地区に多数あり。リーズナブルな値段の店が多い。

< メキシコ料理 >

■フォコラレ

Hamburgo. No.87, Zona Rosa Col. Juarez
 TEL: 55-5207-8503
 曜日限定で民族舞踊などメキシコ的なショーが開かれる。メキシコが初めての人向き。

■フォンダ・デル・レクエルド	Bahia las Palmas 37, Col. Veronica Anzures TEL: 55-9112-7476 URL: http://www.fondadelreuerdo.com/ 魚介類スープがおいしいベラクルス料理。舞踊、闘鶏ショーがある。
■フォンダ・デル・レフヒオ	Liverpool 166, Zona Rosa Col. Juarez TEL: 55-5525-8128 URL: http://www.fondaerefugio.com/ E-mail: fonda@fondaerefugio.com 家庭的なメキシコ料理が楽しめる。ごはんまりした雰囲気。
■アシエンダ・デ・ロス・モラレス	Vazquez de Mella 525, Col. Polanco TEL: 55-5283-3054 URL: http://www.haciendadelosmorales.com/ 昔の荘園を改造したメキシコ料理の最高級レストラン。
■サン・アンヘル・イン	Diego Rivera 50, Col. San Angel TEL: 55-5616-1402 URL: http://www.sanangelinn.com/ 歴史あるレストラン。修道院を改装したような、荘厳な雰囲気。
■アンティグア・アシエンダ・デ・トラルパン	Calz. Tlalpan 4619, Tlalpan TEL: 55-5655-7888 URL: http://www.antiguahaciendatlalpan.com.mx/ E-mail: info@antiguahaciendatlalpan.com.mx 広い庭、バイオリンの生演奏あり。珍味、蟻の卵を味わえる。
< 肉料理 >	
■リンコン・アルヘンティーノ	Presidente Masaryk 177, Col. Polanco TEL: 55-5254-8744 いわずと知れた超有名店。肉はもちろん、パンもおいしい。注文のしすぎに注意。
< ステーキハウス >	
■ラ・マンシオン	Insurgentes Sur 778, Col. del Valle (市内に10店以上) TEL: 55-5536-3194 URL: http://www.lamansion.com.mx/ 「牛の顔」で知られる有名チェーン店。
< イタリア料理 >	
■カブリ	Julio Verne 83, Col. Polanco TEL: 55-5281-3594
■ポッティリア	Edgar Allan Poe y Campos Eliseos 21, Col. Polanco (ホテル・ポランコ内) TEL: 55-5280-0609 カルパッチョや生ハムなどの前菜が豊富。
< 中国料理 >	
■プロッサム	San Francisco 360, Col. del Valle TEL: 55-5523-8516 日本の中国レストラン同様、テーブルが回るのがうれしい。アメリカに支店あり。

■マンダリン ハウス

Cofre de Perote No.205-B, Col. Lomas de Chapultepec

TEL: 55-5520-9728

San Angel 店もあり。セミフォーマル。

■エクセレンシー

Av. Prado 110, Col. L. Chapultepec

TEL: 55-5520-7446

日本語を少し話す名物シェフが、その日のお薦めを教えてくれる。

7. 日本食品の入手

■清水商店(スーベル・アベニータ)

Olvera 15, Col. Doctores

TEL: 55-5578-0342 FAX: 55-5761-8152

月~土 / 9:00 ~ 19:00 日 / 10:00 ~ 17:00

日本食品全般。土日は焼き鳥、焼き飯、寿司、天ぷらなど販売。

■ミカサ San Luis Potosi 173, Col. Roma

TEL: 55-5584-3430, 5574-9970 FAX: 55-5574-0246

月~土 / 10:00 ~ 19:00 日 / 10:00 ~ 16:00

日本食品、魚介類、お惣菜。日曜も営業。

■山本商店

Porfirio Diaz 918, Col. del Valle

TEL: 55-5559-2100 FAX: 55-5575-6700

月~金 / 10:30 ~ 17:00 土 / 10:30 ~ 18:00 日 / 10:30 ~ 15:00

日本食品全般、土曜は新鮮な魚介類を販売。

8. 生活用品(家電・家具・日用品・雑貨・工具・素材)

<大型デパート>

■リベルプール(Liverpool)

(Polanco店) Mariano Escobedo #425, Col. Chapultepec Morales

TEL: 55-5328-6400

URL: <http://www.livepool.com.mx/>

メキシコシティに7店舗、地方にも多数ある。(本店) TEL: 55-5262-9999, 01-800-713-5555

■パラシオ・デ・イエロ(El Palacio de Hierro)

(Polanco店) Moliere No. 222, Col. Los Morales, Seccion Palmas

TEL: 55-5283-7200

URL: <http://www.totalmente.com.mx/>

メキシコシティに8店舗ある。高級品、ブティック中心。

<DIY>

■ホームデポット(The Home Depot)

(Lomas Verdes店) Av. Lomas Verdes #904, esq. Periferico Nte. Col. Santa Cruz Acatlan, Naucalpan

TEL: 55-5371-0400, 01-800-004-6633

URL: <http://www.homedepot.com.mx>

メキシコシティに7店舗、地方にも多数ある。

9. 病院

<総合病院(全科)>

■Hospital Espanol de Mexico(スペイン病院)

Ejercito Nacional 613, Col. Granada

TEL: 55-5255-9600、(緊急)5255-9645 ~ 9649 FAX: 部署によって異なる。

救急外来 / 24 時間 一般外来受付 / 9:00 ~ 11:30

■Hospital ABC(ABC病院)

Sur 136 116, esq. Observatorio, Col. Las Americas

TEL: 55-5230-8000、(緊急)5230-8161 ~ 2

救急外来 / 24 時間 一般外来受付 / 9:00 ~ 11:30

■Hospital Angeles del Pedregal(アンヘレス・デル・ペドレガル病院)

Camino a Santa Teresa 1055, Col. Heroes de Padierna

TEL: 55-5652-1188, (緊急)Ext.2091

救急外来 / 24 時間 一般外来受付 / 9:00 ~ 11:30

■Hospital Medica Sur(メディカ・スール病院)

Puente de Piedra No.150.Col.Heroes de Padierna

TEL: 5424-7200, (緊急)オプション 2

救急外来 / 24 時間

<日本語の通じる開業医、クリニック>

■宗田 博義 医師(内科・胃腸科・内視鏡)

Hospital Espanol Torre Antonio Fernández,Piso 10,consultorio 1001,

TEL: 5250-7959/64, 044-55-5101-9334(携帯) FAX:5203-3784

月・水・金 / 10:00 ~ 14:00, 16:00 ~ 20:00, 火・木 / 10:00 ~ 14:00のみ事前に予約が必要。

胃腸科、内視鏡科。往診可能

■多富 康志 医師(整形外科・外傷)

Hospital Espanol Torre Antonio Fernández,Piso 10,consultorio 1001,

TEL: 5250-7959/64, 044-55-5455-8451(携帯) FAX:5203-3784

月 ~ 金 / 10:00 ~ 14:00, 16:00 ~ 20:00 事前に予約が必要。

整形外科・外傷科。針治療・カイロプラクティック可能。往診可能

■高橋 リカド 医師(整形外科・外傷)

Hospital Medica Sur, Torre 1 Consultorio 150,Puente de Piedra

TEL: 5528-2774(病院)、5598-6214(自宅)、044 55 5419 8929(携帯)

月 ~ 金 / 11:00 ~ 13:30, 16:30 ~ 19:30, 土(隔週) 10:30 ~ 12:30

■白石 エンリケ 医師(内科・内分泌科)

Hospital Espanol Torre Antonio Fernández,Piso 10,consultorio 1001,

TEL: 5250-7959/64, 044-55-5406-2383(携帯) FAX:5203-3784

月・金 / 10:00 ~ 14:00, 16:00 ~ 20:00。

■飯室 恵子 医師(小児科)

San Francisco 1626-302 Col. Del Valle

TEL: 5534-1364/5524-7157, 044 55 5437 3349(携帯)

月・水・金 / 16:30 ~ 20:00(要予約)

■堀 卓史医師(小児科)

San Angel inn Hospital内

TEL: 1156-0222, Ext.2310,2330, 044 55 3995 6687(携帯)

月 ~ 金 / 10:00 ~ 14:00, 16:00 ~ 20:00, 土 / 10:00 ~ 14:00

新生児 ~ 16歳まで。電話相談、往診可能。入院はスペイン病院、或いはAngeles病院を利用

■高根 政文 医師(産婦人科)

San Antonio No.190,101,Col.Napoles

TEL: 5563-8394, 044 55 9198 3738(携帯)

月 ~ 金 16:00 ~ 20:00 土 15:00 ~ 18:00(要予約)

■久米 正雄 医師(耳鼻咽喉科)

Hospital Angeles del Pedregal, Consultorio 774

Camino a Santa Teresa 1055 Col. Heroes de Padierna

TEL: 5568-6954 ~ 5, 044-55-5400-4835(携帯)

月 ~ 金 11:00 ~ 13:00, 16:00 ~ 19:00(午後は月・火・木のみ)

■北条 トモカ 医師(皮膚科)

Hospital Medica Sur内, Torre 1 consultorio 221,Puente de Piedra No.150.Col.Toriello Guerra,tlaipan

TEL: 5606-1948 / 5606-7745

月 ~ 水 16:00 ~ 19:00, 木 12:00 ~ 13:30, 金 11:00 ~ 14:00

■北条 トモカ 医師(皮膚科)

Hospital Medica Sur内, Torre 1 consultorio 221,Puente de Piedra No.150.Col.Toriello Guerra,tlaipan

TEL: 5606-1948 / 5606-7745

月 ~ 水 16:00 ~ 19:00, 木 12:00 ~ 13:30, 金 11:00 ~ 14:00

■Carlos Arata 難波 医師(眼科)	Providencia 610 Col. Del Valle TEL: 5687-0929/5687-2020 月～金 11:00～14:00、16:30～19:00 各種コンタクトレンズ取扱いあり。同クリニック内に眼科医師3名常勤。
■松村 恵美子 医師(歯科)	Ejercito Nacional 475-2ª Col. Granada TEL: 5545-0156、044-55-3193-7519(携帯) 月・水・金 14:00～19:00(要予約) 日本の歯科大学とアメリカの大学院歯学部卒、歯科材料は日本製。
■佐藤 モニカ 医師(歯科)	Homero 407-101 TEL: 5254-8406 / 5255-2144 火・水・木 16:00～19:00(要予約) 矯正歯科専門
■川辺 準 医師(歯科)	Hospital Espanol内 Sala 15 y 16 modulo E, Ejercito Nacional 613 TEL: 5254-6698 携帯: 044-55-5967-4164 月・金・土 10:00～14:00、16:00～20:00
■木村 タカオ 医師(口腔外科)	Adoifo Prieto 623,103 号室 TEL: 5669-0530 044 55 5431 4461(携帯) 火・木・土 9:00～13:00 15:00～19:00

10. レンタカー会社

■AVIS	空港内、プレシデンテ・インテルコンチネンタルホテル内、フィエスタ・アメリカーナ・レフォルマホテル内など、市内に7カ所程度。 TEL: 55-5588-8888、01-800-288-8888 URL: http://www.avis.com.mx
■Budget	空港内、ホテル日航内など、市内に9カ所程度。 TEL: 55-5488-6200、01-800-700-1700 URL: http://www.budget.com.mx
■Hertz	空港内、カミノリアル・ホテル内など、市内に4カ所程度。 TEL: 55-5128-1691、01-800-654-3030 URL: http://www.hertz.com.mx

11. インターネット・プロバイダー

■インフィニトゥ(Infinitum / Telmex社) ADSL	TEL: 01-800-123-2222 URL: http://www.telmex.com.mx
■カブレビジョン(Internet / Cablevision社) ADSL	TEL: 55-5169-9699 URL: http://www.cablevision.net.mx
■イウサセル(3G BAM / Iusacell社) 高速モバイル	TEL: 01-800-333-4321 URL: http://www.iusacell.com.mx
■テルセル(Internet Telcel 3G / Telcel社) 高速モバイル	TEL: 01-800-835-2358 URL: http://www.telcel.com

12. 教育機関

<日本人学校>

■日本メキシコ学院

Camino a Santa Teresa 1500, Col. Pedregal de San Angel

TEL: 55-5568-5958 (日本コース)

URL: <http://www.lmjapones.edu.mx>

<現地校、外国人学校>

■アメリカン・スクール(The American School Foundation A.C.)

Bondoquito No.215, Col. Las Americas

TEL: 55-5227-4900

URL: <http://www.asf.edu.mx>

■グリーンゲイツ・スクール(Greengates School S.C.)

Av. Circunvalacion Pte. 102, Col. Balcones de San Mateo Edo. de Mexico

TEL: 55-5373-0088/0765

URL: <http://www.greengates.edu.mx>

13. 日本の雑誌

■海外新聞普及(株)(OCS)輸出購読サービス

〒108-8701 東京都港区芝浦2-9-13

TEL: 03-5476-8131 FAX: 03-3453-8091

URL: <http://www.ocs.co.jp>

■OCSメキシコ(海外新聞普及)

Liverpool No.44, Col. Juarez

TEL: 55-5566-6653 FAX: 55-5566-7245

URL: <http://www.ocs.co.jp>

14. 旅行会社

■ピアヘス・東洋・メヒカーノ

Campeche 217, Col. Hipodromo Condessa

TEL: 55-5564-3180 FAX: 55-5564-8227

URL: <http://www.viajestoyo.com>

月～金 / 9:00～18:00 土 / 10:00～13:00

■メキシコ観光

Paseo de la Reforma 393 Desp.101 y 102

TEL: 55-5533-3913/5052～4 FAX: 55-5525-2578

URL: <http://www.mexicokanko.com.mx>

月～金 / 9:00～18:00 土 / 9:00～13:00

■ミカド・トラベル

Rio Nilo 88-202, Col. Cuauhtemoc

TEL: 55-5208-9587/9767 FAX: 55-5208-7497

E-mail: mikadotravel@hotmail.com

月～金 / 9:30～18:30 土 / 9:00～13:00

15. 輸送会社

■Kライン・ロジスティクス

Morelos 176, Col. Penon de los Banos

TEL: 55-5784-4656/58, FAX: 55-5784-5242

URL: <http://www.kline logistics.com>

■メキシコ日本通運

Av. Michoacan No.20 Nave 9-c Col. Renovacion

TEL: 55-5804-6272 FAX: 55-5804-6274/5275

URL: <http://www.nittsu.co.jp/><http://www.nipponexpress.com>

■OCSメキシコ(海外新聞普及)

Liverpool No.44, Col. Juarez

TEL: 55-5566-6653 FAX: 55-5566-7245

URL: <http://www.ocs.co.jp>
