

## Part 1 基本情報

## 1.キルギスプロフィール

- (1) 正式名称 (和文)キルギス共和国  
(英文)The Kyrgyz Republic(注: Kyrzyzは形容詞形であることに注意)
- (2) 政体 共和制
- (3) 首都 ビシケク
- (4) 面積 19万9,900平方km
- (5) 人口 501万6,000人(2006年)
- (6) 民族 キルギス人(64.9%)、ウズベク人(13.8%)、ロシア人(12.5%)、ウクライナ人(1.0%)、ウイグル人(1.0%)(1999年3月)
- (7) 言語 キルギス語(国家語)、ロシア語(公用語)
- (8) 宗教 キルギス人の間ではイスラム教スンニ派が多数
- (9) 略史 17-18世紀頃までにキルギス人の民族形成が進行  
18世紀後半 コーカンド・ハン国による支配  
－19世紀前半  
1855－76 ロシア帝国に併合  
1916 第一次世界大戦徴税・徴兵制に反対する中央アジア大反乱  
1918 ロシア革命後、ロシア連邦共和国内の「トルキスタン自治ソビエト社会主義共和国」の一部となる  
1924 中央アジアの民族・共和国境界確定により、ロシア連邦共和国内のカラ・キルギス自治州となる  
1926.2 キルギス自治ソビエト社会主義共和国成立  
1936 ロシア連邦共和国から分離し、ソ連邦を構成する15共和国の一つ「キルギス・ソビエト社会主義共和国」に昇格  
1990.6 オシュ事件(キルギス人とウズベク人の民族間衝突)  
1990.10 アカエフ大統領就任  
1990.12.12 共和国主権宣言  
1991.8.31 共和国独立宣言  
1993.5 国名を「キルギス共和国」に変更  
2005.4 政変によりアカエフ大統領辞任  
2005.7 バキエフ大統領当選
- (10) 在留日本人 約70人(2006年10月現在)
- (11) 気候 大陸性気候のため寒暖の差が激しく、年間を通じて降水量は少ない。夏は乾燥しているが気温はトルクメニスタンやウズベキスタンよりも低く、比較的過ごしやすい。首都ビシケクの7月の平均気温は25℃(実際は40℃くらいになる日も多い)、1月の平均気温はマイナス5℃。

【参考】「外務省ホームページ-各国・地域情勢-」外務省

## 2.業務のための基礎データ

(1)JICA事務所の概要(キルギス共和国事務所 JICA KYRGYZ REPUBLIC OFFICE)

住所 :3rd Floor, Demir Kyrgyz International Bank building, 245, Chui avenue,  
Bishkek, 720001, Kyrgyz Republic

連絡先 : 国番号 :996

市外局番 :なし

電話 :312- 90-02-70~77

FAX :312- 90-02-79

E-Mail :jicakg-info@jica.go.jp

執務時間 09:00~17:30(昼休み 12:30~14:00)

休日 :下記祝日と土曜日・日曜日

1月1日	新年
1月2日	クルマン・アイト(12月31日振替)
1月3日~4日	年始休暇
1月5日	クリスマス(ロシア正教)
2月23日	祖国防衛軍の日
3月8日	国際婦人デー
3月21日	ノールズ(旧暦新年)
5月1日	メーデー
5月5日	憲法記念日
5月9日	戦勝記念日
8月31日	独立記念日
10月15日*	オロゾ・アイト(ラマダン明けの祭り)
11月7日	10月革命記念日
12月21日	クルマン・アイト
12月24日	天皇誕生日
12月31日	年始休暇

(2007年)

\*イスラム教の祭日で、太陰暦によって定められるため、毎年日にちが変わる。

なお、ラマダン期は日常生活にそれほど影響をおよぼさない。

(備考)

5月初めの連休および7~8月の夏期休暇の時期は、政府関係者が不在である可能性が高いため、調査団等の派遣は十分な事前確認が必要。

冬季は濃霧により飛行機の発着が大幅に変更になる可能性があるため、調査団の日程は余裕を持って組んだ方が良い。

事務所までの交通 :

【空港から】

空港からタクシーを利用する場合は、Super Taxi、ExpressTaxi(空港に窓口あり)などの表示がある白タクではないタクシーを勧める。ただし、英語は通じないので、

前もって旅行会社などの出迎えを頼んだほうがよい。タクシーの場合は片道US\$12、旅行会社はUS\$20程度。

#### 【空港以外から】

ホテルから乗る場合はフロントに頼んで、Super TaxiやExpress Taxiなどと呼んでもらい、必要に応じあらかじめ料金交渉を頼むこと。料金はビシケク市内であれば、昼間は約75ソム(約225円)、夜間は約100ソム(約300円)である。市内には流しのタクシーや白タクもあるが、安全上できる限り利用しないこと。

#### <無線タクシー>

Super Taxi tel: 152, Express Taxi tel: 156, Udacha Taxi tel: 154,  
Salam Taxi tel: 188

(2) 日本との時差、  
サマータイム

日本との時差 : 3時間  
サマータイム : なし

(3) 祝日、官公庁の休日

祝日: 1月 1日	新年
1月 2日	クルマン・アイト(12月31日振替)
1月 3日~4日	年始休暇
1月 5日	クリスマス(ロシア正教)
2月 23日	祖国防衛軍の日
3月 8日	国際婦人デー
3月 21日	ノールズ(旧暦新年)
5月 1日	メーデー
5月 5日	憲法記念日
5月 9日	戦勝記念日
8月 31日	独立記念日
10月 15日*	オロゾ・アイト(ラマダン明けの祭日)
11月 7日	10月革命記念日
12月 21日	クルマン・アイト

(2007年)

\*イスラム教の祭日で、太陰暦によって定められる為、毎年日にちが変わる。

官公庁の休日 : 上記祝日と土曜日・日曜日

(4) ビジネスアワー

官庁 09:00~17:00  
銀行 09:00~15:00  
商店 09:00~18:00

(5) 言語

業務 : ロシア語(公用語)、キルギス語(国家語)オフィシャル文書はほぼロシア語  
ホテル、買い物、食事 : 生活情報欄を参照のこと

- (6)通貨 通貨 :ソム(Som:93年5月10日導入)  
為替レート :1ドル=39.0836 ソム(06年10月28日現在)  
最新の為替レートは、以下のサイトで確認のこと。  
<http://www.Bloomberg.co.jp/analysis/calculators/currency.html>  
(「ブルームバーグ 為替レート計算」)
- (7)関係機関 【在キルギス日本大使館】  
住所 :503, Frunze, Bishkek, 720033, Kyrgyz Republic  
電話 :+996-312-61-18-75、61-18-80  
FAX :+996-312-61-18-82
- (8)有用サイト <http://www.mofa.go.jp/mofaj/area/kyrgyz/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事務所のある都市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

旅行者、一般外国人の利用するホテルは次のとおり。

## ・Hyatt Regency Bishkek

所在地 : 191, Sovietsky (Sovitskaya/Frunze)

電話 : +996-312-66-12-34

FAX : +996-312-66-57-44

E-mail : bishkek@hyattintl.com

URL : bishkek.regency.hyatt.com

料金 : クイーン \$ 275、デラックスキング \$ 300 (税・サービス、朝食別)

使用可能カード : VISA、MASTER、AMEX

備考 : 2001年にできたビシケク市内で一番の高級ホテル。イタリア料理中心のレストラン、バー、カジノ、フィットネスクラブ併設。市内の中心部にあり、外出にも便利。ドナー主催のコンファレンスなどもよく行われる。

## ・Silk Road Lodge

所在地 : 229, Abdumomunov (スポーツスタジアム近く)

電話 : +996-312-66-11-29

FAX : +996-312-66-16-55

E-mail : silkroad@infotel.kg

URL : www.silkroad.com.kg

料金 : シングル \$ 85、ツイン \$ 95、デラックス \$ 105、スイート \$ 120。いずれも税・サービス、朝食込み。

使用可能カード : VISA、MASTER、AMEX

備考 : イギリス人経営のこじんまりしたホテルでドナー関係者に人気が高い。レストラン併設。歩いていける距離にイタリアン、韓国レストランなどがあり便利。部屋からのインターネット接続は一日あたり \$ 5。ケーブルTVでNHKワールド、CNNなどが視聴できる。ツイン以上の部屋はポットがあり部屋でお茶などが飲める。

## ・Ak-Keme Hotel (旧Pinara Hotel)

所在地 : 93, Prospect Mir

電話 : +996-312-54-01-43

FAX : +996-312-54-23-65

料金 : シングル \$ 90 (税・サービス込み、朝食込み)

使用可能カード : VISA、MASTER

備考：トラベラーズチェック使用可。比較的新しく、旅行客を含め多くの外国人が利用する。内装、設備も豪華さはないが新しく清潔。衛星放送が視聴できるが、NHKはない。市内から車で山のほうに15分ほど行った郊外にあるため、晴れた日には上階からの眺めが素晴らしい。屋内・屋外プール設備がある。

・ゲストハウス(Guest House/ Гостевой Дом)

所在地：6, Koenkozov (Bokonbaeva-Manasから東へ徒歩5分位)

電話：+996-312-69-99-00

FAX：+996-312-69-09-14

料金：シングル\$50 ハーフリュックス\$90

使用可能カード：不可(長期滞在の場合は要相談)

備考：新築の個人経営ホテル。部屋は清潔で広いが、部屋に電話・ドライヤー、バスタブ(シングル)がない。スタッフの対応は悪くない。ただし、英語があまり通じない。

## 1-2 住宅事情

旧ソ連の住宅政策により、集合アパートの建設に重点がおかれたため、ビシケクなどの都市部にはアパート形式(5階建てか9階建ての構造が標準)の住宅が多い。これらのアパートは国有であったが、旧ソ連崩壊後、払い下げによって徐々に個人所有となり、近年は資産管理の手段として賃貸ないし売買の対象としているケースが多い。特に昨今は内装を現代風に改修しヨーロッパ製などの家電製品や家具を入れて、外国人向けに賃貸することも少なくない。通常、アパートには上下水道(温水含む)、電気、集中暖房のシステムが完備されているが、燃料不足や設備の老朽化から突然供給が中断されることもあり得る。夏に約1ヶ月温水が中断されるのでそのときは各戸別の温水タンクを使用する(入居時に確認すること)。現在新しいアパート棟の建築ラッシュであるが、あまり配電、水周りなど考えて設計しておらず問題も少なくない。

アパート形式以外では、ビシケクでも郊外には一戸建て住宅があり、特に昨今は、富裕層が一戸建て住宅を建設することがステイタスシンボルとなっている。ただし、一戸建ての場合は、居住区によっては下水システムが完備されておらず汲み取り式として残っているところもあり、個別暖房がほとんど。

地方では、一戸建てが主流であるが、ソ連崩壊以降家屋の老朽化は著しく、上下水道の設備の状況もよくない。特に、貧困の著しい地域等では、上水や電気の供給でさえも制限されている場合もある。なお、遊牧生活を行っていた時代のテント式家屋(ユルタ/ボズユ)も少数ではあるが残っており、夏期のみ放牧しながらユルタで生活する住民も存在している。

## 1-3 住宅の探し方

新聞広告、知人の紹介によるものが主流。また、住宅斡旋不動産業者や旅行

会社が持っている登録リストから探すことも可能。この場合、企業により、紹介料などの支払いが必要になる場合がある。

#### 1-4 住宅選定上の留意点

最優先事項として、治安の観点から、地区、階層、周辺環境を考慮する必要がある。特に、集合住宅全体の構造としては、1階踊り場の入口ドアにコードが設定されている程度の対策しかとられていないのが実状。外部からの進入が容易ではない構造であることを確認のうえ、必要に応じて窓の防犯柵、警報器の設置等の可能性につき検討する。

また、電気、給水栓、排水管、暖房の稼働状況に問題がおこることもあるため、確認することも必要。

#### 1-5 住宅の契約

通常、契約金額は、月単位の米ドルで設定されており、数ヶ月分の前払いを要求されることが多い(交渉による)。家賃は、立地条件、改修の状況、家具・電化製品など備品の有無や種類によって異なり、外国人向けのアパートの家賃価格帯としては、80 m<sup>2</sup>の3LDK程度で300米ドル～1,000米ドル以上と幅が広い。

契約が合意に達した場合は、契約書を作成し、双方で署名することとなるが、契約条項には、契約金額の他、公共料金及び電話料金の支払い(以下1-6参照)、契約解約時の返金条件等についても触れておくことが望ましい。

#### 1-6 ガス、水道などの手続きと管理

電気、水道、ガス、暖房、電話等の使用にあたっては、家主を通じて手続きすることが一般的。使用料金については、家賃に含めるのか、使用量に応じて別途支払うのか、支払う場合は家主に支払うのか、あるいは関係機関に自身で直接支払うのかを家主と協議しておく必要がある。なお、国際電話を使用する場合、当該電話回線がデジタル(5ないし6で始まる番号)の場合は直接海外に電話をかけることが可能であるが、アナログ(2で始まる番号)の場合は、事前に電話局でパスワード取得の手続きを行う必要がある。その他、国際電話市場が開放された現在では、民間のインターネット電話企業などが存在し、欧米の回線を利用して格安で通話することも可能(例えば、日本との通話の場合、通常のキルギステレコム(TELKOM)の電話回線では2ドル以上を要するが、民間の電話会社では0.55ドル)。

#### 1-7 家電

##### (1) 電圧

電圧は220V(50Hz)。変圧器は現地でも中国製などの購入は可能であるが、安定機能付きのものを日本から持参するのが最も安全。

### (2)コンセント、モジュージャックの形

日本製の電化製品を使用する際には、いわゆる「Cタイプ」のプラグによる変換が必要。なお、モジュージャックの変換は不要。

### (3)家電製品

一般的な機能の家電製品(テレビ、ビデオデッキ、DVDプレーヤー、オーディオデッキ、全自動洗濯機、乾燥機、掃除機、エアコン、オイルヒーター、電気ストーブ、ヘアドライヤー等)は、現地での調達がおおむね可能。主流は中国製、ドイツ製、イタリア製、トルコ製、韓国製。

日本語ソフトの入ったパソコン(ノートブック型含む)などは日本から持ってきたほうがよい。

## 1-8 家具保険

住宅を賃貸する場合の多くは家具付きであるため、個人で保険に加入する必要性はあまりないが、上層階からの水漏れ、火災などによる破損、通常の生活時に盗難に遭う可能性もある。しかし、保険会社の倒産などもあり、支払能力に疑問も持たれることから、家具保険に加入している外国人はほとんどいない。

・保険会社「KYRGYZSTAN」

所在地 :76B, Moskovsky

電話 :28-28-15/ 28-25-64

条件 :保険期間は1年単位、保険加入金額は家具価格の2%。

## 1-9 その他

特になし。

## 2. 衣料、理容



### 2-1 衣料全般

#### (1)一般事情

中国大陸へ続く天山山脈のなかの山岳国家であり、さらに大陸性気候のため季節による寒暖の差が激しい。夏は40℃(7月)に達することもあれば、冬はマイナス20℃くらい(1月)になることもある。したがって夏、冬に備えた衣料の準備が必要であり、特に冬は特別に防寒着の着用が必須。

#### (2)日本から持参したほうがよい衣料

個人の志向に基づく衣類。靴は、廉価で質のあまりよくない中国製か、型が古いトルコ製などが多く、持参したほうが無難。

#### (3)現地で調達したほうがよい衣料

防寒着。そのほか一般的なものはほとんど購入することができる。また、スーツなどは生地を購入してオーダーメイドも可能。

#### (4)その他の留意点

特になし。

## 2-2 礼装

### (1) パーティー

特別な服装は用いない。

### (2) 式典

スーツ程度で問題なし。

### (3) 冠婚葬祭

スーツ程度で問題なし。

### (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

通常外国人が居住するアパートや家には洗濯機が浴室や台所に設置されており、通常の洗濯が可能。ドラム式のヨーロッパ製の洗濯機がほとんどであり、洗剤を買うときは注意が必要。

ドライクリーニング店は市内に何軒かあるが、質はあまりよくない。割高だがHyattなど高級ホテルのクリーニングサービスを利用するのが無難。

### (2) 仕立て、修繕

仕立て、修繕してくれる店や個人は比較的簡単に見つけることができる。生地はトルコ製、韓国製、中国製が主流。

### (3) 保管

乾燥しているので、防湿については心配ないが、毛製品などについては防虫に気をつける必要がある。防虫剤は昔ながらのハーブのようなものが主流だがわかりにくいので日本から持参することを勧める。

## 2-4 美容院、理髪店

美容院、理髪店は街なかにあり、料金は安い。同じ建物の中で「男性用」「女性用」と分かれているところが多い。男性のカット 100 ソム(約 300 円)くらいから。あまり安すぎる場所は剃刀の消毒などの衛生管理が不十分であったりする心配があるので気をつけること。女性のカットは安いところは 100 ソムほど、高級なところは 500 ソムくらいまで。カラーリングなども安くまあまあの仕上がりが。最近ではネイルサロンはエステティックサロンも多い。

## 3. チップ



### 3-1 チップ事情

#### (1) 習慣の有無

比較的新しい習慣であり、一般的にはレストランやカフェのみ。

#### (2) 各種サービスに対するチップ

店によっては料金に5%から10%含めているところもある。外国人がよく行くよ

うなレストランでは 10%を目処にチップを置いたほうがよいが、サービスの具合にもよる。地元の人がよく行くちょっとしたカフェなどではおつりの端数を置いてくる程度でよい。美容院などでもサービスがよかったと思えば少しチップを渡すのもよいが、あまり少なすぎると逆に失礼にあたる場合もあるので気をつけること。タクシーはチップ不要。

## 4. 食生活



### 4-1 外食

#### (1) 一般事情

ビシケク市内には地元料理のカフェが多くあり、比較的安い値段でそこそこのものが食べられる。

#### (2) 飲食店

外国人が利用できるレストランは増えてきており、トルコ、イタリア、インド、韓国、中国料理などが味わえる。

よく利用されているレストランは次の通り。(所在地は重なる二つの通りの名前)。

#### <日本料理>

##### ・水石 (Suiseki)

所在地 : 172, Gorky (Gorkovo/ Panfilova)

電話 : 54-85-10

備考 : 2004 年 12 月にオープンした寿司レストラン。値段は高いがまともな寿司が食べられるレストラン。1 人前寿司セットで 650 ソム(約 2000 円)。から揚げや揚げ出し豆腐の一品料理もあり、こちらは値段はあまり高くない。店内の装飾はヨーロッパアンテイストでおしゃれな雰囲気。

##### ・青山 (Aoyama)

所在地 : 93, Toktogul (Toktogula/Erkindik)

電話 : 62-30-53

備考 : 2005 年にオープンした寿司レストラン。値段は高いが美味。

#### <中国料理>

##### ・少林酒家 (Shaolin)

所在地 : 372, Jibek-Jol (Jibek Jol/Isanova)

電話 : 21-47-37

備考 : 外国人にも人気の中国料理店。値段も安く、野菜料理、豆腐料理、各種肉料理のどれをとってもおいしい。円卓、カラオケ(ただし日本語の歌は少ない)のある個室も利用可(予約が望ましい)。

##### ・北京ダック (Pekinskaya Utka)

所在地 : 138, Chui (Chui/Togolok Moldo)

電話 : 21-36-76

備考 : 店名にもなっている北京ダックがおいしい(要予約)。

## ・華達利 (Huadali)

所在地 : 108, Ibraimov (Ibraimova/Chui、ツム百貨店向かい、勝利広場に面したところ)

電話 : 28-04-18

備考 : 勝利広場前に3軒並んでいる中国料理店のうちのひとつ。広々とした店内でバンケットなどがよく行われる。盛り付けなども工夫して高級感を出しており、値段はやや高め。

## ・揚子江(Reka Yantsi)

所在地 : 91, Manas (Manas/Abdumomunova)

電話 : 66-11-87

備考 : 2005年にオープンした。店内が広く明るいのでバンケットにも使える。

## ・富都酒店(Eldorado)

所在地 : 184, Djunusaliev (ビシケク中心からマナス通りをまっすぐ南へ向かって

電話 : 54-21-48 Ak-Keme Hotelで直前の道を右へ200mほど入る)

備考 : 2006年にオープンした。ホテル、カジノ、プールなどが併設されている。薄味で当地では一番おいしい。サービスも良い。

## ・吉祥活魚荘(Tzi shan) (または BAKIT)

所在地 : 214, Sovietsky (Sovietskaya/Frunze)

電話 : 29-64-04

備考 : 「活魚荘」と書いてあるが魚メニューはない。店内は広く、労働者風中国人でにぎわっている大衆中華料理店。日本語メニューがあり、味も悪くない。

## &lt;韓国料理&gt;

## ・サンタマリア(Santa Maria)

所在地 : 217, Chui (Chui/Togolok Moldo)

電話 : 21-24-84

備考 : 日本人含め外国人やリッチな地元民に人気のあるレストラン。全体的に値段はやや高め。ビビンバ、キムチチゲなど韓国料理の定番のほか、うどん、から揚げ、豚のしょうが焼きなどの日本食メニューもある。写真つきメニューがあり便利。ロシア・ヨーロッパ料理もある。2階は個室になっており、ルームチャージがかかる(要予約)。

## ・新羅(Café Sill-La)

所在地 : 149, Unusaliev (旧Karl Marx) (Unusalieva / Akhunbaeva)

電話 : 47-53-17

備考 : かなり郊外にあるのが難点だが、味・値段共に手ごろ。

## &lt;トルコ料理&gt;

## ・ユサ(Yusa)

所在地 : 14, Logvinenko (Logvinenko/Moskovskaya、鉄道線路の手前)

電話 : 62-38-37

備考 : ビンケク市内で一番の老舗トルコ料理レストラン。いつも多くのトルコ人や外国人でにぎわっている。値段はやや高めだが、どれもおいしい。エズゲリンスープ、ドネルケバブ、ウルファケバブや各種サラダなどの定番のトルコ料理が楽しめる。前菜にサラダやヴァディというヨーグルトベースのペーストを頼み、焼きたての薄いトルコ風パン・ラバシと食べるのがおすすめ。夏はテラスで食事ができる。

#### <イタリア料理>

##### ・アドリアチコ(Adriatico Paradise)

所在地 : 219, Chui (Chui/Isanova)

電話 : 21-76-32

備考 : 高級イタリアレストラン。お昼には手ごろなランチメニューもある。各種パスタ、ピザ、メインコースのほかにデザートも充実しており、ティラミスやジェラートがおすすめ。テイクアウト可。値段はやや高め。

##### ・ツィクロン(Cyclone)

所在地 : 136, Chui (Chui/Togolok Moldo)

電話 : 21-28-66

備考 : アドリアチカより全体的に値段は安め。ルームチャージなしに個室が借りられるため、パーティーなどに便利。曜日限定でラザニアがある。各種パスタの他に、子牛のカツカツなどのメインもおすすめ。夏はテラスが利用できる。

##### ・ドルチェヴィータ(Dolce Vita)

所在地 : 116a, Akhunbaev

電話 : 58-67-30

備考 : 竈で焼いた薄くてパリパリのピザが手ごろな値段で食べられる。

難点は中央市街からやや遠いところだが 60 ソム出せば宅配も頼める。

##### ・ニューヨークカフェ(New York Café) (New York Pizza)

所在地 : 89, Kievsky (Kievskaya/Panfilov)

電話 : 66-25-44

備考 : 2005 年にオープンしたこぎれいなカフェ。宅配も行う。

#### <キルギス料理> (※ウイグル、ウズベク料理を含む)

##### ・ファイザ(Faiza)

所在地 : 555, Jibek Jol (Jibek Jol/Turusbekova)

電話 : 66-37-47

備考 : ラグマン、プロフ、シャシリク、マンティ、サムサなどが地元民に大人気の大衆食堂。昼時は混雑して列ができる。どれも一品 60 ソムほど。ラグマンはスープの中に入ったものと、ボソラグマンという焼きうどん風のものがある。テーブルに置いてあるスパイスの入った酢や豆板醤のようなスパイスを適宜入れるとよい。どの料理も半分量での注文もできるの

で、少しずつ何品か食べたいときに便利。シャシリクは羊と羊のレバーのみ。アルコールは持ち込みになる。

・ディヤル(Diyar)

所在地 : 327, Pobeda Prospekt, Lebedinovka(ジベックジョルを東方面に向かい、ビシュケク市境を出てすぐ)

電話 : 23-17-27

備考 : ラグマン、プロフ、シャシリクなどが食べられる大きなレストラン。各種サラダもおいしく値段も手ごろ。夜はバンドの生演奏が入り、バンケットやパーティーが行われていることが多く、特に週末は大混雑している。隣にほとんど値段も味も同じレストラン「アルズ」がある。

<インド料理>

・ボンベイ(Bombay)

所在地 : 110, Chui(Chui/Erkindik)

電話 : 62-51-15

備考 : 高級インドレストラン。チキンやマトン、魚のカレーやローガンジョッシュ、タンドーリチキン、ティカマサラなど一通りのインドの味が楽しめる。ナンもガーリック入りなど数種類ある。飲み物もインド風チャイ、ラッシーなどがある。

<グルジア料理>

・ミミノ(Mimino)

所在地 : 27, Kievsky (Kievskaya/Shopokova)

電話 : 66-13-25

備考 : 2005年にオープンしたグルジア料理店。味も雰囲気もよく、ハチャプリ(チーズののったピザ風パン)、ハルチョ(羊肉の入った豆スープ)など代表的なグルジア料理が楽しめる。値段は高め。

<その他>

・フォーシーズン(Four Seasons)

所在地 : 16A, Tynystanov (Tynystanova/Abdumomunovaロシアドラマ劇場隣)

電話 : 62-15-48

備考 : 夏には広いテラスでビールを飲むのが人気の高級レストラン。ロシア料理を中心にパスタなど主なヨーロッパ風料理が楽しめる。チキンや魚のシャシリクもおいしい。メインは量が多いので要注意。値段は高め。

・シュタインブロイ(Steinbrau)

所在地 : 5, Gertsen(Moskovskaya/Gogolya:モスクそば)

電話 : 29-38-81

備考 : ドイツ風ビアレストラン。ここで醸造しているビール各種が楽しめる。手作りソーセージや豚肉料理がおいしい。ここも夏には広いテラスが利

用できる。

・メトロパブ (Metro Pub)

所在地 : 168a, Chui (Chui/Turusbekova)

電話 : 21-76-55

備考 : 人形劇場を改装したモスクワ地下鉄駅を連想させるシックな建物内にあるパブで欧米人や地元の若者に人気がある。ウェイトレスはだいたい英語を話す。エンチラーダやタコス、ナチョス、ファヒータなどのメキシコ風料理がおいしい。

・ナビゲーター (Navigator)

所在地 : 103, Moskovsky (Moskovskaya/Razakova)

電話 : 66-51-51

備考 : 欧米人や地元のビジネスマンを中心に人気のレストラン・パブ。お客がいれば深夜2時頃までやっている。サリヤンカ、オクロシカなどのロシアのスープのほか、コーカサス風ポークシャシリクがお勧め。オレンジの絞りたてジュースもおいしい。値段はやや高め。夏はテラスがお勧め。

・ファットボーイズ (Fatboy's)

所在地 : 104, Chui (Chui/Tynystanova)

電話 : 68-08-15

備考 : サンドイッチなどの軽食が中心のカフェ。コーヒーはポットで頼むと豆から淹れるコーヒーを飲むことができる。サンドイッチのほかにはベークドポテトがお勧め。

・ブルヴァール (Boulevard)

所在地 : 42, Kievskaya (Kievskaya/Erkindik)

電話 : 66-16-98

備考 : 2005年にできたヨーロッパ風カフェ。食事メニューは少ないがだいたい味はよい。値段は高め。

## 4-2 食料

### (1) 一般事情

ビシケク市内にはトルコ系「Betastore」「Ramstore」、チェーン店「Narodony」を始め、スーパーマーケットが数多く見られるようになった。スーパーマーケットでは肉類、魚類などを除き、自由に商品を手にとることができるので言葉の苦手な外国人には便利。これらのスーパーマーケットでは、飲料、缶詰、お菓子、ソースなどを始め外国製品も多く見つけることができる。

野菜や果物などの生鮮食料品は、鮮度、値段の観点から市内各所に設けられているバザール(市場)で買うのが一般的。中でもオシバザール、モスソビエトバザールが人気。バザールでは中国式豆腐なども買うことができる。

## (2) 主な食品の出回り状況

## &lt;米&gt;

バザールでは数多くの種類の米を見ることができ、日本米と同じく短粒種である韓国米、中国米を買うことができる。プロフ(中央アジア風ピラフ)にはウズゲン米が一番よいとされる。

## &lt;野菜&gt;

季節によって出回るものに違いがあるが、夏季は新鮮なキュウリ、トマト、ピーマン、なすなどが驚くほど安価で買うことができる。白菜やねぎ、にら、大根(もどき)の野菜も買うことができる。

## &lt;果物&gt;

いちご、すいか、メロン、ラズベリー、アンズ、ブドウ、桃、リンゴ、ナシが夏季に安く出回る。レーズンやアンズなどの乾燥果物も多い。

## &lt;肉類&gt;

牛肉、鶏肉、羊肉等が豊富に売られている。豚肉はバザールではあまり見あたらない。

## &lt;乳類&gt;

衛生面からスーパーマーケットなどで売られているテトラパックの1リットルのものや袋に入ったものを購入する。ヨーグルトなどの乳製品も豊富に売られている。

## &lt;酒類&gt;

酒販売は自由であり、国産のウォッカ、コニャックが豊富に売られているが、そのほかに土産物にもなる薬用のハーブ酒がある。最近ではモルドバ、グルジアのワイン、西側のウイスキー、ビールなども出回っている。

## (3) 食料の入手

野菜や果物はバザール、それ以外はスーパーマーケットで買うのが便利。

**4-3 食器、調理器具**

## (1) 食器、調理器具などの入手

茶碗、皿などの陶器は中国製、韓国製、トルコ製のものが出回っている。調理器具なども予算に合わせてヨーロッパ製の高価なものから、中国または地元製の安価なものまでいろいろある。

## (2) 日本から持参したほうがよい食器、調理器具など

特になし。炊飯器は質にこだわらなければ、中国製や韓国製のものが購入可能。味噌汁椀は売っていない。ご飯茶碗は中国製陶器で代用可。

**5. 生活用品の購入****5-1 家電製品**

ヨーロッパ製、トルコ製、中国製、韓国製を中心に広く出回っている。ツム百貨店などの大型店で購入するのが一般的。ただしあまり品質がよくなく、故障も多く

日本より割高なことも多いので、あまりかさばらないもの（メモリースティック、デジカメなど）は日本から持ってくるほうが望ましい。

## 5-2 家具

家具つきアパートに住むことが一般的であるので、当地で家具を購入する人は少ない。

## 5-3 日用品、雑貨

トイレトーパーやティッシューパーは質のよいものが出回りはじめ、スーパーマーケットやバザールで購入可能。文房具はツム百貨店とその近くの地下道、バザールで購入できる。

## 5-4 工具、素材

一般的な工具は日用品バザールで購入可能。中国製、ロシア製がほとんどで質はあまりよくない。

## 6. 医療



※以下の記述は、執筆者が現地滞在経験に基づきまとめた一般参考情報で、必ずしも医療専門家の検閲を受けたものではありません。したがって詳細（特に緊急時の対応や予防薬の服用方法など）については、事前に医療関係者から専門的アドバイスを受けるようにしてください。

### 6-1 赴任前の準備

#### (1) 予防接種

破傷風、狂犬病、A型・B型肝炎は可能な限り接種する。

#### (2) その他の準備

一般常備薬や、特に服用している薬については携行する必要がある。歯科治療はできれば日本で済ませておいたほうがよいが、施設・技術ともに高いレベルの個人歯科医院が多くあり、あまり心配はない。メガネは薄型レンズや好みのフレームを探すのが難しいので、日本から調達したほうがよい。コンタクトレンズは、洗浄・保存液も含めて現地調達はほぼ不可能。

### 6-2 医療事情

#### (1) 医療機関

公立病院は概ね、検査、診断、治療のための医療機材が不十分であり、また医師の診断・治療についても、あまりレベルが高いとはいえ、緊急を要したり病状が深刻な場合は、ヨーロッパへ移送する必要がある。

・国立特別(VIP)病院(24時間受付)

所在地 : 116, Kievsky (Kievskaya/Logvinenko)

電話 : 66-03-56、62-15-75(ロシア語のみ)

診療科目 : 内科・外科一般

#### (2) 緊急時の対応と措置

地方では利用できる病院はあるが、数が少なく施設も決してよいとはいえないので国内旅行時は特に注意する必要がある。

いずれの場合も緊急時や深刻な症状の場合は国外移送を検討する必要がある。

### 6-3 医薬品、衛生用品

#### (1) 携行することが望ましい医薬品

現地では東欧製、ドイツ製、ロシア製の医薬品の調達が可能であるが、服用量などわかりにくいいため、できるだけ日本製を携行することが望ましい。

#### (2) 現地で調達できる医薬品

中欧製、ドイツ製、ロシア製のかぜ薬、腹痛薬、鎮痛剤、解熱剤、ビタミンなどほとんどの医薬品の調達は可能。ただし、効能が強過ぎるなど副作用の可能性も排除できないため、注意を要する。

#### (3) 現地で調達できる衛生用品

生理用品については、欧米製のものが一般のスーパーマーケットやバザールで調達可能。避妊具もドイツ製などが薬局、スーパーマーケットなどで販売されている。

#### (4) 薬局

薬局(Apteka/Darikana)は市中に多数あり、24時間営業の薬局も多い。

### 6-4 妊娠、出産、育児

#### (1) 妊娠した場合の対応

現状では、衛生安全面から日本での出産が望ましい。

#### (2) 出産後の対応

乳幼児食品などの入手が困難であり、衛生状態が良くないため、母子の健康管理、栄養面からも出産直後の育児には困難が伴う。乳児死亡率が日本に比べると非常に高い。

#### (3) 育児

育児施設はあるが老朽化が激しい。知り合いなどを通してベビーシッターや乳母を雇うのが一般的。最近では私立の育児施設も多い。

### 6-5 手術

#### (1) 現地で可能な手術

医師のレベルに格差があり、設備も整っていないため、外科手術は避けたほうがよい。

#### (2) 手術設備の状況

外科手術の設備は整っていない。

#### (3) その他の留意点

特になし。

## 6-6 現地での傷病

### (1) 一般の疾病

かぜ、下痢が多い。

### (2) 風土病、感染症

これといった風土病はない。ただし、地方の山間地ではダニに注意すること。他の虫刺されなどで異常に膨れるケースもあるので注意を要する、腸チフスを防ぐために、飲料水に気をつける必要がある。マラリアも時々起こっている。

### (3) 有害動物、病害虫

ダニ脳炎を媒介する「マダニ」に注意すること。

## 6-7 保健衛生

### (1) 飲料水

ビシケクの飲料水の水質は比較的よいが、煮沸をしてから飲用するのが望ましい。どこでもミネラルウォーター（ガス入り、ガスなし）は購入できる。

### (2) 濾過器の入手

ツム百貨店などで欧米製のものを購入することができる。カルシウム分が多いため、すぐ目詰まりを起こす。

### (3) その他の留意点

野菜、果物などの残留農薬や害虫が残っていることが多いのでよく洗うこと。

## 7. 金融機関



### 7-1 金融機関

#### (1) 銀行

銀行制度の整備が徐々に進んでおり、外国為替の送金を扱う銀行も増えてきている。現地銀行に口座を開設し、生活費などを引き出すことができる。なお、クレジットカードは使用できるところが一部のホテル・レストランに限られており、トラベラーズチェックは使用できない。米ドルも使用できる場所は限られており高額ドル紙幣のおつりがない場合もある。

通常は街なかの両替商か銀行で米ドルかユーロから現地通貨ソムに両替する。両替の際は、少額紙幣（\$20 以下）や古い紙幣、落書きがしてある紙幣だとレートが悪くなるので注意。破れたりしているものは換金できないこともある。

Demir Kyrgyz International Bank、KazCommertz BankがATMをビシケク市内に数機設置しておりCirrus Plusのネットワークに加盟しているカードなら使用可だが引き出し額が限られているので過度に頼ることは不可。

#### (2) 口座の開設と閉鎖

通常はドル口座を開設する。引き出しや閉鎖の際に手数料（銀行によって異なる）がかかるので注意。

#### (3) 小切手

小切手の利用は一般的ではない。

#### (4)換金方法

換金は米ドル、ユーロから街なかの両替商や銀行で行う。円からの換金は不可能。T/Cからの換金はDemir Kyrgyz International Bankなど一部の銀行で可能だが、手数料がかかる。

### 7-2 クレジットカード

銀行に出向いてサインをすることによる現金引き出しは可能。

## 8. 交通事情



### 8-1 交通手段

#### (1)一般事情

公共交通機関であるトロリーバス、バスがもっとも一般的であり、料金も非常に安い。白タク業も多いが、最近は電話でよびだすことができ、市内料金一律のタクシー会社のタクシーも増えてきた。タクシーは乗車前に値段の交渉をしなければならない。

街の道路は信号制御されている。最近は車の数も多くなり、渋滞も発生するようになった。車両、歩行者ともに交通マナーはよくないため、運転、歩行には十分な注意を要する。

#### (2)空港から市内への移動

バス、タクシーが利用できる。タクシーの場合、市内までおよそ 30 分(\$10~20)である。空港には土地勘のない旅行者、外国人を狙って法外な値段をふっかけた運転手も多くいるので注意が必要。

#### (3)自家用車を利用する場合

街なかにガソリンスタンドが多くある。地方では道端でペットボトルに入れて売っているところもあるが質が悪い。道路のいたるところに大小の穴があり、また地元の運転手のマナーも悪いので運転にあたっては注意が必要。

#### (4)レンタカーなどを利用する場合

レンタカーはまだ一般的ではなく、旅行会社などを通じて運転手を雇うことが多い。料金は市内 1 日 \$25 程度。

#### (5)地図

地図は国家地図院(107,Kievsky)で売られているほか、旅行者用のハンディマップが書店や土産物店などで入手可能。

### 8-2 交通事故、盗難

#### (1)対処方法

衝突事故などは現状を動かさずに警察に連絡し、警察官の現場検証を待つのが一般的。

#### (2)救急病院

国立特別病院(電話:66-03-56)

**(3) 車両の盗難、車上荒らし**

盗難が多く、安全のためには盗難防止装置などの対策が必要である。近年、保険会社ができ盗難保険などもある。

**8-3 交通違反****(1) 交通法規**

右側通行、制限速度は一般に 40km/h。市内は一方通行のところも多いので注意が必要。青信号が点滅しはじめたら停止するのが規則だが、反対に信号が青に変わる前に入る、いわゆる見切り発車が一般的なので注意が必要。

**(2) 罰金、罰則**

正式な罰金・罰則よりも、法規を守っていても街なかには立っている警察官に止められ、小金を要求されることが多い。

**8-4 車の修理****(1) 部品**

日本車の代理店はなく、バザールで部品の調達をするが常にあるとは限らない。

**(2) 修理工場**

車両の増加に伴い、修理工場も多くなってきている。普通は知り合いに紹介してもらおう。

**9. 通信****9-1 電話****(1) 一般事情**

ビシケク市内ではデジタル回線も普及し始め、通信事情はよいが、地方ではアナログ回線が一般的であり、混線、不通が頻繁におこる。市内電話料金は非常に安い。

**(2) 国内電話**

固定電話同士は市内であればまだ無料のことが多い(番号によって異なる)。月払いで電話局に払い込む。

**(3) 国際電話**

国際電話を使用する場合、当該電話回線がデジタル(5 ないし 6 で始まる番号)の場合は直接海外にかけることが可能であるが、アナログ(2 で始まる番号)の場合は、事前に電話局でパスワード取得の手続きを行う必要がある。その他、国際電話市場が開放された現在では、民間のインターネット電話企業が存在し、欧米の回線を利用して格安で通話することも可能。例えば、日本との通話の場合、通常のキルギステレコム(TELKOM)の電話回線では 2 ドル以上を要するが、プリペイドカードによる民間電話会社では 0.55 ドル。インターネットカフェの IP 電話を利用すればさらに安い。

#### (4) 携帯電話

GMS対応機種であれば日本のものも、チップの交換で使用が可能。チップはプリペイド製でツム百貨店や両替商で購入可能。

### 9-2 電信

#### (1) ファクシミリ

公共のファクシミリは電話局以外ではほとんど見かけない。

#### (2) テレックス

情報なし。

#### (3) 電報

中央郵便局から送付可能。

#### (4) インターネット

インターネット環境は近隣諸国と比較して極めてよく、インターネットカフェも多くある。

### 9-3 郵便

#### (1) 一般事情

以前は国外郵便はもとより国内郵便でさえ信頼性は低く、効率は非常に悪かったが、最近では改善されてきている。日本や海外へ郵便物や小荷物を発送する場合は中央郵便局へ行くこと。

#### (2) 課税

付加価値税(VAT)20%がサービスや商品に課税されている(内税)。

#### (3) 国際宅配サービス

##### ・DHL

所在地 : 107, Kievsky (Kievskaya/Isanova)

電話 : 61-11-11、61-11-12、90-11-11

営業時間 : 09:00~18:00

##### ・FedEx

所在地 : 217, Moskovsky (Moskovskaya/Kalyka Akieva)

電話 : 65-11-20

営業時間 : 09:00~18:00

## 10. コンピューター



### 10-1 ハード、ソフト

#### (1) 調達の方法

英語使用のwindowsのパソコンは周辺機器や消耗品を含めて現地で全て調達可能。ただし、ソフトウェアは海賊版がほとんど。Macは調達及び修理はほぼ不可能。

日本語仕様にするためにはソフトウェアを日本から持参する。

(2) 使用の際の注意

※コンセントの形状はC。電圧 220V。

電圧が不安定なので、使用していないときはコンセントを抜いておくこと。UPSがあればなお良い。ウイルスについても常時対策ソフトをアップデートする必要がある。

(3) 修理

本体、周辺機器の修理は基本的なものであれば現地で対応可能。

## 11. 職場環境、勤務条件



### 11-1 職場環境、勤務条件

(1) 就業時間

一般的に 9:00～18:00(昼休み 12:00～13:00)。

(2) 有給休暇

年間 20 日で、ソビエト時代の名残から、地元の人には夏に一括してとることが一般的。

(3) 執務室

官公庁では個室のオフィスが多い。パソコンの数は少なく、インターネット環境もよくない。

(4) 通勤事情

専門家は徒歩、または私用運転手を使つての通勤が一般的。

## 12. 出入国手続き



### 12-1 入国

(1) 空港施設概要

到着便によって、タラップから直接空港にアクセスできる場合と、空港内バスに乗る場合がある。空港建物に入ってすぐにイミグレーション、それから荷物を受け取り、税関を通る。税関を出ると白タクやポーターが押し寄せるが必要なければ断ること。正規のタクシー窓口が出てすぐのところにある。

(2) 入国手続き書類

入国カード、税関申告書など記入不要。

(3) 入国審査

係官はほとんど英語を話さない。質問されることもほとんどない。

(4) 税関検査

常識の範囲のほかには特になし。

(5) 空港内での留意点

空港内に警察があるが、警察官が英語を話すとは限らない。

(6) 空港からの主な交通手段

バス、タクシーが利用できる。タクシーの場合、市内まで 30 分程度の距離でお

よそ \$10~20。

#### (7) その他の留意点

「キ」国への入国は、空路によりロンドン(エレバン経由)、モスクワ、イスタンブール、ウルムチ、タシケントなどから入る方法と、隣国カザフスタンのアルマティより陸路で入る方法とがある。

アルマティ~ビシケ間は車で3.5時間程度(除く冬季)であり、途中カザフスタンとの国境を越えることになり、日によって入国審査で時間がかかることがある。日本人はキルギス入国にビザが必要でないということを知らない担当官もいるので要注意。

## 12-2 出国

### (1) 出国時の概要

一般的な空港利用規則と同じ。刃物などは全て預け荷物に入れること。

### (2) リコンファーム

ウズベキスタン航空の場合は前日までにリコンファームが必要。

### (3) チェックイン

チェックインゲートは2つ。カウンターが航空会社別になっている。途中開封されたくない荷物はカウンター前にあるラッピング(有料)を利用するのもよい。

### (4) 空港利用税

まれにドシャンベ(タジキスタン)などへ行くチケットについては空港使用税を払う必要があるのでその場合はチェックインゲートに入る前に空港利用税カウンターで\$10を支払う必要がある。

### (5) 出国手続き上の留意点

特になし。ただし「アクレディテーション・カード」(当国外務省が発行する身分証明書)所有者は、外国人登録がされていないので、出入国事に必ず「アクレディテーション・カード」を見せること。

## 12-3 帰国手続き

### (1) 帰国時に必要な事務手続き

特になし。

### (2) 車の処分

知人に頼むのが最も一般的。

### (3) 家財道具の処分

処分する家財道具は知人に売却するか、新聞広告などを出す。日本への運送は運送業者か郵便局から送る。書籍類は郵送のほうが安い。

・ARI Cargo(郵船三井と提携)

所在地 : 35 Erkindik(Kievskaya/Erkindik)

電話 : 66-00-77(英語可)

## (4)住宅の明け渡し

契約書に従い、家主に連絡する。

## (5)外貨持ち出し規制

特になし。

## 13. 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。

### 13-1 暴動、クーデターなど

## (1)一般事情

2005年3月に議会選挙結果に端を発し、反対派のデモが起こった。デモ隊は大統領官邸(通称ホワイトハウス)を取り囲み、大統領は国外へ逃亡、辞任に至った。その後、暴徒と化した住民が大統領家族が経営していたとされる商店などに押し入り、金品などを略奪する騒ぎが起こったが、数日間で沈静化された。

## (2)対処法

一般的に人が多く集まるところや集会があるところは避けるなどの注意が必要。

### 13-2 強盗、盗難

## (1)一般的治安状況

空き巣、ひったくりおよび強盗等の犯罪は頻繁に発生しており、殺人等の凶悪犯罪もときどき発生している。最近では外国人宅を狙った空き巣が増加している。また「ニセ警官」による犯罪被害も出ている。実際の犯罪は統計上の数字より多い。

## (2)住宅の防犯対策

錠や鉄格子はしっかりしたものをつけるほうがよい。

## (3)市中での防犯対策

女性はもちろんのこと、男性でも夜間のひとり歩きは危険なので絶対にやめる。相手が警察を名乗ったり、それらしい服装をしていても身分証明書や貴重品を絶対に手渡してはならない。

## (4)注意すべき場所、危険地域

東はソビエツカヤ、西はマラダヤグバルディヤ、北はジベックジョル、南はアフンバエバを超えると人通りも少なく治安が悪いところが多いので注意を要する。また、上記範囲内でも人通りが少ないところがあるので十分気をつける。

## (5)被害時の心得

該当なし。

### 13-3 火災、風水害、地震

## (1)一般的災害発生状況

ビシケク市内では自然災害は少ない。地方山間部では、春先に雪崩が散見される。

## (2) 防災対策

緊急時に備え、非常食や飲料水を準備する。

## (3) 被災時の心得

該当なし。

**13-4 緊急連絡先電話番号**

該当なし。

**14. 社交****14-1 風俗習慣**

男性は男性同士、会ったときに必ず握手をする(男性から女性に握手は求めない)。

一般的にキルギス人はイスラム教徒であるため豚肉は食さない。

花を贈る時は、必ず奇数にすること。葬儀のときは偶数。

**14-2 パーティーでの留意点**

お酒の席では、必ず誰かが乾杯の辞を述べてからみんなで飲むのが普通。乾杯なしに自分のペースで飲むと奇異に思われる。

**14-3 来客時の留意点**

キルギスではちょっとした用事の来客でも必ずお茶をすすめる。食事に招待する場合は主菜のほかに前菜が何種類かあったほうがよい。パンは必ず必要。

**14-4 訪問時の留意点**

招待を受けて訪問する場合は、相手の家族構成や好みにあわせて花やチョコレートやワイン、コニャック(敬虔なイスラム教徒以外)などの手土産があるほうがよい。

**14-5 禁止されている言動(タブー)**

イスラム教徒に酒、豚肉などを無理強いしない。CIS諸国の中では言論の自由が確立されているとはいえ、公共の場で政権などの批判をしないこと。

**14-6 日本人会**

キルギス日本人会(事務局なし)。年会費 400 ソム、年 2 回の交流会などが主な活動内容。

**14-7 JICA 帰国研修員同窓会**

現在休止中。

## 14-8 現地の人々との交流

これといった社交場はないが、高級レストランがその代替となっている。お互いの家に招きあったり、郊外にピクニックに行くことも多い。キルギスの伝統的な宴会は非常に長い(5時間ほど)。

## 15. 教育



### 15-1 教育事情

#### (1) 一般事情

教育制度は独立15年を経て予算不足などから衰退しているとはいえ、初等教育から大学、技術専門学校の高等教育機関も他発展途上国と比較すれば十分に普及しているといえる。高等教育はロシア語で行われていたことから、知的職業・作業はスラブ系住民が占めている傾向が強い。

英語教育は熱心に行われ、小学校レベルでも専門的に教える学校もある。近年、日本への関心が強く、日本語教育にも関心が高い。

#### (2) 日本人学校

なし。

#### <家庭学習>

通信教育を受けたい時には、海外子女教育振興財団が行っている海外向けの通信教育をうけるとよい。小学校、中学校の国語、数学、理科、社会などが受けられる。詳細については下記に問い合わせるとよい。

#### ・海外子女教育振興財団

URL : <http://www.joes.or.jp/>

E-mail : [service@joes.or.jp](mailto:service@joes.or.jp)

#### ・東京

住 所 : 〒105-0002 東京都港区愛宕 1-3-4 愛宕東洋ビル 6階

電 話 : 03-4330-1341

FAX : 03-4330-1355

受付時間 : 09:30~17:30(月曜日~金曜日、祝日・年末年始を除く)

#### ・関西分室

住 所 : 〒530-0001 大阪府大阪市北区梅田 1-3-1-200 大阪駅前第一ビル  
2階

電 話 : 06-6344-4318

FAX : 06-6344-4328

受付時間 : 09:30~17:30(月曜日~金曜日、祝日・年末年始を除く)

#### (3) 現地校、外国人学校

現地校の初等教育で英語、フランス語、中国語、日本語、スペイン語の授業を取り入れる学校も出てきた。アメリカ系、韓国系、トルコ系の外国人学校がある。

#### ・Bishkek International School

所在地 : 14A, Tynystanov (Tynystanova/Akhunbaeva)

電話 :54-38-90、44-11-79

FAX :44-11-78、44-11-81

対象年齢 :幼稚園～中学3年生

使用言語 :英語(英語が十分にできる場合はロシア語の授業を取ることも可)

授業料その他 :年間1万ドル

#### (4) 幼稚園

最近は私立の託児所、幼稚園が多い。

## 15-2 教育関係施設

### (1) 図書館など

登録した上で日本センター図書館が利用できる。

所在地 : 2nd Floor, KNU 7,109, Turusbekov (Turusbekova/Frunze)

利用時間 :09:00～18:00

## 16. 家庭の使用人



### 16-1 一般事情

運転手、メイドなど、家庭での使用人雇用の供給は多い。失業率も高いため、高学歴者でも使用人として求職する者が多い。このため、日本語を含めた外国語の日常会話が可能な者もあり、通常、知人を通じ紹介してもらう。

### 16-2 運転手

#### (1) 雇用

期間によっても異なるが、車付きの運転手を雇った場合1ヶ月\$200(朝夕通勤時のみ)くらい。

#### (2) 日常管理

洗車、保守点検は運転手の義務。

#### (3) 教育指導

一般ドライバーの運転が荒くても、それと同じような運転をしないよう伝えることが必要。時間には正確なドライバーが多い。

#### (4) その他の留意点

特になし。

### 16-3 家政婦/夫

#### (1) 仕事の種類と人数

一般的には、メイド1名に料理、皿洗い、掃除、洗濯等の補助をさせることが多いが、家族構成などにより異なる。

#### (2) 雇用

知人を通じての紹介が多い。過去に日本人に雇用された者は重宝されることもある。

## (3) 日常管理

やるべき仕事を明確にする。食料品などを勝手に食べたり飲んだりする場合があるので、最初にしてはいけないことをはっきり伝えること。

**16-4 庭師、ガードマン**

アパート形式の住居が主流であるため、庭師の需要はほとんどない。ガードマンがいる場合はアパートで共同で雇用していることが多い。

**17. メディア****17-1 新聞、雑誌**

## (1) 現地発行の日刊紙

日刊紙はロシア語のみであるが、英字の週刊紙が2紙(「Bishkek Observer」「The Times of Central Asia」)ある。

## (2) 日本の日刊紙

なし。

## (3) 欧米紙／誌

Hyattで数日遅れのInternational Tribuneなどが購入可能。

## (4) 日本の雑誌、書籍

現地では購入できないため、OCSを経由した注文が一般的。

**17-2 ラジオ**

## (1) ラジオ放送局

ロシア語・キルギス語放送MW、FMともに数多くある。

## (2) NHKワールド・ラジオ日本(ラジオジャパン)

NHKワールドはケーブルテレビで受信が可能。ラジオジャパンは山岳地帯であることから受信状況が悪いため、高感度機種が必要。

<NHKワールド・ラジオ日本問い合わせ先>

・NHK国際放送局企画編成部

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 10:00~19:00)

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

E-mail : nhkworld@nhk.jp

<周波数表、番組表の入手>

・URL : <http://www.nhk.or.jp/nhkworld/index-j.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

CNN、BBC、TV5(フランス)などケーブルテレビで各種外国放送が視聴でき

る。

### 17-3 テレビ

#### (1)地上波放送局

テレビは国内制作の番組のほか、ロシアからの番組も放送されている。

#### (2)衛星放送、ケーブルテレビ

英語放送の番組はインドをベースとしたBBCのスターチャンネルの他、CNNがケーブルの加入により視聴可能。NHKプレミアムはJSTV(イギリスにオフィスがある)を通じた衛星放送で受信可能。

#### (3)テレビ受信

該当情報なし。

## 18. スポーツ、 趣味、 語学学習



### 18-1 スポーツ

#### (1)ゴルフ

ゴルフ場(練習用打ちっ放し併設)が1ヶ所。

##### ・メイプルリーフゴルフクラブ

現地とカナダの合資。9 ホール、貸しクラブ 1 セット(アイアン、ウッド、パター) 200 ソム、キャディ 1 名 100 ソム。芝生の手入れがコンスタントにされていないため、刈りたての時期は支障ないが、刈られずに芝生の丈が伸びてくると打ちにくくなることもある。

併設の練習用打ちっ放しは6席。広い場所で特に網などの囲いはない。バケツ 1 杯分(ゴルフボールのコンディションは不良) 100 ソム、クラブハウスは屋内と屋外に1つずつ、飲食は可能。シャワー設備などはなし。

#### (2)テニス、フィットネス

##### ・カルバンクラブ(Carvan Club)

所在地 : 77, Gogol (Gogolya/Toktogul)

電話 : 68-06-96

FAX : なし

営業時間 : 07:00.~21:00

備考 : 屋外温水プール(冬季も使用可能)、テニスコート完備。マシンルーム、エアロビクスクラスなど。プログラムによって料金に差があるがプールのみであれば月 1400 ソム。

他にはハイアットホテルやピナーラホテルの施設が利用可能。

#### (3)その他のスポーツ

スキー場がいくつかあり、スキーやスノーボードができる。そのほか山歩きや登山ができるので、トレッキング装備や登山用具があれば楽しめる。現地人による日本武道クラブ(合気道、空手、剣道など)もある。

## 18-2 趣味

### <映画・演劇>

映画館 : 映画館はあるが、名画などの上映は少ない。海賊版DVDが多数出回っている。

劇場 : シーズン(10月～6月)にはバレエ、オペラなどの上演がある。

### <出版・書籍>

一般事情 : 主にロシアで出された書籍のみであり、ロシア語のものがほとんど。

書店 : 書店は少なく、規模も小さい。最近は日本文学のロシア語訳など扱っている書店も増えてきた。

### <文化活動・文化施設>

一般事情 : 旧ソ連時代に整備された博物館や美術館があり、民族色豊かな展示内容となっている。旧体制において芸術活動が奨励された影響により、美術館の展示とともに街には絵画の展示即売の画廊もある。

### <娯楽・遊戯など>

レジャーランド、娯楽場、遊園地 : サーカス公演を行う建物がある。

ディスコ、カラオケ : 一般的なレストランは、生バンドが演奏するディスコを併設していることが多い。ディスコ、日本の歌が歌えるカラオケも多少ある。

子供の遊び : パンフィーロフ公園に小さな遊園地があるほか、最近では街なかの広場に遊具を設けることも増えてきた。

サナトリウム : ビシュケク郊外の山間部に温泉治療を目的としたサナトリウムがあり、強アルカリ性の温泉が楽しめる。このサナトリウムは国営となっており、温泉に入るには特別の手配が必要。

## 18-3 語学学習

### (1) 語学学習施設

国立民族大学などで語学を学ぶことができるが、個人レッスンがほとんど。

### (2) 家庭教師

家庭教師による語学学習が可能。知人や外国人などの紹介が多い。料金は教師の質によってさまざまだが1時間100ソム～200ソムくらい。

## 19. 観光



### 19-1 地方旅行の留意点

公共交通機関はミニバスや長距離バスで列車はほとんどない。

車両の整備が不十分なこともあるので注意が必要。できるだけ、信頼できる運転手と車を雇ったほうが安心。

## 19-2 主要観光地・保養地

### <アラ・アルチャ渓谷>

ビシケクから車で40分程度。雪をかぶった山々と渓谷のなかにあり、夏季はバーベキュー、山歩きが楽しめる。山中に付近の山で遭難死した登山家の墓がある。

### <インククリ湖>

ビシケクより車で4時間。250km東方にあり、シルクロードの神秘的な湖として世界的に有名。大きさは琵琶湖の約9倍で、対岸には万年雪を頂いた天山山脈を見ることができる。同湖の北方の山向こうはアルマトイのメデオ(山間のレジャー・観光地)があり、徒歩4日の行程でのトレッキングが可能である。同湖の北側は比較的開発が進んでいるため神秘的とはいえないが、南側はまだ自然がそのまま残っていることが多い。

## 19-3 旅行代理店

各種ツアーや飛行機の手配などが可能。

### ・Kyrgyz Concept

所在地 : 126, Chui  
 電話 : 66-60-06  
 営業時間 : 09:00~18:00  
 FAX : 66-10-11  
 E-mail : [aero2@concept.kg](mailto:aero2@concept.kg)  
 URL : [www.concept.kg](http://www.concept.kg)

### ・GLAVTOUR

所在地 : 93, Toktogul  
 電話 : 66-32-32  
 営業時間 : 09:00~18:00  
 E-mail : [glavtour@infotel.kg](mailto:glavtour@infotel.kg)  
 URL : [www.glavtour.kg](http://www.glavtour.kg)

### ・Muza Travel

所在地 : 107, Kievsky  
 電話 : 21-22-05  
 FAX : 61-11-13  
 営業時間 : 09:00~18:00  
 E-mail : [Airagency@muza.com.kg](mailto:Airagency@muza.com.kg)  
 URL : [www.muza.com.kg](http://www.muza.com.kg)

### ・Carlson Wagonlit Travel

所在地 : 93, Toktogul  
 電話 : 66-61-02  
 FAX : 66-38-50

営業時間 : 09:00~18:00

E-mail : ivotova@cwtrep.kg

URL : www.carlsonwagonlit.com/en/

## 20. 私財の輸送、 引き取り、 購入



### 20-1 家財道具

#### (1) 輸送業者

・ARI Cargo(郵船三井と提携)

所在地 : 35 Erkindik

電話 : 66-00-77(英語可)

#### (2) 輸入手続き

申請は複雑であるが、所定の手続きを行い関税を支払えば可能。

#### (3) 輸入貨物の受け取り港

マナス空港のみ。

### 20-2 自動車

#### (1) 一般状況

輸送コストが高いため、個人で輸入するケースはほとんど見られない。

#### (2) 輸入手続き

該当なし。

#### (3) 現地での購入

知人から紹介してもらうのが一般的。

#### (4) 自動車登録

一般国民と同様のプレートとなるが、登録の場合は手続きに慣れている地元  
の人の助けを借りるのが無難。

#### (5) 免許証取得

免許取得はロシア語かキルギス語のみになるため難しく、日本から国際免許  
証を持ってくるほうがよい。

#### (6) 保険、税金

税金は購入時とナンバープレート更新時に支払う。

車検はない。

## 21. 地方都市



地方都市としてはタラス、ナリン、カラコル、トクマク、ジャララバード、オシ、バト  
ケンなどの各州の州都が上げられる。人口 25 万人以上の地方都市はない。