

# JICA 海外協力隊 赴任前留意事項

## メキシコ合衆国



※ 本資料に記載の情報は、作成日現在のものであり、その後状況が変化している場合があります。載内容については正確を期していますが、万が一誤りがあった場合には JICA は責任を負いかねますのでご了承ください。

※ 本資料は JICA 海外協力隊を対象としたものであり、その他の方には該当しない情報も含まれている可能性があります。

## 目次

1. 赴任時の携行荷物について
2. 別送荷物について
  - (1) アナカン・郵送等の利用について
  - (2) 通関情報について
3. 通信状況について
  - (1) パソコンの普及状況
  - (2) 携帯電話の普及状況
4. 現金の持ち込み等について
  - (1) 現金持込にかかる注意
  - (2) 両替状況
  - (3) 赴任時に用意することが望ましい金額について
5. 治安状況について(JICAの安全対策については、隊員ハンドブックを参照)
6. 交通事情について
  - (1) 歩道
  - (2) 公園
  - (3) タクシー
  - (4) 地下鉄
  - (5) バス
7. 医療事情について
  - (1) 衛生状況および健康管理上の留意点
  - (2) 医療機関
  - (3) 蚊帳について
8. 任国での運転について
9. お問い合わせ
10. その他
  - (1) 服装について
  - (2) クレジットカードについて
  - (3) 銀行口座開設手続きについて
  - (4) 住居について
  - (5) 着任時の宿泊先について
  - (6) 着任後の日程について

## 1. 赴任時の携行荷物について

隊員ハンドブック 3-5 出発時の注意事項を必ず確認の上、ハンドブックに記載されている「手荷物として持参するもの」に加えて以下を持参してください。

### (1) 衣類

日本では一般的に「メキシコは暑い」というイメージがありますが、メキシコは高地が多いことから寒暖の差が激しく、場所や季節によっては摂氏 5 度前後になることもあります。防寒具を忘れずにご準備下さい。

### (2) パソコン等の電子機器

パソコン・ビデオカメラ等を持ち込む際は必ず「手荷物として携行」して下さい。その際は明らかに既に使用済みの私物である（新品ではない）ことが分かるようにして下さい。梱包されている品物は「新品」とみなされ税関で「高額な税金を課される」可能性がありますのでご注意ください。

### (3) 日常生活用品

日常生活品の殆どは首都や州都で調達できます。下着などサイズの違いが気になる方は必要数を必ずご持参下さい（市販品では一般的日本人の体形に合わないことがあります）。首都では、生鮮品を含めた日本食材全般が入手可能です。

### (4) 電気・電圧

一般的に電圧の変動が激しい（110V-130V）ため、日本製電子炊飯器等精密機器を安全に稼働するためには「トランス（変圧器）」が必要となる場合があります。（メキシコで日本国内用の電気製品に完全に適合した変圧器を求めることはできませんので、日本からの持参をお勧めします。）なお、米国製圧力機能炊飯器が 200 ドル程度で現地調達可能です。

### (5) その他

日本の伝統・文化にまつわる写真・音楽 CD・DVD・カレンダー・絵葉書・折り紙のマニュアル・浴衣・手ぬぐい・扇子・風呂敷・楽器などを携行すると、日本文化紹介イベント等、様々な場面で役に立ちます。

## 2. 別送荷物について

### (1) アナカン・郵送等の利用について

#### ① アナカン利用

メキシコ国内での手続きが複雑なため、お勧めしていません。

#### ② 郵送（EMS 便）

下記 URL から各自で確認してください。

<https://www.post.japanpost.jp/int/information/overview.html>

<http://www.post.japanpost.jp/int/ems/>

なお、通常、日本からメキシコまで EMS(国際スピード郵便)で 10 日程度、エコノミー航空便(SAL 便)で 20 日程度かかります。郵便物に対する課税の取り扱いは厳しく、商用輸入品(1,000 ドル以上の価値)と見なされた場合には原価の 100%以上という高額な手数料を要求されることがあります(300 ドル以下の場合には、問題がない場合が多い)。大きい箱は通関の調査対象となりやすく、また郵便物に食料品等(米や生もの・種子類)が入っている場合には没収されて届かないこともありますので、内容物の表記(英語又はスペイン語)にご注意ください。

## (2) 通関情報について

入国時の税関検査では、荷物の個数が多い場合や、段ボール箱の利用により「買い出し品の持ち込み」と見なされ、「不審である」と判断されれば全ての携行荷物をX線検査台に通すことを求められます。不審なものがあれば西語もしくは英語で質問されます。また、生もの・米類・種子類に属するもの(梅干し等の種のあるもの)は没収される可能性が高いのでご注意ください。お菓子や日本食材などは西語もしくは英語で説明ができれば大抵は通関可能です。

## 3. 通信状況について

### (1) パソコンの普及状況

#### ① 現地で購入可能なPCの機種や価格

SONY・HP・DELL・APPLE などのノートパソコン・モバイルノート等、日本より若干高めの価格ですが購入可能です。ただし OS と基本ソフトはスペイン語又は英語版になりますので、日本語環境を完全に整えたい場合は、日本語 OS と日本語ソフトを入手の上、メーカーサポート等を利用し、日本を出国する前に、各自でインストールを完了して下さい。OS インストール等に関してはメキシコ事務所では技術的に支援できない場合もあります。また日本仕様プリンターは「定格電圧が異なる」「インク等が入手困難な場合がある」ことから、プリンターは現地購入をお勧めしています。(EPSON・HP・CANON 製は 80 ドル前後で購入可能です。

#### ② プロバイダ、E-mail の利用状況など

事務所からの業務連絡は基本的に E-mail で行いますので、赴任前にウェブメールアドレス(Hotmail, Gmail, Yahoo など)を取得して下さい。地方都市でもインターネットは普及していますのでネットカフェなどでも E-mail が利用できます。

※ 住居決定後は各個人で電話会社やケーブルテレビ等のプロバイダと契約することで、自宅でのインターネット(Wi-Fi)の利用が可能です。利用料は、300～600 ペソ/月程度(約 15～35 ドル)です。なお、JICA 事務所内の隊員スペースでもインターネットの利用は可能です。

### (2) 携帯電話について

メキシコでは携帯電話(スマートフォン)が全国的に普及しています。また、Uber タクシーやインターネットバンキング、その他様々なサブスクリプションのサービスが携帯電話を必要とします。また JICA メキシコ事務所では、JICA 関係者の安否確認や緊急情報発信のための SNS 連絡網を設置していますので、長期派遣者には各自で携帯電話を用意して頂き、プリペイド式の SIM カードを購入し、メキシコ国内での携帯電話番号を取得して頂きます。

メキシコでは、携帯電話プロバイダー（TELCEL、AT&T など）で各種の SIM カードを入手することができます。SIM カードの購入費用は初回料金に含まれています。また、通信費用は、現地生活費に含まれていますので、常時通信が確保できるよう各自でチャージしておいてください。チャージした分だけ通話や通信をすることができ、残高不足の場合は再びチャージすることで継続して利用できるようになります。チャージは現金でコンビニ（セブンイレブン、OXXO 他）で可能です。また、インターネット経由でクレジットカードによるチャージも可能です。なお、日本で使用している携帯電話をメキシコで引き続き利用する場合は SIM フリー端末であることが前提となりますが、SIMフリーであっても、日本でしか流通していない端末や古い端末の場合、メキシコ国内で利用できないケースも多く発生しています。携帯電話本体はメキシコでも購入可能です。

#### 4. 現金の持ち込み等について

##### (1) 現金持込にかかる注意

入国時に持参する現金や旅行小切手の合計が US\$10,000 を超える場合は、税関への申告が必要です。過去に JICA 関係者が未申告のまま入国しようとして、一時的に空港当局に拘束された事例がありますので十分にご注意願います。赴任後に以下①から④の手続きを行うことで銀行口座を利用した現金等の管理が可能になります。

##### ① ビザ申請

メキシコ赴任者に対して出国の 1 週間程前に本邦（在京メキシコ大使館）にて発給されるメキシコ公用ビザの期限は発給後 30 日間であり、加えてメキシコ到着後 30 日間以内に「長期（1 年もしくは 2 年）の公用ビザの発給申請」の申請書をメキシコ外務省へ提出する必要があります。更に「申請期間中（約 1 ヶ月）は公用パスポートをメキシコ外務省に預けること」になりますその間は身分証明が無い場合、トラベラーズチェックの換金できません。

##### ② 身分証明 ID の申請

上記①のビザの申請と並行し「メキシコ外務省発行の身分証明（ID カード）」の申請を行います。

##### ③ 銀行口座開設

上記①「公用ビザ」及び②「身分証明 ID」の発給後に銀行口座の開設が可能となりますが、ドル現金は入金不可、JICA もしくは日本からの振込み送金に限り入金可能となります。赴任後当面の間は現金等を「鍵のかかるスーツケース等にて自室にて保管」することとなります。クレジットカードはほとんど店舗等で利用可能です。

##### ④ JICA 本部（日本）からの着金

赴任後約 4 ヶ月目には、各自が開設した銀行口座宛てに JICA 本部または在外事務所から現地生活費（「赴任時の初回送金」以後の 2 回目以降の送金分）が送金され、これ以後、銀行口座の中での資金管理が出来るようになります。

## (2) 両替状況

### ① 両替所

空港内の両替所ほか、市内ショッピングモール内の両替所や銀行で両替可能ですが、安全対策上、あまりお勧めしません。特に、メキシコ到着直後は安全感覚もまだ身についておらず、服装や行動などから土地勘のない旅行者として狙われる可能性もあります。したがって、必要な資金(ペソ)はできる限り日本で準備されるようお願いいたします。

### ② 両替制限

外国人旅行者の両替には制限が設けられています。1回 300 ドル、1 か月累計で 1,500 ドルが限度額となっています。(金融機関法第 115 条)

## (3) 赴任時に用意することが望ましい金額について

住居契約時に発生する敷金は隊員の自己負担となるため、赴任予定地域の住居費限度額 1ヶ月分相当が必要となるケースが多いです。住居契約の内容によっては敷金が発生しない場合もありますが、住居選定は隊員赴任後に行うため、事前に敷金発生の有無をお知らせすることは難しい旨ご理解ください。その他、メキシコ到着後数日間の食費等が必要となります。おおよその必要金額は、首都活動予定者 USD 1,500 程度、地方活動予定者 USD 1,000 程度です。

## 5. 治安状況について(JICA の安全対策については、安全対策ハンドブックや隊員ハンドブックを参照)

メキシコでは連邦警察が治安強化(麻薬や密入国の取締り等)を実施していますが、アメリカやグアテマラ等の国境に接する地域および中央高原地域(バヒオ地域)の治安は悪化しております。首都メキシコシティでも昼夜問わず強盗事件などが多発しており、バスターミナル・空港・地下鉄・繁華街などではスリやひったくり等の被害が多く報告されています。特に外国人は犯罪者のターゲットになりやすいことを意識し、一層の注意が必要です。なお、安全対策の詳細はメキシコ到着後の着任オリエンテーションでお伝えします。

## 6. 交通事情について

### (1) タクシー

Uber 等のアプリタクシーを利用し、流しのタクシーは絶対に利用しないでください。また、メキシコシティ国際空港では、出口付近にいる「呼込タクシー」には耳を傾けず、正規の公認タクシー(Taxi Autorizado、メキシコシティ国際空港の Web ページにて一覧あり [Taxis | Aeropuerto Internacional de la Ciudad de México \(aicm.com.mx\)](https://www.aicm.com.mx)) のブースでチケットを購入し、タクシー乗り場から乗車して下さい。

### (2) 地下鉄

現在、メキシコ市内の地下鉄は利用が禁止されています。

### (3) バス

#### ① 長距離バス

バス移動の際はノンストップの一等車で、日中の発着便を利用して下さい。長距離バス発着ターミナルから自宅等まで移動も日中に完了するようにスケジュールリングをお願いします。運行が夜間にかかるバスは利用禁止です。長距離バスに限らず車両を狙った犯罪が多く発生しています。なお、座席上の物入れや座席下置いた荷物が持ち去られるケースが頻繁に起きていますので十分に注意して下さい。

#### ② 市内バス

現在、メキシコシティ内を走る路線バスの利用は禁止されています。地方都市においても、限定的な利用となっています。

## 7. 医療事情について(一般)

### (1) 衛生状況および健康管理上の留意点

#### ① 飲料水

水道水は飲水には適していません。メキシコでの水道水の塩素含有基準量は日本の 5 分の 1 程度、且つある種の寄生虫や A 型肝炎ウイルスは塩素に耐性を持っています。レストランで提供される飲み物に入っている氷にも注意が必要です。着任後、おなかを壊す隊員が非常に多いため、スーパーやコンビニなどでペットボトル入りの精製水やミネラル水を購入するようにしてください。

#### ② 食べ物

果物はよく洗い、皮を剥いて食して下さい。また、生の魚介類は食中毒の原因になりやすく、特に生カキによる A 型肝炎感染が多く報告されていますので、十分注意して下さい。卵については、サルモネラ感染症のリスクが高いため生での摂取は控えてください。殻が洗浄されていないことが多いため、食べる前に殻を洗うか、殻を割った後の手を良く洗うようにして下さい。

#### ③ 薬品

ほとんどの薬は調達可能ですが、日本製と比べて分量が多いため、常備薬があれば持参することをお勧めします。日本で定期的に服用している薬がある場合には、同様の薬を現地の医師に処方しても羅うことも可能ですが、薬剤によっては調達が難しいこともありますので、気になる方は事前に在外事務所までご相談ください。抗生物質は処方箋がなくても購入できますが、服用については医師の指示に従って下さい。胃腸が弱く下痢をしやすい人は、使い捨てカイロを持参しておく調子が悪いときに便利です。また、パテックス、サロンパスなどの湿布類の入手は非常に困難ですので、必要な方は日本から持参してください。

#### ④ 予防接種事情

日本で接種可能なものは、必ず日本で接種を完了してください。メキシコでのワクチン流通は安定しておらず、常時接種できるとは限りません。なお、メキシコにおいては出発前のマリアア予防薬の内服は特に推奨しておらず、購入も必要ありません。

### (2) 医療機関

Hospital Español de México (スペイン病院) (JICA 事務所指定病院)

所在地: Ejército Nacional 613, Colonia Granada

電話: 55-5255-9600、緊急 55-5255-9645～49

通常、病院を受診した場合には一旦立替払いし、後日、国際協力共済会に費用申請することになりますが、医療費は日本に比べて高額になるため、必ずクレジットカードを持参ください。

(3) 蚊帳について

マラリアやデング熱がある地域(主に標高の低い気温の高い地域)では、蚊帳が 15～30 ドル程度で販売されています。また、AMAZON メキシコでも購入可能です。なお、日系企業フマキラー社のペーパーマット等も、主要都市では購入可能です。

8. 任国での運転について

JICA 海外協力隊員は、自動車の運転、現地運転免許の取得、車両の購入・輸送は認められていません。

9. その他

(1) 服装について

一般的に、日本での TPO に応じた常識的な服装をしている限り問題はありません。職場での服装は、男性がワイシャツ・ポロシャツ等襟のあるものが常識的です。必要に応じ役所等ではネクタイを着用します。女性もビジネスシーンに応じた服装をお願いします。また、高地では冬季に朝晩の気温が 5℃程度まで下がることがありますので、防寒着の持参をお勧めします(現地購入も可能ですが、サイズ・体型が異なることに注意が必要です)。

(2) クレジットカードについて

クレジットカード(VISA、MASTER、アメリカン・エクスプレス等)をお持ちの場合は必ずご持参下さい。なお、クレジットカードのキャッシング機能で現地通貨を引出すことも可能ですが、事前手続きが必要な場合がありますので出国前にご自身で必ず各カード発行会社にお問い合わせください(JICA ではお調べすることができません)。

(3) 銀行口座開設手続きについて

公用ビザの延長手続きが完了し、メキシコ外務省から身分証が発給されると、メキシコ国内での銀行口座開設が可能になります。銀行から発行されるキャッシュカードにはデビット機能が付いており、都市部の大型スーパーなどではデビットカードでの決済が可能ですので、現金を持ち歩かずに買い物することができます。

(4) 住居について

在外事務所が安全確認を行った住居を現物支給します。住居はホームステイあるいはアパートタイプとなります。なお、アパート契約での敷金については、隊員の自己負担となります。

(5) 着任時の宿泊先について

メキシコには隊員連絡所がありませんので、着任時は事務所近くのホテルへ滞在いただくこととなります。

(6) 着任後の日程について

通常、着後翌日から 3 日間は着任オリエンテーションを実施し(事務所概要、安全対策、語学訓練説明、健康相談等)、語学訓練対象者はおよそ 4 週間の現地語学研修を受講します。現地語学研修後にはメキシコ外務省で着任式を行い、以降、各自任地での活動を開始します。



## 10. 問い合わせ先

メキシコ事務所代表アドレス: [mx\\_oso\\_rep@jica.go.jp](mailto:mx_oso_rep@jica.go.jp)

※ 長期隊員の方は、派遣前訓練が開始してからお問い合わせください。

※ 活動に関わる内容以外の質問はお控えください。

以上