

# JICA 海外協力隊 赴任前留意事項

## グアテマラ共和国



※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。記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. 入国前に必要な対応について（必須）
4. 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
5. 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
6. 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）
7. 交通事情について
8. 医療事情について
9. 蚊帳について
10. 任国での運転について
  - (1) 本邦、国際免許証の携行の可否
  - (2) 現地運転免許の取得手続き
  - (3) 車両の購入・輸送について
11. お問い合わせ先
12. その他

## 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、以下を持参ください。

### (1) 赴任時に必ず持参するもの

- 「隊員ハンドブック」「国際協力共済会ハンドブック」「JICA 海外協力隊の派遣に関する合意書」
- 本籍の分かる資料またはメモ  
当国到着後、在グアテマラ日本大使館領事部に在留届を提出する際に、正確な本籍の住所を記載する必要があります。
- 正装 各種行事や表敬訪問の際に必要となります。男性はスーツネクタイ。女性はブラウスとスカートもしくはパンツを持参してください。
- 盗難防止のため、貴重品は航空機への預け入れ荷物にせず、必ず機内持ち込み手荷物で持参ください。また貴重品の携行は最小限に留めましょう。
- SIM フリーの携帯電話端末を持参してください。到着後にグアテマラ国内通話用の SIM カードを購入し、緊急連絡に必要と思われる経費を毎月事務所から支給します。(携帯電話端末を持参できない場合は、当国の携帯電話を貸与します)
- 携帯電話端末の予備をお持ちの方は 2 台目の持参も推奨します。(スリなどの被害が増加しているため)
- パスポートホルダー (身に着けるタイプ) ※安全対策上必要です。
- 現金約 US\$500 程度 (生活費の予備として)。クレジットカード。海外対応のキャッシュカード (推奨)。原則、初回の現地生活費はグアテマラ到着後、JICA グアテマラ事務所から現金で支給します。(現地通貨/1~3 か月分。到着時期によって支給額が変動)

### (2) 預け入れ荷物について

- 旅行代理店または航空会社に荷物の個数、重量制限等について事前に確認してください。また、航空会社や、路線によっては段ボールの荷物預け入れが出来ない場合もあります。個数、重量制限と同様に、事前に確認するようにしてください。
- まれに預け入れ荷物が一緒に到着しないことがあります。そのため、グアテマラ到着後、直ぐに必要なと思われるものは機内持ち込み荷物に入れておくようにしてください。

## 2. 別送荷物について

### (1) アナカン・郵送等の利用について

- 私物の送付にかかる保管料、移送料、関税等は隊員各自の負担となります。
- 航空便で日本からグアテマラまで別送荷物を送る場合、手続き含め到着まで 1 週間以上かかります。

当国は現在郵便サービスが脆弱なため、現在も日本から EMS も含め、郵便物を送ることは推奨されません。エクセス（超過荷物）による同時携行、または、DHL や UPS 等の民間国際輸送サービスを利用するようにしてください。

- 税関で荷物を抜き取られることもありますので、**貴重品は赴任時の手荷物で携行**ください。
- 荷物送付宛先は下記の通りです。

	<b>国際輸送サービス</b> (UPS、DHL 等)
宛 名	JICA Guatemala Office <b>※氏名を必ずアルファベットで記載</b>
住 所	18 Calle 5-56, Zona 10, Guatemala Edificio Unicentro 12 Nivel #1203, Guatemala, GUATEMALA, C.A.

#### (2) 通関情報について

- 別送荷物がある場合は、入国時に申告する必要があります。
- 別送荷物の送り状（控え）を忘れずに持参してください。
- 動植物、乳製品、肉類及び加工品の持ち込み禁止物品となります。  
税関申告書に記載されたもの以外で一時預かりとなる対象物品は特にありません。
- 出入国時、US\$10,000 相当以上の現金または有価証券等を携行する場合は申告が必要です。

### 3. 入国前に必要な対応について（必須）

- **グアテマラ入国時の税関申告要領の変更について**  
グアテマラ入国時の税関申告はオンラインで事前に行います。入国前 15 日前から申請可能で、入力後に作成される QR コードを空港で提示する必要があります。  
以下の在グアテマラ日本国大使館の HP から、入力ページ（西語・英語）にアクセスのうえ、**本邦空港出国前までに必ずご対応ください。**グアテマラの住所を入力する箇所には、JICA 事務所の住所をご入力ください。

[グアテマラ出入国時の税関申告要領の変更について | 在グアテマラ日本国大使館 \(emb-japan.go.jp\)](http://emb-japan.go.jp)

### 4. 通信状況について

#### (1) パソコンの普及状況

- 現地でも日本と同程度のパソコン（新品 US\$400 程度から）を購入することは

可能です。

- ただし、日本語システム、あるいは日本語仕様ソフトの入手は不可能です。
- インターネット接続サービス（Wi-fi）が広く普及しています。
- 首都、主要都市、観光地のホテルや飲食店等で Free Wi-fi 接続可能な施設が増えています。
- 国内の通信会社（Tigo 社、Claro 社）が 100Mb～500Mb（約 US\$30～100/月）のパッケージのネットサービスを提供しています。受信状況は比較的良好です。
- 持参したパソコンのウイルス対策や簡単な修理は当地でも可能です。
- ハードディスクの復旧や液晶の破損等の大掛かりな修理が必要な際は対応が困難です。

## （2）携帯電話の普及状況

- 携帯電話は広く普及し、山間部等の一部地域を除き電波状況も良好です。

## 5. 現金の持ち込み等について

### （1）現金持込にかかる注意

- 米ドル現金（新札で折り目のないもの）での持ち込みをお勧めします。
- クレジットカードは VISA、MASTER が一般的です。ダイナース、アメリカンエクスプレス、JCB を使えるレストラン、店舗はごく限られています。
- 現地銀行個人口座(米ドル・ケツアル)の開設後、日本からの送金も可能です。日本から現地銀行個人口座へ海外送金を行う場合、送金元の銀行から送金手数料と、現地銀行の海外送金受取り手数料として、一回の送金につき US\$5～15 程度かかります。

※ 出入国時、US\$10,000 相当以上の現金または有価証券を携行する場合は申告が必要です。

※ 未申告で所持が発覚した場合、当該現金等を没収のうえ刑事犯として身柄拘束されます。

### （2）両替状況

- 通常、観光地以外では、米ドル現金の両替は個人口座を開設している銀行のみとなっています（両替上限額は銀行によって異なります。例：US\$200/日等）。
- 両替の際、パスポートやグアテマラ政府機関発行の身分証の提示を求められることがあります。
- 語学訓練中はアンティグア市内の銀行で両替が可能ですが、いずれの場合も邦貨（円）の両替はできません。
- 空港には両替所がありますが、換金レートはよくありません。
- ヤミの両替は、犯罪に巻き込まれる可能性が高いので絶対に利用しないでください。
- 国際キャッシュカードでの ATM 引き出しも可能です。（手数料がかかります）

### （3）赴任時に用意することが望ましい金額について（生活費の予備として）

● 約 US\$500 程度（現金） \* 生活に必要なものを現地で多く購入する予定のある場合は、クレジットカードの併用をお勧めします。

#### 留意事項

- 初回の海外手当は事務所から現金（現地通貨）で支給します。それ以後は、協力隊事務局から、3 か月ごとに現地の個人口座に振り込まれます。
- その他、各自で必要と思う経費は自身の判断で持参ください。（US\$500～1000 程度）米ドルを現地の銀行（米ドル口座）に預ける場合、折り目や汚れ・書き込みなどのあるものは受け取ってもらえないため、きれいな紙幣を持参してください。

#### 短期派遣

- 活動期間が 180 日未満の場合は、日当等が派遣前に日本国内の隊員の口座に振り込まれますので、各自必要と思う金額を判断して持参ください。
- 活動期間が 180 日を越える場合は「隊員ハンドブック」を参照ください。

### 6. 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）

- 治安指標となる殺人発生率において、グアテマラは中南米諸国の中でも高い数値となっています。
- 凶悪犯罪のほとんどが組織暴力団同士の抗争、麻薬がらみ、怨恨がらみといったものであり、日頃から防犯意識をもって生活をしていれば重大犯罪は回避できます。
- しかし、スリや路上強盗、置き引きなどの犯罪は、常に身近な場所で発生しています。必要以上に危惧することはありませんが、各人が防犯意識を常態化させることが肝要です。
- 物品の盗難や破損による保険請求を行う際は購入時の領収書が必要になりますので、持参するか、留守宅家族に預けておくことをお勧めします。
- 公用旅券の紛失盗難対策として、衣服の下に隠せるパスポートホルダー（身に着けるタイプ）を使用ください。
- JICA 事務所では危険地域への立入禁止等詳細な安全対策措置を講じていますので、同措置を遵守するようお願いいたします。
- 国内の公共交通機関で移動する際は、スーツケースは危険が伴うため、リュック（ザック）を利用してください。

### 7. 交通事情について

特に首都の治安は悪く、JICA 事務所では首都における徒歩移動は一部地域を除き認められません。首都内における移動は指定のタクシーおよび配車サービス（Uber）のみとなっています。

## 8. 医療事情について

- 公立病院では受診料は無料ですが、医療設備は不十分のため、私立病院を受診することをお勧めします。また近年、医療費が高額化しています。万が一のため、出国前にクレジットカードの任国での使用可否、使用上限額の変更方法、送金手続きについて、必ず確認をしておいてください。
- 医薬品に関して、使い慣れた解熱剤（成分がアセトアミノフェン 100%含むもの）、胃腸薬、風邪薬等は必要に応じて持参してください。
- コンタクトの洗浄液（こすり洗いタイプ）は、種類は限られていますが薬局で購入可能です。
- 予防接種に関しては、B型肝炎は常に接種可能ですが、狂犬病、黄熱病、腸チフス等の予防接種については、ワクチンの供給が不安定なため希望する時期に接種できない場合もあります。特に腸チフスは罹患するリスクがあるため、赴任前に日本で接種することをお勧めします。
- 慢性疾患のある方は、英文の診断書を持参してください。
- 出発前のマラリア予防薬服用の購入や内服は推奨しておりません。
- 赴任後に虫歯等の歯科治療が必要なケースが散見されます。任国での治療は保険適応にならない場合も多いので、赴任前に歯科検診の受診をお勧めします。またL字型の歯間ブラシやヘッドの小さい歯ブラシ等は手に入りませんので、必要に応じて使い慣れたものを持参してください。
- **ダニ・ノミ等による虫刺されが、多く発生しています。**現地で受診し薬剤投与もできますが、防ダニ・ノミ対策用品（防虫シート、ダニ除け等）は現地では手に入らないため、日本から持参されることをお勧めします。また、ダニやノミによる虫刺されは一般的に痒みが強いですが、現地の痒み止め外用薬（清涼感のあるもの）は効果が弱いものが多いです。
- 当国に派遣される「養蜂」「果樹栽培」「野菜栽培」「コミュニティ開発」等、野外での活動が主となる隊員は、蜂に接触する可能性の高い活動が含まれていますので、活動時は蜂に刺されないための対策を十分に講じて行動することが重要です。万が一蜂に刺された場合には、エピペンの接種がアレルギー発作を一時的に抑える手段として有効ですが、エピペンは現地では購入できないため、事務所としては、万が一に備えて日本で医療機関にご相談の上、エピペンを購入し、持参することを強くお勧めします。ただし、エピペンを購入する場合は、自己負担となります。

なお、エピペンは、本人が希望されない場合には、購入・持参の義務はありません。蜂毒アレルギー及びエピペンの購入・持参について質問のある場合には、本資料の「お問合わせ」までご連絡ください。

<参考情報>

エピペン <https://www.epipen.jp/>

蜂毒アレルギー <https://allergy72.jp/>

## 9. 蚊帳について

- 当国においてはデング熱の流行が毎年のように確認されています。太平洋側の低地地帯やバハベラパス県を含む首都以東地域の派遣となる場合は蚊帳の利用をお勧めします。

現地購入可能ですが質の粗悪な物が多いため、日本からの持参をお勧めします。また該当地域以外の方も、防蚊対策用物品は現地のもものは有害性が高く匂いも強いので、安全性の高い日本製の製品や防蚊製品を持参することをお勧めします。

## 10. 任国での運転について

- (1) 本邦、国際免許証の携行の要否  
当国では隊員の運転を不可としています。
- (2) 現地運転免許の取得手続き  
対象外
- (3) 車両の購入・輸送について  
対象外

## 11. 問合わせ先

任国での活動に関する質問は、以下のアドレス宛にメールで問い合わせてください。  
※長期隊員の方は、派遣前訓練が開始してから問い合わせを行ってください。  
※活動に関わる内容以外の質問はお控えください。

[jicagu\\_voluntarios@jica.go.jp](mailto:jicagu_voluntarios@jica.go.jp)

## 12. その他

赴任後の日程（2026年4月現在）

- グアテマラ到着後、数日間のオリエンテーションを受けていただきます。  
その後、アンティグア市（首都グアテマラ市から約1時間）にある語学学校にて4週間の語学訓練に入ります。
- 語学訓練中の宿泊は基本的にホームステイです。
- 現地語学訓練終了前後、数日間首都に滞在し、任地赴任前オリエンテーション、大使館や政府機関への表敬訪問を行います。
- 首都滞在中は、原則として隊員連絡所に宿泊となります。
- 初回の現地生活費は現金での支給、もしくは現地銀行口座に振込みます。  
その他、必要と思われる額については（「5 現金の持込等について」参照）を持参ください。
- 現地語学訓練免除の方および短期隊員は、グアテマラ到着後、数日のオリエンテーションを経て、任地への赴任となります。

## 現地語学訓練

対面授業（4週間）全 120 時間程度

- 訓練場所：アンティグア市（首都グアテマラ市から約1時間）にある語学学校  
授業時間：月～金、8：00～12：00、14：00～16：00

※ 祝祭日の振替授業は土曜日を利用して行われます。

- 授業形態：基本的にマンツーマン形式
- 宿泊：アンティグア滞在中は、語学学校手配のグアテマラ人家庭でのホームステイとなります。
- 食費（日曜含まず）：約 US\$300（各自が現地通貨で学校に支払い）
- 各自の状況により学習内容は調整されます。使い慣れた文法書等の持参をお勧めします。
- 当国では日本語仕様の参考書及び文法書は手に入りません。
- 授業はスペイン語で行われますので、スペイン語の文法用語を予習しておいてください。

注：上記の現地語学訓練の予定は、2026年4月時点での予定です。

## 生活情報

- 「常春」の印象が強い当国ですが、高地は寒く、低地は暑いといったように、地域差が激しい特徴があります。また高地でも日中は日差しが強く、低地の熱帯地域でも季節によっては朝晩冷え込むことがあります。様々な気候に対処できる衣服の用意をお勧めします。
- 約半年間（5月～11月）の雨期には道路の冠水はもちろんのこと、未舗装道路では通行が困難になることもあります。
- 基本的に生活に必要なものは国内で手に入ります。

## 当国を知るための資料集

- 桜井三枝子著、編集『グアテマラを知るための67章【第2版】』（明石書店、2018）
- 西方憲広『中米の子どもたちに算数・数学の学力向上を』（佐伯印刷、2017）
- 歴史的記憶の回復プロジェクト編集『グアテマラ虐殺の記憶—真実と和解を求めて』（岩波書店、2000）
- （DVD）ハイロ・ブスタマンテ「火の山のマリア」（ギャガ株式会社、2015）  
（駒ヶ根訓練所の図書室にあります。）

以上