～コミュニティ訪問ガイド～

2026 年 7 月更新



コロンビア

Republic of Colombia



美しいビーチや熱帯雨林から高山までの変化に富んだ自然、黄金郷（エル・ドラード）伝説を生んだインディヘナ文化、コロニアルな建造物群など、多彩な顔を持つコロンビアには、いくつもの世界遺産があります。コロンビアで最も美しい街といわれている「カルタヘナの港、要塞、歴史的建造物群」、独特な石彫で知られる南米最大規模の遺跡群「サンアグスティン遺跡公園」、アンデス山脈に沿って広がる「コロンビアのコーヒー産地の文化的景観」など。治安改善への努力により、観光国としての道を歩きはじめています。





正式国名： コロンビア共和国
首　　都： ボゴタ
人　　口： 5,286 万人（2024 年 世界銀行）
時　　差： 日本より 14 時間遅れ
言　　語： スペイン語
通　　貨： コロンビア・ペソ
宗　　教： カトリック
産　　業： 農業（コーヒー、生花、バナナ、熱帯果実等）
　　鉱業（石油、石炭、金、エメラルド等）

現 地 ま で の 行 き 方

現地事務所までの交通手段は、訪問者側で手配してください。

日本　～　コロンビア　～　ボゴタ



首都ボゴタのエル・ドラード国際空港（El Dorado International Airport）にご到着となります。日本からの直行便はありませんが、北米の都市などを経由して行くことができます。

安全のため、夜間の到着便は避け、空港からホテルへの移動は事前にホテルの空港送迎サービスを手配されることをお勧めします。ご到着時にタクシーを手配される場合には、空港のタクシーカウンターをご利用ください。空港からボゴタ市街地までの所用時間は、タクシーで約30分です。

ボゴタ　～　現地事務所　～　コミュニティ

- 現地事務所からコミュニティまでは、現地事務所が車を用意してご案内いたしますが、レンタカー代やガソリン代の実費をご負担いただく場合があります。
- 安全のため 18 時以降の移動を避け、夕方 4 時前にはコミュニティ訪問を終え帰路につきます。
  そのため、ご訪問当日は早朝に出発することが想定されます。
- タクシーをご利用される場合は、必ずホテルなどにて手配を依頼してください。ボゴタ市内では認可された黄色いタクシーや、主要ホテルなどで手配してもらえる白いタクシーをご利用いただけます。安全のため、流しのタクシーは利用しないでください。

■#4017　カウカ バジェ（カリ）

- ボゴタからカリのアルフォンソ·ボニラ·アラゴン国際空港（Alfonso Bonilla Aragón International Airport）へは、国内線が毎日運航しています。空港からカリの市街地までは約20キロ、車で約45分です。
  空港から市街地まではタクシーをご利用いただけます。なお、現地のホテルのなかには、空港からホテルまでの送迎手配が可能なところがあるようですので、ご確認ください。
- 現地事務所はカリから車で45分程度のハムンディ地区（Jamundi）にあります。ハムンディ地区には旅行者のための宿泊施設がありませんので、カリにご宿泊されることをお勧めします。
- カリの情報　https://www.cali.gov.co/　（英語）

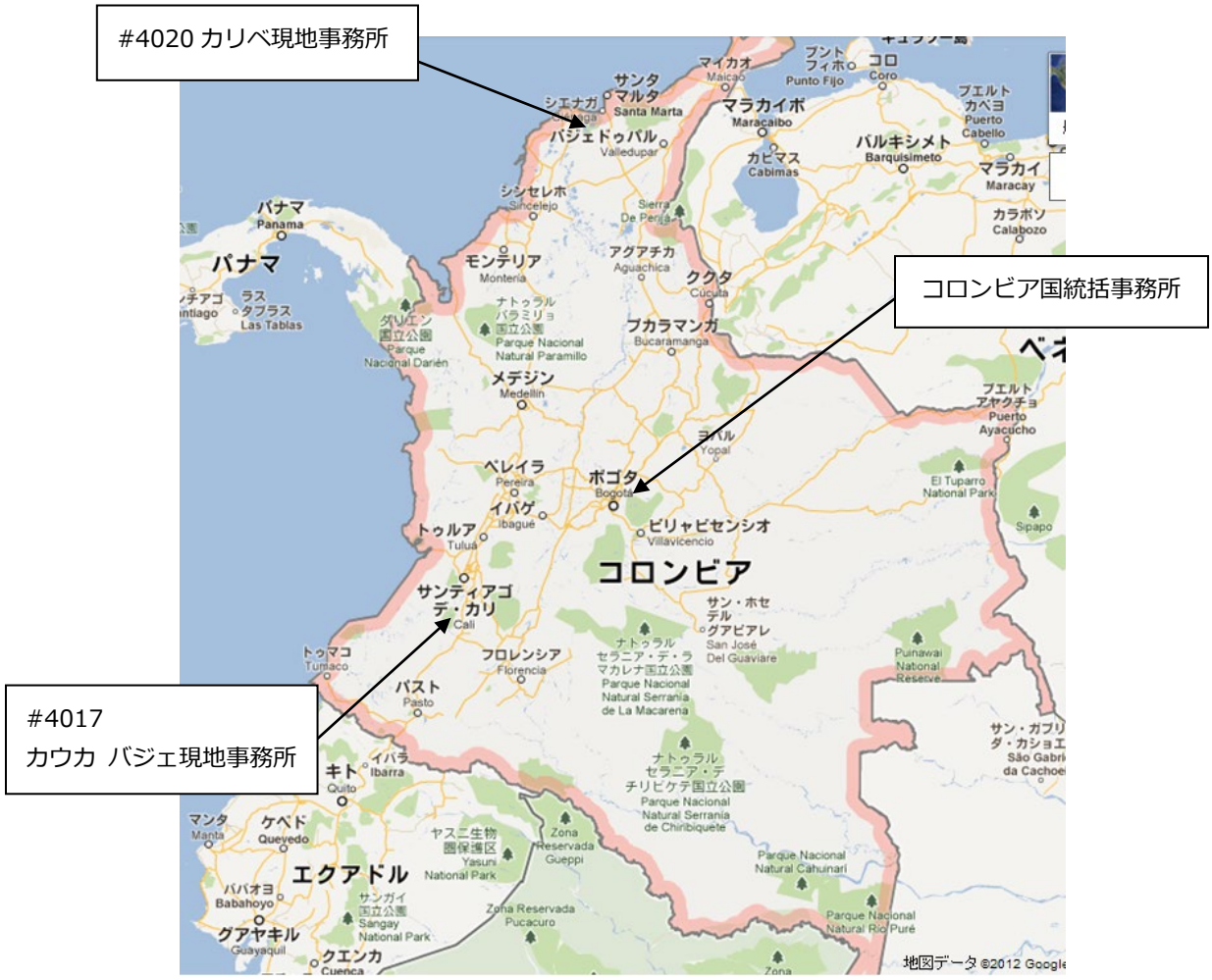
■#4020　カリベ（カタルヘナ）

- ボゴタからカルタヘナのラファエル・ヌニェス国際空港（Rafael Núñez International Airport）へは、国内線が毎日運航しています。空港から現地事務所まではタクシーで約 30 分です。
- 現地事務所からコミュニティまでは、車で 15 分～2 時間ほどかかります。
- 事前にご連絡いただき、可能な場合には、現地職員がホテルまでお迎えにあがります。
- カルタヘナの情報　http://www.cartagenainfo.com/　（英語）

現 地 ス タ ッ フ と の 待 ち 合 わ せ

コロンビアに到着されましたら、現地事務所までご連絡ください。ご訪問の最終確認を行います。事務所の連絡先はご出発前にお知らせいたします。当日は、現地事務所までお越しください。なお、ご宿泊先ホテルの場所にもよりますが、事前にご連絡いただき可能な場合には、現地職員がホテルまでお迎えにあがります。

国 内 地 図



気　　候

- 太平洋に面した地域は、日中は蒸し暑く、早朝や夕方は雨が降りやすいところです。平均気温は 28℃～30℃。日中は日差しが強いので、日焼け止めや帽子をご用意されるとよいでしょう。軽い木綿の服装と、夜間の冷え込みに備えて薄手のジャケットなどをお持ちになるとよいでしょう。またしばしば熱帯性豪雨も発生します。
- カリの日中の平均気温は23℃ほどで、理想的な気候といわれています。雨の多い時期は、4～5月および10月頃です。暑い時期にご訪問される場合は、軽い木綿の風通しの良い服装がふさわしいでしょう。雨の多い時期のご訪問ならば、薄手のセーターやジャケットをお持ちになるとよいでしょう。

両 替 ・ 銀 行 ・ ク レ ジ ッ ト カ ー ド

ビザ、マスターカードなどの主要クレジットカードは、主な都市のホテル、レストラン、デパート、ショッピングセンターなどでご利用いただけます。なお、クレジットカードでお支払いされる場合には、パスポートの提示を求められる場合があります。「Cirrus and Maestro」のロゴマークのある ATM では、デビッドカードまたはクレジットカードで現地通貨を引き出すことができます。現地通貨への両替は、空港、ホテル、銀行などで行うことができますが、日本円から両替できる両替所は非常に限られているため、米ドルをお持ちになることをお勧めします。

現地事務所の業務日／時間

月曜日～金曜日　8:00-17:00　　※土日・祝日はお休みです。

※クリスマス、年末年始、復活祭、11 月上旬のカーニバルの時期のご訪問はお受けできません。

コロンビアの主な祝祭日

※　*印の祝祭日は年によって日付が変わります。下記はある年の例です。

1月1日	新年	7月3日	*聖ペドロ祭
1月9日	*東方三賢人の日	7月20日	独立記念日
3月20日	*聖ヨセフ祭	8月7日	ボヤカ戦勝記念日
4月6日	*聖木曜日	8月21日	*聖母昇天祭
4月7日	*聖金曜日	10月16日	*民族の日
5月1日	*復活祭	11月6日	*諸聖人の日
5月1日	メーデー	11月13日	*カルタヘナ独立記念日
5月22日	キリスト昇天祭	12月8日	聖母受胎の日
6月12日	キリスト聖体祭	12月25日	クリスマス
6月19日	聖心祭		

言語と通訳

公用語はスペイン語です。ホテルやレストランでは、英語が話せる従業員がいる場合もあります。

現地では職員が英語でご案内します。日本語通訳の手配をご希望の際は、事前にお知らせ下さい。通訳料は実費をご負担いただきます。なお、日本語通訳のレベルが十分でない場合や、日本語通訳を手配できない場合があることをご了承ください。

簡単な現地語例文

チャイルドにスペイン語で話しかけてみませんか？

オラ (¡Hola!)	やぁ！	ブエノス　ディアス (Buenos días)	おはよう
ブエナス　タルデス (Buenas tardes)	こんにちは	コモ　エスタス？ (¿Cómo estás?)	元気？
ムチャス　グラシアス (¡Muchas gracias!)	どうもありがとう	アディオス (Adios)	さようなら
コモ　テ　ジャマス (¿Cómo te llamas?)	あなたの名前は？	メ　ジャーモ･･･ (Me llamo･･･)	私の名前は･･･です

宿　　泊

現地事務所近くのホテルを以下のようにご案内いたします。旅行会社、または宿泊予約サイトなどをお使いいただき、ご自身でお手配ください。

＜ボゴタのホテル＞

Name	Address & Telephone
Hotel Morrison	Calle 84 Bis No.13-54 e-mail：reservas84@hotelesmorrison.com https://hotelesmorrison.com/
Hotel Dann Norte	Cra. 15 # 103-60, Bogotá
Hotel Capital	Calle 25B No. 69A -50 E-mail: reservas.capital@ghlhoteles.com https://en.hotelcapital.com.co/
Hotel El Belvedere	
Hotel La Fontana	
Hotel Tequendama	Carrera 10 # 26 – 21 Bogotá
Hotel B3	Cra. 15 #88-36, Bogotá https://hotelesb3.com/en/

＜カリのホテル＞

Name	Address & Telephone
Hotel MS Ciudad Jardin	Cra. 101 #15a-35, Cali, Valle del Cauca Tel：+57 (602) 3156060 E-mail:　reservas@hotelesms.com http://hotelesms.com/ms-ciudad-jardin/
Hotel NH	Cra. 100b #11A-99, Cali, Valle del Cauca Tel：+57　(602) 3307777 https://www.nh-hotels.com/hotel/nh-cali-royal?utm_campaign=local-gmb&utm_medium=organic_search&utm_source=google_gmb
Hotel Obelisco	Avenida Colombia No.4 oeste-49 El Peñón Tel: +57(314) 8303529 / +57(301) 6311712 https://www.hotelobeliscocali.com/es/index.html
Hotel Hilton Garden Inn	Calle 15ª No. 100- 21 Tel：　+57 316 7421229　/　+57 318 209 6592 https://www.hilton.com/en/hotels/cloccgi-hilton-garden-inn-cali-ciudad-jardin/?SEO_id=GMB-AMER-GI-CLOCCGI&y_source=1_MTkzOTkzNzMtNzE1LWxvY2F0aW9uLndlYnNpdGU%3D

<カルタヘナのホテル>

Name	Address & Telephone
Hotel Caribe	Cra. 1 #2– 87, Cartagena de Indias, Provincia de Cartagena, Bolívar Tel：+57 (605) 650 11 60
Hotel las Americas	Cartagena de Indias, La Boquilla, Provincia de Cartagena, Bolívar Tel：+57 (605) 672 33 44 E-mail: reservas@lasamericashg.com www.hotellasamericas.com.co
Hilton Cartagena	Avenida Almirante Brion, El Laguito, Cartagena de Indias, Bolívar Tel： +57(605) 6948000 **https://www.hilton.com/en/**
Radisson Cartagena Ocean Hotel	Cra. 9 #22-850, La Boquilla Tel： +57(605) 6569071 https://www.radissoncartagena.com/
Sonesta Cartagena	Carrera 9 No. 35 - 104 Anillo Vial, Zona Norte, Cartagena de Indias, Bolívar Tel： +57(605) 6517095 https://www.sonestacartagena.com/
Ibis Hotel Cartagena	Avenida Santander Cra. 1 #47-90 https://all.accor.com/hotel/8600/index.ja.shtml?utm_campaign=seo+maps&utm_medium=seo+maps&utm_source=google+Maps Tel： +57 (605) 6932424

現 地 の 習 慣 ・ 留 意 事 項

○ コロンビアでは65年以上にわたって、政府と反政府武装勢力の間で武力紛争が続いています。治安情勢は常に変化していますので、予定通りのご訪問が可能かどうかは現地職員が最終判断いたします。

○ コミュニティには武装勢力の影響を受けている場所がある可能性があるため、ご訪問中は必ず現地職員と共に行動してください。

○ ご訪問者の皆さまの安全を最優先するため、直前に予定の変更または中止せざるを得なくなった場合には、ご理解をいただきますようお願いいたします。

○ 安全のため、ご訪問時はコミュニティを午後2時までに出発し、午後5時以降は移動を行いません。そのため、ご訪問日は早朝出発する場合があります。

○ 陸路での国内移動はお避け下さい。

○ コロンビア国内では常にパスポートを携帯してください。

○ 人通りの少ないところや、日没後にホテルから離れたところへ出歩かないようご注意ください。

○ 単独行動をせず、複数の人数で行動されたほうがよいでしょう。

○ 流しのタクシーは利用せず、ホテルの前からご乗車ください。

○ マラリアやデング熱など、蚊が媒介する病気が発生しているため、長袖・長ズボンの着用、虫除けスプレーの使用など予防対策を十分にしてください。また予防的に抗マラリア薬を内服する方法もありますので、ご自分が滞在される場所で予防内服が必要かどうか、あらかじめ医師にご相談ください。アマゾンなどの熱帯地域を訪れる予定の方は、黄熱病の予防接種を受けることもお勧めします。

○ 首都ボゴタの標高は約2700mあるため、気候は概して涼しいです。また、高山病にかかる危険もあるため、飲酒や、ご到着後すぐの活発な行動は控え、ゆっくりとお過ごしください。

○ 訪問時は、控えめの服装でおいでください。宝石類や高価なサングラスなどを身に付けないようにしてください。男性はズボン、女性は肩を出さない服装で、ショートパンツなどはお控えください。動きやすいスニーカー、布製のショルダーバッグ、リュックなどが良いでしょう。また、教会に入るときは、ショートパンツは避け帽子は外してください。

○ 皆さまのご訪問に際し、コミュニティでは大勢の住民が集まったり、盛大にもてなしたりすることがありますが、これは歓迎のしるしです。ほほえみと優しい言葉で接し、あいさつや握手をすることできっと打ち解けることができるでしょう。

また、来訪者には飲食物を提供して歓迎することがあります。健康上などの理由により断られる場合には、丁寧にお伝えいただくか、または同行の職員にご相談ください。

○ 屋内の公共の場での喫煙は、法律で規制されています。チャイルドや家族の前での喫煙もお控えください。

○ コミュニティの住民のなかには、写真を撮られたくない人もいるため、子どもたちや住民の写真やビデオを撮影される際には、本人もしくは保護者、プラン職員に事前に許可を得てください。

○ 飲料水はミネラルウォーターをご利用になり、ご訪問の際にも持参されるとよいでしょう。また、食べ物はよく火が通った安全なものをお召し上がりください。

○ チャイルドやコミュニティの住民は、人見知りしてなかなか話しづらいことがあります。訪問前に、手紙や報告書を読み返し、こちらからも積極的に質問や話題を用意されていくことをお勧めします。

○ ご訪問の際に日本について紹介できるよう、写真や本などをご準備されることをお勧めします。

○ 現地の法律を遵守してください。

- チャイルドと家族とは、自宅ではなく、コミュニティの中の学校や集会所など公共の場で面会・交流いただきます。
- チャイルドをコミュニティから連れ出すことや、コミュニティでのホームステイはできません。
- ファミリーから現金や物を要求するような発言があった時、現場での説明、通訳、諸費用の支払いについて問題をお感じになった場合は、その場で現地職員に伝えてください。
- あらゆる種類の麻薬の売買・所持、および子どもとの性行為は厳罰に処せられます。
- 撮影した写真や動画を個人利用以外にソーシャルメディア(SNS)やインターネットへの投稿、印刷利用等される場合は、**事前にプラン・インターナショナルが確認**させていただきます。お断りする場合もありますのでご了承ください。チャイルドや家族など、個人が特定されるのを防ぐため、**掲載いただけない情報があります**。
- **お互いの個人住所や連絡先、SNS のアカウント等の交換はできません。**

チャイルドにおみやげを持っていく場合

○ご訪問いただくこと自体が、チャイルドや家族にとっては大きなプレゼントですので、お気遣いのないようにお願いします。

○**現地での購入もできます**：プランとしては、現地経済への貢献などを考えて現地での購入をお勧めします。文化・習慣の違いなどもありますので、事前にご相談ください。現地職員と共に購入する場合、現地職員は好まれる品物を紹介はしますが、購入は義務ではありませんのでご予算の範囲内でお買い求めください。

○日本からお持ちになる場合は、通関等の問題にならない範囲でご検討ください。**同一商品を数十個以上の単位で持ち込むことは通関等でトラブルになる可能性があります**。万一、課税される場合は訪問者の負担になりますのでご注意ください。

○**高価なおみやげはご遠慮ください**：　チャイルドが健やかに育つには、地域全体の生活向上が不可欠です。あるチャイルドや家族だけが高価（貴金属、電子機器など）なギフトをもらうことにより、地域の調和を乱してしまうおそれがあります。

○コミュニティには他にも多くの子どもたちがいることにもご配慮ください。

◎適切なギフトの例：

- 知育玩具、絵本（できればスペイン語）、パズル、塗り絵、世界地図など
- 学用品（鉛筆、クレヨン、ノートなど）
- 日用品（石けん、歯ブラシ、タオル類、Ｔシャツなど）
- グループで一緒に遊べるもの（ボール、風船、ヨーヨー、フリスビーなど）
- 日本の文化を紹介できるもの（折り紙、人形、コマ、日本の絵葉書など）
- 大勢で分けられるもの（筆記具、飴、グミなど）

×不適切なおみやげの例：

- **現金（いかなる場合も渡さないでください）**
  変質しやすく、食中毒を起こす可能性のある食べ物や、口にすると危険な乾燥剤の入っている包装菓子など
- 現地では高価なもの（電気製品、時計、使い捨てカメラなど）、電池を使うおもちゃ
- 中古品（汚れや破れのある古着、使い古しの学用品）
- アルコール類
- その他（翻訳が必要な本、薬、好き嫌いのある和菓子など）

渡航前の準備

○　パスポート、ビザなどの必要書類の準備をお忘れなく。

○　海外旅行損害保険には必ずご加入ください。

○　ご訪問手続きのため、事前にパスポートおよび海外旅行保険証のコピーをプラン事務局へご提出いただく場合があります。お預かりしたパスポートのデータは、ご訪問後の事務処理が終了次第、速やかに削除いたします。

○　渡航先の安全に関しては外務省の最新情報などでご確認ください。

外務省領事サービスセンター（海外安全相談班）：https://www.anzen.mofa.go.jp/about_center/index.html
外務省海外安全ホームページ：　http://www.anzen.mofa.go.jp/index.html
海外渡航者のための感染症情報：　http://www.anzen.mofa.go.jp/kaian_search/index.html

○　訪問時に、見たいこと聞きたいことなどが具体的にありましたら、事前にプラン事務局までご相談ください。

○　現地事務所の連絡先などを記した訪問確認書を、出発前にお送りしますので必ずご持参ください。

もっと詳しい情報はこちらで！

✧　コロンビア共和国大使館　〒141-0021 東京都品川区上大崎3-10-53
Tel: 03-3440-6451　https://japon.embajada.gov.co/

✧　外務省国情報ページ　http://www.mofa.go.jp/mofaj/area/colombia/index.html

✧　コロンビア通商産業観光省　http://www.colombia.travel/en/　（英語）

✧　海外安全ホームページ　https://www.anzen.mofa.go.jp/index.html

✧　駐日外国公館リスト　https://www.mofa.go.jp/mofaj/link/emblist/index.html

✧　たびレジ　https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/agree.html

✧　在コロンビア日本国大使館　Carrera 7 # 71-21Torre B Piso 11　Tel: +57(601)3175001
http://www.colombia.emb-japan.go.jp

