2025 年 7 月更新



ガーナ

Republic of Ghana



ガーナは1957年にアフリカで最初に植民地から独立をはたした国です。アフリカ西部に位置し、国土は沿岸サバンナ、森林ベルト、北部乾燥サバンナという 3 つの植生帯に分かれています。多様な野生生物、古い要塞、静かなビーチがあることでも知られています。ガーナの約 3000 万人の人口のうち、子どもと若者が大部分を占めています。多くの人々が農村地域に暮らし、農業に従事しています。





正式国名： ガーナ共和国
首　　都： アクラ
人　　口： 3,412 万人(2023 年 世界銀行)
時　　差： 日本より 9 時間遅れ
言　　語： 英語（公用語）、各民族語
通　　貨： ガーナセディ（GHC）
宗　　教： キリスト教約 70%、イスラム教約 17%、その他伝統的宗教等
産　　業： 農業(カカオ豆)、鉱業（貴金属、非鉄金属、石油）

現 地 ま で の 行 き 方

現地事務所までの交通手段は、訪問者側で手配をしてください。

日本　～　ガーナ入国（コトカ国際空港）　～　ダウン・タウン



アクラのコトカ国際空港（Kotoka International Airport）に到着となります。空港からアクラ市街地まではタクシーまたは「トロトロ」と呼ばれるミニバスをご利用いただけます。タクシー料金はご乗車前にドライバーと交渉ください。なお、ミニバスはタクシーよりも安くご利用いただけます。

※乗車中は、必ずバッグの口を閉め、常に手元に置いてください

アクラ　～　現地事務所　～　チャイルドのコミュニティ

＊　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。

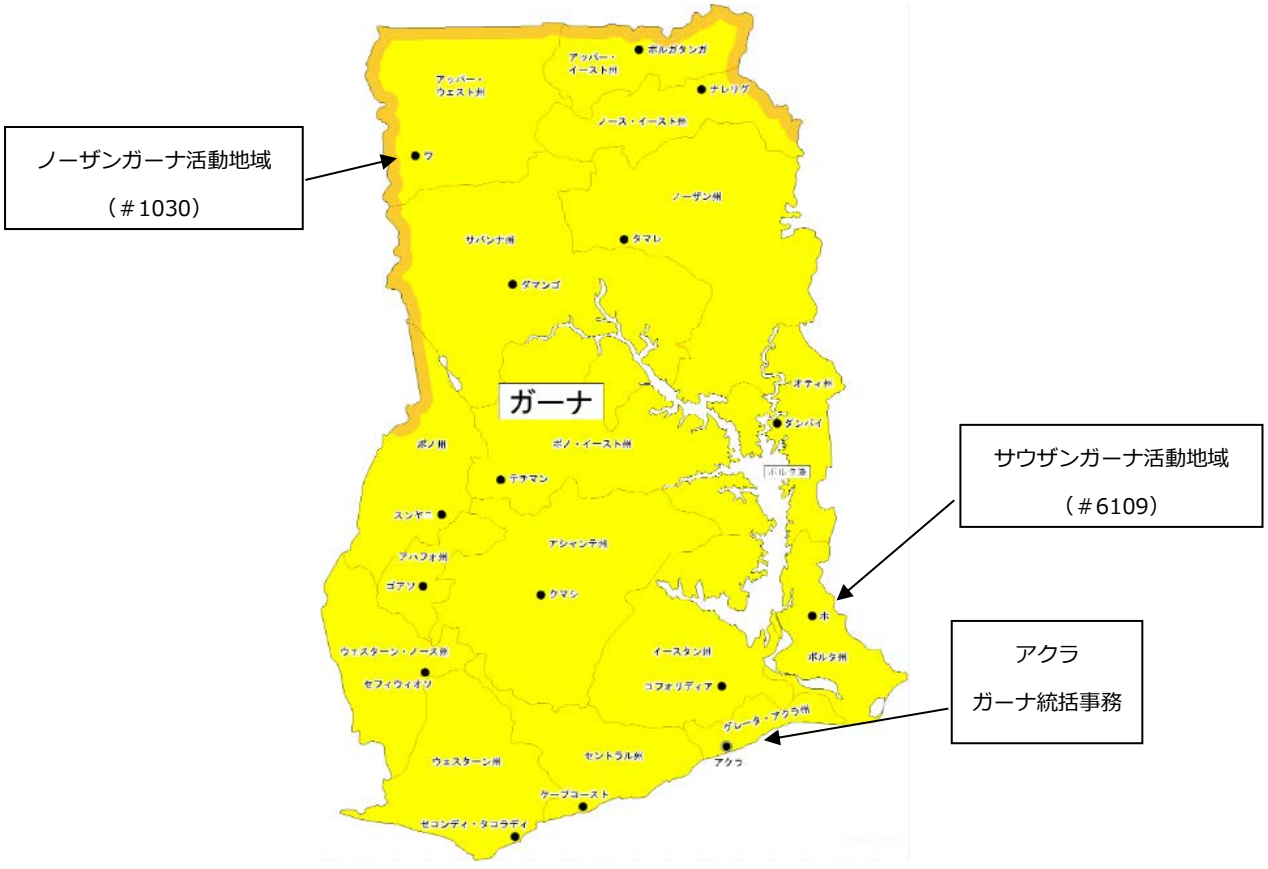
■#1030　ノーザンガーナ（Northern Ghana）

現地事務所はワ（Wa）にあります。アクラのコトカ空港からタマレ（Tamale）空港まで飛行機で 45 分、さらにタマレ空港から車で 7 時間ほどかかります。なお、アクラから車で移動される場合は 12 時間ほどかかります。

■#6109　サウザンガーナ（Southern Ghana）

現地事務所はホ（Ho）にあります。アクラからホまでは車で 3 時間ほどかかります。

周 辺 地 図



（外務省海外安全ホームページより）

訪問に適した時期

ガーナは熱帯性気候で、雨季と乾季の 2 つの季節があります。平均気温は 30℃前後です。最も暑いのは 3 月で、最も低くなるのは 8 月です。雨季は南部では 4～6 月までと 9～11 月の 2 回、北部では 3～9 月です。雨季には、道路の状態が悪くなり通行に支障をきたす場合があります。乾季は北部では 12～3 月、南部では 1 月となります。乾季には、ハルマッタンという季節風が吹くことで湿度が下がり、日中は暑く、夜間は涼しい日が続きます。
洗濯のできる木綿の服、軽くてゆったりしたワンピースやスラックス、シャツ、はきやすい靴やサンダルでお出でください。また日よけ用の帽子や、夜用にカーディガンなどの上着があると良いでしょう。

現地事務所の業務日／時間

***月曜日～金曜日　　7：30～16:30　　土・日曜日、祝祭日は休みです。**

夏季休暇と年末年始には事務所をお休みします。

ガーナの主な祝祭日

*印は年によって日程変わります。（下表はある年の例です）

1 月 1 日	新年	6 月 28 日	犠牲祭 （Eid-ul-Adha）*
1 月 7 日	憲法記念日	7 月 1 日	共和国記念日
3 月 6 日	独立記念日	8 月 4 日	創設日
4 月 7 日	聖金曜日*	9 月 21 日	建国の父 Nkrumah 生誕記念日
4 月 10 日	イースター*	12 月 3 日	農民の日*
4 月 24 日	ラマダン明け*	12 月 25 日	クリスマス
5 月 1 日	メーデー	12 月 26 日	ボクシング・デー
5 月 25 日	アフリカデー		

現地スタッフとの待ち合わせ

ご到着後、アクラの現地事務所（所在地は出発前にご連絡）へご連絡ください。ご訪問の最終確認をいたします。また、コミュニティ訪問前に事前オリエンテーションをさせていただきます。

言語と通訳

ガーナには４４の言語がありますが、公用語は英語になります。

＊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、訪問同意書の所定の欄にご記入ください。通訳料は実費をご負担いただくことになります。なお、日本語通訳のレベルが十分でない場合、また通訳が手配できない場合もありますことをご了承ください。

両替・銀行

銀行、外貨両替所でガーナセディに両替できます。両替レートが低くなりますが、ホテルでも両替は可能です。

宿　　泊

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。

■アクラのホテル

Name	Address & Telephone
ACCRA CITY HOTEL	Barnes Road, Accra City Center +233 302 667546/667640 https://www.accracityhotel.com/
AFRICA REGENT HOTEL	Airport West +233 302 765180/765181 https://www.theafricanregenthotel.com/contact
M-PLAZA HOTEL	Bostal Avenue- Roman Ridge +233 302 775922/763417- 8
COCONUT GROOVE REGENCY HOTEL	Near Ring Road, North Ridge +233 302 226310/225155 https://coconutgrovehotelsgh.com/regency/
ALISA HOTEL	North Ridge +233 302 255493 https://m.alisahotels.com/
ERATA HOTEL	East Legon +233 302 515192-4
GLOBAL SUMMER HOTEL	Abelemkpe +233 289 114 826
CRYSTAL PALM HOTEL	Tesano +233 302 229795/229758 www.crystalpalmhotels.com.gh
SUNLODGE HOTEL	Tesano +233 302 229795/229758 http://sunlodgehotel.com/
IBIS HOTEL	Airport City +233 302742747 / 509729525 www.ibishotel.com

現 地 の 習 慣 ・ 留 意 事 項

- どこでも挨拶の握手を求められるでしょう。左手で握手したり、物の受渡しはなさらないようご留意ください。
- 空港、港、オス城(Osu Castle)、独立広場、軍の施設や政治関係の施設などでは、写真撮影は禁止されていますのでご注意ください。また、市場などに集まっている人々の撮影も相手に断ってからにしてください。
- 夜遅くに単独で外出されるのはお避け下さい。
- パスポートとビザのコピーを常に携帯してください。
- チャイルドやその家族、またコミュニティの人々と政治的な話をなさらないでください。
- チャイルドやその家族、地域住民の写真を撮るときは、事前に本人、または保護者に了解を得てください。またチャイルドの学校やコミュニティ等の写真やビデオを撮影する時も同行職員にご相談ください。
- チャイルドやコミュニティの住民の中には、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。
- 挨拶のキスやハグ（抱擁）は相手が戸惑う様子があればお控えください。
- コミュニティ訪問時は華美にならない服装でご訪問ください。控えめの服装でおいでください。男性は長ズボンを、女性は肩や膝の出ない長めの服をご着用ください。マラリア予防の観点からも、シースルーの服、ショートパンツはご遠慮願います。また、動きやすいスニーカー、リュックなどをお持ちになるのが良いでしょう。
- ガーナでは同性同士で手をつなぐ習慣があります。
- コミュニティ訪問の間は喫煙をご遠慮ください。
- 送電が安定していない場合があります。懐中電灯のご持参をお勧めします。
- 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、パズル、シール、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、写真立て、Ｔシャツなど）
- グループで一緒に遊べるもの（ボール、風船、縄跳び、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、日本の生活が分かる写真など）
- 大勢で分けられる飴やグミなどのお菓子

×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、ビザ等の必要書類をご準備ください。
- 海外旅行損害保険には必ずご加入ください。
- 入国の際、黄熱病イエローカード（予防接種証明書）が必要です。マラリア予防薬も服用ください。また、虫よけ剤もご準備ください。
- 渡航先の安全に関しては外務省の情報等でご確認ください。

✧ 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、「同意書」などで事前にプラン事務局まで

ご相談ください。

- 連絡先のリストをお忘れなくお持ちください。現地事務所の連絡先は出発前にお知らせします。

もっと詳しい情報はこちらで！

- ガーナ共和国大使館　〒106-0031 東京都港区西麻布1丁目5-21　　Tel：03-5410-8631
  https://www.ghanaembassy.jp （英語のみ）
- 外務省国情報ページ：　http://www.mofa.go.jp/mofaj/area/ghana/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
- 在ガーナ日本国大使館
  5th Avenue Ext. West Cantonments,Behind Police Headquarters　PO Box 1637, Accra
  Tel:233(0302)765060/765061-4
  https://www.gh.emb-japan.go.jp/itprtop_ja/index.html