～コミュニティ訪問ガイド～



ジンバブエ

Republic of Zimbabwe



ジンバブエという国名は「石の家」という意味で、グレート・ジンバブエ遺跡などの巨大な石造建築に由来します。また、遺跡から発見された石像「ジンバブエ・バード」は、国のシンボルとして国旗やコインのデザインに使われています。ザンビアとの国境に位置する世界三大瀑布のひとつ、ビクトリアの滝や、アフリカ屈指のサファリ・スポットといわれるマナ・プールズ国立公園など、見所がたくさんあります。標高が高いため過ごしやすく、気さくな人々が訪れる人たちをあたたかく迎えてくれます。





正式国名： ジンバブエ共和国
首　　都： ハラレ
人　　口： 1,663 万人（2024 年 世銀）
時　　差： 日本より 7 時間遅れ
言　　語： 英語（公用語）、ショナ語、
ンデベレ語など
通　　貨： ジンバブエ・ゴールド
（2024 年 4 月導入）
宗　　教： キリスト教、伝統宗教
産　　業： 農業（たばこ、綿花、園芸）
鉱業 (プラチナ、クローム、
ニッケル、金、ダイヤモンド)
観光（滝、遺跡、世界遺産等）

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～ジンバブエ～首都ハラレ



国際線のほとんどは首都ハラレの国際空港（Robert Gabriel Mugabe International Airport）に到着します。日本からの直行便はありませんが、南アフリカ経由、中東経由、ヨーロッパ経由などの乗り継ぎ便があります。南アフリカ、モザンビーク、ザンビア、ボツワナからは、陸路でのアクセスも可能です。

ハラレ　～　現地事務所　～　チャイルドのコミュニティ

ハラレからチャイルドが暮らすコミュニティ（サザン・ジンバブエ以外）までの移動については、現地事務所が手配いたします。サザン・ジンバブエ現地事務所までは、空路での移動が便利です。ブラワヨ空港までのお迎えをご希望の場合は、事前にご連絡ください。

■#2045 サザン・ジンバブエ

首都ハラレからブラワヨ空港までは、毎日フライトがあります。飛行時間は約 50 分です。

現地事務所から活動地域までは、車で 20 分から 2 時間ほどかかります。

■#2046 ノーザン・ジンバブエ

首都ハラレから現地事務所までは 143km ほどです。

現地事務所から活動地域までは、 車で 10 分から 2 時間ほどかかります。

■#2047 イースタン・ジンバブエ

首都ハラレから現地事務所までは 265km ほどです。

現地事務所から活動地域までの距離は、コミュニティによって大きく異なりますので、ご訪問ご検討の際にお調べしてご案内します。

訪 問 に 適 し た 時 期

ジンバブエへは年間を通じてご訪問いただけます。最高気温は 33℃、最低気温は 7℃くらいです。11～3 月は雨季で、雨量が多いときには一部の地域へのアクセスが難しくなる場合があります。9～10 月は乾季で、暑くて乾燥した気候となります。日中は木綿の衣類などで過ごせますが、気温が下がる夜間のために軽い上着が必要です。5～8 月頃までの冬季には、ジャケットなどをお持ちになるとよいでしょう。

現 地 事 務 所 の 業 務 日 ／ 時 間

月～木 8:00～17:00、金 8:00～13:00、土日・祝日はお休みです

※年末年始および祝日は、ご訪問いただけません

ジンバブエの主な祝祭日

1月1日／2日	新年／祝日	5月25日	アフリカの日
2月21日	青年の日	8月第2週月曜日	英雄の日
4月10日	グッドフライデー*	8月第2週火曜日	防衛の日
3月末～4月初め	復活祭*	12月22日	統一の日
4月18日	独立記念日	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

*マークは毎年日付が変わりますので事前にご確認ください

言語と通訳

公用語は英語ですが、話し言葉として最も一般的な言語は、ショナ語やンデベレ語です。ホテルやレストランなどの従業員は英語を話します。**※現地では職員が英語でご案内します。**

両替・銀行・クレジットカード

外貨両替所が非常に少なく、複数通貨制も取っておりますので、米ドルの現金をお持ちいただくのがよいでしょう。クレジットカードは、一部の店やホテルで、VISAかマスターカードのみ使えます。デビットカード、トラベラーズ・チェックは利用できません。外貨不足が深刻なジンバブエでは、外貨の持ち込みには制限がありませんが、外貨の持ち出しは厳しく制限されておりますので、事前にご確認ください。

宿　泊

各地域のホテルを以下のようにご案内いたしますので、コミュニティの起点となる都市でのご宿泊手配をお願いいたします。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。

■イースタン・ジンバブエ地域のホテル

Name	Address & Telephone
Nesbitt Arms Hotel	238 Marula Drive, Chiredzi Tel: +263 231 5071
Chipinge Guest Lodge	Altra Low Density Tel: +263 772 520 597
Holiday Inn Mutare	Aerodrome Road Mutare Tel: +263 20 64431 https://www.ihg.com/holidayinn/hotels/us/en/mutare/utamt/hotldetail?cm_mmc=GoogleMaps-_-HI-_-ZW-_-UTAMT **Email:** reservations@holidayinnmutare.co.zw

■ノーザン・ジンバブエ地域のホテル

Name	Address & Telephone
Nyamakwere Lodge	Harare-Nyamapanda Highway Mutoko Tel: +263 72 2824

■サザン・ジンバブエ地域のホテル

Name	Address & Telephone
Holiday Inn Bulawayo	1 Milnerton Road Ascot Tel: +263-292-252470 https://www.ihg.com/holidayinn/hotels/us/en/bulawayo/buqwo/hoteldetail **Email:** gm@holidayinnbulawayo.co.zw
Golden Mile Hotel	89 Cardinal Close Chicago Tel: +263 55 23 711 https://sites.google.com/view/golden-mile-hotel-kwekwe/

現地スタッフとの待ち合わせ

ジンバブエのホテルに到着されましたら、現地事務所までご連絡ください。ご訪問予定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。

現地の習慣と注意事項

○挨拶時には握手をします。

○チャイルドや家族はスポンサーの訪問を楽しみにしていますが、子どもはとてもおとなしく控えめの態度をとるでしょう。そのため、静かに親切に接してください。

○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。

○チャイルドや家族、学校、コミュニティ、伝統行事などの写真撮影は、事前に本人や家族、現地事務所職員に必ず了承を得てください。

○ジンバブエ人は非常に友好的かつ寛容であり、生まれつき助け合いの心を持っています。贈り物は快く受け取ってください。

○見慣れない食べ物を出されても、あまり驚いた顔をなさらないようお願いします。もし断る場合は、微笑みながら丁寧に断りましょう。

○飲料水はミネラルウォーターをお飲みください。また、飲み物に入っている氷もお召し上がりにならないようにしてください。

○日没後は気温が下がります。暖かい上着をご準備ください。

○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。ミニスカートやショートパンツ、肩が露出する服装はお避けください。また、動きやすいスニーカー、布製のショルダーバッグ、リュックなどをお持ちにな

ると良いでしょう。

○ハラレ以外の地域ではマラリアの発生地域ですので、予防接種を推奨します。

〇夜間、お一人での外出はお避け下さい。

○政府を批判するようなお話は避けてください。

○わからないことは何でも現地職員にお尋ねください。

○現地の法律を遵守ください

- 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。**

簡 単 な 現 地 語 文 例

ショナ語	英語	日本語
Mangawanani（マンガナニー）	Good morning	おはよう
Masikati（マシカティ）	Good afternoon	こんにちは
Manheru（マネル）	Good evening	こんばんは
Makadini?（マカディイ？）	How are you?	お元気ですか？
Pamusoroi（パムソロイ）	Excuse me?	すいません
Maita basa（マイタ　バーサ）	Thank you very much	どうもありがとうございます
Tonana（トナナ）	See you.	それでは、また。

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
- 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

×不適切なギフトの例：

- **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/高価に見えるもの（電気製品、時計、ネックレス、指輪、バッグ、自転車、電池を使うおもちゃなど）
- 中古品（汚れや破れのある古着、使い古しの学用品）
- 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（残存期間 6 ヶ月以上必要）、ビザ等の必要書類の準備をお忘れなく。

○ジンバブエ政府の要請により、外国人旅行者は到着前にパスポートの詳細情報をスキャンしたものを提出する必要があります。プラン・インターナショナルでお預かりするパスポートコピーのデータは、ご訪問の 14 日後に適切に消去いたします。

○海外旅行損害保険には必ずご加入ください。

○黄熱病の汚染地経由の場合、イエローカード（黄熱病予防接種証明）が必要です。マラリア予防薬の服用など、マラリア対策も行ってください。

○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、「訪問同意書」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。

○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（海外安全担当班）：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

もっと詳しい情報はこちらで！

- ✧ ジンバブエ共和国大使館　〒108-0073　東京都港区三田5-4-3　三田プラザビル6F
  TEL :03-6416-8434/8435
- ✧ ジンバブエ政府観光局　（英語） http://www.zimbabwetourism.net/
- ✧ 外務省国情報ページ http://www.mofa.go.jp/mofaj/area/zimbabwe/index.html
- ✧ 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
- ✧ 在ジンバブエ日本国大使館 4th Floor Social Security Centre　Corner Julius Nyerere Way/ Sam Nujoma Street　P.O. Box 2710 Harare
  TEL :+263 242 250 025
  Email :info.enb-japan@hz.mofa.go.gp
  https://www.zw.emb-japan.go.jp/itprtop_ja/index.html