2023 年 7 月更新

～コミュニティ訪問ガイド～

フィリピン

Republic of the Philippines

7，000 を超える島々からなるフィリピンは、島ごとに景観や気候が異なり、また文化や言語、生活様式も多様な多民族国家です。
首都マニラのあるルソン島、ミンダナオ島、セブ島など主要な 11 の島で総面積の 96%を占め、約 1,000 の島に人が住んでいます。
美しい海岸や世界遺産に登録された名所へは、毎年多くの観光客が訪れます。

正式国名：　フィリピン共和国
首　　都：　マニラ
人　　口：　1 億 98 万人(2015 年)
時　　差：　日本より 1 時間遅れ
言　　語：　フィリピノ語、英語
通　　貨：　ペソ（P）
宗　　教：　カトリック 83%　その他のキリスト教 10%、イスラム教 5%
産　　業：　農林水産業（就業人口の 37%）

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ますようお願いいたします。

日本～フィリピン

首都マニラのパサイ市(Pasay City)にあるニノイ・アキノ国際空港(Ninoy Aquino International Airport : NAIA)に到着となります。空港からマカティ市およびマニラ市までは、クーポンタクシーに乗るのが便利です。

■ #5100　オクシデンタル・ミンドロ

マニラ～ミンドロ島　サン・ホセ

マニラからミンドロ島西ミンドロ（Occidental Mindoro）州のサン・ホセ（San Jose）までの交通手段は、空路と陸路(海路含む)があります。

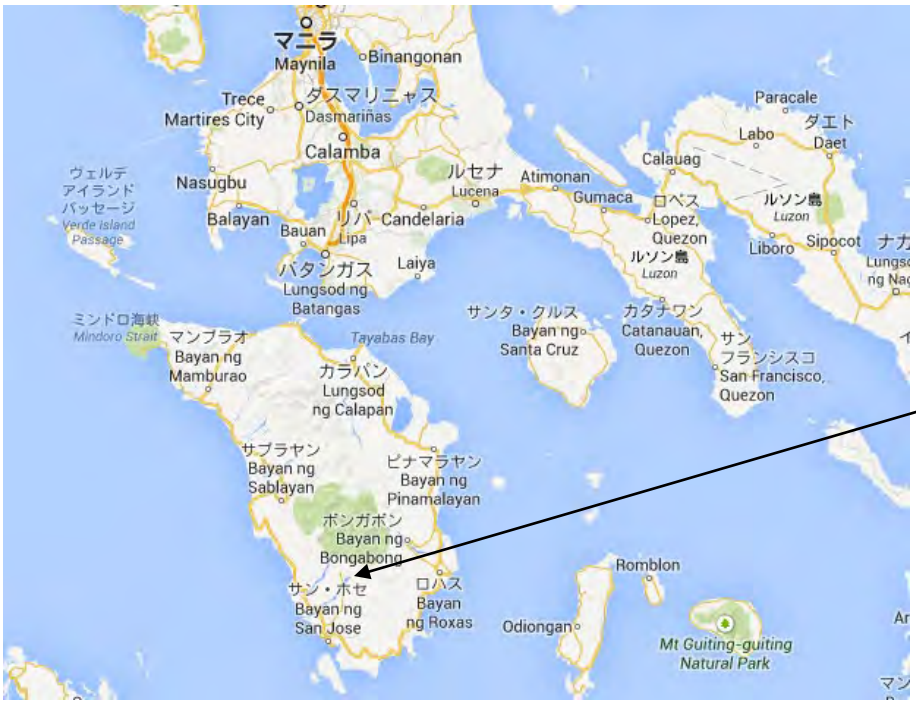
○空路：　　セブ・パシフィック航空が週3便就航。マニラから約45分。

○陸路(海路含む)：マニラのパサイ（Pasay）、クバオ（Cubao）、サンパロック（Sampaloc）、アラバン(Alabang)といったバスターミナルからDimple Star Transport社の運営するサン・ホセ行きのバス便が毎日運航しています。所要時間は、バタンガス市（Batangas City）港～アブラ・デ・アイログ（Abra de Ilog）港間のフェリーも含め、約12～13時間かかります。ただし、雨期には強風や波浪のためフェリーがしばしば欠航します。

サン・ホセ市内～チャイルドのコミュニティ

サン・ホセにはタクシーがありませんので、トライシクル（サイド･カー付オートバイ）をご利用ください。

ご訪問当日は、現地事務所が車を用意しチャイルドのコミュニティまでご案内します。なお事務所が車を用意できない場合、スポンサーの方のご負担でご訪問して頂くこともあります。



オクシデンタル
ミンドロ　現地事務所
（＃5100）

■#5101　ウェスタン・サマール、#5102　イースタン・サマール

マニラ～レイテ島タクロバン

マニラからサマール島へのフライトはほとんどありませんので、マニラからレイテ島のタクロバン（Tacloban）に入り、タクロバンからサマール島に渡ります。フィリピン航空、セブ・パシフィック航空が国内線を毎日運行しています。所要時間は約1時間20分程度です。

レイテ島タクロバン～ウェスタン・サマール現地事務所

レイテ島タクロバン空港からサマール島西のカトバロガン（Catbalogan）までは、およそ 100km。タクロバン市のバスターミナルから Grandtours、Van-Van、Duptours 社などが運行するバスに乗り、レイテ島とサマール島を結ぶサン・ファニーコ橋（San Juanico Bridge:全長 3 キロ）を渡り、カトバロガンへ。所要時間は 2 時間程度です。カトバロガンにご到着後は、事前に予約をしていただければ、プランの車でコミュニティ訪問をすることができます。プランの車が使用できない場合は、レンタカーのご利用をお願いしております。レンタカー料金はチャイルドが住むコミュニティによって異なりますので、事前にお問い合わせください。

レイテ島タクロバン～イースタン・サマール現地事務所

レイテ島タクロバン空港からサマール島東のボロンガン（Borongan）までは、およそ190km。タクロバン市からハイヤーバンに乗り、ボロンガンへ。所要時間は3～4時間です。現地事務所でタクロバン市からの車の手配をすることも可能ですが、6週間前までにお申し出ください。場合によっては手配が難しい場合もございます。

各現地事務所～チャイルドのコミュニティ

事前にご予約いただければ、現地事務所が車を用意してチャイルドのコミュニティまでご案内いたします。なお、事務所が車をご用意できない場合は、トライシクル（サイド･カー付オートバイ）やジープニー（乗り合いバス）などの交通機関を利用していただきます。

■＃5103　ノーザン・サマール

マニラ～サマール島カタルマン（Catarman）空港

マニラからサマール島北部のカタルマン（Catarman）空港へは、フィリピン航空からカタルマン行きの飛行機が出ています。所要時間は1時間15分ほどです。また、マニラからバスで8時間かけてマトノグ(Matnog)港まで行き、そこから船で１時間かけてアレン(Allen)港まで渡り、そこからジープニー（乗り合いバス）で1時間かけてカタルマンまで行くこともできます。

カタルマン（Catarman）空港～ノーザン・サマール現地事務所

カタルマン空港から市内へは、トライシクル（サイド･カー付オートバイ）で移動できます。

現地事務所～チャイルドのコミュニティ

現地事務所が車を用意してチャイルドのコミュニティまでご案内いたします。また、事務所が車をご用意できない場合、スポンサーの方のご負担でご訪問していただくこともあります。チャイルドの暮らすコミュニティまでの距離にもよりますが、多くの場合、ジープニーや現地の交通機関を利用します。

■＃5105　マギンダナオ

※2023 年現在、外国人を狙ったテロや誘拐等の犯罪が多発しているため、現地訪問を受け付けておりません。

現地スタッフとの待ち合わせ

コミュニティ訪問当日の朝、現地事務所にお越しいただくか、お泊りのホテルまでお迎えに行きます（事務所の所在地はご出発前にご連絡します）。

宿　　泊

現地事務所を通じて、ホテルの予約手配をすることも可能です。ご参考までに、以下は現地事務所から紹介のあったホテルです（一部地域のみ）。

- オクシデンタル・ミンドロ : Sikatuna Beach Hotel、Seasons Hotel、White House Safari Lodge
  JDS Hotel
- ウェスタン・サマール　　: Hotel SanFrancisco
- ノーザン・サマール　　: Sasa Pension House、Casa Miguel

訪問に適した時期

フィリピンには乾季と雨季があります。6 月から 11 月が雨季ですが、雨の日の合間にはときどき晴れて暑くなる日もあります。雨季になる前、3 月から 6 月にかけては、気温が少しずつ高くなります。台風のシーズンは 7 月から 9 月ですが、時には 11 月頃まで続くこともあります。洪水が発生したり、大きな被害が出ることもあります。また、数日間弱い風雨が停滞することで、停電したり、道路が通行止めになったりすることもあります。典型的な熱帯性の気候で、温暖で蒸し暑い気候です。夜分は気温が下がって快い涼しさになることが多く、また海からそよ風が吹いて日中の暑さを忘れさせるようなこともしばしばあります。

日中最高気温の平均は 30℃を超えますが、1 年を通して夜間の最低気温は平均 22℃まで下がります。

服装は軽くて、乾きやすいカジュアルなものがよいでしょう。十分な着替えを用意されるとよいでしょう。

現地事務所の業務日／時間

月～金　　8:30～17:30　昼休み　12:00～13:00　土日・祝日は休み

ご訪問は事務所の業務日にお願いします。土・日曜日、祝祭日のご訪問はご遠慮ください。

また、一般的に12月中旬から年末年始休暇に入るため、12月のご訪問はお避け下さい。

フィリピンの主な祝祭日

土・日に当たるときには翌週の月曜日に振り替えられます。宗教上の祝日（※）は、毎年日程が異なります。

※下記は 2023 年の例です

1 月 1 日	新年	8 月 21 日	ニノイアキノ記念日
3 月/4 月	聖週間（※）	8 月最終月曜日	英雄記念日（※）
4 月 9 日	勇者の日	11 月 1 日	諸聖人の日/万聖節
5 月 1 日	メーデー	11 月 30 日	ボニフォシオの記念日
6 月 12 日	独立記念日	12 月 25 日	クリスマス
7 月 28 日	イスラム教犠牲祭（※）	12 月 30 日	リサール記念日（Rizal Day）

両替・銀行・クレジット・カード

マニラ市内やセブでのホテルの宿泊料や航空券の購入、大きなデパートでの買い物は主要なクレジット・カードでのお支払いが可能です。外貨両替は、銀行や信用のあるホテル、両替商をご利用ください。ただし、マニラ以外では、銀行でも米ドル以外の外貨両替には対応できない場合がありますのでご注意ください。

言 語 と 通 訳

ホテルやレストラン、タクシーを含めてたいていの所で英語が使われています。英語を話される方でしたら、チャイルドの家族の住む農村部でもほとんど不自由を感じないでしょう。

日本語通訳の手配をご希望の際は、事前にお申し出ください。通訳料は自己負担となりますので、予めご了解ください。なお、地域によっては通訳の手配ができない場合があります。

現 地 の 習 慣 ・ 留 意 事 項

- 現地で食事や飲み物などを勧められたら、断らずに、できるだけ召し上がってくださいますようお願いします。健康上の事情などでお召し上がりになれない場合は職員にその旨お申し出ください。
- 授業時間内に学校を訪問した時には、チャイルドを学校から連れ出さないようお願いします。
- 誤って他人を怒らせてしまった時にはすぐに微笑みながら謝ってください。フィリピン人は一般的に寛容ですので、いつまでも怒っていることはありません。
- チャイルドの学校やコミュニティの写真をお撮りになる時は、事前に了承を得て下さい。
- 訪問の際、地元の若い女性を案内役として同伴なさらないようお願いします。
- 旅行中は特に多額の現金や貴金属類を持ち歩くのはお避けください。
- チャイルドやコミュニティの住民は、場合により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。
- チャイルド訪問時は華美にならない服装でご訪問下さい。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のが良いでしょう。
- フィリピンでは、子どもへの虐待を厳しく取り締まっています。特に子どもへのわいせつ行為には厳しい刑罰が科せられます。
- 現地の法律を遵守ください。

○ チャイルドと家族とは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。

○ 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。

○ ファミリーと皆さまの安全のために、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。

○ **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 例 文

マガンダン　ハポン（Magandang Hapon）：	こんにちは
クムスタ　カ（Kumusta ka?）：	お元気ですか？
パアラム（Paalam）：	さようなら
マラミン　サラマット（Maraming Salamat）：	ありがとう

チャイルドにおみやげを持っていく場合

○ **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。

○ 現地での購入もできます：　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。

◎適切なギフトの例：

- 知育玩具、絵本、パズル、
- 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、飴など）

×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（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）
- 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（6 ヶ月の有効残存期間が必要）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。
- 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

- 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！

- ✧ フィリピン共和国大使館　〒106-8537　東京都港区六本木5-15-5　℡：03-5562-1600
  https://tokyo.philembassy.net/ja/
- ✧ フィリピン政府観光省　HP(日本語)：https://philippinetravel.jp/
- ✧ 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
- ✧ 外務省国情報ページ
  https://www.mofa.go.jp/mofaj/area/philippines/index.html
- ✧ 在フィリピン日本国大使館　https://www.ph.emb-japan.go.jp/itprtop_ja/index.html
  2627,1300 Roxas Blvd, Pasay, Metro Manila　℡: (632) 8551 5710