

JICA 関係者限定資料

# ミャンマー

## 任国情報

JICA LIBRARY



J 1140288 (0)

1997年

国際協力事業団

国際協力総合研修所

JICA  
C104  
20  
11C  
BRARY



はしがき

この任国情報は国際協力のために赴任される専門家およびJICA役職員等に、任国での生活上必要な事項についての情報を提供するものです。

本書の刊行にあたっては当該国に派遣中の専門家等、JICA関係者の皆様より多大な御協力を得ました。また、外務省、在外公館、その他関係機関の御好意により、貴重な資料の一部を利用させていただきました。

今後も本書の内容を一層充実させ、常に新しい情報の提供に努めたいと考えております。

本書が国際協力の分野で活躍される方々の参考となれば幸いです。

なお、本書に記載された内容は、当該国に派遣中の専門家等、JICA関係者の皆様の執筆を中心にまとめたものであり、国際協力事業団の意見を代表するものではないことを付記いたします。

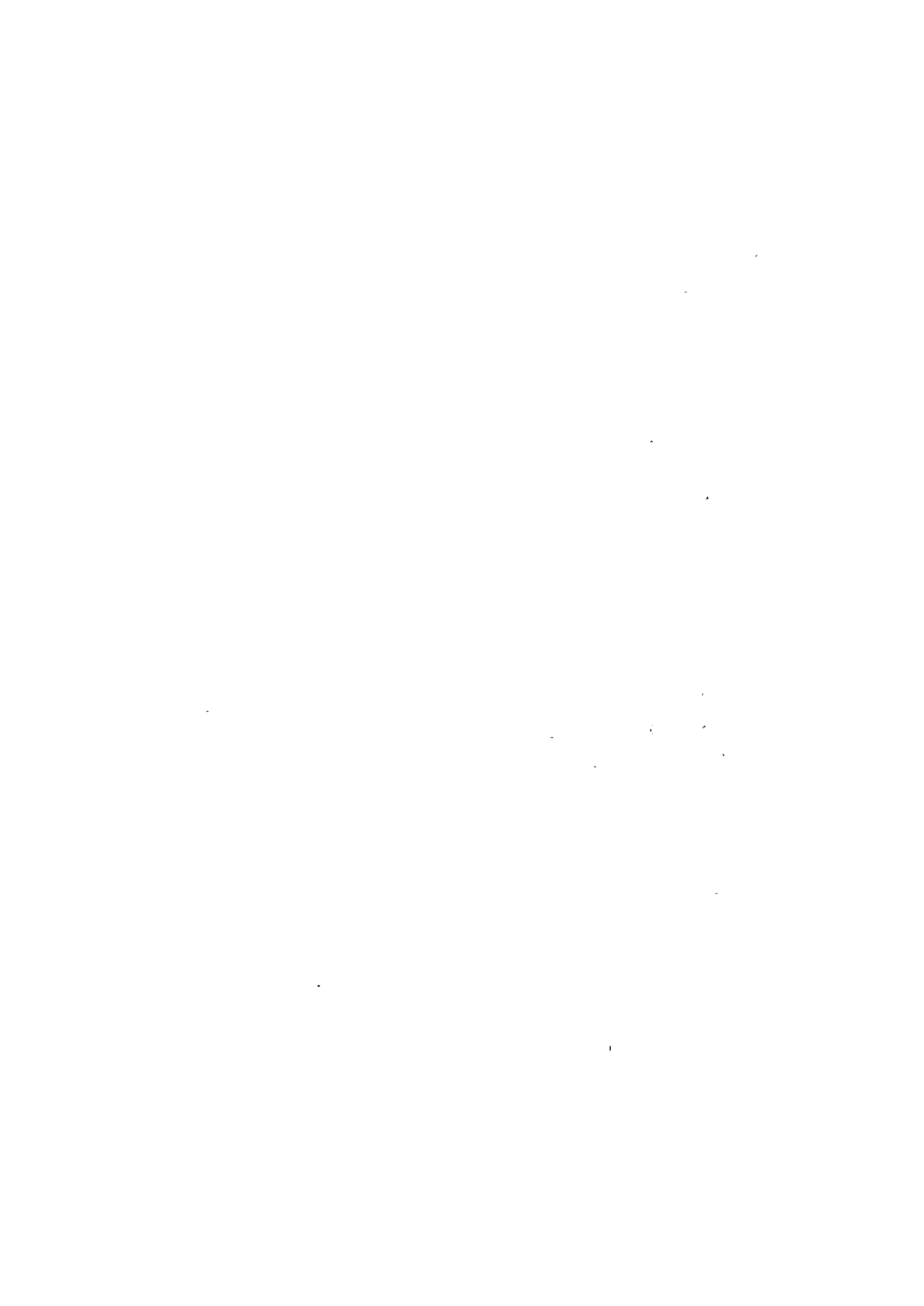
平成10年2月  
国際協力事業団  
国際協力総合研修所長



1140288 [0]

# 目次

I	概況	i
II	生活事情	1
1.	食生活	1
2.	衣料	6
3.	住宅	7
4.	医療	10
5.	教育	13
6.	家庭の使用人	16
7.	交通事情	18
8.	通信	22
9.	マスコミ	24
10.	教養、娯楽、趣味、スポーツ	26
11.	その他のサービス	31
12.	観光	32
13.	治安、緊急時の心得	36
14.	出入国手続および帰国手続	38
15.	私財の輸送、引き取り、購入	41
16.	社交	44
17.	任国官公庁	45
18.	在外日本関係機関など	46
19.	地方都市	47



I 概況

表-1: ミャンマー概況

正式国名	(和文) ミャンマー連邦 (英文) Union of Myanmar
独立年月日 旧宗主国	1948年1月4日 英国
政体	軍制 (新政府が樹立され政権が委譲されるまでの暫定政権)
元首の名称	タン・シュエ国家法秩序回復評議会議長 (1992年4月就任)
位置・面積	北緯10度~28度 東経92度~101度 677 千平方キロメートル (注1)
首都	ヤンゴン (Yangon)
総人口	45.6百万人 (1994年) (注1)
民族等	ビルマ族、シャン族、カレン (カイン) 族、ラカン族、モン族、チン族、カチン族
公用語	ミャンマー語 (ただし必要な場合は当該各民族の言語使用も可)
宗教	仏教、キリスト教、イスラム教、ヒンズー教
暦	<日本との時差> 2時間30分 <祝祭日> (1997年) (注2) 1月4日 独立記念日 2月12日 連邦記念日 3月2日 農民の日 3月10日 乾期祭 (Dry Season Festival) * 3月 (満月) タバン祭日 (仏教行事) 3月27日 抗戦記念日 * 4月 水祭り 4月17日 新年 † 4月18日 Feast of the Sacrifice 5月1日 メーデー * 5月 (満月) カソン祭日 (仏教行事) 7月19日 殉教者記念日 * 7月 / 8月 (満月) 仏教徒持戒開始日 * 10月 (満月) 仏教徒持戒終了日 * 10月 Devali * 11月 タザウンダイン灯祭り * 11月11日 国民の日 12月25日 クリスマス

\*: 陰暦による。

†: イスラム暦によるため年によって日が異なる。

出所 (注1) World Development Report 1996 The World Bank

(注2) The Europa World Yearbook 1996 Europa Publications

### (1) 国土の概要

ミャンマーは、イラワジ河流域を中心とした 677 千平方キロメートル（世銀資料、1996）の国土を有し、その国境をタイ、ラオス、中国、インド、及びバングラデシュと接する東南アジアの西端に位置し、北緯 10 度から 28 度、東経 92 度から 101 度にわたる地域を占めている（表-1 参照）。

北、東、西の三方に大きく馬蹄形をなして高原、山地が連なり、その懐にイラワジ河流域の広大な沃野を抱いている。

#### (参考文献)

【アジア要覧】 1990 外務省  
World Development Report 1996 The World Bank

### (2) 気候

暑季（2 月下旬～5 月中旬）、雨季（5 月下旬～10 月中旬）、及び乾季（10 月下旬～2 月中旬）の 3 季に分けられる。乾季のうち 12～2 月の 3 ヶ月は一年中で一番涼しく気候の良い季節である。北部、中部、南部ではそれぞれ気候が異なっているが、たとえば首都ヤンゴンでは、1 月には気温は摂氏 14 度まで下がり、一番暑い 4 月には摂氏 39 度以上になる。湿度は雨季に入ると高くなり、7 月と 8 月には最高 90% 以上となることがある。ミャンマーの雨季は長い、比較的しのぎやすい。最も暑いのは暑季と雨季の変わり目の頃である（数値は JICA 資料、1995）。

#### (参考文献)

【任国情報 ミャンマー】 1992 国際協力事業団

### (3) 人口

1994 年の人口は 4,560 万人である（数値は世銀資料、1996）。

1992 年の首都ヤンゴンの人口は 4,590,000 人（共同通信社資料、1995）、83 年の調査による主要都市人口は、マンダレー 532,949 人、モウルメイン 219,961 人、バゴ 150,528 人である（数値は Europa Publications 資料、1995）。

#### (参考文献)

The Europa World Yearbook 1995 Europa Publications  
World Development Report 1996 The World Bank



#### (4) 略史

表-2: ミャンマー略史

年	出来事
9～10世紀	ビルマ族、チベット方面より南下、定住。
1044年	パガン王朝による国内統一。
1287年	フビライ汗、パガン王朝を滅ぼす。以後数々の王国が興亡。
1886年	3度にわたる英国との戦争の結果、英領インドに編入される。
1937年	英国直轄領となる。
1941年	日本の占領下に入る。
1948年1月	英国より共和国 (The Union of Burma) として独立。
1962年	ネ・ウイン、クーデターにより政権樹立。
1974年	ビルマ連邦社会主義共和国の誕生 (Socialist Republic of the Union of Burma)。ネ・ウイン大統領兼国家評議会議長に就任。
1987年	反政府運動活発化。
1988年	国軍が軍事クーデターを決行。ソー・マウン国防相、国家の全権を掌握。
1989年	国名をミャンマー連邦 (Union of Myanmar) に変更。
1990年	総選挙実施・国民民主連盟圧勝。
1992年4月	タン・シュエ副議長が議長に就任。
9月	戒厳令廃止。
1993年1月	新憲法制定のため国民会議召集。
1995年7月	アウン・サン・スー・チー女史解放。

出所 【任国情報：ミャンマー】 1992 国際協力事業団  
【東南アジア月報】 2、5月号 1993 東南アジア調査会  
【最近のミャンマー情勢】 1993 外務省資料  
【世界年鑑】 1993 共同通信社  
【産経新聞】 7月11日 1995 産経新聞社

#### (5) 民族等

ミャンマーは民族の宝庫といわれるように、言語的には百数十の民族が居住しているが、そのうち69%がチベット・ビルマ語族に属するビルマ族である。その他、カレン (カイン) 族人口の約6.2%を占め、南シャン州などに住む)、カチン族 (同1.4%、カチン州、シャン州に住む)、シャン族 (同8.5%、シャン州)、チン族 (アラカン山脈、チン丘陵などで、人口比2.2%)、モン族 (同2.4%、モン州) などの民族があり、独立や自治権の拡大を目指して闘争を展開している。また、インド人、中国人などが貿易・流通などの経済面で影響力を持っており、外国人の総数は1981年で72万人との資料がある (数値は東南アジア調査会資料、1992)。

#### (参考文献)

【東南アジア要覧】 1992 東南アジア調査会

## (6) 言語

公用語は国民の約7割が話すミャンマー語である。英語を解する者も多い。この他にはカイン語など各部族語が話されている(数値は JICA 資料、1995)。

### (参考文献)

【任国情報：ミャンマー】 1992 国際協力事業団

## (7) 宗教

1992年において国民の87.2%が仏教徒(小乗仏教)である。その他アニミズム信仰が2.6%、キリスト教5.6%、イスラム教3.6%、ヒンズー教が1.0%となっている(数値は Europa Publications 資料、1993)。

### (参考文献)

【東南アジア要覧】 1992 東南アジア調査会  
The Europa World Yearbook 1993 Europa Publications

## (8) 文化

古来、インド文化の影響を強く受けてきたミャンマーは、国民の大多数が敬虔な仏教徒である。全国いたるところに仏塔(パゴダ)が建てられており、仏教は国民生活のあらゆる面に浸透している。文学・工芸・演劇など広範囲にその影響は見られる。仏教徒である男子は一生に一度は得度する慣習がある。

### (参考文献)

【世界各国要覧 6訂版】 1991 東京書籍

## (9) マス・メディア

政府が報道を厳しく統制している。

### (参考文献)

【世界年鑑】 1995 共同通信社

## 1) 新聞

日刊紙として Myanmar Alin (40万部)、New Light of Myanmar (1万4千部)がある(数値は Europa Publications 資料、1995)。

### (参考文献)

The Europa World Yearbook 1995 Europa Publications

## 2) 放送

1992年現在、国内で推定358万台のラジオと、8万8千台のテレビが普及している。ラジオ、テレビ局はMyanma TV and Radio Department (MTRD)に加え、95年に軍によるTV Myawaddyが放送を開始した(数値はEuropa Publications資料、1995)。

(参考文献)

The Europa World Yearbook 1995 Europa Publications

表-3: 経済指標 [ミャンマー]

主要経済指標の 推移	年	(1992)	(1993)	(1994)
	GDP(百万チャット) (注1)	247,917	339,084	N.A.
一人当たりGNP(ドル) (注2)	N.A.	N.A.	N.A.	
実質GDP成長率 (%) (注1)	11.3	6.0	N.A.	
消費者物価上昇率 (%) (注1)	21.9	31.8	24.1	
失業率 (%) (注3)	記載なし			
貿易収支(百万ドル)	-288	-605	-668*2	
輸出額(fob)*1	591	692	879*2	
輸入額(fob)*1 (注4)	879	1,297	1,547*2	
主要輸出入相手国*1 (注4)	輸出(1993年)シンガポール(19.4%) 輸入(1992年) 日本(25.5%)			
経常収支(百万ドル) (注1)	N.A.	N.A.	N.A.	
対外債務残高(百万ドル) (注5)	5,327	5,730	6,502	
債務返済比率 (%) (注5)	6.2	11.1	15.4	
外貨準備高 (百万ドル) (注2)	364	401	518	
通貨(1996年9月30日) (注6)	通貨単位:チャット(K) 1ドル=5.9578チャット			
会計年度	4月1日~3月31日			

(注)\*1 : 会計年度は4月1日開始。

\*2 : EIU/公式推定値。

出所 (注1) International Financial Statistics Yearbook 1995 IMF

(注2) World Development Report 1994-1996 The World Bank

(注3) Year Book of Labour Statistics 1995 1995 ILO

(注4) Country Report:Myanmar 3rd quarter 1996 EIU

(注5) World Debt Tables 1996 1996 The World Bank

(注6) 【各通貨の為替相場一覧表】 1996 東京三菱銀行

The first part of the document discusses the importance of maintaining accurate records of all transactions. It emphasizes that every entry should be supported by a valid receipt or invoice. This ensures transparency and allows for easy verification of the data.

In the second section, the author outlines the various methods used to collect and analyze the data. This includes both primary and secondary data collection techniques. The primary data was gathered through direct observation and interviews with key stakeholders. Secondary data was obtained from existing reports and databases.

The analysis phase involved using statistical software to identify trends and correlations within the data. The results show a clear upward trend in certain areas, while others remain relatively stable. These findings are crucial for understanding the overall performance and identifying areas for improvement.

Finally, the document concludes with a series of recommendations based on the findings. It suggests implementing new processes to streamline operations and improve efficiency. Additionally, it recommends regular communication and reporting to keep all parties informed of the progress and any challenges that arise.

The following table provides a summary of the key findings and recommendations discussed in the report.

Category	Findings	Recommendations
Operational Efficiency	Identified bottlenecks in the production process.	Implement automation for repetitive tasks.
Customer Satisfaction	High satisfaction levels in most areas, but low in delivery times.	Optimize logistics and improve delivery schedules.
Financial Performance	Stable revenue growth over the period.	Continue to invest in R&D for long-term growth.
Human Resources	Good employee retention and high morale.	Provide ongoing training and development opportunities.

## II 生活事情

### 1. 食生活

#### 1-1 食料

##### (1) 一般事情

ヤンゴン市内にはいくつかのマーケットがあり、大方の食料品は揃う。いくつか回ったうえで、いきつけのマーケットや、納得のいく値段の店をみつけるとよい。日本で馴染みの生鮮食品もあるので、特に不自由することはない。

マーケットには冷凍・冷蔵設備がないため、肉、魚などの生鮮食料品は遅い時間では鮮度が落ち、ハエがたかって不潔になる。必ず入荷したての物を購入し、きれいに洗ってから保存すること。

量り売りで購入する際は、量るのを近くでしっかり確認すること。ほとんどの店では、ティカルとピイスが英語で書いてある政府の重りを使っている。100 ティカル = 1 ピイス = 1.6 キログラムである。良心的で、よい品を扱っている店をみつけたら、いつでもそこで買うようにすると待遇がよくなる。大量に買う時は、予約しておく確実に希望のものが手に入る。

当地は油を多く使った料理が主であるが、さっぱりしたものも食べたくるので、日本食品を持参するとよい。当地では日本食品は若干割高であり、いつでも入手できるわけではない。必要と思われる日本食は持参するか、バンコクやシンガポールに出かけた時にまとめて購入するとよい。

##### (2) 主な食料の出回り状況

###### <肉類>

鳥肉……インディアンマーケットで新鮮な鳥肉が手に入る。

牛肉……牛肉は 14:30 以降にマーケットに出る。朝出ているものは、前日から氷か冷水で保存しているものである。宗教上の理由から食べない人が多いせい、品質はあまりよくない。

豚肉……7:00~9:00 頃であればマーケットで良質のものが買える。ベーコン、ハム、ウィンナーもあるが、保存状態は悪い。

###### <魚介類>

川魚が主であるが、午前中に行くと海から揚げたての魚を買うことができる。雨季は船が出ないので品薄なこともある。

川魚……エビ、カニ、ナマス、コイなど

海魚……タイ、マナガツオ、バターフィッシュ、イカ、アジ、カレイ、舌ビラメ、タチウオなど

###### <野菜>

一年中あるもの……いんげん、タマネギ、じゃがいも、かぼちゃ、トマト、オクラ、青菜、青とうがらし、きゅうり、にんじん、キャベツ、ナス、ピーツ、ニンニク、水せり、わけぎ、大根、白菜、ショウガなど。

涼季 (11~2月) ……さやえんどう、カリフラワー、チャイニーズセロリ、コリアンダー、トウモロコシ、ニラ、朝鮮あざみ、からし菜、グリーンピースなど。

暑季 (3~5月) ……ほうれんそう、グリーンマンゴーなど。

雨季 (6~10月) ……筍、シナチク、きのこ類、さつま芋、タピオカ、ピーマンなど。

### <果物>

一年中あるもの……バナナ、ライム、ココナツ、パパイヤ、ブドウなど。

涼季（11～2月）……オレンジ、イチゴ、スイートライム、スイカ、タマリンド、アボカドなど。

暑季（3～5月）……ジャックフルーツ、マンゴー、パイナップル、マンゴスチン、ドリアン、ウリなど。

雨季（6～10月）……マンゴー、ナシ、ザクロ、スイートライム、ランブータン、ザボン、ライチ、カスタードアップルなど。

### <卵>

どのマーケットでも売っているが、鶏を飼育している農家から直接買う方が新鮮である。10 Mile Farmでは、新鮮で安い卵があるが、早朝で売り切れてしまう。注文にはまとまった量が必要なので、2～3家族共同で注文するのが望ましい。

### <パン>

強力粉があるので、パン作りをする人はドライイーストを持参するとよい。

主なベーカリーは次のとおりである。

Pearl Bakery、Thamada Hotel、Ruby Bakery、Maungayecafe、Strand Patisserie、Marlay Bakery & Confectionery、Turkey (Kyetisn) Bakery、Central Bakery & Butchery、Shwe Zin Bakery、K & K、San Pya Bakery & Confectionery、Vanda

### <乳製品>

バター……ミャンマー製のバターは滅菌していない牛乳から作られている。生での使用は避け、料理やケーキ作りなどに使うとよい。

政府直営店のバターはクリーミーで使い易く、値段も安い。ただし、いつでもあるとは限らない。

Dya Geha（政府直営店）所在地

8 Mile Prome Road

Kaba Aye Pagoda Road と Goodliffe Road の角

Komin Kochin Road の Royal Lake の岸

このほか、パン屋で売っているところもある。

トースト用のバターは、シンガポールショップ（すべて外貨払い）の食料品部で缶バターが売られている。

牛乳……近所の牛乳屋から入手できるので使用人に聞くとよい。ただし、生のままで飲用はできず、十分に煮沸しなければならない。ロングライフの牛乳は、シンガポールショップで購入できる。

ヨーグルト……レイダンマーケット、ミニゴンマーケット（早朝）、ダウンタウンのインディアン街（377 Maha Bandoola Road）の店などにある。

### <嗜好品>

コーヒー豆……産地マンダレーより送られた、ひきたてのコーヒーが楽しめる。スコットマーケット、ハルマンコーヒー（豆を煎ってひいてくれる）、レイユエセンコーヒー（煎りたてのコーヒー豆。もちろん豆もひいてくれる）で購入できる。

<調味料>

しょうゆ……ミャンマー製品は日本のものと味が異なる。シンガポールショップでは日本と同様のものが購入できる。

その他の調味料……砂糖、はちみつ、塩、こしょう、酢、味の素、とうがらし、トウバンジャンなどがある。いずれも品質はよくないが、加熱して使う分には問題ない。シンガポールショップでは、しょうゆ、マヨネーズ、ケチャップ、砂糖、インスタントコーヒー、味噌、料理用酒、だしの素、コンソメ、わさび、カラシ、七味唐辛子、ラー油などがある。

<その他、当地で調達できるもの>

米……もち米もある。

粉……強力粉、かたくり粉、きな粉がある。製粉所 A. K. Khan Mill (162 27th St.) では新しい粉が買える。ときおりコーンスターチもある。

めん類……乾めんはコシがない。Maung Htain Lin (5721th St.) には様々な種類の生そばがあり、質がよい。

春巻、シューマイ、ぎょうざの皮……チャイニーズマーケットにある。

豆製品……小豆、大豆、ピーナツ、ごま、豆腐がある。豆腐は加熱して使うこと。

乾物類……春雨、きくらげなどがある。

イースト……ティジゼーDの137番、138番、フランス製のドライイーストがある。

<当地で調達不可能なもの>

日本茶、麦茶（毎日水がわりに使う。ビルマ茶でもよい）、ベーキングパウダー、ゼラチン、ホイップクリーム、コンプ、かつおぶし、わかめ、ひじき、かんぴょう、ふりかけ、お茶漬の素、豆腐の素、こんにゃく粉、梅干し、紅ショウガ、福神漬、タクアン、乾めん類（うどん、そば、そうめん、冷麦）などである。

<購入できるが品数が少ないもの>

紅茶、干椎茸、きくらげ、スパゲティ、マカロニ、菓子類（ガム、チョコレート、アメ、せんべいなど）、スナック類がある。

食料油は、当地ではピーナツ油、ココナツ油が主である。ごま油もあるが品質は劣る。サラダ油はシンガポールショップで購入できる。

酒類、ジュース類については、缶ビール、ウイスキー、缶ジュース（コココーラ、セブンアップ、サンキスト）などディプロマティックショップ（143/14 Sule Pagoda Road）にて免税で購入できる。また、シンガポールショップでも購入できる。両店とも支払いは外貨のみである。

(3) 食料の入手

次にあげるのは邦人、外国人がよく利用するスーパーマーケットである。

店名	営業時間	備考
JYANKO SUPER MARKET	9:00~20:00	所在地 No, 12 Inya Road, Tel; 526783
スコットマーケット	8:00~16:00	野菜、果物、肉、魚など。
ティンジゼ	8:00~16:00	果物が豊富。野菜、スパイス、カシューナツツ、クルミ等。
チャイニーズマーケット	5:00~16:00	野菜、魚（エビ、カニ、イカ等）が豊富。
インディアンマーケット	6:00~16:00	野菜、果物、鳥肉（新鮮）、牛肉（14:30過ぎがよい）、インディアンスパイスがある。

店名	営業時間	備考
テイリーミンガラマーケット	6:00~16:00	卸売り野菜と果物がある。値段は安いが大 量に購入しなければならない。
チミダインマーケット	12:00~19:00	牛肉が安い。豚肉、鳥肉、野菜がある。
チミダインフィッシュマーケット	5:00~10:00	魚のみ。
カマユレイダンマーケット	6:00~18:00	野菜、果物が主。肉と魚は少ない。
ミニゴンマーケット	6:00~10:00、 12:00~19:00	野菜、果物、肉、魚。
ミャンマーフィッシュエンタープライズ		冷凍物の海水魚が安い。予約もできる。

## 1-2 食器、調理器具など

### (1) 食器、調理器具などの入手

食器、調理雑貨はスコットマーケット、チャイニーズマーケット、センシオンマ  
ーケットなどで売られているが、品質は悪く値段は高い。

### (2) 日本から持参した方がよい食器、調理器具など

フライパン、鍋、てんぷら鍋、やかん、蒸し器、魚焼き器、ポット、料理用量り、飯  
台、巻すだれ、包丁、まな板（プラスチック製）、砥石、水きりかご、便利だな（多段  
バスケット）、たわし（ナイロン、スポンジ）、ボール、計量カップ、あわだて器、皮  
むき、しゃもじ、おろし金、お盆、ハエよけ食卓カバー、茶こし、粉ふるい、紙ナプキ  
ン、わりばし、竹ぐし、テーブルクロス、冷蔵庫脱臭剤、などである。

使用することが多く、大量に持参するとよいものは、サランラップ、ホイル、お弁当  
用アルミカップ、油こし紙、コーヒーフィルターなどである。これらは、バンコクでの  
調達も可能である。

その他、必要と思われるものはできるだけ持参した方がよい。特に湿気や害虫を防ぐ  
タッパーウェア、缶筒、茶箱などを持参するとよい。雨季が長いので湿度が高く、かび  
が発生しやすい。また、部屋の中までアリが入りこみ、カップラーメンの中身まで食べ  
られていたこともある。密閉容器は調味料、粉類入れにも重宝する。

水筒、魔法瓶は、子供が各自の飲料水として学校に持って行く物と、大人のスポーツ  
用の物も必要である。丈夫なものを選び、壊れた場合に備えて余分にあるとよい。

調理器具はほとんど使用人が使うことになるので、少々の粗雑な扱いにも耐えられる  
丈夫で長持ちするものを選ぶとよい。

電気製品については、当地のシンガポールショップや東芝ショップなどで、一通りの  
ものが適正価格で購入可能であるが、特に日本製にこだわる場合は持参すること。

冷蔵庫は大型のものが望ましい。家族の人数により 1~2 台必要である。冷凍庫は生  
鮮食料品の保存の他、のり、コンブ、乾めんなどの日本食品の保存にも重宝する。

そのほか必要と思われる電化製品は、炊飯器、オーブン、トースター、ミキサー、電  
熱器（ガスが使えないので必需品）、電気クッキングヒーター、もしくは電磁調理器で  
ある。持参する電気製品の数・容量に応じてトランスが必要である。

当地の電力事情はかなり悪い。電圧は 230 ボルト、周波数は 50 サイクルであるが、  
電圧変動が激しいため、電気製品の故障が多い。修理のことを考えて、マイコン内蔵型  
など的高级品は避けるのが賢明であり、日本仕様のものを使用する場合はそれなりの覚  
悟が必要である。



1-3 外食

(1) 飲食店

～料理	店名	電話	備考
西洋	Inya Lake Hotel	662857	
	Strand Hotel	281533	
	Traders Hotel	271499	
	Traders Hotel	242828	
	Sedona Hotel	666900	
ミャンマー	Strand Hotel	281533	
中華	Karaweik	2928005	エアコン付き個室ありパーティもできる。
	Mya Kan Tha	52712	エアコン付き個室あり。
	Nagani (Red Dragon)	660871	個室あり。
	Nan Yu	277796	エアコン付き個室あり。
	Ruby	271106	予約する方が望ましい。もやしラーメンがおいしい。
	7 Up Hot Pot	542710	鍋がおすすめ品。予約が望ましい。
	Yan Kin	578925	人数が多い時は予約した方がよい。
	Panda	221152	エアコン付き個室あり。人数が多い時は予約が必要。
	Dolphin	285084	湖畔にあり眺めがよい。
日本料理	ふるさと	552265	最も古くからある日本料理店。
タイ料理	Sala Thai	548661	本格的タイ料理の店。

(2) その他の飲食店

該当情報なし。

## 2. 衣料

### 2-1 衣料

#### (1) 一般事情

当地においての一般的な衣服は、ロンジー（男性も女性も筒状にした布地を、巻スカートのようにして着用する）とエンジといわれる上着である。気候は年平均気温 28℃であるから、日本での夏物と、雨季、涼季の一時期に長袖のものが必要になる。

#### (2) 日本から持参した方がよい衣料

必要な衣類（主に夏服）はすべて持参した方がよい。特に靴下、下着類、子供・乳幼児の衣類は適当なものがない。毎日の洗濯、アイロン、加えて強い直射日光により傷みも激しいので、少し多めに用意すること。各種スポーツウエア、雨季、涼季のためにカーディガンなども持参した方がよい。

#### (3) 任国で調達した方がよい衣料

ミャンマーで作られるロンジー用の綿、絹の布地を利用して、婦人・女兒服などをテーラーで作ることができる。

#### (4) その他の留意点

各種タオル、毛布、タオルケットを必要量持参すること。そのほか、布地、テーブルクロス、カーテン用生地、白さらし生地なども持参すれば重宝である。

靴類は、運動靴、サンダル、革靴が必要である。当地では子供用の運動靴は手に入らないので、成長を考えて必要なサイズを用意すること。

### 2-2 礼装

#### (1) パーティー

パーティーの殆どはカジュアルで十分である。男性はパティックやスポーツシャツを着用し、女性のほとんどは普通丈のワンピースを着用している。

#### (2) 式典

天皇誕生日、元旦の式典では、男性はダークスーツ、女性はロングドレスあるいはワンピースを着用している。

#### (3) 冠婚葬祭

特に改まった服装は指定されていない。

#### (4) その他の留意点

男性はダークスーツ、黒のネクタイ、女性は黒のワンピースを持参するとよい。

### 2-3 洗濯、仕立て、修繕、保管

#### (1) 洗濯

ドライクリーニング店が 1 軒あるが、失敗もあるのであまり利用されていない。当地の雨季は 4~5 ヶ月続いたため、子供、乳幼児のいる家庭は乾燥機があるとよい。洗濯機は修理のことを考えて、込み入った機能でないものがよい。

#### (2) 仕立て、修繕

インド人、中国人の経営する洋服の仕立て、修繕の店があり、女性はしばしば利用している。紳士服はズボン、半袖シャツなどを注文している。

#### (3) 保管

雨季の湿度は 90% を超えるので、皮革製品、絹などは茶箱、あるいはしっかりした造りの洋服ダンスにしまうこと。茶箱は虫除けにもなるので、いくつか持参すると便利である。

### 3. 住宅

#### 3-1 住宅事情

##### (1) 一般事情

近年の外国人の流入により、住宅・オフィス需要は高く、家賃の急激な高騰が続いている。毎年の家賃改定は不可避となっている。

一般に、イギリス植民地時代に建てられた住宅は、天井が高く部屋も広い快適な造りではあるが、雨漏りや床のひずみが目立つ。新築はその対極であるが、日本の住宅と比較すれば十分な広さである。

#### 3-2 ホテル事情

外国人がよく利用するホテルは次表のとおりである

政府系ホテル (単位：ドル)

	ホテル名	電話	料金 (ドル)
政府系ホテル	Inya Lake Hotel	662857~60	Single 156, Double 180
	Strand Hotel (old)	281533, 281516	Single 48, Double 60
	Thamada Hotel	271499, 271614	Single 48, Twin 78
	Kandawgyi Hotel	249255~9	Single 96, Double 108
民間ホテル	Summit Parkview Hotel	227940	Single 69, Twin 75
	Traders Hotel	242828	Single 100, Twin 110
	Mya Yeik Myo Hotel	553818~9	Single 58, Twin 72

(注) ドルレートは1997年9月現在のものである。

#### 3-3 住宅の探し方

何よりも大切なことは、在留邦人などから信用のおけるハウスイージェントを紹介してもらうことである。契約書を締結するまでの家主との細かい交渉はエージェントに代行してもらうとよい。いくつかの物件をみて、当地での家賃の相場、建築様式をつかみ、それから候補を絞っていくようにするとよい。最初の家主の言い値が、こちらの希望額の2割高ぐらいのものまでは候補に入れておく。

#### 3-4 住宅の選定上の留意点

日本人向けの住宅に必要な条件は、3相電源 (スリーフェーズパワーメーター)、電話、地下設備の3つである。

一般的な家庭内配電は当国ではすべて単相であり、3本のコード、3つのジャックがある場合でも1本はアース線であり、実質単相である。重要なのは、配電盤に入力されている外からの電力が3相かどうかである。2本のコードできていれば単相で、3本のコードできていれば3相である。トランスに Three Phase、230ボルト、15~30×3 Aなどの表示があり、最大許容電力がわかるので、使用する電気製品の消費電力の合計と比べてみるとよい。エアコン、大型冷蔵庫、浴室用湯わかし器などを使うのであれば、スリーフェーズパワーメーターは必須条件である。新規に取り付けるのは、きわめて困難である。

電話は緊急時の連絡や業務に絶対不可欠である。新規に取り付けるには、(家主の地位にもよるが) 早くても1ヶ月は要するため、既に備わっている家が望ましい。住宅見学の際には、電話線が生きているか否か、確認のため実際にかけてみるとよい。また、家主の家と親子電話になっていると後々トラブルの元になるので、独立した電話であることを確認しておくこと。

ヤンゴンでは上水道が引かれている家が多いが、地下の水道管の腐食などによる水質の悪さ、乾季の断水の心配などから、地下水設備の整っている家が好ましい。

一般に、上水道を Government Water、地下水設備を Tube Well と呼んでいる。地下水設備は、地下から地上にくみ上げるポンプがあり、それをためる貯水槽が地上にある。貯水槽の水が汚れている場合は施設に問題がある。また、ボウフラなどの繁殖を防ぐためにも、蓋はしっかりしている方がよいので確認すること。

次に槽を高く上げた貯水槽があるか確認してみる。これは地下水、上水道にかかわらず必要で、地上からモーターでくみ上げて貯水しておき、そこから各蛇口に配水している形式である。停電すればモーターは使えないので、タンクを空にしないよう、こまめにくみ上げておく。ヤンゴンのトイレは水洗であるが、汚水は地下にしみ込ませる形式なので、地下水ポンプと汚水槽が異常に近かったり、集落の窪地にある家の地下水では好ましくない。

いずれにしても、飲料水は煮沸してから使うので、地下水、上水道ともそれほど神経質になることはないが、胃腸に自信のない人や乳幼児が同行する場合は、浄水器を持参するとよい。

住宅見学の際には、実際に各設備をひとつおり動かしてもらい、確認すること。

以上 3つの条件は家賃に影響し、これらの条件が欠けていれば、家賃を値下げする理由にはなる。少なくとも3つのうち2つは整っている物件がよい。

家賃は立地条件の良し悪しによっても変動する。一般にヤンゴンはインヤという湖の周辺以南からダウタウン以北に外国人向けの住宅が多く、ここから離れるほど家賃の相場は安くなる。ただし、停電や断水が頻繁にあったり、有事の際に道を封鎖され、集合場所に行けず孤立してしまう場合もありうる。

一般に政治的、社会的に高い地位にある人の住宅の周辺は、断水や停電も少ない。付近住民の地位のバロメーターは道に現われていることが多く、要人の近くは道がよい。

施設が整っているにもかかわらず、極端に安い物件は疑った方がよい。雨季にアクセス路が冠水するとか、騒音、泥棒が多いなど、何かマイナス材料があるかもしれない。一般的に過去に外国人の住んだことのある家は施設も整っており、家主も心得ているので安心である。

### 3-5 住宅の契約

契約は通常1年単位である。物件が決まったらエージェントを通じて契約書を作成する。契約書には借上げ期間や家賃を書き込む。

また、交渉の際に出した条件、例えば1ヶ月以内に電話をつける、次の乾季に外郭をペイントし直す等は、できるだけ契約書に盛り込むか、別に同意書を書いて明文化しておくといよい。

契約書は長文のうえ、日頃見慣れない文章が多いが、必ず目を通し、納得できない条件があれば、訂正してもらうよう交渉する。

家賃はドル払いなので、家主がドル口座を持っていなければ新規に開いてもらう必要がある。住宅手当が専門家の口座へ入金されたことが証明されれば、比較的容易に開設できる。家主側は契約書に家賃納付日の記入を要求してくるが、住宅認定申請から住居手当入金までは数カ月を要し、はっきりとした期日は予測しかねるので、事情を説明し、明文化は避けた方がよい。

### 3-6 電気、ガス、水道などの手続と管理

電気代、電話代、水道代は請求書が届くので、在留邦人に支払い方法を相談し、最寄りの事務所や銀行で支払う。

ガスは一般には普及していない。

### 3-7 その他

外国人登録税は、専門家およびその家族は、ミャンマーの所属先の局で身分証明書を発行してもらえば免税されることになっている。

汚水槽、貯水槽の清掃、外郭、内装の補修などは、在留邦人、家主と相談のうえ、状況に応じて実行する。

クーラーは家族数、部屋数に応じ 2～4 台必要である。また、電気製品の数・容量に応じてトランスが必要である。

#### 4. 医療

##### 4-1 赴任前の準備

###### (1) 予防接種

破傷風、狂犬病、コレラワクチンの接種、A型肝炎抗体陰性者はガンマグロブリンの筋注が望ましい。また、当国はB型キャリア率が10～12%と高いため、B型肝炎抗体陰性者はB型ワクチンの接種が望ましい。小児期ワクチン(ポリオ、BCG、3種混合、麻疹など)は、日本で済ませるよう主治医と相談し、計画的に接種しておく。また、これら予防接種の記録は必ず手帳などに記載しておくこと。

###### (2) その他の準備

赴任前に健康診断を受け、疾患があれば日本で治療を済ませること。

慢性疾患の場合は、検査結果と投薬記録を英文で持参する必要がある。

##### 4-2 医療事情

###### (1) 医療機関

かつては国営病院が殆どであったが、近年、日本人も受診可能な私立病院ができている。日本人が利用できる医療機関は次のとおりである。

機関名	住所/電話	診療科目、	入院	予約、備考
Yangon General Hospital	Bogyke Aung San St./281722、289908	全科 (小児、産婦、耳鼻科を除く)	可	Kandawgyi Clinicからの紹介のみ受診可
New Yangon General	Bogyke Aung San St./ 283022、283097	全科	可	同上 (JICA 病院)
Kandawgyi Clinic (個人)	Kyaikasan Road/550149	全科	可	予約不要。24時間オープン
Pacific Medical Center (個人)	No.81 Kaba Aye Pagoda Rd./548022	全科		
Bahosi Medical Center (個人)	B-31/36, Bahosi Medical Complex/224667, 224548, 227553	一般		24時間サービス
AEA Clinic (個人)	Inya Lake Hotel 内 /667879, 667877			夜間の緊急時に便利

###### (2) 緊急時の対応と措置

緊急時は、外国人は上記のKandawgyi ClinicまたはAEA Clinicで受診するように要請されている。ただし、当国の医療事情に鑑みて、緊急の事態を除いて当国での手術は避けたい。緊急出国の際は書類手続に時間を要するので、すみやかにJICA事務所、および大使館領事に連絡して手続を開始する。救急車のサービスはない。国内旅行中の場合は近くの医療施設で受診し、JICA事務所に連絡する。

##### 4-3 医薬品など

###### (1) 携行することが望ましい医薬品

一般家庭用常備薬(鎮痛解熱剤、総合感冒薬、整腸剤、小傷用消毒薬、パック入り滅菌ガーゼ、傷用カットバン、目薬など)、抗生物質(ペニシリン系あるいはセファム系1種、腸管感染用にウイントマイロン、あるいはカナマイシン)、皮膚用軟膏(ステロイド軟膏、抗菌用剤、抗ヒスタミン軟膏など)、総合ビタミン剤など必携である。

## (2) 任国で調達できる医薬品

医薬品の需要に対して供給はまったく不十分であり、売られている医薬品の大半は、タイ、インド、中国などから輸入または密輸入されたものである。有効期限、保存法など信頼できるものはなく、販売店にも薬剤師はいない。したがって医薬品は日本から持参するか、タイに出た時に調達するかのどちらかである。

## (3) 任国で調達できる衛生用品

シンガポールショップで、トイレトペーパー、歯みがき粉、石けん、シャンプー、リンス、洗濯粉洗剤、漂白剤、蚊取線香、殺虫剤、トイレ消毒液などが購入可能である。また、ドルショップでも購入できる。

## (4) 医薬品を使用する場合の留意点

どのような疾患でも、早期に日本大使館の医務官に相談して使用することが望ましい。受診時は携行薬品のリストを持参して、適切な薬剤の指示を求めること。

### 4-4 妊娠、出産、育児

#### (1) 妊娠した場合の対応

まず、Kandawgyi Clinic 等で受診して妊娠を確かめる。異常分娩、早産、早産児の出産の対応はむずかしく、邦人のほとんどは、バンコクあるいは日本で出産している。流産の処置は可能である。中絶は法律で禁じられている。

#### (2) 出産後の対応

バンコクで出産の場合は1～2週後、日本で出産の場合はミャンマーに戻る前にBCGの接種を受けておくことが望ましい。乳幼児の定期検診のシステムはない。小児期の予防接種は、帰国や隣国への旅行時にあわせて計画すること。

#### (3) 育児

邦人家庭の多くはベビーシッターを雇用している。ベビーシッターや他の使用人には健康診断を受けさせ、結核でないことを確かめること。狂犬病が多いので、幼児を犬や猫に近づけないよう注意すること。

### 4-5 手術

#### (1) 任国で可能な手術

虫垂切除、胃や十二指腸出血対応、外傷治療等は可能である。簡易な手術はいずれの病院でも行なっており、大手術はYangon General Hospitalで行なわれている。術後創感染が高率にみられるため、簡易なケースでも、なるべく当国での手術は避けた方がよい。

#### (2) 手術設備の状況

手術室の管理や医療設備は不十分である。

#### (3) その他の留意点

輸血血液のHBs抗原の検査はヤンゴンでのみ行なわれているが、検査の感度は低い。マラリアの検査は全くなされておらず、梅毒の検査も定かでない。やむを得ず輸血が必要な場合は、HBs抗原陰性、マラリア陰性、梅毒陰性の邦人から提供してもらうのが望ましい。必要医薬品（使い捨て注射器、注射針、抗生物質など）はできる限り持参する。もし持参したものが不足した場合は、大使館の医務官に相談して供給してもらう必要がある。入院中の食事は持ち込みであり、病院給食はない。手術の立会いは可能である。また、入院付添いは何人でも可能である。

### 4-6 任国でよくかかる傷病

#### (1) 一般の疾病

季節の変わり目に感冒が多い。結膜炎が流行することがある。汗をかいたまま放置す

ると湿疹になりやすい。また真菌症、虫さされでも湿疹になりやすい。

A型肝炎は生水、市販の氷、生ものの飲食によって感染する。特に単身赴任者は外食の機会が多いため罹患しやすく、毎年、邦人が1～2人は罹患している。赴任前にA型肝炎抗体の有無を確かめ、陰性者はガンマグロブリン注射を定期的に受け、飲食物に十分注意することが大切である。

いわゆる下痢症は、赴任して間もない人に多いが、時折、長期滞在者になることもあるので注意すること。

## (2) 風土病・伝染病

マラリア……ヤンゴン市内、マンダレー市内を除く全土で蔓延している。特にタイとの国境地帯は汚染濃厚地帯である。当国では熱帯熱マラリアが多く、三日熱、四日熱マラリアの時もある。また、クロロキン耐性マラリアの報告もある。1989年の患者数は3万9,839人、死亡率10.75%と報告されている。ヤンゴン、マンダレー以外の地域に出かける時は、十分な予防が必要である。

赤痢、コレラ等……日頃より石鹸での手洗いを励行し、休養を十分にとるなどの予防が肝要である。

デング熱……昼間活動する蚊によって媒介される。防虫に注意する必要がある。

狂犬病……毎年1,500～2,500人程度が、狂犬病ウイルス感染症として治療を受けている。野犬が多いので、噛まれないように注意すること。

ハンセン病……当国の本症患者は多い。

結核……罹患者が非常に多いので、使用人を雇用する場合は、前もって胸部X線検査を行ない、結核でないことを確かめる必要がある。

エイズ……麻薬中毒者の半数がHIV感染者である。

## (3) 有害動物、病害虫

蚊……マラリア、デング熱の媒体となる。

ヘビ……毒ヘビの被害を受けた例の85%はバイパー（マムシに似ている）、15%がコブラである。ゴルフ場や庭先でみかけることがある。咬まれた場合は、咬傷部を動かさないように板片などで固定し、すみやかに医師の診察を受ける。

サソリ……庭先にいるが、生命に危害を及ぼす種類はいない。

南京虫……公共施設の椅子や屋内のベッドの木枠などでしばしば被害に遭う。アレルギー体質の人は注意を要する。赤く、大きく腫れて治りにくい。

## 4-7 保健衛生

### (1) 飲料水

ヤンゴン市内の一般家庭では水道水か井戸水である。いずれも煮沸して飲料水とする。水道水にはかなりの泥が含まれているので、煮沸前に濾過することが望ましい。

レストランでの氷や水は、できるだけ避けるのが賢明である。

### (2) 濾過器の入手

当国では入手できない。家庭用としては自動除菌濾水器（田邊商工株式会社製品等）などが用いられている。濾過フィルターは、バンコクで調達できるものもある。

### (3) その他の留意点

レジャー施設もなく、日常生活は単調になりやすい。さらに、どこへ行くにも車なので運動不足になりやすい。邦人の間では、テニス、ゴルフ、ヨット、乗馬などのスポーツや、その他趣味の会が盛んである。これらに積極的に参加し、心身ともに健康を保つように努めることが望ましい。



## 5. 教育

### 5-1 教育事情

#### (1) 一般事情

ヤンゴンの小・中・高等学校は児童・生徒数が多いので、その殆どが2部授業を行なっている。制度は小学校1～4年、中学校5～8年、高等学校9～10年の10年間に続き、大学4年間がある。

#### (2) 日本人学校

日本人学校は1964年6月開校、66年5月に幼稚部が設置され、72年4月、ラングーン日本人学校となる。76年3月、文部大臣より、中学部の指定を受ける。89年9月、国名および都市名変更により、ヤンゴン日本人学校となる。現在に至るまでの間に、78年4月、80年7月、90年8月と3度移転している。

##### ヤンゴン日本人学校

所在地：1 Than-Taman Road, Yangon 電話：221811

教職員は日本から派遣されている8人のほか、現地採用の英語教師、教員免許を持つ教職員の婦人（美術、家庭科、書道を担当）、非常勤講師4人がいる。

児童・生徒数は小学部約30人、中学部9人（平成9年9月1日現在）と、非常に小規模であるが、バンコクに次ぎ2番目に古い伝統のある日本人学校である。

教育設備はよく整備されており、充実した教育内容を誇っている。また、学校内は家庭的な雰囲気であり、転入生は最初の日から溶け込むことができる。

小学部、中学部とも毎月1回の定期テスト（国・算・社・理・英）を実施している。

また、修学旅行、サッカーやソフトボールなどのインタースポーツミート、外国人学校生を招待して行なう学習発表会、日本人会も参加して行なう運動会、弁論大会など多くの行事をこなしている。

#### (3) 現地校、外国人学校

##### <Diplomatic School (ディプロマティックスクール) >

所在地：65 Shin Saw Pu Road, Yangon

イギリス系スクールで、ミャンマー人の生徒30人のほか、東南アジア諸国の大使館の子弟80人余りが学んでいる。

##### <International School, Yangon (インターナショナルスクール) >

所在地：20 Shwe Taungyar (Golden Valley) 電話：533154

子供の自主性を育て、子供の性格・能力にあった融通性のある教育を行なうとしている。詳細は、学校案内 (Student HandBook) に明示してある。

##### <International High School, Yangon >

所在地：20 Shwe Taungyar (Golden Valley) 電話：533154

アメリカの Nebraska Lincoln 大学から供与された教材を使い、アメリカの大学入試にあわせたカリキュラムが組まれている。

#### (4) 幼稚園

日本人学校、ディプロマティックスクール、インターナショナルスクールにそれぞれ付属されている。

ヤンゴン日本人学校幼稚部は、満3歳以上であればいつでも入園可能である。現地採用の職員3人がおり、約30人の園児が通っている。

## 5-2 入学手続および授業料

### (1) 日本人学校

小・中学部転入学希望者は、在学証明書、指導要録の写し、健康診断票、歯科検査票、学校所定の家庭環境調査票を提出する。

入 学 金……200ドル

月 謝……幼・小・中学部とも 1,300 チャットと 130 ドル

寄 付 金……1 家庭 300 ドル

通学手段……登下校ともにスクールバス (バス運営費として月額一人 20 ドル)

学 期……1 学期 4 月 1 9 日～ 7 月 2 5 日、2 学期 9 月 1 日～12 月 1 9 日、3 学期 1 月 9 日～ 3 月 1 4 日 (平成 9 年度)

休 校 日……日曜日、ミャンマーの祝祭日、天皇誕生日。そのほか学年学期末休校日は 3 月 1 6 日～ 4 月 1 日、7 月 2 6 日～ 8 月 31 日、12 月 2 0 日～ 1 月 8 日である。

ヤンゴン日本人学校で必要な教材として、以下のものがある。

教 科 書……海外子女教育振興財団で受領し、持参する。

算 数……三角定規、ものさし、コンパス (小 3 以上)、分度器 (小 3 以上)

国 語……習字用具一式 (小 3 以上)、学校にも習字紙はあるが、家庭用にも必要である。

音 楽……笛、ハーモニカ、ピアノカ

図 工……クレヨン、絵の道具、ハサミ、カッターナイフ、セロハンテープ、のり、ボンド、ホチキス、彫刻刀 (小 5 以上)

家 庭 科……裁縫道具セット (小 5 以上)、刺しゅう糸 (中学生)

技 術……製図用具

体 育……半袖シャツ、ズボン、水着、ゴーグル、海水帽、運動靴 (外用、体育館用)、グローブ (幼稚園の年長以上はソフトボール、T ボールを課外活動で行なう)、テニスラケット (小 5 以上)

英 語……英語用ノート (小学 1 年以上)

その他、上履き (色指定なし)、水筒、弁当箱、はし箱、リュックサック、敷物、鉛筆、消しゴム、下敷き、筆箱などがある。ランドセルは不要で、布製または市販の手さげ袋のようなものでよい。ノート類は、進級も考えて船荷で多めに持参するとよい (バンコクには横線のものしかない。シンガポールには日本のノートが売られている)。

バンコクでも購入可能なものとしては、色紙、スケッチブック、なわとび、鉛筆削り、ボールペン、サインペン、プリントをとじるファイルなどがある。

部屋が暗いので、机上用蛍光灯があるとよいが、電圧の関係上、バンコクで購入する方がよい (ミャンマーのシンガポールショップなどで売っている)。

靴は、成長を考えて多めに船荷に入れておくとよい (室内、体育館、外用)。

(2) 現地校、外国人学校

Diplomatic School (ディプロマティックスクール)

入学金…… 2,500 チャット

月謝…… 1,500 チャット

通学手段…… 各家庭の車

学期…… 3～5月(うち7週休み)、8～9月(うち2週休み)、12～1月(うち2週休み)

International School, Yangon (インターナショナルスクール)

入学金…… 500 ドル

授業料…… Pre-Kindergarden 700 ドル (6ヵ月分)

Kindergarden 1,950 ドル (6ヵ月分)

Grades 1～12 2,900 ドル (6ヵ月分)

通学手段…… 各家庭の車

学期…… 8月20日～12月21日、1月7日～5月29日、年間10ヵ月、180日以上

休校日…… ミャンマーの祝日、感謝祭、クリスマス休日

(3) 幼稚園

該当情報なし。

5-3 教育関係施設

(1) 図書館

日本人学校に書籍、ビデオテープがある。

(2) スポーツ施設

日本人学校にテニス、バスケット、サッカー、卓球の施設がある。水泳はアメリカンクラブ、インヤレイクホテルのプールを利用する。

5-4 家庭学習

(1) 家庭教師

英語、ミャンマー語、ピアノの家庭教師がいる。英語は主にディプロマティックスクール、インターナショナルスクールの先生のサイドビジネスによる。

(2) 通信教育

通信教育を受けたい時には、海外子女教育振興財団が行なっている海外向けの通信教育を受けるとよい。小学校、中学校の国語、数学、理科、社会などが受けられる。詳細については下記に問い合わせるとよい。

インターネット：<http://www.joes.or.jp>

東京本部

住所：〒105 東京都港区虎ノ門 1-21-17 虎ノ門NNビル 6階

電話：03-3580-2521

関西分室

住所：〒530 大阪市北区梅田 1-3-1-200 大阪駅前第一ビル 2階

電話：06-344-4318

(3) 携行した方がよい家庭用学習教材

子供の年齢に応じた参考書、問題集を持参するとよい。さらに、国語辞典、漢和辞典、和英辞典、英和辞典なども必要である。

## 6. 家庭の使用人

### 6-1 一般事情

妻帯者の場合は、運転手 1 人、コック 1 人、掃除・洗濯係 1 人、庭師 1 人、夜警 1 人、3 歳未満の子供がいる場合は、この他にベビーシッター 1 人が一般的である。

単身者の場合は、運転手 1 人（土・日曜日、祭日のみの場合もある）、庭師 1 人、夜警 1 人、コック（掃除・洗濯を含む） 1 人が一般的である。

労働条件（特に賃金）については雇い主により事情が異なるので、日本人会及び知人等から、現時点での日本人家庭の相場を聴取して設定するのがよい。以下の労働条件は、JICA 関係者数名からの聞き取りをもとに作成した。

### 6-2 運転手

#### (1) 雇用

雇用方法は、知人の紹介によるものももっとも多く、使用人の紹介による場合もある。

まず面接をし、多人数の場合は 2～3 日ずつ運転をしてもらい、選抜する。まず健康であること、安全運転であること、さらに英会話もできた方がよい。

契約書は特に作成しないが、禁止事項を書き、サインさせた方がよい。禁止事項は、ガソリン、エンジンオイルなどを闇市場に売らない、無断で私用に車を使用しないなどで、これを守らない場合は解雇とする。試用期間は 3 ヶ月である。

勤務時間は 7:00 頃より 17:00 か 18:00 頃までが普通である。休日は週 1 回である。

賃金は、基本給 8,000～12,000 チャットで月末払いである。昇給は 1 年に 1 回、超過勤務手当は 1 時間につき 10～20 チャット、交通費は実費を支給する。ボーナスは年 2 回で、4 月の水祭りと 12 月のクリスマスの頃に支払う。

解雇する場合は、後々トラブルがないよう十分配慮する。退職金は、勤務 1 年につき 1 ヶ月分を支給する。

#### (2) 日常管理

ガソリン抜きとりを防止するため、毎日運転記録をつけさせる。これには出退時間、朝夕の走行距離、行き先を記入させる。

#### (3) 教育指導

運転マナーは劣悪であることが多い。右折、左折時の対向車有無の確認は、あまり実行されていない。車線変更の場合は、ほとんど後方確認がされていないと思われる。このような運転マナーのため、無傷の車はきわめて少なく、ほとんどの車が接触事故を起こしている。したがって、対向車への注意、後方確認を十分させること、スピードを出さないこと、また警笛を安易に鳴らさないことを指導すること。

#### (4) その他の留意点

該当情報なし。

### 6-3 家政婦／夫

#### (1) 仕事の種類と人数

コック 1 人、洗濯・掃除係 1 人、ベビーシッター 1 人で、単身者のところはコックが洗濯・掃除も兼業するのが一般的である。

#### (2) 雇用

雇用方法は運転手と同様である。

まず面接をする。多人数応募の場合は、2～3 日ずつ働いてもらい、その中から選んで試用期間 3 ヶ月のうちに語学力、健康状態を観察する。小さい子供のいる家庭では健康診断（X 線、検便など）を受けさせるとよい。まず健康であること、正直であること、よく働くこと、さらに英語ができるとよい。

契約書は特に作成されることはない。

基本給はコック 8,000～12,000 チャット、洗濯・掃除係 5,000～7,000 チャット、ベビーシッター 3,000～5,000 チャットで、月末払いである。ボーナスは年 2 回、昇給は年に 1 回である。超過勤務手当は 1 時間 10～15 チャット、交通費は実費を支給する。

勤務時間は、7:00 頃～19:00 頃（昼休み 2 時間）、休日は週 1 回である。

禁止事項は、家の物を持ち出さないことである。たくさんあるので少しぐらいならという感覚で食料品、日用雑貨など勝手に持ち帰ることがある。

禁止事項を守らない場合は解雇とする。運転手と同様、解雇する場合は十分配慮すること。退職金は、1 年につき 1 ヶ月の割合で支払う。

住込みか通いかは、各家庭の間取り、雇用主の希望、本人の希望などで決められる。

### (3) 日常管理

コックには、薬用石けんでの手洗いを励行させる。飲料水は沸騰し、まな板は熱湯消毒させる。ゆで卵をむく時、おにぎりをはぎ取る時も、いちど沸騰させて冷やした水を使用させるなど、肝炎、食中毒、その他の病気予防のための注意を怠らないよう指導する。食器類も使用後に熱湯消毒か煮沸消毒をするとよい。

物価を知るためにも、買物は任せきりにせず、ときには一緒に市場に出る。任せた時には、何を買ったか、何に使用するかを報告させる。

洗濯は、すすぎを十分行っているかチェックする。また濁った水を使用していることもあるので注意すること。

ベビーシッターには手洗いを十分にさせ、子供に与える食べ物にも注意させる。

日常より食料、日用雑貨などの管理をしておくことが肝要である。雑貨などは大量に放置せず、必要量だけを出して使わせるのも方法である。

## 6-4 庭師、ガードマンなどの雇用

### (1) 雇用

雇用方法は運転手と同様である。

まず面接をし、仕事をさせながら選考していく。健康が第一で、語学力はさほど問題ではない。契約書は特に作成していない。

基本給は、庭師、夜警とも 4,000～6,000 チャットである。庭が小さく、ガードマンが庭師を兼ねている場合は 5,000～7,000 チャットで、月末払いである。ボーナスは年 2 回、昇給は年 1 回で超過勤務はほとんどない。通いの場合は交通費実費を払う。

勤務時間は、庭師は 7:00～17:30、ガードマンは 17:30～7:00 で、0:00 頃より仮眠をとらせてもよい。庭師とガードマンを兼ねている場合は、17:00～7:00、8:00 頃が一般的である。休日は週 1 回である。

庭師の場合、手入れを怠り、庭が荒れたままの場合は解雇とする。

夜警は 0:00 以降に仮眠をとるが、人によっては自分の職務の自覚がなく、門、玄関、車庫などを開けたまま鍵をかけずに部屋に入って寝てしまうことがある。したがって、時には夜中にも監督する必要がある。職務怠慢の場合は解雇する。庭師、ガードマンの解雇の際にも、後々しこりを残すことがないように十分に配慮すること。

## 7. 交通事情

### 7-1 交通手段

#### (1) 一般事情

年々改善されつつあるが、地方はもとより首都ヤンゴンにおいても交通手段は未発達である。ヤンゴン市内の公共交通手段としては、路線バス、タクシーのほか、自転車の横に前向きと後ろ向きふたつの座席を前後に設けたサイカーがある。

#### <路線バス>

国内生産された日野マイクロバス(30人乗り)を中心に、戦前からあるクラシック(旧型)なバス、最近フランスから提供された大型バスなどを使用している政府系と、トヨタ、日産等の、ピックアップを改造した車を使用している民間系の2つがある。

これらのバスは朝夕のラッシュ時には超満員で、ドアのない乗降口に数人の乗客がぶら下がっている。またエアコンはもちろんのこと、窓ガラスのないバスも多い。料金は1~2チャットと安い、路線バスを利用する在留邦人はほとんどいない。

#### <長距離バス>

国内生産された日野の大型バスを使用しており、ヤンゴン~マンダレー、ヤンゴン~マダエなどの路線がある。いずれも夜間運行されている。しかしながらバスは古くエアコンもない。常に満員で、故障のため途中でエンストすることも多く、事故の危険性も高いので利用しない方が賢明である。

#### <タクシー>

料金メーターはほとんど機能していないので、乗る前に運転手と交渉して料金を決める必要がある。だいたい2~3キロメートルぐらいの距離で200チャット前後、空港から市内(ダウタウン)までで500チャットぐらいである。

#### <サイカー>

短距離用の乗り物(人力車)で、1~2キロメートル20チャットぐらいである。いちど乗ってみるのもおもしろい。

#### <鉄道>

主要幹線として、ヤンゴンが起点のヤンゴン・マンダレー線、ヤンゴン・プローム線、ヤンゴン・モールメイン・イエ線、そしてマンダレーが起点のマンダレー・ミッチーナ線、マンダレー・ラシオ線などがある。列車は1等車(Upper Class)と2等車(Ordinary Class)に分かれている。1等車の座席は広いが、エアコンはなく、乾季には窓から砂ほこりが舞い込み、揺れも激しいため、小さな子供連れでの利用は避けたほうがよい。また、邦人が飲食できるような物は列車内はもちろん、各停車駅でも入手不可能であり、持参する必要がある。もっとも利用者数の多いヤンゴン・マンダレー線の所要時間は約12時間とされているが、故障その他の理由により大幅に遅れることもあるため、飲食物を余分に準備するなどの注意が必要である。2等車の座席は木製で、公園のベンチのようなものであり、長距離旅行には向かない。

料金はヤンゴン~マンダレー間片道約300チャット(外国人は50ドル)で、乗車券の購入は5日前までに文書で申し込み、出発の前日に駅で料金と引き換えに受け取るシステムになっている。

#### <水路>

イラワジ、サルウィン、シッタンの3大大河があり、特にイラワジ川は貨物の輸送に大きな役割を果たしている。

ミャンマー人の船便利用者は多いが、在留邦人にとっては船内の設備、飲食物の入手などに困難があるので、遠距離旅行には問題が多い。

## <航空>

在留邦人にとって、航空便がもっとも便利な交通手段である。

国内線はミャンマー航空 (UB) とマンダレー航空 (TG) により運営されており、ほとんどの主要都市間を結んでいる。すべてはヤンゴン発で、数カ所の飛行場を経由して最終目的地へ到着後、同じ経路で戻りヤンゴン着となる。使用機はオランダのフオッカー社製 F27 フレンドシップ (ターボプロップ機) と、F28 フェローシップ (ジェット機) の 2 機種のみである。座席の前後間隔が狭く窮屈であるが、ヤンゴン～マンダレー間の所要時間は 1 時間であるため我慢できる。

機内では、外国人を優先に紅茶またはコーヒーのサービスがある。料金は安く、ヤンゴンからマンダレーへ片道 93 ドル、ヘーホー (タウンジー) 72 ドル、ニャウンウー (パガン) 78 ドルなどである。航空券の入手には、鉄道の場合と同様に事前に文書が必要である。帰路の予約はヤンゴンではできないことが多いため、所属先の現地機関などを通じて、事前に現地で予約してもらい、到着後速やかに現地航空公社へ出向いて帰路の予約確認をするとよい。

フライトスケジュールは、経由地の発着時刻は明記されておらず、機体のやりくりの都合などからしばしば変更があるので、十分な確認が必要である。また、飛行場によっては雨季には使用不能となることもある。

なお、Myanmar Hotels and Tourism Service を通じて利用する場合 (パック旅行がある) は、前述の予約、フライトスケジュールなどの問題はほとんどない。

国際線は、ヤンゴン～バンコク間をミャンマー国際航空が毎日 2 便、タイ航空もほぼ毎日 2 便運航しているほか、シンガポール、ダッカ、カルカッタへの便も週 1～2 便ある。また中華航空もヤンゴンに乗り入れている。

国際線航空券購入については 14-2 (P39) 参照のこと。

### (2) 自家用車を利用する場合

自家用車は本人のみならず、家族にとっても必需品である。ただし、制限速度を守る人はおらず、また方向指示器が作動しないなど整備不良車も多いため、慣れないうちは自分では運転しない方がよい。

国内の道路は未発達で、幹線道路以外は普通車では走行できない道が多い。主要都市間の国道は舗装されているものの、その大部分はタール舗装であり、ヤンゴンとマンダレーを結ぶ国道 1 号線でさえ、路面は平らでないうえ、一部は舗装幅が狭く、追い越しの時などは舗装面からはみ出してしまうほどである。

しかし、振動さえ気にしなければ、交通量が比較的少ないため、この道路状況下でも平均速度 30 マイル (50 キロ) で走ることができる。ヤンゴン～プローム～マグエ～チャウパタンを結ぶ国道 2 号線のプローム以北は新しく、雨量も少ないため状態はよいので平均速度 40 マイル (60 キロ) 程度の高速走行が可能である。ただし、途中数カ所に橋のない川 (最大のものはヤンゴンから 345 マイル地点で、川幅約 500 メートルである) があり、普段は枯れ川で川床を走れるが、時には雨のため半日ぐらい渡河不能となることがあるので注意を要する。その他、雨季の多雨地帯 (ヤンゴンから北へ 200 マイルぐらいまでの地域) では、道路が冠水する区間もあるが、運行には問題ないようである。

各幹線道路には、8 分の 1 マイルごとに小型の里程標があり、ミャンマー数字、ところによってはアラビア数字で起点からの距離が書かれているので、位置確認の参考にすることができる。

### (3) 道路地図

国内でよい地図を入手することは困難である。ヤンゴン、マンダレー、パガンなどの簡単な市内地図であれば、Myanmar Hotels and Tourism Serviceで入手可能（価格は数十チャット）であるが、日本で市販されているガイドブックの地図の方が使い易い場合が多い。赴任前に、できるだけ詳しい地図を購入して持参するとよい。

## 7-2 交通事故

### (1) 対処方法

事故にあったら、まず運転免許証、身分証明書などで相手の身元を確認し、保証請求用の事故証明を取得するため警察へ連絡する。

加害者になった場合は民事賠償に加え、事故の程度により罰金・懲役刑があり、さらに行政処分として免許の取消し、停止がある。なお、ミャンマーの法律では使用人が事故を起こしても、日本のような使用者の両罰規定はない。

ミャンマー人は概して穏やかであるので、事故後の身体の危険はあまりない。損害が軽微な場合は、示談で済ますことも可能である。保険請求のためには写真が必要であり、その他の場合でも、証拠として写真をとることが望ましい場合がある。

### (2) 救急病院

邦人が人身事故に遭った時は、外国人専用の病院へ運ぶ。救急車の類いはないのでタクシーを利用するか、または自家用車を使用する。同時に日本大使館の医務官へも連絡し、アドバイスを求めるとよい。緊急の際に利用できる病院は下記のとおりである。

Bahosi Medical Center, (24 時間体制)

所在地：B31/36, Bahosi Housing Complex TEL：224667, 224548, 227553

### (3) 盗難

事故車を現場に残す場合は、盗難防止のため見張りをつける必要がある。車の部品や車内の物品が盗まれた場合は、たとえ警察に届けたとしても、盗まれた物が戻る可能性はほとんどない。見張りをつけられない場合は、貴重品を身につけて持ち出し、窓を閉めてドアをロックする。ただし、外装部品の盗難は覚悟しなければならない。また、現場で急遽、見張りを雇うのもひとつの方法である。

## 7-3 交通違反

### (1) 交通法規

交通法規はあるが、内容については不明な点も多い。

自動車は右側、歩行者は左側通行が原則である。

ヤンゴン市内のピーロード、カバエパゴダロード、ユニバシティアベニューなどの4～6車線の道路にはセンターラインがあるものの、交差点付近を除けば車線区分線はない。

道路面に標示してあるラインが実線の場合、それを越えて車線変更してはいけない。ラインが点線の場合は車線変更可能である。

センターラインが実線の場合は追い越し禁止である。高速車両はセンターライン側を、低速（古い）車両は右側を走行することになっている。

各所に信号のないロータリー方式の交差点があるが、ここでは左方の車両に優先権があるので、左方から車がきた場合には一時停止しなければならない。一般に自分の左側にいる車両や、交通の多い方の道路にいる車両に優先権がある。

道路標識には最高速度制限のほか、一時停止、進入禁止、一方通行などがあり、国際標識に準じたデザインであるが、制限速度などはミャンマー数字で書かれているので、これを覚えた方がよい。車のナンバープレートもミャンマー数字である。



交通信号は市内要所にあり、青・黄・赤の順で点灯を繰り返す。黄色は注意ではなく停止を意味する。概して警察は、信号無視に厳しいので要注意である。

市内の歩道の縁石が赤と白に塗り分けられているところは駐停車禁止、黄と黒は駐車禁止である。

法規上の歩行者と車両の関係は不明であるが、現実には横断歩道上でさえ車両優先の状態である。近距離に横断しそうな歩行者がいたら警笛を鳴らして注意を促した方がよい。日本流に停車しようものなら、追突されるおそれが多いからである。

先導車のついたVIPの車に出会うことがあるが、この時は対向・追い越しに関わらず、速やかに道路の右端に寄り、停止しなければならない。

## (2) 対処方法

右側通行、ミャンマー文字による標識、自動車優先など日本と異なる点も多く、またダウンタウンには一方通行が多いことから、運転は現地の運転手に任せるのが賢明である。やむを得ず自分で運転する場合はスピードを抑え、安全運転に徹すること。

## 7-4 車の修理

### (1) 部品

日本車、特にトヨタカローラ、コロナ、日産サニー、ブルーバード、三菱ギャラン、マツダファミリアなど5～8年前の車の部品は、費用と時間さえかければ入手可能なものが多い。また、ポイント、燃料フィルター、油圧などのセンサー、プラグ、ランプ類など一般に小さな部品は楽に入手できる。

入手が困難なものはタイヤ、プラスチック外装品（フロントグリルなど）、ウインドガラスなど大きいものである。また、オートマチックミッション、パワーステアリングなどの部品はほとんど入手不可能である。

いずれにしても部品の入手には費用と時間がかかるので、多少のスペアパーツは任期に応じて日本から持参した方がよい。悪路、高温、低品質のガソリン、オイルなどを考慮して、エアフィルター、オイルフィルター、燃料フィルター、プラグ、ポイント、ワイパーブレードなどは1年に1組を目安に、他の部品についても持ち込み車両の状態に応じて備えておく。日本での2年がミャンマーの1年に相当すると考えて用意するとよい。

### (2) 修理工場

古い車が多いこともあり、ヤンゴン市内には多くの修理工場がある。一般に板金・塗装の技術は高く、事故などによるボディの損傷はほとんどわからない程度にまで修理可能である。また、分解・組立ての技術もあるので、部品さえ入手できれば大抵の故障に対応できる。エアコンの修理も可能で、ガスの補充もできる。

しかしながらオートマチックミッションなどについては自信がない工場が多く、部品の入手も困難であるので、そういう車は持ち込まない方がよい。

修理時間はあまりかからず、費用は部品代（日本の3倍またはそれ以上）が大部分で、労賃は比較的安い。

## 8. 通信

### 8-1 電話

#### (1) 一般事情

電話は申請してから設置までに非常に時間がかかる。また、間違い電話、混線、つながりにくいなどの多くの問題がある。

JICA 専門家の場合は、受入先（カウンターパートの省庁、または公社）に要請し、そこから郵電局（Myanmar Posts and Telecommunications : MPT）に申し込む。1ヶ月以内に設置できるのは良い方で、地区によっては余分回線がないため、新設が困難な場合もある。

郵電局（Myanmar Posts and Telecommunications : MPT）

所在地：43 Bo Aung Kyaw St. (Corner of Maha Bandoola and Maung Tawly St.)

電話：281522

営業時間：9:30～10:30（平日）

電話料金の請求は数カ月遅れで、ときには半年ぐらい遅れて、市内、市外、国際電話と別々の請求書が送られてくる。請求書が送られてこない時は MPT に出向いて、電話番号を言って料金を聞き、支払いをする必要がある。

なお、請求書到着以降、期限までに支払いをしない場合は、電話線をカットされ、罰金をとられることがあるので注意をすること。

電話が故障した時は、102 番へ申し込む。修理人が来るまでに、早くても 1～2 日かかる。修理を急ぐ場合には、最寄りの電話修理事務所へ直接出向いて、修理人を車で連れてくるとよい。

#### (2) 国内電話

101 にダイヤルして交換手に申し込む。通常、市外電話の料金は、市内通話とは別に請求される。ヤンゴンから主要都市への電話料金は、次のとおりである。

都市名	地域 コード	3分間料金 (チャット)	都市名	地域 コード	3分間料金 (チャット)
ヤンゴン	01	—	バゴ	052	2.10
マンダレー	02	8.10	ピー	053	5.40
モールメイン	032	3.00	マグエ	063	6.60
バセイン	042	3.00	メッチーラ	064	6.60
アキャブ	043	8.10			

#### (3) 国際電話

130 または 131 をダイヤルして交換手に申し込む。日本との時差（-2.5 h）に注意すること。通話料金は、Personal Call は 3 分間 160 チャット、Station Call は 3 分間 96 チャット、追加 1 分間につき 32 チャットである。

日本からのダイヤル通話は比較的問題なくかかるが、ヤンゴンからの国際電話はつながりにくい。

日本からかける場合は KDD へ登録する必要がある。登録は無料で、最寄りの KDD 営業所で申し込めば 2 週間程度で登録できる。

## 8-2 電信

### (1) ファクシミリ

電話回線が混雑している時を除けば有効な通信手段であり、かなり普及している。ただし、電話事情が悪いことから一回で送信できるのは希であり、根気が必要である。

### (2) テレックス

現在では一般的ではない。ファクシミリがテレックスにとって替わっている。

### (3) 電報

該当情報なし。

### (4) インターネット

まだ普及していない。

## 8-3 郵便

### (1) 一般事情

郵便事情は非常に悪い。通常、エアメールは日本～ミャンマー間は 双方から 1 週間で到着するが、時には途中で切手を盗まれて到着しないこともある。特にミャンマーから出す手紙は着かない場合が多い。

ミャンマーから日本へ郵送する場合には、重要な書類はコピーをとり、書留にするか、または帰国する人に託し、日本国内から発送してもらうのが確実である。したがって日本の切手、封筒などを持参しておくといよい。

また、文書だけの場合は、ミャンマーの郵便書簡 (Air Letter) を利用すれば、ほぼ確実に到着するようである。

中央郵便局 (General Post Office)

所在地：Corner of Strand Road & Bo Aung Kyaw St. 電話：285499

Yangon University Post Office

所在地：Corner of Adipadi Road and University Av. 電話：530313

Shwegondine Post Office

所在地：60 Kochin Road 電話：550843

日本へのエアメール料金は、書状が 5 チャット、はがきが 4 チャット、書留が 13 チャットである。

プロジェクト関連では、私書箱や確かな連絡先がない場合は、郵便物の宛先を在ミャンマー日本大使館気付とした方が確実である。

書簡および郵便小包は中央郵便局どめとなる。郵便物が到着した旨の通知が送られてくるので、これを持参して郵便局に出向いて引き取る。

### (2) 課税

郵便小包で送られた食料品、衣類などには高額の関税がかけられる。また、ビデオテープ類は、引き取りに時間を要するので避けた方がよい。

## 9. マスコミ

### 9-1 新聞

#### (1) 主な日刊紙

1997年9月現在、日刊紙は英字紙1紙「The New Light of Myanmar」、ミャンマー語紙2紙「The Myanmar Alin Thadinzin」、「The Kyemon Daily」がある。いずれも政府の関係する団体から刊行されている。

日刊紙はすべて1日1回の発行で、一部地域を除いて、大抵は午前中に配達される。

近くの集配所、もしくは新聞配達人に口頭で購読申し込みをすれば、その翌日から配達される。購読料はいずれも月額80チャット前後で、毎月集金人がくる。

#### (2) 本邦日刊紙

日本の新聞の購読には次の2通りの方法がある。

OCSバンコク支店に申し込み、配送を受ける。ヤンゴンには、OCSの私的エージェントがおり、ヤンゴンでの配達はそのエージェントによってなされる。購読料は新聞によって異なり、支払いは、その時のレートで自動的に引き落とし、またはOCSの口座に直接振り込むこととなる。

配達の遅延日数は約1週間である。輸送機の関係で、毎週火、水、木曜日に2日分ずつ配達される。申込先は次のとおりである。

OCS Thailand Co., Ltd.

所在地：40/3 Rajdamri Road, Bangkok, Thailand

TEL：252-9176、251-6291～2

もうひとつはバンコクから衛星版をとり寄せる方法である。当地にエージェントがおり、簡単に契約できる。当日版が夕方または遅くとも翌日には配達されるため非常に便利である。

#### (3) 欧米紙

欧米紙の購読は、直接各国の業者に申し込んで郵送依頼をするほかない。大幅な遅延と欠配が予想される。

### 9-2 ラジオ

#### (1) ラジオ放送局

ラジオ・ミャンマー (Myanmar Television and Radio Department) がある。

中波および短波を使っており、英語版ニュースを、8:30、13:30、21:00に放送している。政府発表はこの放送で行われる。

#### (2) ラジオジャパン

受信状態はあまりよくないが、中北部地方ではよく聴取できるとのことである。周波数は一定していないので、その都度、自動的に周波数を探せるような高性能なラジオでなければ受信は困難である。14:00、もしくは18:00頃が、比較的容易に受信できる。

#### (3) 任国で聴取可能なその他の外国放送

数カ国の放送が受信できるが、イギリスのBBC、インド放送、中国放送などが、比較的明瞭に聴取できる。特にBBCの日本語放送はラジオジャパンより明瞭である。

### 9-3 テレビ

#### (1) テレビ放送局

テレビ・ミャンマー (Myanmar Television and Radio Department) がある。放送時間帯は、土・日曜日が 12:00~15:00、19:00~22:00、そのほかの曜日は 19:00~22:00 である。カラー放送で、ミャンマー語および英語の混合であり、ときおり英語版映画の放映もある。チャンネルを 6 に合わせると鮮明に受信できる。

#### (2) テレビ受信

日本の技術協力による放送システムであるため、日本のテレビ受信機がそのまま活用できる。ただし電源は 180~240 ボルトであるので、輸出用受信機もしくは変圧器を持参する必要がある。ヤンゴンでは室内アンテナで明瞭に受信できる。

衛星放送受信機器の購入が可能となり、BBC、CNN、NHKなどの番組を楽しむ人が増えている。

## 10. 教養、娯楽、趣味、スポーツ

### 10-1 映画、演劇

#### (1) 映画館

一般のミャンマー人にとって映画は最高の娯楽であり、特に外国映画専門の映画館の前では、切符を買う人々が長蛇の列を作っている。

ヤンゴン市内には多数の映画館があり、ミャンマー、インド、欧米、香港、日本などの作品を上映している。日本映画は英語の字幕スーパー付きなので、英語の勉強になる。冷房を完備しているのは外国映画専門館、および一部のミャンマー映画館だけであり、冷房のない所では座席に潜んでいる南京虫に刺され、ミミズ腫れになることがある。

外国映画の上映プログラムおよび期間は、新聞に載っている。また、土・日曜日は 8:00 より上映している。邦人が比較的に利用しやすい映画館は次の 2 館である。

#### Thamada

所在地： 5 Signal Pagoda Road 電話：270282、273218

料金：50 チャット、150 チャット、200 チャット

#### Papawin

所在地：241/243 Sule Pagoda Road 電話：276431、272270

料金：50 チャット、150 チャット、200 チャット

#### (2) 劇場

劇場と呼ばれる建物は、ヤンゴン市野外劇場ひとつである。

ヤンゴン市野外劇場では年に数回、外国の歌謡舞踏団の公演が行なわれている。その他、ミャンマーダンス、ドラマ、音楽の公演もある。

#### 野外劇場

所在地：Godwin Road 電話：285011

ミャンマー伝統舞踊は、Karawaik Hall で食事をしながら鑑賞できる。

### 10-2 出版、書籍

#### (1) 一般事情

出版活動はあまり活発ではないが、ミャンマー語の出版物は比較的によく出ている。紙や製本の質はよくない。

英語版、およびミャンマー語版の雑誌は、国営 7 誌、私営 6 誌がある。国営の「Working People Monthly」と「Guardian Monthly」には短編、詩などが掲載されている。その他英語版「タイム」、「ニューズウィーク」が購入可能である。

日本語書籍の購入はまず不可能なので、持参したり、日本から取り寄せるとよい。ただし、送付された書籍はすべて検閲を受けることになる。

日本人学校には、日本の図書を集めた日本人会文庫がある。

#### (2) 書店

書店は市内に何軒かあり、英語本の専門店も 2～3 あるが、いずれも小規模で品薄である。

Shop No.116……所在地：189 Sule Pagoda Road 電話：273263

Shop No.117……所在地：232 Sule Pagoda Road 電話：271076

Shop No.120……所在地：537 Merchant St. 電話：240209

Sarpay Beikman Book Shop……所在地：529 Merchant St. (政府刊行書籍がある。)

そのほかボジョウ・アウンサン・マーケットにも本屋が何軒かある。

### 10-3 語学学習

#### (1) 語学学習施設

ミャンマー語の学習施設としては、外国政府派遣の研究者および留学生のために開講されているヤンゴン文理科大学ミャンマー文学科付属のミャンマー語特別講座がある。同講座は、大使館より口上書にて受講許可を申請しなければならない。

教材として、小学生用教科書、英文で書かれた入門書などがあり、英緬（英語→ミャンマー語）および緬英（ミャンマー語→英語）辞書も市販されている。

#### (2) 家庭教師

邦人同士の口コミで探すのが一般的である。現地では日本語の学習希望者が多いので、交換学習もひとつの方法である。

### 10-4 文化活動、文化施設

#### (1) 一般事情

文化活動は活発とはいえないが、時折、絵の展覧会、踊りの催し物が開かれる。文化施設は次のとおりである。

施設名	住所／電話	開館日、時間、備考
国立博物館	26/42 Paodan St./273706	日～木曜日 9:30～16:00、土曜日 13:00～15:00 金曜・祝日休館
ボジョウ・アウンサン博物館	Tower Lane, Bahan/550600	7月19日 (Arzani Day) のみ開館
国立歴史博物館	ミャンマー連邦クラブの中	
国防省歴史研究博物館	Stuart Road	
国立図書館	Rangoona City Development Corpr Bldg., Maha Bandoola St./275997	週末・祝日を除く 10:00～16:00
動物園	Lake Road/272156	毎日 6:30～16:30
水族館	動物園の向かい側/552637	毎日 9:00～16:00
Lakka Nat Art Gallery	電話 271010	
Art Gallery by Famous Painters	ボジョウ・アウンサン・マーケット内	

#### (2) 日本・任国友好協会などの有無と活動の内容

該当情報なし。

#### (3) その他の文化活動、文化施設

該当情報なし。

### 10-5 写真、ビデオ

#### (1) 写真

ネガの現像は普及しており、現像、プリント代合わせてサービス判 1本 20チャット前後である。ドル買いでできるデパート、シンガポールショップのラボでは 36 枚撮り 1本の現像とプリントが 15ドル、24 枚撮りで 10ドルである。また、インヤレイクホテルでもドルでプリントできる。

一方、ポジフィルム（スライド用）の現像はあまり普及しておらず、有効期限内のフィルムを探すこと自体が困難である。Anawrahta St.、Pansodan St.、Maha Bandoola Garden St. の交差点付近の写真屋街には現像できる店が何軒かあり、36 枚撮り 1本約 500チャット、マウントを頼めばマウント代 1枚につき約 8チャットである。

ただし、外式のコダクロームだけは現像できるラボはないようである。ポジからプリントする場合は、すべてインターネガをとってからの複製になり、ダイレクトプリントはできない。したがってポジフィルムは現像、プリントともバンコクで行なうことをすすめる。

2 眼、1 眼にかかわらず、新型のオートカメラ用のバッテリーをみつけるのは困難である。その他のカメラ用の機材も、ほとんどないと覚悟しておいた方がよい（1997 年 9 月現在）。

## (2) ビデオセット

VHS 方式が主流だがベータ方式もある。ただし、ビデオセットの調達は困難である。邦人が加入しているビデオクラブはないが、1 日 15 チャットでのレンタルビデオがある。ビデオテープの持ち込み、持出しは 1 人 2～3 本に制限されており、通関時の検閲は厳しい。特に CM やヌードが録画されているテープはトラブルのもとである。

## (3) 各種テープ

該当情報なし。

## 10-6 音楽鑑賞、演奏、民族楽器

### (1) 音楽会、コンサート

日本でいう音楽会、コンサートの類いはないが、パゴダ祭り、連邦記念日、水祭りなどの国民的な祭りの時には、広場に竹とニッパヤシを利用した大きな小屋が建ち、民族舞踊や演奏会が開かれる。邦人の参加はない。

### (2) コーラス、演奏グループ

邦人参加はほとんど不可能といってよい。

### (3) ピアノなど

該当情報なし。

### (4) CD、レコードなど

CD、レコード販売店はない。ミュージックテープ屋は多いが、ほとんどが海賊盤である。ジャンルは多様で、僅かではあるが新旧の日本の歌謡曲もある。どの店でもオリジナルテープ（海賊盤だが）販売のほか、ダビングも行っている。

シンガポールショップでは、僅かではあるが「本物」のミュージックテープと CD がある。

### (5) 民族楽器

小説『ビルマの豎琴』で有名な琴がある。そのほか、キーウェインという円形のゴング、フネというオーボエの一種、竹のサクソホン、竹の拍子木などがある。

邦人女性の間では豎琴に人気があり、習っている人もいる。

### (6) その他の楽器

該当情報なし。

## 10-7 手芸、絵画、美術工芸

### (1) 手芸

手芸用品は日本より持参した方がよい。質を問わなければマクラメ糸、刺しゅう糸がボジョウ・アウンサン・マーケットで購入できる。

邦人女性は有志が集まり、マクラメ、刺しゅうなどを楽しんでいる。

### (2) 絵画、美術工芸

民芸品、絵画、美術工芸品などは、ボジョウ・アウンサン・マーケットで購入できる。木彫品、手織物、籐製品、漆器、銀細工など、素朴な味わいのあるものが多い。

木彫……ミャンマーチーク材の彫刻、暗褐色のインダイク製、明るい色のバウドク製など各種ある。



漆器……黒と金、または赤、緑、黄、黒など伝統的な色の組合わせで仕上げられたものがある。

手織物……波をかたどったチョー・ジ・チェイク織は、昔は王室専用であった美しい織物である。そのほか、多様な独創性に富んだ織物がある。

籐製品……バスケット、スツール、お盆、ランプシェードなど各種ある。

銀細工……ミャンマー東部の鉾山より産出する銀で作られた銀細工で、タバコ入れ、灰皿、小物入れなどがある。

## 10-8 趣味

### (1) 園芸

種苗は日本大使館の近くの園芸店、またはボジョウ・アウンサン・マーケット内の園芸店で購入できる。ラン、ハイビスカス、ポトスなど多種多様な植物が楽しめる。

### (2) 釣り

海釣り、川釣りができるが、釣れる魚は泥臭く日本人の口に合わないため、邦人の間では行われていない。ボートフィッシングは不可能であり、釣り道具の購入もきわめて困難である。

## 10-9 娯楽、遊戯など

### (1) 娯楽、遊戯、ゲーム

邦人が楽しめる娯楽設備、ダンス場は皆無である。邦人の間では個人宅でのマージャン、ブリッジ、碁、ホームパーティが盛んに行なわれている。

賭博は法律上禁止されている。

### (2) レジャーランド、娯楽場、遊園地

レジャーランド、娯楽場、遊園地など皆無である。ただし、国民的な大きな祭り（パゴダ祭り、連邦記念日、水祭り）の時、広場に小屋ができ、舞踊、ドラマ、歌などが上演される。また同じ広場に、木製のメリーゴーランド、観覧車などが据え付けられ、ミャンマーの子供達は楽しんでいる。邦人の間ではほとんど利用されていない。

### (3) ディスコ、カラオケ

該当情報なし。

## 10-10 スポーツ

### (1) ゴルフ

ゴルフは、在留邦人の間でもっとも盛んなスポーツとなっている。市内から北方 25 キロにヤンゴンゴルフクラブ、また同 15 キロにミャンマーゴルフクラブ及び YCDC ゴルフコースの 3 つのゴルフ場がある。

雨季にはコース状態が悪くなり、ヒル、毒ヘビなどがたくさん出てくるが、それにもかかわらず、大雨のなかでプレーしている邦人のゴルフ愛好者が少なくない。

乾季には日本人会のコンペ、各国大使館間の親善マッチなどが頻繁に開催されている。

### (2) テニス

ヤンゴン市内のテニスコートは、ロイヤル湖西岸の広大なテンビュー・テニスコートのほか、インヤレイクホテル、ヤンゴン文理科大学、ヤンゴン日本人学校などにある。また、テニスコート付きの貸家もある。日本人会でテニスクラブを作り、乾季には毎月 1 回大会を開いている。

(3) 水泳

ヤンゴンには多くのスイミングクラブがあり、そのほとんどはホテルに付属している。日本人学校では、毎年2月にホテルのプールを利用して水泳教室を行なっている。

ヤンゴン市付近には海水浴に適するビーチはないが、ヤンゴンより飛行機で約1時間のベンガル湾を臨むサンドウェイは海水浴に適している。

水着は入手困難なので、日本より持参するのがよい。

(4) その他のスポーツ、用具、ウエア

乗馬……ヤンゴン市東部のチャイカサン旧競馬場内に、会員制の乗馬クラブがある。

ヨット……インヤ湖の南岸、ヤンゴン文理科大学のすぐ近くに会員制のヨットクラブがある。

卓球……ヤンゴン文理科大学の学生センターに、2卓の卓球場がある。同大学の学生に同行すれば無料でプレーできる。また、JICA事務所、日本人学校にもそれぞれ2卓の卓球台があり、いつでも無料でプレーできる。

ソフトボール……インヤ湖北岸にあるアメリカングラウンドを借りてプレーできる。毎年11～3月までの乾季を利用し、アメリカ大使館の主催で、男子はアメリカ、日本、ミャンマーの各チームが、女子はアメリカ、コモンウェルス、ハイスクール、日本の各チームが参加し、リーグ戦およびトーナメント戦が行なわれている。子供達も各国混成でチームを作り、リーグ戦をしている。また毎年12月25日には、日本人会主催による対抗試合が行なわれている。

各種スポーツの用具およびウエアの入手は困難である。

(5) スポーツクラブなど

バドミントン、バレーなど各種ミャンマー人のスポーツクラブはあるが、参加している邦人は少ない。

10-11 子供の遊び

ベビー会があり、毎週水曜日の午前中、会員宅に集まり3歳以下の幼児を遊ばせている。会場となる会員宅は持ち回りである。

幼稚園以上になると、友人宅や、自分の家を行き来して遊ぶ。遊びに行く時はすべて自家用車を利用する。人数が少ないせいか、日本人同士は非常に仲よく遊んでいる。

邦人の子供が安心して遊べる公園、遊園地は皆無である。

一般に娯楽用品、玩具、乗り物は粗悪品が多い。ボジョウ・アウンサン・マーケットおよびオープンエアーマーケットには比較的よいものがあるが、非常に高価である。

注意すべき点は、外で遊んだあとはよく手を洗う、犬には近づかない、特に雨季に庭での遊ぶ際にはグリーンスネーク、サソリ等に気をつけること、などである。

## 11. その他のサービス

### 11-1 金融機関

銀行口座開設については、次のとおりである。

一般にはミャンマー入国前にバンコクで 1 泊し、東京三菱銀行バンコク支店にて普通預金口座を開設する。在勤俸、住居手当などはここへ振り込まれる。プロジェクト調整員など公金口座が必要な場合は、同時に当座預金口座も開設する。

入国後、ミャンマー外国貿易銀行 (MFTB) へ口座を開設する。バンコクの東京三菱銀行から MFTB へ、必要な額を Instruction Letter により送金する。

ドルの引き落としはできない。現地通貨 (チャット) による引き落とし、または口座振替による支払いはできる。

Bank of Tokyo Ltd. Bangkok Office (東京三菱銀行バンコク支店)

所在地: Harindhorn Tower, 54 North Sathorn Road, Silom, Bangkok

TEL: 266-3011

MFTB (ミャンマー外国貿易銀行)

所在地: Shwe Dagon Pagoda Road, Yangon

TEL: 281810

### 11-2 コンピュータ

該当情報なし。

### 11-3 美容院・理髪店

美容院の数は非常に多いが、日本女性の多くが利用しているのは次の 2 店である。

インヤレイクホテル内美容院

カット 200 チャット、ブロー 500 チャット、パーマ 2500 チャット、  
シャンプー 200 チャット

フジコさん

住所: 116 Kaba Aye Pagoda Road

カット 200 チャット、ブロー 500 チャット、パーマ 2500 チャット、  
シャンプー 200 チャット

外国人が利用できる理髪店は少ないが、次の理髪店は日本人の間でもよく利用されている。

EVEREST

カバエパゴダ通り (Tel: 247763)

カット 600、シャンプー 500、ひげ剃りとも 500 チャット

ドルショップやシンガポールショップで、ヘアシャンプー、ヘアトニック、およびリキッドなどが販売されているが、種類は少なく品薄である。

自分にあつた化粧品やヘアケア用品などは、日本より持参するか、バンコクへ出た際に購入するとよい。

## 12. 観光

### 12-1 地方旅行上の留意点

治安上の問題から、国内のごく限られた地域にしか行くことはできないが、ときには旅に出て当地の風俗に触れ、歴史の跡を眺めることは、ミャンマーを知るために有益であり、また、気分転換にもなる。

Myanmar Hotels and Tourism Service（ミャンマー唯一の旅行エージェント）のツアーに参加する場合は、実施機関の長の許可のみですむが、費用は独自のプランで旅行する場合の2倍以上かかる。

独自のプランで旅行する場合の必要な手続きは次のとおりである。

1. 直属の所属機関の長に連絡する。
2. 旅行の予定（日時、使用交通機関と便名、行き先）と旅行の目的を記入した書類8部と、旅行者の氏名、旅行の目的、ミャンマー側同行者名（同行の有無にかかわらず必ず記入する）を記載した Forwarding Letter 1部を作成し、直上機関（公社など）の Administrative Section に提出する。
  - \*通常、これらの書類は各機関にミャンマー語で書かれたフォームが用意されている。ミャンマー側の担当者（Liaison Officer など）に必要事項を伝えて作成してもらう。そうでない場合は、英文で自作する。書式の詳細は各実施機関で確認されたい。
3. 書類に直上機関の長（例えば Managing Director）、またはその代理人のサインがされると、今度はそこからの Forwarding Letter がつけられて、所轄の省に送られ、副大臣のサインがなされる。
4. 旅行許可証は、本省から、Home and Religious Affairs Ministry の下部の People's Police Force Headquarters に直接送られ、公社などの直下機関にコピーが回され、これを受け取る。最初の書類から許可証が出るまでに約半月はかかるので、十分余裕をみて申請する必要がある。

自動車利用の場合は、マンダレー～メイミョウのように都市間を移動する時だけ記入が必要である。

### 12-2 主要観光地・保養地ガイド

日本語の良質な旅行案内書は非常に少ない。以下に各地の見どころだけを記しておく。

#### <マンダレー>

マンダレーヒル、王宮跡、マハムニ・パゴダ、チャウトージー・パゴダ、クドードウ・パゴダ、市場などがある。

#### <メイミョウ>

マンダレーから自動車ですぐで行ける。市場、植物園、プエカウの滝、桜並木（日本人墓地）がある。

#### <ザガイン>

マンダレーから自動車ですぐで行ける。アバの鉄橋、ザガインヒル（スノウポウ・ニャミン・パゴダ、日本人の建立したパゴダ）、カウナムドゥ・パゴダがある。

#### <アマラプーラ>

マンダレーからザガインへ行く途中のところで、織物工場（手織り）がある。

#### <パガン>

シュエジゴン・パゴダ、タービニュー・パゴダ、アーナダー寺院、ティンロミンロー寺院、ダヤマンジー・パゴダ、チャンセッターの地下寺院、スーラマニ・パゴダ、そのほか多くのパゴダ、寺院がある。

#### <タウンジー>

市場、インレー湖、ピンダヤ洞窟、温泉などがある。

#### <サンドウェイ>

ホテルを出て、海岸を右の方に歩いて行くと鬼の洗濯板のような岩場に出る。ホテル前の岩場の潮だまりでも釣りをしたり、熱帯魚の泳ぐのをみたりできる。ホテルに頼めば釣り舟、つり道具一式を用意してもらえ。また、釣った魚を刺し身にしてくれる。そのほか地引網、市場などがある。

#### <バセイン>

バセイン大学構内、モーテンゾン・パゴダ（さらに海岸の方に行く）の他、みるところはないが、途中の船旅でみられる川や田園地帯の風物はなかなかのものである。

### 12-3 旅行

旅行にはやはり 10～4 月下旬までが快適であるが、ホテルは混んでいる。特に 4 月の水祭りの時期は、ミャンマー人の利用客が増える。

また、地域別にも、旅行に適した時期があるので参考にされたい。

#### <サンドウェイ>

1 月か 2 月に行くと、波も静かでホテルも空いている。

#### <タウンジー>

涼しいので 3 月か 4 月がよいが、11 月初めの灯祭り（タザウンダイン）には夜店が並び、熱気球を小さくしたような趣向を凝らした風船をあげるのがみられる。

#### <インレー湖>

11 月初め、金箔を長年の間貼りつけられているうちにダルマさんのような小さな仏像を、飾りたてた船で持ち回るお祭りがあり、手こぎ船の競争もみられる。開催日は年によって異なるので確認が必要である。

#### <マングレー>

暑季以外ならいつでもよいが、1 月 4 日の独立記念日には、王宮跡の堀で船の競争をやったり、その近くの広場で牛車の競争をやったりするのがみられる。

#### <メイミョウ>

桜がみなければ 1 月下旬がよいが、涼しいところなので 3～4 月にも行きたい場所でもある。

#### <パガン>

暑季に行くのは避けた方がよい。外国からの観光団もなく、ホテルの予約も楽な雨季を選ぶとよいかもしれない。ここでは雨季でも雨はあまり降らない。

注意すべきは、4 月中旬の水祭りである。全国どこへ行っても水をかけられる。乗り物も飛行機以外はすべて水の目標となり、自動車の窓を閉め切っていると、開けることを要求されてトラブルになったりする。水をかけられても決して怒ってはならず、むしろ自ら水をかけて回るのもよい思い出になるであろう。水の少ない地方では、道路脇の濁った川水まで飛んでくる。ホテルに帰ったら必ず洗眼し、抗生物質の配合された点眼薬をさしておいた方がよい。水をかけられるのが嫌な人は国外へ出るか、家に閉じこもっている方がよいかもしれない。

(1) 自動車

旅先でのハイヤーは、ホテルのフロントで申し込む。自動車の種類、状態によって料金は異なる。

ヤンゴンから自動車で出発する時は、私用車を利用した方がよい。問題はガソリンであるが、Myanma Petroleum Products Enterprise に申請してガソリン購入許可証を受ければ、原則的にはどの地域でも給油できる。

出発前に予備のタイヤのチェックや整備を忘れずに行なう必要がある。

(2) バス

一部の都市における市内観光を除き、バス旅行は不可能である。

(3) 鉄道

まず所属機関から Myanmar Railways Passenger Department の Manager に、前述と同様なレターと計画書各 1 部をつけ、乗車日 5 日前に出す。

乗車券は乗車日の前日の 10:00 までに駅へ行き、用意されているフォームに必要事項を記入してレターのコピーを添付して提出すると、料金と引き換えに発行される。駅に行く時間を、レター提出時に指定されることもある。

マンダレーまで 11 時間半の道程を Upper Class で行くと、片道約 50 ドルである。またタウンジーへの入口であるシュエニャウンまで寝台車を利用すると約 24 時間で、料金は 25 ドル程度である。

客席はリクライニング、足台のついた比較的楽なシートで、もちろん指定席である。ただし、停車するごとに物売りなどが乗車し、車内を歩き回るので、カメラ、サングラス、財布その他の貴重品にはくれぐれも注意しなければならない。冷房はなく窓は開けっ放しであるので、マンダレーに着く頃は、埃まみれになるのを覚悟すること。

(4) 航空機

Myanmar Airways (UB) の国内便は、フライトスケジュールがしばしば変わるので、まずこれを確認することが必要である。航空券を購入するには、所属機関から UB の国内航空券販売課の Manager へ氏名、所属、同行者名と航空券購入希望の旨を記入した Forwarding Letter 1 部にその機関の長のサインをもらい、旅行計画書 1 部をつけて 10 日前までに申請する。往復とも飛行機を利用する際には、帰路の分も同時に申請しておく必要がある。出発日の前日に航空料金と Forwarding Letter のコピー 1 部を持って UB の事務所に 10:00 までに行き、そこにある航空券購入のためのフォームに必要事項を記入して購入する。

ヤンゴンから各地への片道航空運賃は、マンダレー 93 ドル、ヘーホー (タウンジー) 72 ドル、ニャウンウー (パガン) 78 ドル、サンドウエイ 78 ドルである。

(5) 船

所属機関から Delta Area Inland Water Transport の Divisional Manager にレターと計画書を各 1 部ずつ 5 日前に提出する。乗船料金は当日乗船して氏名のチェックを受け、船室に入ってから係員が集金にくる。

バセイン (ミャンマー人にはパテインといった方がわかる) まで Upper Class を利用すると 200 チャット、Ordinary Class を利用すると 100 チャットである。

政府の船で比較的新しいもの (いずれも白い船体) パンダカー、バンドウーラ、バニャーヌエ、バインナウの 4 隻であるが、そのうちもっとも新しく清潔なのはバニャーヌエであり、シャワーの設備もある。また、古い船 (黒い船体) のなかにも、部屋が清潔で船足の速いものがあるので、バセイン出身の職員などに聞いてこれを利用してよい。日によって船は違うので、それを確認してから出発日を決定した方がよい。

船内では中華料理の簡単なものを注文でき、船室まで運んでもらえる。

網戸はあるが、蚊帳のない船もあるため、蚊取線香と殺虫剤スプレーを持参した方がよい。船室は在室時の内側からのかけ金しか使えないので、貴重品には注意を要する。また、川水をくみあげて洗面所やトイレに使っている船もあるので、飲み水は持参するのが賢明である。

#### 12-4 旅行代理店

ミャンマーの旅行代理店は、Myanmar Hotels and Tourism Service のみである。

Myanmar Hotels and Tourism Service

住所 77-91 Sule Pagoda Road, Yangon (P.O. Box 559)

Cable Envoy

電話 278376、275328、280321

#### 12-5 ホテルなど宿泊施設の手配

ホテルなどの予約をするには、まず Myanmar Hotels and Tourism Service の Managing Director へてに氏名、宿泊予定日時、部屋の種類と数を記載した申請書を作成し、Hotel Division に提出する。その際に無線通信で予約の可否を問い合わせてもらえる。

旅行シーズンであれば、1ヶ月以上前から予約しておく必要がある。サンドウエイに3月か4月に行く場合はツアーを利用する以外は困難である。

各地のホテルは、次のとおりである。

マンダレー……Noboteo Hotel, Sedona Hotel

バガン……Thiripysisaya Hotel、Irra Inn

メイミョウ……Nan Myaing Hotel

タウンジ……Taungyi Hotel

サンドウエイ……Strand Hotel

バセイン……ホテルはなく、政府のゲストハウスのみである。

### 13. 治安、緊急時の心得

#### 13-1 暴動、クーデターなど

##### (1) 緊急時の連絡

ミャンマーは各国との中立主義を保持しているため、他国とのトラブルは考えられない。国内では、国家法秩序回復評議会（SLORC）による軍政が安定した勢力を保持しており、暴動、クーデターなどの可能性は低い。反政府勢力も今だに活動を続けていることから予断は許さない。

暴動、クーデターなどが起こった場合は、戒厳令が発令される可能性が高いため、外出を避け、大使館からの指示（緊急避難など）を待つことが重要である。

ヤンゴン日本人会では電話・文書連絡網があり、緊急時の連絡もこれを使う。連絡方法は電話が主体となるが、使用不能の場合は、自家用車によるメモ連絡となる。手順は連絡網に従って、大使館→JICA 所長→専門家チームリーダー→専門家となる。

#### 13-2 強盗、盗難

##### (1) 一般的治安状況など

前述したように現政権はいちおう安定しているが、外国人は普段から警戒するに越したことはなく、特に女性一人での夜間外出は避けるべきである。

使用人の部屋から衣類が盗まれたり、洗濯物が無くなったりすることがある。

##### (2) 防犯対策

一般に、邦人を含めた外国人の住居は一戸建てであり、十分な防犯対策をとる必要がある。

- ・垣根囲い、または塀囲いなどで外からの侵入を防止し、夜間は門に施錠する。
- ・ドアおよび窓などは鉄格子をする。
- ・門番、庭師（兼業の場合もある）を雇用する。
- ・使用人の人選には十分留意し、正直で、盗癖のない人を雇用する。
- ・使用人とのトラブル（紛失の際に使用人に嫌疑をかける）を避ける意味からも、外出時や就寝時には貴重品のある部屋に施錠する。

その他、いかに車の運転が好きで自信のある人であっても、盗難防止（駐車中など）の見地から、運転手は必ず雇うべきである。

##### (3) 被害時の心得

被害を受けた時は、すぐに地区人民議会委員長（Chairman of Ward Council：CWC）に連絡して、被害状況を説明する。CWCから地区管轄の警察へ連絡し、盗難状況の調査を指示することになっている。日本と異なり、被害者が直接警察に連絡するのではないので注意すること。入居したら、その地区管轄のCWCの所在地、連絡先を確認しておくこと。

#### 13-3 火災、風水害、地震

##### (1) 一般的災害発生状況など

地震の心配はほとんどない。風水害については、農作物に対する被害はあっても、ヤンゴンおよび主要都市で生活する限りは心配ない。

火災については、11～5月に発生しやすく、1984年3月のマンダレー市内での大火災（市の4分の1の住宅が被害を受けた）、また同年4月のヤンゴン市インセン地区の火災、91年4月のメッチーナの大火災、93年5月のミンジャンの火災などがある。いずれも住宅密集地で、ガソリンなどを備蓄していたため被害も大きかった。外国人居住地域では、火災発生および被害の例はないようである。



(2) 防災対策

当国の燃料事情により、自家用車保有者はガソリンの備蓄をしている事が多いため、火災の多くは燃料の引火が原因である。したがって、備蓄燃料の管理には十分注意しなければならない。

なお、火災保険は国営の保険会社が扱っており、住宅の場合は家主が加入している。

(3) 被災時の心得

火災発生の際は消防署に連絡する。ヤンゴン市の場合は各地区ごとにステーションがあるので、管轄ステーションを確認しておくこと。

## 14. 出入国手続および帰国手続

### 14-1 入国時

#### (1) 空港施設概要

ヤンゴン・ミンガラドン国際空港は国際線、国内線および軍の共用であり、空港施設の写真撮影は禁じられている。老朽化が激しく手狭であり、タイ航空 (TG) の大型機が到着した時などは入国審査・税関が大変混雑する。

#### (2) 入国手続書類

入国に必要な書類は、入国カード、税関申告書である。

入国カードについては、通常と変わりはない。職業欄については、JICA 専門家の場合には Colombo Plan Expert と記入し、ミャンマーの住所は、ホテル名または c/o Japanese Embassy とする。

税関の申告書は、かなり詳細に記述を求められる。

#### (3) 入国審査

特に質問されることもなく、厳しくもない。カウンターは大変な混雑である。

#### (4) 税関検査

酒、タバコについては持ち込み制限があるといわれているが、非常に曖昧である。税関吏にもよるが、酒 3 本、タバコ 4 カートン程度なら通常は問題ない。

腕時計、目覚時計、電気カミソリ各 1 個程度であれば申告の必要はないが、これを超える物品 (宝石、カメラ、予備の時計、電卓、ゴルフセット、その他電気器具など) は申告する必要がある。

特にビデオカメラ、無線機、パーソナルコンピュータを持ち込む場合には、メーカー名、おおよその価格、型式、製造番号まで記述する必要がある。

同行人数と持ち込む荷物とのバランスで税関の対処も変わってくるが、荷物が多すぎるとか、税金をかけるなどと言われた場合には、Colombo Plan Expert であり免税特権を有する点を説明し、理解を求める必要がある。理解の得られない場合には、いったん税関に荷物を預け入れ、預かり証を受け取っておき、後日免税手続を正式書類で行なう必要があるが、これには数日を要する。また、ビデオテープなどは 1 本につき検査料が 70 チャットほどかかり、やはり時間がかかる。

入国時に税関で申告した物品は、出国の際に必ず提示しなければならない。出国の際に所持していない場合には、ミャンマー国内にて売却したのものとして高率の税金が課せられるため、申告した物が紛失、盗難にあった場合には、警察からその証明をもらっておく必要がある。また長期滞在者が買い出し、健康管理旅行、一時帰国などで出国する際は、そのつど持ち出さなくてもよいように、帰国時に持ち出す旨の申請を別途行なう必要がある。

#### (5) 空港内での留意点

飛行機を降りて税関審査終了まで、約 1 時間を要する。その間、貴重品を入れた手荷物は常に身体から離さないよう注意すること。

空港のポーター料は高く、荷物 1 個につき 20~30 チャットを支払う必要がある。

#### (6) 空港からの主な交通手段

通常、出迎えの人が車を用意しているが、ない場合には空港ターミナルビルのゲートのタクシーを利用する。乗る前にホテル名を言って値段を交渉する。約 200~300 チャット程度である。

## (7) その他の留意点

外国人登録税は、専門家およびその家族は、ミャンマー側の所属先の局で身分証明書を発行してもらえば免税されることになっている。

銀行口座開設については 11-1 金融機関 (P31) 参照のこと。

## 14-2 出国時

### (1) 出国時の概要

1ヶ月以上滞在している外国人が出国する場合は、出国自体が許可事項になっている。通常は、カウンターパート機関に出国申請書 (Departure Form。以下、Dフォームとする) と写真 3 枚を提出する。これは原則として 5 週間前に提出する。書類の流れは、所属先 (カウンターパート機関) → 所轄省 → Foreign Economic Relations Department (FERD) → 出入国管理局、となる。

緊急出国が必要な場合 (急病、日本国内での親族の死亡、危篤など) には例外的措置がとられているが、それでも早くて 1~2 日はかかる。

### (2) 出国手続上の留意点

Dフォームは、余裕を持って準備する。カウンターパートの機関によって事務手続の所要時間に差があるので、事前に前任者などから確認しておくことが大切である。

再入国ビザは、2通りの意味を持っている。ひとつは文字どおりの再入国する際の入国許可、もうひとつは現在有効な滞在許可の留保である。再入国期限を過ぎるとこの両方が無効になるので、余裕を持って早めに申請した方がよい。

航空券の購入については、次のとおりである。

ヤンゴンにはミャンマー航空 (UB) とマンダレー航空 (TG)、Silk Air (MI) の 3 社のオフィスがあり、予約・発券を行なっている。TG は UB 発券の航空券は受け付けないが、UB は TG 発券の航空券を受け付ける。そのため、往復どちらかで TG を予約する場合には TG に発券を依頼するとよい。

支払いは、JICA 専門家はミャンマー外国貿易銀行 (MFTB) に口座を開設しているので、MFTB に航空運賃相当の Payment Order を出し、コピーをとってこれに MFTB マネジャーの証明をもらう。Dフォームを取得した後、パスポート、Dフォームと一緒に Payment Order のコピーを航空会社に提出し、発券を依頼する。

Pre-Paid Ticket Advice (PTA) の場合には、まず帰国スケジュールを決定したうえで、JICA 本部に PTA 送付先を連絡する。JICA 本部または航空会社から連絡があれば、航空会社の PTA カウンターに行き、Passage Form (Pフォーム) を発行してもらう。Pフォームを持って MFTB の Foreign Exchange Control Division へ行き、この PTA がミャンマー外貨に関係ない旨の証明書をもらう。Dフォームを取得した後に、Dフォーム証明書、パスポートをもって航空券の発券を受ける。

## 14-3 帰国手続

### (1) 帰国時に必要な事務手続

該当情報なし。

### (2) 車の処分

処分方法は次の 3 つである。これ以外、例えばミャンマー人や一般在留邦人に売ることはできない。

- a) 専門家と同じ免税特権付与者（外交官、Colombo Plan Expert など）に売却する。  
帰国半年前には買い手探しを始めた方がよい。知人、友人に声をかける、For Sale のステッカーを貼る、各国大使館、国際機関事務所などへ売却広告を回すなどする。買い手が決まったら、売却申請書に買い手のサインをもらい、売り手が所属先に提出する。購入申請の申請書に売り手がサインし、買い手が所属先に提出する。
- b) ミャンマー政府に売却する。  
買い手がみつからない時（デッドラインは帰国の 2 ヶ月前ぐらい）にはミャンマー政府へ売却するしかない。この場合価格はミャンマー政府の査定によって決められるが、おおむね低額である。（6,000～2 万チャット）
- c) 日本へ再輸出する。  
車の売却手続（名義変更まで）が完了するまでに 6 ヶ月近くかかるが、出国には F E R D の許可がとれれば支障はない。
- (3) 家財道具の処分  
日本に持ち帰るか、ミャンマーで処分許可を受けて税金を払って売却する。持ち帰りの場合、輸出品は課税対象となるので、免税申請も必要である。このため再輸出許可申請書を帰国の 1.5 ヶ月前までに提出する必要がある。  
以上の手続と平行して、梱包・輸送業者を呼んで見積もり、荷物の梱包を始める。  
JICA で利用している梱包・輸送業者は次のとおりである。  
Myoma Cleaning & Forwarding Agent  
所在地：58 Maha Bandoola Garden St.  
TEL：276319  
再輸出許可がとれ、荷物の梱包がすんだら税関の検査を受ける。自宅に係官がきて検査が終了すると封印する。その後船積みを申請する。これらの手続きは梱包・輸送業者が代行する。
- (4) 住宅の明け渡し  
出国の 1 ヶ月ぐらい前には家主に通告し、本人立会いのもとで家主が住宅をチェックする。
- (5) 外貨持出し規制  
銀行口座を閉鎖するには、口座閉鎖申請、トラベラーズチェック購入、免税購入通帳 (FEU Card) の返却をする。FEU Card に残金があっても換金はできないので、すべて使い切ってから MFTB に返却する。  
宝石などの持ち出しについては非常に厳しいので留意すべきである。

## 15. 私財の輸送、引き取り、購入

### 15-1 家財道具

#### (1) 輸送業者

まず船便の場合、運送会社が決定したら家で梱包を始めるが、その際、運送会社提供のリストに各ケースごとの品目と数と金額を記入する。2部作成し、1部は運送会社へ送り、もう1部は本人が携帯しておく。

荷物は別の国内運送会社に依頼し、ミャンマー行きを依頼した運送会社の指定する港の倉庫へ届けてもらう。新たに購入したものは購入店から直接港へ送ってもらうとよい。

倉庫では荷物のサイズに合わせてコンテナが作られ、そのコンテナの体積により金額が決まる（重量ではない）。よりコンパクトにまとめるため、荷物は積み重なることになり、その状態が数ヶ月続く。大事なものはしっかりしたもので梱包し、カメラなどの精密機械や衣類を梱包した箱には、防湿剤を入れておくといよい。

運送会社の担当者とはこまめに連絡をとりあい、最新の出港予定日を聞き、いつまでに荷物を港へ到着させればよいか把握しておかなければならない。通常、船は貨物が満載にならないと出港しない。仮に出港予定日の2週間前に港に荷物を到着させても、それまでに満載分の貨物が届いていれば次の便に回される。また、天候にもよっても出港予定日は変動する。ヤンゴン行きは月に1便ぐらいなので、積み逃がすと1ヶ月後になってしまう。

出港後は、各地に寄港して行くので、ヤンゴン到着まで早くて2週間、運が悪ければ1ヶ月以上を覚悟しておいた方がよい。また、船の着岸後、荷を下ろし終わるまでにも数週間を要する。仮に当地での通関手続が荷下ろし前に完了したとしても、日本から当地の住居に届くまでには1.5ヶ月はかかる。また、悪条件が重なれば3ヶ月以上にもなる。通常は、本人が日本を発つ前に出港する船便で送るようにする。

出国ぎりぎりまで使いたいもの、着任後すぐに使いたいものは、航空便の別送手荷物（アナカンと呼ぶ）を使うことになる。アナカンの場合もリストを書いて梱包し、海外向け運送会社へ荷物を送る。送った荷物はそのままの状態でも国際線に積み込まれ、ヤンゴンに送られる。料金は体積ではなく重量によって決まる。遅くとも2週間以内にはヤンゴン・ミンガラドン国際空港に到着する。

#### (2) 輸入手続

船が日本を出港すると船荷証券（Bill of Loading : B/L）が発行され、ヤンゴンの本人あてに送られる。この場合、航空郵便で送る運送会社とDHLなどの急送便を使う運送会社とがあるが、後者の方がはるかに早く届く。

到着したB/Lとパッキングリストをもとに通関手続を始める。これは、個人的に通関代理店を探して依頼するか、ミャンマー側のカウンターパートにあたる人に一任する。

JICA 専門家の場合はコロンボプランに基づき、無税でより安全に私財を引き取るため、Foreign Economic Relations Department（FERD）の許可をとることになっている。事前に持ってきたパッキングリストをB/L到着前に担当者に渡しておき、仮の手続を進めておけば、書類の流れは多少早くなるかもしれない。

当国の通関にはいくつかのステップを通過せねばならず、それぞれの許可を得るのに長時間を要する。通関手続の早さは、局または代理店の担当者が関係各組織にどれだけ顔が通じているかに関わっており、チャンネルはひとつではない。また、任せきりにせず、たびたび話題に出すなどしないと、机上で他の書類の下敷きになり、何か月も眠ってしまうことになりかねない。

航空便の場合は、Airway Bill（AWB）が荷物とともに空港に到着するが、その後の文書の流れは船便と同様で、やはり引き取りまでに1ヶ月はかかる。

(3) 輸入荷物の受取り港

該当情報なし。

(4) 家財道具の購入

当地にはドルで買物のできる店があり、品質、価格とも不満のない品が揃っているため、冷蔵庫、エアコン、テレビなどの日用品は当地で購入することをすすめる。また、日本からの輸送料などを考慮すれば、むしろ現地調達の方が経済的だと思われる。

ただし、特に指定の機種がある場合には、日本から持ち込んだ方がよい。また、当地の家庭内電力は 230 ボルトなので、日本国内仕様の家電品を送るなら、トランスも同封すること。

私財が届くまで電化製品をレンタルすることができるが、1ヶ月以上となるとかなり費用がかかる。

15-2 自動車

(1) 一般状況

ミャンマーで現地生産されている自動車はマツダと日野である。走っている車のほとんどは輸入車で、邦人は赴任の際に日本から持ち込むのが一般的である。専門家が個人で持ち込める車両は 1 台のみである。

(2) 輸入手続

新車を購入の際はメーカーに一任するとよい。現在使用中の車を送る場合は、まず所属の陸運局にて日本の登録ナンバーを抹消し、ナンバープレートを返却しなければならない。早めにディーラーの担当者と相談し、細かい手続を代行してもらうとよい。その後、国内の車両輸送会社に依頼して出荷港まで車を届ける。または港まで自ら運転し、それから登録を抹消してもよい。

車を送るには、一般貨物と同じ扱いでコンテナに積み込んで送る方法と、車専用の輸送船に野積み状態にして送る方法とがある。前者の場合はコンテナ単位の料金制度なのでかなり高いが、車の中に荷物を積み込んでもよい。

後者の場合は安価であるが、車両本体しか送れない。荷物があつた場合は通関の際に没収されるか、課税される。所定の位置にセットしているスペアタイヤや工具であればその対象にはならないが、そういった小物類は船内での盗難のおそれがある。特にヒューズ類はなくなっていることが多く、時にはワイパーまで、紛失していることもある。

通関における書類手続は私財の場合と同様である。通関代理店を通して仮ナンバーを取得し、港内でつけてもらう。本ナンバーがとれるまでは仮ナンバーで走ることになる。

(3) 任国での購入

自国生産している車は、販売対象者が政府関係者に限られており、高値である。

通常、前任者、または他の邦人からの引き継ぎ、購入をしており、当地の販売店から購入する例は殆どない。

(4) 自動車登録

仮ナンバーの有効期間は 1 ヶ月なので、その間に登録をすませなければならない。

まず、強制保険に入り、その証明書をもって Motor Vehicle Department (38Barr St.) に登録の申請をする。指定された日時に局の前へ車を持って行き、その場で型式を調べ、写真を撮られる。後日、ナンバーが通達され、車検証と車検シールがもらえる。各自でプレート屋に発注し、翌日には黒地に白のミャンマー数字のナンバープレートができる。

仮ナンバーを返したら、次にガソリンブックの申請をする。当地では、ガソリン、ディーゼルは配給制で、1ヵ月にもらえる量の上限が指定されている。給油所も指定された1ヵ所しか使えない。ガソリン代はドル、チャットのどちらで支払ってもよいが、ドルで申請した方が多くの割当てを得ることができる。ガソリンブックの申請は所属の局あてにリクエストレターを書く。配給量はカットされることを想定して多めに要求しておいた方がよい。その後、所属の省、FERDを経て、Ministry of Energy (MOE)、Myanmar Petroleum Products Enterprise (MPPE) の許可を得て発行される。申請から発行までには1ヶ月以上かかることが多い。

ガソリンの公定価格は1英ガロン(約4,5リットル)で16チャット、ディーゼルで11チャットである。ドルで支払う場合はその時の公定レートによる。

政府公認の給油所以外でもガソリンを売っているが(アウトサイドマーケット、ブラックマーケットと呼ぶ)、1英ガロン200チャットと甚だ高い。

車検の更新は1年単位で、同時にガソリンブックの更新も行なわれる(1997年9月現在)。

#### (5) 免許証取得

長期滞在者の場合は、ミャンマーの免許証しか通じない。

国際免許証を持っている場合は、カウンターパートにあたる所属の局に書いてもらった推薦文と顔写真2枚を添えてMotor Vehicle Departmentに申請する。日本の免許の場合は、局の推薦文に加えて、Notary Publicにより作成された免許証の訳文を添えてMotor Vehicle Departmentに申請する。

免許をもっていない場合は18歳以上であれば、免許証を取得することができる。まず、仮免許の申請をする。仮免許の期間は6ヶ月で、その間は経験者同乗のうえ、限られた場所でのみ運転できない。6ヶ月以降1年未満が、本試験(実技と学科)を受けられる期間である。

以上いずれの場合も、所属の局の推薦文により比較的容易に取得できる。

外国人の場合、免許の更新は1年ごとである。

#### (6) 保険、税金

保険は強制であり、対人、対物ともに適用できる。支払い限度額はかけ金による。

賠償責任はすべて保険会社に帰属し、加害者は賠償の当事者とはならない。

申込先は次のとおりである。

Myanmar Insurance Service

163-167 Pansodan St. TEL 284166

車にかかる税金は普通乗用車で年額約5,000チャットである。保険、税金とも車検の更新と同時に1年ごとに支払う。(1997年9月現在)

## 16. 社交

### 16-1 風俗習慣

当地の人々は温和であり、親切で遠慮深い。また、非常に誇り高い民族である。

左手は不浄の手とされているので、人にものを渡す時、受け取る時は必ず右手を使う。

### 16-2 パーティーでの留意点

長幼の序が非常に厳しく守られているので、目上の人と話す時は相手の発言が終わるのを待ってから発言すること、手を腰にあてないこと、足を組まないこと、の3つを心得ておきたい。また、つとめておだやかに話し合うよう心がける。

日本で見られるような泥酔、放歌高吟は厳に慎むべきである。

### 16-3 来客時の留意点

上流社会ではイギリス式風習が残っている。常識をもって対応すれば失礼はない。

ミャンマー人はしばしば突然の訪問をするが、それは親愛の情の表われであり、喜ばしいことである。こちらも形式ばらないで温かくもてなすのがよい。

### 16-4 訪問時の留意点

こちらから訪ねる時は、事前に了解を得てから訪ねるのがよい。

仏・寺院では、靴下も脱いで裸足になること。これら信仰の対象になる場所では、慎重深く振舞うよう努める。

### 16-5 禁止されている言動

言うまでもないが、援助をしてやっているというような態度、相手を見下すような態度は厳に慎まなければならない。

相手の魂を軽んじることになるので、たとえ小さな子供であろうと、人の頭には絶対手を触れてはいけない。



17. 任国官公庁

次のような省庁がある。

Defence

Foreign Affairs

National Planning & Economic Development

Finance & Revenue

Labour

Social Welfare, Relief & Resettlement

Health

Information

Home and Religious Affairs

Co-operatives

Trade

Industry I

Industry II

Mines

Energy

Agriculture

Forests

Livestock Breeding & Fisheries

Education

Culture

Construction

Communications, Posts & Telegraphs

Transportation

Rail Transportation

Hotel & Tourism

Development of Border Areas & National Races

18. 在外日本関係機関など

在ミャンマー日本大使館

住所 100 Natmouk Road, Yangon

電話 549644～8

JICA ミャンマー事務所

住所 73 University Av., Yangon

電話 530092、532614、530832

19. 地方都市  
該当情報なし。



## 任国情報をご利用の皆様へ

この任国情報は政府間技術協力のために開発途上国へ赴任する JICA 派遣専門家および JICA 役職員等が任国への入国および滞在するために必要とされる情報、とくに生活情報を提供するものです。

専門家および JICA 役職員等は、技術協力協定や要請文書などの国際約束により、税金の免除等一定の義務が免除されるなどの特別の条件が付与されています。

本情報は、これらの条件に基づいたものであることを、あらかじめご了解願います。

### -----アジア地域-----

1. バングラデシュ
2. ブータン
3. ブルネイ
4. カンボディア
5. 中華人民共和国
6. インド
7. インドネシア (ジャカルタ、バンドン、  
ジョグジャカルタ、メダン)
8. 大韓民国
9. ラオス
10. マレーシア
11. ミャンマー
12. ネパール
13. パキスタン
14. フィリピン
15. シンガポール
16. スリ・ランカ
17. タイ (バンコク、チェンマイ、コンケン)
18. ヴィエトナム
19. モンゴル

### -----中近東地域-----

1. アルジェリア
2. バハレーン
3. エジプト
4. イラン
5. ジョルダン
6. クウェイト
7. モロッコ
8. オマーン
9. カタル
10. サウディ・アラビア
11. スーダン
12. シリア
13. チュニジア
14. トルコ (アンカラ、イスタンブール)
15. アラブ首長国連邦 (ドバイ、アブダビ、7/17/12)
16. イエメン (サナア)

### -----太平洋地域-----

1. フィジー
2. キリバス
3. ミクロネシア
4. バラオ
5. パプア・ニューギニア
6. ソロモン諸島
7. ヴァヌアツ
8. 西サモア
9. トンガ
10. マーシャル諸島

### -----欧州地域-----

1. カザフスタン
2. キルギス
3. ポーランド
4. タジキスタン
5. トルクメニスタン
6. ウズベキスタン
7. ハンガリー
8. ブルガリア

### -----アフリカ地域-----

1. ベナン
2. ブルンディ
3. カメルーン
4. カーボ・ヴェルデ
5. コモロ
6. エティオピア
7. ガンビア
8. ガーナ
9. ギニア
10. ギニア・ビサオ
11. コートジボアール
12. ケニア
13. リベリア
14. マダガスカル (アンタナナリボ、アンチラナナ)
15. マラウイ
16. モーリシャス
17. モザンビーク
18. ニジェール
19. ナイジェリア
20. ルワンダ
21. サントメ・プリンシペ
22. セネガル
23. セイシェル
24. ソマリア
25. タンザニア (ダルエスサラーム、ザンジバル)
26. トーゴ
27. ザイール
28. ザンビア
29. ジンバブエ
30. スワジランド
31. ボツワナ
32. エリトリア

### -----中南米地域-----

1. アルゼンティン
2. ボリヴィア (ラ・パス、サンタクルス)
3. ブラジル (ブラジリア、サンパウロ、リオデジャネイロ、  
ポルトアレグレ、ベレーン)
4. チリ
5. コロンビア
6. コスタ・リカ
7. ドミニカ共和国
8. エクアドル
9. グレナダ
10. グアテマラ
11. ホンデュラス
12. メキシコ
13. パナマ
14. パラグアイ (アスンシオン、エンカルナシオン)
15. ペルー
16. セント・ルシア
17. トリニダッド・トバゴ
18. ウルグアイ
19. ヴェネズエラ
20. ニカラグア
21. ジャマイカ

Handwritten notes in the bottom right corner, including the number '10' and some illegible characters.

---

「任国情報（ミャンマー）1997年版」

平成10年2月28日発行

編集・発行所 国際協力事業団 国際協力総合研修所

〒162-8433 東京都新宿区市谷本村町10番5号

電話 (03)3269-2357

---







