

ガボン生活情報

平成25年10月

在ガボン日本国大使館

目次

1. 基本情報	 1
2. 入出国	 3
3. 食生活	 4
4. 生活用品の購入	 5
5. 交通手段	 6
6. 通信	10
7. 教育事情	11
8. 予防接種、衛生・医療事情	12
9. 治安情勢・警察事情	14
10. ホテル情報	14
11. レストラン情報	16
12. スポーツクラブ情報	18

1. 基本情報

地理・気候

ガボンにはアフリカの中部西海岸、赤道直下に位置し、国土面積は日本の約 2/3 です (267,667k m²)。首都リーブルビルは大西洋に面しており、高温多雨の熱帯雨林気候に属します (内陸部の一部はサバンナ気候)。年間雨量は首都リーブルビルで約 2,800~3,000mm で、他地域では場所によって異なりますが、1,500mm~4,000mm の間です。6 月から 8 月までは乾季に当たり曇天が多く降雨が少なく、朝夕は涼しいほどですが、日中は平均 27℃まで気温が上昇します。雨季は 9 月から 5 月までと一年の大半を占め、最高気温 30~32℃の高温多湿な日が続きます。年間平均最低気温は 24℃、平均最高気温は 31℃、湿度は年間を通じて 70~99%あり、有機物全てにカビが生じやすく過ごしにくい気候です。

服装

夏服で十分ですが、ホテルや公共機関等屋内では冷房が特に効いているため、防蚊対策も兼ねて長袖を用意するとよいでしょう。

時差

日本より8時間遅れ、サマータイム制はありません。(例:リーブルビルの午前8時が日本の午後4時。)

公用語

公用語はフランス語です。ホテル等外国人観光客が多い場所では英語も多少通じます。

電圧等

電圧は 220V~240V(電圧不安定)で周波数 50Hz、コンセントの形状はヨーロッパ標準型の丸型2ピンプラグ(Cタイプ)です。電圧が安定しないため、電化製品にはスタビライザー付き変圧器が必要です。

通貨・両替

通貨の単位はセーファー・フラン(F.CFA)で、1 ユーロ=655.957 F.CFA の固定相場です。ユーロからの両替はホテル、市中銀行にて可能ですので、出発前にユーロ現金を用意することをおすすめします。なお、ユーロ建て T/C の現金化は困難なためご留意下さい。日本円(現金、T/C)の両替は困難です。

住居探し

リーブルビル市内では、セキュリティや交通アクセス等の面から高層住宅に住む外国人が多い

ですが、物件の供給数は常に需要を下回っている状況が続いており、優良物件を見つけるのに時間がかかることがあります。複数の不動産業者に同時にあたり、根気強く探すことが重要です。

また契約時には、物件や不動産業者にもよりますが、契約手数料として家賃の1～2か月分、保証金として1～2か月分、更に入居 1 ヶ月目の家賃支払いを求められますので、赴任に際しては十分な額の現金をお持ちになるのがよいでしょう。

当地で代表的な不動産会社は次の通りです。

Agence N° 1: 01. 74. 51. 51 / 01. 74. 58. 00 / 01. 77. 41. 55

BICP : 01. 73. 18. 80 / 01. 73. 17. 55 / 05. 31. 70. 00

入居時は原状明細書(エタデリユー:Etat des lieux)を作成し、修理の必要箇所等を指摘して記録します。同書類は入居中のトラブル、退居時の原状回復に重要となりますので、納得するまで十分に確認する必要があります(同書類のコピーを退去日まで手元に保管してください)。

退去にあたっては、退去希望日の通常3ヶ月前までに文書による通告を行います。当地の習慣として、汚れの有無に関わらず、アパート内部の壁塗り、カーペットの張り替えが義務的に求められています。壁の塗り替えにはおよそ1か月分の家賃を要することもあります。

(水道・電気)

水道・電気の供給はSEEG社により行われています。利用前にSEEG社の本支店に赴き、利用契約を締結します。このとき前納金としてある程度の額を支払うよう求められます(契約解約後に返金されます)。支払いを行うと領収書が渡されますが、前納金の返金手続きに際して必ず必要になりますので、紛失しないように気をつけてください。なお、アパートによっては、水道代が毎月の共益費に含まれていることもありますので、アパート契約時にご確認ください。

電気供給については、最近では前述の契約方式のほかに、前払い方式(チャージ式)の住居も増えてきました。この場合、事前にSEEG社の本支店等で一定額を支払い、それと引き換えに入力コードが書かれた紙を引き取り、アパートに取り付けられているメーターにその番号を入力すると、支払った金額分の電気代がチャージされ、使えるようになるものです。この方式では契約及び保証金は不要です。

(ガス)

当地では日本と異なり都市ガスの供給はありません。したがって、電気コンロやガスコンロを別途購入する必要があります。ガスコンロの場合、12kgほどのガスボンベをガソリンスタンド等で購入し、コンロに接続して利用します。ガスボンベは1つだけでも十分な期間使用できますが、急なガス切れに備えてもう1本予備で購入されるのがよいでしょう。

2. 入出国

(1) 入国時

(ア) 査証

日本人がガボンに入国する場合、理由を問わず入国査証が必要です。日本では在京ガボン大使館で査証申請を行うことができます。査証取得に必要な書類等の情報については、在京ガボン大使館に直接お問い合わせください。

在京ガボン大使館

東京都目黒区東が丘1-34-11 電話03-5430-9171

ガボン大使館のない国から観光・親族訪問目的でガボンに入国しようとする場合の手続きは、以下の通りです。

- ① ガボンにおける招へい者が、DGDI (Direction Générale de la Documentation et de l'Immigration: 入国管理局) で手続きを行い、入国許可 (Autorisation d'entrée) を取得する。許可が下りるまでに約20日要する。
- ② 招へい人は、ガボンを訪れようとする被招へい者にその写しを送る (Eメール、ファックスなど)。
- ③ 被招へい者は、出発地、経由地の空港で求められた場合は、その写しを空港官憲に提示する。
- ④ 招へい者は入国許可のオリジナルを持って被招へい者を出迎える。被招へい者は、当地空港査証カウンターで写しを提示し、入国査証の発給を受ける。なお2013年9月現在、査証発給費用は45,000CFAフラン (70ユーロ) です。

ステップ①に必要な書類は、2013年9月現在、以下の通りです。

- ・招へい人による、入国許可依頼レター (手書き可)
- ・被招へい人の旅券の始め3ページ分コピー、カラー顔写真2葉
- ・招へい人の滞在許可証又はガボンが発行している身分証明書のコピー
- ・DGDI が定める申請書

商用査証の場合はガボン側受け入れ企業が入国許可申請を行わなければならない他、上記書類に加えて、被招へい人所属企業が発行する出張命令書が必要です。

空港の査証カウンターで査証発給を受ける際に入国スタンプも押印されます。査証取得後は受託手荷物引き取りに進みます。

(イ) 入国審査 (リーブルビル国際空港)

航空機を降機後、まずイエローカード (黄熱病予防接種証明書) のチェックがあります。係員がいますので、旅券とイエローカードを併せて提示してください。

次に入国審査です。ブースはいくつか分かれています。ガボンに居を構えている外国人は、“RESIDENT”と書かれたブースへ、そうでない外国人は“VISITEUR”と書かれたブースへ進みます。指紋採取や顔写真撮影はありませんが、入国目的やガボンにおける滞在先、滞在期間、職業等を詳しく聞かれることがありますので、すぐに答えられるよう予め準備されることをお勧めします。

入国審査終了後に受託手荷物の引き取りを行い、税関審査を通過します。旅券を税関職員に提示します。段ボール箱の場合、開梱して中身を見せるよう言われることがあります。

(2)出国時

チェックインカウンターは制限区域になっており、旅行者本人しか入ることができません。同カウンター入口にいる空港保安職員に旅券と航空券(Eチケットお客様控え)を見せて入ります。

チェックイン後、チェックインカウンターを出て一旦外に出て2階に上がり、出国審査と手荷物検査を受けます。手荷物検査の流れは悪く、検査待ちの乗客が大勢いてもレーンが1つしか空いていないことがあり、その場合は想像以上に時間を要します。搭乗時刻に間に合うよう余裕を持って手荷物検査に向かうようにしてください。

3. 食生活

ガボンでは、仏のスーパーで入手出来る食料品は殆どのものが入手可能ですが、果物・肉・野菜などを海外から輸入しているため物価は極めて高く、一般的に欧州の約2～3倍の値段になっています。肉は牛、豚、鳥、子羊、ウサギ等各種揃っており、(仏、南ア、カメルーン、ブラジル産等)、魚は当地産の鯛、ヒラメ、アジ等の生鮮魚の他、ばらつきはありますが、冷凍の鯛、鮭、イカ、エビがほぼ一年中入手可能です。野菜の殆どはカメルーン、モロッコ等からの輸入品であり、高価で鮮度も落ちているものが多いですが、トマト、レタス、玉ねぎ、ジャガイモ、人参、ナス、ピーマン、おくら等の現地産野菜も年間を通して入手出来ます。米はタイ米がスーパー等で購入できます。牛乳はロングライフ牛乳のみ購入可能で、他には粉末乳しか入手できず、チーズ、ヨーグルトなど乳製品は大変高価です。日本食材はほとんど入手できません。

リーブルビル市内にあるスーパーマーケット

・Géant CASINO M'BOLO

営業時間： 8時30分～19時30分(月曜日から木曜日、土曜日)

8時30分～21時00分(金曜日)

9時00分～13時00分(日曜日)

外務省のすぐ近くに位置しており、リーブルビル最大のスーパーマーケットです。フランスのスーパーマーケット Casino 社ブランド用品の取り扱いを始め、日用雑貨から食品の殆ど(大半は欧州、南アからの輸入品)はここで購入することができます。しかし高額です。

・Géant CKDO

営業時間： 8時30分～20時00分(月曜日から木曜日、土曜日)

8時30分～21時00分(金曜日)

リーブルビルで2番目に大きいスーパーマーケット。商品、内容、金額は上記 M'BOLO と同程度ですが、魚や野菜はこちらの方が鮮度良好。高額なるも、百合、バラなど輸入の花も購入可。

・PRIX IMPORT CENTRE VILLE

営業時間： 8時00分～19時30分(月曜日から木曜日)

8時00分～20時00分(金曜日、土曜日)

レバノン系スーパーマーケットで新鮮な精肉がある他、ワイン等酒類が豊富で他店より若干安めです。

・PRIX IMPORT OKALA

営業時間： 9時00分～19時30分(月曜日から土曜日)

9時00分～13時00分(日曜日)

空港より更に北寄りに位置。店舗の規模は小さいですが、店内は明るく清潔感があります。商品の値段はやや高めに設定されているようです。

上記以外にも、中国人をはじめとした外国人の経営している小規模スーパーマーケットで日用品を購入することができます。

4. 生活用品の購入

電化製品・家具

電圧は220V～240Vで周波数50Hz、コンセントはヨーロッパ標準型の丸型2ピンプラグ(Cタイプ)です。電圧が安定しないため、電化製品には、スタビライザー付き変圧器が必要です。洗濯機、冷蔵庫、電子レンジ、オーブン、掃除機、TV、ステレオ等必需品のほとんどは当地で購入可能ですが、種類が少なく高額です。家具も同様に、テーブル、イス、ソファ、ベッドなど購入可能ですが、種類は非常に限られ高額となります。なお、木製家具については職人に個別注文を行うことも可能です。

電化製品や家具は、大型スーパーマーケットや以下の商店で購入することができます。

・CK2

営業時間： 8時30分～12時30分、15時00分～19時00分（月曜日から土曜日）

外国製日用品、スポーツ用品、台所用品、電気製品、庭用品等が購入できる。一通り家具等を揃えることができるが種類が限られ大変高額。

・Centr' Affaires（店舗は市内複数箇所にあります）

日用品、家具が手に入る。値段は他店に比べて安い。質も落ちる。

・SOGAME EQUIP

工具一式、金属製品、水道・電気・建築関連の資材が手に入る。スタンドライトも取り扱っている。日本のホームセンターに近い店舗で、住居のトラブル・破損部分を自身で解決する場合に活用でき、CK2 より安価で購入可能である。

5. 交通手段

(1) 航空便(国際線)

ガボン、首都リーブルビル北部に位置するレオン・ンバ国際空港がその玄関口となっています。

日本(羽田/成田/関空)からガボンに来る場合は、エールフランス航空(パリ経由)、もしくはルフトハンザ・ドイツ航空(フランクフルト経由)を利用すると乗り換え回数が少なく済みます。なおヨーロッパ経由以外では、トルコ航空(イスタンブール経由)、南アフリカ航空(ヨハネスブルク経由)などのルートもあります。

ガボンと周辺のアフリカ諸国間では、複数の航空会社が運行しています。2013年9月現在、ガボン発では、セネガル、マリ、コートジボワール、トーゴ、ナイジェリアといった西アフリカの国々、カメルーン、赤道ギニア、サントメ・プリンシペ、コンゴ民主共和国、コンゴ共和国等の中部アフリカ諸国、更にはエチオピア、南アフリカやモロッコとの間に直行便・経由便が就航しています。

一般的に、アフリカにおける大部分の航空会社は規模が小さく、所有する航空機数が少なかったり、古かったりするため、急なフライトの遅延や欠航が時折発生します。実際に利用する場合には、こまめな情報収集とフライト情報の確認が不可欠です。

(2) 航空便(国内線)

ガボン国内には複数の地方空港が存在しており、国内線も運航されています。航空会社は、Afric Aviation(アフリック・アビエーション)、La Nationale(ナショナル)、Allegiance(アレジャンス)の3社が旅客定期便を運航しています。運航スケジュールは頻繁に変更されるため、ご利用の場合に

は電話で各社に連絡をとり、最新のスケジュールを確認する必要があります。

Afric Aviation : 06. 71. 71. 78

La Nationale : 06. 66. 90. 77 / 06. 70. 04. 22 / 06. 66. 90. 99

Allegiance : 05. 81. 81. 81 / 07. 75. 75. 75

当地にはプライベートジェット・プロペラ機を所有している会社もあります。目的地や人数、その他需要等に応じて利用を検討することができます。

Afrijet (アフリジェット) : 01. 44. 58. 85 / 07. 08. 28. 14

Nouvelle Air Affaires Gabon 01. 73. 01. 92 / 01. 73. 24. 37 /

(ヌーベル・エール・アフエール・
ガボン) : 01. 73. 02. 02

(3) 鉄道

リーブルビル南部オウエンドという地区から内陸のフランスビルまで鉄道があります。物資輸送を行う貨物列車が走っているほか、季節にもよりますが、週に4～6本の旅客列車も走っています。各駅停車と急行列車の2種別があり、車内はVIP車、1等車、2等車の3つに分かれています。予約は各駅の予約・発券窓口で行うことができるほか、リーブルビルにおいては市内中心部の予約センターで行うことも可能です。

ちなみに、世界遺産にも登録されているロペ国立公園へはこの鉄道を利用し、途中のロペ駅で下車することでアクセスできます。所要時間片道約7時間。

SETRAG (セトラグ) : (コールセンター) 01. 70. 80. 60

(4) レンタカー

リーブルビル市内にはレンタカー業者が数社あります。小型乗用車から四輪駆動タイプのRV車まで揃っているところが多いようです。

当地の特徴として、ほとんどの業者で予約時または貸し出し前に保証金を求められます。金額は業者・車種によって異なりますが、50万CFAフラン(約760ユーロ)～150万CFAフラン(約2,285ユーロ)と幅があります。

◎ Gesparc (ジェスパルク)

リーブルビル南のオルミ地区に位置しています。豊富な車種が取り揃えられています。

Web: <http://www.gesparc.com>

メール: gesparc@groupesogafric.com

連絡先 : 07. 13. 00. 05 / 07. 24. 96. 00

◎LTC

メリディアンホテル内に事務所があります。創業して数年の企業で、現在のところ全車種合計で所有台数は15台程度と小規模です。

Web: <http://www.transports-citadins.com>

連絡先 : 04. 13. 83. 74 / 01. 79. 32. 00(内線8173)

◎Hertz

空港から南に車で10分ほどの距離に位置するオクメパラスホテル内に事務所があります。

連絡先 : 01. 73. 20. 11 / 07. 57. 29. 45

メール: gabonrentacar@yahoo.fr

(5) タクシー

市内には電車、地下鉄等の公共交通機関はなく、乗合タクシーが一般市民の足になっています。タクシーの利用は、手を上げてタクシーを止め、目的地を告げ、値段交渉します。目的地がタクシーの行き先と違う場合には乗車拒否されるので、目的地に行くタクシーが来るまで待つか、分岐点で乗り継ぎをしなくてはなりません。乗客のいないタクシーを見つけ Course(クルス)と言えば、タクシーを借り切ることもできます(約2,000F.CFA～約4,000F.CFA)。乗合タクシー料金は一区間100～500F.CFAですが、空港・市内間は1台2,000F.CFA～4,000F.CFAとなっています。外国人に対して不当な金額を請求することが多いので、乗車前に料金を確認する必要があります。タクシー強盗事件も発生しているので、可能な限りタクシーの利用は避け、やむを得ず利用する場合には、他の乗客との相乗りを避けクルスを利用する、貴重品の所持は避けるなど十分に注意して下さい。

(6) 自家用車を利用する場合

ガボンの交通法規はフランスの交通法規に準じており、右側走行、交差点では右側優先が基本となっています(ロータリーでは内側走行中の車が優先)。市内の主要道路はおおむね舗装されていますが悪路が多く雨季になると冠水するため、夜間雨天の運転は特に慎重に行う必要があります。また、速度超過や飲酒運転車両も多く、交通死亡事故が多発していますので、十分注意する必要があります。

赤信号などで停車した車両のドアを開け、車内からバッグなどを窃取する事件が発生していますので、走行中は施錠するとともに、窓を開けないなどの対策が必要です。

ガボンでは、日本で取得した国際運転免許証では運転できません。当地に到着後、ガボン運転免許証に切替えを行う必要があります。当館において日本の運転免許証の証明書(運転免許証の抜粋証明)を取得し、運輸当局に申請してください。

(7) 自家用車の購入について

自家用車を新車購入する場合、当地で購入可能なメーカーとしては、トヨタ、ダイハツ、スズキ、日産、三菱、ベンツ、ルノー、プジョー等がありますが、すべてヨーロッパ等で製造の上船舶で当地に輸送するため、購入金額は日本で購入する場合の2倍以上になります。代表的なディーラーは以下の通りです。

① GROUPE SOGAFRIC (TOYOTA GABON, Gesparc を展開)

(a) TOYOTA GABON

取り扱いメーカー: トヨタ、レクサス、ダイハツ

電話: 06. 22. 05. 59 / 06. 22. 05. 69 / 07. 08. 26. 04

(b) SODIM TP

取り扱いメーカー: いすゞ、マツダ、ルノー

電話: 06. 22. 05. 62 / 06. 63. 83. 73 / 07. 08. 27. 99

② CFAO MOTORS (2012年に豊田通商が買収)

取り扱いメーカー: 三菱、日産、プジョー、スズキ

電話: 01. 74. 80. 40

③ TRACTAFRIC MOTORS GABON

取り扱いメーカー: メルセデスベンツ、ヒュンダイ

電話: 01. 76. 05. 22 / 01. 76. 01. 77 / 01. 76. 00. 32

新車購入は、日本の場合と同様に、ディーラーの担当者と相談の上、見積もり取得から購入まで話を進めます。希望車種・色の在庫があれば諸手続を行った後に納車されますが、そうでない場合は海外からの輸入後に諸手続を行うことから、時間を要します。

自動車の登録手続き、自動車保険への加入、ナンバープレートの取り付け等は、追加費用を支払うことで全て代行してくれるディーラーもあるようです。詳細はディーラーにお尋ね下さい。

中古車の場合、周囲の人のアドバイスを得ながら信頼のおける業者を選ぶことから始めましょう。次に、車の状態を細かくチェックしてから購入するように気をつけてください。オドメーターで総走行距離数を確認し、車体外装だけではなくエンジンルーム内、車軸、ブレーキ等隅々までチェックし、できるだけ状態のよいものを選ぶようにするのがよいでしょう。なお、ガボン政府は、3年落ち以上の中古車の輸入を禁止しています。

(車検の実施義務)

当地では、全ての自動車に対して毎年車検(Visite technique)を行うことが義務付けられています。運輸省公認の工場に自動車を持ち込み、ブレーキやサスペンション等に問題がないかチェックしてもらいます。異常個所がなければ、点検報告書と合格証が発行されます。逆に異常個所が発見された場合、点検報告書に異常個所が記載されますので、これを持って1ヶ月以内に修理を

行い、再度車検を行って合格証を得る必要があります。

(運転免許証)

ガボンは、「道路交通に関する条約(ジュネーブ条約)」を批准していないため、日本で発行された国際運転免許証を使用することはできません。しかしながら、日本の運転免許証をもとに登録証(Fiche d'enregistrement)を発行してもらうことで、当地での運転ができるようになります。申請は、運転免許センター(Centre national de l'examen du permis de conduire)で行います。2013年9月現在、申請には次の書類が必要で、通常およそ1週間から2週間ほどで発行されます。

- ① 日本の運転免許証コピー(表裏)
- ② 運転免許証の抜粋証明(申請に基づき、当館で作成可(有料))
- ③ 顔写真2葉
- ④ ガボン滞在許可証のコピー
- ⑤ 手数料3万 CFA フラン
- ⑥ 運転免許センター長(Directeur national du centre de l'examen du permis de conduire)宛ての書簡

6. 通信

電話

市内では固定電話が比較的整備されているものの、混線や不通もしばしば発生します。。一般には携帯電話(SIM カード式)が広く普及しています。通信方式が異なるため、携帯電話の音質は日本の携帯電話に比べると悪く、音がこもったように聞こえます。

ガボンからの国際電話の掛け方は、固定電話・携帯電話とも以下のとおりです。

00 + 国番号(日本の場合は81) + 相手の電話番号(日本の場合は市外局番の0を省く)

インターネット

ADSL 回線及び無線LANインターネットが普及していますが、回線速度・サービス面で日本に比べ相当劣り、また料金も高額です。インターネット利用可能なホテルやインターネットカフェもあります。主な無線LANインターネット会社として、Solsi, WIFLY, iPi9 などがあります。

・Solsi

電話: 01. 77. 86. 36

メール: contact@solsigabon.com

HP: <http://www.solsigabon.com/>

・WIFLY

電話:01. 76. 13. 22 / 01. 76. 13. 24

HP: <http://www.wifly.info/>

・iPi9

電話:03. 45. 67. 89 / 01. 44. 69. 10

HP: <http://www.ipi9.com/>

郵便

郵便事情は劣悪で、各戸への配達制度はなく、郵便宛先はすべて私書箱となります。普通郵便は損失したり届かない場合があり、所要日数も2週間～1ヶ月程度かかるので、重要な郵便物には EMS(国際スピード郵便)や DHL の利用が推奨されます。

しかしながら、当地の特殊な事情として、郵便物が小包の場合は、受取人が税関システムの利用手数料を支払う必要があります(書類の場合は問題なし)。手数料額は送料や中身の価値に応じて計算されます。関税等が発生することもあります。更に、通関業者を通じて税関に輸入申告する手続きを要し、そのため通関業者に支払う費用も発生します。引き取りは、所要額を通関業者及び通じて税関に支払った後に行うことができ、費用と時間がかかります。

7. 教育事情

ガボンに日本人学校、日本人補習校はありません。現地校はフランスの教育システムに準じており(授業は仏語)、義務教育は初等教育(6年)及び中等教育前期課程(4年)の10年間(満6歳～満16歳)です。中等教育前期課程終了後 B.E.P.C.(中等普通教育終了免状)を取得しなければ原則として後期課程へ進むことは出来ません。首都のリーブルビルには、フランス人学校やアメリカン・インターナショナルスクールなどがあります。幼稚園は、フランス人学校ほか複数ありますが、個別に問い合わせで最新の情報を入手する必要があります。

<外国人学校:幼稚園・初等課程・中等課程>

American International School(アメリカン・インターナショナル・スクール)

電話:(+241)01. 74. 33. 32

E メール: aislgabon@gmail.com

HP: <http://aislgabon.com>

* 授業は英語で行われ、仏語の授業は第一外国語として扱われる。同国内では比較的教育レベルの高い学校といえるが、授業料が高額である。

Lycée et Ecole Franco-Britannique(リセ・エ・エコール・フランコ・ブリタニック)

電話:(+241)01. 73. 43. 49

* 主に仏語で授業が行われ、英語の授業も行われる。アメリカン・インターナショナル・スクールと比べると、規律を重んじる学校である印象を受ける。

＜外国人学校:中等課程＞

Lycée Blaise Pascal(リセ・ブレーズ・パスカル)

電話:(+241)01. 73. 00. 80

Eメール:lyceelbv@lyceelbv.org

HP:<http://www.lyceelbv.org>

(※外務省HPへのリンク

http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/world_school/07africa/schlist70900.html)

フランス語教育事情

フランス学院のフランス語コースの場合、10 月開講 10 週間、1 クラス4～8人、30 時間で180,000F.CFA。個別に個人授業も交渉可能。10 時間で 250,000F.CFA.

8. 予防接種、衛生・医療事情

予防接種

(1)長期滞在者に必要な予防接種

入国に必要なワクチン:黄熱病 ガボンは WHO によって予防接種が義務付けられています。

接種すべきワクチン:A 型肝炎、B 型肝炎、破傷風

接種が薦められるワクチン:狂犬病、髄膜炎、腸チフス

都市部の薬局でこれらワクチン(ほとんどフランス製)は手に入りますが入荷は必ずしも安定しません。

(2)小児予防接種

BCG

6 種混合:ジフテリア+破傷風+百日咳+ポリオ+ヘモフィルスインフルエンザ B+B 型肝炎

肺炎球菌

ロタ

黄熱病

MMR:麻疹+おたふくかぜ+風疹

腸チフス

日本の定期接種は完了してくることが望ましい。

(3) ワクチン接種証明書

イエローカードは必須。児童・生徒が入園・入学する際に英文または仏文の予防接種証明および健康診断書が必要です。

衛生・医療事情一般

(1) 衛生状態

首都においても停電や断水が頻発し、ハエや蚊のみならずノミ、ダニ、ゴキブリ、カビも多く発生します。飲用水はミネラルウォーターをおすすめします。

(2) 医療

当地で外国人ビジネスマン等が利用できるのは、小規模ながら MRI と CT を備えた比較的清潔な私立病院に限られ、公立病院は設備や専門医、基本的な衛生概念などの点に問題があるため安心して医療を受けられる水準には達していません。また私立病院の医療費は高額で国内での治療には限界があるため、ガボンに滞在するに当たっては、緊急時の治療費用・救済者費用などで国外移送までを付帯した海外旅行傷害保険への加入を強く勧めます。

(3) 医薬品

都市部の薬局では、特殊な薬を除いて、鎮痛薬や抗生物質、抗マラリア薬などは処方箋なしでも購入できます(フランスを中心としたヨーロッパからの輸入品がほとんどです)。また、狂犬病、腸チフス、髄膜炎ワクチンなども購入が可能ですが、在庫が常にあるとは限りません。慢性疾患で常用している薬がある場合、薬剤アレルギーのある場合は普段使っている薬の持参をおすすめします。

健康上心がける事

- (1) 旅行前の各種予防接種と海外旅行傷害保険への加入
- (2) 防蚊対策: 長袖・長ズボン・靴の着用、虫よけ剤(repellent)の塗布、夕方以降室内に殺虫剤の散布、蚊取り線香の使用、蚊帳の中で就寝など
- (3) 紫外線対策、炎天下での外出を控える
- (4) ペットボトルの持参により、十分な水分補給
- (5) 食事前の手洗い、生水・生ものの飲食を避ける
- (6) 動物にむやみに近づかない、触らない
- (7) 歩行中、車や周辺の人物への注意(保安上からも)
- (8) 十分な休養と睡眠

かかり易い病気、病気になった場合の医療機関等

外務省: 世界の医療事情 ガボン

(※外務省HPへのリンク <http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/africa/gabon.html>)

9. 治安情勢・警察事情

治安情勢

アフリカの中では比較的治安が安定していますが、すりや空き巣などの窃盗事件、凶器を使用した強盗事件が発生しております。近年、密入国や銃器・薬物の密輸入が増加し、それらが関係する犯罪も増加していると言われています。

首都リーブルビル市内に限らず地方都市においても犯罪は多発しており、また、未解決事件が後を絶たない状況です。また、交通マナーが悪く、タクシー利用時の交通事故が増加していることから、タクシーでの移動は可能な限り避けることをお勧めします。

警察事情

一般にガボンは警察・憲兵隊(軍)等の権力機関の力が強く、権力の過剰行使(不必要な検問、職務質問、証拠なしの連行逮捕等)が見られます。外出の際は身分証明書(原本)や携帯電話を常に携帯するとともに、官憲から不当な取り扱いを受けても冷静に対応し、必要な場合には日本国大使館に連絡してください。

住居の防犯対策

住居は、安全な地区にある、防犯設備の整った住居を選択することが望ましいですが、このような物件は極めて少ないのが実情です。当地においては、外国人が多数居住し、集合住宅・高層住宅が多く存在する地区をお勧めします。また、入居の契約をする前に、ドア・窓の鉄製化や鉄格子設置について家主と交渉し、防犯設備を充実させることをお勧めします。

10. ホテル情報

◎Hôtel Okoumé Palace(ホテルオクメパラス)

住所: 5, Boulevard de Nice, BP2254

電話: 01. 73. 20. 23

Web: <http://www.okoumepalace.com/>

メール: reservation@okoumepalace.com

室料:スタンダードシングル1泊110, 000CFAフラン、スタンダードダブル1泊125, 000CFAフラン

朝食:宿泊費に含まれている。

解説:空港と日本大使館の間に位置(空港から車で約10分)。2013年9月、現在改装工事中ではあるが提供客室数を減らした状態で営業を継続している。2014年中に、ラディソンブルーとパークインの2ブランドを同時展開してリニューアルオープンする予定。

◎Hôtel Le Méridien Réndama(ホテル・ル・メリディアン・レンダマ)

住所: Quartier Glass, BP4064

電話: 01. 79. 32. 00

Web: <http://www.lemeridien.com/libreville>

メール: 01810.reservation@lemeridien.com

室料:スタンダード1泊138, 100CFAフラン、スーペリア1泊151, 000CFAフラン

朝食:宿泊費とは別。朝6時半から10時半まで、14, 500CFAフラン

解説:リーブルビル南部のグラス地区に位置。屋外にはプール、フィットネスルームがあり、宿泊客は無料で利用可能。

◎Résidence Maïsha(レジデンス・マイシャ)

住所: La Sablière, BP516

電話: 01. 44. 50. 70 / 71

Web: <http://www.residencelemaisha.com>

メール: reservations@residencelemaisha.com

室料:スタンダード1泊180, 000CFAフラン、スーペリア1泊196, 000CFAフラン

朝食:宿泊費とは別。アラカルトメニューで7, 500CFAフランから

解説:高級住宅街のサブリエール地区に立地。ホテル裏手は海岸になっている。敷地内にはプールやパティスリーコーナーがある。毎週日曜日はビュッフェスタイルの昼食を楽しむ。

◎Résidence NOMAD(レジデンス・ノマド)

住所: Quartier Aéroport, BP8580

電話: 01. 45. 06. 01 / 05. 40. 77. 29

Web: <http://www.nomad-residence-hoteliere.com>

メール: info@nomadlibreville.com

室料:全室レジデンススイート、1泊181, 000CFAフラン

朝食:宿泊費とは別。月曜から土曜は6時半から10時半まで、日曜及び祝日は6時から11時まで、14, 000CFAフラン

解説:空港から北に10分程度のところに立地。敷地内にあるプールを取り囲むようにして客室

が建っている。フィットネスコーナー、マッサージルーム等もある。毎週日曜日はビュッフェスタイルの昼食が楽しめる(12時から16時まで、大人25, 000CFA フラン、子供15, 000CFA フラン)。

◎Hôtel L' étoile d' or (Sablière) (ホテル・レトワールドール・サブリエール)

住所: La Sablière, BP10654

電話: 01. 44. 69. 80 / 05. 40. 68. 72

室料: スタンダード1泊99, 000CFA フラン、スーペリア1泊109, 000CFA フラン

朝食: 宿泊費とは別。朝6時から10時まで、コンチネンタル9, 000CFA フラン、アメリカン12, 000CFA フラン

解説: 中国人が経営するホテル。空港から5分程度のところに立地している。オープンしてまだ数年で清潔感がある。ホテル入り口脇にはパティスリーコーナーがあり、パンやケーキ、飲み物を購入することができるほか、ホテル内にはレストランもある。昼食は毎日ビュッフェスタイルで提供されており、宿泊客以外でも楽しめる。大人1名20, 000CFA フラン、12歳未満の子供1名12, 000CFA フラン。

◎Hôtel AKEWA (ホテル・アケワ)

住所: Batterie IV, face Ecole Gros Bouquet II, BP4820

電話: 01. 44. 68. 28 / 06. 11. 08. 08

Web: <http://www.hotelakewa.net>

メール: hotelakewa@gmail.com

室料: シングル1泊61, 000CFA フラン、ダブル1泊81, 000CFA フラン

朝食: 宿泊費とは別。朝7時から10時まで、シンプル6, 500CFA フラン、コンチネンタル10, 000CFA フラン

解説: 日本大使館近く。オープンしてまだ数年のホテルで、清潔。従業員の対応もよい。敷地内にはカフェコーナーがありレストランはないものの、すぐ隣にピザ・スパゲティ等が食べられるレストランや、徒歩数分圏内に韓国料理店、中華料理店がある。

11. レストラン情報

(1) フランス料理

・Le phare du Large

電話: 01. 73. 02. 73

日本大使館に隣接。高級フランス料理。要予約。

・Le Bateau Ivre

電話: 01. 44. 34. 87

大使館近くに位置。高級フランス料理。店内はエアコンが強く効いていることがあるので、上に羽織るものが1枚あるとよい。

•La Table d'Epicure

電話:01. 73. 03. 59 / 06. 26. 34. 87

ルイ地区に位置。

•Le Lokua

電話:04. 10. 34. 44 / 06. 83. 51. 83

グラス地区に位置。フランス料理。地上階のバーでは曜日によって生演奏あり。

•D'ici et D'ailleurs

電話:01. 73. 76. 13

ルイ地区に位置。木目調の落ち着いた店内で食事を楽しめる。

•ホテル・メリディアン内レストラン

電話:01. 79. 32. 00(ホテル代表)

フランス料理のビュッフェあり。

•ホテル・Résidence NOMAD 内レストラン

電話:01. 45. 06. 01

サービス、味、雰囲気とによし。

(2)イタリア料理

•ROMA

電話:01. 44. 16. 02 / 04. 44. 98. 64

ルイ地区に位置。下記2軒より高級。雰囲気がよい。

•La Dolce Vita (Port-Môle)

電話:01. 72. 42. 38

店舗の一部は海にせり出しており、海風に吹かれながら食事を楽しめる。オープンテラスのためエアコンがなく、暑いことも。夜は蚊対策が必要です。夜のサービスは19時半過ぎから。

•La Dolce Vita (La Sablière)

電話:07. 84. 61. 00

空港北部のサブリエール地区に位置。空調の効いた店内で食事を楽しめる。

(3)アジア料理

•SAKURA

電話:01. 74. 02. 54

モンターニュ・サント地区に位置する日本食レストラン。シェフはタイ人だが味はよい。

•Pavillon Jade

電話:07. 34. 22. 55 / 07. 34. 23. 20

オー・ド・ゲゲ地区。リーブルビルで中華の中では一番評判高い。

•Chez Weng

電話:01. 73. 00. 22

ルイ地区。中華料理レストラン。

•Le Dragon d' Or

電話:01. 73. 25. 12

ルイ地区。中華料理レストラン。

•Yang-tsé

電話:01. 44. 45. 41

大使館近く。中華料理レストラン。

•Bon Restaurant

電話:06. 42. 25. 90

大使館近く。韓国料理レストラン。

(4)アフリカ料理

•L' Odika

電話:01. 73. 69. 20

ルイ地区。ヘビ、ワニ、ハリネズミなどのゲームミートを食することができる。

(5)その他

•Palais d' Amine

電話: 01. 44. 16. 23

バッテリー4地区。高級モロッコ料理。

•Les Arcades

電話: 01. 73. 45. 84 / 07. 54. 24. 24

ルイ地区。レバノン料理店。

12. スポーツクラブ情報

(1)ゴルフ場

•Golf Club de Libreville

電話:01. 76. 03. 78

リーブルビル郊外にある 18 ホールのゴルフ場。グリーンはサンドグリーン。谷越え、池越え、打ち上げコース、砲台グリーン等の比較的難しいコース。

入会金: 150,000 F.CFA(1人)

200,000 F.CFA (夫婦)
保険 : 28,000 F.CFA (1人)
56,000 F.CFA (夫婦)
メンバー年会費: 840,000 F.CFA (1人)
1,290,000 F.CFA (夫婦)

(2)各種スポーツクラブ等

・HOTEL OKOUME PALACE

プールが利用できる。

1日利用 6,000F.CFA (大人1人)

4,000F.CFA (子供1人)

利用時間: 9:00～17:30

・HOTEL MERIDIEN RE-NDAMA

プール、テニスコートが利用できる。

①プール

1日 5,000F.CFA

1ヶ月 40,000F.CFA

利用時間: 9:00～17:30

②テニスコート(06.25.84.61 M.JB Tamno)

週1回/月 40,000F.CFA (大人)

20,000F.CFA (子供)

週2回/月 70,000F.CFA (大人)

45,000F.CFA (子供)

週3回/月 100,000F.CFA (大人)

利用時間: 10:00～18:00

・CLUB SAOTI

大型のスポーツ施設で、プール・テニスコート・トレーニングジム・ヨガ・ペタンク・ボウリング・ビリヤード等が利用できる。

・BEACH CLUB

プールが利用できる。

1日利用 5,000F.CFA (大人)

4,000F.CFA (子供)

利用時間: 09:00～17:00

・SPA YACINE

サウナ、プール、マッサージ、フィットネスジム、美容室等が利用できる。