

# ミャンマ-

## 基本情報

◆国名	ミャンマー連邦共和国(旧ビルマ連邦)
◆首都	ネピードー(2006年10月にヤンゴンより遷都)
◆面積	約67万8500km²
◆人口	2014年国勢調査の結果5100万人(多くの少数民族が、この調査の対象 外としたため問題ともなっておりますが、除かれた少数民族は1100万人 にも登ると推察されている)
◆公用語	公用語はビルマ語ですが、観光施設では英語も多少通じます。
◆民族	ビルマ族が約70%、その他シャン族・カレン族と少数民族も多数存在
◆宗教	国民の85%が仏教徒(南方上座部仏教)
◆気候	国土が南北に伸びるため、都市によってかなりの差がありますが、ヤンゴンでは10月-3月が乾季・4・5月が暑気・6月-9月が雨季となります。 雨季でも地方では降水量はヤンゴンほどではありません。
◆通貨	チャット(一般の店ではクレジットカードはほとんど使用できません。)
◆時差	マイナス2時間半、日本の午前10時はミャンマーの午前7時半
<b>♦</b> ピザ	必要
◆ベストシーズン	10月中旬から3月末までの乾季
◆世界遺産	ピィ古代遺跡群(2014年登録)

### 滞在情報

/市/上门升	
◆両替	空港や市内の両替所、銀行やホテルなどで可能です。但し米\$、シン\$、 ユーロが主で日本円の可能な両替所は現在1軒のみ。必ずピン札をご 用意下さい。再両替も上記3通貨へのみ可能です。
◆クレジットカード	観光レストランなどではVISAも含め様々なカードが使える店が増えていますが、JCBが一番主流です。一般のレストラン、屋台では使えません
<b>◆</b> チップ	チップの習慣はあまり浸透していません。ホテルではポーターには1000~2000チャット、レストランやタクシーでは渡す事はありません。
◆水	水道水は飲めません。ミネラルウォーターをお勧めします。
◆治安	治安は良いとされてますが、置き引き、すり、両替詐欺などにご注意くだ。
◆交通	ヤンゴンではほぼ毎日交通渋滞が激しく、市内ではタクシー移動がメインですが料金は交渉制ですが、距離・エリアなどの相場を知らないと多少難しいです。 あまりボッタクリなどはありませんが、 運転手が目的地を知らないことが多々あります。 夜間は割増料金で交渉してきます。 年間を通して夏の服装で良いですが、、インレーなど山岳部では朝晩冷
▼ IIIA-DX	え込むこともあり、上着が一枚必要です。パゴダや寺院ではミニスカート、ショートパンツ、ノースリーブ、靴を履いたままでは入場できませんのでご注意ください。脱ぎやすいサンダルが便利です
◆持ち物	日差しが強く、サングラス、蚊が多く、虫除け、サンダル
	粉塵が多く、アイボンなど目を洗える薬剤が便利です
	雨季の時期は雨具、折り畳み傘
◆マナー	頭は最も神聖とされる部位。他人の頭部には触れないように注意しましょう。たとえ子供でも、かわいいからといって、なでたりしないでください。
◆ネット	日本より通信状況は非常に悪くなります。通信速度が遅くUL/DLなどは 難しいことが多々あります。
◆喫煙	ほとんどのところでは喫煙可能ですが、外資ホテルなどでは諸外国と同じ基準でノンスモーキング施設も増えてきています
◆電圧	200-240ボルト。プラグはホテルによって違います。
	プラグはホテルによって違います。多くのところでマルチ電源のご用意がされています。
	11 A911 . C911 . BF917
◆病院	ミャンマーの医療水準は低いです。 盲腸程度の手術でもお隣タイへ行くことも多い。
◆通関	【持ち込み】外貨は1万ドルまで。現地通貨は国外での入手は想定外。 タバコ1カートン。酒750ml程度3本など。

#### 通貨







持ち出し ミャンマー国内で購入した宝石類に関して税金を納めた証明 が必要。(購入店のレシートで可)別途申請するオフィスもダウンタウン にあります







※通貨の転用・複写はご遠慮ください。

2014年5月現在 100米ドル=約96000チャット

## 観光地情報



※地図の転用・複写はご遠慮ください。

#### ◆現地スタッフより

急激な成長を見せるミャンマー、中でもヤンゴンは先進国に追いつけと勢いを付けて いる最中です。

これまでになかった、環境を取り入れるので若干の戸惑っている現地の人々も・・・ 今だからこそ、色々な面のミャンマーがご覧頂けます。

まだまだインフラの整っていない中ですが、人々の優しさ、親切心に触れミャンマーの とりこになる外国人が続出中!

バガンは世界遺産でこそありませんが、壮大な風景に溶け込む数々のパゴダ! 絶景です。

マンダレー・インレーでは雨季でも雨が比較的少なく、お楽しみいただけるところはたく さんあります。