

基礎情報

首都：メキシコシティ
面積：196万km²（日本の約5倍）
人口：約1億2,601万人
2020年国立統計地理情報院（INEGI）
言語：スペイン語
宗教：カトリック（国民の約7割）
（2020年 INEGI）
（出典：外務省各国情報）

時 差

メキシコシティなどは中部標準時（CST）を採用。
中部標準時の日本との時差は-15時間。サマータイムは導入していない。
カンクンは東部標準時（EST）となり、日本との時差は-14時間。サマータイムは導入していない。

通貨・両替

メキシコ：メキシコ・ヌエボ・ペソ（MXN）
レート目安 1ペソ＝約 7.6 円
（2024 年 10 月現在）
日本国内でペソに両替できるところは少ない為、
US ドルを持参しメキシコにて両替することをおすすめします。

クレジットカード

VISA・MASTERが一般的。クレジットカードを利用する際に4桁のPIN コード（暗証番号）が必要になる場合があるので、事前に確認を。

チップ

ポーターは荷物1個につき1USDドル、枕チップは1泊1USDドル程度。レストランではサービス料込みでも総額の10～15%程度。タクシーは基本的には不要。

電 圧

■電圧 110V／60Hz
■プラグ A型



水事情

水道水は飲めない。ミネラルウォーターを飲用する。ホテルの冷蔵庫（冷凍室）に入っている氷も注意が必要。

トイレ

公衆トイレが少ないので、ホテルや移動中に立ち寄ったレストランなどでこまめに利用するのが無難。ホテルやレストラン以外のトイレではチップが必要な場合がある。また、ホテル内客室のトイレ含め、トイレトペーパーは便器に流せない。ごみ箱が備え付けである。

Wi-Fi 事情

空港やホテル、レストラン、カフェでフリーWi-Fiが充実しているが、通信が安定していない場所もある。

物価の目安

ホテルやレストランでは一般的に物価が割高。ミネラルウォーター（500ml）の値段が1.5USDドル程度で、ホテルで購入する場合は少し高くなる。食事時の飲み物は、都市やレストランによって異なるが、ソフトドリンクが2～6USDドル、ビールなどのアルコールドリンクが4～7USDドル程度が目安。

日本への国際電話

「+」「81（日本の国番号）」「相手先の電話番号」
入力⇒発信

例）日本の携帯電話 080-1234-5678へ

+ 81 80 1234 5678

日本の国番号

携帯電話番号

「+」の表示方法：「0」を1秒以上長押しする。

祝祭日

2024 年

1月1日 …… 元旦
2月5日 …… 憲法記念日＊
3月18日 …… ベニート・フアレス生誕記念日＊
3月28日 …… 聖木曜日＊
3月29日 …… 聖金曜日＊
5月1日 …… メーデー
5月5日 …… プエブラ戦勝記念日
9月16日 …… 独立記念日
11月2日 …… 死者の日
11月18日 …… 革命記念日＊
12月25日 …… クリスマス

渡航手続き（日本国籍）

	不要
観光ビザ 渡航認証	180日以内の観光は査証不要。 滞在日数は入国審査官により決定される。入国時滞在費用証明、復路航空券、ホテル予約確認書の提示を求められる場合あり。
EDカード	必要（空路入国は不要）
税関申告書	不要
パスポート 残存有効期間	帰国時まで有効なもの。 未使用査証欄1ページ以上。

※2022年12月15日より出入国カードの記入は廃止され、観光を目的とする場合において入国審査自動化ゲートの利用が可能な空港もある。トラブルも散見されているので、特に団体のお客様には有人ゲートをご利用頂くことをお勧めしている。
※カンクン国際空港 VisiTAX（観光旅客税）
カンクンに到着する訪問者はVisiTAX（観光旅客税）の支払いが必要です。お支払いはオンライン（<https://www.visitax.app/>）でクレジットカード利用のみ。大人・子供・幼児ともに支払いが必要です。帰国時に空港のチェックポイントで支払いを確認される可能性があります。

●ESTA（エスタ／アメリカ電子渡航認証）
米国査証免除プログラムを利用して無査証で米国へ渡航する場合、ESTAによる渡航認証取得（登録）が義務付けられている。登録時に21ドルが必要。（2025/9/30申請分より申請代金は40ドル）
●eTA（イータ／カナダ電子渡航認証）
※エア・カナダを利用する場合
2016/3/15以降、カナダでの乗り継ぎを含むカナダの入国にはeTAの事前取得（登録）が必要である。登録時に7カナダドルが必要。

＊年によって日にちが変動する。

2025 年

1月1日 …… 元旦
2月3日 …… 憲法記念日＊
3月17日 …… ベニート・フアレス生誕記念日＊
4月17日 …… 聖木曜日＊
4月18日 …… 聖金曜日＊
5月1日 …… メーデー
5月5日 …… プエブラ戦勝記念日
9月16日 …… 独立記念日
11月2日 …… 死者の日
11月17日 …… 革命記念日＊
12月25日 …… クリスマス

主な持ち込み免税範囲

現地通貨 外貨	10,000USドル相当額以上は申告が必要
たばこ	紙巻き10パック、葉巻25本、 刻みタバコ200g（18歳以上）
アルコール	3L（18歳以上）
その他	香水：適量（個人使用分）

治 安

スリ、置き引きなどの軽犯罪は発生する。多額の現金は持ち歩かない、バッグは常に手の届く範囲で管理する、人気のない場所、夜間の外出は避けるなど犯罪を防ぐための対策をしっかりと。

「たびレジ」を活用

www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/index.html

外務省の「たびレジ」に登録すると、旅先の危険・治安など、安全に関する最新情報が日本語のメールで届けられる。家族のメールアドレスを登録すると、情報を家族にもシェアできる。

情報が予告なく変更される場合があります。あらかじめご了承ください。
禁無断転載・複写© LATERRA INTERNATIONAL INC.

2024.12

服装のポイント

雨季と乾季に分かれているが、雨季といっても夕方にスコールが降る程度で、一日中雨が降ることは殆どない。訪問地によって標高の差とともに気温の差も激しいので、基本は重ね着が可能な服装が便利。

重ね着できる服装がおすすめ

寒暖差に対応可能な服装(長袖・半袖・フリース・ウインドブレーカーなど)を用意。朝晩は冷え込むので、防寒着が必要。脱ぎ着ができ、重ね着するなどして体温調節のしやすい服装を準備する。

日差し対策を万全に

標高の高い場所や砂漠エリアは、日差しが強く乾燥している。日差しが強いため日焼けには注意。遺跡など屋外の観光では季節を問わず、帽子やサングラス、長そでシャツ、長ズボン、日焼け止め、リップクリームなどの対策をしっかりと。

基本の服装と持ち物

- 折り畳み傘または雨合羽
外出時は忘れずに

- 斜めがけできるショルダーバッグ
歩く距離が長い観光に両手が自由になるバッグが便利

- 履き慣れた靴
スニーカーなど歩きやすい靴がおすすめ



- 帽子とサングラス、日傘
強い陽射しを避けるために。ひんやりシートや冷却タオルも重宝

- 薄手の長袖シャツ
天候が変わりやすいので、重ね着できるアイテムで対応

- 羽織るもの
朝晩の冷え込みや移動バスの強い冷房に重ね着で対応

セノーテ観光の持ち物

カンクンからセノーテ(泉)を訪れる場合は、水着を持参する。

メキシコシティの標高と高山病

標高は2,200M以上あるので、高山病にかからないよう注意が必要。

高山病とは

標高の高い場所で空気中の酸素濃度が低下し人体に影響を及ぼすこと。性別、年齢、日ごろの健康度を問わず誰にでも起こりえる。人により異なるが、典型的な症状は、頭痛、吐き気、めまいや手足のむくみ、下痢、発熱など。ただし、標高が下がれば、通常はすぐに治る。

その他の注意点

- 高地では腸の動きが鈍くなり、ガスが溜まりやすくなる。一方、高地から低地に下りると酸素濃度が上がり腸の動きが急に早まり、人によっては下痢をすることも。
- 予防薬の内服：高山病予防薬としてはダイアモックス(アセタゾラミド)が効くとも言われているが、副作用があるため使用に際しては医師に相談を。
- 万一来航前に、緊急移送等の内容の充実した海外旅行傷害保険に加入しておく安心。

予防と対策

水分を多めにとる(コカ茶、コカ飴も有効)・ゆっくり歩く・睡眠を十分にとる・食事はゆっくりと消化によいものを腹八分目に・お酒は飲まない・呼吸を深く吸う・バスタブには浸からない、など体が酸素を多く必要としないような行動を。

月別最低・最高気温(℃)・降水量(mm)

都市名		1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
メキシコシティ	最高気温	21.2	22.9	25.7	26.6	26.5	24.6	23.0	23.3	22.3	22.2	21.8	20.8
	最低気温	5.8	7.1	9.2	10.8	11.7	12.2	11.5	11.6	11.5	9.8	7.9	6.6
	降水量	11.0	4.0	10.0	26.0	56.0	135.0	175.0	169.0	145.0	67.0	12.0	6.0
カンクン	最高気温	27.9	28.7	29.9	31.5	32.7	33.0	33.4	33.6	32.7	31.0	29.6	28.2
	最低気温	20.6	20.7	21.5	23.4	24.4	25.2	25.2	24.8	24.7	23.8	22.7	21.2
	降水量	136.0	46.0	53.0	38.0	88.0	138.0	57.0	110.0	225.0	221.0	132.0	96.0
東京	最高気温	9.9	10.4	13.3	18.8	22.8	25.5	29.4	31.1	27.2	21.8	16.9	12.4
	最低気温	2.5	2.9	5.6	10.7	15.4	19.1	23.0	24.5	21.1	15.4	9.9	5.1
	降水量	52.3	56.1	117.5	124.5	137.8	167.7	153.5	168.2	209.9	197.8	92.5	51.0

出典：World Meteorological Organization

空港から市内へ

メキシコシティ/ベニート・ファレス国際空港から

- タクシー：約20～30分(市内中心部まで)
- バス：約20～40分(市内エリアによる)
- 電車(メトロ)：約30～50分(市内エリアによる)

カンクン国際空港から

- タクシー：約20～30分(ダウンタウンまで)
- バス(ADOバス)：約30～40分(ダウンタウンまで)

※上記時間は目安です。

情報が予告なく変更される場合があります。あらかじめご了承ください。
禁無断転載・複写© LATERRA INTERNATIONAL INC.

2024.12