

ケニア共和国 Republic of Kenya

基礎情報

首都：ナイロビ
面積：58.3万km²(日本の約1.5倍)
人口：5,403万人(2022年:世銀)
言語：スワヒリ語、英語
宗教：伝統宗教、キリスト教、イスラム教
(出典:外務省各国情報)

時差

日本との時差は-6時間。サマータイムはない。

通貨

■シリング(KES) / 補助通貨：セント(¢)
■レート目安 1シリング=約1.11円
(2025年4月現在)

クレジットカード

VISA・MASTERが一般的。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

チップの習慣がある。高級レストランでは料金の10%、ポーターには100シリング、サファリドライバーへは10～20USドルが目安。タクシーや大衆レストランでは不要。

電圧

■電圧 220～240V / 50Hz
■プラグ B3、BF、Cタイプ



水事情

水道水は飲めない、ミネラルウォーターを購入して飲用する。氷にも注意。

トイレ

公衆トイレはほとんどないので、ホテルやレストランを利用する。ただし、トイレットペーパーはないので持参する。

Wi-Fi事情

空港、ホテル、レストラン、カフェではフリーWi-Fiが利用できる場所が多い。ただし、国立公園など自然の場所ではほとんど期待できない。

黄熱病

黄熱リスク国あるいはサントメ・プリンシペ、ソマリア、タンザニアから6日以内入国は要。都市部以外訪問は推奨。予防接種証明書を持たない旅客は6日間隔離される。

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 …… 新年
3月29日～4月1日 …… イースター(復活祭)*
4月10日 …… ラマダン明け休暇*
5月1日 …… メーデー
6月1日 …… 解放の日
6月16日 …… 犠牲祭*
10月20日 …… 英雄の日
12月12日 …… 独立記念日
12月25日 …… クリスマス
12月26日 …… ボクシングデー

*年によって日にちが変動する。

2025年

1月1日 …… 新年
3月29日頃 …… ラマダン明け休暇*
4月18日～21日 …… イースター(復活祭)*
5月1日 …… メーデー
6月1日 …… 解放の日
6月5日 …… 犠牲祭*
10月20日 …… 英雄の日
12月12日 …… 独立記念日
12月25日 …… クリスマス
12月26日 …… ボクシングデー

渡航手続き(日本国籍)

観光ビザ 渡航認証	必要 電子渡航認証(eTA)の申請が必要 https://www.etakenya.go.ke/en ・入国時、出国用航空券が必要 ・滞在費用証明の提示を求められる場合がある ・海外旅行保険への加入が望ましい
EDカード	必要
税関申告書	必要(入国)
パスポート 残存有効期間	入国時6ヶ月以上 未使用査証欄は1ページ必要 (注)所持人記入欄は記入をしておく

治安

特にナイロビの犯罪率が高い。強盗、スリ、置き引きなどが発生する。単独行動は避ける、危険とされるエリアには近づかない、荷物から目を離さないなど、防犯対策は必須。

主な持ち込み免税範囲

タバコ	250g
酒類	スピリッツ1Lまたはワイン2L
その他	香水: 375ml



「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.

2024.09

服装のポイント

赤道直下のケニアだが、平均気温は 20℃から 25℃と穏やかで過ごしやすい気候。朝夕や 8 月頃は冷え込むこともあるので、防寒着があると安心。雨季と乾季があり、7～10 月の乾季はとても乾燥するので乾燥や砂埃の対策を。

沿岸部（モンバサ、マリンディ）

気候は熱帯モンスーン気候。年間を通じて高温多湿。4 月から 6 月は長い雨季、10 月から 12 月は短い雨季。軽くて通気性の良い服装。日中は暑いので、帽子やサングラス、日焼け止めが必須。また、夜は蚊対策として長袖と長ズボンが有効。



高地（ナイロビ、ナクル）

気候は温帯気候。昼間は暖かいが、朝晩は冷えることがある。雨季は 3 月から 5 月と 10 月から 11 月。昼間は軽い服装、朝晩はジャケットやセーターが必要。雨季には防水ジャケットや傘があると便利。



サバンナ（マサイマラ、アンボセリ）

気候はサバンナ気候。日中は暑く乾燥し、夜は冷え込む。雨季は 4 月から 5 月と 11 月から 12 月。日中は軽くて通気性の良い服装（T シャツ、短パン）。サファリ用の服としては、ベージュやカーキ色の服装が適しており、帽子やサングラスも必要。夜は冷えるため、暖かいジャケットやフリースを用意する。
特にサファリでは派手な服装は NG。動物をしげきしないような色の服装を着用する。

持っていくと便利な物

- サングラス・帽子・日焼け止め…………… 日差しが強く、日よけがない場合もある。
- 虫よけスプレーなど …………… 季節により、蚊や虫が多い場合がある。
- 水に流せるティッシュペーパー…………… トイレに行くときに持っていると安心。
- 履き慣れた靴、スニーカー …………… 大自然では、動きやすさが必須。
- 防寒着…………… 意外と朝晩冷えるので、セーターやフリースを。

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
ナイロビ	最高気温	24.5	25.6	25.6	24.1	22.6	21.5	20.6	21.4	23.7	24.7	23.1	23.4
	最低気温	11.5	11.6	13.1	14	13.2	11	10.1	10.2	10.5	12.5	13.1	12.6
	降水量	64.1	56.5	92.8	219.4	176.6	35	17.5	23.5	28.3	55.3	154.2	101
ナクル	最高気温	27.3	27.9	28	25.8	24.8	24.4	23.8	24.1	25.5	25.3	24.4	25.8
	最低気温	8.7	9.2	9.9	11.6	11.2	10.2	10.1	9.8	8.9	9.1	10	8.9
	降水量	29	45	69	141	130	79	92	105	89	70	70	44
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	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 ※世界的な気候変動により、気温・降水量は変動する。上記データは目安。

空港から市内へ

ジョモ・ケニヤッタ国際空港から

■タクシー：約30～60分（ナイロビ市内まで）

■バス：約60～90分（ナイロビ市内まで）

※上記時間は目安。

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.