

ポンペイ案内

在ミクロネシア日本国大使館

2014年6月現在

<u>目次</u>	<u>頁</u>
一般情報	1
ミクロネシア連邦略史	4
ポンペイの街	4
市内観光	5
ショッピング	6
交通手段	7
各種ガイドリスト	8
ツアー・ダイビング	8
ホテル	8
レストラン	8
その他	9

* 記載されている料金及び時間帯等の情報は変更されている事もあり得ますので各自で直接ご確認願います。

一般情報

ミクロネシア連邦 (The Federated States of Micronesia)

首都： ポンペイ州パリキール (Palikir)

ポンペイ州は、最大のポンペイ島と周辺の 25 の島のほか、ヌクオロ、カピングマランギ等 137 の環礁島から成る。ポンペイ島は直径約 21-24 kmの円形に近い火山島で、内陸部は 500～700m級の山が立ち並ぶ。最高峰はギーネニ山の 791mである。降雨量が多く、地味は肥沃で、島の東南部には、ケプロイの滝があり、水資源が豊かである。陸地面積は約 345 平方キロで、連邦首都は 1989 年にコロニア (Kolonía) からパリキールに遷都された。

位置・面積

ミクロネシア連邦は中西部太平洋カロリン諸島に属し、東側からコスラエ、ポンペイ、チューク、ヤップの 4 州で構成されており、首都はポンペイ州 (パリキール(Palikir)) に置かれている。

位 置：北緯 0°～10°、東経 135°～166° (カロリン諸島)

陸地面積：701 平方キロ (奄美大島とほぼ同じ)

海域面積：298 万平方キロ (環礁内面積：7,000 平方キロ、高知県とほぼ同じ)

島嶼数：607 (有人島 65)

人 口

ミクロネシア連邦全人口は、102,624 人 (統計・財務・海外開発援助・コンパクト管理局、2010 年国勢調査)。2010 年 10 月現在、在留邦人数は、長期滞在者 82 人(男 51 人、女 31 人)、永住者 30 人(男 21 人、女 9 人)の計 112 人(男 72 人、女 40 人)である。その大半がポンペイ州コロニア周辺に居住している。在留邦人の中には、JICA 派遣の青年海外協力隊員として活躍している者も含まれている。

気 候

気候は海洋性熱帯気候で、気温は年間を通じほぼ一定である (平均気温 27 度)。多くの島で乾季 (1 月から 3 月) と雨季 (通常 4 月から 12 月) がある。2012 年の年間降雨量は、ヤップ州で 3,524 ミリ、チューク州で 4,049 ミリ、ポンペイ州で 4,121 ミリ、コスラエ州で 4,828 ミリである。ポンペイ州の年間平均降雨日は 304 日で、世界有数の多雨地帯である。2012 年の平均湿度も 70% 以上と高いが、貿易風と雨季には特有のスクールにより、炎熱・湿気は若干緩和される。なお、西カロリン諸島付近は、台風の発生地帯で、発達しながら北上する。

日本との時差

日本+2 時間 (夏時間なし)

世界標準時+11 時間

通 貨

US\$ (米国ドル)

言 語

公用語は英語である。現地語はオーストロネシア語系に属し 8 種類ある。チューク州にはチューク語、コスラエ州にはコスラエ語があり、ポンペイ州にはポンペイ語のほか、カピングマランギ語およびヌクオロ語（共にポリネシア語系）がある。また、ヤップ州では、ヤップ語のほか、ユリティ語およびウォレアイ語が使われている。現在では、米国の施政権下にあった関係上、学校教育では英語が現地語とともに使われている。また、我が国の統治時代に日本語教育を受けた人は日本語を解す。英語および一部日本語（高齢者のみ）が各々異なった言語を持つミクロネシア連邦の人々の共通語となっている。

宗 教

宗教は、スペイン及びドイツ統治時代にもたらされたキリスト教が広く信仰され、信者の数は、カトリックが 52%、プロテスタントが 40%である。コスラエ州においては 89%がプロテスタント（Congregational）である。2000 年の世帯・人口調査によれば、その他の宗教（セブンスデイ・アドベンティスト、エホバの証人、アッセンブリー・オブ・ゴッド等）が 6.5%、無宗教が 0.8%となっている（2000 Population and Housing Census Report）。また、全土にわたり土着の宗教・タブー等が残っている。

社会慣習

・酋長制度

古くからの階級制度であるナンマルキ（酋長）制度が残っており、ナンマルキを最高権力とした政治的・経済的権力は、今なおミクロネシアの人々の生活、精神世界においては影響力がある。酋長制度は今日、弱まってきてはいるものの、酋長を頂点とするタテ社会の中に個人が置かれ、その位置によって役割及び期待される行動・態度が決定される。目上の者には敬意が払われ、同族が相互に扶助し合うことが要求されるとともに、扶助されることも当然のこととされる。

・サカウ

胡椒科の植物の根から採った液体の飲み物で、アルコールは含まれていないが、鎮静効果がある麻酔の成分が含まれており、飲み過ぎると身体が麻痺して動かなくなる。このサカウをつかって飲む習慣はポリネシア、ミクロネシアに広く共通しており、儀礼的な冠婚葬祭の際には必ずサカウの儀式が行われる。

・ビートル・ナッツ

ビートル・ナッツ（ピンロウジュ）の実を石灰とともに噛む習慣がある。道路上に点々とした赤い液体は血ではなく、噛むときに出る赤い唾を吐き出したものである。

電力/サイクル

110V/60HZ（公共電力）

一部のホテルでは自家発電の場合がある。コンセントは日本と同じ型の差し込みプラグが使える。

通 信

電話はかなり普及しており回線事情は比較的良い。（但し、週末など混む時間帯は固定電話、計帯電話ともに繋がりが悪い時もある。）公衆電話（テレコムで販売されているテレフォンカード

使用可) はテレコム、空港、数件のホテルにしか設置されていない。

電話のかけ方：指名通話の場合はダイヤル 0 を回しオペレーターに相手番号、相手の名前を告げる。直接かける場合は、下記の要領でダイヤルを回す。

0 1 1 - 8 1 - 3 - 3 5 5 3 - 0 1 2 3
国際電話直通 - 国番号 - 地域番号 - 相手先の番号
(日本の地域番号の最初の0 は不要。(03)の場合、3 のみを回す)

日本への通話料金：

オペレーター通話	終日 1分 1.50ドル
直通通話	平日 6時～18時 1分 1.20ドル 平日 18時～翌朝 6時、土日祝日終日 1分 60セント
プリペイドカード通話	平日 6時～18時 1分 75セント 平日 18時～翌朝 6時、土日祝日終日 1分 47セント

飲料水

水道水はそのままでは飲料に適さないので一般的にはミネラル・ウォーター、もしくは蒸留水を飲用することが好ましい。水道水も十分に煮沸して飲用すれば安全である。

服 装

年間を通じ夏の服装でよい。ある程度フォーマルな席では、男性は半袖開襟シャツ或いはアロハ風のアイランドウェア、女性は夏物のワンピース等が一般的である。

ポンペイ国際空港

コロニア市内から車で10分のタカティックにある。ユナイテッド航空が唯一、乗り入れている。空港使用料は\$20.00である。通関に関しては、一般的に動植物について検疫が厳しく、麻薬の検査も厳重である。銃火器の持ち込みは禁じられているがその他は特に問題はない。

・動植物の持ち込みの場合：事前に経済省にある動植物帯同申請書(用紙代\$20)を入手し、提出する必要がある。ペットは入国 2週間前からの健康状態、餌料の種類を記入し当地の検疫を受ける。なお日本出発時の検疫証明、又は獣医の健康診断書が必要。

・輸入禁制品

麻薬、銃火器の持ち込みは禁止。果実類はミバエ防疫のための検疫が厳重である。

・免税品：

酒類 750ml 以下のもの 2本まで免税で、1ガロン増える毎に\$12。タバコは 2カートンまで免税で、これを超過すると 1カートンにつき\$9 が課税される。

ミクロネシア連邦及びポンペイ州の休日

1月 1日	正月	3月 31日	文化の日 (州)
5月 10日	憲法記念日	4月第1 金曜日	グッド・フライデー
9月 11日	独立記念日 (州)	10月 24日	国連の日
11月 3日	独立記念日	11月 8日	憲法記念日 (州)
11月 11日	退役軍人の日	12月 25日	クリスマス

ミクロネシア連邦略史

ミクロネシアが歴史上に登場するのは、1521年にマゼランがマリアナ諸島に來航した以降である。1526年にヤップ、ユリティにポルトガル人が、1529年にはポンペイ、チューク、マーシャルにスペイン人が來航している。諸島の名称も当時のスペイン皇后マリア・アンナ、皇帝カルロス2世に因み、マリアナ諸島、カロリン諸島と名付けられた。スペイン人の主な関心は、航海の補給基地の確保とカトリックの布教活動であり、その活動の場もフィリピンとマリアナ諸島に限られていたので、カロリン諸島は、その存在のみが知られる程度であった。

19世紀後半に入ると帝国主義が顕著となり、外国勢力が利権と権力を求め、太平洋地域に台頭するようになった。1886年にスペインはマリアナ、カロリン両諸島の領有権を宣言した。1898年に米西戦争が起こり、スペインは米国に負けて財政破綻に陥り、マリアナ諸島（グアムを除く）とカロリン諸島をドイツに売却した。ドイツの統治においては積極的な経済開発が行われ、コブラを主な生産物とする農業をはじめ、家畜の導入、ボーキサイト、リン鉱石の資源開発等が行われた。

1914年に第1次大戦が勃発し、日本はドイツ領ミクロネシアを無血占領し、1920年に国際連盟より正式に委任統治領として認められ、第2次大戦終了まで南洋群島として統治することとなった。

1941年12月に太平洋戦争が勃発するが、特にトラック（現在のチューク）は、旧日本海軍連合艦隊の泊地となっていたため米軍の集中攻撃を受け、日本軍のみならず地元住民にも大きな被害を及ぼす結果となった。

1947年、現ミクロネシア連邦を含む旧委任統治領は米国を施政権者とする国連信託統治地域となった。1965年に信託統治地域住民の自治権要求を受けてミクロネシア議会が発足し、その後同議会により信託統治終了後の政治的地位に関し米国側と交渉する委員会が設置され、1969年から交渉が開始された。交渉の過程で米からの援助額、基地収入等をめぐる各地域間の思惑の違いが表面化し、北マリアナ、マーシャル、パラオ、その他のミクロネシア地域の4地区に分かれて個別に米との交渉にあたることとなった（1975年北マリアナは米国との間で北マリアナ諸島盟約に調印、米の自治領となることを決定）。1978年、自由連合に関する諸原則が合意された。

1978年7月ミクロネシア憲法草案が各地で住民投票にかけられ、同憲法案を承認した4地区（ヤップ、トラック（チューク）、ポナペ（ポンペイ）、コスラエ）で連邦を形成することとなり、1979年5月、憲法が施行され、自治政府が発足した（初代大統領トシオ・ナカヤマ）。

1986年11月3日、米国との自由連合に移行し、1991年9月には、第46回国連総会において、マーシャル諸島共和国等とともに国連加盟が承認された。

1988年12月には日本との外交関係を樹立、1989年5月在日ミクロネシア大使館が開設された。1995年1月、ポンペイに日本大使館が開設された。

ポンペイの街

1989年までミクロネシア連邦の首都であったコロニアはポンペイ島の北にあり、政治・経済・文化の中心地である。町には、政庁、裁判所、銀行、郵便局、警察、病院、マーケット、レストランが集中している。日本統治時代には繁栄していた町で、町の中心には「並木通り」がかつての名前のまま残っており、現在では「ナミキ・ストリート」と呼ばれている。日本の田舎

町の雰囲気がある。メイン・ストリートを北に歩くと、スペイン統治時代の 1899 年に築かれた砦や総督府が置かれていたというスペイン広場が残っている。その奥にドイツ統治時代に建てられたカトリック教会と鐘楼がある。

郊外のパリキールはミクロネシア連邦の首都であり、国会や行政機関等の首都機能が置かれている。

市内観光

ソケース・ロック

コロニアの西に見える、切り立った大きな岩がソケース・ロックである。ジャングルや切り立った玄武岩の崖を登り、最後の部分は鉄パイプを頼りに登る。頂上からの眺めは格別である。道も悪く傾斜がきつく、特に雨天時は危険なので現地人のガイドを伴うのが無難である。

また、ソケース・ロックの隣のソケース山の頂上付近へは、村役場の裏から小道を辿り、タカティック港、空港などポンペイの景色を見ながら、1 時間程で旧日本軍の砲台跡までのぼることができる。

カピングマランギ村

コロニアの西にあり、ポンペイ島南方の小さな環礁、カピングマランギの人々の村である。1900 年の干ばつのため、ポンペイの湾を見下ろす 7.2 ヘクタールのこの地に移住した。現在約 500 人が住んでいる。今でもパンの木やヤシの葉の屋根の家に住み、伝統的な生活様式を守り暮らしており興味深い。彼らの生活は見せ物ではないので無遠慮に民家を覗き込んだりしないよう注意をしたい。手工芸でよく知られるこの村では、手編みのかごや壁飾り、イルカやエイ等魚の木彫りをはじめとする民芸品を作って販売している。

リトゥトゥーニヤップ（通称ナンピル）の滝

ネッチ・カルチャー・センターからさらに奥に入ったところにある。双子の滝とも呼ばれ 2 つの滝壺は深く、格好の遊泳場所となっており、滝の高さは 10 メートル以上もありかなりの迫力である。ここから落ちる水が溪谷を流れ、ナンピル川となる。川幅が広がる部分では、ピクニックや水泳を楽しむのに最適である。

ケプロイの滝

ナン・マドール遺跡の近く、マトレニーム村にある高さ 20 メートル余りの、大きな玄武岩の上に落ちる雄大な滝で、滝壺は天然のプールとなっている。各旅行会社のナン・マドール&ケプロイというパック・ツアーを利用するのが便利。壮大な景観である。

また、ポンペイにはこの他にも、パーン・チャカイ、サワラップ、サワチック、ナンケイ、リベンチャック、マイアウ、バーンシレーン、コオルカップなど沢山の美しい滝があるが、訪れるには標識も整備されておらず樹海をかき分け進むなどで、ガイドの同行が必要である。

ナン・マドール遺跡

ナン・マドール遺跡はポンペイ島の南東にあるチャムエン島の浅瀬にあり、0.8 平方キロ(200 エーカー)に広がる巨石造の海上都市跡である。ポンペイ島産の玄武岩の角柱による建造は西暦 500 年代に始まり 1500 年代中期まで続いたと推定されており、11 世紀から 5-600 年・16 代

(12代という説も有り)にわたりポンペイを支配したシャーウテール王朝の要塞として次第に拡大され、政治・宗教の中心地となった。宮殿を中心に運河でつながれた大小92の人工の島で形成され、各々の島は王の住居、儀式、聖職者の墓、石牢など使用目的が異なっていて、人々はカヌーで往来していた。

1910年初めて独の民俗学者が正確な地図の作製を手掛けたのをはじめとして、1997年までの間、日本の学者による調査、スミソニアン協会による発掘調査、米国の歴史保護プログラムによる研究等により概要は明らかになったが、どうしてこのような南海の島に巨大な遺跡があるかということは、その建築の規模を見てもミクロネシアの最大の謎となっており、六または八角柱で1~9mの長さ、重さは数トンにおよぶ巨大な石材を、どのように運び、どのように築いたのかは解明されていない。

パリキール

観光地ではないが、1989年、コロニアから移された首都・パリキールは車で20分のところにある。なだらかな山裾に広がって、芝生の庭に囲まれた南国風デザインの特徴ある近代建築が棟を寄せ、連邦政府行政施設となっている。一見の価値がある。

ショッピング

ポンペイでは日常生活に必要なものは、殆ど外国から輸入している。主に米本土、豪州および日本より定期船により輸送されている。島内にデパートはなく、食料、日用雑貨を扱うスーパーマーケットと地元の産物等(青果、魚、パン、雑貨他)を扱う小規模小売店が方々にある。ポンペイの土産物を扱う店も数件ある。主な店舗は次の通り。

(スーパーマーケット)

店名	月～金	土	日・祝祭日	電話番号
アンブロス	07:30-18:00	07:30-18:00	09:00-17:00	320-2817
エーワン・マート	08:00-21:00	08:00-21:00	08:00-21:00	320-6541
エース・コマースヤル	07:00-22:00	07:00-22:00	07:00-21:00	320-2518
ナカソネ (INS)	06:00-21:00	06:00-20:00	06:00-18:00	320-2587
パーム・テラス	07:30-21:00	07:30-20:00	10:00-17:00	320-2119
ヨシエ	09:00-20:00	09:00-20:00	10:00-18:00	320-2412

(日用品、大工用品等)

店名	月～金	土	日	電話番号
エース・ハードウェア	08:00-17:30	08:00-13:00	休業	320-2723
トゥルー・バリュー	08:00-17:00	08:00-15:00	休業	320-5726

(事務用品等)

店名	月～金	土	日	電話番号
エース・オフィス・サプライ	08:00-17:00	08:00-13:00	休業	320-8279
ニコー	08:00-17:00	09:00-15:00	休業	320-2135

衣料品

衣料品はアメリカ、ハワイからの輸入品が主だが、南の島らしいドレス（チュークのチュッキーズ・ドレスと呼ばれるもの）やスカート（ポンペイのポンペイアン・スカートと呼ばれるもの）、ラバラバ（腰巻き）を見つけることもできる。

<店>	<電話>
エーワン・ファッション	320-2418
アンブロス	320-2817
4-Y・ヤマグチ	320-2660
ヨシエ・ストアー	320-2412
ネイメ・エンタープライズ	320-5998

みやげ物店

ポンペイのみやげ物といえば、代表的なものは黒胡椒、ココナッツ石鹸・シャンプー、ハイビスカス、バンダナスの繊維や貝殻等で作ったバスケットや壁飾り、イルカやマンタ（エイ）を象ったハンデイクラフト等である。

<店>	<電話>
エーワン・ハンデイ・クラフト・ショップ	320-5995
ナン・ラキエド・スーパー・スーベニア・メイカー	320-5384

交通手段

バス等の公共の交通機関はなくポンペイ島内の移動はタクシーの利用が一般的である。しかし、タクシーは基本的に乗り合いなので、自由に動くためには、車をレンタルする方が便利。

タクシー

料金はコロニア市内及び周辺は一人\$1。市内より離れたところになると、一人\$2となる。各会社へ電話をし、無線で配車をしてもらう。その際、配車場所、行き先、乗る人数を告げる。同じ方向の人と乗り合わせることになり、目的地へは直行しない場合が多々あるので、急ぐ場合は申し出る。

<会社>	<電話>
N-RY'S(ハリス)	320-6254
MB3	320-4138

レンタカー

レンタカー・ショップは相当数あるが車の種類は少なく旧型車が多い。料金は平均 55~70ドル（1日・保険料込み）程度。主なものは下記のとおり。

<会社>	<電話>	<会社>	<電話>
バジェット	320-8705	スティーブ	320-4084
フジ・エンタープライズ	320-3397	セニーズ・レンタカー	320-8066

各種ガイドリスト

ツアー会社

ポンペイには、ナン・マドール遺跡や多くの滝、カルチャーセンター等観光地があり、また自然のままの環境が残っている。ツアーサービス各社では、希望に応じ、各地へ案内してくれる。料金及び各種ツアーの予定等は、それぞれ各社へ問い合わせが必要。

また、マイクロネシアでも人気の高いパキン環礁、アンツ環礁、ブラックコーラル島、パリキール、マンタロードなどのダイビング・スポットがあり、ダイビング及びシュノーケリングが楽しめる。ショップによっては日本人インストラクターが常時おり、レンタル器材を用意してあるところもある。日本からも年間多くのダイバーが来訪している。

< 会 社 >	< 電 話 >
☆島内一週、遺跡巡り、釣りなど	
フジ・エンタープライズ(日本語対応)	320-3397
☆ダイビング	
クラブ・パレオ(日本語対応)	320-1498

ホテル

<ホテル>	<電 話>
オーシャン・ビューホテル(イーストウイング)	320-3075
オーシャン・ビューホテル(ウェストウイング)	320-7049
イボンヌホテル	320-5130
クリフレインボーホテル	320-2415
サウスパークホテル	320-2255
シーブリーズホテル	320-2065
ジョイホテル	320-2447
セブン・スターズ・イン	320-6147
PCR ナンチェーリックホテル(不定期)	320-4982

レストラン

日本人が経営するレストランではすし、天ぷら、とんかつ、丼ものなどの日本料理が味わえる。中国人経営の中華料理店と韓国人経営の韓国料理店が1軒ずつある。西洋スタイルの料理は、市内にいくつかのレストランがある。

<レストラン>	<電 話>
☆和食(洋食あり)	
サウスパークホテル・レストラン	320-2255
ジョイ・ホテル・レストラン	320-2447
セイ・レストラン	320-2659
PCR ナンチェーリック・レストラン	320-4982
☆洋食・その他	
オーシャン・ビュー・レストラン	320-7049

カフェ・オレ（朝・昼のみ営業）	320-5022
クリフ・レインボーホテル・レストラン	320-2416
リバーサイド・レストラン	320-6147
☆中華料理	
チャイナ・スター・レストラン	320-4390
☆韓国料理	
ガンナム・ストリート	320-2121

緊急連絡先

在ミクロネシア日本国大使館は海岸通り沿い Pami Building の3階に所在。

電話： (691) 320-5465 / 6366

休館日： 土曜・日曜・年末年始・ミクロネシア及び日本の主な祝日

警察	電話： 320-2221（州警察）
救急車	電話： 320-2213
消防	電話： 320-2223
電話番号案内：	411

病院

ポンペイ州立病院	320-2212（外来） 320-2213（救急）
ポンペイ・ファミリー・ヘルス・クリニック	320-5777（外来）
ジェネシス・クリニック	320-8660（外来）

銀行

開行時間は、月曜から木曜が午前9時から午後3時。金曜のみ午前9時から午後5時。

グアム銀行（ATMは24時間稼働） 320-2550

FSM銀行 320-2724

（ドライブスルーは、月曜から木曜の午前8時半から午後3時半、金曜の8時半から5時半、土曜の午前9時から11時まで開いている。）

航空会社

ユナイテッド航空	320-2424/5424
----------	---------------

日本人会

ポンペイ日本人会	320-3084/3085
----------	---------------