

ルワンダ短期滞在者の手引き

2014年1月
JICA ルワンダ事務所

0. 治安状況、安全対策----- P.2

- (1)安全対策
- (2)交通安全

1. 出入国および税関検査など----- P.2

- (1)入国査証・入国審査
- (2)税関審査
- (3)空港からの交通手段
- (4)リコンファーム
- (5)チェックイン
- (6)その他

2. ホテル----- P.4

3. 外貨の両替----- P.4

- (1)空港およびホテルでの外貨交換
- (2)外貨交換所(マネービューロー)

4. 通信----- P.4

- (1)電話
- (2)インターネット
- (3)郵便

5. 交通機関----- P.5

6. ショッピング(日用品、食料品の購入など) ----- P.5

7. レストラン----- P.5

8. 観光----- P.7

- (1)ルワンダの観光
- (2)旅行代理店

9. 健康管理----- P.8

- (1)主な病気について
- (2)マラリアについて
- (3)日本から持参の方がよい医薬品、衣服など
- (4)予防接種
- (5)医療機関受診について
- (6)海外旅行保険加入の勧め

0. 治安情報・安全対策

当国の治安情勢は安定しており、騒乱や暴動などは発生していないが、昨年は、キガリ市内で手榴弾による無差別殺傷事件が頻発し、多くの犠牲者が出た。手榴弾事件は午後 6 時半より 8 時半の間に集中して発生していたため、この時間帯は特に注意が必要である。

近年の当国の復興は著しいが、1994 年に起きた虐殺(ジェノサイド)は、今も人々や社会に暗い影を落とすので、公の場で「ジェノサイド」、「ツチ」、「フツ」という言葉(民族の区別は公的に存在しない)を用いるのは控える。また、政府は反政府活動を厳しく取り締まっているため、不用意に当国政府を批判する言動は厳に慎むこと。

コンゴ民国内の当国と隣接する地域は、治安情勢が不安定である。そのため、コンゴ民との国境付近(北西部に位置するルバブ郡、ニャビフ郡、ムサンゼ郡および南西部に位置するルシジ郡のコンゴ民近辺)は、業務渡航および一般渡航のいずれについても安全を確認した後に訪問すること。

(1)安全対策

夜間の外出は避ける、貴重品の管理を怠らないなど、基本的な安全対策を励行すること。

なお、当事務所では JICA 関係者に対し、**日没後および夜明け前の徒歩移動、長距離移動および市内バス利用は禁止**としている。

昼間でも携帯電話、デジタルカメラなどを手に持ったままの歩行は危険である。繁華街やバス停近くなどを歩行の際は、所持品管理に留意すること。スリの手口は巧妙化しており、リュックは身体の前面に抱え、肩掛けバッグは口を必ず閉めるなど予防策を講じること。

(2)交通事故対策

当国では車両は右側通行、左ハンドルである。車両の登録台数は急増しており、交通量も増えているが、運転手の技術とモラルは低く、道路の整備状況も悪く、交通事故が増えている。幹線道路はアップダウンとカーブが多い上、街灯がほとんど整備されておらず、夜間の交通事故が頻発しているため、**日没後の長距離移動は禁止**としている。日没前に必ず最終目的地に到着するようにすること。シートベルト着用は必須である。オートバイタクシー(タクシーモトと呼ばれている)の利用は禁止している。

1. 出入国および税関検査など

(1)入国査証・入国審査

・入国手続きに必要な書類:旅券、ビザ、イエローカード(黄熱病)、入国カード

ルワンダ大使館 <http://www.rwandaembassy-japan.org/jp/modules/tinyd/index.php?id=16>

・入国審査時の留意点:日本人は到着時に 30 日間有効の入国査証(ビザ)取得が可能。事前にネットで申請(https://www.migration.gov.rw/our_services/visa/)し、受付を済ませてから本邦を出発すること。念のため、申請画面を印刷して持参することを勧める。当国に 30 日間以上滞在を計画している場合には、ビザの延長(滞在許可の取得)手続きには時間がかかり滞在中に手続きが終わらない場合があるので、必ず出発前に 3 ヶ月間有効のビザを本邦で取得すること。

当国に 15 日以上滞在する場合には、入国査証では滞在できず、出入国管理局から滞在許可(Resident Permit)を発給してもらう必要がある。

(2)税関審査

食品持込などに規制はない。ビニール袋は使用禁止のため、免税品などは布袋やバッグに入れ替えておく。スーツケースの中の衣類や食品などを入れたビニール袋は問題ないが、外に出していると係官にビニール袋を没収される。また、時に、ダンボール箱に荷物を入れて国内に持ち込む場合、中身を見せるよう要求される場合があるが、商業目的ではないことをきちんと係官に伝えれば課税されることはない。

(3)空港とキガリ市内の交通手段

エアポートタクシー(セダンで車体に会社名(例、"ATAK"など)の塗装があるもの)を利用すること。値段は固定で、例えば、空港から JICA 事務所のあるカチル地区 7000 ルワンダフラン(約 1,000 円)、空港からタウン地区 10,000 ルワンダフラン(約 1,400 円)。

キガリ市内から空港までは、タクシー、または宿泊施設のシャトルバス(有料の場合あり。要確認)などを利用する。タクシーの場合、値段は交渉次第で、目安としては、JICA 事務所のあるカチル地区から空港まで 7000 ルワンダフラン(約 1,000 円)。タクシーは、関係者、商店、レストラン、ホテル等ある程度信頼できる窓口を通して呼ぶのが望ましい。

(4)フライトリコンファーム

e-Ticket が普及して不要な場合が多いが、念のため、搭乗日当日にもフライト時間や便の変更を含め再度確認した方がよい。各航空会社の連絡先は以下のとおり。

ルワンダ航空 (Rwandair)	+250-(0)78-830-7982
カタール航空 (Qater Airways)	+250-(0)78-638-7233/4
ケニア航空 (Kenya Airways)	+250-252-50-1652、57-7972、50-1652
エチオピア航空 (Ethiopian Airlines)	+250-(0)78-842-6164
ウガンダ航空 (Air Uganda)	+250-(0)78-857-7926
オランダ航空 (Royal Dutch Airlines; KLM)	+250-252-50-1652、57-7972
ブリュッセル航空 (Brussels Airlines)	+250-(0)78-830-4114

(5)チェックイン

チェックインは出発時刻の 3 時間前。キガリから空港までは通常 30 分、朝夕のラッシュ時は、1 時間強を見込んだ方がよい。また、夕方は複数社便が同時に乗り入れ、搭乗者が多く、荷物検査場が混雑するため、おそくなくても予定時刻の 2 時間 30 分前には到着しておく。荷物検査場はチェックイン前と搭乗ゲート前(機内持ち込み荷物のみ)の 2 ヶ所にあり、非常に厳格に行われるため、係官の指示に素直に従うようこと。施設内の写真撮影は禁止。

(6)その他

空港利用税は不要。航空券購入時に含まれているので支払う必要はない。
外貨持ち出し規制はないが、空港施設内では現金の管理には注意すること。

2. ホテル

よく利用される宿泊施設は、別添リストのとおり。

料金は朝食代込みの場合が多い。インターネット使用料などは、随時、ホテルに確認すること。また、クレジットカードが使える宿泊施設は少なく、手数料(5%程度)やトラブル発生の危険性もあるので、USドルなどの現金を用意すること。

3. 外貨の両替

当国ではUSドル以外の換金レートは悪い。古いドル紙幣は換金不可につき、必ず2006年以降の50または100USドル紙幣(小額紙幣の換金レートは悪い)をご用意すること。また、トラベラーズチェックは換金できる場所が少ないので、USドル現金が最も確実である。換金はT-2000やN'Dorisなどのスーパー、Nakumatビル、MTNセンターなどで可能。道端で声をかけてくる両替商では換金しないようにする。現金の保管には十分注意すること。

4. 通信・郵便・輸送

(1) 携帯電話

・当国には、MTN、Tigo、AirTelの3社がある。SIMカードの購入には、外国人の場合は、パスポートが必要なので、購入時には、原本を持参すること。

・使用している携帯電話の通信会社の通話料カード(エアタイム)を購入し、裏面記載の説明に従って通話料をチャージして使用する。残高確認方法はMTNの場合、*110*。残高が無いと発信不可なので注意すること。

(2) インターネット

・非常に普及が進み、キガリ、ブタレなどの大都市を中心にUSBモデムの無線LANを用いたアクセスが可能。ホテルなどの施設ではアクセスコードをもらって使用(有料の場合あり)することができる。

・定期契約する場合のプロバイダーは以下のとおり。

MTN Rwanda: +250-252-58-6861

Tigo: +250-(0)72-200-0100

(3) 郵便(IPOSITA)、EMS

・キガリ市郵便局は、タウン地区の噴水付ラウンドアバウト近くにある壁が黄色いビル内にある(「IPOSTA」と看板が出ている)。

(4) DHL

・タウン地区にある。料金は要確認。

5. 交通機関

(1) 公共交通機関

大型バス(長距離のみ)、バス(マツ=ワゴン車やマイクロバス。一定区間 200~300 ルワンダフラン=約 30~42 円)をご利用する。

(2) タクシー

セダンで車両の側面にオレンジ色の帯があるものや車体全体に会社名などの塗装があるものを利用する。値段は原則交渉次第。業者タクシー(キガリタクシー: 電話 3122。白地に赤色の塗装。距離メーター標準装備)を利用するか、関係者、商店、レストラン、ホテル等ある程度信頼できる窓口を通してタクシーを呼ぶ。白タクは、利用しない。また、タクシーモトは事故が多く危険につき利用禁止。

(3) レンタカー

運転手付きで利用可能。よく利用される業者リストは以下のとおり。

料金は 4WD をキガリ市外に用いた場合、USD150~200/日(燃料費や食費込)。

Safe Tours Travel: +250-(0)78-852-2347(エマニュエル代表)。

6. ショッピング

* 名産のコーヒー、紅茶、蜂蜜、アカバング(唐辛子オイル)などが以下の店などで購入できる。

<1> Nakumat Supermarket: Ville 地区。24 時間営業。食料品、雑貨、台所用品、衣服など。同ビル内に土産物屋、両替所、MTN、Rwandair、Kenya Airways、旅行会社、薬局、クリーニング店、Cafe などが存在。

<2> Simba Supermarket: Ville 地区。24 時間営業。食料品、雑貨、台所用品、衣服など。

<3> T-2000: Ville 地区。中国人経営。日用雑貨、台所用品、食料、衣類など。両替有。

<4> La Galette: Ville 地区。食料品(特に肉、魚、パン)、雑貨、台所用品など。

<5> La Galette2: Nyarutarama 地区。MTN センター内。上記<4>の姉妹店。

<6> Frulep: Ville 地区とマジエルワの中間地点。食料品、雑貨、台所用品など。

<7> Italian Supermarket: ソナチューブとマジエルワの中間地点。イタリア食材とジェラート。

<8> N'Dolis Supermarket: Remera 地区。食料品、雑貨、台所用品など。両替有。

<9> Woodland Supermarket: Gaculiro 地区。食料品、雑貨、台所用品など。

7. レストラン、カフェ

(1) 中華料理、アジア料理

- ・A-link Chinese Club (Tel: 0788 625529、Kimiurura) 餃子、麻婆豆腐他
- ・GreatWall Chinese Restaurant(長城飯店) (Tel: 0788 503111、Kacyiru) トマト卵炒め他
- ・Beijing Tangren Restaurant(唐人飯店) (Tel: 0783 011583、Remera) 春巻、水煮牛肉他
- ・Sakae (Tel: 0784 578435、Nyarutarama) 日本/韓国料理。寿司、麺類、韓国料理他
- ・Zen (Tel : 0782 588593、Nyarutarama) アジアン創作料理。太巻き、タイ風焼きそば他
- ・Mosaic Gourmet Restaurant(Tel: 0784 903670、Kimiurura) アジアン創作料理

(2) アフリカ料理

- ・Afrika Bite (Tel: 0788 685184、Kimihurura) いわゆる東アフリカ料理が食べられる。雰囲気もよい。昼のビュッフェ(RWF5000)が有名。
- ・Orange Courts (Tel: 0787 544387、Kacyiru) 中東のテイストも感じられるランチビュッフェ。City Blue ホテルに併設。
- ・Lalibela (Tel: 0788 505293、Kimihurura) エチオピア料理
- ・Lebanese Restaurant (Tel: 0788 622111、Kimihurura) シュワルマが楽しめるレバノン料理。水タバコも提供。
- ・Chez Lando Grill (Tel: +250 252 589804、Remera) 日本からの出張者も多く泊まる Chez Lando ホテルのレストランバー。フランス料理・西洋料理・肉の串焼き等が手軽に食べられる。
- ・Heaven (Tel: 0788 486581、Kiyovu) 夜景が見えるレストラン。生バンドの演奏があることも。雰囲気は良い。昼のビュッフェ(RWF8000)が有名。
- ・Car Wash (Kimihurura) 各種プロシエツト(串焼)は絶品。

(3) イタリア料理

- ・Sol e Luna (Tel: 0788 859593、Remera) 各種ピザ、サンバサ(わかさぎ)唐揚げ、生ビール、ランチビュッフェも人気。
- ・New Cactus (Tel +250 252 572572、Kyovu) チーズ/オイルフォンデュも提供
- ・Via Vento (Tel: 0786 700372、Nyarutarama)
- ・Kabana Club (Tel: 0788 355407、Kacyiru) ピザ以外にも、肉の串焼き(プロシエツト・ジンガロ)も生ビールとともに食べられる。
- ・Papyrus Lounge (Tel: 0788 417820、Kimihurura) 各種パスタ、ピザ他
- ・Karisimbi (Tel: 252 571528、Kiyovu) 各種ピザ、プロシエツト(串焼)他

(4) インド料理

- ・Khana Khazana (Tel: 0788 772087、Kiyovu) 各種カレー、タンドリーチキン他
- ・The Indian Chef (Tel: 0788 303437、Kacyiru)
- ・Zaaffran (Tel: 0783 042504、Kiyovu) 各種カレー、タンドリーチキン他

(5) フランス料理

- ・Select Boutique Hotel (Tel: 252 580809、Nyarutarama)
- ・Thai Jazz restaurant et Traiteur (Tel: 0788 202027、Nyarutarama)
- ・Chez Robert (Tel: 252 575573 Kiyovu) ビュッフェ(昼 RWF3000、夜 5000)が有名。

(6) バー、カフェ、ベーカリー他

- ・Hotel des Mille Collines (Tel: +250 252 576530、Kiyovu) プールサイドバーが人気
- ・Umubano Hotel (Tel: +250 252 593500、Kacyiru) ホテル内 Jambo Jambo レストランでランチビュッフェを提供。サラダの種類が豊富
- ・Republika Lounge (Tel: 0788 303030、Kiyovu) 外国人、ルワンダ人が多く行く深夜まで営業しているバー。ステーキが人気
- ・The Mickey Mouse Restaurant (Tel: 0722 998991、Kimihurura)

- ・Shokola Lite(Tel: 0788 350 530、Kacyiru) ランチで中東テイストなビュッフェを提供。各種コーヒー(WiFi 有)
- ・Bourbon Coffee(Ville 地区・空港・MTN センターの3店舗) 各種コーヒー、フルーツのスムージーが人気。パニーニ、ハンバーガーなどの軽食も。(WiFi 有)
- ・Magda Cafe (Kacyiru) ハンバーガー等。(WiFi 有)
- ・Blues Cafe(Tel: 0788 323666、Ville) ナクマツスーパーマーケットの隣。
- ・Mr.Chips(Kimihurura・Sonatubelに店舗あり) 人気のハンバーガーファーストフード
- ・Brioche (Tel: 0787 613233、Kacyiru)KBC内。ベルギー人経営の人気ベーカリー。ケーキの評判も高い。イートインスペース有。
- ・Umubano Bakery (Tel: +250 252 593500、Kacyiru)Umubanoホテル内。巨大なクロワッサン、サンドイッチ等。イチゴのタルトも定評あり。
- ・Rz. Manna(Tel: 0787 701753、Nyarutarama) KOICAが支援しているアジア風パン屋。アンドンナツ、ミルク食パンなど。景色のよいカフェも人気。
- ・Brood(Car Wash近く) オランダに本店を持つベーカリー。色の濃いヨーロッパ風のローフが人気。
- ・African Doughnut Shop(Kicyukiro) 各種ドーナツ、ベーグル、トルティーヤ他
- ・Meze Fresh(Kacyiru) トルティーヤ、タコスなどメキシコ料理。

8. 観光

(1)ルワンダの観光

キガリを中心としたルワンダ全土の総合的な観光情報が知りたい場合は、レストランなどで無料配布している情報誌「The Eye Magazine」(<http://theeye.co.rw/>)を見るのが一番である。その他にWeb サイト「Living in Kigali」(<http://www.livinginkigali.com/>)がある。

1)博物館

- * 国立博物館;ブタレ市街内。キガリより車で2時間。入場料 FRW6,000/名(居住者 FRW5,000/名)。伝統舞踊鑑賞は要予約。
- * ニャンザ王宮博物館;ニャンザ市街内。キガリより車で 1.5 時間。入場料 FRW6,000/名(居住者 FRW5,000/名)。伝統舞踊鑑賞は要予約。
- * 民族博物館;国際空港近く。ハビヤリマナ元大統領搭乗飛行機の残骸などを展示。
- * カンツ博物館;キガリ市中心街から約 5 分。最初にルワンダを統治したドイツ領事官の家。
- * 虐殺被害者追悼祈念館; キガリ、ニヤマタ、ムランビ、キブエなどにある。

2)サファリ、自然観察ツアー

- * アカゲラ国立公園;キガリから車で約 2 時間。入場料;外国人(USD30/名)EAC 内居住者は、USD20/名)。車両;USD20~25/台。Akagera Game Lodge; 078-520-1206(USD100/名、2名 1 室(朝食付き))か Ruzizi Tented Lodge; ; 078-711-3300(USD150/名、2 名 1 室(朝夕食付き))
- * ボルケーノ国立公園;キガリから車で約 2 時間。マウンテンゴリラツアー(観光局で要予約。入場料;旅行者 USD750/名、EAC 内居住者 USD450/名)が有名。
- * ニュングエ国立公園;キガリから車で約 4 時間。希少品種のサルや鳥類が有名。

3)その他

* キブエのホテルでボートを借り、キブ湖に浮かぶアマホロ島周遊ツアーなどが楽しめる。

(2)観光局、旅行代理店

観光庁 (ORTPN)ゴリラツアー係; 252-57-6514

Safe Tours Travel; 078-852-2347(エマニュエル代表)

Volcano Safaris; 252-502-2452, 078-830-2069

Zebra Country Tours; 078-846-8152

9. 健康管理

以下のとおり来訪者自身による健康管理を心掛けること。

(1)主に流行している病気について

- ◇消化器感染症(細菌性赤痢・腸チフス・コレラ・寄生虫など)は通年見られる。予防には手洗いの徹底が必須である。また、生水・生野菜や生ジュース・生焼けの肉等には十分注意する。
- ◇HIV 罹患率も高く、性交渉で感染する梅毒や B 型肝炎も流行している。
- ◇宿泊先ホテルでは、ベッドやソファなどに南京虫・ダニがいることもあるため注意すること。
- ◇朝晩の気温の差、また、雨季では日中でも気温が低い日が続くため、風邪を引きやすくなる。特に外出の際には羽織るものを携帯すること。北部の高地では朝晩の冷え込みが激しい。
- ◇陽差しが強いため日射病や熱中症に注意し、小まめにミネラルウォーターで水分補給すること。

(2)マラリアについて

マラリア(熱帯熱マラリア)は、治療が 5 日間遅れると重篤化あるいは死に至る危険がある病気である。ルワンダ全土が流行地とされている。マラリア原虫に感染したハマダラ蚊に刺されると、感染するため、防蚊対策をしっかりと行なうことが重要である。潜伏期間は 1~2 週間[1 ヶ月]。治療は Coartem(薬品名: Artemether/Lumefantrine)などの合剤が主流である。予防として、以下のことに留意すること。

- ◇マラリア予防薬の内服[「マラリア予防薬」の項参照]
- ◇蚊帳、防虫スプレーや蚊取り線香の使用、長ズボン長袖・明るい色の服着用
- ◇ハマダラ蚊が活発に動く明け方と夜間は十分に注意する
- ◇体の清潔を保つこと(汗の臭いに蚊がよってくるため)
- ◇疲労時など抵抗力が落ちていると症状は重くなるため、日頃から体調管理に留意する

マラリア予防薬(クロロキン耐性のあるマラリアの多い当国では、下記が推奨されている)

①メフロキン Mefloquine (1 箱 4 錠入り約 1500 円。日本でも 12 週間分まで処方を受けられる)

用法・用量: 体重に応じ、3/4(体重 45Kg 以下)~1 錠を、到着 1 週間前より開始し、1 週間間隔(同じ曜日/飲酒機会が少ない平日)で内服。流行地を離れた後 4 週間は継続。

服用を注意すべき人:

- ・妊娠または妊娠している可能性のある女性は服用しない。妊娠する可能性のある女性は、内服中及び服用後 3 ヶ月間は避妊する。内服中の授乳は避ける。
- ・小児に対する安全性は確立されていない。

・てんかん、精神疾患の患者、またはその既往歴のある者は服用をしない。

・腎障害・肝障害・心臓の障害のある患者には慎重な投与が必要。

副作用：めまい・頭痛・胃部不快感など。また内服後 2～3 週間後に精神症状がでることがある。

薬剤の併用：抗ヒスタミン薬との併用は控える。アルコール（飲酒）との併用はしない。

②ドキシサイクリン Doxycycline／テトラサイクリン系抗生物質 ※1 カプセル約 12 円と安価。

* 医師の処方で 1 錠(100mg)を毎日夕方に必ずコップ一杯の水で(食道潰瘍予防)服用する。

* 流行地に入る 1、2 日前から内服スタート。流行地を出て 1 ヶ月間内服を継続する。

* 長期の予防内服は副作用(胃腸障害・血液障害)の点から安全性が立証されていない。

* 副作用：稀ではあるが、服用後気分が悪くなる場合がある。服用中は、長時間直射日光にあたることを避ける日(光過敏症)。内服中、内服終了後 3 カ月は妊娠を避けなければならない。8 歳以下の小児には投与できない。

③マラロン Malarone: Atovaquone/Proguanil の合剤

※日本では未承認だが輸入をおこなっている医療機関もある。一箱 5 千円から 1 万円と高価。ルワンダではさらに高価(12 錠で約 2～3 万円)。

* 流行地に入る 1 日前から服用を開始し、毎日 1 錠、流行地を離れて7日間継続服用をする。

* 薬の吸収を効果的にするため、食後に内服する。

* 服用期間は 3 ヶ月以内とする。

* 妊婦、授乳中の者や体重 40kg 以下の人は内服しない。

* 副作用として、腹痛や吐気がある。

(3) 日本から持参した方がよい医薬品、衣服など

- 虫除け薬(ポンプ式やクリームが良い。缶スプレーは機内持込み不可) □各種蚊取り線香
- ウェットティッシュ(水の無いところでの手洗い) □痒み止め □総合感冒薬 □胃腸薬 □整腸剤
- 消毒綿 □絆創膏 □日焼け止め □ポカリスエット □体温計
- 帽子 □サングラス □薄手の上着・ショール □電源アダプター(マルチ)

(4) 予防接種

当国では、黄熱病流行地からの入国者に対しては、黄熱病ワクチン接種証明書(イエローカード)の提示が求められる。また、ルワンダから隣国(ケニア・タンザニア・マラウイ・ザンビア・ウガンダ等)に入国する場合も、同カードの提示が要求される場合があるため、接種を済ませてくること。できれば、狂犬病、A 型肝炎、破傷風の予防接種も済ませてくることを勧める。また、コンゴとの国境付近に渡航予定の場合は、ポリオワクチンの追加接種と、流行性髄膜炎(ACWY)のワクチン接種を勧める。

(5) 医療機関受診について

当国では開業医が少なく医療施設は限られている。キガリでは、総合病院である King Faisal Hospital、プライベートの Polyclique du Plateau、歯科医院の PINEDA Dental Clinic が受診に適当な施設といえる。地方では、政府系のヘルスセンターか郡や県の病院が主な受診先となるが、検査方法や入手可能な薬の種類が限られており、医療技術的に信頼ができる場所は限られているため、できるだけ、キガリで受診するか、緊急の場合には、地方病院で応急処置・診察だけを行い、キガリの病院へ移動して再受診することを強く勧める。

〈一般病院〉

- Polyclique du Plateau(Dr.Antoine)Tel:252-578767 Mob:0788301630
所在地:キガリ 街中心部。世界銀行ビル近く
院長の Dr. Antoine は熱帯病の専門医。説明は英語、フランス語ともOKだがカルテ記載はフランス語になるので、英語での記載が必要な場合はその旨を医師に申し出ること。眼科・婦人科・外科・皮膚科の診察も可能。
診察日時:毎日(土日含) 8:00~20:30 〈眼科・婦人科・皮膚科の受診のみ予約が必要〉
Dr.Antoine 受診希望の場合は月~金 9:30~12:30 (17:00~19:00 電話で要確認)
土日休日・夜間に緊急に受診する場合には、Dr. Jean Paul を指名する。
- King Faisal Hospital Tel:(アポイント)3939/3938/252-587777 (緊急時) 252-588888
所在地 :キガリ。ウムバノホテルとガソリンスタンドの間の道を進み突き当たり。
各科受診が可能。要予約。基本的に診察も、カルテ記載も英語。
ルワンダで唯一 CT スキャンと MRI の設備がある。
よほどの救急でない限りは、Polyclique du Plateau(Dr. Antoine か Dr. Jean Paul)にて初診を受け、該当科の医師を特定した紹介状を書いてもらうことを勧める。
診察日時:無休 7days/24h 救急科あり

〈歯科〉

- PINEDA Dental Clinic
所在地:キガリ Avenue of Kiyovu, Muhima Zone 5
診察日時:月曜日から木曜日 8:30~17:30 金曜日 8:00~13:00
Tel:0788564377(要予約)
 - Clinique Dentaire Adventiste
所在地:キガリ JICA ルワンダ事務所前の道を挟んで向かいの教会の敷地を横切り、突き当たったところ。
高額治療を勧めることが多々あるので、どのような治療を受けるか十分に理解したうえで治療を受けることが必要。
診察日時:月曜日から木曜日 8:00~12:30/14:00~17:00 金曜日 8:00~12:30
Tel:582431(要予約)
- 上記の総合病院 King Faisal Hospital にも歯科がある。(要予約)

(6)海外旅行保険加入の勧め

当国の医療水準は高くなく、また、医療機関での治療費は高価(診察料だけで約 1500 円)。
万が一、重い病気に罹ったり、重症を負った場合、南アフリカやケニアへの緊急移送費や治療費等は非常に高額になるので、出発前に海外旅行保険に加入しておいた方が無難である。