

# イギリスの基本情報

本来、相矛盾するものと捉えられている「伝統と革新」「自由と規律」が、共存し融合している古き良き英国の社会・文化の特徴が、人々の生活の営みに、街角に、ロンドンの雑踏に、緑豊かな郊外に、、、あらゆる場所に表れている味わい深い国です。

**正式名称:** グレートブリテンおよび北部アイルランド連合王国  
*United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland*

**首都:** ロンドン

**人口:** 約5,942万人

**面積:** 約24万km<sup>2</sup>

**人種・民族:** イングランド人、その他

**宗教:** キリスト教、その他

**言語:** 英語、ウェールズ語

**通貨:** 英ポンド £

為替レートは、£ 1.<sup>00</sup> = ¥134.10 (2020年7月1日現在)

<https://www.x-rates.com/historical/?from=GBP&amount=1&date=2020-07-01>

レートはスーパーマーケット(Marks & Spencers)、ホテル、銀行、両替所の順に良くなります。

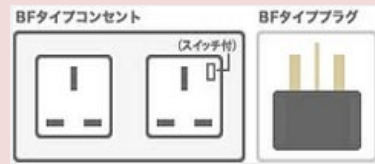
**時差:** マイナス8時間

**サマータイム:** 4~10月はマイナス8時間 (イギリスが正午の時、日本は午後8時)

**日本からの  
フライト時間:** 約 12 時間

**電圧:** 240ボルト 50ヘルツ

**プラグ:** 先が四角い三股の**BFタイプ**



**水道水:** 水道水は飲むことはできますが、硬水なので身体・口に合わない場合はミネラルウォーターを。レストランや食堂では、ミネラルウォーターは有料です。

炭酸入りもあるので、記載に注意して購入・注文をしましょう。

500mlペットボトル1本が約60ペンスほどで駅の売店やコンビニで購入できます。

**トイレ事情:** 公衆トイレが有料で20ペンス位で街中にあります。その他、無料のトイレは危険なので使わないようにしましょう。スーパーやマクドナルドやスターバックスのトイレは無料で使えます。

## 持っていくと 便利

**電卓:** 日本円に換算するといくらでしょう？ 1台あればマーケットでの値段交渉がスムーズに、お買い物を楽しめます。

**衣装圧縮袋:** お土産などがカバンに入らない時、かさばる衣類はこれで小さくまとめてスペースを確保できます。

**常備薬:** 気候の変化や旅の疲れから体調を崩すこともあります。薬は飲みなれているものを用意

**雨具:** イギリスは天候の変化が激しく予報はあてになりません。折り畳みの傘やカッパなど、雨具は準備しましょう。

**クレジットカード:** イギリスでは、ほとんどのお店でVISAやMasterのカードが使えます。極力、現金は持ち歩かないようにしましょう。暗証番号 **PIN Number** は、手帳などに記載するのではなく、頭の中に記憶しておきましょう。クレジットカードでのキャッシング機能については、事前にクレジットカード会社と契約しておきましょう。