



カリブ海
MAR CARIBE

サンブラス湾
GOLFO DE SAN BLAS

コスタリカ

ボカス・デル・トロ
BOCAS DEL TORO

グナ・ヤラ自治区
COMARCA KUNA YALA

COSTA RICA

チリキ
CHIRIQUÍ

ノベ・ブグレ自治区
COMARCA NGÖBE
BUGLÉ

コロロン
COLÓN

パナマ
PANAMÁ

モスキート湾
Golfo de
los Mosquitos

パナマ湾
BAHÍA DE
PANAMA

コクレ
COCLÉ

エンベラ自治区(サマコ)
COMARCA
EMBERÁ
(CEMACO)

ベラグアス
VERAGUAS

バリタ湾
BAHÍA DE
PARITA

ヘレーラ
HERRERA

ロス・サントス
LOS SANTOS

チリキ湾
GOLFO DE CHIRIQUI

モンティホ湾
GOLFO DE
MONTIJO

太平洋

OCEÁNO PACÍFICO

COLOMBIA

コロンビア