おすすめコース

アレンテージョ

Alandroal

Alandroal

アランドラル
グアディアナ川に隣接し、国境に近いアランドロアルは、アルケバ湖畔の静かで穏やかな日々を過ごせる場所である。

名前の由来は、この土地に豊富に生えていた低木の一種である「アランドロ」または「アロエンドロ」（キョウチクトウ）と呼ばれる植物にあると言われている。1298年、ポルトガル王デニスの時代に、アヴィスの軍事命令によって町が建設された。

アランドロアル城（Castelo de Alandroal）、テレナ城（Castelo de Terena）、ジュロメンハ要塞（Fortaleza de Juromenha）は、何世紀にもわたって、特に17th 世紀のポルトガル独立回復戦争において重要な防衛の三角形を形成していた。この地域は、ヴィラ・ヴィソーザに公爵邸を構えていた王家にとって、非常に重要な地域であった。カルロス王がこの地方での狩猟を好み、休憩にアランドロアルを選んだことはよく知られている。

アランドロアル航海ステーション（Estação Náutica do Alandroal）
アランドロアル・ノーティカル・ステーションは、アゼンハス・デル・レイ・リバー・ビーチの一部で、ホルムオークやコルク樫の木が生い茂る川辺の原風景の中でリラックスし、地元の食材を使った最高のアレンテージョ料理を地元のレストランで味わうことができます。川では、ボート・トリップ、スモール・クルーズ、セーリング、スタンド・アップ・パドル、フィッシングを楽しむことができ、対岸にあるスペインのリバー・ビーチ、チェレス（川幅50メートル）までカヤックで渡ることもできる。川沿いの散策だけでなく、ヨガや太極拳のセッションもある。ピクニック・パークは、ピクニックやグアディアナ河畔でのんびり過ごす午後に最適な場所だ。また、ユネスコの星空保護区に指定されているため、星空観察もできる。

アルケヴァ (Alqueva) 、グランデ・ラーゴ (Grande Lago) でくつろぐ

アルケヴァ・ダム (albufeira do Alqueva) からできたグランデ・ラーゴ (Grande Lago)
は、気の置けない仲間と数日くつろいで過ごすのにぴったりの場所です
。

グランデ・ラーゴはグアディアナ川 (Rio Guadiana)
につくられたヨーロッパ最大級の人造湖です。貯水面積は250km2
。アレンテージョ (Alentejo) の5つの地方自治体にまたがり、周辺に数多くの観光スポットを有します。右岸にはジュロメーニャ (Juromenha)
、アランドロール (Alandroal) 、テレナ (Terena) 、モンサラース
(Monsaraz) 、ポルテル (Portel)
の各お城があります。一方、左岸のモウラオン (Mourão) とモウラ
(Moura) はこの人造湖を見渡せる絶好のロケーションとなっています。

この湖は、地域に素晴らしい環境をもたらしました。かつてはオリーブ、コルクガシ、トキワガシの樹木が生えていたところが、現在は水没して新たな役割を与えられました。アウトドア活動をはじめ、セーリング、水上スキー、ウェイクボードなどのウォータースポーツや、カヌーやカヤックによる爽快なツーリングのために理想的な条件が揃っています。ハイキングやマウンテンバイクの愛好家向けにも、標識のあるコースが用意されています。いずれも地元の人々と交流し、地域の慣習や伝統を学ぶのに良い方法です。

アルケヴァ (Alqueva) 周辺の景色の良い道路をたどる遠足は、家族をびっくりさせるにはうってつけです。ハウスボートをレンタルして星空の下で眠れば、もっといいかもしれません。これはロマンチックな週末を計画中の方にもおすすめのアイデアです。忘れないでほしいのは、この地域がユネスコ（国際連合教育科学文化機関、UNESCO）によって星の観察のための保護区に指定されていることです。夜は公共照明を最小限に抑え、天体観測初心者でも夜空を眺めやすいようにしています。

必ず訪れたいのは、新たに生まれ変わったアルデイア・ダ・ルス (Aldeia da Luz) 。ダム湖に水没し、移転した唯一の村です。ここには博物館 (Museu) もつくられています。コレクションの大半を占めるのは、住民が提供した資料。また、かつての村の思い出もすべて記録されています。

モンサラース (Monsaraz) の街も見逃せません。驚きと喜びをもたらす城壁や石畳の道があり、街そのものがよく保存された中世の博物館のようです。その近く、オラダ修道院 (Convento da Orada)
の地区にある四角形に配置されたシェレスの環状列石(Cromeleque do Xerez) も必見のスポットです。

もちろん、国内の他の地域と同様、アルケヴァ (Alqueva) にも手を伸ばさずにはいられない郷土料理があります。お勧めは、パン雑炊のアソルダ (açorda) 、パンとにんにくを炒めたミガス (migas)
、豚肉料理、ソーセージ、アレンテージョ (Alentejo) ワインです。

グランデ・ラーゴ (Grande Lago) では、農村観光に魅了されること請け合いです。周辺の自然を観察し、田舎暮らしのシンプルな喜びを感じてください。

お役立ち情報
ハウスボートのレンタル、ボートツアー、自前のボートの係留地について調べるには、アクティビティ (Actividades)
のデータベースをご利用ください。

アランドロールの散歩道
国境地帯であるアランドロールには、EUがもたらした物資の自由な移動以前の密輸業者の話もある。コーヒー、タバコ、車の部品、香水などが密かに取引されていたという。アランドロアルには、密輸業者たちが通った道のほかにも、町やテレナ、フェレイラ村、あるいは地元遺産のひとつであるペドラ・アルサーダ（Pedra
Alçada）を見学する
ための散歩道がいくつかある。
ペドラ・アルサーダは
、高さ10メートル、直径6メートルの堂々たる巨石モニュメントで、この自治体で最大級のものです。道沿いには、ホルムオークやコルク樫の木で作られた伝統的な炭焼き窯など、生活様式や地元の習慣、伝統の証が残されている。その匂いに騙されてはいけない。

テレナとジュロメンハ
その近くにあるジュロメンハ要塞は一見の価値がある。グアディアナ川の見晴らしが素晴らしく、16th 世紀の要塞である。

テレナ城は、ジル・マルティンスとその妻マリア・ジョアンに町の勅許が下りた後、13th 世紀に建設されたのではないかと考えられている。しかし、公式な資料では、ドゥニ王とポルトガル王ヨハネ1世が町をアヴィス騎士団に統合した際に建設されたとされている。マヌエル朝時代には、正面入り口の門からわかるように改築が行われ、1755年の地震の影響を受けた。またテレナには、城壁と鐘楼を持つ不思議議な要塞礼拝堂、ボア・**ノヴァ礼拝堂（Capela da Boa-Nova）またはボア・ノヴァ聖母被昇天聖堂（Santuário de Nossa Senhora da Assunção da Boa Nova）がある。**

テレナから4kmのところにあるエンドヴェリコ遺跡には、ローシャ・ダ・ミーナとして知られる古代の異教の聖域があり、後にローマ人によって1st 世紀に開拓された。今でも、生贄が捧げられた場所や、岩に掘られた中世の墓を見ることができる。サン・ミゲルの丘の上、ルーチェフェシットの小川の近くにある。

遺跡の重要性をより深く理解するには、ガイドツアーに参加するとよい。遺跡の神聖な雰囲気を感じるには、**ルーチェフェシット・ダム（Barragem de Lucefécit）**が欠かせない。ルーチェフェシットという名前は、異教徒のルシファー信仰に由来すると言われ、後にキリスト教によって悪魔と結び付けられるようになった。5th 世紀、この異教寺院は、近くに聖ミカエル礼拝堂（Capela de São Miguel）が建てられたことにより、キリスト教化された。ダムでは、水浴び、カヌー、ピクニック、典型的なアレンテージョの風景の中を散策することができる。また、気球に乗ってダムの貯水池やコルク樫の森、遠くにアルケバ湖の景色を楽しむこともできる。

アレンテージョのどの町でも、ガストロノミーも注目の的だ。特筆すべきは、川で獲れる魚料理、地元の特産品である黒豚肉入りのひよこ豆のスープ、そして地元の焼き肉で、確かに異なる風味を醸し出している（メルトレンガ牛、パタ・ネグラどんぐり豚、メリノ種の山羊や羊）。黒豚の肉やソーセージに加え、子羊のシチューも特筆に値する。デザートには、ボロ・ランソソ（スパゲッティ・カボチャのジャムと卵で作った地元のケーキ）、パン・デ・ラーラ（通常、卵、砂糖、積層アーモンド、スパゲッティ・カボチャで作る典型的なケーキ）、エンチャカーダ（卵とアーモンドのデザート）、ボロ・ポドレ（オリーブオイルのケーキ）、アレンテージョ・ポピアス（リング状のクッキー）などがある。

7月には、カタツムリ、大きなカタツムリ、ザリガニなど、夏の午後のおやつとして親しまれている貝をテーマにした「**貝殻の外祭り（Festival Fora da Casca）」が**開催される。9月の最初の週末には、聖母マリアにちなんだ**9月祭（Festa de Setembro**

2013 ポルトガル観光局 無断転載・転用禁止
info@visitportugal.com

）が開催され、多くの人々が町を訪れます。音楽、闘牛、牛追い、伝統的な行列、守護聖人に捧げるミサなどが行われる。この祭りに関連して、**初日に青少年祭（Festival da Juventude）**が行われる。

アランドロアルは、エルヴァス、ヴィラ・ヴィソーザ、レゲンゴス・デ・モンサラス、レドンドの間の休憩地点として、またこの地方の建築・文化遺産を訪れる出発点として、一年中いつでも利用できる。

アルケヴァ (Alqueva) の夜空のルート

雄大な星空で覆われた場所を想像してみて下さい。この感覚は言葉にできません。ゆったりと座って星について学べるプラネタリウムなど、人工的な装置がなければ通常味わえないものですが、幸運なことにポルトガルでは野外でこの感覚を味わえます。

アレンテージョ (Alentejo) の真ん中にあるこの素晴しいアルケヴァ (Alqueva) の空は、大きな星の毛布で包まれた暗いベルベットのようです。ここは保護区の1つで、夜空の保護区「スターライト・ツーリスム・デスティネーション」として国際的に認定されています。保護の対象面積は約10000平方キロメートルにも及びます。

星の観測に最高の場所として認識されたこの地区のため、広大なアルケヴァ湖周辺の市町村 (アランドロアル (Alandroal)、レゲンゴシュ・デ・モンサラズ (Reguengos de Monsaraz) 、ポルテル (Portel) 、モウラン (Mourão) 、モウラ (Moura) 、バランコス (Barrancos) では、このユニークな特徴を保護し、この自然現象をもっと楽しめるように夜間照明を最小限するために取り組んできました。

おおぐま座、こぐま座、カシオペアをはじめ、季節に応じた他の星座も観測できます。しし座、おとめ座、てんびん座、さそり座、いて座が見つかります。ミステリアスなやぎ座や、はくちょう座、わし座、こと座も観測できます。

壮大な天の川と、みずがめ座、うお座、ペガサス座、おひつじ座も見つけられます。さらに、輝くオリオン座を毎晩追いかける星座、おうし座が見えます。ふたご座、ぎょしゃ座もあります。お気に入りの星を選んでみてはいかがでしょう。

アルケヴァ (Alqueva) の空は、肉眼で無数の星が観察できるほど澄んでいます。すべてを完璧に見るには、双眼鏡か望遠鏡を使うのが理想的ですが、そのどちらを用意できなくても心配はいりません。この夜空のルートの参加企業がこうした装置を用意しており、空の見方や星の見つけ方を教えてくれるからです。

Cromeleque do Xerez - Via Lactea ©Miguel Claro - Dark Sky® Alqueva

宿泊所やレストランのほか、旅行会社やガイドもこの活動に参加しており、この地域についてより詳しく知ることができます。ハイキングコース、動植物の観察のための標識付きのコース、カヌー、ワークショップ、天文学を学ぶコースなどの活動を日中でも夜間でも楽しむことができます。

自然の真ん中に身をおくと、オラダ (Convento da Orada)

2013 ポルトガル観光局 無断転載・転用禁止
info@visitportugal.com

修道院の近くにあるヘレスの環状列石 (Cromeleque de Xerez) 、ドルメンやメンヒルなどのミステリアスな巨石のモニュメントに驚かされます。これらはこの地域の歴史遺産ツアーの一部となっており、通りや家々が片岩で作られた、壁に囲まれたモンサラースの村を堪能するツアーにぜひご参加ください。

アレンテージョ地区とアルケヴァ (Alqueva) の魅力に出会うツアーにはお勧めのコースが数多くあります。ですが、夜空のルートは間違いなく、いつまでも記憶に残る、驚きと発見の旅となるでしょう。

夜空保護区に関するすべての情報は、www.darkskyalqueva.com からご利用いただけます。

行き方

エヴォラからN254をレドンド(Redondo)、アランドロアル(Alandroal)方向に走るか、N256でレゲンゴス・デ・モンサラス(Reguengos de Monsaraz)に向かいます。

ベージャ(Beja)からはIP2をポルテル(Portel)方向に走るか、N260をセルパ(Serpa)方向へ、その後N255でモウラ(Moura)まで走ります。そこからバランコス(Barrancos)までN258を走ります。