

---

## 保護区

---

### ポルトと北部地方

---

#### Arouca

Arouca Geopark

Eメール: [geral@aroucageopark.pt](mailto:geral@aroucageopark.pt) ウェブサイト:

<http://aroucageopark.pt>

##### 問い合わせ先

AGA – Associação Geoparque Arouca

Rua Alfredo Vaz Pinto - 4540-118 Arouca

Tel.: +351 256 940 254

##### 特色とサービス:

道標ルート; 駐車場: 328 km2; 利用可能な宿泊施設; ガイドツアー;

屋外駐車場; トイレ; レストラン;

アロウカ・ジオパーク (Geoparque de Arouca) (...)

---

## 動物園と水族館

---

### アルガルヴェ

---

#### Silves

Krazy World - Algarve Zoo

**住所** : Lagoa de Viseu – Apartado 3 Estrada Algoz – Messines 8365-907

Algoz

**電話** : +351 282 574 134 / 916 441 826

**Eメール**: geral@krazyworld.com **ウェブサイト** :

<http://www.krazyworld.com>

### アレンテージョ

---

#### Mora

Fluviário de Mora

**住所** : Parque Ecológico do Gameiro 7490 Cabeção-Mora

**電話** : +351 266 448 130 **ファックス** : +351 266 446 034

**Eメール**: fluviariomora@net.novis.pt **ウェブサイト** :

<http://www.fluviariomora.pt>

### ポルトと北部地方

---

#### Vila Nova de Gaia

Parque Biológico de Vila Nova de Gaia

**住所** : Rua da Cunha 4430-757 Avintes (Vila Nova de Gaia)

**電話** : +351 227 878 120 **ファックス** : +351 227 833 583

**Eメール**: geral@parquebiologico.pt **ウェブサイト** :

<http://www.parquebiologico.pt>

Zoo Santo Inácio

**住所** : Rua 5 de Outubro, 4503 4430-809 Vila Nova de Gaia - Porto

**電話** : +351 227 878 500 **ファックス** : +351 227 878 517

**Eメール**: info@zoosantoinacio.com **ウェブサイト** :

<http://www.zoosantoinacio.com/>

### リスボンとその周辺地方

---

#### Lisboa

Jardim Zoológico de Lisboa

**住所** : Estrada de Benfica, 158-160 1549-004 Lisboa

**電話** : +351 217 23 29 00 **ファックス** : +351 217 23 29 01

**Eメール**: info@zoo.pt **ウェブサイト** : <http://www.zoo.pt>

Oceanário de Lisboa

**住所** : Esplanada D. Carlos I - Doca dos Olivais - Parque das Nações  
1990-005 Lisboa

**電話** : +351 218 917 000 **ファックス** : +351 218 917 000

**Eメール**: info@oceanario.pt **ウェブサイト** : <http://www.oceanario.pt>

---

## 宿泊施設

---

### アソーレス諸島

---

#### Angra do Heroísmo

QUINTA DAS MERCÊS (TH)

トゥリズモ・デ・アピタサオン

住所： Caminho de Baixo S/N - São Mateus 9700-559 Angra do Heroísmo

電話： 00351 295 642 588 ファックス： 00351 295 642 540

Eメール: reservas@quintadasmerces.com ウェブサイト：  
<http://www.quintadasmerces.com>

### アレンテージョ

---

#### Alandroal

Casa de Terena

トゥリズモ・デ・アピタサオン

住所： Rua Direita, 45 7250 - 065 Terena

電話： +351 268 459 132 ファックス： +351 268 459 155

Eメール: casadeterena@mail.telepac.pt ウェブサイト：  
<http://www.casadeterena.com>

#### Golegã

Casa da Azinhaga

トゥリズモ・デ・アピタサオン

住所： Rua da Misericórdia, 26 2150 - 021 Azinhaga

電話： +351 249 957 146

Eメール: joaooliveiraesousa@gmail.com

#### Santarém

Casa da Alcáçova

トゥリズモ・デ・アピタサオン

住所： Largo da Alcáçova nº 3, 4 e 5 2000-110 Santarém

電話： +351 243 304 030 ファックス： +351 243 304 035

Eメール: info@alcacova.com ウェブサイト： <http://www.alcacova.com>

## Viana do Alentejo

Solares de Portugal - Casa Santos Murteira

トウリズモ・デ・アピタサオン

住所：Rua de São Pedro, 66-70 7090 - 041 Alcáçovas

電話：+351 258 93 17 50 ファックス：+351 258 93 13 20

Eメール: santosmurteira@solaresdeportugal.pt ウェブサイト：

<http://www.solaresdeportugal.pt/PT/solar.php?casaid=138>

## ポルトと北部地方

### Alijó

Casa de Casal de Loivos

トウリズモ・デ・アピタサオン

住所：Casal de Loivos - Pinhão - Alijó 5085 - 010 CASAL DE

LOIVOSAlijó

電話：+351 254 732 149

Eメール: info@casadecasaldeioivos.com ウェブサイト：

<http://www.casadecasaldeioivos.com>

### Arouca

Casa de Cela

トウリズモ・デ・アピタサオン

住所：Cela - Urrô 4540-645 Arouca

電話：+351 256 946 831 ファックス：+351 256 944 226

Eメール: casadecela@gmail.com ウェブサイト：

<http://www.casadecela.com>

### Baião

Casa de Cochêca

トウリズモ・デ・アピタサオン

住所：Cochêca - Baião 4640 - 360 Mesquinhata

電話：+351 255 551 174 ファックス：+351 255 551 174

Eメール: reservas@cochecha.com ウェブサイト：

<http://www.cochecha.com>

### Barcelos

Quinta de Malta

トウリズモ・デ・アピタサオン

住所：Rua Nossa Senhora do Loreto, 152 4905-070

DurrãesBarcelosBraga

電話：+351 258 773 773 ファックス：+351 258 778 668

Eメール: reservas@quintademalta.com ウェブサイト：

<http://www.quintademalta.com>

## Braga

Solares de Portugal - Casa dos Lagos

**Tourismus・デ・アビタサオン**

**住所** : Bom Jesus 4700-455 Braga

**電話** : +351 258 931 750 **ファックス** : +351 258 741 444; +351 258 93 13 20

**Eメール**: lagos@solaresdeportugal.pt **ウェブサイト** : <http://www.solaresdeportugal.pt/PT/solar.php?casaid=8>

## Cabeceiras de Basto

Casa de Lamas

**Tourismus・デ・アビタサオン**

**住所** : Lugar de Lamas - Cabeceiras de Basto 4860-333 CABECEIRAS DE BASTO

**電話** : +351 964 273 953

**Eメール**: geral@casadelamas.com **ウェブサイト** : <http://www.smallparadises.pt>

## Carrazeda de Ansiães

Casal de Tralhariz

**Tourismus・デ・アビタサオン**

**住所** : Rua Central, Lugar de Tralhariz 5140-136 Castanheiro - Carrazeda de Ansiães

**電話** : +351 278 681 042 **ファックス** : +351 278 681 042

**Eメール**: geral@casaldetralhariz.com **ウェブサイト** : <http://www.casaldetralhariz.com>

## Celorico de Basto

Solar do Souto

**Tourismus・デ・アビタサオン**

**住所** : Rua Padre João Magalhães Ferreira, nº103Vilar - Gandarela - Celorico de Basto 4890-542 BASTO (SÃO CLEMENTE)

**電話** : +351 962 955 372 **ファックス** : 255655321

## Ponte de Lima

Solares de Portugal - Casa do Barreiro

**Tourismus・デ・アビタサオン**

**住所** : Lugar de Pousada - Gemieira 4990-645 Ponte de Lima

**電話** : +351 258 948 137; +351 258 93 17 50 **ファックス** : +351 258 948 137; +351 258 931 320

**Eメール**: barreiro@solaresdeportugal.pt **ウェブサイト** : <https://www.solaresdeportugal.pt/pt/casa-do-barreiro;http://www.solaresdeportugal.pt/PT/solar.php?casaid=27>

## Póvoa de Lanhoso

Solares de Portugal - Casa de Alfena

トウリズモ・デ・アピタサオン

住所：Rua de Aldeia de Baixo, N.º 291 4830-771 TravassosPóvoa de Lanhoso

電話：+351 253 943 790 ファックス：+351 253 943 792

Eメール: [alfena@solaresdeportugal.pt](mailto:alfena@solaresdeportugal.pt) ウェブサイト：

<https://www.solaresdeportugal.pt/pt/casa-de-alfena>

## Torre de Moncorvo

Casa da Avó

トウリズモ・デ・アピタサオン

住所：R. Manuel Seixas, nº. 12 5160-290 Torre de Moncorvo

電話：+351 279 252 401 ファックス：+351 279 258 270

Eメール: [info@casaavo.com](mailto:info@casaavo.com) ウェブサイト：<http://www.casaavo.com>

## Viana do Castelo

Solares de Portugal - Casa do Ameal

トウリズモ・デ・アピタサオン

住所：Rua do Ameal, 119 - Meadela 4900-585 Viana do Castelo

電話：+351 258 931 750 ファックス：+351 258 93 13 20

Eメール: [ameal@solaresdeportugal.pt](mailto:ameal@solaresdeportugal.pt) ウェブサイト：

<https://www.solaresdeportugal.pt/pt/casa-do-ameal>

## Vila Pouca de Aguiar

Casa Fontes

トウリズモ・デ・アピタサオン

住所：Avenida Lopes de Oliveira, 56 5450-140 Bornes de Aguiar

電話：+351 259 434 231 ファックス：+351 259 439 222

Eメール: [casafontesps@gmail.com](mailto:casafontesps@gmail.com) ウェブサイト：

<http://www.casafontes.pt.vu>

## Vila Verde

Quinta do Ervedal

トウリズモ・デ・アピタサオン

住所：Quinta do Ervedal 4640 Santa Marinha do Zêzere

電話：+351 254 882 468 ファックス：+351 254 882 468

Eメール: [quintadoervedal@sapo.pt](mailto:quintadoervedal@sapo.pt) ウェブサイト：

<http://www.quintadoervedal.net>

## ポルトガル中部地方

## Albergaria-a-Velha

Casa de Fontes

トウリズモ・デ・アビタサオン

住所：Rua da Capela - Fontes - Albergaria-a-Velha 3850 - 365

Alquerubim

电话：+351 234 938 701 ファックス：+351 234 938 703

Eメール: casadefontes@mail.telepac.pt ウェブサイト：

<http://www.casadefontes.pt>

## Arganil

Quinta da Palmeira

トウリズモ・デ・アビタサオン

住所：Quinta da Palmeira, Rua Principal 36 3305-050 Cerdeira - Arganil

电话：+351 235 728 125 ファックス：+351 235 728 185

Eメール: info@Qportugal.com ウェブサイト： <http://www.Qportugal.com>

## Celorico da Beira

Casa dos Osórios

トウリズモ・デ・アビタサオン

住所：Largo do Tabolado nº 12 - 6360 - 305 CELORICO DA BEIRA

电话：271743211 ファックス：271743211

## Mangualde

Casa de Quintela

トウリズモ・デ・アビタサオン

住所：Quintela de Azurara - - 3530-334 Mangualde

电话：232 622 936

## Peniche

Solares de Portugal - Casa do Castelo

トウリズモ・デ・アビタサオン

住所：Estrada Nacional 114, nº 16 2525-025 Atouguia da Baleia /

Peniche

电话：+351 262 750 647; +351 258 93 17 50 ファックス：+351 262

750 937; +351 258 93 13 20

Eメール: castelo@solaresdeportugal.pt; info@center.pt;

casadocastelo@hotmail.com ウェブサイト： <http://www.center.pt>; <http://www.solaresdeportugal.pt/PT/solar.php?casaid=81>; <http://www.casacastelo.com>

com

## Torres Novas

Casa dos Vargos

トウリズモ・デ・アピタサォン

住所： Casa dos Vargos 2350-202 Vila do Paço

電話： +351 249 791 159

Eメール: [casavargos@sapo.pt](mailto:casavargos@sapo.pt) ウェブサイト：  
<http://www.casadosvargos.com>

## Torres Vedras

Quinta d'Além

トウリズモ・デ・アピタサォン

住所： Quinta d'Além - Ribaldeira 2565-197 Dois Portos

電話： +351 261 712 116 ファックス： +351 261 712 116

Eメール: [info@quintadalem.com](mailto:info@quintadalem.com) ウェブサイト：  
<http://www.duasquintasfestaseventos.pt>

## Vouzela

Casa de Fataunços

トウリズモ・デ・アピタサォン

住所： Fataunços - 3670-095 Vouzela

電話： 232 772 697 ファックス： 232 772 697

Eメール: [info@casadefatauncos.pt](mailto:info@casadefatauncos.pt) ウェブサイト：  
<http://www.casadefatauncos.com>

## リスボンとその周辺地方

---

### Sintra

Quinta de São Thiago

トウリズモ・デ・アピタサォン

住所： Estrada de Monserrate - Rua do Rigueirinho 2710-405 Sintra

電話： +351 21 923 29 23 ファックス： +351 21 923 43 29

Eメール: [admin@quintadesaothiago.com](mailto:admin@quintadesaothiago.com)

## 庭園、公園、森林

### アソーレス諸島

#### Horta

Jardim da República

住所：Praça da República - Horta - Ilha do Faial

時刻表:

出入り自由。;

特色とサービス:

屋外駐車場; トイレ; バー; レストラン;

アクセス:

バス;

レプブリカ公園 (Jardim da (...))

#### Ilha de São Jorge

Jardim da Praça da República

住所：Praça da República Velas - Ilha de São Jorge

時刻表:

出入り自由。;

その他の情報:

面積:2300平方メートル。

特色とサービス:

屋外駐車場; トイレ; バー; レストラン;

アクセス:

バス;

レプブリカ広場公園 (Jardim da Praça (...))

#### Ilha de São Miguel

Parque Terra Nostra

住所：Largo Marquês da Praia FURNAS - Povoação - Ilha de São Miguel

時刻表:

4月～7月 - 午前10時～午後7時; 8月 - 午前10時～午後7時半;

9月/10月 - 午前10時～午後7時; 11月～3月 - 午前8時～午後5時。;

その他の情報:

平均標高 - 200メートル。

面積 - 125 ヘクタール。

ガイドツアーは、テラノストラ・ガーデン・ホテル (Terra Nostra Garden Hotel) にて予約可能。

特色とサービス:

屋外駐車場; トイレ; バー; ガイドツアー; レストラン;

アクセス:

バス;

テラノストラ公園 (Parque Terra Nostra) の歴史は、フルナス (FURNAS) (...)

### アレンテージョ

## Santarém

Portas do Sol

**時刻表:**

10月～2月:午前8時～午後8時。

3月～9月:午前8時～午後10時。;

**その他の情報:**

この庭園は体の不自由な方にもアクセシブルな公共エリアです。運動能力に制限のある障害者対応トイレや入り口がアクセシビリティ対応のレストランがあります。

**特色とサービス:**

トイレ; バー; レストラン;

ポルトス・ド・ソル (Portas do Sol) (...)

## リスボンとその周辺地方

### Lisboa

Jardim da Estrela ou Guerra Junqueiro

**住所:** Praça da Estrela - 1200 Lisboa

**時刻表:**

毎日午前7時～正午。;

**アクセス:**

バス;

**特色とサービス:**

レストラン;

エストレラ庭園 / ゲーラ・ジュンケイロ庭園 (Jardim da Estrela ou Guerra Junqueiro) (...)

Jardim do Príncipe Real ou Jardim França Borges

**住所:** Praça do Príncipe Real - Lisboa

**特色とサービス:**

バー; レストラン;

**アクセス:**

バス;

プリンシペ・レアル庭園 / フランサ・ボルジェス庭園 (Jardim do Príncipe Real ou Jardim França Borges) (...)

Parque do Monteiro-Mor

**住所:** Largo Júlio Castilho, 2 (Museu do Traje e do Teatro) 1600-495 Lisboa

**時刻表:**

6月～9月:午前10時～午後7時;

10月～5月:午前10時～午後6時。

休:月、1月1日、聖金曜日、復活祭の日曜日、5月1日、12月25日。;

**特色とサービス:**

バー; レストラン;

**アクセス:**

バス;

モンテイロ - モル公園 (Parque do Monteiro-Mor)

ルミアール (Lumiar) 地区の中にあり、国立服飾博物館 (Museu Nacional do Traje) と国立演劇博物館 (Museu Nacional do ...)

Parque Recreativo dos Moinhos de Santana

**住所:** Rua Tristão Vaz - Alto do Restelo 1400-353 Lisboa

Jardim do Campo Grande

**住所:** Campo Grande - 1700 Lisboa

**ウェブサイト:** <http://www.jardimdocampogrande.pt>

**特色とサービス:**

バー; レストラン;

**アクセス:**

バス;

カンポ・グランデ庭園 (Jardim do Campo Grande)  
16世紀にはカンポ・デ・アルヴァラーデ (Campo de (...))

Jardins da Fundação Calouste Gulbenkian

**住所:** Av. de Berna, 45-A 1067-001 Lisboa

**時刻表:**

午前9時～午後8時。;

**特色とサービス:**

トイレ; バー; レストラン;

**アクセス:**

バス;

カルースト・グルベンキアン財団庭園 (Jardins da Fundação Calouste Gulbenkian) (...)

Parque Eduardo VII

**住所:** Parque Eduardo VII - Lisboa

**特色とサービス:**

屋外駐車場; レストラン;

**アクセス:**

バス;

エドゥアルド7世公園 (Parque Eduardo VII)

エドゥアルド7世公園は、サン・セバスティアン・ダ・ペドレイラ (São Sebastião da Pedreira) 地区にあります。リベルダーデ通り (Avenida da (...))

**時刻表:**

4月～9月:午前9時～午後8時; 10月～3月:午前9時～午後6時。;

**アクセス:**

バス;

**特色とサービス:**

レストラン;

モイーニョス・デ・サンタナ・レクリエーションパーク (Parque  
Recreativo dos Moinhos de (...))

## 海岸

### アルガルヴェ

#### Albufeira

Praia da Rocha Baixinha

住所：Albufeira

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
レンタルクラフト;  
**アクティビティ:**  
ウインドサーフィン;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・ダ・ロシャ・バイシーニャ (Praia da Rocha (...))

Praia Manuel Lourenço

住所：Galé - Albufeira

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・マヌエル・ロウレンソ (Praia Manuel (...))

#### Aljezur

Praia do Amado

住所：Aljezur

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-18 °C; レストラン;  
セキュリティと警備;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ボディーボード;

プライア・ド・アマード (Praia do (...))

#### Armação de Pêra

Praia Grande

住所：Pêra - Silves

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;  
レンタルクラフト;  
**アクティビティ:**  
ウインドサーフィン; セーリング;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・グランデ (Praia Grande)

このプライア・グランデと呼ばれているビーチは、アルマサオン・デ・ペラ (Armação de Pêra) の街はずれから始まり、西はアルカタリーリャ川 (Ribeira (...))

## Castro Marim

Praia da Alagoa

住所：Altura - Castro Marim

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 22-24 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン; セーリング;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・ダ・アラゴン (Praia da (...))

## Faro

Praia da Ilha da Culatra

住所：Ria Formosa - Faro

**特色とサービス:**

バー; 夏期平均海水温度(°C): 21-22 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ;

**アクティビティ:**

ダイビング; ウインドサーフィン;

プライア・ダ・イーリャ・ダ・クラトラ (Praia da Ilha da Culatra)  
クラトラ島 (Ilha da Culatra) は、リア・フォルモサ自然公園 (Parque  
Natural da Ria (...))

Praia da Ilha do Farol

住所：Ria Formosa - Faro

**特色とサービス:**

バー; 夏期平均海水温度(°C): 21-22 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ダイビング;

プライア・ド・イーリャ・ド・ファロル (Praia da Ilha do Farol)  
ファロル島 (Ilha do Farol) は、外海とリア・フォルモサ (Ria (...))

## Lagoa

Praia da Marinha

住所：Caramujeira - Lagoa

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-22 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; レンタルパラソル; シャワー; レンタルクラフト;

プライア・ダ・マリーニャ (Praia da (...))

Praia Grande - Ferragudo

住所：Ferragudo - Lagoa

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-22 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン; ボディーボード; セーリング;

プライア・グランデ (Praia Grande) - フェラグード (Ferragudo)  
フェラグードは、白い家々がアラデ川 (Rio (...))

## Lagos

Praia da Luz

住所：Lagos

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-22 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・ダ・ルス (Praia da (...))

Praia de Porto de Mós

住所：Lagos

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-22 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・デ・ポルト・デ・モス (Praia de Porto de (...))

Praia do Camilo

住所： Lagos

**特色とサービス:**

屋外駐車場; 夏期平均海水温度(°C): 20-22 °C; レストラン;

プライア・ド・カミーロ (Praia do (...))

## Loulé

Praia do Ancão

住所： Loulé

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン; セーリング;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・ド・アンカオン (Praia do Ancão)

プライア・ド・アンカオンは、タヴィラ (Tavira) まで続くリア・フォル

モーザ自然公園 (Parque Natural da Ria (...))

## Tavira

Praia de Cabanas-Mar

住所： Tavira

**特色とサービス:**

バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-21 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン; セーリング;

プライア・デ・カバナス - マール (Praia de Cabanas-Mar)

リア・フォルモーザ自然公園 (Parque Natural da Ria (...))

## Vila Real de Santo António

Praia de Monte Gordo

住所： Vila Real de Santo António

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 22-23 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

レンタルクラフト;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・デ・モンテ・ゴルド (Praia de Monte (...))

## Vila do Bispo

Praia do Burgau

住所：Vila do Bispo

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 19-21 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン; ボディーボード;

プライア・ド・ブルガウ (Praia do (...))

## アレンテージョ

### Grândola

Praia da Comporta

住所：Grândola

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-19 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ:**

サーフィン;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・ダ・コンポルタ (Praia da (...))

### Tróia

Praia Atlântica (Soltroia)

住所：Troia - Grândola

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 18; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・アトランティカ (Praia (...))

## Vila Nova de Milfontes

Praia das Furnas - Vila Nova de Milfontes

住所：Vila Nova de Milfontes - Odemira

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-18 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン; セーリング;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・ダス・フルナス (Praia das

Furnas) - ミルフォンテス (Milfontes) プライア・ダス・フルナスは、

ヴィラ・ノヴァ・デ・ミルフォンテス (Vila Nova de

Milfontes) に近いミラ川 (Rio (...))

## ポルトと北部地方

### Caminha

Praia de Caminha / Foz do Minho

**住所**：Caminha

**特色とサービス**：

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 15-17 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; シャワー; レンタルクラフト;

**アクティビティ**：

ウインドサーフィン; セーリング;

**バリアフリー案内**：

近隣の海岸;

ブライア・デ・カミーニャ / フォス・ド・ミーニョ (Praia de Caminha / Foz do Minho)

ブライア・デ・カミーニャは、美しい自然に囲まれたミーニョ川 (Rio (...))

### Matosinhos

Praia da Memória

**住所**：Perafita - Matosinhos

**特色とサービス**：

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ**：

サーフィン; ボディーボード;

**バリアフリー案内**：

近隣の海岸;

ブライア・ダ・メモリア (Praia da Memória)

かつてこの砂浜は、ブライア・ダ・アレノーザ (Praia de Arenosa) またはブライア・ドス・ラドロインス (Praia dos (...))

Praia do Funtão

**住所**：Lavra - Matosinhos

**特色とサービス**：

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**バリアフリー案内**：

近隣の海岸;

ラヴラ (Lavra)町の向かいにあるフンタン・ビーチ (Praia do (...))

### Ponte da Barca

Praia do Cabo do Mundo

**住所**：Matosinhos

**特色とサービス**：

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;

**バリアフリー案内**：

近隣の海岸;

カボ・ド・ムンド・ビーチ (Praia do Cabo do (...))

#### Praia fluvial do Rio Lima

**住所：** Ponte da Barca

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; レストラン; シャワー; レンタルクラフト;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

美しい景色に囲まれたリマ川リバービーチ (Praia fluvial do Rio Lima) は、ポンテ・ダ・バルカ (Ponte da Barca) (...)

## Viana do Castelo

#### Praia do Norte

**住所：** Viana do Castelo

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ:**

サーフィン; ボディーボード;

幅広い人気を誇るノルテ・ビーチ (Praia do Norte) は、リマ川 (Rio Lima) 河口のヴィアナ・ド・カステロ (Viana do Castelo) (...)

## Vila Nova de Gaia

#### Praia da Madalena

**住所：** Canidelo - Vila Nova de Gaia

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ:**

サーフィン; ボディーボード;

プライア・ダ・マダレナ (Praia da (...))

#### Praia de Miramar / Mar e Sol

**住所：** Gulpilhares - Vila Nova de Gaia

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・デ・ミラマール (Praia de (...))

#### Praia de Valadares - Norte e Sul

**住所：** Vila Nova de Gaia

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ:**

サーフィン;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・デ・ヴァラダレス (Praia de Valadares) - ノルテ・イ・スル (Norte e (...))

## Vila Praia de Âncora

Praia de Vila Praia de Âncora

**住所** : Vila Praia de Âncora

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 15-17 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; レンタルパラソル; シャワー; レンタルクラフト;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ボディーボード;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

ブライア・デ・ヴィラ・ブライア・デ・アンコラ (Praia de Vila Praia de Âncora)  
ヴィラ・ブライア・デ・アンコラの砂浜は、その漁港からアンコラ川 (Rio (...))

## ポルトガル中部地方

### Abrantes

Praia fluvial da Aldeia do Mato

**住所** : Aldeia do Mato - Abrantes

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; レストラン; セキュリティと警備; ブルーフラッグ;  
シャワー; レンタルクラフト;  
**アクティビティ:**  
ウインドサーフィン; セーリング;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

アルディア・ド・マト・リバービーチ (Praia fluvial da Aldeia do Mato) は、カステロ・デ・ボーデ・ダム (Barragem do Castelo de (...))

### Alcobaça

Praia da Légua

**住所** : Alcobaça

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16-18 °C; レストラン;  
セキュリティと警備;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ボディーボード;

ブライア・ダ・レグア (Praia da (...))

## Figueira da Foz

Praia da Costa de Lavos

**住所**：Lavos - Figueira da Foz

**特色とサービス**：

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; シャワー;

**アクティビティ**：

サーフィン; ボディーボード;

コスタ・デ・ラヴォス・ビーチ

フィゲイラ・ダ・フォス ( Figueira da

Foz ) の南にあるコスタ・デ・ラヴォス ( Costa de (...)

Praia de Quiaios

**住所**：Quiaios - Figueira da Foz

**特色とサービス**：

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ**：

サーフィン; ボディーボード;

**バリアフリー案内**：

近隣の海岸;

キアイオス・ビーチ

フィゲイラ・ダ・フォス ( Figueira da

Foz ) の北に位置するキアイオス・ビーチ ( Praia de (...)

## Ovar

Praia da Cortegaça

**住所**：Esmoriz - Ovar

**特色とサービス**：

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ**：

サーフィン; ボディーボード;

**バリアフリー案内**：

近隣の海岸;

コルテガーサ・ビーチ

この地域の多くのビーチに共通しているように砂丘とマツの木がそばに

あるコルテガーサ・ビーチ ( Praia da (...)

## São Martinho do Porto

Praia de São Martinho do Porto

**住所**：Marginal de Alcobaça, 2460-096 São Martinho do Porto

**特色とサービス**：

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-19 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

レンタルクラフト;

**アクティビティ**：

ウインドサーフィン; セーリング;

**バリアフリー案内**：

近隣の海岸;

ブライア・デ・サン・マルティニョ・ド・ポルト ( Praia de São  
Martinho do (...)

## マデイラ諸島

## Funchal

Zona Balnear do Clube Naval do Funchal

**住所** : Funchal Ilha da Madeira

**特色とサービス**:

バー; 夏期平均海水温度(°C): 21; レストラン; ブルーフラッグ; シャワー;

**アクティビティ**:

ダイビング;

フンシャル (Funchal) 西部のナヴァル・クラブ海水浴場 ( Zona Balnear do Clube (...)

## Ilha da Madeira

Zona Balnear da Ribeira Brava

**住所** : Ribeira Brava Ilha da Madeira

**特色とサービス**:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 21; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

マデイラ (Ilha da Madeira) 西部沿岸の渓谷にあるリベイラ・ブラヴァ (Ribeira Brava) (...)

## リスボンとその周辺地方

### Ericeira

Praia da Ribeira d'Ilhas

**住所** : Ericeira - Mafra

**特色とサービス**:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-18 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ**:

サーフィン; ボディーボード;

**バリアフリー案内**:

近隣の海岸;

プライア・ダ・リベイラ・ド・イーリャス ( Praia da Ribeira (...)

### Sesimbra

Praia de Sesimbra

**住所** : Sesimbra

**特色とサービス**:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-18 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

レンタルクラフト;

**アクティビティ**:

サーフィン; ダイビング; ウインドサーフィン;

**バリアフリー案内**:

近隣の海岸;

プライア・デ・セジンプラ ( Praia de (...)

## Sintra

Praia de São Julião

住所： Assafora - Sintra

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-18 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; シャワー;

**アクティビティ:**

サーフィン; ダイビング; ボディーボード;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・デ・サン・ジュリアン (Praia de São (...))

---

## 温泉、スパ、タラソテラピー

---

### アソーレス諸島

---

#### Ilha de São Miguel

Termas das Furnas

住所：Rua das Caldeiras, nº 14 Furnas 9675-022 Povoação / São Miguel

電話：+351 296 549 000 ファックス：+351 296 549 001

Eメール: [reservas@furnasspahotel.com](mailto:reservas@furnasspahotel.com) ウェブサイト：  
<http://www.furnasspahotel.com>

### アルガルヴェ

---

#### Albufeira

Real Spa Health Club - Real Bellavista Hotel & Spa

住所：Av. do Estádio 8200-127 Albufeira

電話：+351 289 540 060 ファックス：+351 289 540 061

Eメール: [spa.hc@realbellavista.com](mailto:spa.hc@realbellavista.com) ウェブサイト：  
<http://www.realspaandthalasso.com>

Real Spa Thalasso - Grande Real Santa Eulália Resort & Hotel Spa

住所：Praia de Santa Eulália 8200-916 Albufeira

電話：+351 289 598 030 ファックス：+351 289 598 001

Eメール: [spa.grse@grandereal.com](mailto:spa.grse@grandereal.com) ウェブサイト：  
<http://www.realspaandthalasso.com>

#### Monchique

Caldas de Monchique

住所：Caldas de Monchique 8550-232 Monchique

電話：+351 282 910 910 ファックス：+351 282 910 991

Eメール: [spa@monchiquetermas.com](mailto:spa@monchiquetermas.com) ウェブサイト：  
<http://www.monchiquetermas.com>

#### Olhão

Real Spa Thalasso - Real Marina Hotel & Spa

住所：Av. 5 de Outubro 8700-307 Olhão

電話：+351 289 091 300 ファックス：+351 289 091 301

Eメール: [spa@realmarina.com](mailto:spa@realmarina.com) ウェブサイト：  
<http://www.realspaandthalasso.com>

### ポルトと北部地方

---

## Penafiel

Termas de Entre-os-Rios

**住所** : Estr. Nac. 106, km 39 - Torre 4575-416 Portela PNF

**電話** : +351 255 616 059 **ファックス** : +351 255 615 170

**Eメール** : inatel.erios@inatel.pt **ウェブサイト** : <http://www.inatel.pt>

Termas de São Vicente

**住所** : Termas São Vicente 4575-373 Pinheiro PNF

**電話** : +351 255 617 080 / 964 941 987 **ファックス** : +351 255 617 089

**Eメール** : termas@termas-svicente.pt

## Vizela

Caldas de Vizela

**住所** : Rua das Termas, 37 4815-416 Vizela

**電話** : +351 351 253 480 360 **ファックス** : +351 253 480 361

**Eメール** : termas@termasdevizela.com **ウェブサイト** : <http://www.termasdevizela.com>

## ポルトガル中部地方

### Caldas da Rainha

Termas das Caldas da Rainha

**住所** : Hospital Termal Rainha D. Leonor Largo Rainha Dona Leonor  
2500-176 Caldas da Rainha

**電話** : +351 262 240 012 **ファックス** : +351 262 880 579

**Eメール** : Termas@mcr.pt **ウェブサイト** : [https://www.mcr.pt/webcenter/portal/mcr/visitar/termas1?\\_adf.ctrl-state=z3oqftawd31&\\_afLoop=19263520146030620#/](https://www.mcr.pt/webcenter/portal/mcr/visitar/termas1?_adf.ctrl-state=z3oqftawd31&_afLoop=19263520146030620#/)

### Castro Daire

Termas do Carvalho

**住所** : Rua do Balneário - Termas do Carvalho 3600-398 Mamouros  
(Viseu)

**電話** : +351 232 382 342 - 232 315 881 **ファックス** : +351 232 315 882

**Eメール** : geral@termasdocarvalho.com **ウェブサイト** : <http://www.termasdocarvalho.com>

### Covilhã

Aquadome - Estabelecimento Termal de Unhais da Serra

**住所** : Avenida das Termas - Unhais da Serra 6200-999 Covilhã

**電話** : +351 275 970 030 **ファックス** : +351 275 970 038

**Eメール** : geral@aquadome.com.pt **ウェブサイト** : <http://www.h2otel.com.pt>

## Curia

Termas da Curia

**住所** : Anadia, Centro3780-514 Tamengos TamengosPortugal

**電話** : +351 231 519 800

**Eメール**: reservas@termasdacuria.com **ウェブサイト** :  
<https://www.termasdacuria.com/>

## Guarda

Termas de Longroiva

**住所** : Lugar do Rossio 6430-071 Longroiva / Guarda

**電話** : +351 279 849 230 **ファックス** : +351 279 849 235

**Eメール**: geral@termasdelongroiva.com.pt **ウェブサイト** :  
<http://www.termasdelongroiva.com.pt>

## Manteigas

Termas de Manteigas

**住所** : Manteigas - Apartado 17 6260-012 Manteigas

**電話** : +351 275 980 300 **ファックス** : +351 275 980 340

**Eメール**: inatel.manteigas@inatel.pt **ウェブサイト** : <http://www.inatel.pt>