

場所

アソーレス諸島

Angra do Heroísmo

アングラ・ド・エロイズモ (Angra do Heroísmo)

15世紀と16世紀の間のディスカバリーに伴い、アングラ・ド・エロイズモは、海洋機能に密接にリンクした都市の創造の例となっていて、そこはアフリカとインド諸島の船団の義務的な寄航港でした。1983年にユネスコはここを世界遺産として認定しました。

ルネッサンスがもたらした新世界を反映していて、交易と航海に向けた大西洋の海水で洗われるアングラ市にディスカバリーによって設置された格子状の街路を散歩してください。防御と威圧のために設計された力強い要塞の暗い壁を訪れてください。数世紀にわたって愛されている歴史的建造物や美術遺産が語りかけるその歴史をよく知ってください。この3つがアングラ・ド・エロイズモを訪れて、ユニークな体験と素晴らしい旅に時間とともにあなたをいざなう大きな理由になります。

この都市では、サンティッシモ・サルバドール・ダ・セまたはセ・ダ・アングラ教会 (Igreja do Santíssimo Salvador da Sé, or Sé de Angra) (カテドラル)、ミゼリコルディア教会 (Igreja da Misericórdia)、サン・フランシスコ修道院&教会 (Convent and Church of São Francisco)、サン・ゴンサロ修道院&教会 (Convent and Church of São Gonçalo)、タウン・ホール (Town Hall)、パラシオ・ドス・キャピタエス・ゲネライ (Palácio dos Capitães Gerais) (宮殿)、モニュメント・オブ・リメンブランサ (Monument of Remembrance)、サン・セバ스티アーノ城 (Castle of São Sebastião)、サン・ジョアン・バプティスタ城 (Castle of São João Baptista)、アレグラ博物館 (Angra Museum)、モンテ・ブラジル (Monte Brasil) を訪れるのを忘れないでください。

Horta

オルタ (Horta)

オルタ市には見どころが沢山あり、それらは2つの湾の間に素晴らしい景観で築かれ、モンテ・ダ・ギア (Monte da Guia) へと続く地峡で分断されています。

その街路からは、この都市が5世紀前に作られた当時の物語が語りかけられます。そこからは、自分たちの道具や家畜と種を持った最初の住人を運んできたカラベル船が到着したのが見えます。この都市は、ヨーロッパとアフリカ大陸の間にある安全な停泊港としての戦略的な位置による繁栄の時代を経験し、最近ではそれらの大陸間のコミュニケーションの軸となっています。また現在そこは、国際ヨット競技の主要な参照地点となっています。

オルタ市では、サン・サルバドールの教区教会 (Igreja Matriz de São Salvador)、サン・フランシスコ教会&元修道院 (Church and former Convent of San Francisco)、ノッサ・セニョーラ・ド・アングスティアス教会 (Church of Nossa Senhora das Angústias)、オルタ博物館 (Horta Museum)、スクリムショウ博物館 (Scrimshaw Museum)、シー・センター (Sea Centre)、モンテ・ダ・ギア・エ・ダ・エスパラマカのビューポイント (Viewpoint of Monte da Guia e da Espalamaca)、有名なジン&トニックを飲まずには帰れないオルタ・マリーナ&ペーター・カフェ・スポーツ (Horta Marina and Peter Café Sport) のような歴史的建造物や見どころを訪れてください。

Ponta Delgada

ポント・デルガダ (Ponta Delgada)

ポント・デルガダは、かつては単なる漁村で漁民はその安全な入り江に惹かれたのですが、すぐにサン・ミゲル島の主要な漁港としての役割を果たし始めました。

この都市は成長して、17世紀と18世紀には修道院、教会および領主邸が建造され、今日においてもそれらは歴史的中心を形成しています。

ポント・デルガダは、今日は国際都市で、外向的であり、そこには生きいきとした経済的・文化的な生活があります。都市の外郭にある港と海の境界を走る広大な海岸道路は、新しい時代を採用した市のダイナミズムの表現であり、また都市へのアクセスロードにもなっています。

5世紀以上の歴史と過去からの貴重な推薦状を持つポント・デルガダは、伝統が現在と手を取り合っており、アゾレス生活の健康的な静けさを持った国際性ととも息づいている多面的な都市です。

ポント・デルガダでは、ぜひサン・セバスチャン教会 (Igreja de São Sebastião)、サン・ペドロ教会とサン・ホセ教会 (Igreja de São Pedro and Igreja São José)、ノッサ・セニョーラ・ダ・エスペランサ修道院&礼拝堂 (Convent and Chapel of Nossa Senhora da Esperança)、テゾーロ・ド・セニョール・サント・クリスト・ドス・ミラグレス (Tesouro do Senhor Santo Cristo dos Milagres)、カルロス・マチャド博物館 (Carlos Machado Museum)、シティー・ゲート (City Gates)、ホセ・ド・カント・ガーデン (Jose do Canto Garden) を訪れてください。

アルガルヴェ

Albufeira

Albufeira

アルブフェイラ 経済発展に伴い、アルブフェイラ (Albufeira) は観光とレジャーを職業とする都市へと変化しましたが、隠れ場のようなセロ・ダ・ヴィラ (Cerro da Vila) (中世の地区) には今も絵のように美しい白塗りの家々や急勾配の細い通りの魅力が残っています。ヴェーリャ教会通り (Travessa da Igreja Velha) の古いムーア時代のアーチは、ここに初期のモスクが建てられ、後にこの町で最初の教会に建て替えられたことを物語っています。ビーチでは、漁船の明るい色が青い海と好対照をなしています。近くで日光浴する観光客には目もくれず、漁師たちは何百年もの間行ってきた漁網の修理や準備の作業を行っています。海岸に沿って歩くと、アルブフェイラの魅力の1つである町やビーチ、崖のすばらしい景色が一望できます。歩道はショリーノ (Xorino) の綺麗な洞窟へつながっています。地元の言い伝えによれば、この洞窟は13世紀にキリスト教徒が町を再び征服したときに、ムーア人が避難した場所であるとのこと。

Alcoutim

Alcoutim

アルコーティン

アルコーティン（Alcoutim）の起源はおそらく、グアディアナ川（Rio Guadiana）の干満が生じる場所に位置していることに関連しているものと思われます。金属やその他の商品を運ぶ船舶は、グアディアナ川が航海できる状態になるまで何時間もの間、ここで待つ必要がありました。そのため、彼らを支え、守るための建物が必要とされ、今もその痕跡が残っています。何世紀にもわたって町を囲んでいた塁壁は失われ、近代的な建物がいくつか建てられているにもかかわらず、アルコーティンの傾斜の急な細い通りには今もなお、アルガルヴェ地方の丘の町に特有の静かな雰囲気が残っています。数分歩くと、築後何百年もたつ簡素な家々やメゼリコルディア教会（Igreja da Misericórdia）の高い白壁が見えてきます。地味で小さなサント・アントニオ教会（Ermida de Santo António）やアルコーティン（Alcoutim）伯爵の旧邸宅が建っている川岸を訪れることを忘れないでください。その後は川岸の屋外のカフェに座ってしばらく休憩し、冷たい飲み物を飲み、小さなマリーナや対岸のスペイン領の町に帰港する漁船やヨットを眺めてください。

Aljezur

Aljezur

「海」と「山並」で囲まれたアルジェズールの町は、この2

つの環境要素の影響をその風景に感じます。沿岸部は砂浜と砂丘を抱きかかえるようにそびえる高い崖が特徴で、内陸部は植生に覆われた水平線の連続です。両者の間には肥沃な谷と湿原があり、古くから耕作が行われています。この町を旅することは、心の安らぎを取り戻し、静けさを再発見する機会です。

アルジェズールはビセンティン（Vicentina）海岸にある小さな町で、ア

ルガルヴェ（Algarve

）の田園建築の典型的な家々が立ち並び、その外壁の窓周りともぐさは色付けされ、白壁を引き立てています。町の曲がりくねった狭い通りは、訪問者をアラブの旧市街の遠い昔に連れて行ってくれます。

丘の頂上にある城壁は、ムーア人とキリスト教徒との戦いの象徴である歴史的な過去を思い起こさせます。10世紀には、[アルジェズール](#)の町はほとんど島で

した。そのため、アラビア語でアル・ヤジラ（al-Yazira、島）という名前が付けられました。この町は、かつて旧アルモラヴィッド帝国の河川港であったリベイラ・ドウ・アルジェズール（Ribeira de Aljezur）に隣接していました。

Almancil

Almancil

アルマンシル アルガルヴェ (Algarve) 地方の小さな村ですが、特に内部が18世紀におけるポルトガルを代表する最も素晴らしいアズレージョで装飾されている小さな礼拝堂のサン・ロウレンソ・デ・マトス礼拝堂 (Capela de São Lourenço de Matos) は訪れる価値があります。礼拝堂の周囲の家々には、昔のアルガルヴェ地方の特色と魅力がほとんど残っており、慎重に保存されている古い建物群は美術ギャラリーとして使用されています。アルマンシル (Almancil) では美しい伝統的な陶器を購入する機会が得られます。

Alte

Alte

アルテ 古代ローマによる占領時代から存在するアルテ (Alte) を、アルガルヴェ (Algarve) 地方の最も典型的な村とみなす人もいます。白壁に窓やファサードが色彩鮮やかに縁取られ、装飾が施された煙突を持つ家々が並び、歴史の中心地の通りには今も当時の魅力や静けさが残っています。

教会周辺の地域では、真のアルガルヴェ地方を垣間見ることができます。

Armação de Pêra

Armação de Pêra

アルマサオン・デ・ペーラ

何世紀もの間、アルマサオン・デ・ペーラ (Armação de Pêra) は基本的に、マグロやサバなどを中心とする豊かな漁場に引かれて移り住んできた漁師の住む小さな村でした。塩漬けにされた後、魚介類はポルトガル南部および中部地方で消費するために出荷されていました。18世紀になると、相次ぐ海賊の襲撃からの防御として、裕福な漁船の所有者は海を一望する丘の頂上に小さな砦を築くために支援を提供しました。この砦の中にあるサント・アントニオを奉る礼拝堂もこの時期を起源とします。現在でも、アルマサオン・デ・ペーラの海岸では漁師たちがいつもの作業に携わっているのを目にすることができます。旅行者もまた、この地域の一面に広がる白い砂浜と温かい海水に引かれてこの地域に集まるので、村は活気に満ち、華やかで、そして何より国際的な雰囲気に包まれています。

Castro Marim

Castro Marim

カストロ・マリム 一方の丘の頂上に城がそびえ、もう一方には星型の砦が築かれています。これらに挟まれた一帯には、白壁に鮮やかな色調の縁取り、平屋根にレース模様のような凝った彫刻が施された煙突が特徴的なカストロ・マリム (Castro Marim) の家々があります。教会、城、砦を結ぶカストロ・マリムの通りには、アルガルヴェ (Algarve) 地方の建物に特有の簡素な家々が並んでいます。ほとんどが白く塗られ、ところどころに黄土色や明るいブルーが目につきます。カストロ・マリムの城からは、一方に海が、他方には見渡す限り丸い形の丘が一望できます。これはバード・ウォッチング、ウォーキング、サイクリングを好む人や自然界の魅力を満喫したい人にとって、意欲がそそられるような高原です。

Faro

Faro

ファロ (Faro)

その地理的位置は、紀元前 4 世紀にフェニキア人の植民地がそこに定住し、農産物と魚の物物交換を主とする重要な交易拠点になったことで重要性を持ちます。紀元前 2 世紀から 8 世紀にかけて、チヴィタス・オッソボネンシス (Civitas Ossobonensis) と呼ばれ、ローマの支配下に置かれ、工業的に発展しました。

713 年にムーア人に占領されたとき、Ukxúnuba (ラテン語名 Ossonoba のアラビア語の転写) は、当時シルヴェスと並び地域の中核となる港湾都市としての地位を保っていました。現在ヴィラ・アデントロ (Vila-Adentro) として知られている中心部を守る周囲の壁は、現在の町割りでも確認することができます。このアイデアは、9 世紀のムスリム支配下のキリスト教徒であるベン・バクルの発案によるものです。

アラブ門 (Porta Árabe) もイスラム時代にさかのぼり、船で到着する人々の街への入り口でした。保存状態が良好で、まだ元の場所にあり、アーチ村 (アルコ・ダ・ヴィラ) の内部を見ることができるといふ事実から、ポルトガルのアラブ建築のユニークな例と考えられています。

ヴィラ・アデントロ (Vila-Adentro) は、ポルトガル王アフォンソ 3 世治世下の 1249 年にキリスト教徒によって完全に征服されました。その後、シー大聖堂が旧モスクの跡地に建設され、壁が補強され、新たな支配の証となりました。

ファロはアルガルヴェの重要な商業の中心地として何世紀にもわたって存続し、1540 年には都市の地位に昇格し、それまでシルヴェスにあった司教区の所在地になりました。宗教的記念建造物のほとんどは、この時代のもので、当時の経済的な繁栄も反映しています。

代表例としては、ミセリコルディア教会 (Igreja da Misericórdia)、聖フランシスコ修道院 (Convento de São Francisco)、聖母被昇天修道院 (Convento de Nossa Senhora da Assunção) (のちにエンリケ航海王子考古学博物館に改称)、大ヤコブ修道院 (Convento de Santiago Maior)、そしてカプチン会の聖アントニオ修道院 (Convento de Santo António dos Capuchos) などです。

19 世紀にファロは地方権限を集中させる行政再編が行われ、アルガルヴェで最も重要な都市の 1 つになりました。貴族とブルジョアジーはこぞって宮殿のような家屋を建設し、その周囲に第二の家を建てました。なかでも印象的なシュトイ宮殿 (Palácio de Estoi) が際立っています。

市の郊外では、前述した建築遺産に加えて、リア・フォルモーザ自然公園 (Parque Natural da Ria Formosa) の美しさを強調せずにはられません。

Lagoa

Lagoa

ラゴア ラゴア (Lagoa) の起源は不明ですが、ラグーン周囲に最初の集落が発展し、それが名前の由来になったことが知られています。この町では今も、16世紀の発展を物語るマヌエル様式の建築物の興味深い例をいくつか見ることができます。しかし基本的には、この町の歴史が最も明確に文書化されるようになったのは、ラゴアが町の地位に昇格し、地方自治体が組織された18世紀以降です。町は1755年の地震で徹底的に破壊され、この時期に多くの記念物やその他の建造物が建て替えられたことが見れば明らかです。19世紀末にはフィッシングとそれに伴うカヌーの産業が町に大きな反映をもたらしました。しかし現在、最も重要な役割を担っているのは観光業で、それにより経済活動はかつてないほど多様化し、ラゴアとその周辺地域は現代のアルガルヴェ (Algarve) 地方の象徴となりました。町はもともと16世紀に建てられ、18世紀に全面的に再建された教区教会 (Igreja Matriz) を中心に発展しました。典型的な白壁の家が並ぶ周囲の通りは今も昔の雰囲気を感じ出し、アルガルヴェ地方の特徴となっている、白壁に複雑な網目模様の彫刻を施した装飾的な煙突をあちこちで見ることができます。こうした狭い通りを歩くと、旅行者は町のさまざまな景観を楽しむことができ、聖週間に開かれる古代の儀式、「キリストの受難」の祭壇を鑑賞したり、16世紀の町であることを示すマヌエル様式の玄関や窓を見つける機会が得られます。高い評価を得ている白ワインの産地として、ラゴアの名前は世界的に広く知られています。ここはポルトガルの産地管理呼称地域の1つです。

Lagos

Lagos

ラゴス ラゴス (Lagos) と海との関わりには長い歴史があります。最初の名称、ラコブリガ (Lacobriga) から、紀元前2000年頃、この港町に最初に住み着いたのはケルト族であったことがわかります。その後、フェニキア人、ギリシア人、カルタゴ人が到来しましたが、この町に発展と繁栄をもたらしたのはローマ人です。10世紀になるとムーア人がラゴスの周囲に壘壁を築き、ザワイア (Zawaia) と名づけました。ムーア人は1249年にキリスト教徒に占領され、ポルトガル領の一部となるまでこの町を支配しました。15世紀になると、ラゴスは航海時代に直接関わることになり、黄金時代を迎えました。港がアフリカの真向かいという位置にあったため、ラゴスは毎年、アフリカ大陸の発見のために航海する船が出港し、帰港する重要な港となりました。アフリカから持ち込まれる象牙、金、銀といった多種多様な外国産品の貿易の重要な中心地として、ラゴスにはこの時期、住宅や貿易商がぞくぞくと増え、それゆえ記念建造物も次々と建てられました。16世紀には町の拡大に合わせて新たな壘壁が築かれ、1572年以降、ラゴスは司教管区となり、アルガルヴェ (Algarve) 総督の公邸が建てられました。17世紀に戦略的に重要な地点に一連の砦が築かれ、この町の防御はさらに強化されました。1755年の地震とそれに続く地震によって都市の大部分は破壊され、町がようやく繁栄を取り戻したのは、魚介類缶詰産業が導入され、それに伴い貿易が拡大した19世紀以降です。現在、ラゴスはダイナミックで活気にあふれ、当然ながら過去に誇りを持っている都市です。

Loulé

Loulé

ロウレー この町の基礎が築かれた時期は不明ですが、おそらくその起源ははるか昔にさかのぼるものと思われます。しかし、ヴィラモウラ (Vilamoura) のセレ・ダ・ヴィラ (Cerro da Vila) の漁業や魚の塩漬センターの例のように、ローマ人がこの地を占領した明確な痕跡が残っており、715年にムーア人がロウレーに到来したときには、すでに重要な町であったこともわかっています。ロウレー (Loulé) はアフォンソ3世 (D. Afonso III) 治世下の1249年にレコンキスタによってキリスト教徒の手に戻り、1266年に憲章が与えられました。中世から残っているものは城 (castelo) で、家々に囲まれたその塔と城壁の一部は今も見ることができます。1291年、ディニス王 (D. Dinis) はロウレーに市場を開き、この地方の主要な取引の中心地としました。ロウレーは内陸の町であるため、海岸沿いの他の町ほど大航海時代がもたらした富の恩恵を直接受けることはありませんでしたが、それでも町の家々やサン・クレメンテ教会 (Igreja de São Clemente)、ミゼリコルディア教会 (Igreja da Misericórdia) といった建物にマヌエル様式の装飾の特徴を数多く見つけることができます。この地域の経済は、特にドライ・フルーツ商品 (アーモンドやいちじく) などの農業活動や何世紀にもわたって生産し続けている手工芸品を中心に発展しました。ロウレーは1988年に市に昇格しました。現在、ロウレーはポルトガル最大の地方自治体の経済的な中心地で、海岸沿いの町は観光業を、内陸部は貿易や農業を主力産業としています。郊外には、海岸のヴィラモウラやクワルテイラ (Quarteira)、内陸部のサリール (Salir) やアルテ (Alte) といったアルガルヴェ (Algarve) 地方で最も有名な観光スポットがいくつかあります。自然愛好家は、市のすぐ近くにあるベネモラおよびロシャ・ダ・ペーナ保護区 (Sítios Classificados de Benémola e da Rocha da Pena) にうれしい驚きを感じることでしょう。ここは自然植物が豊かに生育し、アルガルヴェ地方のさまざまな面を保存するのに役立っています。ここではパッケージされたウォーキング・ツアーを楽しむことができます。ロウレーのカーニバルはポルトガルで最も有名なものの1つです。

Monchique

Monchique

モンシーケ モンシーケ (Monchique) の家々には、白い壁、彫刻された石造物、ドアや窓の周りの色彩鮮やかな縁取りなど、アルガルヴェ (Algarve) 地方の伝統的な建築物の特徴が多く見られますが、「サイア (saia)」(語義は「スカート」) の煙突は、この地方で見られるものとは全く異なっています。傾斜の急な丘をぐるぐると上る細い通りは、角を曲がるたびに新鮮な緑の景色が現れ、つばき、あじさい、果樹が庭園や果樹園の香りを思わせる、独特なエキゾチシズムが漂っています。アルガルヴェ地方の他の町とは異なる一面を発見するよい機会になります。モンシーケは徒歩で観光するのが最適です。町の中心部の傾斜の急な通りを歩くと、家々の間から垣間見える丘の見事な景色に驚かされ、曲がり角では思いもよらない静寂の時を満喫できます。最後に、独自の歴史と特徴を持つ丘の町の思い出と、再度訪れたいという思いがいつまでも残るでしょう。

Monte Gordo

Monte Gordo

モンテ・ゴルド 何世紀もの間、松の木で囲まれたこの広い砂浜に人が生活していることを示す唯一の証は漁師の小屋でした。ビーチの美しさと温暖な気候、安全な海に惹かれて、1960年代に最初の海外旅行者が訪れ、モンテ・ゴルド (Monte Gordo) はアルガルヴェ (Algarve) 地方における観光業発展のパイオニアとなりました。現在、モンテ・ゴルドは海外からの旅行者の観光スポットとなり、より都会的なアトラクションの一つとしてとしてカジノ (Casino) も重視されています。

Olhão

Olhão

オリャン オリャン (Olhão) の隠れた魅力を見つけるには、もっと高い教区教会 (Igreja Matriz) の塔のてっぺんまで上る必要があります。そこから初めて、アルガルヴェ (Algarve) 地方の典型的な何百ものルーフ・テラスの「見晴台」が一望できます。それはまるでいくつもの立方体が平らな表面に広がり、その規則正しい形が繰り返されて三次元の景色を描いている独特の都市の景観です。下に降りたら、リア・フォルモサ (Ria Formosa) の埠頭と教区教会で区切られている市の東側との間にある漁師街は散策する価値があります。この地区の小さな白壁の家々は、実際にはルーフ・テラスのベランダである幾何学模様の装飾で覆われています。世紀の変わり目に起こった都市開発のシンボルであるレプブリカ通り (Avenida da República) と接する通りは、魚介類加工業や貿易で富を築いた産業者や船主の町であることを反映し、ベランダやタイル、彫刻の石造品、鋳鉄など家の装飾にその富が現れています。オリャンの観光の最後に、長い波止場に沿って並ぶ気持ちの良い庭園や屋外のカフェを訪れるとよいでしょう。しかし、しばらく時間をとって市場の賑やかな雰囲気に浸ってください。そこには水揚げされたばかりの魚介類や内陸部の農家から直送された新鮮な野菜や甘い果物を売る店が並んでいます。時間があれば、アルモナ島 (Ilha de Armona) やクラトラ島 (Ilha de Culatra) を結ぶ定期船が往来しているので、リア (Ria) 経由で魅力的なビーチを訪れる機会もあります。

Portimão

Portimão

ポルティマオン 丘の上の教会の白い外観、古い漁師や貿易商の街の狭い通り、プライア・ダ・ロシャ (Praia da Rocha) の名称で知られる海や広いビーチなどがこの100年を経た都市の特徴を表しています。ポルティマオン (Portimão) に中世から残っているものは、今では家で隠されている壘壁の一部だけです。旧市街は、2階建て、鋳鉄のバルコニー、窓やドアの周りは凝った彫刻が施され、装飾された石づくりや磁器の欄干、タイルで覆われた壁を特徴とする家々など、19世紀末と20世紀の建物が大半を占めています。ポルティマオンの真髄を十分に味わうには、しばし時を忘れてマヌエル・ビヴァール庭園 (Jardim Manuel Bivar) の木陰に腰をおろして漁船を見たり、発展に首尾良く乗じた活気あふれる勤勉な町の雰囲気が漂う通りや広場を歩き回ることが最良の方法です。

Quarteira

Quarteira

クワルテイラ かつては簡素な漁村であったクワルテイラ (Quarteira) はこの数十年間に国際的な観光の中心地となり、毎年、何百人もの旅行者が訪れています。この町の過去の歴史は、17世紀の教会や、アルガルヴェ (Algarve) 地方の建築物に一般的な色の縁取りが施された家々の中に見ることができます。

Sagres

Sagres

サグレス ローマ人による占領時代を起源とするサグレス (Sagres) が重要視されるようになったのは15世紀になってからです。エンリケ航海王子が大西洋への航海や、ギニア海岸まで及ぶアフリカ発見の航海を始めた頃にしばしば立ち寄ったことから、この絵のように美しい漁港は大航海と永遠に結びつきを持つようになりました。大洋に向かって指のように突き出した巨岩、ポンタ・デ・サグレス (Ponta de Sagres) には、世界の歴史の一部となった場所の過去、ヴィラの思い出、防御用の砦をしるばせる建物があります。

近くにはヨーロッパ大陸の最西端の1つ (ロカ岬 (Cabo da Roca) に次いで) として、海と空との広大な水平線を臨むサン・ヴィンセント岬 (Cabo de S. Vicente) があります。ローマ人はここを神聖な場所としてプロモントリウム・サクラム (Promontorium Sacrum) と名づけました。

São Brás de Alportel

São Brás de Alportel

サン・ブラス・デ・アルポルテル この村の親しみのある住民は、今でも静かでのんびりとしたライフスタイルを保っています。白塗りの家々が並ぶ通りやその並びを遮るように高くそびえ立つ教会や鐘楼の輪郭、町の周りを囲み、海を一望する環状の丘や山並みは、アルガルヴェ (Algarve) 地方の典型的な町、サン・ブラス・デ・アルポルテル (São Brás de Alportel) の素朴な魅力となっています。よく見られる典型的な軒の低い白壁の家々と並んでより大きな建物が建っています。これらの建物はファサードがタイルで装飾され、凝った石造り、鋳鉄のベランダを持ち、その華麗さはコルク産業が活況を呈した時期におけるサン・ブラス・デ・アルポルテルの繁栄を思い起こさせます。町の変わりゆく運命の浮き沈みは通りや広場の石に記されていますが、エписコパル宮殿 (Paço Episcopal) 近くのパソ・ダ・パイション (Passo da Paixão) のバロック様式の漆喰の装飾や窓辺の美しい花のポットといったものもその話に似合う彩りと興味を添えています。

Silves

Silves

シルヴェス

セーラ・ドゥ・モンシーク（Serra de Monchique）の丘の上に位置するシルヴェスの礎と発展は、アラドゥ（Arade）川によってもたらされたものです。この川は、紀元前 3,000 年前の鉄器時代から人々の定住を促す重要な輸送ルートになっています。

アラドゥはまた、ここで銅を採掘し、オリーブオイル、ワイン、ナッツ、塩などの他の製品を取引したローマ人の玄関口でもありました。

5 世紀に西ゴート族が到来し、南の領土がムーア人に占領される 8 世紀まで在留しました。シルヴェスの大繁栄はこの時期にさかのぼります。当時は重要な都市であり、商業と文化の中心地であり、タイファ王国の 1 地域の中核都市でした。

この都市を通り過ぎていったさまざまな人々の中で、最も深い痕跡を残したのはイスラム教徒であり、現在の区割り定まったのはこの時からでした。

ガルブ・アル・アンダルス（南西部の半島アル・アンダルス、今日のアルガルヴェに与えられた名前）が文化的および政治的ハブとして得た大きな注目を考慮して、さまざまな作家、詩人、地理学者が、イスラム・ゼルブのことを西のバグダッド」として知られるガルブにある最も重要なイスラム教徒の都市として言及しています。

1189 年、ポルトガル王サンチョ 1 世率いるキリスト教徒による猛攻撃が失敗した後、1242 年、サンティアゴ騎士団のマスターであるパイオ・ペレス・コレイアの軍隊の助けを借りて、シルヴェスはポルトガル王アフォンソ 3 世によって完全に征服されました。

シルヴェスは司教区の所在地となり、古いモスクの廃墟の上に大聖堂を建設し、アルガルヴェ全体の首都になります。

シルヴェスは、その経済的重要性を維持しながら、15 世紀になるとエンリケ航海王子の主導により、人々がポルトガルの国境を越えた海上航海に積極的に参加するのを目の当たりにしました。

この地域の衰退は、川の沈泥堆積による航行の障害と 16 世紀半ばの司教区のアロへの移転によって始まりました。

町は 1755 年の地震で壊滅的に損傷してから、19 世紀の産業革命、特にコルクの開発とナッツの商業化によってようやく町に新たな息吹がもたらされました。この時代の新興ブルジョアジーが保有していた多くの家屋が、シルヴェスの都市景観を特徴付けています。

20 世紀に入り、アラドゥダムが建設され、重要な灌漑インフラが整備されたことで、この市は国内で最も重要なオレンジ産地に昇格しました。

Tavira

Tavira

タヴィラ アルガルヴェ (Algarve) 地方では、6000年前の集落の痕跡を示す考古学的遺産が発掘されています。しかし、南部の沿岸地方でより組織的な定住が始まったのは古代ローマ帝国時代です。紀元1世紀にオッソノバ (Ossonoba (ファロ)) とバエスリス (Baesuris (カストロ・マリ)) の間の街道沿いにバルサ (Balsa) という都市が築られました。当時の主な産業は漁業と魚類の塩漬けでした。アルガルヴェの丘とジラオン川 (Rio Gilão) に挟まれた地理的に有利な位置づけにあるため、ムーア人も8世紀~9世紀にここを定住地として選びました。その時期に「タビラ (Tabira)」と名づけられ、それが現在の名称、タヴィラの由来となりました。しかし、バルサとタビラとが全く同じ場所にあったことを示す決定的な証拠はありません。

サンティアゴの騎士、パイオ・ペレス・コレイア (Paio Peres Correia) はキリスト教徒のレコンキスタによって1242年にタヴィラを奪還しました。2年後、サンショ2世 (D. Sancho II) はこれらの土地を再編成と定住のためにこの騎士団に与えました。13世紀には、城と城壁が強化され、サンタ・マリア教会 (Igreja de Santa Maria) が建てられました。15世紀になると、1415年に大航海の結果であるセウタ (Ceuta) の占領以降、めざましい拡大の時代が始まりました。この町は重要な漁港となり、ポルトガル沿岸や占領したアフリカ北部の沿岸都市を警備する軍や艦隊を支援しました。また、塩漬けの魚、乾燥果実、ワイン、その他の商品を輸出しました。1489年、ジョアン2世 (D. João

II) はここに数カ月間滞在し、1520年にはマヌエル1世 (D. Manuel I) の直轄領となりました。こうした国王の庇護は、建築遺産や都市の拡大に反映されています。川岸や大通りに沿った場所には比較的貧しい世帯が住み、城に住む政治的、行政的権力を持つ人々に接近するため、貴族は中心部に住むことを選択しました。ミゼリコルディア教会 (Igreja da Misericórdia) は常にこうした時代を目にしてきました。17世紀にもタヴィラはアルガルヴェ地方の商業の中心地でした。宗教の影響をより色濃く残す文化遺産の多くはこの時期のもです。現在、この町にはサン・パウロ教会 (Igreja de São Paulo)、サント・アントニオ教会 (Igreja de Santo António)、カルモ教会 (Igreja do

Carmo)、サン・フランシスコ教会 (Igreja de São Francisco) といった有名な教会を含めて21の教会があります。18世紀にはタヴィラの経済的な重要性は失われましたが、翌世紀になると、主にマグロ漁と貯蔵によって再び勢いを取り戻しました。タヴィラでは、格子の玄関と「はさみ (tesoura)」の屋根の伝統的な住宅にも注目されます。格子扉は細長い木材で作られ、窓や扉を開けているときでも換気が可能です。「はさみ」の屋根は四方に向いた小さな三角屋根で、それぞれの面が室内の1つの部屋を表しています。「はさみ」とは、梁が交差して置かれた形から名づけられたものです。

周辺地域については、カセラ・ヴェーリャ (Cacela Velha) という小さな村や、全長11キロメートルの白砂のビーチがあり、リア・フォルモサ自然公園 (Parque Natural da Ria Formosa) の一部であるタヴィラの小さな島を訪れることを忘れないでください。タヴィラと島との間の交通手段としては定期船 (町の市場または「クワトロ・アグアス (Quatro Águas)」という場所から出航)、またはタクシー・ボートがあります。

Vila Real de Santo António

Vila Real de Santo António

ヴィラ・レアル・デ・サント・アントニオ

16世紀に、ヴィラ・デ・サント・アントニオ・デ・アレニージャ（Vila de Santo António de Arenilha）という町がありました。おそらくもっと海に近いところにあったのでしょう。18世紀までにはその町は海と砂にのみ込まれ、消滅してしまいました。しかし、グアディアナ川（Rio Guadiana）をさかのぼる商品の流入を管理すると同時に、モンテ・ゴルド（Monte Gordo）の漁業を国王の監視下に置き、1762/63年にポルトガルと戦争状態にあったスペインに対して防御を固める必要がありました。したがって、経済的にも政治的にも明確な利点をもたらすヴィラ・レアル・デ・サント・アントニオ（Vila Real de Santo

António）の建設は、単なる国王の思いつきではありませんでした。1755年の地震後のリスボン復興において成功した実験がヴィラ・レアル・デ・サント・アントニオで再び行われました。まず、都市の構造を格子状にするために綿密な計画が立てられましたが、土地の地形が平坦であったことがこうした構造を容易にしました。次に、厳密な建築物の単位に従いました。そして最後に、リスボンから船で運ばれ、すぐに布設できるように四角に切削、成形された石など、事前に加工された標準的な建築用ブロックが使用されました。ヴィラ・レアル・デ・サント・アントニオに適用された都市計画を理解するためには、町の通りを歩いていただく必要があります。町の中心にあり、1776年に建てられた中央のオペリスクから放射状に黒と白の敷石が広がるマルケス・デ・ポンバル広場（Praça Marquês de Pombal）から出発してください。この広場には18世紀の主要都市に通常見られる3つの特徴的な建物、すなわち教会、市庁舎、および衛兵所があります。その後は数ブロック歩き、民間に委託されてはいますが、なお明確な建築方式に従って作られた建物をご覧ください。最後は、グアディアナ川の川岸に沿って植物が植えられている庭園の隣にある旧税関でツアーを終えることをお勧めします。

Vila do Bispo

Vila do Bispo

ヴィラ・ド・ビスポ ヴィラ・ド・ビスポ（Vila do Bispo）が何世紀にもわたってアルガルヴェ（Algarve）地方の穀倉地帯であったことを裏づける風車は残っていません。しかし、大きく浮き上がった教会の塔を抱く丘の斜面に広がる白壁の家々の魅力は残っています。教会を取り囲む狭い通りには、白塗りの壁、鮮やかな色の帯、ドアや窓の周りの彫刻された石細工、真夏でも涼しい日陰など、アルガルヴェ地方特有の特徴を持つ家々が軒を連ねています。

Vilamoura

Vilamoura

ヴィラモウラ

現在、ヴィラモウラ（Vilamoura）はヨーロッパ最大の中心地の1つです。ゴルフ、テニス、乗馬、狩猟や釣りの設備、カジノ（casino）、飛行場があり、それらを補完するものとして観光客複合施設があり、ここではマリナーが最大の呼び物です。国内最大規模の1300の係留区画を持ち、卓越したインフラストラクチャーが完備されているだけでなく、見た目の美しさやバー、ホテル、レストラン、ヨット・クラブが立ち並び海岸区域が行き交う人々を引きつける魅力となっています。マリナーは観光客複合施設において人々が集うファッションブルな場所です。

アレンテージョ

Alcácer do Sal

Alcácer do Sal

アルカーセル・ド・サル サド川（Rio Sado）の右岸からなだらかな傾斜に沿って優美にたたずむアルカーセル・ド・サル（Alcácer do Sal）の起源は有史以前にさかのぼります。ギリシャ人やフェニキア人をはじめとする地中海民族の足跡を示す証はもとより、新石器時代のものと思われる考古学的遺跡も出土されています。古代ローマ人によって”Salacia Urbs Imperatoria”と名づけられたこの地は当時、重要な交通路であったサド川沿いの好位置にあったため、ローマ帝国にとって大きな重要性を担っていました。この町は主に地元の産物（小麦、オリーブ・オイル、ワイン）をローマ帝国の他の地域へ輸送する役割を果たしていました。当時、アルカーセルはイベリア半島で最も重要な内陸部の港の1つであり、さらに塩の製造（地名にサル（塩）が加えられているのはそのため）や魚類の塩漬けと加工でも定評がありました。ムーア人が占領していた時期（8世紀以降）、アルカーセルはアルカセル（Al-Kasser）地方の首都になりました。二重の環状の壁で防御されたイスラムの都市として、古い要塞の塁壁は強化され、30の塔から戦場が一望できるこの町は、イベリア半島で最大の規模を持つ防御要塞の1つとなりました。

しかし1217年、アフォンソ2世（D. Afonso II）はシリアと聖地から帰還する途中に参戦した十字軍の支援を得て、この都市を征服しました。その後、この都市はサンティアゴ騎士団に引き渡され、ここに本部が置かれました。軍事や交易面の重要性は失ったものの、アルカーセル・ド・サルのうらやむほどの美しさはそのまま今も残されています。城から南側を眺めると、サド川（Rio Sado）は大きく湾曲し、広大なアレンテージョ平原に続くなだらかな緑の平原に水を注いでいます。最近、改修されてボザーダ（pousada）（貴族の館）となった城はキリスト教の支配者の名前をとって、アフォンソ2世と名づけられています。ここから眼下には、川や平原が続く360度の壮大なパノラマのような景観が広がり、かつてさまざまな物資や人が行き交ったにぎやかな往来に思いをはせるのに理想的な場所です。アルカーセル・ド・サルを散策すると、路地や城につながる階段がはりめぐされたこの街の最も魅力的な側面に触れることができます。その機会を利用して、サンタ・マリア・ド・カステロ教会（Igreja de Santa Maria do

Castero）、セニョール・ドス・マルティレス礼拝堂（Ermida do Senhor dos Mártires）、サント・アントニオ教会（Igreja de Santo

António)、サンティアゴ教会 (Igreja de Santiago)、市立考古学博物館といった主要な観光名所を是非訪れてください。
30キロメートル以内の近郊では、サンタ・スザーナ (Santa Susana) の村々、ポルト・デ・レイ (Porto de Rei)、トラオン (Torrão)、ヴァーレ・ド・ガイオ・ダム (Barragem de Vale do Gaio) を見る機会を逃さないようにしてください。海岸をご希望であれば、コンポルタ (Comporta)、トーレ (Torre)、カルヴァリャル (Carvalhal)、ラポーザ (Raposa)、ガレ (Galé) に良質な海岸があります。

Almeirim

Almeirim

アルメイリン 町の起源は大変古く、すでに先史時代には、この一帯に人が居住していました。しかし、アルメイリン (Almeirim) の町が大きな発展を遂げたのは16世紀のことです。当時のポルトガルの宮廷貴族たちは、ここを避暑地として大変愛好するようになりました。彼らはブリガンティン (2本マストの帆船) でテージョ川 (Rio Tejo) をさかのぼり、この避暑地へと向かいました。当時の国王マヌエル1世 (D. Manuel I) は、ここに王宮を建設させましたが、それは1755年のリスボン大地震で崩壊してしまいました。今日でも農業が地域の主要な産業として行われ、トマト、メロンなどが栽培されています。また、広大なブドウ畑からは、有名かつ人気のある、こくのある赤ワインが産み出されています。アルメイリンといえば有名なのが、あのソパ・ダ・ペドラ (sopa da pedra)、つまり「石のスープ」のお話です。言い伝えによれば、その作り方は一人のずる賢い修道士の発明によるものです。彼は石を1つ持って土地の家から家へと訪ねてまわり、この石を使っていかにすばらしいスープを作ることができるかお見せしよう、ともちかけます。そして、鍋に石を入れ、水で満たし、石が「料理している」鍋がぐらぐら煮立ってくると、修道士は味付けのためと称して、材料を次々に要求していきます (塩、ソーセージ、豆、ジャガイモ.....)。こうして修道士は、土地の人々にまんまと一杯食わせたのでした。

Alpiarça

Alpiarça

アルピアルサ アルピアルサ (Alpiarça) はリバテージョ (Ribatejo) の広大な沖積平野に位置しています。この地方は、馬の飼育と闘牛が、土地の伝統として非常に深く根付いているところです。穏やかなこのアルピアルサの町には、先史時代の人の居住跡が今も残されています。町の郊外にあるメイジャオン (Meijão) やカベッソ・ダ・ブルシャ (Cabeço da Bruxa) (「魔女の頭」の意) のネクロポリスがその例です。町の見どころの1つとして、パトゥドス博物館 (Casa-Museu dos Patudos) が挙げられます。ここはかつて19、20世紀ポルトガルの外交官・政治家であったジョゼ・レルヴァス (José Relvas) の邸宅だったところで、その中では数々の絵画の傑作をはじめ、すばらしい陶磁器、ブロンズ彫刻、家具、タペストリーを見ることができます。

Alter do Chão

Alter do Chão

アウテール・ド・シャオン

閑静でのどかな町、アルテール・ド・シャオン（Alter do Chão）の起源は古代ローマ時代にさかのぼります。当時、この町はアベルテリウム（Abelterium）と呼ばれ、ローマ時代の遺跡としてはフェラジアル・デル・レイ（Termas do Ferragial d' El Rei）の公共浴場やヴィラ・フォルモーザの橋（Ponte da Vila Formosa）などがこの地域で発掘されています。14世紀以降、この町は1359年にペドロ1世（D. Pedro I）によって建造された城を中心に発展しました。この城は中心のレプブリカ広場（Praça da República）にあるため、その後も引き続きこの町の重要なシンボルとなっています。現在、この町の当局は天然資源へ多額の投資を行っています。今なお農業が主な産業ですが、畜産では馬の生育が極めて重要です。また、狩猟観光の促進にも多額の投資を行っています。1748年にジョアン5世（D. João V）が設立した王立種馬飼育場は、この町の名前を広めることに大きく貢献しました。アルテール・レアルとして知られ、高等馬術愛好家に絶賛されているルジタニア種の馬を復活させる最初の試みが行われたのはまさにこの飼育場です。アウテール・ド・シャオン農業専門学校（Escola Profissional Agrícola de Alter do Chão）があるのもこの町です。

Alvito

Alvito

アルヴィット アレンテージョ（Alentejo）平原中央の高台に位置し、はるかに地平線を見渡す広大な景色を見渡す優美な町、アルヴィット（Alvito）は、現在ではポザーダ・デ・アルヴィット（Pousada de Alvito）となっている宮殿を中心に発展しました。白壁の家々は、アルヴィットが紛れもなくアレンテージョ地方の町であることをはっきりと示す外観を呈し、多くの家々のドアはマヌエル様式のアーチの枠組みが組み込まれ、17世紀の建造物であることを物語っています。この町の起源はポルトガル王国の初期までさかのぼります。1327年にディニス王（D. Dinis）によってアルヴィットは最初の憲章が授与され、その後1516年にマヌエル王（D. Manuel）により確認されました。

1494年に建設が始まったカステロ・デ・アルヴィット（Castelo de Alvito）は間違いなく、この種の建造物としてはポルトガルで最も興味深いものの1つです。城を訪れることによって、この街の歴史に思いを巡らせることができます。この地方は長い間ムーア人に支配されたため、さまざまな歴史的建造物にムデハレス様式の建築物の特徴が明確に残っています（専門家でなくても小さなキューボラや白いペンキが塗られた円錐状の尖塔によって簡単に見分けがつかます）。16世紀初頭に起源を発するノッサ・セニョーラ・ダ・アスンサン教区教会（Igreja Matriz de Nossa Senhora da Assunção）の外部の装飾にはムデハレス様式の建築物の特徴が明確に示されています。控えめなルネサンス様式の出入り口から中に入ると、壁は青と黄色が見事に調和した美しい模様のアズレージョ（azulejo）のパネルで覆われています。聖歌隊席の上には、彫刻と金箔が施された17世紀の木製の祭壇があります。要塞化された小さなサン・セバスチャン礼拝堂（Ermida de S. Sebastião）のずらりと並ぶ面取りされたマーロンにもムデハレス様式の影響が見られます。内部は、ゴシック様式のアーチ型天井が音楽の天使を描いたフレスコ画で装飾されています。アレンテージョの建築物の典型的な特徴である、絵のように美しい時計塔を持つ市庁舎にも目を奪われます。ミゼルコルディア教会（Igrejas da

Misericórdia) とセニョーラ・ダス・カンデイアス教会 (Igrejas da Senhora das Candeias) (後者には宗教芸術の美術館があります) の隣接する2つの教会や、この町の郊外にあり、もともとはイスラム教の礼拝所であったサンタ・ルジア (Santa Luzia) の小さな礼拝堂も同様に建築的価値のある興味深い建物です。

Arraiolos

Arraiolos

アライオロス アライオロス (Arraiolos) はアレンテージョ (Alentejo) 地方の楽しい町で、町の基礎は紀元前2世紀に築られました。ディニス王 (D. Dinis) (1279年~1325年) の命令で中世の城が築されましたが、まもなく町は城壁の外へと拡大しました。町の重要な芸術的遺産の1つに、極めて美しい絵画を収蔵した16世紀のサルヴァドル教会 (Igreja do Salvador) があります。アライオロスの有名なじゅうたんのおかげでこの町の名前は世界的に広く知られています。地元の熟練した男女の職人によってここで生産されているじゅうたんは16世紀もの昔の文書の中でも触れられています。美術史家の中にはこの美術の研究と特性描写を専門に取り組んでいる人もおり、その重要性は長い年月の間に一層高まりました。使用される図柄の種類によって3つの期間に区別することができます。第1期 (18世紀) はペルシアじゅうたん (最も優れた手本と見なされています) の装飾的な影響を示す構成をベースとしていました。第2期 (これも18世紀) には人物や動物など一般的なものから発想を得たデザインが導入されました。そして第3期 (18世紀末~19世紀) には比較的密度が薄く、より一層様式化された図柄が取り入れられています。

Avis

Avis

アヴィス 絵のように美しいアレンテージョ (Alentejo) 地方のこの町は、狭い通りと石灰塗料の白壁の家々が軒を連ね、かつての強力なアヴィス (Avis) 騎士団の面影が残る町です。この町は1211年にムーア人から奪還された後、1214年~1223年に行われたこの地方への入植と築城を目的として、アフォンソ2世 (D. Afonso II) から後にアヴィス修道会となるエヴォラ (Évora) の修道尼長、フェルナンド・アネスに引き渡されました。町を歩くと、城の最初に作られた6つの塔のうち、ライーニャの塔 (Torre da Rainha (王妃の塔))、サント・アントニオの塔 (Torre de Santo António)、サン・ロケの塔 (Torre de S. Roque) の3つの塔のほか、町の家々の一部として組み込まれた中世の城壁の一部がご覧いただけます。近くを流れる川に囲まれた花崗岩の丘の頂上にあるアヴィスは、こうして、名前の由来となった修道会の保護の下で誕生しました。修道院広場の中央広場に入るときは、ライーニャの塔の脇にあるポルタ・ダ・ヴィラ (Porta da Vila) の通路を通り抜けるとよいでしょう。そこからは、はるか遠方まで広がる平原の景観が額に入った絵のようにご覧いただけます。町の歴史的中心地では、最近修復された、かつてのサン・ベント・デ・アヴィス騎士団の修道院の協会と付属の建物を訪れてください。その隣にあり、現在は町議会の事務室として使用されている建物は、かつての騎士団長の邸宅の一部です。左に進むと、市立公園につながる階段の正面に仮面やガーゴイルで装飾されたペロウリーニョ (柱塔) (pillory) が昔の姿のまま目に入ります。その一番上には羽を広げた鷲が彫刻され、町のシンボルになっています。このほか、内部が17世紀の色彩豊かなアズレージョで覆われた15世紀の教区教会 (igreja

matriz)も訪れる価値があります。こうした中世の狭い通りやアレンテージョの家々に特有の白壁がかもし出す魅力を堪能したら、しばらくの間、小さいながらも快適なメストレ・デ・アヴィス庭園 (Jardim do Mestre de

Avis)で休憩し、眼下に広がる町や広大な平原を眺めてください。近郊では、周辺地域への灌漑用水の供給を目的として1950年代に建設されたマランヤン・ダム (Barragem do Maranhão)の貯水池を是非訪れてください。ここでは、さまざまなスポーツを行うこともできます。ダムのそばの展望ポイントからは人造湖と周辺の牧草地や小麦畑の壮大な景観を楽しむことができます。

Azambuja

Azambuja

アザンブジャ この町は古代ローマ人によって礎が築かれ、オリアストルム (Oliastrum) の名で呼ばれていました。その後ムーア人の支配下に入り、アザブジャ (Azzabuja) と称されるようになりました。これが今日の町の名の由来となっています。12世紀に入り、サンショ1世 (D. Sancho I) がフランドル騎士団の援護を得てこの地方一帯からムーア人を駆逐しました。王は、レコンキスタに貢献した報償として、この土地を騎士団の一人であった貴族に与えました。

13世紀の勅許が16世紀にマヌエル1世 (D. Manuel I) によって確認され、この時代にアザンブジャは大きな発展を遂げました。教区教会 (Igreja Matriz) とミゼリコルディア教会 (Igreja da Misericórdia) はこの時代のもので、その後18世紀に入ると、オブラス・ノヴァス宮 (Palácio das Obras Novas) の建設が始まりました。この建物は、宿泊施設とリスボン (Lisboa) からコンスタンシア (Constância) へ向かう蒸気機関車の駅として使われました。今日アザンブジャの町は、高速道路と北部へ向かう列車路線 (町には近代的な駅もあります。) に隣接した格好の立地から、急速な発展を遂げつつあります。

Beja

Beja

ページャ 現在のページャ (Beja) のある地域は近代史の始め以降、占領下にありました。しかし、ページャの初期の発展に最も大きく貢献したのは古代ローマ帝国です。紀元前1世紀にローマ帝国のジュリアス・シーザーがかつてこの地を支配していたルジタニア人と平和条約を締結したのはまさにこの地です。以降、この地はパックス・ユリア (Pax Julia) と呼ばれ、この地域の法律上・行政上の首都になりました。現代のページャは、町の配置などに古代ローマ時代の名残をとどめており、エヴォラ (Évora) やメルトラー (Mértola) へ続く通路はローマ時代の当初の城壁の門があった場所にあります。経済発展の水準は、考古学的遺跡の発掘の範囲と規模によって判断することができます。遺跡の多くはレオノーラ王妃博物館 (Museu Regional Rainha D. Leono) に収蔵されています。ページャのすぐ近くに当時のローマ人家族の実際の暮らしぶりを展示したヴィラ・ロマナ・デ・ピゾエス (Villa Romana de Pisões) があります。6世紀には西ゴート族がこの領地を占領し、8世紀にイベリア半島南部に侵攻したムーア人に敗北するまでその支配が続きました。この町を宗教の中心地とした西ゴート族の文化についてさらに詳しく知るために、サント・アマロ教会 (Igreja de Santo Amaro) にある地方博物館の西ゴートの展示を訪れることを強くお勧めします。12世

紀とキリスト教徒によるレコンキスタの間、ベージャは戦国時代を経験しました。まず、1162年にキリスト教徒軍に占領され、その後はムーア人の度重なる逆襲が続き、1253年、アフォンソ3世（D. Afonso III）の時代ようやく平和が訪れました。アフォンソ3世はその後、町を再建して国王の憲章を授与し（1254年）、町は再び経済的な重要性を取り戻しました。この世紀の終わりに、ディニス王（D. Dinis）は城の建設を命じ、城の塔（Torre de Menagem）が町の特徴的な名所となりました。

ベージャは、アフォンソ5世（D. Afonso V）がベージャ公爵領を築き、その称号を弟のフェルナンド王子に与えた15世紀を通して繁栄の時代を謳歌しました。ジョアン2世（D. João II）は、後にマヌエル1世（D. Manuel I）となる従兄弟に公爵領を譲りました。以降、この公爵領は常に国王の次男の所有地となりました。こうした国王の庇護の名残はいくつかの記念建造物に残っています。ノッサ・セニョーラ・ダ・コンセイサン修道院（Convento de Nossa Senhora da Conceição）、ミゼルコルディア教会（Igreja da Misericórdia）、現在はPousada [ボザーダ]のサン・フランシスコ修道院（Convento de São Francisco）、サンティアゴ教会（Igreja de Santiago）、ペ・ダ・クルス教会（Igreja do Pé da Cruz）などは訪れる価値があります。ベージャの町の探検に役立てるため、現地の観光協会はヘッドフォンを利用して自分のペースで歩く音声ガイド付きツアー、「Sounds of Time」のサービスを始めました。理想的な旅行の時期はオヴィベージャの農業祭が開かれる3月ですが、この地方の文化、歴史を知る絶好のチャンスです。

Benavente

Benavente

ベナヴェンテ

ベナヴェンテ（Benavente）の村の起源は、13世紀にテージョ川（Rio Tejo）南岸に定住した異民族の一群のコロニーにあります。これは、ムーア人が駆逐された後、実質的に無人状態のまま放置されていたこの土地の開墾のため、国王サンショ1世（D. Sancho I）が立てた計画によります。穏やかな土地の周囲には、広大で肥沃なりバテージョ（Ribatejo）の沖積平野が広がり、馬や闘牛用を主とする牛が飼育されています。闘牛はこの地方を代表する最大のアトラクションです。

ベナヴェンテの近くにはテージョ川河口自然保護区（Reserva Natural do Estuário do Tejo）があり、この地方ならではの魅力が保たれています。この保護区には、毎年さまざまな渡り鳥が訪れます。

Borba

Borba

ボルバ ボルバ (Borba) は、イベリア半島がガリア・ケルト人に占領されていたはるか昔に築されましたが、この町の重要性和発展がキリスト教徒によるレコンキスタやポルトガル領土の防衛と密接に関係していることは言うまでもありません。ボルバは、アフォンソ2世 (D. Afonso II) 治世下の1217年にキリスト教徒によってムーア人から奪還されました。アフォンソ2世は直ちに城の建設を命じ、この地域の支配権をサン・ベント・デ・アヴィス騎士団に引き渡しました。1297年、アフォンソ2世の後継者であるディニス王 (D. Dinis) は、スペインとの国境に近い位置にあるという理由からボルバを領土の防衛ラインに含めたアルカニゼス条約を締結し、ポルトガルの国境を定めました。1302年、彼はボルバに憲章を授与して城壁の強化を命じ、この地方の行政上の境界線を定めました。その当時の行政上の境界は、エルヴァス (Elvas)、エストレモス (Estremoz) およびヴィラ・ヴィソーザ (Vila Viçosa) といった近隣の街との境界線に沿って設定されました。16世紀にはマヌエル1世 (D. Manuel I) によって憲章が改められました。17世紀になると、スペインに対するポルトガルの独立戦争でこの町は領土の防衛上、再び重要な役割を果たすようになり、1665年にはすぐ近くのモンテ・クラロス (Montes Claros) が最後の激戦場となりました。記念碑とノッサ・セニョーラ・ダ・ヴィトリア礼拝堂 (Ermida de Nossa Senhora da Vitória) の建造がこの地でのポルトガルの勝利の証です。町を歩くときに注意して見てみると、ドアの枠や窓枠、煙突先端の通風管、通りの標識や記念物に大理石がふんだんに使用されていることに気づかれるでしょう。その理由は、この地方に極めて良質の大理石を産する採石場がいくつもあるためです。教区教会 (Igreja Matriz) (15世紀)、サン・バルトロメ教会 (Igreja de São Bartolomeu) (16世紀)、セルバス・デ・クリスト修道院 (Convento das Servas de Cristo) (17-18世紀)、およびフォンテ・ダス・ピカス (Fonte das Bicas) (18世紀) などは、大理石がこの町でどのように使用されているかを示す格好の例です。ボルバを訪れるのに最適な時期は、ワインフェスティバル (Festa do Vinho) が開かれる11月です。この時期はまた、この地方で生産されるワインを味わい、地元の手工艺品や料理を発見するのによい時期でもあります。

Campo Maior

Campo Maior

カンポ・マイオール カンポ・マイオール (Campo Maior) はアレンテージョ (Alentejo) 地方の他の多くの町と同様、ポルトガル南部のスペインとの国境に非常に近い静かで平穏な町です。この町の起源は、3家族の農民が団結して、相互に守り合える集落を築くことを決意したことであると言えられています。町の名称の由来は古代ローマ時代にさかのぼりますが (当時はカンパス・マイオール (Campus Maior) と呼ばれていました)、青や黄土色の縁取り、窓枠、扉の枠などに後のイスラム教徒による支配の名残がはっきりと残っています。この町はもともと、バダホスの監督管区に属していましたが、はるか後の1297年にスペインとポルトガルの間でアルカニゼス平和条約が締結された時、最終的にポルトガル領となりました。その後もこの町は近隣のスペイン領の街、バダホスと極めて密接な関係を保ち続けました。この町の住民は断固とした性格を持っていることで有名です。1年のうち、全員の希望が一致する特別な時期に、ポルトガル全土で最も興味深く、人気の高いフェスティバ

ル、フラワーフェスティバルがここで開催されます。このフラワーフェスティバルはまた、フェスタ・ド・ポヴォ（Festa do Povo（国民のフェスティバル））としても知られています。この時には、各通りの住民が一緒になって、楽しく色彩鮮やかにアレンジされた紙の花で付近を飾りつけます（通常、このフェスティバルは9月の第1週に開かれます）。膨大な量の彩り鮮やかな紙で装飾された町を見学するために数千人の人が訪れます。カンポ・マイオールで最も興味深い歴史的遺産の1つは、1766年に建てられ、この種の礼拝堂としてはポルトガルに3つしかないうちの1つであるオソス礼拝堂（Capela dos Ossos）です。

Cartaxo

Cartaxo

カルタシヨ サンタレン（Santarém）から約10キロメートル離れたところにあるカルタシヨ（Cartaxo）は、大変古い起源を持った村です。ローマ人によって支配されていた時代には、リスボン（Lisboa）とサンタレンを結ぶ街道上の要所となっていました。付近一帯は、今も基本的に農業地域であり、一般にカラスカオン（carrascão）（渋いワイン）として知られているフルボディの赤ワインの生産地として有名です。そのワイン生産にまつわる歴史はすべて、地方とワインの博物館（Museu Rural e do Vinho）を訪れたり、ワイン街道（Rotas do Vinho）をめぐったりして知ることができるでしょう。この地域のブドウの収穫祭は、大変古い伝統を持つものです。また、11月1日に行われるフェイラ・ドス・サントス（Feira dos Santos）（「すべての聖人の日の市」の意）は、少なくとも17世紀半ばまでさかのぼる長い歴史を持っています。

Castelo de Vide

Castelo de Vide

カステロ・デ・ヴィデ 町の白壁の家々で囲まれた城は周囲の景色を背景にそびえ立ち、訪問者が驚かされる多くのものの中で、まず最初に圧倒される1つであることは間違いないでしょう。この高台から眺めると、アルエンテージョ（Alentejo）の壮大な景色の全貌が一望できます。広大な田園地方の中に消え入る小さな村々は視界から消え去ります。カステロ・デ・ヴィデ（Castelo de Vide）から20キロメートルほど離れた丘の上の街、マルヴァン（Marvão）がすぐ近くに見え、そこから少し先にはスペインとの国境、さらにその奥にスペイン本土がご覧いただけます。北側斜面には、城と町の噴水との間に一続きの狭い通りが見られますが、ユダヤ人街として知られる歴史的な地区との境界となっています。カステロ・デ・ヴィデのユダヤ人街は、13世紀のディニス王（D. Dinis）の時代にポルトガルにユダヤ人が居住していたことを示す重要な例の1つです。この町のユダヤ人街はポルトガルで最もよく保存されているものの1つで、この数年間は、地元建造物の発見と再生のための詳細な計画に組み入れられています。この地域は、ゴシック時代の極めて興味深い建築物が最も多く残っているエリアの1つです。この町独自の中世の魅力を味わう最もよい方法は、傾斜のある狭い通りを歩き当たりばったりに散策することです。しかし、カステロ・デ・ヴィデには、この他にも訪れる価値のある歴史的建造物が数多くあります。例えば、この地方最古の礼拝堂で（13世紀末）、内部は青と白のアズレージョのパネルで覆われたサルヴァドル・ド・ムンド礼拝堂（Capela do Salvador do Mundo）や15世紀に建てられ、18世紀に再建されたサン・ロケ礼拝堂（Capela de São R

oque)などが挙げられます。しかし、これらはこの街にある24の教会のうちの2つにすぎません。時間とエネルギーがまだ残っているのであれば、カステロ・デ・ヴィデ郊外にある丘に登ることをお勧めします。ここからノッサ・セニョーラ・ダ・ペーニャ礼拝堂 (Capela de Nossa Senhora da Penha) がご覧いただけ、全く異なる町の景観を満喫することができます。カステロ・デ・ヴィデは常にその豊富な天然資源で有名です。特に温泉は優れた治癒効果があると言われています。ここにはいくつもの泉がありますが、中でもおそらくフォンテ・ダ・ヴィラ (Fonte da Vila) とフォンテ・ダ・メアリャーダ (Fonte da Mealhada) が最も有名でしょう。しかし、一言忠告しておきます。言い伝えを信じるのであれば、フォンテ・ダ・メアリャーダの水を飲んだ人はすべて、いつの日にかカステロ・デ・ヴィデに戻って結婚すると信じられていることを心にとどめておいてください。

Chamusca

Chamusca

シャムスカ テージョ川 (Rio Tejo) のほとりにたたずむ白い村シャムスカ (Chamusca) は、リバテージョ (Ribatejo) の沖積平野の中にあります。この地域は大変肥沃な土壌に恵まれ、農業と牛の飼育が主な産業となっています。このことは、土地のさまざまな伝統の祭りを見てもよくわかります。なかでもひととき重要なものが、キリスト昇天祭週間 (Semana da Ascensão) と、村で数多く開催される闘牛です。料理に関しては、中でもこの地の特別料理とされるのが、ウナギのシチュー (ensopado de enguias) とアソルダ・デ・サーヴェル (açorda de sável) (パン、ハーブ類、ニンニクのピューレのニシン添え) です。また、卵と砂糖でできたトロウシャス (trouxas) やランプレイア (lampreia) のような郷土菓子、大変愛好者の多い土地のワインの存在も忘れてはならないでしょう。

Coruche

Coruche

コルシェ リバテージョ地方 (Ribatejo) の沖積平野に位置し、アレンテージョ地方 (Alentejo) に近いコルシェ (Coruche) は、昔ながらののどかな村です。背の低い白壁の民家が、ソライア川 (Rio Sorraia) に沿って広がる野にきちんとした家並みを見せて並んでいます。周囲を肥沃な土地に囲まれているため、この地方では農業と馬の飼育が盛んに行われています。あたり一帯には、コルクを採取するためのコルク樹の林が広々と広がり、ひととき風景の中で目を引きまします。コルシェは、国内でも有数のコルクの産地となっています。また、コルシェには、かつての時代を物語るさまざまな史跡が残されています。例えば、ローマ時代に起源があるコロア橋 (Ponte da Corôa) やモンテ・ダ・バルカの中世の水道橋 (Aqueduto do Monte da Barca)、その他17世紀のものを中心としたいくつかの教会です。周辺では、アゴラダ堰 (Açude da Agolada) やモンテ・ダ・バルカ堰 (Açudes do Monte da Barca) が、さわやかな行楽地として夏には大変なにぎわいをみせます。

Elvas

Elvas

エルヴァス エストレモス (Estremoz) から陸路、エルヴァス (Elvas) に到着した人は皆、すぐに町のシンボルであるアモレイラ水道橋 (Aqueduto da Amoreira) に突き当たります。この静かな都市は、歴史を通して防衛上の重要な役割を担ってきたことで有名です。スペインとの国境に近く、戦略上重要な位置づけにあるこの都市は城壁内でさまざまな期間に建設され、徐々に複雑な防衛システムを形作っていきました。14世紀に作られたももとの城壁 (1367年~83年、フェルナンド王 (D. Fernando) の時代に建設) は17世紀になって強化されました。城壁に囲まれた町はサンタ・ルジア砦 (Forte de Sta Luzia) やグラサ砦 (Forte da Graça) とともに見事な防衛線を形成し、1640年のスペインとの独立戦争においてその際だった重要性が証明されました。町の防衛体制のもう一つの興味深い要素は、19世紀初頭にフランスが侵攻した際1810年~1812年に築かれた、サン・ペドロ砦 (Fortim de São Pedro)、サン・マメーデ砦 (Fortim de São Mamede)、ピエダデ砦 (Fortim da Piedade)、およびサン・フランシスコ砦 (Fortim de São Francisco) など、何れもかの小規模な砦です。現在、エルヴァスの町はこの地方の天然資源を最大限に利用するため、農村観光、淡水魚の釣り、狩猟観光に投資を行っています。経済面では、この地方の主要農産物は今なお穀物、オリーブ、ドライ・フルーツ (特にブルーベリー) です。

Estremoz

Estremoz

エストレモス 白壁の続く上品な町、エストレモス (Estremoz) はそれぞれ発展段階の異なる2つのエリアに分けることができます。一方は城近くの中世の家々が立ち並ぶエリア、そしてもう一方が町の壘壁の外側の近代的な町です。エストレモスは文化的遺産の宝庫ですが、最も特筆すべきなのは、中世の城壁や13世紀の礼拝堂を持つ城です。この城は現在、ポザーダ・ライニーニャ・サンタ・イザベル (Pousada Rainha Santa Isabel) になっています。エストレモスは良質の白い大理石の採石と販売で特に有名です。実際、この地方はポルトガルの世界第2位の規模を誇る大理石輸出量の90%を産出しています。この地方の赤色粘土も同様に有名で、この町のどの手工芸品店でも見られる伝統的な特徴となっています。

Évora

Évora

エヴォラ 堂々としたカテドラルをトップに戴くエヴォラは、広大なアレンテージョ (Alentejo) 平原から続くなだらかに傾斜した丘の上にあります。広大な外側の壘壁が歴史の中心地を守り、UNESCOによって世界遺産に指定されている貴重な文化遺産となっています。ムーア人の占領時代に造られた狭い通りが光あふれる広場と鮮やかな対照をなすこの都市には2000年の歴史があります。紀元前59年に占領した古代ローマ帝国は、この都市を「リベラリタス・ユリア (Liberalitas Julia)」と名づけました。この期間、エヴォラ (Évora) は極めて重要な役割を担っていましたが、それは2世紀後半の立派な神殿、城壁のさまざまな部分、最近ではドナ・イザベル (Dona Isabel) と呼ばれている門、さらには現在の市議会の

建物の下にある温泉など、当時の遺跡からうかがい知ることができます。西ゴート時代（5世紀～8世紀）の遺跡はほとんど残っていません。西ゴートに続き、この都市はタリクに占領されてムーア人の時代が始まりました。その支配は12世紀のキリスト教徒によるレコンキスタまで続きました。イエボラ（Yeborah）と呼ばれるようになったこの町は、すでにムーア人の影響を確実に受けており、それはモウラリア（Mouraria）近辺に最もはっきりと見られます。レコンキスタの後、内側と外側の城壁の間だけでなく、城壁の外側へと都市の発展が広がりました。この都市は、初代および2代目の王朝のさまざまなポルトガル国王の居住地でした。この時代、特にジョアン2世（D. João II）とマヌエル王（D. Manuel）（15世紀～16世紀）の治世下において、さまざまな王宮や記念建造物が設けられました。通りを散策し、世界の多様な文化による影響を受けたこの都市の不思議な精神を感じ取ってください。すばらしいレストランやバー、散歩道、美術・工芸品店、大学に通う若者の気質がすべて、過去にしっかりと根ざした現在にさらなる活力を与えています。

Fronteira

Fronteira - フロンテイラ

フロンテイラ (Fronteira) はアレンテージョ地方 (Alentejo) の典型的な美しい村のひとつで、アヴィス川 (ribeira de Avis) の左岸、エストレモス (Estremoz) の北、ポルトアレグレ (Portalegre) の南西に位置しています。

ここには、数多くの巨石群にみられるように、1万年以上前から人間がいた痕跡があります。中でも、約30の環状列石や巨石遺跡からなる巨大墓地（Necrópole Megalítica da Herdade Grande）と、エルダーデ・ドス・ピントス (Herdade dos Pintos) の彫刻を施した岩は特に際立っています。

この村はディニス王によって開かれたとされており、王の命で建設された城の一部は今なお遺跡として形をとどめています。

特に注目すべきは、フロンテイラの目と鼻の先にあるアトレイロスの戦いの戦場です。王家が存亡の危機にさらされた1383-85年にポルトガルの独立を維持するために戦われた一連の決戦の最初の舞台となったところで、1384年、ここでヌノ・アルバレス・ペレイラが率いる軍がカスティーリャ軍を破りました。

フロンテイラには特筆すべき名所・旧跡が数多くあります。とりわけ、マトリス教会 (Igreja Matriz)、エスピリト・サント (Espírito Santo) 教会とセニョール・ドス・マルティレス (Senhor dos Mártires) 教会、ノッサ・セニョーラ・ダ・ヴィラ・ヴェリャ礼拝堂 (Capela de Nossa Senhora da Vila Velha)、町役場 (Paços do Concelho)、さらし台は必見で、鉄道駅さえ見どころのひとつです。ここでは、レオポルド・パッティスティエーニが田舎の生活を描いたタイルパネルを見学できます。

豊かな自然と緑に囲まれたフロンテイラは、美しい景観とともに、多様なスポーツとレジャー活動を楽しむ機会を提供します。例えば、リベイラ・グランデ・エコツーリズムセンター (Centro Ecoturístico da Ribeira Grande) には河原、プール、遊歩道、最先端技術を備えた天文台があります。

Golegã

Golegã

ゴレガン ゴレガン (Golegã) は、テージョ川 (Rio Tejo) とその支流であるアルモンダ川 (Rio Almonda)、その2つの川にはさまれた肥沃な地域にあります。この地理上の条件から開墾が始められ、土地が開かれた当初から、農業を基本として経済的な発展を遂げることになりました。12世紀、アフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) によるレコンキスタ (国土回復運動) の後、農耕用に王はこの地方をテンプル騎士団に与えました。この時代の記憶は、現在この地方の重要な農業生産の中心地となっている、キンタ・ダ・カルディガ (Quinta da Cardiga) の歴史の中に今も息づいています。銃眼を頂いてそびえる塔は、かつての城の名残です。その他にも、荘園が宗教的な後ろだてとなって建設した建物そのものや、礼拝堂、回廊など、美術的な建築例がさまざまに見られます。また、同じく12世紀中に、ガリシア (Galiza) 出身の一人の女性の希望によってこの地に旅籠が作られました。この地方がトマル (Tomar) とサンタレン (Santarém) を結ぶ街道筋に位置していたからです。そのためこの地は、ヴェンダ・ダ・ガレーガ (Venda da Galega) (「ガリシア女の店」の意) と呼ばれるようになりました。店は繁盛し、農業に適した条件がそろった地域であることから、それが刺激となって商業、農業の発展が促され、人々は競ってこの地に定住するようになりました。まもなく村はポヴォア・ダ・ガレーガ (Póvoa da Galega) と名を変え、やがてヴィラ・ダ・ガレーガとなりました。その語がなまって、現在の町の名前である「ゴレガン」となりました。

ゴレガンは、正式には1534年にジョアン3世 (D. João III) により村として認められるにいたりましたが、それに先立ち、前国王マヌエル1世 (D. Manuel I) もまたその発展に大いに心を砕きました。国王のこの地への関心の高さと注いだ努力の大きさは、国王の後ろだてで建設された教会 (Igreja Matriz) の建築からもうかがい知ることができます。農業とともに村は大規模な発展を遂げ、その結果、この地に定期市がたち、市場ができました。農民たちは、そこに自分たちの農産物や家畜を持ち寄るようになりました。18世紀には、11月11日に聖マルティニョ (São Martinho) をたたえ、特別な祭りが開催されていました。これは馬の飼育を手がけている者の間では、ことに人気のある祭りとなりました。というのは、育てあげた純血種の馬を披露するのにまたとない機会となったからです。この頃、乗馬とそれに関連する競技会が初めて開催されました。この祭り自体も徐々に大きなものとなり、それが前身となって今日のポルトガル馬の祭典 (Feira Nacional do Cavalo) となりました。これは現在も国内最大の馬のイベントとして、非常に重要な位置を占める祭りとなっています。この町を訪れた折にぜひともお勧めしたいのが、19世紀の著名な写真家カルロス・レルヴァス (Carlos Relvas) のかつてのスタジオを囲んで広がる、ロマンチックな庭園の散策です。また、マルティンス・コレイア美術館 (Museu Martins Correia) を訪れるのもよいでしょう。現代彫刻家である彼の作品が収められています。この2人はゴレガン出身であり、今日の町の名を知らしめるのに、なんらかの形で貢献した人物です。ゴレガンの近くには、テージョ川とアルモンダ川が合流する地点にパウロ・ド・ボキロボ自然保護区 (Reserva Natural do Paulo do Boquilobo) があります。

Grândola

Grândola

グランドーラ グランドーラ (Grândola) 地方には、海岸地方の影響とポルトガル南部の内陸地方の影響が組み合わさった独自の間違った特色があります。ここでは今なお農業が極めて重要な産業で、米が最も重要な農作物です。この地方の文化遺産に関しては、特にトロイアで発掘された紀元1世紀初めの魚の塩漬け用の入れ物など、古代ローマ時代の考古学的遺跡が最も重要です。この地方の最も興味深い点は素晴らしいビーチがすぐ近くに何カ所あることで、毎年、大勢の観光客を引きつけています。ビーチの観光客に特に人気の高い場所はトロイア半島 (Península de Tróia) のほか、ペゴ (Pego)、コンポルタ (Comporta)、カルヴァリャル (Carvalhal) といった広い砂浜のビーチです。ポルトガルの最近の歴史の中では、グランドーラの名称から、ホセ・アフォンソが作曲し、歌った「Grândola Vila Morena」が連想されるようになってきました。この歌は4月25日の革命前夜に、遠隔地に駐屯する陸軍部隊にリスボンへの侵攻開始の合図としてレナセンサ・ラジオ放送局から放送されました。熱狂や危機的な状況の中で歌われたこの歌は、当時、表現の自由をいかにして新たに取り戻したかを思い起こさせる、革命の賛歌と見なすことができます。

Marvão

Marvão

マルヴァン カステロ・デ・ヴィデ (Castelo de Vide) とポルタレグレ (Portalegre) の間、スペインとの国境からわずか数キロメートルのところに位置するマルヴァン (Marvão) は、セーラ・デ・サン・マメーデ (Serra de São Mamede) の頂上にあるのどかな町です。かつてはアマイア (Ammaia) と呼ばれていたこの丘の上の村の現在の名称は、9世紀にムーア人の戦士であるイブン・マルアーン (Ibn Maruán) が避難場所として使用したことに由来します。この地域のアラブ人による支配は数世紀間続き、1160年～1166年の領地奪還のための軍事攻勢により、ポルトガルの初代国王となるアフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) 率いるキリスト教徒の軍が再び勝利を収めたときに終了しました。地形的には、マルヴァンは北、南、および西側が急斜面である、天然の戦略上の防衛基地です。陸路の場合は東側からしか近づけないため、町は徐々に東側に拡大していきました。こうした事情は征服者も国王もともに気づかないわけではなく、常に城と城壁の両方を強化することに心を砕きました。この城は、ディニス王 (D. Dinis) とその弟のアフォンソとの戦い (1299年)、1383年～1385年の王朝の危機、スペインからの独立回復戦争 (1640年～1668年)、スペイン継承戦争 (1704年～1712年)、および半島戦争 (1807～1811) などの大規模な戦争において重要な役割を果たしました。マルヴァンは、重要性が認識されて1266年にサンショ2世 (D. Sancho II) によって町の地位に昇格しました。1299年には憲章が改められ、1512年にマヌエル王 (D. Manuel) によって新たな憲章が授与されました。マヌエル王はペロウリーニョ (柱塔) (Pillory) の建設と市庁舎につけられた王立軍の紋章に自分の足跡を残しています。城壁内は狭い路地に沿って美しい民家が軒を連ね、アレンテージョ (Alentejo) 地方の典型的な景観を呈しています。その中にゴシック様式のアーチ、マヌエル様式の窓、練鉄製のバルコニーをはじめ、地元の花崗岩で造られた建物の隅々にその他の装飾を容易に見つけることができます。マルヴァンへの訪問者が決して忘れることのない建築遺産には、城と城壁の他にも、現在は市立博物館に改装されているサンタ・マリア教会 (Igreja de Santa

Maria)、サンティアゴ教会 (Igreja de Santiago)、レナセンサ・カーペラ・ド・エスピリト・サント (Renaissance Capela do Espírito Santo)、および城壁の外側にあるノッサ・セニョーラ・ダ・エストレラ修道院 (Convento de Nossa Senhora da Estrela) などがあります。マルヴァンを訪れる理由の1つは、周辺地域の美しい景観が一望できることです。その景色を最もよくご覧いただくために、城の塔 (Torre de Menagem) の上やボザーダ・デ・サンタ・マリア (Pousada de Santa Maria) からの眺望をお勧めします。このボザーダは町の2つの住宅を改修して造られた豪華なホテルで、休息と美味しい地元料理を味わう場所を提供します。11月に開催される栗のフェスティバルはこの町を訪れ、町の人々や地元の習慣をさらに知るよい機会です。

Mértola

Mértola

メルトローラ

コウノトリの営巣地で、美しい白壁の家々がグアディアナ川 (Rio Guadiana) まで続くこの町には、繁栄と生き残りの博物館のような町の魅力がすべて備わっています。アラブの王国の首都になるまで古代ローマの都市であり、サンティアゴ騎士団 (Ordem de Santiago) の本来の本拠地であったメルトローラは歴史の宝庫です。グアディアナ川最北の港として、また南部の重要な交通路として、メルトローラはこの地方の鉱物資源の輸送の中心地でした。メルトローラ (Mértola) は、ポルトガルが1268年に引き継ぎ、現在は一連の博物館センターに保存されているローマ、スエヴィ、ムーアの遺産を保護しています。町は一時期衰退しましたが、その後、オープン・ミュージアムという革新的なコンセプトの展開に着手することに加え、伝統美術の再生に力を注ぐ考古学プロジェクトによって復興を果たしました。今も中世の面影を残すでこぼこの通りをたどっていくと、こうした歴史の起源が明らかになります。市議会の建物には古代ローマ時代のミルトリス集落の特徴が見られ、川が一望できる城の塔にはイスラム以前の時代の面影が残っています。この町の考古学者の長年の夢であったイスラム博物館には世界で最も重要なコレクションの1つが収蔵されています。中世の教会では、宗教美術のコレクションをご覧ください。教区教会では、鉄製のアーチ道とメヘラブがかつてモスクであったことを示しており、その一方でルネサンス様式のエントランスと円筒形の塔はキリスト教の時代のものです。この建物は、宗教建築の歴史を知るための優れた手がかりになり、1つの礼拝所がさまざまな信教に適用されたことを示すよい例です。この地方の伝統美術をさらに詳しく知るために訪れたいワークショップも開催されています。アレンテージョの美味しい料理を味わい、川端に下りるのもよいでしょう。

Monsaraz

Monsaraz

モンサラス 極めて美しいこの中世の町は、何世紀にもわたって独自の
際だった特色を損なうことなく保っています。モンサラス (Monsaraz
) の通りは現代では忘れ去られた安らぎや静けさを見出すことができ
る真にたぐいまれな場所であるため、そこを散策するとまるで過去に戻
ったようです。まず、白塗りの片岩でできた家々や建物が目に入り感銘
を受けます。毎年、7月を通してモンサラスは野外の博物館になり、観
光客はアレンテージョ (Alentejo) 地方の手工芸品製作に用いられる風俗
や習慣を詳しく知り、郷土料理を味わい、音楽、劇、ダンス、美術品の
展示など、ここで開かれるさまざまな文化行事を楽しむことができます
。町の重要な建築遺産としては、中世の城 (Castelo) や城の塔 (Torre
de Menagem) と呼ばれた牢獄、旧裁判所 (14世紀~16世紀に建造)、
ノッサ・セニョーラ・ダ・ラゴア教区教会 (Igreja Matriz de Nossa
Senhora da Lagoa) (16世紀~17世紀) が挙げられます。

Moura

Moura

モウラ グアディアナ川 (Rio Guadiana) にほど近い、このアレンテージ
ョ (Alentejo) 地方の明るく賑やかな町には旅行者の目をとらえるさまざ
まな興味深い特徴があります。この地域ではなだらかに起伏した丘にオリ
ーブの灌木が広く栽培され、高級なワインを産出しています。1166年
にペドロとアルヴァロ・ロドリゲス兄弟がムーア人からこの町を奪還し
たことは、ムーア人の乙女、サルキア (Salúquia) の興味深い伝説と密接
に結びついており、DR. サンティアゴ庭園 (Jardim Dr.
Santiago) の近くに今でも見ることができる旧塔 (velha
torre) からその伝説がしのべられます。モウラ (Moura) の砦を再建し、1
295年に最初の憲章を与えたのはディニス王 (D.
Dinis) (1279年~1325年) です。マヌエル1世 (D. Manuel I) (1495年
~1521年) はこの町に新たな憲章を授与し、棟梁のフランシスコ・デ・
アルレーダ (Francisco de
Arruda) の監督の下で城を再建するよう命じました。町を散策する際は
、アラブ人住宅地域の特徴がすべて示されている国内最大で、最もよく
保存されているムーア人街の1つ、モウラリア (Mouraria) を是非訪れて
ください。この地区の端にあるムラリア・ダ・ノヴァ通り (Rua da
Muralha Nova) では、17世紀後半に築かれた城壁の一部をご覧いただけ
ます。もう1カ所、町の観光に必ず含めていただきたい場所はアラブ博物
館 (Museu Árabe) です。この博物館は、ムーア人の占領時代に造られ、
保存状態が極めて良好な井戸の周りに建てられています。かつては市庁
舎で、現在は市立図書館となっているこの建物の上には、やはりイスラ
ム時代に造られた堂々としたタイパの塔 (Torre da
Taipa) がそびえ立っています。モウラの通りを散策する際は、アレンテ
ージョ (Alentejo) 地方の典型的な建築物の特徴である、家の壁に垂直に
並んだ分厚い煙突に注目してください。魅力的な教会もいくつかご覧い
ただけます。サン・ジョアン・バプティスタを奉る教区教会 (Igreja
Matriz)、カルモ教会 (Igreja do
Carmo)、サン・フランシスコ教会 (Igreja de S.
Francisco) はじっくりと注目する価値があります。
モウラには、エディフィシオ・ドス・クワルテイス (Edifício dos Quartéis)
という17世紀初頭の軍事的建築物のめずらしい例が残っています。こ
の一連の建物にはかつて、南向きと北向きの兵舎がありました。その一
方の端にはセニョール・ジェズス・ドス・クワルテイス礼拝堂 (Capela
do Senhor Jesus dos Quartéis) があります。町から約3キロメートルの

人里離れた丘の頂上にはアタライア・マグラ (Atalaia Magra) という軍の監視塔があります。

Odemira

Odemira

オデミーラ この美しい名称の由来は川を意味するアラビア語のWadとEmirで、それがポルトガル語のオデミーラ (Odemira) になったと言われています。

この町は初代ポルトガル国王のアフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) によってムーア人の手から奪還されたものの、アフォンソ3世 (D. Afonso III) 治世下で住民が永続的に住み着くようになる1257年までこの町に憲章が授与されることはありませんでした。オデミーラには、真に重要な歴史的遺産は保存されていません。例えば、かつて町の高台にそびえていた城 (castelo) は今はなく、そこに通じるカステロ通り (Rua do Castelo) という名称すら残っていません。この通りは、この町で生まれた飛行士を称えて、サルメント・デ・ベイレス通り (Rua Sarmento de Beires) と改名されました。この飛行士は1924年にBréguetの小型飛行機でマカオに向けてヴィラ・ノヴァ・デ・ミルフォンテス (Vila Nova de Milfontes) を離陸し、約115時間後、なんと16,000キロメートル以上を飛行した後ようやく休憩しました。町の庭園の1つには、この地方のもう1人の有名な人物を記念する興味深い銅像があります。その人物とは15世紀にチェスのやり方を教える本を執筆した化学者、ダミアーノ (Damiano) です。オデミーラの魅力は、小さな丘の頂上にあり、ミラ川 (Rio Mira) を望む輝くような白壁の家々が一種の円形競技場のような形状を呈しているところにあります。川の源流はセーラ・ド・カルデイラオン (Serra do Caldeirão) に発し、この地点からヴィラ・ノヴァ・デ・ミルフォンテス (Vila Nova de Milfontes) の河口まで全長30キロメートルにわたって航行することができ、セーリング、ボート、カヌーが楽しめる極めて美しい環境が整っています。この地方は手工芸品の保存に努めており、ここではさまざまな職人によるバスケット、家具、陶器、手織りの布などの工芸品の製作をご覧ください。シネス (Sines) からアルガルヴェ (Algarve) 地方のカーボ・デ・サン・ヴィンセンテ (Cabo de S. Vicente) に至るまでのポルトガル南部の海岸線全体はアレンテージョ南西・ヴィンセンティーナ海岸自然公園 (Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina) に指定されており、希少生物が生息し、世界で唯一、海食崖に白鳥の営巣地が見られる場所です。

Portalegre

Portalegre

ポルタレグレ スペインとの国境に近いサン・マメーデの丘 (Serra de São Mamede) にあるポルタレグレ (Portalegre) は、中世期を通じて国防における戦略的な重要性を担っていました。アフォンソ3世 (D. Afonso III) (1248年~1279年) はこの集落に初めて国王の憲章を与え、その後、非嫡出子であるアフォンソ・サンショに譲りました。これに対し、弟であり王位継承者であるディニス (1279年~1325年) は強い不満を抱きました。1299年、すでに王位についていたディニス王はポルタレグレを国王直轄の地位に戻し、城の再建を命じました。中世期には、フランシスコ修道会もポルタレグレに足場を築き、特にサン・フランシスコ修道院 (Convents of São Francisco) やサンタ・クララ修道院 (Convento de Santa Clara) が有名です。

16世紀初頭、ポルトレグレ救貧院（Misericórdia de Portalegre）（全国規模の慈善施設）を設置した後、グアルダ司教（Bispo da Guarda）のジョルゲ・デ・メロ（Jorge de Melo）はサン・ベルナルド・シトー派修道院（Convent Cisterciense de São Bernardo）の建設を命じました。すでに行政と経済の重要な中心地であったこの町は、ジョアン3世（D. João III）の下で市に昇格し、さらにポルトレグレ司教区が設置され、同国王によってカテドラルの建設が命じられました。この決定に併せて、エписコバル宮殿（Episcopal Palace）と現在は市立博物館になっている司教区の神学校の建設が決定されました。この町には、サン・ロウレンソ教会（Igreja de São Lourenço）や、アマレロ宮殿（Palácio Amarelo）、ファルコン宮殿（Palácio dos Falcões）、アチオリ宮殿（Palácio Achioli）などの建築物に17世紀と18世紀のパロック様式の特徴が色濃く残っています。これらの建物には建造した一族の紋章が記され、この地方独特の特徴である鍛造された鉄による豪華な装飾の見事な例が見られます。1834年の宗教騎士団の禁止以降、産業革命の始まりに伴ってこの町では再開発が始まり、かつての修道院や宮殿の一部は別の建物に変わりました。

例えば、サント・アゴスティニョス修道院（Convento de Santo Agostinho）は共和国防衛軍の本部となり、サン・ベルナルド修道院（Convento de São Bernardo）やイエズス会サン・セバスチャン修道院（Convento jesuíta de São Sebastião）はポルトレグレのじゅうたんの織物業者に引き継がれ、また最近のことですが、カステロ・ブランコ宮殿（Palácio Castel-Branco）は織物産業がこの町の発展に果たした貢献を詳しく示すポルトレグレ・グイ・フィーノ・タペストリー博物館（Museu de Tapeçaria de Portalegre Guy Fino Guy Fino）になりました。徒歩で容易に歩き回れるポルトレグレには、ポルトガルの詩人、ジョセ・レジオ博物館（Casa-Museu de José Régio）もあります。郊外では、ノッサ・セニョーラ・ダ・ペーニャ教会（Igreja de Nossa Senhora da Penha）やボンフィン教会（Igreja do Bonfim）からの景観に目を奪われます。マルヴァン（Marvão）やカステロ・デ・ヴィデ（Castelo de Vide）へ向かう道にあるこれらの教会は、いずれもじっくりと見学する価値があります。

Porto Covo

Porto Covo

ポルト・コーヴォ ポルト・コーヴォ（Porto Covo）は、1755年の大地震後まもなくボンバル（Pombal）侯爵によって再建され、今なお白塗りの家々が軒を連ねる親しみのある漁村です。旅行者を引きつける最大の魅力は、海岸線に沿ってあちこちに点在する切り立った崖で囲まれた多くの美しいビーチです。夏の間、多くの観光客が休息と鋭気の回復のためにこの地を訪れ、時とともに失われてしまった安らぎと静けさを満喫しています。ポルト・コーヴォからおよそ250メートルの沖合に、無人のペッセゲイロ島（Ilha do Pessegueiro）があります。この島は長い間、詩人が発想を得る源でした。ここでは紀元前3世紀のカルタゴ人による占領時の遺跡や、特に魚の塩漬け用容器など、古代ローマ人が占領していた明確な痕跡が発掘されています。しかし、言い伝えや豊かな想像力から推測すると、この島は何世紀もの間、海賊の避難場所としての役割を果たしていたようです。現在では、17世紀に造られ、ポルト・コーヴォの類似の砦とともに海岸線のこの部分を防衛した砦の廃墟を見ることができません。勇気のある旅行者は思い切ってこの島へ渡ろうと考えるかもしれませんが、パッケージツアーはないことを承知しておいてください。

Redondo

Redondo

レドンド アレンテージョ (Alentejo) 地方の町、レドンド (Redondo) は陶器とワインの2つの地元の産物によりポルトガル経済にとって特に重要になりました。地元の手作り陶器は全国的に有名です。シンプルな粘土でできたもの、あるいは花のモチーフやポルトガルの人気の景色を装飾した日常的に使用する陶器や装飾目的のものを見つけることができます。この地方の粘土は、温度の大幅な変化にも耐えるという特性があります。この産業はこの町に永続的に根を下ろし、数カ所の焼き物工場で生産が行われています。レドンドはまた、ワインの生産でも有名で、ポルトガル国内の産地管理呼称地域 (Denominação de Origem Controlada (D.O.C.)) の1つです。花崗岩と片岩層の地質で生産されるワインは味わいと心地よい香りとのバランスが絶妙にとれています。

Reguengos de Monsaraz

Reguengos de Monsaraz

レゲングス・デ・モンサラス レゲングス (Reguengos) とモンサラス (Monsaraz) は、行政の中心地がレゲングスに移され、この町のより急速な発展に寄与するようになった1838年まで行政上の境界線が同じであったため、この2つの町の歴史は長い間、混同されることがしばしばありました。町の中央にある19世紀の教区教会 (Igreja Matriz) は、建設時に示されたネオゴシック様式のロマンチックな精神と、石や白塗りの壁の組み合わせが織りなすさまざまな色の相互作用が特に興味深い教会です。花崗岩と片岩層の土壌や地元の気候が特にぶどうの生育に適しており、この地方は独特の際だった特徴を持つ高級ワインを産出することで有名です。

Rio Maior

Rio Maior

リオ・マイオール カンデエイロス山脈 (Serra dos Candeeiros) に近いリオ・マイオール (Rio Maior) は、何世紀もの間、鉱山業の一大中心地となっていました。そのため、土地の人々のほとんどは、山中の鉱山からの岩塩の採掘に携わっていました。今もこの地方では農業が主要な産業であり、広大なブドウ畑と果樹園が、この土地らしい特徴を与えると同時に、風景を美しく彩っています。3月には、村は酒場祭 (Feira das Tasquinhas) で活気づきます。この祭りは、この土地のさまざまな郷土料理を試してみるのにまたとない機会となるでしょう。

Salvaterra de Magos

Salvaterra de Magos

サルヴァテラ・デ・マゴス リバテージョ (Ribatejo) にある静かな村、サルヴァテラ・デ・マゴス (Salvaterra de Magos) は、数世紀前には宮廷に愛用された土地でした。そのため、さまざまな建物がこの地に建設されました。これらの建築物は、現在は廃墟となっていますが、宮廷人がリスボン (Lisboa) にいるときと同様に、何不自由なく便利に楽しく暮らせるよう造られたものです。かくしてサルヴァテラには宮殿と美しい庭園、オペラハウスが造られ、さらには鷹狩り用の鷹の王立飼育所もありました。これはポルトガル国内で唯一のものであり、この地方を訪れる王侯貴族たちの主な楽しみが、ここで開催する大規模な狩猟会だったことなよりの証明となっています。周囲には松林と牧草が広がり、この地方最大のショーである闘牛用の馬や牛が肥沃な大地で飼育されています。闘牛は、勅許祭 (Festa do Foral) や闘牛祭 (Festa dos Toiros)、ファンダンゴ祭 (Festa do Fandango) の中心となる行事です。ファンダンゴ祭 (ファンダンゴはポルトガルの陽気な伝統舞踊) は6月に開催され、サルヴァテラ・デ・マゴスの村はにぎやかにわきかえります。

この地の郷土料理の代表としては、アソルダ・デ・サーヴェル (Açorda de Sável) (パン、ハーブ類、ガーリックのピュレ、ニンジン添え) やバレット (Barretes) (「縁なし帽」の意) が挙げられます。この名は、カンピーノ (Campino) (リバテージョ地方の牧童) の衣装になくはならない帽子に由来するものです。

Santarém

Santarém

サンタレン

サンタレン (Santarém) が位置する台地を囲むテージョ川 (rio Tejo) と肥沃な牧草地は、はるかな昔から、この地域に人が居住する最も大きな要因となってきました。古代ローマ時代、サンタレンはスカラビス (Scalabis) という名で呼ばれていました。ローマ人によって都市計画がなされ、ルジタニア (Lusitânia) で最も重要な都市の1つに数えられるまでになりました。8世紀以降、ムーア人による支配によって、この町の戦略的、軍事的役割はより大きなものとなり、その名はシャンテレイン (Chanterein) と変わりました。これが、今日のサンタレンの名の直接の由来となっています。1147年には、アフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) が優れた手腕でこの地をムーア人の手から奪回し、同じ年にリスボン (Lisboa) を奪回するに及んで、レコンキスタ (国土回復運動) の前進を決定的なものとししました。サンタレンは、ポルトガルの初代王朝以来、王の一族によってとりわけ好まれた都市の1つでした。中世には、商業活動がこの地で盛んに行われるようになり、これが貴族階級が都市に定住することと一体となって、サンタレンが社会的、経済的に大きな発展の時代を迎える推進力となりました。今も残るさまざまな史跡や建築物にこの時代の反映を見ることができます。芸術的、文化的にも豊かなこの時代に、サンタレンは王の在所となり、ポルトガル王国の首都となりました (1325 ~ 1357年)。さらに、15世紀になるまで、たびたびこの地ではコルテスと呼ばれる初期のポルトガル議会が開かれていました。

1491年、国王ジョアン2世 (D. João

II) の王子にして王位継承者であるアフォンソ王子 (infante D.

Afonso) が、リベイラ・デ・サンタレン (Ribeira de Santarém) で不慮の事故で命を落とすという事件がありました。このことがきっかけとな

り、この都市から王一族の足が遠のくことになり、地域への投資も急激な下降線をたどりました。とはいえ、この地はその後たびたびポルトガルの歴史に登場することになります。1500年にブラジルを発見したペドロ・アルヴァレス・カブラル（Pedro Álvares Cabral）は、このサンタレンの地で長い年月を送りました。サンタレンを深く知るなよりの方法は、その文化的、芸術的遺産に触れることです。また、祭りや行事の開催期間中にこの町を訪れば、地域の特徴を最もよく表すさまざまな催事が、祭りのハイライトとして登場します。6月には、ポルトガル農業祭（Feira Nacional da Agricultura）が開催され、さまざまな農産物や農耕機具が展示され、牛の市が立ちます。闘牛のファンならば、闘牛観戦のまたとない機会ともなります。10月になれば、ポルトガルを代表する食の祭典である郷土料理の祭典（Festival Nacional de Gastronomia）が開催されます。この祭りでは、あわせて、国内のあらゆる地方の手工芸品の展示や民俗芸能の紹介があります。できればぜひともこの機会に、リバテージョ地方（Ribatejo）の伝統舞踊、ファンダンゴ（Fandango）を見たいものです。ファンダンゴは、最低2人の男性が踊り手となって、けんかを模した形で踊られます。これは、牧草地で働く牛飼いの熟練した技能を象徴したものです。

Santiago do Cacém

Santiago do Cacém

サンティアゴ・ド・カセム サンティアゴ・ド・カセム（Santiago do Cacém）はポルトガル南部ののどかな町で、その起源ははるか昔にさかのぼります。古代ローマ時代にはリスボンとアルガルヴェ（Algarve）とを結ぶ街道沿いにある重要な町で、それがこの町の発展に大きく寄与する要因となりました。13世紀になると、1217年にアフォンソ2世（D. Afonso II）率いる軍勢によってキリスト教徒が最終的にこの町を征服しましたが、それより前の1157年にはテンプル騎士団によって征服されていました。もともとはムーア人によって建てられた城が建て替えられたのはほぼこの時期です。歴史的、建築的に興味深い建物としてはこの他にも、13世紀の教区教会（Igreja Matriz）や17世紀のサン・ペドロ礼拝堂（Capela de São Pedro）があります。この地域の観光は、近郊のミロブリガ（Miróbriga）の遺跡、重要な農産物センター、古代ローマ時代の温泉を訪ねなければ完全とは言えません。考古学的遺跡には、馬術演習場、数軒の家（その一部には壁画があります）、明確に区画され、フォーラムや公共浴場が目を引きアクロポリスなどを含む市の中心部などがあります。

Serpa

Serpa

セルパ ポルトガル南部を横断する大河、グアディアナ川（Rio Guadiana）からほんの数キロメートルの高台にセルパ町があります。この町は、約2000年前の古代ローマ時代から人が定住していたことが明らかになっています。8世紀にはムーア人がイベリア半島を支配したため、セルパはイスラム教に改宗され、シェベリム（Scheberim）と名づけられました。ポルトガル軍は1166年に町を占領しましたが、1191年にアルモハデ（Almohade）の戦いで、セルパ（Serpa）を含むテージョ川（Rio Tejo）南の領土の大半が再び占領されました。1232年、サンショ2世（D. Sancho II）の治世下でこの地域は再びポルトガル領となりました。ディニス王（D. Dinis）治世下の1295年にはルーゾとカスティーリャの国境が確定し、セルパは初めて憲章を授与されました。同時に、その堂々たる

防衛のための城（castelo）が再建され、さらに拡張されました。スペイン継承戦争の間、セルバは1707年に最後の占領となるオスナ（Ossuna）侯爵率いるスペイン軍の包囲下に置かれました。セルバを訪れる誰もがまず、当初あった5つの門のうち唯一残存しているモウラ（Moura）とベージャ（Beja）の門から始まる壮大な城壁に印象づけられます。東側の城壁の裏にはフィカリヨ（Ficalho）伯爵の大邸宅があります。また、城壁の南側最先端まで延びているイタリア様式の拱廊のついた壮大な送水路も注目しなければなりません。町自体では、広大な広場に通じ、伝統的、学問的、宗教的な建築様式の特徴を示す通りの配置がセルバの際だった特徴となっており、古い時代の通りの散策を充実したものにしています。町の北部は、原始時代、中世期にムーア人やキリスト教徒の集落が集中していたところです。ここでは、サンタ・マリア教会（Igreja de Santa Maria）、城の牢獄塔跡、時計塔、考古学博物館（Museu de Arqueologia）がご覧いただけます。時計に関しては、モステイリニョ修道院（Convento do Mosteirinho）にこの種の博物館としてはイベリア半島唯一の時計博物館（Museu do Relógio）があります。

セルバを訪問する際は必ず、S. ジェンス・ボザーダ（Pousada de S. Genes）に立ち寄ってください。この歴史あるホテルからは、オリーブの灌木以外遮るもののないセルバの景色を一望することができます。町の壘壁の外側では、グアダルベの聖母を奉った教会である15世紀のサント・アントニオ修道院や、ベージャへ向かう途中にあるサン・セバスチャン（S. Sebastião）は訪れる価値があります。後者は16世紀の建築物で、マヌエル様式とムーア人の建築様式とが見事に調和し、2つの文化が地域全体でどのように共存していたかが示されています。南へ10キロメートルほど下ると、グアディアナ川を左にグアディアナ自然公園（Parque Natural do Guadiana）があります。自然の遺産が豊富に残るこの公園では、ポルトガル南部で最も美しい景色を堪能できます。

Sines

Sines

シネス 古い漁師町シネス（Sines）は、観光と産業によって徐々にその姿を変えてきました。今日では、ポルトガル経済にとって極めて重要な主要港であり、オイル・タンカーのターミナルでもあります。湾を見下ろすように中世の城（castelo）の遺跡があります。この城は16世紀に再建されました。ヴァスコ・ダ・ガマ（Vasco da Gama）（1468年～1524年）は、シネス総督の息子としてこの町で生まれたと言われていています。城の塔の1つにこの有名な航海者のゆかりの品を収蔵した小さな博物館があります。シネス（Sines）には、この地方で発掘され、ずっと昔に人が居住したことを示す考古学的遺跡をすべて収蔵した極めて興味深い考古学博物館（Museu Arqueológico）もあります。

Tróia

Tróia

トロイア サド川 (Rio Sado) 南側の半島にあり、フェリーの定期便が往来するセトゥーバル (Setúbal) の対岸に位置するトロイア (Tróia) には、魚の塩漬け用工場 (当時の重要な工業団地) など、古代ローマ時代の重要な遺跡が今も残っています。これらの遺跡は古代ローマ人がセトブリガ (Cetobriga) に定住していたことを示す証拠ですが、この集落は川の対岸に移動し、セトゥーバルの町の名称の起源になりました。現在、トロイアは全長18キロメートルにも及ぶ美しい砂浜のビーチを持ち、多くのホテルや難しいゴルフ・コースが整備された観光リゾートです。6月に開かれる国際映画祭 (Festival Internacional de Cinema de Tróia) には、世界トップクラスの映画界の著名人がこの地を訪れます。

Viana do Alentejo

Viana do Alentejo

Vidigueira

Vidigueira

ヴィディゲイラ この地の集落の存在は、13世紀になるまで文書として残されていません。しかし、この地域に有史以前から人が居住していたことを示す証拠があります。ここで発掘された巨石遺跡のほか、サン・ククファテ (São Cucufate) やモンテ・ダ・セゴニーヤ (Monte da Cegonha) といった近くの古代ローマ時代の村も注目を集めています。防衛や軍事の戦略上何ら重要性を持っていなかったこの町は、基本的に農業を中心に発展してきました。このことは、ヴィディゲイラ (Vidigueira) が産地管理呼称地域に指定されているワインの生産からも容易に推測されます。15世紀にはすでにワイン生産の中心地として定評を博しており、19世紀には国内第7位のワイン生産量を誇るようになりました。ヴィディゲイラの名は、1519年にマヌエル1世 (D. Manuel I) (1495年~1521年) によりヴィディゲイラ伯爵に序せられた歴史的人物、ヴァスコ・ダ・ガマ (Vasco da Gama) にも関連しています。この当時、ヴァスコ・ダ・ガマによって建てられたカサ・ダ・ヴィディゲイラ (Casa da Vidigueira) は20世紀までこの一族の所有物でした。町の時計塔は、キリスト騎士団の十字架やガマ家の紋章とともに1520年の年が彫刻された鐘が時を刻んでいます。また、ヴィディゲイラから約2キロメートル離れた場所でもヴァスコ・ダ・ガマの面影をしのぶことができます。それは、ノッサ・セニョーラ・ダス・レリキアス修道院 (Convento de Nossa Senhora das Relíquias) の教会の祭壇 (現在では当初のデザインに大幅な変更が加えられています) で、インドへの航路の発見者の遺体が1539年にコシム (Cochim) から戻ったとき、まずここに安置され、その後、1898年に最終的にジェロニモス修道院 (Mosteiro dos Jerónimos) に移されました。

Vila Nova de Milfontes

Vila Nova de Milfontes

ヴィラ・ノヴァ・デ・ミルフォンテス ミラ川（Rio Mira）の河口に位置するこの快適な町の最近の発展は、この地方の観光産業の著しい拡大によるものです。コスタ・ヴィセンティーナ（Costa Vicentina）に沿った静かで美しいビーチは今でも自然の特徴がほとんど残り、ウォーター・スポーツに最高の条件が整っているため非常に高い人気があります。町の歴史の中心地には、砦（絶え間なく続く海賊の襲撃から町を守るために1599年から1602年にかけて建造）や、教区教会（Igreja Matriz）、20世紀初頭に建てられたサルダン岬（Cabo Sardão）の灯台など、興味深い建造物がいくつかあります。

Vila Viçosa

Vila Viçosa

ヴィラ・ヴィソーザ

ポルトガル南部の最も肥沃な地域の1つにあるヴィラ・ヴィソーザ（Vila Viçosa）は、ポルトガル史上極めて重要な時期の中心となったことがありました。王家に次いで最も強大な権力を握っていた貴族、ブラガンサ公爵邸（Casa dos Duques de Bragança）はここに建てられました。初代のブラガンサ公は、ジョアン1世（D. João I）（1385～1433）の非嫡出子であるアフォンソ（D. Afonso）です。しかし、現在、一般公開されている公爵邸は、実際は16世紀に町の発展に重要な貢献を果たした第4代目ブラガンサ公爵、D. ジャイメ（D. Jaime）によって建てられたものです。1646年、国会開催中に第8代目ブラガンサ公爵であるジョアン4世（D. João IV）（は、教区教会（Igreja Matriz）に奉られていた受胎の聖母像に戴冠し、聖母をポルトガルの守護神と宣言しました。それ以降、ポルトガル国王が王冠をかぶることはありませんでした。ヴィラ・ヴィソーザ（Vila Viçosa）は大理石で有名で、160カ所の採石場で採石および切断される大理石は国際的に有名です（特にピンク大理石）。

Zambujeira do Mar

Zambujeira do Mar

ザンブジェイラ・ド・マール

ビーチの美しい景色を一望するザンブジェイラ・ド・マール（Zambujeira do Mar）は、今なお安らぎと静けさを満喫できる小さな漁村です。美しいビーチは多くの旅行者を引きつける魅力の1つです。この地域は自然環境がそのまま保存され、ウォーター・スポーツの設備が完備されているため、特に夏には多くの観光客が訪れます。自然の観光とスポーツがこの地域で最も人気の高い活動で、アレンテージョ南西・ヴィセンティーナ海岸自然公園（Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina）で楽しむことができます。この地方のイベントについては、この地方最大のアトラクションは8月にエルダーデ・ダ・カサ・ブランカ（Herdade da Casa Branca）で開かれる南西地方のフェスティバルです。3日間にわたり、何百人もの若者がさまざまな音楽の演奏を聞くためにこの地に集まります。

ポルトと北部地方

Alfândega da Fé

Alfândega da Fé

アルファンデガ・ダ・フェ ここでは数々の考古学遺跡が発見されており、先史時代から人々が住み着いていたことがわかっています。町の名前はアラビア語で宿を意味する「アルファンデガ (alfândega)」から取ったもので、レコンキスタ後に「da fe (信仰の)」という言葉が付け加えられました。

アルファンデガ・ダ・フェ (Alfândega da Fé) は、北部内陸地域のいわゆる「terra quente (熱い土地)」に位置しています。というのも、ここは冬は非常に寒く夏は高温になる地域だからです。このあたりはアーモンドの花でも有名で、満開となる2月や3月にはとても美しい風景を眺めることができます。

Alijó

Alijó

アリジョ アリジョ (Alijó) はドウロ地区 (Região Demarcada do Douro) の中心にあり、ワインの生産で有名な町です。この町には有名なポートワインを作る農園がたくさんあります。この町が初めて設立免許状を受けたのは1226年にさかのぼりますが、先史時代から人が住んでいたことを証明する遺跡がいくつか見つかっています。

Amarante

Amarante

アマランテ アマランテ (Amarante) を訪れる人は誰でも、町を見下ろすようにそびえ、壮大な景観を形作っているセーラ・ド・マラオン (Serra do Marão) と、ガリシアを起点とするドウロ川 (Rio Douro) の最大の支流でアマランテの中心部を流れ、ほとりに立ち並ぶ絵のような家々に彩りを添えているタメガ川 (Rio Tâmega) という、2つの大きな自然の姿に圧倒されます。この町はミーニョ (Minho) 地方とトラス・オス・モンテス (Trás-os-Montes) 地方を結ぶ中間地点にあり、アマラントゥスという名のローマの百人隊長がその基礎を築いたと考える歴史家もいます。13世紀に、ベネディクト派の僧で人々に人気の高かった修道士の聖ゴンサーロ (Gonçalo) がこのあたりを訪れ、イタリアとエルサレムへの巡礼後にこの地に住み着き、のちに町の守護聖人になりました。聖ゴンサーロはタメガ川にかかる堅固な橋を今の場所に作ったとされています。アマランテの橋は、19世紀初めにポルトガルを侵略したナポレオンがこの町を攻めてきたとき、町の住民が勇ましく抵抗した記憶を今によみがえらせてくれるものです。この町はトラス・オス・モンテス地方への主な玄関口となっているため、スルト将軍はこの町を包囲しましたが、ここで住民の頑強な抵抗にあいまず。町は将軍の激しい攻撃に2週間耐え抜きましたが、大量の火薬を使ったフランス軍の砲撃についに降伏しました。アマランテのお菓子やケーキは非常に有名で、この地方のケーキ屋やカフェに行けばすぐ見つかります。パpos・デ・アンジョ (papos de anjo)、ブリザス・ド・タメガ (brisas do Tâmega)、トシーニョ・ド・セウ (toucinho do

céu)、ポーロス・デ・サン・ゴンサーロ (bolos de São Gonçalo、galho fas) といったお菓子はぜひ名前を覚えてご賞味ください。6月の第一土曜日には、結婚願望の高いオールドミスに人気のあった聖ゴンサーロを記念するお祭りが行われます。

また、ここを訪れた人には必ずセーラ・ド・マラオン (Serra do Marão) へ足を伸ばし、息をのむほど素晴らしいその景観を楽しんでいただきたいものです。A4号線を20キロほど行ったところにあるポザーダ・デ・サン・ゴンサーロ (Pousada de S. Gonçalo) はゆっくりくつろげる宿で、ここからはポルトガル全土でも指折りの景観を楽しむことができます。

近くには快適なアンジアンス (Ansiães) の谷があり、オヴェリャ川 (Rio Ovelha) の右岸にあるマスの養殖場を訪れ、そのついでに周辺の深い森を散策してみましょう。またペーゾ・ダ・レグア (Peso da Régua) へ続く道沿いにあるTravanca da

セーラトラヴァンカ・ダ・セーラ (Travanca da Serra) 村は大変美しい場所で、そこからはこの地方全体をパノラマのように一望でき、晴れた日には、マラオン (Marão)、ジェレス (Gerês)、カブレイラ (Cabreira) の山々が見えます。村の中での見どころはティシェイラ・デ・パスコアイス (Teixeira de Pascoais) 一族が所有し、現在は観光に使われているカーザ・ダ・レバダ (Casa da Levada) で、中庭には2つの巨大な花崗岩のエスピゲイロス (espigueiros) (トウモロコシを乾燥し貯蔵しておく貯蔵庫) があります。シャウン・デ・パラダ (Chão de Parada) にはドルメンがほぼ完全な形で残っています。

Amares

Amares

アマレス カヴァド川 (Rio Cávado) の谷間とセーラ・ド・ジェレス (Serra do Gerês) の間に横たわるこの地域は非常に肥沃で、オレンジとヴィーニョ・ヴェルデの生産で特に有名です。ポルトガル建国当時から、アマレス (Amares) 周辺地域はここに定住した様々な修道会の影響を色濃く受けて発展してきました。たとえばベネディクト修道会は11世紀にレンドウフェ修道院 (Mosteiro de Rendufe) を建て、シトー修道会は12世紀にサンタ・マリア・ド・ボーロ修道院 (Mosteiro de Santa Maria do Bouro) を立てています。近くにあるカルデーラス (Caldelas) の温泉は治療効果が高く非常に人気があります。

Arcos de Valdevez

Arcos de Valdevez

アルコス・デ・ヴァルデベス
アルコス・デ・ヴァルデベス (Arcos de Valdevez) の町は、ヴェス川 (Rio Vez) の谷間にありながら、豊かな緑あふれる景観と伝統的な建物、特に大きな館の素晴らしさが印象的な、アルト・ミーニョ (Alto Minho) 地方の魅力をふんだんに残しています。メジオ巨石地区 (Núcleo Megalítico do Mezio) に展示されている様々な考古学の発掘物からも、このあたりには先史時代から人が住んでいたことがわかっています。

アルコス・デ・ヴァルデベスの町は、自然がありのままの姿をとどめているペネダ・ジュレス自然公園 (Parque Nacional da Peneda-Gerês) の中にあります。この地域には多くの快適な村落共同体があり、その1つ、ソアージョ (Soajo) では住民が祖先の風習や習慣を今なお守り続けてい

ます。

Armamar

Armamar

アルママール ドウロ川 (Rio Douro) はつねに周りの景観に大きな影響を与えていますが、その岸边にあるアルママール (Armamar) の町は今なお穏やかで平和な雰囲気にあります。ここは農業地域で、最高品質のワインと、国内でも指折りのおいしいリンゴが生産されています。13世紀に建てられたアルママールのロマネスク教区教会は、特に印象的な記念建造物です。

Baião

Baião

バイアオン Baião (Baião) は非常に古い地方で、町の名は10世紀にムーア人を征服してこの地域を手に入れたキリスト教の戦士、D.

アルナルド・デ・バヤン (D. Arnaldo de Bayan

またはBayão) の名前に由来しています。

この地方独特の景観はドウロ川 (Rio Douro) の影響を大きく受け、小さな礼拝堂、館、大きな農園が風景の中にいくつも散在しています。アルト・ド・バイアオン (Alto do

Baião) からは周囲の壮大な景色を眺めることができます。

Barcelos

Barcelos

バルセロス カヴァド川 (Rio Cavado) にかかる古い橋を渡ると、そこは人気の高いミーニョ (Minho) アートを象徴する有名な都市の1つ、バルセロス (Barcelos) です。このあたりは先史時代の考古遺跡が残る地域ですが、バルセロス自体の歴史は12世紀、アフォンソ・エンリケス王 (D. Afonso Henriques) が住民に設立勅許状を与えて村落を町としたときに始まります。その後1298年、ディニス王 (D. Dinis) が自分の侍従長を伯爵に取り立て、その権利の一部としてこの町を与えました。1385年には、コンデスターヴェル・ヌノ・アルヴァレス・ペレイラ (Condestável Nuno Álvares Pereira) が第7代バルセロス伯爵となりましたが、彼は娘のベアトリス姫 (D. Beatriz) とジョアン1世 (D. João I) の庶子、アフォンソ王子 (D. Afonso) が結婚するとき、この町を持参金として与えます。その後の一時期、バルセロスは大きく発展して力強い成長を遂げ、橋や町の城壁が造られました。その名残は今でも、トーレ・ダ・ポルタ・ノヴァ (Torre da Porta Nova)、パソ・ドス・ドゥケス (Paço dos Duques)、教区教会 (Igreja Matriz) に見ることができます。これらは今も町の中心的な歴史的建造物で、領主館や、ソラル・ドス・ピニョーレス (Solar dos Pinheiros) のような歴史的な邸宅が、中世の快い雰囲気をたたえて散在しています。バルセロスの散策で見どころは、現在はカンポス・ダ・レプブリカ (Campo da República) として知られる、古い催事会場です。ここには18世紀のボン・ジェズ・ダ・クルス教会 (Igreja do Bom Jesus da Cruz) やノッサ・セニョーラ・ド・テルソ教会 (Igreja da Nossa Senhora do Terço) 教会があるほか、ポルトガル最大の手工芸品フェアが毎週木曜日に開かれています。そのフェアに行けないという方にぜひお薦めしたいのが、陶磁器博物館 (Museu da

Olaria) とバルセロス手工芸品センター (Centro de Artesanato de Barcelos) です。ここではミーニョ・アートや手工芸品の数々を見ることができます。バルセロスで作られているものの中で一番代表的なのは、明るい色のバルセロスの鶏でしょう。そのほか、プラスバンドやこの地域の習慣や風習を描いた人形もお忘れなく。

Boticas

Boticas

ボティカス ボティカス (Boticas) は、有名なバロッサ牛を飼育しているバロッサ (Barroso) 地方の、険しい山岳地域にある町です。そこで産出する牛肉は国王の食物として昔から味の良さでは有名でした。このたび証明書が与えられ、保護原産地域としての指定を受けました。

ボティカスは有名な「死人のワイン (Vinho dos Mortos)」の産地でもあります。こんな名前がついているのは、びんに詰めてから土中に埋め、1年ほど発酵させてよい味を出すからです。この手法は19世紀にフランスの侵略を受けた時、まったくの偶然から編み出されたものです。地元の人々は、フランス軍の略奪を免れるため、絶対に考えつかないような場所に持ち物や作物を隠したのですが、危機が去ってワインを掘り出してみると、それが素晴らしい品質のワインに醸成されていたのです。この地域の鉱水も質が高く、カルヴァリエーリョス (Carvalhelhos) の温泉の水は「聖なる水」として特に有名です。

Braga

Braga

ブラガ ローマ皇帝アウグストゥスの治世の紀元前27年に、この地域に司法の都、ローマの「ブラカーラ・アウグスタ」の建設が始まりました。これはイベリア半島を南北に横切る網目状の街道を作り、半島をローマと結ぼうという計画の一部でした。カラカラ帝が216年にこの町にガリシア地方の主都としての地位を与えたことから、この土地の重要性がわかります。同じ3世紀に、パテルノ (Paterno) 司教の治めるブラガ司教管区が設立されました。ローマ帝国が衰退すると、この町はまずスウェヴィ族に占領され、彼らの政治と学問の中心地となりました。その後、西ゴート族やイスラム教徒が侵入してきます。11世紀半ばには再度キリスト教徒がこの町を征服し、ベドロ司教の司教管区が回復されました。イスラム教徒が支配している間、司教はその住まいをルゴ (Lugo) (スペイン) へ移していたのです。1112年、マウリシオ・ブルビーノ (Maurício Burbino) 大司教の着任とともに、ブラガ (Braga) は宗教史に名を残す都となります。インノケンティウス3世は1199年にコンポステーラのカテドラル (Sé) との論争の後、ポルト (Porto)、コインブラ (Coimbra)、ヴィゼウ (Viseu) ほか、現在スペインにある5つの司教管区支配権をブラガに移しました。ブラガのカテドラルはポルトガルで最も古く、何世紀にもわたってキリスト教の重要な基準となりました。非常に古いものを指す時「ブラガより古い」というのはここから生まれたのです。常にキリスト教の影響を受けてきたことはもちろんこの町の伝統にも反映されています。16世紀から18世紀までがこの町の最盛期といえるでしょう。それに大きな役割を果たしたのがまず、「ブラガの再建者」と言われるディオゴ・デ・ソウザ (Diogo de Sousa) 大司教です。大司教は1505年からこの町の民事と宗教の支配者となり、「村を都市に (大司教自身の言葉)」変える計画に着手しました。その後、ロドリゴ・デ・モウラ・テレス (Rodrigo de Moura Teles) とジョゼ・デ・ブラガンサ (José

de Bragança) が、この町に豊かなバロック様式を取り入れました。工業化と大学の設立は、現在のブラガの発展に大きく貢献しました。ブラガは世俗・宗教の両面における伝統をしっかりと保っており、これらは聖週間祭 (Solenidades da Semana Santa) や毎年6月のサン・ジョアン祭 (Festa de São João Baptista) で繰り広げられるイベントにも現れています。これらのお祭りはブラガを訪れるのによい機会です。史跡を観光し、ここを通過していったサンティアゴ (Santiago) の巡礼たちに思いをはせるのも一興でしょう。郊外にはマリアの聖地への道や、素晴らしいコルドフォーン博物館 (Museu dos Cordofones) などがあります。

Bragança

Bragança

ブラガンサ 歴史の中心となった事物を巡る旅を続けていると必ずたどりつくのが、ブラガンサ公爵領の本拠地だったこの静かな中世の要塞です。この地の開発は12世紀にさかのぼります。ブラガンサー族で、ポルトガルの初代国王アフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) (1139-85) の義弟のフェルナン・メンデス (Fernão Mendes) がここに住居を作ったのが始まりでした。その後、1187年にサンショ国王 (D. Sancho) がこの町の地域発展への貢献を評価し、法的自治権と町の設立勅許状を与えました。この町は中世の姿を今にとどめており、堂々たる要塞、めずらしいルジタニアのベラオン (berrão) (先史時代の花崗岩の豚) に乗ったペロウリーニョ、サンタ・マリア教会、それに独特な建築物のドムス・ムニシパリス (Domus Municipalis) などが見どころです。1442年、ジョアン1世 (D. João I) の庶子アフォンソが大臣ヌノ・アルバレス・ペレイラ (Nuno Álvares Pereira) の娘のベアトリズ・デ・アルヴィン (Beatriz de Alvim) と結婚したことから、ブラガンサ公爵領が創設されました。この公爵家がいかに重要であったかは、ブラガンサ公爵夫妻が同時にバルセロス (Barcelos) およびギマラインス公爵、ヴァレンサおよびヴィラ・ヴィソザ侯爵夫人、オウレン、アラリオロス (Arraiolos)、ネイヴァ (Neiva)、ファロ (Faro)、ファリア (Faria) およびペナフィエル (Penafiel) 伯爵、モンフォルテ (Monforte)、アレグレテ (Alegrete) およびヴィラ・ド・コンデ (Vila do Conde) 卿を兼ねていたことから明らかです。1640年に、第8代ブラガンサ公爵がジョアン4世 (D. João IV) となり、1910年の共和国設立まで続く最後のポルトガル王朝の祖となりました。ブラガンサの町は城壁を超えて西へと拡大しました。官庁や商業の中心地を抜けて少し足をのばせば、貴族の館や歴史建造物などが今なお、高貴なブラガンサの過去の歴史を物語っています。マヌエル国王が1514年に新しい勅許状を与えた後、町は1年の半分をここに住む司教たちのもとで発展を遂げることとなりました。司教領はミランダ・ド・ドウロ (Miranda do Douro) に分割されますが、1764年にブラガンサは司教の座を統一しました。当時を彩った王家と司教の影響は、サン・ヴィセンテ教会 (Igreja de São Vicente)、アバーデ・バサル博物館 (Museu do Abade Baçal)、ミゼリコルディア教会 (Capela da Misericórdia)、サンタ・クララ教会 (Igreja de Santa Clara)、そして大聖堂 (Sé Catedral) に色濃く残っています。ブラガンサを訪れたら、近隣のキャストロ・デ・アヴェランス (Castro de Avelãs) 教会は必見です。それに、この地域の伝統の一部となっている共同体形式の村々が散在するモンテシーニョ自然公園 (Parque Natural de Montesinho) の散策も欠かせません。

Cabeceiras de Basto

Cabeceiras de Basto

カベセイラス・デ・バスト この町は「バスト」の地として知られる地域にあります。その名は、ムーア人の侵略者たちと勇敢に戦い、後にいくつも花崗岩の像が造られた伝説のルジタニア戦士、「バスト」にちなんでつけられました。これらの像は、ローマの征服以前の時期（紀元前1世紀）の戦士の墓石を刻んで作られたもので、その1つはカベセイラス・デ・バスト（Cabeceiras de Basto）の入口にある台座にも見ることができます。この地域の発展は、12世紀以前に建立されたサン・ミゲル・デ・レフォジョス修道院（Mosteiro de São Miguel de Refojos）の影響を色濃く受けており、この町はレフォジョス・ド・バスト（Refojos do Basto）としても知られています。周りの田園地帯は非常に美しく、澄み切った川が流れ豊かな緑の丘が広がっています。とりわけモイニーニョス・ド・レイ公園（Parque de Moinhos do Rei）は素晴らしく、そこでは14世紀にポルトガルのディニス国王（D. Denis）の求めによって作られたアバディン（Abadim）の共同風車も見ることができます。

Caminha

Caminha

カミーニャ ミーニョ川（Rio Minho）の河口に位置し、何度かポルトガルとスペインの戦場となった国境の城壁都市、カミーニャ（Caminha）。今では隣国とはるかに友好的な関係にあり、川の両岸を毎日フェリーが往来しています。河口にある小さな島には、15世紀に川への侵入を防ぐために建てられたインスア要塞（Forte da Ínsua）の遺跡が残っています。しかしこの地域の見どころは過去の遺跡だけではありません。カミーニャの北部から6キロほど離れたとても美しい田園地帯の中にある絵のようなスポット、ヴィラルル・デ・モウロス（Vilar de Mouros）では、ポルトガルで初めてのモダンな催しである現代音楽祭が毎年8月に開かれ、人気を博しています。

Carraceda de Ansiães

Carraceda de Ansiães

カラゼーダ・デ・アンジアンス

花崗岩が多いカラゼーダ・デ・アンジアンス（Carraceda de Ansiães）では、中世の城やロマネスク様式の教会、あるいは先史時代にその地方に人が住んでいたことを示す証拠が残っており、これらは特に一見の価値があります。その素晴らしい例が、保存状態がよいまま残されている岩絵とドルメンでしょう。

この地方の自然の傑作は、リバルonga（Ribalonga）の「揺れる岩（pedra bulideira）」です。これは巨大な丸い岩で、丘の上にぐらぐらしながら立っています。人が触ると揺れますが、倒れることはありません。

Celorico de Basto

Celorico de Basto

セロリコ・デ・バスト タメガ川 (Rio Tâmega) の近くにあるこの町は中世の重要拠点でした。というのも、この地域の防衛の最も重要な戦略地点であるセロリコ・デ・バスト (Celorico de Basto) の城とアルノイアス (Arnóias) の城がここにあったからです。さらに時代が下ると (17世紀~19世紀) セロリコ・デ・バストには貴族が好んで住居を作るようになりました。彼らの建てた館は、この地域の景色の中に彼らの住んだ足跡を残しています。

Chaves

Chaves

シャーヴェス ローマ帝国の占領下にあった時代、シャーヴェス (Chaves) の町は、「アクアエ・フラウィアエ (Aqua Flaviae)」の名で知られていました。これはローマ皇帝のティトゥス・フラウィウス・ウェスパシアヌスが、この地にある地熱温泉の質の高さを認めたことからつけられた名前です。この温泉は源泉が73℃にもなるヨーロッパの高温で、その治癒効果は今なお高く評価され、非常な人気を博しています。タメガ川 (Rio Tâmega) のほとり、スペイン国境近くにあるシャーヴェスは、軍事的にも戦略的にもつねに非常に重要な場所でした。16世紀にはカスティリャによる併合に勇ましく抵抗し、その後19世紀に侵攻したナポレオン軍がポルトガルの地で初めての敗北を喫したのがこの町でした。この町が防衛上いかに重要だったかを物語るのが、その城と要塞、および城壁に囲まれた中世の居住区です。シャーヴェスはまた種類豊富な料理でも広く知られ、特にソーセージやスモークハムは有名です。

Cinfães

Cinfães

シンファインス ドウロ川 (Rio Douro) の岸とセラ・デ・モンテムロ (Serra de Montemuro) の間に位置するシンファインス (Cinfães) は、ポルトガルの初代国王アフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) (1139~85) が12世紀に彼の家庭教師、ドン・エガス・モーニス (D. Egas Moniz) に育てられたところです。当時ドン・エガス・モーニスはこの地域の領主でもありました。この地域は非常に涼しく緑豊かで、カラパテロ・ダム (Barragem do Carapatelo) の近くの川沿いにはいくつものビーチがあり、水上スポーツを楽しむ人にもってこいのところです。有史以前に人が住んでいたことを示す跡があちこちに残っており、またタロウケラ (Tarouquela) のエスカマラオン教会 (Igreja de Escamarão) やサンタ・マリア・マヨール教会 (Igreja de Santa Maria Maior) ではロマネスク時代の建築様式を鑑賞することができます。

Espinho

Espinho

エスピーニョ エスピーニョ (Espinho) はもともと木造の住居 (パリエイロ (palheiro)) の立ち並ぶ漁村でしたが、19世紀に海辺のリゾートに生まれ変わりました。当時は海に治癒効果があるというので泳ぐことがさかんに推奨され、エスピーニョもリゾート地として高い人気を博しました。今日のエスピーニョも長く伸びたビーチのあるにぎやかな町ですが、海水療法センターや、19世紀末にイギリス人によって作られたイベリア半島最古のゴルフコース、それに宿泊施設が完備されたカジノなども楽しめます。6月の音楽祭や11月の漫画祭をはじめとして、年間を通じて様々な催し物があります。

Esposende

Esposende

エスポゼンデ ポルトガルの大航海時代、エスポゼンデ (Esposende) は重要な漁業の港町でした。漁業は今日でも続いています。今では人気の高い海辺のリゾートでもあります。近くのアプーリア (Apúlia) 村では、漁業のほか、干潮時に海藻を集めることが盛んに行われています。エスポゼンデからオフィル (Ofir) やファオン (Fão) へと続く海岸は景観保護区であり、ポルトガルの北海岸の最も美しい海岸の1つに数えられています。北へ6キロほど行ったところにあるサン・バルトロメウ・ド・マール (São Bartolomeu do Mar) で8月24日に行われる宗教祭は有名です。ここでは病気を治し、子供たちを強く健康にしてくれると言い伝えられている海水浴儀式が行われます。

Fafe

Fafe

ファフェ ファフェ (Fafe) が行政の中心地になったのはごく最近 (19世紀) で、18世紀から19世紀にブラジルに移民した多くの人々が持ち帰った文化の影響を色濃く受けています。生まれ故郷に戻った人々は、地元で「ブラジル風」と言われる堂々とした建築様式の広大な住居を自分たちのために建てるとともに、繊維産業や商業活動に投資してこの地域の発展に大きく貢献しました。

Felgueiras

Felgueiras

フェルゲイラス 緑豊かな景観の中にたたずむフェルゲイラス (Felgueiras) の周辺には、小さなロマネスク様式の教会のある村がいくつも散在しています。この町は刺繍やレース編み、ヴィーニョ・ヴェルデの生産、それに名高いマルガリデ (Margaride) のスポンジケーキで有名です。

Freixo de Espada à Cinta

Freixo de Espada à Cinta

フレイショ・デ・エスパダ・ア・シント

フレイショ・デ・エスパダ・ア・シント (Freixo de Espada à Cinta) の町の珍しい名前については多くの説明があります (文字通りの意味は「剣をつけたトネリコの木」)。それはゴシック時代の「エスパダシント (Espadacinta)」という貴族の名前から取ったのだという人もいれば、レオンの貴族の鎧にトネリコと剣が描かれていたからだという人もいます。また、ポルトガルのディニス国王 (D. Dinis) が14世紀にこの町を建てたとき、トネリコの木に剣を結んでから、その木にもたれて休んだという伝説によるものだという説もあります。この地域はドウロ (Douro) のワイン地区にあり、アーモンドの花が満開になる春が特に絶景です。ペネド・ドウラオン (Penedo Durão) の頂上からは、スペインの国境のかなたまで眺めることができ、素晴らしい景観を楽しむことができます。

Gondomar

Gondomar

ゴンドマル 穏やかで肥沃な谷間にあるゴンドマル (Gondomar) は金銀細工で有名です。金銀細工はこの地で何世紀にもわたって行われている産業で、その起源は西ゴート族やケルト族の時代にまでさかのぼると考えられています。始まりはこの地域に金山が点在していたことに直接関係していますが、それらは2世紀以上前に閉山となりました。様々な品が造られていますが、その中で最も美しいのはもちろん金銀細工で、その繊細で複雑な透かし模様のデザインは、イベリア半島にいたムーア人の美や芸術の影響を受けていると考えられます。これらの豊かで独特な手作り製品は、ミニョータ (ミーニョ (Minho) 地方の少女たち) が着るこの地方の派手な装飾を施した衣装に欠かせないものとなっています。

Guimarães

Guimarães

ギマラインス 2001年12月13日、ユネスコはギマラインス (Guimarães) の史跡を世界遺産に登録しました。数々の史跡を持ち、その遺産や公共空間を注意深く保存して、訪れる人に喜びと楽しみを与えてきたこの町にふさわしい栄誉といえましょう。ポルトガルの人々にとって、ギマラインスは非常に特別な象徴的意味を持っています。というのは、そこはアフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) が1128年6月24日にサン・マメーデの戦いを敢行した城壁近くの場所にあるからです。自分の母親でレオンとカスティリヤの国王アルフォンソ6世 (D. Afonso VI) の娘でもあるドナ・テレザ (D. Teresa) の軍と戦って勝利を収めたアフォンソ・エンリケスは、ポルトガル王国の基盤固めとなる作業に着手し、その初代国王になりました。ですから、ここを訪れる時はまず、様々な歴史の出来事を思い出させてくれるギマラインス城 (Castelo de Guimarães) を頂く聖なる丘コリーナ・サグラダ (Colina Sagrada) と言われる場所と、小さなロマネスク様式のサン・ミゲル教会 (Igreja de São Miguel) からスタートするのがよいでしょう。伝説では、アフォンソ・エンリケスが洗礼を受けたのはこの教会であると言われており、内部ではまだその洗礼盤を見ることができます。丘のふもとには、彫刻家のソア

ーレス・ドス・レイス (Soares dos Reis) (1834) が作ったアフォンソ・エンリケスの堂々たる像が置かれていますが、それからはこのポルトガルの初代国王の顔も身体的特徴もとうてい想像することはできません。すぐそばには15世紀に建てられた公爵の城がありますが、現在は城と博物館になっています。これらのポルトガル建国時の重要な史跡を訪ねた後は、ギマラインスの町を散策してはいかがでしょうか。ギマラインスでは歴史の中心地であるラルゴ・ダ・オリヴェイラ (Largo da Oliveira) からスタートすることをお勧めします。この町の壮大な景観を眺めたいという方は、7キロのところにあるモンテ・ダ・ペーニャ (Monte da Penha) の頂上までドライブすると、そこからポルトガル北部でも屈指のパノラマ展望を楽しむことができます。このドライブの途中には、アフォンソ・エンリケスの妻、ドナ・マファルダ・デ・サボイア (D. Mafalda de Sabóia) が建てた古い修道院、ポザーダ・デ・サンタ・マリーニャ・ダ・コスタ (Pousada de Santa Marinha da Costa) があります。内部は様々な様式や時代が混在した面白い建築で、建築家のフェルナンド・ターヴォラ (Fernando Távora) がその巧みな技でポザーダに仕立て上げたものです。教会 (18世紀に再建)、回廊、寝室となる小部屋、庭園を見下ろすサン・ジェロニモ (São Jerónimo) の美しいバルコニーなどはいずれも、ゆっくり見て回る価値のある見どころといえましょう。丘の頂上へはケーブルカーでも行けます。町の中心からノッサ・セニョーラ・ダ・ペーニャ (Nossa Senhora da Penha) を祀る場所として選ばれたこの頂きまでは、ほんの数分で到着します。

Lamego

Lamego

ラメーゴドウロ川 (Rio Douro) のほとりから12キロほど行ったところにあるラメーゴは18世紀に隆盛を誇った町です。ここでは当時いわゆる「上等のワイン」を産出しており、それが後に世界で有名なポートワインの誕生につながりました。ラメーゴ (Lamego) は大変古い町で、7世紀にはすでに西ゴート族によってラメクン (Lamecum) という名の司教管轄区に制定されていました。その後、ラメーゴものちにポルトガル領となった多くの町や村が味わった苦しみを味わうことになりました。すなわちムーア人に占領され、キリスト教徒に取り戻されたかと思うとまたイスラム教徒の手に渡り、最終的に1057年にカスティリヤとレオンの王で、ポルトガルの初代国王となったアフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) の祖父、フェルナンド・マーニョ・カステラ (Fernando Magno de Castela) による徹底的なレコンキスタが行われました。この中世を今に物語る史跡としては、町を見下ろす丘の上にある城や聖堂、それにサンタ・マリア・デ・アルマカヴェ (Santa Maria de Almacave) の小さな教会があります。何世紀にもわたる教会の強い影響力は、のちに1834年の宗教令による弾圧で抑えられたものの、ラメーゴには数多くの教会が残っており、16~17世紀の建設当時人気のあった古典様式の影響を伝えています。これらのどの教会でも、その前を通りかかったらぜひ中に入り、壁の内側を飾るアズレージョに描かれた物語や聖なる絵、それにバロック時代に付け加えられた、美しい彫刻が施され金箔を張った木造装飾などを鑑賞してみましょう。特に印象的なのは、町の美しい景色が眺められるサンタ・クルス修道院 (Convento de Santa Cruz) の教会です。ここは救済の聖母としてのマリアに捧げられた豪華で重厚なバロックの教会で、町の上方600メートルの高いところから、苦しむ礼拝者の訴えを聞き救済を与えています。毎年この町は聖母マリアのための祭りを行い、聖母が受けるにふさわしい敬意を捧げています。救済の聖母教会 (Santuário Nossa Senhora dos Remédios) へ続く階段

を反対方向にまっすぐ進んだ町はずれにあるのが、18世紀の美しい宮殿です。これは優雅で落ち着いたバロック様式で建てられていて、かつてはラメーゴの司教の邸宅でした。正面のドアの上には、昔の司教の宮殿を改築し拡大したマヌエル・ヴァスコンセロス・ペレイラ（Manuel Vasconcelos Pereira）司教の家紋が彫られています。1940年ごろ、この場所は非常に豊富なコレクションをそろえたラメーゴ博物館（Museu de Lamego）に改造され、欠かさない見どころの1つとなっています。ラメーゴがドウロ川のごく近くにあるため、有名なポートワインを生産するブドウ畑の広がる広大な谷間を一望できる様々な遊歩道やツアーをお楽しみいただけます。

Lousada

Lousada

ロウザダ 経済的に大きな発展を遂げた地域にありながら、なお農業の伝統を根強く保っているロウザダ（Lousada）には、一見の価値のある歴史建造物も多く残っています。近年、ロウザダは郊外の素晴らしいサーキットで開かれる自動車レースでも有名になりました。

Macedo de Cavaleiros

Macedo de Cavaleiros

マセド・デ・カヴァレイロス トラス・オス・モンテス（Trás-os-Montes）の北東部にあるマセド・デ・カヴァレイロス（Macedo de Cavaleiros）は、パラグライダーなどのアドベンチャー・スポーツで特に人気のあるボルネス山脈（Serra de Bornes）の近くで、肥沃な谷間に多くの館が散在するところです。シャシン王立絹工場（Real Filatório de Chacim）の遺跡に見られるとおり、18世紀のこの地域では養蚕が主な産業の1つでした。この建物はマセド・デ・カヴァレイロスをポルトガルの本部とする「ヨーロッパ・シルクロード」プログラムの一部として修復されることになっています。

Maia

Maia

マイア
マイア（Maia）の町は大きな経済発展を遂げており、現在では重要な工業の中心地となっていますが、今なお古からの数多くの伝統や習慣を守り続けています。

町からそれほど遠くないモレイラ・ダ・マイア修道院（Convento de Moreira da Maia）には聖十字架の遺物があり、地元の住民はそれに奇跡の力があると信じて、大きな問題が起きたときには助けを求めて祈ります。

Marco de Canaveses

Marco de Canaveses

マルコ・デ・カナヴェゼズ [Marco de Canaveses] は、ドウロおよびタメガ川 [Douro, Tâmega] がある地域で、地元の慣習や伝統の独自性に大きな影響を与えています。川だけでなく、カラパテロやトラン貯水池 [Carrapatelo, Torrão] といったウォータースポーツが楽しめる素晴らしいエリアもあります。タメガ川公園 [Parque Fluvial do Tâmega]、棧橋、ピテトス・リバービーチ [Bitetos] はこの街とアルペンドラダのレクリエーション公園と合わせて、友人と過ごしたり、レジャーやスポーツを楽しむのうってつけのスポットです。

市内にある素晴らしい建築遺産を探索し、2,000年を超える歴史あるトンゴブリガのローマ都市 [Tongobriga] を訪れてみてください。また、8つの教会と2つの民間のモニュメントを鑑賞できる興味深いロマネスクリートを進むこともできます。ヴィラ・ボア・ド・ビスポ [Vila Boa do Bispo] やアルペンドラダ [Alpendorada] にある修道院へとつながっており、さらには未完成の宮殿 オブラス・ド・フィダルゴ [Obras do Fidalgo] へと続く、教会のパロック建築に驚くことでしょう。現代建築においては、著名な建築家アルヴァロ・シザ・ヴィエイラ [Álvaro Siza Vieira] が手掛けた、サンタ・マリア教会 [Santa Maria] は一見の価値があります。

自然が好きな方は、アボボレイラ [Aboboreira] 山やモンテデiras [Montedeiras] 山に魅了されることでしょう。長い距離を爽やかに散策でき、ドルメンや墳丘などが見られる魅力的な先史時代の史跡をみる事ができます。この街と地域をもっと楽しむには、自然や建築遺産のある7つの短いルート (SR) をお勧めします。

マルコ・デ・カナヴェゼズの観光は、博物館や手工芸品のショーを見ずに旅は終えられません。特に、カルメン市立博物館 [Museu Municipal Carmen]、石の博物館 [Museu da Pedra]、亜麻とワインの博物館 [Museu do Linho e do Vinho]、特産品振興センター [Centro de Promoção de Produtos Locais] やピテトス伝統工芸品センター [Casa de Produtos Tradicionais de Bitetos] がお勧めです。

休憩なら、ツーリズム・エン・エスパソ・ルーラル - 農村観光ハウス [Turismo em Espaço Rural] に滞在して、伝統的な郷土料理の味や香りを体験してください。例えば、オーブンで焼いた子羊のローストのお米添え、ヴェルデ・ワイン [Vinho Verde] とヤツメウナギ、「パン・ポードレ」 [pão podre] (これは文字通り「腐ったパン」で、甘い発酵パン)、「パン・デーロ」 [pão-de-ló] (軽いスポンジケーキ)、「カバカス」 [cavacas] (材料は卵、小麦粉、牛乳で、砂糖シロップをかけて食べる)、そして「ファチアス・ド・フレイジョ」 [fatias do Freixo] (卵、砂糖、小麦粉、水で作る柔らかいケーキ) や、ソアリャンイスのビスケットなどがあります。

旅の終わりには、マルコ・デ・カナヴェゼズのワインルートを進んでください。ヴェルデ・ワインの区画の一部であり、ポルトガルや海外でも評価されている個性のある新鮮で香り高いワインがあります。

Matosinhos

Matosinhos

マトジーニョス この太平洋岸の町の伝統と進展... レサ川 (Rio Leça) の河口にあるマトジーニョス (Matosinhos) は、海に近いことが常に利益をもたらしてきました。昔の文献によると11世紀にマテジヌス (Matesinus) という人々がここへ移り住んだということが書かれています。1514年に国王のマヌエル1世 (D. Manuel I) から勅許状が与えられましたが、マトジーニョスが町としての地位を得たのは19世紀 (1853年) で、都市になったのは1984年のことでした。この都市はもともと漁業と製塩を生業としていました。マトジーニョスは今なおポルトガルで最も重要な漁港ですが、工業化 (缶詰製造、エンジニアリング、木材加工) と多様化により、今では地域経済の3つの重要な柱を擁しています。つまり、レイションイス (Leixões) コンテナ港、ペトロガル (Petrogal) 精製所、および見本市会場「Exponor」で、見本市会場ではいつも大きな国際イベントが行われています。セニョール・ボン・ジェズ教会 (Santuário do Senhor Bom Jesus) はマトジーニョスで最も重要な史跡の1つですが、レサ・ダ・パルメイラ (Leça da Palmeira) の自然文化遺産も見逃せません。これはマトジーニョス最古の教区で、ビーチも美しいところですが、その芸術的で優美な多くの建物を見るためだけでも訪れる価値があります。シザ・ヴィエイラ (Siza Vieira) も、ここにサロン・デ・シャ (Salão de Chá) (ティーハウス) やピシーナ・ダス・マレス (Piscina das Marés) (海水のスィミングプール) を作って有名になった建築家の1人です。他にも、ボア・ノーヴァ灯台 (Boa Nova)、キンタ・ダ・コンセイサオン (Quinta da Conceição)、キンタ・デ・サンティアゴ (Quinta de Santiago)、ノッサ・セニョーラ・ダス・ネーヴェス要塞 (Forte de Nossa Senhora das Neves) など、歴史的な名所がいくつもあります。

Melgaço

Melgaço

メルガソ ガリシア (Galaicia) 近くにあるメルガソ (Melgaço) は、もともと12世紀にポルトガルの初代国王アフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) の命令で建てられた城の周りにできた集落でした。有名なヴィーニョ・ヴェルデが生産される冷涼で緑豊かな地域の中心にあるメルガソには、見逃せないお勧めの見どころがあります。それは、ソラル・ド・アルヴァリーニョ (Solar do Alvarinho) で、ここでは世界のどのワインにも負けない独自のワインが作られており、様々な種類のワインを試飲することができます。

周辺地域では、フィアニス修道院 (Mosteiro de Fiães)、セニョーラ・ダ・オラーダ教会 (Igreja da Senhora da Orada) やパデルネ教会 (Igreja de Paderne) など多くの美しいロマネスク様式の建造物や、カストロ・ラボレイロ (Castro Laboreiro) の伝統的な村を見ることができます。このあたりは鉄器時代から人が住んでおり、ここを原産地とする犬の品種名にもなっています。メルガソから4キロほど行ったところには、治癒効果の高い泉質で有名な温泉、テルマス・ド・ペーズ (Termas do Peso) があります。

Mesão Frio

Mesão Frio

メサオン・フリオ
ドウロ (Douro) ワイン生産地区にある静かな町メサオン・フリオ (Mesão Frio) は、これまで常にワイン作りに携わってきました。

川岸のひな壇にブドウの木々が生育して美しい景観を作り、そこかしこに大きな荘園や館が点在しています。

Miranda do Douro

Miranda do Douro

ミランダ・ド・ドウロ ミランダ・ド・ドウロ (Miranda do Douro) は、大変古い都市で、ローマの植民地だったところを8世紀にアラブ人が占領し「ミル・アンドゥル (Mir Andul)」という名をつけたことから後にミランダ (Miranda) と呼ばれるようになりました。国境にあるため重要な戦略防衛地点の1つでしたが、12世紀にはポルトガルの初代国王アフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) がここに城壁のある城の建設を命じ、それによってこの村落は完全な要塞と化しました。16世紀に町から都市へと昇格し、トラス・オス・モンテス (Trás-os-Montes) の司教権座となつてからは最盛期を迎え、2世紀以上にわたって大聖堂としてあがめられたサンタ・マリア・マヨール教会 (Igreja de Santa Maria Maior) など、壮大な建物がいくつも建設されています。17世紀にはポルトガルがスペインから独立するための戦争があり、さらにその後のフランスの侵攻によって、この都市は非常な痛手を被り、過去の繁栄のほとんどを失ってしまいました。今日ミランダ・ド・ドウロは、活気あふれる華やかなフォークローレ、パウリテイロス・デ・ミランダ (Pauliteiros de Miranda) で有名です。これは、伝統の白いフランネルのキルトを身にまとい、バグパイプの音に合わせて有名なスティックダンスを踊るもので、鉄器時代にこの地域をケルト族が占領していたころに始まったものです。人々が「ミランダ語」を話しているときは耳を傾けてください。これはポルトガルにおける公式な言語の一つであり、この地域で話されています。食事の時間になったら、この地域産の素晴らしいビーフで作られた「ポスタ・ミランデーサ」にも目を配ってください。

Mirandela

Mirandela

ミランデラ ミランデラ (Mirandela) はトゥア川 (Rio Tua) のほとりにあり、庭園都市と呼ばれる美しい都市です。「ミランデラを見たら必ずそこに住みたくなる」というのが、住民の言い慣わしとなっています。7月末に聖女アンパロ (Nossa Senhora do Amparo) を讃えて行われる祭りの目玉は、壮麗なるうそく行列と花火で、空に打ち上げられる花火はこの地域一帯で最も華やかな催しとされています。ミランデラは地方料理でもよく知られており、特に評判の高い伝統的なソーセージ「アリエイラス (alheiras)」で作った料理は有名です。郊外のロメウ (Romeu) はこのあたりの典型的な村で、一見の価値があります。

Mogadouro

Mogadouro

モガドウロ 13世紀にムーア人から国土を回復したとき、最初にポルトガル王国の領土となったのがモガドウロ (Mogadouro) でした。その後テンプル騎士団に与えられ、騎士団はここに城を築きましたが、今では廃墟となっています。この地域を訪れるとしたら、アーモンドの花が満開となり、野原が輝くばかりの白い花で覆われる2月、3月が最もよい時期です。このような美しい景観は、セーラ・ダ・カスタンエイラ (Serra da Castanheira) の頂上か、近くのペナス・ロイアス城 (Castelo de Penas Róias) によって見ると絶景を楽しむことができます。

Moimenta da Beira

Moimenta da Beira

モイメンタ・ダ・ベイラ「モイメンタ (Moimenta)」という名は埋葬施設または霊廟という意味で、先史時代ここに墓地があった事実になんだものと思われまます。

19~20世紀のポルトガルの作家、アキリーノ・リベイロ (Aquilino Ribeiro) はこの地域に「テラス・ド・デモ (Terras do Demo) (悪魔の土地)」というあだ名を付けましたが、実際は上等のワインや最高品質の果物を生産する非常に美しいところです。アルヴィテ (Alvite) やレオミル (Leomil) といった絵のように美しい村々に囲まれたモイメンタ・ダ・ベイラ (Moimenta da Beira) は、ヴィラルル・ダム (Barragem do Vilar) によって作られた貯水池のそばにあり、ウォータースポーツ愛好家にとっては素晴らしい条件を備えています。

Monção

Monção

モンサオン ミーニョ川 (Rio Minho) のほとりにある要塞都市モンサオン (Monção) は、温泉とアルヴァリーニョ (Alvarinho) ワインの町です。ここはかつて何度もポルトガルとカスティリヤの戦いの場となりました。スエヴィ語の名前はオロジオン (Orosion) といいましたが、それがラテン語に翻訳されてモンス・サンクトゥス (Mons Sanctus) となり、やがてポルトガル語でモンサオンと呼ばれるようになりました。1291年、ポルトガル国王アフォンソ3世 (D. Afonso III) はこの町に勅許状を与え、1306年にはディニス国王 (D. Dinis) が旧要塞の建設を命じました。その城壁には今でも訪れる人が絶えません。ミーニョ川やネリス・エスプラナデ (Neris esplanade) などの美しい段々畑や展望台を眺めていると、ここでポルトガルとカスティリヤの激しい戦闘が行われたことや、そのような戦いの中で偉大な勇気を示したデウラデウ・マルティンス (Deuladeu Martins)、マリアナ・デ・レンカストレ (Mariana de Lencastre)、エレナ・ペレス (Helena Peres) という3人の女性がいたことも、今では想像できないくらいです。今日では、毎年聖体祝日である木曜日に行われる伝統的で楽しいコカ祭 (Festa da Coca) に、昔の様々なエピソードを見ることができます。16世紀に作られた城壁のおかげで、教区教会、ミゼリコルディア教会 (Igreja da Misericórdia)、サント・アントニオ・ドス・カプーシヨス教会 (Igreja de Santo António dos Capuchos) などの史跡が数多く残る歴史の町が守られてきました。さらにこの町を訪れる人はモンサオン温泉で湯治を楽

しむことができます。

周辺には、珍しいローマ建築であるロンゴス・ヴァレス教会（Igreja de Longos Vales）、壮大なブレジヨエイラ宮殿（Palácio da Brejoeira）などがあり、そこでは有名なアルヴァリーニョ（Alvarinho）のスパークリングワインが作られてモンサオンの大きな遺産となっています。

Mondim de Basto

Mondim de Basto

モンディン・デ・バスト タメガ川（Rio Tâmega）の近くにあるモンディン・ド・バスト（Mondim de Basto）は12世紀、サンショ1世（D. Sancho I）の治世に建てられた町ですが、長年ここを通過していった多くの人々の足跡が今なお残っています。町の上方にそびえるのは火山を思わせるピラミッド型をしたモンテ・ファリーニャ（Monte Farinha）です。これは海拔990メートルの急勾配の山で、その頂上にはセニョーラ・ダ・グラサ修道院（Ermida da Senhora da Graça）が立っています。この教会は7月に行われる宗教的な祭の舞台となり、多くの人々が訪れます。

周辺には、エルメロ（Ermelo）村の近くにオロ川（Rio Olo）の滝があります。ここは地元では「エルメロの石弓（Fisgas de Ermelo）」と呼ばれており、一見の価値があります。

Montalegre

Montalegre

モンタレグレ ペネダ・ジェレス自然公園（Parque Nacional Peneda-Gerês）の中にあるこの地域は、自然の持つ多くの魅力がそのまま保たれており、訪れる人に様々な美しい景色を見せてくれます。モンタレグレ（Montalegre）の町は、19世紀に古い時代の要塞跡に建てられた城が見おろす位置にあり、地域全体にとって、この場所が担っていた戦略防衛地点の重要性を物語っています。周辺には、このあたりの典型的な共同集落ピトニス・ダス・ジュニアス（Pitões das Júnias）があり、その近くには小さくて奇妙なサンタ・マリア・ダス・ジュニアス修道院（Mosteiro de Santa Maria das Júnias）があります。現在は廃墟となっていますが、かつてはシトー修道会（13～14世紀）のものでした。モンタレグレの地方料理で有名なのはソーセージとスモークハムで、毎年1月に開かれるフェイラ・ド・フメイロ（Feira do Fumeiro）（燻製肉市）は、美味しい食物を買いたい方にはぴったりのイベントです。

Murça

Murça

ムルサ この町のシンボルは有名な「ポルカ・デ・ムルサ (Porca de Murça)」です。これは鉄器時代に作られた豚の形の大きな石像で、豊作を祈るケルト人の古代の儀式に関係があると考えられています。またこの像は非常に臙猛な野生の熊を表し、地元の住民を恐れさせるのに用いられたとも言われています。この説によると、ムルサ (Murça) の領主が狩を催し、この熊を見つけて殺した記念として、この像を建てたとされています。ドウロ (Douro) ワイン生産地区の中心部にあるムルサは農業に非常に力を入れており、この地域の経済はワイン作りだけでなく、オリーブ油や蜂蜜の生産にも依存しています。

Paços de Ferreira

Paços de Ferreira

パソス・デ・フェレイラ この地域には先史時代から人が住んでおり、今なおラモゾ (Lamoso) やシターニア・デ・サンフィンス (Citânia de Sanfins) のドルメン (巨石墳墓) (イベリア半島北部で最も重要な考古学遺跡の1つ) など、その時期の非常に古い遺跡が保存されています。フェレイラ修道院 (Mosteiro de Ferreira) のロマネスク様式の教会は、12世紀に建てられた素晴らしい建築物です。

今日のパソス・デ・フェレイラ (Paços de Ferreira) は豊かな繁栄を築いています。これは地元で多くの家具企業が設立された結果で、この町が一般に「家具の都」と呼ばれているのはそのためです。

Paredes

Paredes

パレーデス この地域独特の地理的特徴のおかげで、ここはカヌーなどのウォータースポーツのほかロッククライミングや登山にぴったりの条件を備えています。周辺地域の見どころは多くのロマネスク様式の建造物で、特にセテ (Cete) の教会と修道院はポルトガル最古の礼拝所の1つで、その起源は12世紀にさかのぼります。パレーデス (Paredes) の町はこの地域のいくつかの峡谷を縫って流れるソウザ川 (Rio Sousa) の近くにあり、それらのうち最も有名な渓谷の1つは「跳躍の聖母 (Senhora do Salto)」と呼ばれています。言い伝えによると、ある騎士が、これらの峡谷の1つに飛び降りよう悪魔に誘惑されましたが、聖母マリアに助けを求めると、向こう岸に穏やかに着地できたというのです。騎士は感謝のしるしに、そこに小さな教会を建てるよう命じ、それがこの地域で重要な礼拝所になったのでした。

Paredes de Coura

Paredes de Coura

パレーデス・デ・コウラ パレーデス・デ・コウラ (Paredes de Coura) は、考古学的に非常に興味深い場所がいくつもある地域の中にあり、17世紀のポルトガルとスペインの独立回復戦争のときには特に重要な場所でした。近年、コウラ川 (Rio Coura) のほとりで開かれる音楽祭のおかげで、この町にはたくさんの若者が集まるようになりました。

Penafiel

Penafiel

ペナフィエル この地域の起源は非常に古く、かつてはここにアギアル・デ・ソウザ (Aguar de Sousa) とペナ (Pena) と呼ばれる2つの城が建っていたと言われています。ムーア人がこの地域を占領したとき、彼らはペナ城に侵入しようとしたが、勇敢な抵抗のため果たせませんでした。そのことから「忠実」(フィエル (fiel)) と見なされ、ペナフィエル (Penafiel) の城と呼ばれるようになり、それが地域全体に広がったのでした。花崗岩とヴィーニョ・ヴェルデで有名な地域の中心にあるペナフィエルでは、聖体祝日のころ様々な宗教的な祭りが盛んに行われ、多くの人を訪れています。周辺地域では、パソ・デ・ソウザ (Paço de Sousa) のサン・サルヴァドール修道院 (Mosteiro de São Salvador)、エジャ (Eja) のサン・ミゲル教会 (Igreja de São Miguel)、ガンドラ (Gandra) のサン・サルヴァドール教会 (Igreja de São Salvador) など、多くのロマネスク様式の教会が見どころです。

Penedono

Penedono

ペネドノ 巨大な岩の上に立つペネドノ (Penedono) の中世の城は、あたりの田園地帯を見下ろす軍事建造物のユニークな一例です。先史時代にこの地域に人が住んでいたことを示す証拠はたくさんあり、特にペネラ・ダ・ベイラ (Penela da Beira) の村にあるドルメン (巨石墳墓) は、ノッサ・セニョーラ・ド・モンテ (Nossa Senhora do Monte) の内陣として使われていました。12世紀にペネドノはその豊かな鉱物資源 (金や鉄マンガン重石) の採掘を始め、大きく発展し始めました。しかし今日では、これらの鉱山は完全に廃坑となり、産業考古学の興味深い例として残っているにすぎません。

Peso da Régua

Peso da Régua

ペーズ・ダ・レグア この町の名前は昔ここに建っていたローマ人の邸宅「ヴィラ・レグエラ (Villa Reguela)」に由来すると考えられています。しかしこの町が大きな発展を遂げるのは、1756年にアルト・ドウロ地域王立ブドウ栽培共同組合 (Real Companhia Geral da Agricultura das Vinhas do Alto Douro) が作られた後のことです。この組合が世界で初めてのワイン生産地区を創設しました。ドウロ川 (Rio Douro) のほとりにあるペーズ・ダ・レグア (Peso da Régua) は、ポートワインの生産販売の基盤となる役割を果たしました。ここからワインの樽がバルコス・ラベロス (barcos rabelos) と呼ばれる特別な船でヴィラ・ノーヴァ・デ・ガイア (Vila Nova de

Gaia)に運ばれ、そのワインロッジで貯蔵・熟成されたのです。この地域では、川へと続く段々畑にブドウの木が植えられ、訪れる人に素晴らしい眺めを提供しています。この景観はガラフーラ (Galafura) のサン・レオナルド (São Leonardo) や サント・アントニオ・ド・ロレイロ (Santo António do Loureiro) など、いろいろな場所から楽しむことができます。周辺地域では、ドウロ川の右岸にあるカルダス・デ・モレド (Caldas de Moledo) の温泉が、ゆっくりと休日を過ごしたい人にはとても楽しい場所となっています。ここには専用の停泊所があります。

Pinhão

Pinhão

ピニャン ピニャン (Pinhão) はドウロ (Douro) ワイン生産地区の地理的な中心地とされ、ここには多くのポートワインの荘園が作られました。その一部は田園地方の観光制度に従って観光客に宿泊施設も提供しています。特に注目したいのは19世紀末に建てられた鉄道の駅で、内部はアズレージョがびっしりと張られています。

Ponte da Barca

Ponte da Barca

ポンテ・ダ・バルカ リマ川 (Rio Lima) のほとりの緑豊かな地域にあるポンテ・ダ・バルカ (Ponte da Barca) は、15世紀に橋 (Ponte) がかけられるまで兩岸をつないでいた船 (barca) からその名がついたと考えられています。それより前は、この地域はテラ・ダ・ノブレガ (Terra da Nóbrega) またはアノブレガ (A nóbrega) と呼ばれていました。これはローマ名の「エラネオブリガ (El aneobriga)」に由来するものと考えられています。この町の歴史的な見どころは数多くの館 (一部は観光客のための宿泊施設となっています) と、16~18世紀にできたいくつかの美しい建造物で、じっくり鑑賞する価値があります。また周辺地域にも、特に興味深い2つの建造物があります。これらはブラヴァンイス (Bravães) にある13世紀のロマネスク様式の教会と、リンドーソ城 (Castelo do Lindoso) (これも13世紀の建築) で、後者はこの地域の防衛に非常に大きな役割を果たしました。ポンテ・ダ・バルカはヴィーニョ・ヴェルデのワイン生産地区に属しています。この町の一部はペネダ・ジェレス自然公園 (Parque Nacional da Peneda Gerês) の中にあり、スポーツやレジャー活動用の素晴らしい施設を備えています。

Ponte de Lima

Ponte de Lima

ポンテ・デ・リマ ポンテ・デ・リマ (Ponte de Lima) は非常に古く美しい町で、その名はローマの橋に由来しており、1125年にポルトガルの初代国王の母親であるドナ・テレザ (D. Teresa) から最初の勅許状を授与されました (ポルトガル建国の何年も前のことです)。この町は有名なヴィーニョ・ヴェルデが生産される豊かな農業地域の中にあり、非常に多くの館や大邸宅が散在しています。それらの中には、トゥリズモ・デ・アビタサオン (Turismo de Habitação) に従って、観光客に宿泊施設を提供しているところが数多くあります。この伝統的な町では2週間ごとに、川の両岸で行われる、活気あふれる大規模な市でにぎわいます。この市は中世までさかのぼるものです。6月には同じ川の両岸で、また別の伝統的な催し、「ヴァカ・ダス・コルダス (Vaca das Cordas)」が行われます (雄牛の角にロープを結び、砂の上に引き出されて、地元の人々と「闘い」をします)。9月になると、町はまたフェイラス・ノーヴァス (Feiras Novas) (新しい市) と呼ばれる楽しいイベントでとても賑やかになります。これは町の祭りで、大きな市場や花火、遊園地、カーニバルの衣装、ブラスバンドのコンテストなど、楽しい催しが盛りだくさんです。

Porto

Porto

ポルト ポルトガル北部の大都市で、この地域への玄関口でもあるポルト (Porto) は、ポルトガルという国名と、世界的に有名な強化ワインであるポートワインの名前の由来となった都市です。ドウロ川 (Rio Douro) の河口という素晴らしい地理的条件に加えて、非常に優れた建築遺産に恵まれた歴史の町ポルトは、1996年にユネスコ世界遺産に登録されました。ポルトは北部の中心地であり、国内第二の都市です。住民は勤勉で商業の才に長け、外部からの不当な要求や侵略に対しても常に断固たる態度を取ってきました。ポルトが「征服されざる」都市と呼ばれるのはそのためです。その歴史もさることながら、ポルトを訪れる人は、都市とその住民が持つ強烈な性格にたちまち強い印象を受けることでしょう。この都市をもっとよく知りたい人は、街中をのんびりと散策し、あちこちに見られる花崗岩の家々や建造物をゆっくりと鑑賞し、川沿いの路面電車に乗ってみましょう。あるいは舟に乗ってポルトにかかる6つの橋をくぐってみると、まったく違った都市の顔を楽しむことができます。このような観光計画に従ってポルトを観光すると、この町がくっきりしたコントラストに彩られていることがよくわかります。ポルトの「バイシャ (Baixa) (繁華街)」は都会生活のリズムと動きにあふれ、小売店が立ち並んでいます。そこでは、北欧ゲルマン系の商人気質が、精神的で非常に装飾的な一風変わった表情を町に与えています。それとはまるで対照的なのがセラルヴェス公園 (Parque de Serralves) で、ここにはきわめてモダンな現代美術館の建物があり、その周りをロマンチックで快適な緑の公園が取り囲んでいます。

Póvoa de Lanhoso

Póvoa de Lanhoso

ポヴォア・デ・ラニョーゾ ポヴォア・デ・ラニョーゾ (Póvoa de Lanhoso) の地域で最も重要な記念碑はモンテ・ド・ピラル (Monte do Pilar) と呼ばれる丘の上に建てられた城で、伝説によると、12世紀にサン・マメーデ (São Mamede) の戦闘が終わった後、ポルトガル初代国王の母親ドナ・テレザ (D. Teresa) がここに投獄されていたと言われていいます。この戦闘は母と子が敵対して戦ったものでした。17世紀になってノッサ・セニョーラ・ド・ピラル修道院 (Mosteiro de Nossa Senhora do Pilar) が城の傍に建てられました。

近くのフォンテ・アルカーダ (Fonte Arcada) 村には、12世紀のロマネスク様式の教会があり、一見の価値があります。ポヴォア・デ・ラニョーゾはヴィーニョ・ヴェルデ・ワイン生産地区の中心部にあり、花崗岩の採石や石切り産業、および素晴らしい金細工職人の技 (金線細工) で有名です。

Póvoa de Varzim

Póvoa de Varzim

ポヴォア・デ・ヴァルジン ポヴォア・デ・ヴァルジン (Póvoa de Varzim) の古い村落には、14世紀に勅許状が与えられましたが、それが重要な漁港として知られるようになったのは18世紀のことでした。当時、大勢の猟師がこの地に住み着き、まもなく結束の固い共同体を作り上げたのでした。この町が発展した最大要因は、夏に大勢の人が集まる素晴らしいビーチがあったことです。今では様々なホテルが立ち並び、ゴルフコース、カジノ、その他あらゆるスポーツのための立派な施設を完備した、賑やかなリゾートとなっています。

周辺地域には、昔の自治都市サン・ペドロ・デ・ラーテス (São Pedro de Rates) の町があり、一見の価値があります。特に、11~13世紀に建てられたロマネスク様式の教会と、18世紀に建てられた元公会堂やペロウリーニョ (柱塔) は必見です。

Resende

Resende

レゼンデ レゼンデ (Resende) という名は、11世紀にこの町を征服し、そこに再度人々を植民したキリスト教徒の騎士「ラウゼンド (Rausendo)」の名にちなんだものと考えられています。

ここはポルトガルの初代国王、アフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) が、家庭教師のドン・エガス・モーニス (D. Egas Moniz) によって育てられたところです。王子は生まれつき不治の病にかかっていましたが、4歳のときドン・エガス・モーニスに幻で与えられた指示に従って、聖母像のある場所へ王子を連れていったところ、奇跡的に回復したのでした。王子は後に、カルケレ (Cárquere) と呼ばれるこの場所に教会を建てるよう命じました。その教会は15~16世紀に改造されましたが、ここでは今も小さな象牙の聖母像を見ることができます。

セーラ・ド・モンテムロ (Serra do Montemuro) の丘の上、カラパテロ・ダム (Barragem do Carrapatelo) によってできた貯水池の近くにあるレゼンデからは、ドウロ川の非常に美しいパノラマを楽しむことができます。

周辺地域には、カルダス・デ・アレゴス (Caldas de Aregos) 温泉があり

、その湯はすぐれた治癒効果があると言われています。

Ribeira de Pena

Ribeira de Pena

リベイラ・デ・ペナ リベイラ・デ・ペナ (Ribeira de Pena) は、Minho (ミーニョ) 地方とトラス・オス・モンテス (Trás-os-Montes) 地方の中間、ヴィーニョ・ヴェルデ・ワイン地域の中心部に位置しています。町中を横切っているいくつかの川のおかげで、この田園地帯は冷涼で緑豊かなものとなり、釣りにもうってつけの条件を備えています。この地域に過去に住んでいた人々が残した遺跡の中には、先史時代にさかのぼるものもあります。例えば、岩で作られたラメラス (Lamelas) の祭壇や、この地域の丘の斜面に点在するローマ時代以前の砦などが、ここに住んでいた人々のことを物語っています。またタメガ川 (Rio Tâmega) にかかる橋、ポンテ・デ・カヴェス (Ponte de Cavês) や、18世紀に建てられたサン・サルヴァドール教会 (Igreja de São Salvador) も見逃せません。この教会は地元で生まれ、ブラジルに移住した後、裕福になって帰国したある男の委託を受けて作られたものです。

Sabrosa

Sabrosa

サブローザ ポートワイン生産地区にあるサブローザ (Sabrosa) では、今なお新石器時代の集落のころの様々な特徴 (ドルメン (巨石墳墓) や環状列石など) や、鉄器時代に作られた山頂の砦などを見ることができます。ローマ人の占領中に改造されたカストロ・ダ・サンシャ (Castro da Sancha) もその1つです。中世期のものとしてはいくつかの古代キリスト教徒の墓があるほか、周辺地域には、ポルトガル王国の建国以前に作られたプロヴェゼンデ (Provesende) の村があります。サブローザは、15世紀のポルトガルの偉大な航海者で、世界一周を果たしたフェルナオン・デ・マガリャンイス (Fernão de Magalhães) (マゼラン) の生まれ故郷です。18世紀にドウロ地域がワイン生産地域に指定されると、この町は大きな発展を遂げました。数多く見られる壮麗な館はそのころに建てられたものです。

Santa Maria da Feira

Santa Maria da Feira

サンタ・マリア・ダ・フェイラ サンタ・マリア・ダ・フェイラ (Santa Maria da Feira) は、11～12世紀に国の北部とコインブラ (Coimbra) を結んでいた「テラス・デ・サンタ・マリア (Terras de Santa Maria)」と呼ばれる地域の中心部にあり、当時この地域で行われていた市にも同じ名前が付けられています。この都市の最も大きな見どころは15世紀に建てられた城ですが、これはポルトガルの城の中でも設計や配置が一風変わっており、まるでおとぎ話から抜け出てきたかのような姿をしています。今日サンタ・マリア・ダ・フェイラには、エウロパルケ (Europarque) (様々な文化イベントが行われる近代的な会議センター) やヴィシオナリウム (Visionarium) (対話型の科学博物館) など、いくつかの優れた施設を備えた都市となっています。また紙の博物館 (Museu do Papel) も大きな見どころです。この町の1年間の伝統的な催しの中で、フェスタ・ダス・フォガセイラス (Festa das Fogaceiras) が最も重要な

のはいうまでもありません。これは毎年1月20日に行われる人気の高い祭りで、そのクライマックスはフォガセイラス (fogaceiras) のパレードです。フォガセイラスとは、フォガサス (fogaças) (甘い白パンの一種) という地元の珍味を頭に載せて運ぶ少女たちにつけられた名前です。

Santa Marta de Penaguião

Santa Marta de Penaguião

サンタ・マルタ・デ・ペナギアオン ドウロ (Douro) ワイン地域にあるサンタ・マルタ・デ・ペナギアオン (Santa Marta de Penaguião) はワイン醸造組合で有名で、ここでは非常に評判の高いテーブルワインや強化ワインもいくつか生産されています。

この地域は目の届く限りどこまでも広がるワイン畑の景観が見事です。

Santo Tirso

Santo Tirso

サント・ティルソ この町はアヴェ川 (Rio Ave) の谷間にあり、10世紀に建てられたサン・ベント修道院 (Mosteiro de São Bento) を中心に発展しました。この修道院はサント・ティルソ・デ・リバ・デ・アヴェ (Santo Tirso de Riba de Ave) とも呼ばれています。毎年7月に行われるサン・ベント (São Bento) (聖ベネディクト) を称えるお祭りは、この地域最大の宗教的祝祭です。近くにはカルダス・ダ・サウデー (Caldas da Saúde) 温泉があります。ここには熱治療に必要な施設が完備されているだけでなく、20世紀の初め、湯治でごく普通に用いられた珍しい道具も展示されています。周辺地域の見どころとしては、ロマネスク様式のロリズ教会 (Igreja Românica de Roriz) (その起源は8世紀にさかのぼります) や、おそらく紀元前6世紀まで人が住んでいたと思われるローマ時代以前の集落、シターニア・デ・サンフィンス・デ・フェレイラ (Citânia de Sanfins de Ferreira) があります。

São João da Pesqueira

São João da Pesqueira

サン・ジョアン・ダ・ペスケイラ ドウロ川 (Rio Douro) のほとりにあるサン・ジョアン・ダ・ペスケイラ (São João da Pesqueira) は、かつて様々な種類の魚であふれていた自然の湖の名前から、その名がつけられました。魚が豊富にいるというのでこの湖は釣り人の天国となり、そのため地元では「ペスケイラ (pesqueira) (漁場) と呼ばれるようになったのです。湖は、いくつかの岩がダムとなって川の水をせき止めてできたものですが、その先はカシャオン・ダ・ヴァレイラ (Cachão da Valeira) という滝になっていて、そこでは多くの船が難破しています。ドウロ川の流れは高低差がありいささか危険でしたが、20世紀に作られた様々なダムによって今では穏やかな流れとなっています。ドウロ・ワイン生産地区の中心部にあるこの地域の景観で、特に目を引くのが広大なブドウ畑です。その一部は本当に息をのむほど美しく、サン・サルヴァドール・ド・ムンド聖堂 (Santuário de São Salvador do Mundo) やモンテ・ダ・フラグア (Monte da Frágua) から見ると最高の眺めを楽しむことができます。

Sernancelhe

Sernancelhe

セルナンセリエ 11世紀にキリスト教徒のレコンキスタによって回復されたセルナンセリエ (Sernancelhe) の町には、かつてローマ人やアラブ人が住んでいたことを示す跡がいくつも残っています。ここのロマネスク様式の教区教会は、多くの人に国内で最も見事な建築物の1つと考えられています。この地域では農業が今なお非常に重要な産業で、セルナンセリエは特にクルミの生産で有名です。周辺地域では、ポルトガルのシトー修道会によって建てられたタバザ (Tabosa) のノッサ・セニョーラ・ダ・アスンサオン修道院 (Mosteiro de Nossa Senhora da Assunção) は一見の価値があります。またセニョーラ・ダ・ラーバ聖堂 (Santuário da Senhora da Lapa) も必見で、ここでは毎年8月15日に重要な宗教的祝祭が行われます。

Tabuaço

Tabuaço

タブアソ タブアソ (Tabuaço) は、この地域で最も大きなドウロ川 (Rio Douro) の支流、ターヴォラ川 (Rio Távora) の近くにありま。周辺地域には、バルコス教区教会 (Igreja Matriz de Barcos) (13世紀に建てられたもの) やサブローゾ礼拝堂 (Ermida de Sabroso)、それに聖ベネディクト (São Bento) が建て、後にシトー修道会のものとなったサン・ペドロ・ダス・アギアス修道院 (Mosteiro de São Pedro das Águas) など、重要なロマネスク様式の建造物をいくつも見ることができます。

Tarouca

Tarouca

タロウカ タロウカ (Tarouca) の町が生まれるにあたっては、この地域の修道院が大きな役割を果たしましたが、特にサン・ジョアン・デ・タロウカ修道院 (Mosteiro de São João de Tarouca) はその中心となりました。この修道院はイベリア半島でシトー修道会が最初に (12世紀) 建てたもので、その支配は北ポルトガルの大部分の地域に及びました。サンタ・マリア・デ・サルゼダス (Santa Maria de Salzedas) と称するこの地域のもう一つの大きな修道院は、おそらく12世紀に建てられたものですが、こちらも非常に裕福な修道院でした。13世紀に作られたウカニャ (Ucanha) の強化橋梁はポルトガルでもユニークな橋です。これは封建時代、ラメゴ (Lamego) とリバ・コア (Riba Côa) の間にあるこの領土を通過する者には誰であろうと通行料が課せられたことを示すものです。この地域のもう一つの大きな特徴は農業が豊かに営まれていることです。特にブドウ畑のブドウからは、国内で最も上等のスパークリングワインが生産されています。

Terras de Bouro

Terras de Bouro

テラス・デ・ボウロ オメン川 (Rio Homem) のそばにあるテラス・ド・ボウロ (Terras de Bouro) の町は、その大半がペネダ・ジェレス自然公園 (Parque Nacional da Peneda-Gerês) の中に含まれています。近くにはカニサーダ・ダム (Barragem da Caniçada) やヴィラリーニョ・ダス・フルナス・ダム (Barragem da Vilarinho das Furnas) によって作られた非常に美しい貯水池があります。後者のダムによって貯水池ができたとき、この貯水池の名の由来となった村は完全に水没しました。今ではテラス・デ・ボウロの民俗学博物館にその名残が展示されています。

周辺地域には、サン・ベント・ダ・ポルタ・アベルタ聖堂 (Santuário de São Bento da Porta Aberta) およびセニョーラ・ダ・アバディア聖堂 (Santuário de Senhora da Abadia) があり、どちらも巡礼の旅の重要拠点で、宗教的なお祭りが定期的に行われています。

Torre de Moncorvo

Torre de Moncorvo

トーレ・デ・モンコルヴォ この町の名前はレオンの貴族がこの地域の領主だったメンド・クルヴス (Mendo Curvus) と関係があります。彼はキリスト教徒によるイベリア半島のレコンキスタに参加した後、自分の住居として、また領土の防衛のために城を建てるよう命じました。ポルトガルの初代国王アフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) は、1128年と1140年に勅許状を与え、以前この地の住民に与えられていた特権を認めています。それから1世紀後、ディニス国王 (D. Dinis) の主導によりトーレ・デ・モンコルヴォ (Torre de Moncorvo) は町に昇格し、あらためて重要な地位を占めることになりました。ディニス国王の時代に城が改築され、町の城壁も強化されて、中世におけるポルトガルの国境沿いの最新式防衛地点として大切な役割を果たすことが確認されました。1512年、マヌエル国王 (D. Manuel) がトーレ・デ・モンコルヴォに新しい勅許状を与え、それによってこの町は国内で最大の行政区の1つになりました。肥沃なヴァレ・ダ・ヴィラリサ (Vale da Vilariça) のセーラ・ド・レボレド (Serra do Reboledo) 近くにあるこの町は、ドウロ川 (Rio Douro) の北部地方とベイラ・アルタ (Beira Alta) のワイン地域とを結ぶ重要な交易の中心地となりました。この地域の豊かさは、ノッサ・セニョーラ・ダ・アスンサオン教区教会 (Igreja Matriz de Nossa Senhora da Assunção) と呼ばれるトーレ・デ・モンコルヴォの堂々たる教区教会と、ルネッサンス様式のミゼリコルディア教会 (Igreja da Misericórdia) という2つの重要な教会を見ればよくわかります。

17世紀、ジョアン4世 (D. João IV) の主導のもとに王立亜麻布・麻布工場 (Real Feitoria dos Linhos e Cânhamos) が作られました。18世紀には絹が使用されるようになり、亜麻栽培は徐々に養蚕へと変わりましたが、この地方の織物生産は続きました。もう一つ大きな投資が行われた分野は鉱業です。これは、1874年、この地域で国内最大級の鉄鉱石の鉱床が発見されたことで始まった産業です。現在のモンコルヴォ地域と鉄の博物館 (Museu do Ferro e da Região de Moncorvo) はこの産業がどのように発展したのかなど、地元の歴史や習慣についてたくさんの興味深い事柄を教えてください。冬が

終わるころはトーレ・デ・モンコルヴォを訪れるのに最もよい時期です。このころは、町議会が工芸品市を開催したり、地域を挙げて「満開のアーモンドの木」(Amendoeiras em Flor)という特別プロジェクトを宣伝したりする時期だからです。またトーレ・デ・モンコルヴォから約19キロのところにあるアデガーニャ(A deganha)という村へもぜひ足を伸ばしてみてください。この村では今でもトラス・オス・モンテス(Trás-os-Montes)地域の典型的な田園地方の特徴をいくつも見るすることができます。ここではゆっくり時間をかけて、ポルトガル北東部のロマネスク建築様式の興味深い見本であるサンティアゴ・マヨール教区教会(Igreja Matriz de Santiago Maior)をご覧になるとよいでしょう。

Valença

Valença

ヴァレンサ スペインとの国境の、ミーニョ川(Rio Minho)を見晴らす位置にあるヴァレンサ(Valença)は、周りを城壁に囲まれた要塞としての特徴をすべて備えています。この町は17世紀にフランスの軍事建築家のヴァウバン(Vauban)によって防御工事が施されました。この町は最初「コントラスト(Contrasta)」という名前でした。これは反対側にある村という意味で、明らかにガリシアの町トゥイ(Tui)からミーニョ川を隔てて真正面にある村ということです。今日では商業の盛んな都市となり、地元の工芸家による作品なども最も人気の商品の1つになっています。

Valongo

Valongo

ヴァロンゴ

ポルト(Porto)の都市圏が現在拡大しているので、ヴァロンゴ(Valongo)はほとんどポルト市内といってもいいくらいの場所にあります。

ここはおそらく、この地域の金を採掘していたローマ人によって作られた町と思われます。

Valpaços

Valpaços

ヴァルパソス ヴァルパソス(Valpaços)の町は19世紀に作られましたが、この地域は先史時代にはすでに人が住み着き、後にローマ人によって占領されたと考えられています。事実、これは数多く残っている当時の多くの遺跡から証明されています。このあたりは肥沃な地域ですので、当然ながら地元の経済には農業が大きな役割を果たしています。特に、チェリーやワインの生産が盛んです。この町の料理でとりわけ人気の高いものとしては、地元のソーセージやヴァルパソス・イースターのケーキがあり、この地域の特産としても有名です。

Viana do Castelo

Viana do Castelo

ヴィアナ・ド・カステロ リマ川 (Rio

Lima) の河口近くの町、ヴィアナ・ド・カステロ (Viana do Castelo) は、ポルト (Poro) の北65キロ、スペインとの国境にあるヴァレンサ (Valença) からは50キロのところに位置しています。この町は13世紀、ポルトガル国王アフォンソ3世 (D. Afonso

III) によって作られ、当時はヴィアナ・ダ・フォス・ド・リマ (Viana da Foz do Lima) という名前でした。この町については、海なくしては何も語ることができません。70隻の商船を擁していた時もあり、大航海時代 (15~16世紀) にはガリオン船や小型の帆船がヴィアナの造船所から出航し、インドや南北アメリカへの航路を回って、砂糖、黒塩、象牙などの異国の品々を満載して戻ってきたものでした。ヴィアナ (Viana) 生まれのジョアン・アルヴァレス・ファグンデス (João Álvares Fagundes) は、北大西洋のニューファウンドランド周りの航路を開拓しました。ファグンデス自身にその意識はなかったものの、ポルトガルで様々な鱈料理が生まれる道を開いたのは彼だったのです。20世紀になると、ヴィアナ・ド・カステロの造船所で漁船団が作られ、北方の冷たい海に住む鱈の漁に出掛けるようになりました。ジョアン・アルヴァレス・ファグンデスの墓はヴィアナ・ド・カステロ教区教会内部のサント・クリスト礼拝堂 (Capela Santo Cristo) に収められています。16世紀まで、この町は完全に一般市民のもので、貴族はここに住むことが禁じられていました。その禁がようやく解けた時、ヴィアナには突然、宮殿、教会、修道院、噴水などが立ち並ぶようになりました。その素晴らしい遺産は一見の価値があります。1848年、マリア2世女王 (D. Maria II) はヴィアナに都市としての地位を与え、ヴィアナ・ド・カステロという新しい名前をつけました。美しく陽気で活気あふれる街、ヴィアナ・ド・カステロには、根強く残る市民の伝統が今も豊かに保たれています。

「悲しみの聖母祭」 (Romaria de Nossa Senhora da Agonia) は、鮮やかな色彩と楽しさがはじけるお祭りで、ポルトガルで一、二を争う美しい宗教行列も行われますので、どうぞお見逃しなく。

Vieira do Minho

Vieira do Minho

ヴィエイラ・ド・ミーニョ ヴィエイラ・ド・ミーニョ (Vieira do Minho) の町は、非常に山が多くうっそうと森の茂った地域にあり、カニサーダ・ダム (Barragem da Caniçada) やエルマル・ダム (Barragem da Ermal) にせき止められてできた湖は驚くほど美しく、レジャーを過ごすにはもってこいの場所です。この地域には、長年行われてきた典型的な田園地方の習慣を今なおとどめている小さな村々が散在しています。

この町では、10月の第一週に泥棒市 (Feira da Ladra) が開かれて賑わいを見せます。これは大規模なフリーマーケットで、あらゆるものが売られます。銅製品やご細工や織物など、この地方特有の工芸品には特に注目です。

Vila Flor

Vila Flor

ヴィラ・フロール

この町は以前はポヴォア・デ・アレン・サボル（Póvoa de Além-Sabor）と呼ばれていましたが、ポルトガル国王ディニス（D. Dinis）がこの地域を訪れたとき、その美しさに魅了されて「花の町」（Vila Flor）という名を与え、町の周りに城壁を築くよう命じました。しかしそれも今では南門とポルタ・デ・ドン・ディニス（Porta de D. Dinis）を残すだけとなっています。17～18世紀にバロック様式に改築された教区教会と、この地域で発見された数多くの興味深い考古学展示品を飾ったドナ・ベルタ・カブラ博物館（Museu de D. Berta Cabral）、ぜひゆっくり訪れていただきたいところです。

Vila Nova de Cerveira

Vila Nova de Cerveira

ヴィラ・ノーヴァ・デ・セルヴェイラ ディニス国王（D. Dinis）が14世紀に、100名の住人を集めるなら共同体を作ってもよいという条件で作った町で、セルヴェイラ（Cerveira）という名前は、この地域に鹿の集団が見られることからつけられました。

ヴィラ・ノーヴァ・デ・セルヴェイラ（Vila Nova de Cerveira）はスペイン国境近く、ガリシアのゴヤン（Goyan）との間をフェリーが行き来するミーニョ川（Rio Minho）のほとりにあり、その豊かな過去を証明するように様々な歴史建造物が建っています。1978年以来ヴィラ・ノーヴァ・デ・セルヴェイラは、ビジュアルアートのビエンナーレで有名になりました。これは重要な国家行事で、今では他の国々にもその名声が伝わり、多くの国際的なアーティストが集まるようになっています。

Vila Nova de Famalicão

Vila Nova de Famalicão

ヴィラ・ノーヴァ・デ・ファミリカオン 13世紀に国王アフォンソ3世（D. Afonso III）によって作られたファミリサオン（Famalicão）は、ポルトガルの建国以前からこの地域におけるテラス・デ・ヴェルモイン（Terras de Vermoim）の座となっていました。

しかしこのヴィラ・ノーヴァ・デ・ファミリカオン（Vila Nova de Famalicão）の町が大きな発展を遂げたのは、ここに様々な作業場や工場が建てられた19世紀になってからのことです。また19世紀には、ブラジルに住む移民の資本によって小さな宮殿や豪華な建物がいくつも建てられています。19世紀のポルトガル文学で最も重要な作家の一人、カミーロ・カステロ・ブランコ（Camilo Castelo

Branco）は、この周辺地域のサン・ミゲル・デ・セイデ（São Miguel de Seide）村に住んでいました。自宅は最近博物館に改造されています。

Vila Nova de Foz Côa

Vila Nova de Foz Côa

ヴィラ・ノーヴァ・デ・フォス・コア

このヴィラ・ノーヴァ・デ・フォス・コア (Vila Nova de Foz Côa) の小さな町は内陸部の「熱い土地」(terra quente) と呼ばれる地域の高原にあります。というのは、このあたりでは夏中、焼けるような暑さが続くからです。この町は最近、コア川 (Rio Côa) の岸沿い近くに、後期旧石器時代の岩絵や彫刻がいくつも発見されたことから、国際的に知られるようになりました。事実、コア川の谷間は、世界で唯一、このような大量の旧石器時代の人物絵が野外で見られる場所として知られ、1998年にはこれらの絵と彫刻がユネスコの世界遺産に登録されています。

Vila Nova de Gaia

Vila Nova de Gaia

ヴィラ・ノーヴァ・デ・ガイア ドウロ川 (Rio Douro) の左岸にあるガイア (Gaia) には、非常に古くから人が住みついていたが、この都市にポートワイン倉庫が立ち並び、現在のような繁栄を築いたのは18世紀のことでした。ラベロ船 (Barcos rabelos) によってこの地に運ばれ、一定の品質になるまで地下室で醸成したワインは、世界的に有名なワインとなりました。この都市に足を踏み入れたら、ゆっくりと時間をかけて、川沿いに立ち並ぶ多くのワイン倉庫のいずれか1つを訪れ、とてもユニークなこの地のワインについてもっと多くを知り、様々な種類のワインを味わうことは必須といっていでしょう。ガイアの歴史的建築物の中で、特に注目したいのはセーラ・ド・ピラール修道院 (Mosteiro da Serra do Pilar) です。ここは特に有利な位置にあることから要塞として用いられていました。訪れる人は、ここからポルト (Porto) 市の実に素晴らしい景色を楽しむことができます。

Vila Pouca de Aguiar

Vila Pouca de Aguiar

ヴィラ・ボカ・デ・アギアル アルヴァン自然公園 (Parque Natural do Alvão) の近くにある、ヴィラ・ボカ・デ・アギアル (Vila Pouca de Aguiar) のあたりには、今なお鉄器時代の非常に古い村落の遺跡カストロ・デ・シダデーリエ (Castro de Cidadelhe) や、数多くの橋や丸石を敷き詰めた通りなど、ローマ人がそこに住んでいた証拠をいくつも見るができます。町中では、古い建物や館に過去の栄光のしるしを最もはつきり見ることができます。

また周辺地域にはペドラス・サルガーダス (Pedras Salgadas) 温泉があります。これは緑豊かな地域の中にあり、それが貴族階級に特に人気のあった社交場であったころの「ベル・エポック」の壮大な雰囲気は今に残っています。この温泉の天然のスパークリングウォーターは治癒効果が高く引っ張りだこですが、びんにつめて全国で販売しているため、簡単に手に入ります。

Vila Real

Vila Real

ヴィラ・レアル トラス・オス・モンテス (Trás-os-Montes) 地方の首都、ヴィラ・レアル (Vila Real) は、コルゴ川 (Rio Corgo) とカブリル川 (Rio Cabril) の分水嶺となる海拔427メートルの地質露出部にあり、その山肌にはふもとへ向かって優雅な家々がきれいに立ち並んでいます。

ヴィラ・レアルに最初に勅許状を与えたのはディニス王 (D. Dinis) (在位1279~1325年) で、1289年のことでした。その中で国王は、住民が貴族や騎士に宿を貸すことを拒否してもよいと認めたので、貴族や騎士はこの町以外のところで宿を探さなければなりませんでしたが、17、18、19世紀にヴィラ・レアルの町が大きくなるにつれ、多くの貴族の館もこの地に建てられるようになったため、彼らの親類縁者を迎えることについては何の問題もありませんでした。現代のヴィラ・レアルを訪れると、正面入り口 (ファサード) に石の家紋が刻まれている建物が非常に多くあるのにきつと驚くことでしょう。この都市の紋章は剣と杖が描かれているもので、それを見ると初代の伯爵がどんな人物だったかがよくわかります。この都市の紋章は剣と杖をかたどったものです。上方を見上げると周りを取り囲む山々が見える、この魅力的な都市を十分楽しむためには、13世紀に最初の住民たちが「中世のヴィラ・レアル」を作り始めた場所からスタートし、次に「古いヴィラ・レアル」を回り、最後に現代のヴィラ・レアルの端にある緑の茂る市立公園をご覧になるとよいでしょう。さらにここからカルヴァリオ (Calvário) へ向かうのもいいかもしれません。カルヴァリオからは西部のマラオン (Marão) の丘やアルヴァオン (Alvão) の丘から南部のモンテムロ山脈 (Cadeia montanhosa de Montemuro) まで、この町の180度の眺望を楽しむことができます。この見晴らし台から北には、もっと最近のここ百年ほどの間にできた街並みを望むことができます。町から約3キロのところには、ポルトガルのバロック様式の建物で最も素晴らしいものの1つ、マテウス宮殿 (Palácio de Mateus) があり、ぜひ訪れていただきたいところです。

Vila Verde

Vila Verde

ヴィラ・ヴェルデ 非常に肥沃な地域の中にあり、オメン川 (Rio Homem) がカヴァド川 (Rio Cávado) に流れ込む地点に位置するヴィラ・ヴェルデ (Vila Verde)。ここを訪れる人は、ポルトガルで最も美しい素朴な田園地帯の一部を見るチャンスが与えられたといえましょう。ここは狩や釣りの好きな人にはもってこいのところです。夏には、ほとんどすべての村でそれぞれ特別な宗教的祝祭が行われ、外から多くの人々が訪れて、この地域にさらに活気と鮮やかな色彩を吹き込みます。地元の工芸品として、この地方の最も特徴的な製品は、麻や綿で作られた「恋人のハンカチーフ」 (Lenços de namorados) で、それを贈る人の深い愛や賞賛の気持ちを表す簡単な言葉が刺繍されています。

Vila do Conde

Vila do Conde

ヴィラ・ド・コンデ ヴィラ・ド・コンデ (Vila do Conde) は静かな都市ですが、大航海時代に造船で重要な町となり、繁栄しました。地元の人々の生活に海はつねに大きな影響を与えてきました。少なくとも17世紀からここで生産されている有名なポピンレースのモチーフは、海がヒントになっています。後に、この素晴らしい芸術の技術と知識は、ポルトガルの北海岸の他の地域にも広がり、ガリシア (Galicia) にまで及びました。その美しい品のいくつかは地元のレース博物館で鑑賞することができます。しかし、この都市の生活に工芸品が果たす重要な役割は、レース編みだけのことではありません。ヴィラ・ド・コンデでは毎年7~8月に、工芸品市としてはポルトガルで最も重要なイベントの1つ、全国工芸品市が開かれています。

Vimioso

Vimioso

ヴィミオーゾ ヴィミオーゾ (Vimioso) の町が最初に勅許状を受けたのは16世紀でしたが、この地域には先史時代からすでに人が住み着いていました。それは、町を見下ろすアタライア (Atalaia) の丘に残る遺跡からも明らかです。この辺境地域は、カスティリヤの侵略者からポルトガルの領土を守るために非常に重要な場所で、681メートルの断崖絶壁の上に13世紀に建てられたアルゴゾ城 (Castelo de Algosos) は最も安全かつ重要な戦略地点の1つでした。この町にはその豊かな歴史的遺産のほか、サント・アドリアオン (Santo Adrião) の大理石やアラバスターの採石場もあり、一見の価値があります。

Vinhais

Vinhais

ヴィニャイス ブラガ (Braga)、シャーヴェス (Chaves)、アストルガ (Astorga) をつなぐためローマ人が建設した軍用道路が通っているそばに、現在のヴィニャイス (Vinhais) とやはりローマ時代に作られた橋、ポンテ・ダ・ラウカ (Ponte da Rauca) があります。この町はローマ人が地域全体を監視する見張り塔として使っていた丘の上にあり、13世紀に、ポルトガルのサンショ国王 (D. Sancho) によって作られました。その後14世紀に、ディニス国王 (D. Dinis) の命令によって要塞となりました。ヴィニャイスにはサン・ファクンド教会 (Igreja de São Facundo) (ゴート人によって建てられたもの) やサン・フランシスコ修道院 (Convento de São Francisco) など、非常に興味深い建造物が数多く残されています。しかしおそらく何よりも有名なのはその豊かな料理で、特にソーセージは毎年2月に開かれる燻製肉市で買うのが最高です。

ポルトガル中部地方

Abrantes

Abrantes

アブランテス テージョ川 (Rio Tejo) のほとりの丘の斜面に位置するアブランテス (Abrantes) は、長らく戦略上の要となる重要な場所とされてきました。それというのも、町の最も高い地点から望む広大なパノラマには、テージョ川の流れのほとんどと、さらにはベイラ・バイシャ (Beira Baixa)、リバテージョ (Ribatejo)、アレンテージョ (Alentejo) を一望のもとに収めることができるからです。ムーア人が城を築いたのも、まさにこの地でした。やがてそれは、ポルトガル初代国王アフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) によって奪取され、その後サンティアゴ・デ・エスパーダ宗教騎士団 (Ordem Religiosa e Militar de Santiago de Espada) に国土の守備と植民のため与えられました。19世紀、この地方一帯は、侵攻してきたナポレオン軍による略奪と占領を被りました。4年後、イギリス軍の援護を受けた住民の勇敢な戦いによって、ようやく侵入軍が駆逐されるにいたりました。今日のアブランテスは平和な町であり、白い石灰壁の家々が立ち並んだ町並みは、気持ちのよい散策にうってつけです。花々が咲きこぼれるこの町の家は、ポルトガル全土で最も豊かに花が飾られているといわれています。卵と砂糖でできた有名な郷土菓子も、ぜひお試しくださいティジェラダ (Tigeladas) (卵、小麦粉、砂糖を材料にオープンで焼いたパンケーキ) と、パーリャ・デ・アブランテス (Palha de Abrantes) です。

Alcanena

Alcanena

アルカネナ 自然公園に指定されているセラス・デ・アイレ・イ・カンデエイロス (Serras de Aire e Candeeiros) の山々の麓に位置するアルカネナの村は、この地になめし革の工場がいくつも作られた19世紀に、飛躍的に発展を遂げました。この時代に町には多大な富もたらされ、アルカネナ (Alcanena) の村の立派な建築物の多くは、19世紀末から20世紀初頭にかけて建てられたものです。きわめてみずみずしい緑豊かな近郊には、「オーリョス・ダグア」 (Olhos d'Água)、つまり水源がいくつもあります。アルヴィエラ川 (Rio Alviela) の水源地もここにあり、リスボン (Lisboa) の家庭用水の取水地点の1つともなっています。

Alcobaça

Alcobaça

アルコバッサ アルコバッサはアルコア川 (Rio Alcoa) とバサ川 (Rio Baça) のなす谷間に位置し、それが町の名の由来となったといわれています。また他の説として、町の名はアラビア語に起源を持ち、それを分けて2つの川の名としたとも言われています。アルコバッサ (Alcobaça) の町の名を高め、繁栄をもたらしたのは、1153年シトー派修道会によって設立されたサンタ・マリア修道院 (Mosteiro ou Real Abadia de Santa Maria) です。修道院の建物の建設が開始されたのは1178年のことです。この敷地は、ポルトガル初代国王アフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) よりシトー派の創立者であるベルナルド・デ・クララヴァル師 (Frei Bernardo de Claraval) に寄進されたもので、ムーア人の支配下にあったサンタレン (Santarém) を1147年に奪回した後、誓願の履行として与えられたものです。修道院の広大な土地は「アルコバッサの聖域」として

知られ、シトー派修道会によって組織的に開墾がすすめられ、村や農園が作られました。また、新しい農耕技術や新たな品種の作物が導入されることで農業が盛んとなり、それがこの地域を大きく特徴づけることになりました。今もアルコバッサは、ポルトガル国内の果物の一大産地となっています。アルコバッサ修道院は、フランスにあるシトー派修道会の総本山であるクララヴァル修道院（Abadia de Claraval）をモデルとして建設されています。そのすばらしい建築は、ユネスコ（UNESCO）によって世界遺産に登録されています。シトー会の修道院は、このアルコバッサ修道院と並んでコス修道院（Mosteiro feminino de Cós）やカプシヨス・エン・エヴォラ・デ・アルコバッサ修道院（Convento dos Capuchos em Évora de Alcobaça）とともに、この地の料理と菓子に大きな影響を残しています。なかでも最も有名な菓子がパン・デ・ロ（Pão de Ló）であり、それが作られている土地、アルフェイゼラオン（Alfeizerão）にちなんで名前が呼ばれています。さらに、大変質の高いクリスタルガラスや焼き物、陶磁器の存在も忘れてはならないでしょう。

Alenquer

Alenquer

アレンケールもともとムーア人によって開かれたアレンケール（Alenquer）の村は、12世紀、ポルトガル初代国王アフォンソ・エンリケス（Afonso Henriques）によってキリスト教徒の支配下に入りました。これは、アレンケールからわずか35キロメートルのところに位置するリスボン（Lisboa）にむけて攻撃を進めていく途上のことでした。アレンケールは、野外劇場を形作るかのような斜面に沿って家々が美しく並んだその様子から、「揺りかごの村」（vila-presépio）として広く知られています。このアレンケールの地からは、ポルトガル史上重要な人物が輩出しました。例えば、喜望峰をまわった16世紀のポルトガル人航海者ペロ・デ・アレンケール（Pêro de Alenquer）や、偉大な人文学者として17世紀ポルトガル・ルネッサンス期に大きな役割を果たしたダミアン・デ・ゴイス（Damião de Góis）などです。土地の最大の祭りは、毎年5月もしくは6月に行われるキリスト昇天市（Feira da Ascensão）（開催日は移動祝祭日より変わります）であり、これを目当てにこの地方を多くの人々が訪れています。

Almeida

Almeida

アルメイダ 歴史ある村に分類されるアルメイダ（Almeida）は要塞で守られた町で、空から見ると、12のとがった先端を持つ星型の全体像が明らかになります。12のとがった先端は砦と半月堡で、これが町を囲んでおり、全長は2,500メートルあります。この驚くべき要塞は、アルメイダが初めてポルトガル領となった1297年のアルカニゼス条約で定められたスペインとの国境から約12キロメートル離れた高台にあり、この地域の重要な戦略的防衛地点と考えられた中世の城の周囲に17世紀～18世紀にかけて築かれました。アルメイダは、今もポルトガルに残る壘壁の最もよい例の1つです。侵入者の潜入を難しくする広大な堀で囲まれた切石積みの壁、周囲の領土全体を注意深く見張ることができる戦略的に配置した砦、トンネルの形をした3つのアーチ型の門、侵入者をあざむくことを目的として造られた偽の扉、戦争時に生き延びるために必要なものすべてを格納するとともに、地元の住民全員の避難場所として使用できる地下の砲部を最も典型的な特徴としています。アルメイダは、特に17世紀の

独立回復戦争（これによりスペインはポルトガルの王位から完全に排除される）や19世紀に町が長期にわたってナポレオン軍の占領下に置かれたフランスの侵攻など、何世紀にもわたって数々の熾烈な戦いの舞台となりましたが、フランスの侵攻時に弾薬庫に保管されていた膨大な量の火薬の爆発により城や城壁の一部が破壊され、ついには陥落しました。要塞の壘壁の中では、調和のとれた家々や、狭い通りに点在し、古い昔の時代の雰囲気をとどめている多くの宗教建築物や民間の建築物をしばらくの間、鑑賞しながら散策する価値があります。

Arruda dos Vinhos

Arruda dos Vinhos

アルーダ・ドス・ヴィーニョス

12世紀、ポルトガル初代国王アフォンソ・エンリケス（Afonso Henriques）によって礎が築かれたアルーダ・ドス・ヴィーニョス（Arruda dos Vinhos）の一角は、領土の守りと開墾のため、国王からサンティアゴ・デ・エスパーダ宗教騎士団（Ordem Religiosa e Militar de Santiago de Espada）に与えられました。伝統的な農業地帯であり、アルーダ・ドス・ヴィーニョスは静かな町です。この町の見どころは、教区教会（Igreja Matriz）とノッサ・セニョーラ・ド・モンテ教会（Ermida de Nossa Senhora do Monte）です。

Aveiro

Aveiro

アヴェイロ ヴォウガ川（Rio Vouga）の淡水が海と交わる広大な潟、リアの首都、アヴェイロ（Aveiro）は純然たる水の通り、運河が横切り、それに沿ってバルコス・モリセイロス（barcos moliceiros）と呼ばれる鮮やかな色彩の船が滑るように進むのが見えます。ローマ帝国の皇帝マルクス・アウレリウス（Marcus Aurelius）の時代に初めて築かれたアヴェイロは現在、ポルトガルの沿岸地方で最も興味深い都市の1つです。かつてこの潟には水かきのある鳥が数多く生息していたため、この町は最初、アヴィアリウム（Aviarius）（鳥小屋）と呼ばれていました。

ジョアン1世（D. João I）（1383年-1433年）はアヴェイロを息子のペドロ王子に譲り、ペドロ王子はこの町初の城壁の建築を命じましたが、これはその後消失しました。後にジョアン2世（D. João II）（1481～1495年）はこの町を姉妹の王女ジョアンナに譲りました。ジョアンナはジェズ修道院の助修女でした。現在、この修道院はアヴェイロ美術館（Museu de Aveiro）となっています。16世紀になると塩業、農業、漁業が発展し、1501年に遠く離れたニューファンドランドへ初のタラ漁遠征が行われ、アヴェイロは飛躍的な繁栄の時代を迎え、1515年にはマヌエル1世（D. Manuel I）から勅許が与えられました。ところが1575年の冬の大海嘯により、かつてリア（潟）と海とを結び、外洋へ向かう大型船が停泊していた深い運河が打撃を受け、その結果、海上貿易、漁業、および塩業が崩壊してしまいました。19世紀にバーラ・ノヴァ（Barra Nova）が建設されました。1808年に海へ開かれたバーラ・ノヴァにより、幅およそ264メートル、深さは4～6メートルの広い水路の建設が促されました。この水路によりリアは海へ開かれ、この地域の生活と生存そのものの拠り所を取り戻すことができました。リアは、中央運河（Canal Central）に伸びるピラミデス運河（Canal das Pirâmides）（入り口の2つの石のピラミッドが目印）、町の北西の境界線を成し、町と塩田とを隔てるサン・ロケ運河（Canal de São Roque）

）、および南西へ延びるサントス・マルティレス運河（Canal dos Santos Mártires）の3つの運河でアヴェイロと結ばれています。この町の主要な軸として中央運河を利用したアヴェイロの2つのツアーをお勧めします。

- 左岸では、まず、運河に見事に映る優美なアール・ヌーボーの建物の鑑賞から始め、魚市場を歩き、ベイラ・マール（Beira Mar）地区と運河の岸を散策し、やさしい海風を満喫します。
- 右岸では、ジェズ修道院にある市立博物館を訪れます。記念建造物や教会はもとより、リアのぼんやりした光のもとで発せられる都市生活の喧噪もこの海岸都市に魅力を添えています。旅行者は皆、アヴェイロの潟（Ria de Aveiro）についてもさらに詳しく知りたいと思うことは確かです。お勧めするコースは2つありますが、迷路のような運河、海岸の白砂の砂丘、一面に広がる塩田とピラミッド型に積まれた白い塩にご案内します。自然のトレッキングを楽しむ場合は、サン・ジャシント砂丘自然保護区（Reserva Natural das Dunas de São Jacinto）が実に魅力的です。

Batalha

Batalha

バターリャ バターリャ（Batalha）の町は、1386年に建設されたサンタ・マリア・ダ・ヴィトリア修道院（Mosteiro de Santa Maria da Vitória）とともに発展してきました。この修道院は、1385年8月14日のアルジュバロッタの戦い（Batalha de Aljubarrota）でポルトガル軍がカスティーリャ軍に対し勝利をおさめたあかつきには聖母マリアに捧げて建設する、という国王ジョアン1世（D. João I）の誓願にしたがって建てられたものです。毎年8月には、この勝利を記念する盛大な祭典が修道院で行われています。

ポルトガル・ゴシック様式の最高傑作であるバターリャ修道院（Mosteiro da Batalha）は、数代の王の治世にわたって続いた長い建設期間中に、さまざまな建築様式の影響を受け、それらが一体となったすばらしい建築例です。内部でことにすばらしいのが、ステンドグラスの窓が美しい創設者の礼拝堂、回廊、マヌエル様式とフランボワイヤン・ゴシック様式の装飾が施された未完の礼拝堂（Capelas Imperfeitas）、教会参事会の間です。

Belmonte

Belmonte

ベルモンテ 1199年にサンショ1世（D. Sancho I）によって初めて勅許が与えられたこの古代の集落の道はすべて丘の頂上の花崗岩でできた城に通じています。1258年に書かれた文書には、高くそびえる天守閣、城壁、塁壁、および貴族の邸宅などの建造物について記されています。この厳粛な設計を遮るように、西側の城壁にはマヌエル王（D. Manuel）のシンボルであるアーミラリ天球儀と、2匹のやぎが描かれたカブラル（Cabral）家の盾が描かれた2つの繊細なマヌエル様式の窓があります。カブラル家の最も有名な人物は、言うまでもなくペドロ・アルヴァレス・カブラル（Pedro Álvares Cabral）です。1500年にブラジルを発見した彼は、1467年にベルモンテ（Belmonte）で生まれました。

城に隣接して、サン・ティアゴ（São Tiago）を祀ったローマ・ゴシック様式の小さな教会があります。内部では、花崗岩のピエタ像の自然な美しさがこの教会の素朴さとうまく調和して印象的です。教会の別棟にはカブラル家のパンテオンがありますが、ペドロ・アルヴァレス・カブラルの遺体はサンタレム（Santarém）のグラーサ教会（Igreja da

Graça) に安置されています。ベルモンテに定住していたユダヤ人コミュニティは、1492年にカトリックのスペイン国王がすべてのユダヤ人の追放命令を出すとその数が大幅に増加したため、ポルトガル国王も1496年にスペインにならって追放を命じました。この時期、スペインから逃れてきたユダヤ人はベルモンテなどの国境近くの町や村に定住しました。法令により、ユダヤ人の住居は城壁の外側のマロコス地区 (Bairro de Marrocos) に建てられました。そこでは、例えば、服の仕立屋を表すはさみなどがドアの脇の石に彫刻されており、それによってその家の住民の職業を見分けることができました。

ベルモンテは現在、ベト・エリアウ (Bet Eliahu) のシナゴークの本拠地であることに大きな誇りを抱いていますが、ユダヤ人コミュニティが祈祷、伝統および慣習を秘密裏に守っていかねばならなかった中世の雰囲気はほとんど残っています。

グアルダ (Guarda) へ至る道にトーレ・デ・セントウム・セラス (Torre de Centum Cellas) があります。この奇妙な建物の起源は完全にはわかっていません。

Bombarral

Bombarral

ボンバラル この地域は主に農業地帯であり、その伝統は14世紀にさかのぼります。当時、この一帯はアルコバッサ修道院 (Mosteiro de Alcobaça) の農園の一部として、修道士たちによって丹念に耕されていた土地でした。それにより、ボンバラルは果物とワイン製造の中心地として今も名高い土地であり、その事実を反映し、町の紋章にはブドウの房がかたどられています。この地方の2大行事もまた、それを証明するものです。1つは、7月に行われるポルトガル・ワイン・フェスティバル (Festival do Vinho Português) であり、もう1つは、8月に行われるペーラ・ロシャの市 (Feira da Pêra Rocha) (「岩梨の市」の意) です。鉄道駅の壁を一面に飾っている20世紀初頭のアズレージョのパネル画にも、その関係性がはっきりとうかがえます。そこには、ブドウの収穫作業とワインの仕込みの様子が描かれています。そのため、この地方を訪れる人にとって、ここはまさに格好の入り口となっています。この地域の建物のほとんどは、館やキンタ (荘園) です。教会建築に関して言えば、最も重要な建築物は、マドレ・デ・デウス教会 (Igreja da Madre de Deus) とサン・ブラス教会 (Ermida de São Brás) です。

Buçaco

Buçaco

ブサコ 大規模かつ雄大な森を抱くブサコ山脈 (Serra do Buçaco) は約70種の在来および外来種の植物が生育するまぎれもない植物公園で、草木を傷つけた人は皆、破門にするという、17世紀に公布されたローマ教皇の大勅書によってすべての植物が保護されています。「裸足のカルメル会」の司教総代理が、ここは修道士たちが自然と接触しながら瞑想にふけることができる隠棲の地とするのに理想的な場所だと考えたのは16世紀でした。そこでここに質素な修道院と、森の随所に懺悔のための修道院や礼拝堂が造られました。これらの建物は多くの湖や十字架とともに、この地に真に幻想的な雰囲気を与えています。ブサコ山脈、とりわけフェトス溪谷 (Vale dos Fetos) やフリアの泉 (Fonte Fria) などの息をのむような美しさは、周辺地域の全景が一望できるクルス・アルタ (Cruz Alta) の見晴らし台 (Miradouro) から観賞することができます。19世

紀に、当初修道院が建てられた場所の一部はネオ・マヌエル様式の王宮として改装され、その後、豪華ホテルとして利用されています。当初の修道院の中で、回廊、礼拝堂、修道士の部屋の一部を見学することができます。ブサコ山脈は19世紀に、ポルトガルがナポレオン率いるフランス軍に対して貴重な勝利を挙げた有名な戦いの場所となりました。現在、この出来事はオベリスクによって永遠に称えられ、軍事博物館でその面影をしのぶことができ、毎年9月27日に勝利を祝っています。

Cadaval

Cadaval

カダヴァル ブドウ畑と果樹園に囲まれた美しい村カダヴァル (Cadaval) は、農業が盛んな地域です。ことにその広大なブドウ畑と果樹園は、以前から地域の主な産業となっています。

周辺では、セーラ・デ・モンテジュント (Serra de Montejunto) (この一帯で最も標高が高い地点) に、13世紀のノッサ・セニョーラ・ダス・ネーヴェス教会 (Ermida de Nossa Senhora das Neves) があります。また、王立製氷工場 (Real Fábrica do Gelo) 跡もあります。ここでは18世紀に、渓谷の奥深くから集めた氷をタンクに貯蔵し、その後リスボンに輸送して王宮やカフェに供給していました。この地方の自然条件から、さまざまな形のレジャー活動を楽しむことができます。例えば、ハンググライディング、ケービング (洞窟探検)、その他多種多様なウォーキング・ツアーなどです。ワイン用のブドウ栽培が盛んなこの地域を代表するイベントを挙げるならば、もちろんその最大のもは、9月の収穫祭です。そこでは、ブドウの収穫に関連した民俗風習のさまざまな展示や再現が行われるほか、郷土料理がふるまわれます。

Caldas da Rainha

Caldas da Rainha

カルダス・ダ・ライニーニャ 町の名は、王妃ドナ・レオノーラ (D. Leonor) に愛された温泉に由来しています。15世紀、国王ジョアン2世 (D. João II) の妃であった王妃は、さまざまな治療法を試してみてもかかわらず長らく癒えることのなかった傷が、この地の湧水によって治ったことで、その薬効を確かなものと考えようになりました。

その時代から、この地の湧水は土地の住民の間で大変よく利用され、人々は病気を治療するためこの湯を浴びていました。そこで王妃は、人々がより快適に治療できるようにと、この地に病院の建設を命じました。やがて病院の周囲に村が形作られ、カルダス・ダ・ライニーニャ (Caldas da

Rainha)、すなわち「王妃の温泉」の名で知られるようになりました。町は発展を続け、19世紀末から20世紀初頭にかけて最盛期を迎えました。当時、温泉保養地で休日を過ごすことが流行し、カルダス・ダ・ライニーニャの町は貴族や上流階級の間で行き先の1つとしてもはやされるようになりました。また、第二次世界大戦中には、ナチスによる迫害を逃れた多くの外国人の避難場所となりました。カルダスの町からは、ポルトガル文化史上の重要人物が輩出しています。代表は、画家のジョゼ・マリオア (José Malhoa) です (19世紀)。

その作品は、鉱泉公園 (Parque Termal) (カルロス1世庭園 (Dom Carlos I garden)) 内にある彼の名を冠した美術館で見ることができます

。また、19世紀の風刺画家であるラファエル・ボルダロ・ピニエイロ（Rafael Bordalo Pinheiro）も、この地に生をうけています。彼はカルダス・ダ・ライーニャの陶器工場を設立し、それによって有名なカルダスの陶器が作られるようになりました。なかでも最もよく知られているのは、独特のユーモアをたたえたボルダロの作品群です。

Castelo Branco

Castelo Branco

カステロ・ブランコ カステロ・ブランコ（Castelo Branco）の起源は、定住者がカルドゥサ（Cardosa）の丘にアルビ・カストラム（Albi Castrum）を築いたローマ時代にさかのぼります。アフォンソ2世（D. Afonso II）は1214年にこの土地をテンプル騎士団に与え、守備と防衛を委ねました。騎士団は城の建設にとりかかりましたが、その城は次第に外へと拡大することになる新しい町の中心となりました。1285年にディニス王（D. Dinis）とその妃、サンタ・イザベル（Santa Isabel）が国境警備強化の調査と計画のためにこの地方を視察した際、ここに滞在しました。1510年、マヌエル王（D. Manuel）はカステロ・ブランコに勅許状を与えました。勅許状の原本は今も市議会が保管しています。グラウサ修道院（Convento da Graça）のアウトグスチノ修道会や、サン・アントニオ修道院（Convento de Santo António）のカプチン修道会など、他の宗教会の到来と同時にミゼリコルディアが設立されました。1535年にジョアン3世（D. João III）はこの町に「Vila Notável（卓越した町）」の称号を与え、世紀末にかけてグアルダ（Guarda）司教、D.ヌーノ・デ・ノローニャ（D. Nuno de Noronha）は聖職者の冬期の住居としてエписコパル宮殿（Paço Episcopal）の建設を命じました。宮殿は昔のカステロ・ブランコの境界線の目印として、また現在の町の主な呼び物として今も残っています。現在、この宮殿にはカステロ・ブランコの伝統的な絹の刺繍の歴史を今に伝える重要なフランシスコ・タヴァレス・プロエンサ・ジュニオール博物館（Museu Francisco Tavares Proença Júnior）が入っています。1771年、ジョゼ1世（D. José I）はカステロ・ブランコの管区を設定する際に、この町の商業上の重要性が高まっていることに気づき、市の地位に昇格させ、サン・ミゲル教会（Igreja de São Miguel）をカテドラルにしました。台頭しつつあった中産階級が宮殿や邸宅を建てる場所として選択したため、カステロ・ブランコは拡大の中心地となりました。ナポレオンの侵攻に伴う周辺地域での大規模な戦いから回復した後、19世紀末にかけての鉄道の開通によってカステロ・ブランコは重要な産業の中心地となりました。町は主に繊維産業を中心に発展を遂げ、その伝統は今も続いています。カステロ・ブランコは1日で見学回ることができます。城につながる急傾斜の坂道を登って周辺の田園のすばらしい景色を觀賞してください。

Castelo Mendo

Castelo Mendo

カステロ・メンド 戦略上極めて重要な地点にある丘の頂上であり、銅器時代と古代ローマ時代に作られた初期の要塞跡に築かれたカステロ・メンド (Castelo Mendo) は、サンショ1世 (D. Sancho I) の命令により12世紀に建て替えられた塁壁に囲まれた歴史ある村です。

1229年、サンショ2世 (D. Sancho II) は城の拡張を命じ、年3回の実施を条件として市を開くことを認める勅許を地元の住民に与えました。これはポルトガル全土で初めて定期的に開かれた市で、1281年、ディニス王 (D. Dinis) は自由市場として毎年開くよう命じました。この市で当初使われていた倉庫はかつて市が開かれていた場所に今も残っています。村の名称は、14世紀にディニス王によって任命された初代知事、D.メンド・メンデス (D. Mendo Mendes) に由来します。言い伝えによると、旧刑務所の壁の1つにメンドを表す石彫りの顔が取り付けられ、また近くの別の家にはメンドの妻、メンダ (Menda) の顔が彫られています。そのため、この家はカサ・ダ・メンダ (Casa da Menda) と呼ばれています。6つの中世期の門 (正門の脇には2匹の豚の彫刻が置かれています) を持つ塁壁で囲まれた村には、もともと2階建ての簡素な石造りで、1階は家畜用、2階は住居として使用されていた家が並んでいます。極めて狭い通りは村の防御を容易にしましたが、特にスペインとの戦いなど、ポルトガルが関わった様々な戦争の際には幾度もこの町が戦場となりました。最近、この村の復興事業が始まり、徐々に当初の特徴を取り戻しつつあり、塁壁の中を訪れる旅行者に豊かで興味深い過去への旅を満喫する機会を提供しています。

Castelo Novo

Castelo Novo

カステロ・ノーヴォ 見事な円形競技場のような形状をしたガルドゥーニャ山脈、セーラ・ダ・ガルドゥーニャ (Serra da Gardunha) にあるカステロ・ノーヴォ (Castelo Novo) には、かつてこの地方の貴族が所有していた驚くほど美しい邸宅がいくつかあります。12世紀に建設されたものの、1755年の地震で壊滅的な打撃を受けた城は、この地域の防衛に適していないという理由で放置されていた別の城がすぐ近くにあるため、「新しい (ノーヴォ)」と呼ばれました。村の名称であるカステロ・ノーヴォはこれが由来です。ピカ広場 (Largo da Bica) にある中世の市庁舎にはさまざまな興味深い特徴が見られます。特に興味ぶかいものは、花崗岩のファサードを背景とし、ジョアン5世 (D. João V) の紋章をいだいて中世の建物の簡素さとはやや不釣り合いな雰囲気を出している18世紀のバロック様式の噴水です。

その背後には、防御のための注意深い見張りのように昔の城の塔 (torre de menagem) が立っています。今では戦時の役割を失い、住民のために静かに時を刻んでいます。時とともに消え去ってしまった共同生活の名残をとどめるものとして、岩を切り出して作られた巨大なタンク、Lagariça (ラガリサ) があります。ここでは何世紀にもわたり、地元住民によってぶどうが踏みつけられてきました。カステロ・ノーヴォの近くには美しい町、アルペドリーニャ (Alpedrinha) があり、ここもまた訪れる価値があります。

Castelo Rodrigo

Castelo Rodrigo

カステロ・ロドリゴ

高くそびえる丘の頂上にある小さな村、カステロ・ロドリゴ（Castelo Rodrigo）からは、東はスペイン、北はドウロ川（Rio Douro）の深い谷まで広がる大地を一望することができます。言い伝えによると、この町はレオン（León）のアフォンソ9世（D. Afonso IX）が、この町に定住し、名前の由来となったロドリゴ・ゴンザレス・デ・ジオン（Rodrigo Gonzalez de Girón）伯爵に与えるために築いた町です。1297年に詩人でありポルトガル国王であるディニス王（D. Dinis）によって締結されたアルカニゼス条約によって、この町はポルトガル国王の所有地となりました。カステロ・ロドリゴには、領土をめぐる繰り返されてきた紛争の傷跡が残っています。最初にこうした紛争が起こったのは、この町がポルトガルに併合されてから100年も経たない1383～1385年の王朝の危機の時期です。ポルトガル王フェルナンドの唯一の娘、ベアトリス（D. Beatrix）はカスティーヤ（Castile）の王と結婚しました。父親の死後、ベアトリスが王位を継承したことにより、ポルトガルはカスティーヤの味方となって独立を失うおそれがありました。カステロ・ロドリゴはベアトリス側につきましたが、アヴィス（Avis）の君主、ジョアンは1385年のアルジュバロッタの戦い（Batalha de Aljubarrota）でカスティーヤを破り、ポルトガル国王に即位してジョアン1世（D. João I）を名乗りました。カスティーヤ側についたカステロ・ロドリゴの領主への報復として、新しい王は常にポルトガルの盾と紋章を町の紋章の上に逆さに掲示するよう命じました。16世紀にスペイン王フェリペ2世（Philip II）がポルトガルを併合したとき、クリストヴァオン・デ・モーラ（Cristóvão de Moura）総督はカスティーヤの主張を擁護したため、地元住民は1640年のポルトガル再独立（12月1日）の知らせを受け取った直後の12月10日に総督の壮大な邸宅に放火し、報復しました。この歴史的イベントの名残として、今も丘の頂上の城の隣に廃墟を見ることができます。

また、かつてはサンティアゴ・デ・コンポステーラ（Santiago de Compostela）へ向かう巡礼者が旅した街道沿いにありました。言い伝えによると、ほかならぬアッシジの聖フランチェスコ（St. Francis）がセント・ジェームスの墓への巡礼の途中にここで一晩過ごしたとのこと。今では静かでのどかな町であるカステロ・ロドリゴは、過去の栄光、土地の美しさや新鮮さ、壘壁中に並ぶ家々、マヌエル様式のペロウリーニョ（柱塔）、およびレクラマドル教会（igreja do Reclamador）に収められている心を動かされるサンティアゴ・マタモウロス（Santiago Matamouros）の像などを観賞するためにも訪れる価値が十分にあります。

Celorico da Beira

Celorico da Beira

セロリコ・ダ・ベイラ セロリコ・ダ・ベイラ (Celorico da Beira) は海拔550メートルの高地でありながら、セーラ・ダ・エストレラ (Serra da Estrela) の麓に位置し、町の中をモンデゴ川 (Rio Mondego) が流れています。この地域を訪れるたびに、澄み切った川や小川が流れる花崗岩の山を背景とした何世紀にもわたる歴史が思い起こされます。セロリコ・ダ・ベイラのシンボルはカステロ (Castelo) です。この軍事的建築物はローマ・ゴシック様式ですが、要塞に合わせて設計は不規則です。さらに、ファサードにジョアン様式の格好の例が見られるミゼリコルディア教会 (Igreja da Misericórdia) があります。内部は主祭壇が豪華で、イシドロ・ファリア (Isidro Faria) の絵画もあります。さらに、かつて城周辺にあった下層地区の場所に建てられた、バロック様式のハイライトであるサンタ・マリア教区教会 (Igreja Matriz de Santa Maria) にも注目すべきです。狭い通りでもゴシック様式の玄関やマヌエル様式の窓の珍しいコレクションを観賞できます。

Coimbra

Coimbra

コインブラ かつてコインブラ (Coimbra) はケルト族に占領されていましたが、ローマ帝国による植民地化の過程でこの地域に文化的に大きな変革が起こりました。ローマ人がここを占領した痕跡は、ローマの都市のフォーラム、キウィタ・アエミニウム (Civita Aeminium) のポルティコ (柱廊) の上に建てられたマシャード・デ・カストロ美術館 (Museu Nacional Machado de Castro) に収められているさまざまな考古学的遺産に今も見ることができます。ローマによる支配の後、586年から640年には西ゴート族が到来し、町の名をエミニオ (Eminio) に変更しました。711年にはムーア人とモサラベ人の町になりました。1064年、町はキリスト教徒であるカスティーヤのフェルナンド1世が占領し、モサラベのセスナンド (Sesnando) によって統治されました。ドウロ川 (Rio Douro) の南で最も重要な都市であるこの町には、かつてポルトガルの初代国王であり、この地で生まれたドン・アフォンソ・エンリケス (Dom Afonso Henriques) の両親、ドン・エンリケ (Dom Henrique) とドナ・テレサ (Dona Teresa) がしばらくの間、居住していました。1131年にこの町をポルトガルに併合したのはこの国王です。旧カテドラル (Sé Velha) や、サン・ティアゴ、サン・サルヴァドル、サンタ・クルス (Santa Cruz) の各教会など、宗教の権威やこの地に拠点を構えたさまざまな宗教団を表す歴史的建造物が建てられたのはこの時期です。コインブラはペドロ1世 (D. Pedro I) (1357~1367年) と宮中女官、ドナ・イネス (Dona Inês) との悲恋の舞台となりました。この恋愛はポルトガルがカスティーヤの支配下に入る危険性をはらんでいると考えたアフォンソ4世 (D. Afonso IV) の命令により、イネスは処刑されました。詩人や作家のインスピレーションをかき立てるこの物語は今も、この町の豊かな遺産の重要な部分を占めています。コインブラは、中世時代にはポルトガルの首都でしたが、ルネッサンスの時期にジョアン3世 (D. João III) (1521~1557年) が大学をこの町に恒久的に移転することを決定し、公式の教育の代りとなるものとして多数のカレッジが創設されると、ここは知識の町に変わりました。17世紀にイエズス会が到来し、即座に新カテドラル (Sé Nova) を建設することによってその存在を明らかにしました。翌世紀になると、ジョアン5世 (D. João V) (1706~1750年) は国王による事業として大学などコインブラの建築物の一部を拡充しました。ジョゼ1世 (D. José I) (1750~1777年) も特に教育分野において、閣僚のボンバル侯爵 (Ma

arquês de Pombal) の尽力を得ていくつかの変更を行いました。19世紀初頭に、フランスの侵攻やポルトガルの解放のための戦いにより混乱の時期が始まりますが、コインブラに大きな動きをもたらすことはありませんでした。これ以降、ポルトガルの典型的な大学都市に変革をもたらしたのは学生でした。コインブラで見つかった遺産についてさらに詳しく知るためには、いくつかのルートに沿って散策することをお勧めします。19世紀までの町の配置に従って、アッパー・タウンを通るルートとダウン・タウンを通るルートの2通りのルートで散策することをお勧めします。

Constância

Constância

コンスタンシア 2つの川テージョ川 (Rio Tejo) とゼーゼレ川 (Rio Zêzere) の合流地点に位置するコンスタンシア (Constância) は、丘の斜面にきれいに並んだ白い家並みが美しい、特徴ある地形を有しています。町の特徴となっているその地理上の立地から、14世紀には重要な河川港の1つとなり、商業の要所としてにぎわいました。

コンスタンシアの名は、ルイス・ヴァス・デ・カモンイス (Luís Vaz de Camões) の名と切っても切れない関係にあります。16世紀の大詩人であり『ウズ・ルジアダス』(Os Lusíadas) の作者である彼は、生涯の一時をこの地で過ごしました。毎年6月10日には、この詩人をたたえ、中世の様子を再現した「ポモナス・カモニアナス」(Pomonas Camonianas) の祭りが開催されています。また、この他にも毎年恒例の祭りがあり、コンスタンシアの町に多くの人々を集めています。ノッサ・セニョーラ・ダ・ボア・ヴィアジェン祭 (Festas de Nossa Senhora da Boa Viagem) (「よき旅の聖母祭」) はイースターの時期に行われます。町の通りは色鮮やかな紙飾りで彩られ、そこかしこのパールやレストランにはわかに活気づき、町全体が最高の華やぎを見せます。祭りが最高潮を迎えるのは、イースターの月曜日です。この日には、飾り立てられた船による行列が登場します。

Covilhã

Covilhã

コヴィリャン 川と山に挟まれた町、コヴィリャン (Covilhã) はセーラ・ダ・エストレラ (Serra da Estrela) (エストレラ山脈) への入り口の1つになっています。もともとこの地にはルジタニア人の羊飼いが住んでいました。コヴィリャンはサンショ1世 (D. Sancho I) によってムーア人から奪還され、町の防衛のために塁壁が造られました。中世時代には戦略上の重要地点となり、とりわけディニス王 (D. Dinis) の治世下では領土の防御が強化されました。ドン・マヌエルはコヴィリャンに勅許の地位を与え、さらに1510年に新しい勅許状を受けました。コヴィリャンはまた、大航海にゆかりの地でもあり、エンリケ航海王子は1415年にセウタを奪取した後、父であるジョアン1世 (D. João I) からコヴィリャン候の称号を与えられました。コヴィリャンはまた、ジョアン2世 (D. João II) によって東洋へ派遣された探検家ペロ・ダ・コヴィーリャ (Pêro da Covilhã) の生誕地です。彼の情報はヴァスコ・ダ・ガマ (Vasco da Gama) がインド航路を発見するのに役立ちました。コヴィリャンで有名なものの1つとして毛織物が挙げられます。これはサンショ1世 (D. Sancho I) の時代に始まり、当時、この町に住み、15世紀までここにと

どまっていたユダヤ人のコミュニティによって発展しました。ジョアン5世 (D. João V) 治世下でポルトガル軍の軍服をすべて生産していた繊維産業は、ポンバル侯爵 (Marquês de Pombal) がここに王立繊維工場 (Real Fábrica de Panos) を設立すると飛躍的に発展し、手織物生産における全国最大の中心地となりました。それに伴う経済発展により、コヴィリャンは1870年に市の地位に昇格しました。コヴィリャンの歴史的遺産を見学する際には、ユダヤ人地区の狭い通りやマヌエル様式の窓、サン・マルティニョ礼拝堂 (Capela de São Martinho)、サンタ・クルス礼拝堂 (Capela de Santa Cruz)、毛織物博物館 (Museu dos Lanifícios) を見逃さないようにしてください。コヴィリャンとその周辺地域では、この地域の自然と文化の遺産に触れることができる旅行プランを立て、カステロの地や歴史的な村、手織物のルート、旧ユダヤ人地区のルート、セーラ・ダ・エストレラ自然公園 (Parque Natural da Serra da Estrela) をご覧ください。コヴィリャン・カウンシルのWebサイトもご覧ください。

Entroncamento

Entroncamento

エントロンカメント エントロンカメント (Entroncamento) は、19世紀の終わりに、北部行きの鉄道路線と東部行きの路線の連絡駅である国内で最も重要な駅を中心として発展しはじめたところです。連絡駅であることから、国中のありとあらゆる地方から働き手が集まり、ここに住みつくようになりました。彼らは、花で飾られた小さな家々が並ぶ「鉄道地区」と呼ばれる地域に住んでいました。以上のような鉄道と町の関係をしのばせるものが、町の随所に見受けられます。その一例が、町の公園です。そこにはかつての蒸気機関車が飾られ、現在は観光案内所となっています。料理に関して言うならば、この地の住民同様、もともとは他の地方の料理だったものです。代表料理の例としては、アソルダ (açor das) (パン、ハーブ類、ジャガイモのピューレ) や、バカリャウ・アサード・コン・バタタス・ア・ムーロ (bacalhau assado com batatas a murro) (干しダラのロースト、小さなベイクドポテト添え)、フェイジョアード (feijoadas) (豚肉と豆の煮込み) などです。スイーツ類の例としては、パン・デ・ロ (pão-de-ló) (スポンジケーキ) やティジェラダ (tigeladas) (オープンで焼いた卵、小麦粉、砂糖のパンケーキ) などです。

Fátima

Fátima

ファティマ町の起源は古く、ムーア人によって支配されていた時代にさかのぼります。この頃に付近一帯は発展し、名前を持つようになりました。ある伝説によれば、キリスト教徒によるレコンキスタのさなか、「暴れん坊」として知られたテンプル騎士団のゴンサロ・エルミンゲス (Gonçalo Hermingues) が、待ち伏せの途中で捕らえたファティマ (Fátima) という名のムーア人の娘と恋に落ちました。その愛に答え、娘はキリスト教に改宗し、名をオウレアナ (Oureana) としたとされています。16世紀、この地はレイリア (Leiria) 司教区所轄の、オウレン (Ourém) のコレジオ教会の教区となりました。次の発展の時代は、20世紀前半に起こった「ファティマの奇跡」 (Aparições de Fátima) として有名な出来事に始まります。これによりこの地はポルトガルにおける聖母マリア

信仰の重要な中心地となり、カトリック教会によって全世界に認められるところとなりました。最初の奇跡が起こったのは、1917年のことです。奇跡のあったコヴァ・ダ・イリア (Cova da Iria) には、現在教会が立っています。奇跡を記念する最大の行事が5月13日に開催され (12日夜にろうそくの灯火による行列があり、13日には記念行事を締めくくる別れの行列が行われます)、さらに10月13日にも開催されます。また、この2つの日付の間の毎月13日は、祈りの日となっています。ファティマの聖母マリアの奇跡についてより多くを知りたいならば、アルジュストレル (Aljustrel) の村にある、奇跡の目撃者となった羊飼いの子供たちの家を訪れてみるとよいでしょう。ルシアの家 (Casa de Lúcia) の庭には、第2回目の平和の天使の出現を記念したモニュメントがあり、教会にはじまる聖なる道 (Via Sacra) の終点となっています。この道に沿って、14の礼拝堂が立っています。これは、西側に亡命したハンガリーのカトリック教徒によって寄進されたものです。ことに注目すべきはヴァリーニョス (Valinhos) です。村から400メートルのところであり、1917年の4度目の奇跡を記念するモニュメントがあります。ここで1916年には、牧童たちが第1回目、第3回目の奇跡として平和の天使を目撃しました。

Ferreira do Zêzere

Ferreira do Zêzere

フェレイラ・ド・ゼーゼレ フェレイラ・ド・ゼーゼレ (Ferreira do Zêzere) を囲む一帯には、広大な森林地帯が広がり、ゼーゼレ川 (rio Zêzere) もここではカステロ・デ・ボーデ・ダム (Barragem do Castelo de Bode) の形作るラグーン (潟) の巨大な青い湖面となっています。静かな村の中では、そこかしこに立つ美しい館が目を引き、教区教会 (Igreja Matriz) の内部では、美しいターリャ・ドウラダ (金泥細工)、さまざまな絵画・彫刻作品、18世紀の聖職席を見ることができます。周辺の最大の見どころは、もちろんカステロ・デ・ボーデ潟 (Albufeira de Castelo de Bode) です。そこでは各種のウォーター・スポーツを幅広く楽しむことができるほか、ただひと休みするにも格好の場所となっています。また、水に囲まれた付近の美しい村々を訪ねてもよいでしょう。例えばドルネス (Dornes) には、白壁の家々が立ち並び、テンプル騎士団によって建設された五角形の塔が立っています。土地の名物料理は、仔ヤギの若芽添えや、この地ならではの料理法による子豚のローストです。

Figueira da Foz

Figueira da Foz

フィゲイラ・ダ・フォス フィゲイラ・ダ・フォス (Figueira da Foz) の名称は、モンドゴ川 (Rio Mondego) の河口 (foz) に位置していることに由来します。フィゲイラ・ダ・フォスはポルトガル中部地方最大の海岸リゾートの1つに発展しました。

国際的で活気にあふれるこの町が初めて重要視されたのは、ポルトガル中部地方の貴族の間で余暇の過ごし方として「フィゲイラでの日光浴」の popularity が高まった19世紀です。フィゲイラ・ダ・フォスには旅行者向けの幅広い宿泊施設、1900年に建てられたカジノ (casino)、各種ウォーター・スポーツの理想的な条件の整った見事なビーチが完備され、ヨットやパワーボートのチャンピオンシップがここで開催されます。

周辺地域では、セーラ・ダ・ボア・ヴィアジエン (Serra da Boa Viagem) の頂上まで登り、ヴェラの見晴らし台から全景を見渡すことは価値があります。ここから、フィゲイラ・ダ・フォスの町やモンドゴ川の塩田だけでなく、晴れた日には、ベルレンガス諸島 (Ilhas

Berlengas)の海岸線まで眺望できます。

Fundão

Alpedrinha

アルペドリーニャ ガルドゥーニャ山脈 (Serra da Gardunha) の南側斜面にあり、冬の寒風から守られているアルペドリーニャ (Alpedrinha) では、旅行者はきれいな澄み切った空気を満喫することができます。古代ローマ人はこの村をペトラティニア (Petratinia) と呼びましたが、アルペドリーニャの1つの通りから始まり、未だ不明の目的地まで続く不思議なトンネルの秘密を持ち去ったものと思われる。なぜなら、発掘を行えば家々の安全性を危険にさらすおそれがあるからです。ナポレオン軍は村を容赦なく破壊しましたが、アルペドリーニャの絵のように美しく、狭い通りには、庭園や果樹園の中にかつての貴族と庶民の両方の建物のよい例が残っています。庶民の家の多くには、ゼラニウムの鉢植えが飾られた木製のバルコニーやポーチのステップがあり、壮大な王家の水くみ場 (Chafariz Real) はジョアン5世 (João V) の時代の面影をしのばせます。調和のとれたミゼリコルディア教会 (Igreja da Misericórdia) の他にも、はるか昔に建てられたカーザ・ダ・コメンダ (Casa da Comenda) の豪華なファサード、玄関ポーチが彫刻家ニコラウ・デ・シャンテレネ (Nicolau de Chanterenne) の作と言われるリャオン礼拝堂 (Capela do Leão)、その他16世紀~17世紀の典型的な建物はアルペドリーニャを訪れ、その魅力の虜になる数ある理由のうちの一部に過ぎません。

Guarda

Guarda

グアルダ セーラ・ダ・エストレラ (Serra da Estrela) (エストレラ山脈) の標高1,056メートルに位置するグアルダ (Guarda) はポルトガルで最も標高が高い町です。戦略的な位置づけにあることから、この町は有史以前から戦場となり、ローマ時代以前から人類が定住していました。国境警備の重要な位置づけにあるという重要性を考慮し、サンショ1世 (D. Sancho I) は1199年にグアルダの町を興し、司教管区やカテドラルを置きました。カステロ (castelo) の建設に併せ、アフォンソ2世 (D. Afonso II) とアフォンソ3世 (D. Afonso III) によって城壁が強化されました。現在、遺跡の一部は住宅に使われていますが、城の塔 (Torre de Menagem)、フェレイロスの塔 (Torre dos Ferreiros)、エルヴァの門 (Portas da Erva)、王の門 (Portas d'El Rei) にその名残をはっきりと見ることができます。グアルダの町は王室と強い関係があります。ディニス王 (D. Dinis) はトランコーゾ (Trancoso) でアラゴン (Aragão) のイザベル (Isabel) と結婚した後、ここに滞在し、フェルナンド王 (D. Fernando) は肺病の治療を試みるためにこの気候を求めて訪れ、アフォンソ5世 (D. Afonso V) は1465年にここで裁判を開きました。1510年にマヌエル1世 (D. Manuel I) により市の勅許が改められました。さらに16世紀になると、司教のヌーノ・デ・ノローニャは神学校や現在はグアルダ美術館 (Museu da Guarda) となっているエписコパル宮殿 (Paço Episcopal) などを含めた重要なプロジェクトを実施して、教会の基盤の改善に取りかかりました。18世紀になると、グアルダはサン・ヴィンセント教会 (Igreja de São Vicente) やミゼリコルディア教会 (Igreja da Misericórdia) が再建されるなど、この時期の王室の繁栄の恩恵をささやかながら受けました。19世紀初頭になると、変革の時代を迎えます。ナポレオンとの戦いによって国境地域が破壊されると、グアルダは1835年に地域の首都になりました。

た。1881年には、ポンバル（Pombal）侯爵の下で定められ、短期間で終わったピニェル（Pinhel）やカステロ・ブランコ（Castelo Branco）の司教管区に対する管轄権を取り戻しました。通信手段やインフラストラクチャーの向上が、遠隔地であるために生じる問題の一部を埋め合わせるのに役立ちました。それによって、進歩や発展の機会がもたらされましたが、地域が抱える問題すべてを完全に克服するのに十分ではありませんでした。

Idanha-a-Velha

Idanha-a-Velha

イダーニャ・ア・ヴェリャ さまざまな民族が次々とこの地域に定住した結果、イダーニャ・ア・ヴェリャ（Idanha-a-Velha）には極めて貴重な歴史的遺産が残っています。現在、ここに見られる小さな村を訪れ、のどかな生活のペースを目にした人は皆、これがかつてエメリタ（Emerita、現メリダ（Mérida））とブラカーラ（Braccara、現ブラガ（Braga））とを結ぶイベリアの幹線道路にあり、繁栄を極めた古代ローマの町、キウィタス・イガエディタノールム（Civitas Igaeditanorum）だとは想像もつかないでしょう。エジタニア（Egitânia）では西ゴート族の時代（6～7世紀）にレカレド（Recaredo）からロドリゴ（Rodrigo）までほぼすべての西ゴート王のために金貨が鑄造され、後にイスラム教徒の占領下のイダーニャ（8～12世紀）は大規模で、リスボンと同じくらい豊かな繁栄した町になりました。

その後、アフォンソ・エンリケス（Afonso Henriques）が再定住のためにこの町を Templar 騎士団に与えた時期、ポルトガル王国の最初の100年間にキリスト教徒とイスラム教徒との間に紛争が生じました。アフォンソ・エンリケスの息子、サンショ1世（D. Sancho I）はその戦略上の重要性を認め、1229年にイダーニャに最初の勅許状を与えました。やがて、軍事および戦略の中心に変化が生じるのに伴い、この町の規模は徐々に縮小していきました。しかし過去の雰囲気は失われておらず、むしろ文化意識の高い旅行者にとってはオープン・ミュージアムのようにあり、自分の訪問地リストに明瞭かつ整然とマークをつけることができるのに気づかれるでしょう。

Ílhavo

Ílhavo

イリャヴォ アヴェイロ（Aveiro）から海沿いに南へ約3キロメートル行ったところに、イリャヴォ（Ílhavo）の町があります。ここはかつてギリシャ人によって開かれたイリャブムという名の都市であったと言われていいます。町はアヴェイロと同じく、ヴォウガ川（Rio Vouga）河口に広がる潟に囲まれた平地に位置しています。この独特の地理的条件によって、はるかな昔から土地の住民は漁業を生業とし、豊富なタラを求めて、遠くニューファウンドランドの沖へと漁に向かいました。海洋博物館（Museu Marítimo）では、川と海にまつわる数々の興味深い展示が見られます。川を行き来していた昔の舟がどのようなものであったか、実際のその姿には、実に印象深いものがあります。博物館にはこの他にも、航海に用いたさまざまな機器、漁の道具類などが収められています。

町では教区教会（Igreja Matriz）をぜひとも訪れたいところです。この教会は1785年に聖サルヴァドール（S. Salvador）をたたえて建設されたものです。教会内部でもことに注意を引くのが、海の男たちの信仰対象であるセニョール・ドス・ナヴェガンテス（Senhor dos Navegantes）の像

です。ノッサ・セニョーラ・ド・プラント礼拝堂（Capela de Nossa Senhora do Pranto）では、15世紀作の多色石灰岩の聖母マリア像に目がとまります。イリャヴォの周囲の土地の多くは、数世紀にわたってイリャヴォの人々が途方もない労力を注ぎ、渦を埋め立てて作ってきたものです。こうした土地は、ガファーニャ（gafanhas）と呼ばれています。その肥沃な土壌は、ジャガイモ、トウモロコシ、豆類、キャベツなどの農作物の栽培に適し、また、この地域の教区の名前の由来ともなっています。例えば、ガファーニャ・ダ・ナザレ（Gafanha da Nazaré）、ガファーニャ・ダ・エンカルナサオン（Gafanha da Encarnação）、ガファーニャ・ド・カルモ（Gafanha do Carmo）などがその例です。イリャヴォのほど近くには、170年の歴史を誇る世界に名だたる陶磁器会社、ヴィスタ・アレグレ（Vista Alegre）の工場があります。工場には博物館、店舗が併設され、川岸に沿って点在する工場の建築群全体が、大変興味深い一帯を作り上げています。この地方を旅行する際には、ぜひとも立ち寄りたいたいものです。ガファーニャの肥沃な土地を横切って、牛乳の生産地として有名なヴァーゴス（Vagos）に向かいます。それから渦の最南端の支流を渡り、ヴァゲイラ（Vagueira）の浜辺へ向かいます。隣に海を見ながらそのまま道を進むと、コスタ・ノヴァ（Costa Nova）に到着します。色鮮やかな漁師の家が立ち並び、ひととき魅力的な町があなたを待っています。

Leiria

Leiria

レイリア「レイリア（Leiria）の川はさかのぼる、教会なしの塔、塔なしの教会、『まっすぐ通り』はくねくね曲がる」（ポルトガルの民間伝承詩）1135年にキリスト教徒として最初にレイリアの地の支配者となり、城を築いたアフォンソ・エンリケス（Afonso Henriques）にとって、この地はムーア人の手から領土を奪回するための戦略上の前衛基地となりました。そして1147年には、サンタレン（Santarém）、シントラ（Sintra）、リスボン（Lisboa）の地を相次いで支配下におきました。その後も半世紀以上にわたって、レイリアはたびたびムーア人による攻撃に見舞われ、最終的にポルトガルの支配が確かなものとなったのは、12世紀末のサンショ1世（D. Sancho I）の時代になってからのことです。王は1195年にこの地に勅許を発布しました。1254年、アフォンソ3世（D. Afonso III）はここで最初のコルテス（Cortes）（議会）を開き、王国内のすべての町の代表者がこれに出席しました。これは、ポルトガル史上きわめて重要な出来事とされています。一般の民衆が、王の出席のもとで自分の意見を公にすることが許された、最初の例となったからです。14世紀になると、ディニス1世（D. Dinis I）と、ことに聖王妃イザベルとして知られるその妃イザベル（D. Isabel）は、ことあるごとにレイリアの城に滞在しました。おそらくは、周囲の美しい田園風景をはるかに眺めることができるこの地の暮らしがことのほか気に入っていたためです。この国王の治世をひととき特徴づける出来事が、レイリアの松林の植林です。浸食作用から砂丘を守るため、松は海岸線に沿って植えられました。海辺の松から採れる木材や松脂からはポルトガルの船が建造され、ことに大航海時代には、資材として大いに用いられることになりました。しかし、広々と広がる緑の帯は、今なお散策に大変気持ちのよい環境を作り出しています。ポルトガル国王がレイリアで開いた議会のなかで最も悲劇的な舞台となったのが、1438年の議会です。ドゥアルテ国王（D. Duarte）によって召集されたこの議会は、タンジェ（Tânger）の地で捕われの身となっている王の弟、聖王

子フェルナンド (D. Fernando) の解放と引きかえに、セウタ (Ceuta) の地をムーア人に引き渡すか否かをめぐって議論するためのものでした。そして、このモロッコの砦の支配権を手放さない代償に、王子を犠牲とすることが議会で票決されました。悲しみのあまり、国王はその後間もなく世を去りました。町は中世の城壁の外へと広がりはじめました。拡張の第一段階として、まずロマネスク様式のサン・ペドロ教会 (Igreja de São Pedro) が、続いて16世紀にカテドラル (Sé)、ミゼリコルディア教会 (Igreja da Misericórdia) が建てられました。その後、町はリス川 (Rio Lis) の流れを下るように広がり、木立の並ぶ川岸にさまざまな宗教建築が建てられました。レイリアの町が次の発展の時代を迎えるのは、はるかに時代が下って19世紀のことです。これは中産階級の確立にともなうものであり、エッサ・デ・ケイロース (Eça de Queirós) はそのさまを作品で見事に描ききりました。彼の小説「アマーロ神父の罪」 (Crime do Padre Amaro) は、この地で執筆されたものです。しかし、レイリアの発展にとりわけ大きな影響を及ぼしたのは、建築家エルネスト・コロロディ (Ernesto Korrodi) の作品です。それにより、町の外観は多に魅力を増すことになりました。以後今日にいたるまで、やや無秩序とはいえ新たなビルの建設や道路の拡張による近代化の波が町に新たな表情を与え、レイリアはたゆみなく発展を続ける産業中心地となっています。

Linhares da Beira

Linhares da Beira

リニャレス・ダ・ベイラ セーラ・ダ・エストレラ (Serra da Estrela) の西の斜面に位置するリニャレス・ダ・ベイラ (Linhares da Beira) は、かつてルジタニア人の砦だったところです。事実、モンテス・エルミニオス (Montes Herminios) とは、セーラ・ダ・エストレラのルジタニアの言葉による名前であり、その野原と豊かな水量に恵まれた土地は、周囲の山々によって外部から守られ、ルジタニア人の居住地の1つとなっていました。今日、多くのポルトガルの人々が、このルジタニア人こそポルトガル人の祖先だと信じています。かつてこの地方の最も重要な作物であった亜麻 (ポルトガル語の「リーニョ」 (linho)) が、リニャレス (Linhares) の名前にその名残をとどめています。リニャレスとは、文字通りに読めば「亜麻畑」を意味しています。ヴィデモンテ (Videmonte) 近くのローマ街道の跡や、モンデゴ川 (Rio Mondego) 南岸の里程標から、ヴィゼウ (Viseu) とグアルダ (Guarda) を結ぶローマ街道がこの地を通っていたとわかります。やがて、周辺地域一帯を監視するのにまたとない立地条件に目をつけた西ゴート族、続いてムーア人がこの地に侵入しました。その後、アフオンソ・エンリケス (D. Afonso Henriques) の時代にいたって、1169年に最初の特許状が発布され、リニャレスは最終的にポルトガルの領土となりました。しかし、平和は長続きしませんでした。1189年には、セロリコ城 (castelo de Celorico) の奪取をもくろむレオン・カスティーリャ王国の軍隊がこの地方に攻め入りました。軍勢は周囲の村々を略奪し、火を放ちました。そこでリニャレスは早速セロリコ (Celorico) の防衛に駆けつけ、背後を包囲されたと知った敵軍はやむなく退散しました。伝説では、これは新月の晩の出来事であったとされています。そして、これがリニャレスの町の紋章に刻まれた三日月と5つの星の由来となっています。町を散策すると、素朴な御影石の家々が、かつての栄華をしのばせる堂々たる貴族の館と隣り合って立ち並び、実に魅力的な雰囲気がかもしだしています。注意をすれば、16世紀の窓が数多く見られることに気が付くでしょう。教区教会 (Igreja Matriz) は、もともとロマネスク様式であった

ものを、17世紀に改築したものです。内部には、ポルトガルの巨匠ヴァスコ・フェルナンデス（Vasco Fernandes）（グラン・ヴァスコ）（Grão Vasco）の手になる3枚の貴重なパネル画があります。石のテーブルを取り囲む台座を見下ろす素朴な演壇は、中世の広場を示す貴重な例です。この演壇から、共同体の決定事項が土地の住民に向けて通告されていました。そこには、かつての町の紋章が刻まれています。そのかたわらには、16世紀の御影石のペロウリーニョ（柱塔）が天球儀を載せて立っています。村全体をはるかに見下ろすように、頑強な城がそびえています。城は巨大な岩山の上に建てられ、周囲の地形と一体となっています。標高800メートルを超えるその高みからは、セーラ・ダ・エストレラの尾根や、モンドゴ川（Rio Mondego）の流れに沿って続く渓谷をはるかに望むことができます。この城は13世紀、ディニス1世（D. Dinis I）によってムーア人の城塞跡に建設されたもので、周囲の動きを監視するのに格好の立地条件から、ベイラ地方（Beira）の国境の守りの一翼を担っていました。村の稜線を縁取る堂々たる城は、巨大な岩肌がむきだしになった土地の起伏に沿って続き、すばらしい見晴らし台ともなっています。城壁の一角には、銃眼を備えた2基の巨大な塔が立ち、1つは東を、もう1つは西をにらんでいます。地面には、今もかつての井戸の跡が残されています。

Lourinhã

Lourinhã

ロウリニャン はるか昔から人が居住していたロウリニャン（Lourinhã）の地域では、ポルトガル国内で恐竜が生息していたことを証明する、大変重要な痕跡が発見されましたそれぞれに胎児を内包した卵の化石です。現在これは、市立博物館に展示されています。丘の上には、まずムーア人が築き、さらにキリスト教徒によって再建された砦があります。そこにはサンタ・マリア・ド・カステロ教会（Igreja de Santa Maria do Castelo）が立っています。14世紀ゴシック様式の美しい建築例です。ここはまた、ロウリニャン地域の変化に富んだ眺めを鑑賞するのに最もよい地点でもあります。肥沃な谷と豊かな実りをもたらす農地、広大なブドウ園と果樹園が広がり、そればかりかすばらしいビーチもあります。そのなかには、ほとんど足を踏み入れることができない無人の砂浜があるかと思えば、その一方で、大変多くの人でにぎわう、国際色豊かなビーチもあります。

Lousã

Lousã

ロウザン ポルトガルの中央部に位置するロウザン（Lousã）は、さまざまな点から興味深い土地ですが、村のほど近くにこの地方最大の見どころであるセーラ・ダ・ロウザン（Serra da Lousã）があることから、ことにスポーツ愛好者の熱い注目を集めています。

コルディレイラ中央山塊（Cordilheira Central）の南西端に位置するセーラ・ダ・ロウザンは、4,200ヘクタール以上に及ぶ面積を有し、最高地点のアルト・ド・トレヴィン（Alto do Trevim）では標高1,202メートルを記録しています。地質は主に片岩からなり、ヒイラギやゲッケイジュのような温帯性常緑樹林が点在しています。それと入れ替わるように、村の周囲の山の斜面や渓谷では、落葉樹がカシの木の雑木林となって現れます。山の南の斜面では、コルク樅やオリーブの木が見られます。さらに標高の高い地点のやせた土壌では、ヒース、ハリエニシダ、エニシダ

、ヒトツバエニシダが主となります。この他、周囲の自然には、カバノキ、アメリカンオーク、クリ、さらにスギやマツなどの豊かな植生が見られます。ひととき美しい景観を誇る場所としては、小気候と地中海性の植生が見られるソブラル森林 (Mata do Sobral)、「レヴァダの道」(Caminho da Levada)に沿ってのびるリベイラ・デ・サン・ジョアン渓谷 (Vale da Ribeira de São João)が挙げられます。この「レヴァダの道」では、道の両側にそびえ立つ片岩の壁と、その間を縫うように点在する雑木林が、鮮やかな色彩のコントラストを見せています。

Mação

Mação

マサオン マサオン (Mação) の村は、ポルトガル内陸部、ピニャル (Pinhal) の地域にあります。これは、ヨーロッパ最大の森林地帯の中にあるということを示しています。静かな村では、ベイラ・バイシャ地方 (Beira Baixa) の特徴 (特にその小高い丘と谷のなす周囲の風景) と、リバテージョ地方 (Ribatejo) の特徴 (ことに石灰の白壁が顕著なうえ、色彩で縁取られた窓や戸口を持つ家々) がまざりあっています。

村の見どころは、16世紀の教区教会 (Igreja Matriz) と、周辺に点在する、古代の人々がこの地に居住していたことを示す数多くの考古学的遺跡です。その例としては、カラタオン (Caratão) の鉄器時代の城や、コアドウロ (Coadouro) のローマ時代の橋が挙げられます。

近くにあるラデイラ・デ・エンヴェンドス (Ladeira de Envendos) の温泉は、さまざまな疾患治療に効果があります。暑い時期には、オルティガ・ダム (Barragem da

Ortiga) の湖岸の浜辺が、なによりもお薦めです。夏の週末には、市内の村のどこかで必ずにぎやかな祭りが開催されます。なかでもひととき盛大なものが、7月初めの見本市 (Feira Mostra) です。ここではこの地方の料理や手工芸品を堪能することができます。また、9月第1週にはサンタ・マリア祭 (Festa de Santa Maria) が行われます。郷土料理のなかでも代表的なものが、ヤツメウナギのリゾット、豆とキャベツの煮込み、ソーセージやスモークハム類です。デザートとしては、ボーロス・フイントス (bolos finitos) (発酵させてふくらませたケーキ)、フォファス・デ・マサオン (Fofas de Mação) というカヴァカス (cavacas) (軽くぱりぱりしたクッキーの一種) がお薦めです。

Marialva

Marialva

マリアルヴァ アルヴァ川 (Rio Alva) の左岸の、ほとんど誰も行くことのできないような絶壁の上の素晴らしい場所にある小さな村、マリアルヴァ (Marialva) は中世の重要な軍事要塞でした。しかしその同じ場所が、マリアルヴァの衰退の原因でもあったのです。戦いに銃器が用いられるようになると、古い中世の城は時代遅れとなり、その地の人々を守る機能を果たさなくなりました。そして人々は城壁の外に出て暮らすようになったのです。この地には紀元前6世紀にはすでにアラヴィ (Aravi) 族が住んでいました。その後ローマ人がここを占領し (この地をキウィタス・アラヴォールム (Civitas Aravorum) と名付けたのもローマ人です)、さらにスエヴィ族やアラブ人がこの要塞の中に住み着きました。1063年にレオンの王、フェルナンド・マーニョ (Fernando Magno) がここを征服してマルヴァ (Malva) と名づけましたが、後にマリアルヴァと

変更されました。また、ポルトガル国王のアフォンソ（Afonso）2世が1217年にこの地を寵姫の一人、マリア・アルヴァ（D. Maria Alva）に与え、彼女が自分の名前をこの村に付けたとも言われています。城は1200年頃、ポルトガル国王サンショ2世（D. Sancho II）によって、ローマ人の要塞の廃墟の上に再建されたものです。両側に立ち並ぶゴシック様式の壁やドアを見ながら、丸石を敷き詰めた中世の通りを進むと、15世紀に作られた優雅な花崗岩のペロウリーニョ（柱塔）のある小さな広場に出ます。ここは昔牢獄と裁判所があったところです。16世紀に作られたマヌエル様式のドアのある教区教会は、聖ヤコブに捧げられた教会です。かつて巡礼が通った道沿いにあるマリアルヴァは、今でも毎年使徒の日（7月25日）にサンティアゴ（聖ヤコブ）のお祭りを祝っています。

Marinha Grande

Marinha Grande

マリーニャ・グランデ マリーニャ・グランデ（Marinha Grande）の歴史は、11,500ヘクタールに及ぶレイリアの松林（Pinhal de Leiria）、またの名を「王の松林」（Pinhal do Rei）と大変深く結びついています。この松林は、13世紀にアフォンソ3世（D. Afonso III）によって植林され、後にその息子のディニス1世（D. Dinis）によって拡張されたものです。もともとこの松は、農作物が植えられていた畑に海岸の砂が侵入しはじめたため、これを防ぐ目的で植えられたものでした。しかし、その目的は次第に、キャラック船やカラベラ船の建造に必要な木材の供給へと変わっていきました。こうして作られた船が、ポルトガル大航海時代に活躍することになります。この松林と大西洋沿岸の浜辺の砂の両者が一体となって、この地方がポルトガルの冶金・ガラス産業において決定的な地位を確立する上で、基本的な役割を果たしたのです。

発展がはっきりとした形となって現れるのは、ジョゼ1世（D. José I）の宰相ポンバル侯爵（Marquês de Pombal）の時代です。1769年、彼はイギリスの資本家ウィリアム・ステファン（William Stephens）に、この地にガラス工場を設立することを認可する免許を与えました。こうしてできたのが、ギリエルメ・ステフェンス王立ガラス工場（Real Fábrica de Vidro de Guilherme Stephens）です。この事業はウィリアムの兄弟の一人、ジョアン・ディオゴ・ステフェンス（João Diogo Stephens）によって引き継がれました。後に彼は死に際し、工場をポルトガル国家に遺贈しました。ガラス製造に必要な原材料（木材と砂）の豊富なことが支えとなり、この地方はポルトガルのガラスおよびクリスタルガラス産業の一大中心地に成長しました。代々にわたって受け継がれてきた職人の熟練した技術によって、一連のすばらしい作品が生まれ出され、その品質の高さは世界中が認めるところとなっています。市庁舎がそびえるマリーニャ・グランデの中央広場の真ん中には、ルイス・フェルナンデス（Luís Fernandes）作のウィリアム・ステファンの胸像があります。これは1941年、工場の労働者の出資によって贈られたものです。この像の設立にあたっては、労働者全員がそれぞれ必要な費用を分担しあいました。美しい鉄の門をくぐって庭園に入ると、そこにはガラス博物館（Museu do Vidro）のあるステフェンス館（Palácio Stephens）が立っています。館内では、200年以上にわたって制作されてきた芸術的作品の数々からなるすばらしいコレクションが見られます。それと並んで、工房の様子も見学することができます。また、この地方を訪れた際には、大西洋沿岸のさわやかな潮風を思う存分に楽しんでください。

Meda

Meda

メダ メダ (Meda) は中世にキリスト教徒とイスラム教徒が激しい戦闘を繰り広げたところです。当時は戦闘が起きるのは国境の町と決まっていた。その監視塔（以前はトーレ・デ・ヴィジア (Torre de Vigia (見張りの塔)) と呼んでいましたが、今日ではトーレ・ド・レロージオ (Torre do Relógio (時計塔)) と呼んでいます) は、近くのロングロイヴァ (Longroiva) とマリアルヴァ (Marialva) の城と共に、この地域の防衛に最も重要な戦略地点の1つでした。今ではメダは静かな町で、ワイン作りをはじめとする農業が主な産業となっています。

Monsanto

Monsanto

モンサント その地理、気候、そこに生息する動植物という点から見れば、セーラ・ダ・ガルドゥーニャ (Serra da Gardunha) (ガルドゥーニャ山脈) の麓とボンスル川 (Rio Ponsul) の間にはさまれたベイラ・インテリオール (Beira Interior) の平原は、ポルトガル北部と南部のちょうど中間地帯にあたります。それを岩山の上からはるかに見下ろしているのが、長い歴史を誇るモンサント (Monsanto) の村です。言い伝えによれば、この難攻不落の砦によって、村は紀元前2世紀にローマ人の包囲に7年間もちこたえたと言われていいます。これを記念して、毎年5月3日には十字架祭 (Festa das Cruzes) が村人たちによって行われています。この村は、ポルトガルでも屈指の奇観で訪れる者の目を楽しませてくれます。山の斜面に広がる集落は、よく見れば家々の壁に天然の御影石の大岩がそのまま用いられています。なかには、一枚岩がそっくり屋根となっているものもあります。そのため、この地の家は俗に「一枚瓦の家」と言われます。村をめぐる急な細い道には、一族の紋章を掲げた館やマヌエル様式の門が彩りをそえ、医者にして作家であったフェルナンド・ナモーラ (Fernando Namora) がかつて医者として働きながら暮らしていた家もあります。事実、彼はこの家で小説『たった1つのオレンジ』(“Retalhos da Vida de um Médico”) の構想を練りました。村の家々からひととき高くそびえ立っているのが、14世紀建造のルカーノの塔 (Torre de Lucano) です。塔の頂に見える銀の雄鶏は、1938年に行われた「ポルトガルで最もポルトガルらしい村」を決定するコンクールで、土地に根ざした文化によって見事栄冠に輝いたモンサントの村に与えられたトロフィです。城へと続く切り立った崖からの眺めは、この地方で屈指の美しさを持つものとされています。

Monte Real

Monte Real

モンテ・レアル かつてモンテ・レアル (Monte Real) の集落 (Póvoa de Monte Real) という名で呼ばれていた村は、薬効があることで名高いこの地の湧水の人気が高まるにつれ、20世紀中に大きな発展を遂げました。温泉はレイリアの松林 (Pinhal de Leiria) の中にあり、付近は砂浜、レイリア (Leiria) やマリーニャ・グランデ (Marinha Grande) の町など、さまざまな見どころに恵まれています。その他にも、世界遺産に登録されているバターリャやアルコバッサの修道院 (Mosteiros da Batalha e de Alcobaça) が近くにあり、癒しと休息のひとつをレジャーや文化的な史跡めぐりとあわせて楽しみたい方には、格好のリゾート地となっています。

Montemor-o-Velho

Montemor-o-velho

モンテモール・オ・ヴェーリョ モンデゴ川 (Rio Mondego) の豊穡な谷を見下ろすモンテモール・オ・ヴェーリョ (Montemor-o-velho) の村は、その通りのすみずみまで、また建築の細部ひとつひとつに町の長い歴史が反映され、足をとめてじっくり見るだけの価値を持っています。この地域には古代ローマ時代から人が居住し、1147年にリスボン (Lisboa) とサンタレン (Santarém) がキリスト教徒の支配下に入るまで、モンテモール・オ・ヴェーリョはモンデゴ川沿いに続くポルトガルの南の国境を守る上で、戦略上大変重要な役割を担っていました。その城は、モンデゴ川沿いでは最大の城塞であり、ポルトガル国内全体から見ても最大級のものとなっています。ムーア人からのレコンキスタ (国土回復運動) では幾多の戦いで大きな役割を果たし、ポルトガルの国家としての揺籃期には、モンデゴ川下流の居住地の要所となりました。その他の印象的な建築物としては、ノッサ・セニョーラ・ドス・アンジョス修道院 (Convento de Nossa Senhora dos Anjos) が挙げられます。また、身廊が1つのみのゴシック様式教会である、12世紀のサン・マルティニョ教会 (Igreja de São Martinho) や、16世紀のミゼリコルディア教会 (Igreja da

Misericórdia)、ルネッサンス様式のサン・セバスティアン教会 (Capela de São Sebastião)、16世紀のマヌエル様式のアンジョスの噴水 (Fonte dos Anjos) などがあります。城壁からは、モンデゴ川流域に広がる野が一面に見渡すことができます。城壁の内側には、サント・アントニオ教会 (Capela de Santo

António) の遺構と、15世紀のサンタ・マリア・マダレーナ教会 (Igreja de Santa Maria Madalena) があります。かつての姿をよりよくとどめているのが、サンタ・マリア・デ・アルカソバ教会 (Igreja de Santa Maria de Alcáçova) です。教会には数々の変更が加えられ、マヌエル様式とルネッサンス様式両方の特徴が見られます。ことに、16、17世紀の祭壇後方の飾り壁にその影響が顕著に見られます。この町の散策の締めくくりとして、この地の名物エスピーガス・ドセス (espigas doces) にまさるものはないでしょう。これは、モンテモール (Montemor) 名物の小さな郷土菓子です。もしそれでも満足できないならば、この町で最も特徴的なレストラン、ラマリャオン (Ramalhão) をお勧めします。カルディラーダ (caldeirada) (魚のシチュー) やウナギの煮込み料理 (ensopado de enguias) で有名な店です。

自然を愛する人には、パウル・ド・タイパル (Paúl do Taipal) をお勧めします。モンテモール・オ・ヴェーリョの城に隣り合って広がる特別自然保護区です。ことにバード・ウォッチングを楽しむには、きわめてすばらしい環境となっています。冬の数か月間には、このパウル・ド・タ

イバルには実に多種多様な鳥がやってきます。ここは8種類3000羽以上に及ぶカモの飛来地となり、またアオサギの営巣地ともなっています。

Nazaré

Nazaré

ナザレ かつてこの地方の典型的な一漁村だったナザレ (Nazaré) は、今日ではにぎやかな夏のリゾート地となっています。観光客の群れと肩を並べるように、町の通りのいたるところに魚売りが店を出し、日干しの鰯 (Carapaus) が列をなしています。シティオ (Sítio) の地区は、町で最も高いところにあり (ケーブルカーで登ることができます。)、間違いなく付近で一番眺めのよい場所です。また、ここはナザレの聖母信仰にゆかりの場所でもあります。12世紀の伝説によれば、城主ドン・フラス・ロウピーニョ (D. Fuas Roupinho) は、鹿狩りの途中であやうく断崖絶壁から落ちそうになったとき、祈りによって聖母マリアに命を救われました。聖母の慈悲に対する感謝のしるしとして、彼はこの地に礼拝堂を建てるように命じました。それがメモリア礼拝堂 (Ermida da Memória) です。そこから少し離れたところに、18世紀になるとノッサ・セニョーラ・ダ・ナザレ教会 (Santuário da Nossa Senhora da Nazaré) が建てられました。ここでは9月に聖母をたたえる盛大な祭りが行われます。ナザレの人々と海との結びつきは、その手工芸品にも反映されています。それを代表するものとしては、漁網、ブイ、籠細工、この地方の民族衣装である7枚のスカートを着た伝統人形などがあります。料理もまた同様に、魚料理、魚貝料理を特徴とします。例えば、カルディラーダ (Caldeiradas) (魚のシチュー)、各種のスープ類、アソルダ (Açorda) (パン、ハーブ類、ガーリックのピュレ)、アロス・デ・マリスコ (Arroz de marisco) (魚貝のおじや)、干し鰯などです。

この周囲一帯で重要な見どころは、7世紀のサン・ジアオン教会 (Capela de São Gião) です。これは、ポルトガルに現存する西ゴート族の聖所として、大変珍しい例となっています。

Óbidos

Óbidos

オビドス ブーゲンピリアとスイカズラのからまる白い家並みが美しいオビドスの村は、ポルトガル初代国王アフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) によって、1148年にムーア人の手から奪回されました。その後、ディニス1世 (D. Dinis

I) は、この地を聖王妃として知られる王妃イザベル (Rainha Santa Isabel) に贈与しました。以来1883年にいたるまで、オビドスとその周辺一帯は、代々のポルトガル王妃の所轄地となっていました。村は周囲を中世の城壁に囲まれ、ディニス1世が再建したムーア人の城を頂いています。この城は現在、ポザーダ (Pousada) となっています。このオビドスの姿は、ポルトガルの中世の城塞の典型を示す好例となっています。かつては、村へ入るには南のサンタ・マリア門 (Porta de Santa Maria) を通らなければなりません。門は18世紀のアズレージョ (Azulejo) で美しく飾られています。城壁は日没時には黄金色に染まり、その内側に入ると、たちまち陽気な中世の雰囲気にも包まれます。曲がりながら続く小道、青や黄色で縁取りされた白壁の家々。マヌエル様式の窓や戸口を見れば、16世紀の国王マヌエル1世 (D. Manuel I) がこの地にも大きな建築物を作り上げたことに思いいたります。そして、色鮮やかな花々や緑があちこちにあふれています。

見逃してならないのは、サンタ・マリア教区教会 (Igreja Matriz de Santa Maria)、美しいサン・マルティニョ礼拝堂 (Capela de São Martinho)、城壁の外のセニョール・ダ・ペドラ教会 (Igreja do Senhor da Pedra) です。毎年恒例のオビドスの行事の中でも、とりわけ大きなものが、聖週間祭 (Festas da Semana Santa) (十字架の道が再現されます。)と10月の古楽フェスティバル (Festival de Música Antiga) です。そして食いしん坊には、3月の国際チョコレート・フェスティバル (Festival Internacional do Chocolate) があります。このフェスティバルでは、世界的な専門家が審査員となって決定するレシビの国際コンペが行われます。

Oleiros

Oleiros

オレイロス オレイロス (Oleiros) の村は、いわゆる「ピニャル (Pinhal)」(松林)として知られる一帯にあり、その近くにはカプリル貯水池 (Barragem do Cabril) があります。自然とのふれあいを楽しみながら数日間のんびりと過ごすには、なによりの場所と言えるでしょう。はるか昔から、この地に存在した古の人々がさまざまな遺跡を残し、それが今にいたるまで伝えられています。その一例が、コヴァ・ダ・モウラ (Cova da Moura) の古城です。村もまた、ゆっくり時間をかけて訪れたいところです。見どころとしては、16世紀から18世紀にかけてのものである教区教会 (Igreja Matriz) が挙げられます。18世紀のミゼリコルディア教会 (Igleja da Misericórdia) は、ターリャ・ドウラーダ (金泥細工) が見事です。周辺一帯にある、絵に描いたように美しい村々に立ち寄ってみるのもいいでしょう。例えば、村の一本道に沿って白壁の家々が並んだアルヴァロ (Álvaro) の村や、400年前に建てられた片岩の同じ形の家々が並ぶエストレイト (Estreito) の村などです。この地域の料理は、あえて選ぶのが難しいほど、非常にバラエティに富んでいます。代表的なものとしては、マラーニョス (maranhos) (羊の臓物と米、鶏肉などの煮込み) や、ブシヨ・レシェアード (bucho recheado) (ブタの胃袋の詰物)、仔ヤギの丸焼き、マスのグリルなどの他、野ウサギ、ウサギ、ウズラなどのジビエ料理が挙げられます。

Ourém

Ourém

オウレン 小高い丘の頂は、かつては集落を築くのに理想的な場所でした。オウレン (Ourém) の町の最も古い部分もそこにあります。この町は、はじめアブデガス (Abdegas) の名のもとに作られました。現在の町の名は、この地方一帯がムーア人に支配されるようになった9世紀にさかのぼります。そこから思い出されるのは、ファティマというムーア人の娘の話でしょう。彼女は、テンプル騎士団のゴンサロ・エルミンゲス (Gonçalo Hermingues) と愛し合うようになり、そのためキリスト教徒に改宗し、名をオウレアナ (Oureana) と改めたとされています。

1136年、ポルトガル初代国王アフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) はこの地をムーア人の手から奪回し、自分の娘に与えました。この娘、ドナ・テレーザ (D. Teresa) によって1178年には城が建設され、1180年になると町に勅許が与えられました。15世紀には、町は決定的な発展を遂げることになります。この時、国王ジョアン1世 (D. João I) とヌーノ・アルヴァレス・ペレイラ (D. Nuno Álvares

Pereira)の孫にあたる第4代オウレン伯爵ドン・アフォンソ(D. Afonso)が、この地に屋敷を構えました。そしてこの時から、町を囲む城壁の補強が始まりました。この城壁は今も中世の旧市街を取り囲み、公爵館(Paço)や18世紀に改築されたコレジアーダ教会(Igreja da Colegiada)、ペロウリーニョ(柱塔)などを守っています。そこから約2キロメートル離れた谷あいには、オウレンの新しい町並みが広がっています。これは1755年のリスボン大地震後に建設されたもので、現在の町の住居・商業地区の中心となっています。この町を訪れた折には、ぜひこの地の郷土料理もお試ください。代表的なものとしては、ヒツジ、仔ヤギ、ウサギなどの料理です。また、菓子では、有名なボロス・デ・アルコ・デ・オウレン(Bolos de Arco de Ourém)があります。食事には、この土地のワインをあわせることをお勧めします。ブドウはこの地方で最も古くから作られていた作物の1つであり、その歴史は現在の町の礎ができる以前にさかのぼります。聖母マリアを信仰している方なら、ほど近いファティマ(Fátima)を訪れなければならないのももちろんです。この町には、聖母マリアに捧げられた重要な教会があります。自然愛好家には、アイレ山脈(Serra de Aires)、カンデエイロス山脈(Serra dos Candeeiros)がお勧めです。この山並みは、町の南の境界線となっています。

Peniche

Berlengas

ベルレンガス
ペニシェ(Peniche)と向かいあったベルレンガス諸島(Arquipélago das Berlengas)は、3つのグループからなる小さな島々で構成されています。ベルレンガ・グランデ(Berlenga Grande)(諸島で唯一の有人島であり、ペニシェからボートの便があります)とその付近の岩礁であるエステラス(Estelas)とファリリオンエス・フォルカーダス(Farilhões-Forçadas)です。その地質学的性質は、ポルトガル本土の沿岸部とはかなり異なっています。諸島には独自の動植物相が見られ、非常に特色ある、世界的に見てもユニークな生態系を作り上げています。その重要性から、1981年にはベルレンガ自然保護区(Reserva Natural da Berlenga)の創設が認められました。

Peniche

ペニシェ 国王ジョアン4世(D. João IV)の命で17世紀にペニシェ(Peniche)に築かれた要塞は、コンソラサオン(Consolação)の浜の砦や、ベルレンガス諸島(Berlengas)にあるサン・ジョアン・バティスタ砦(forte de São João Baptista)と同様に、海からの侵入者に備える守りとして、重要な軍事設備の1つでした。このペニシェの要塞は、1933年から1974年まで続いたいわゆる「新国家」(Estado Novo)の時代には、政治犯を収容する刑務所となりました。そして、ここを舞台として、20世紀ポルトガル最大の脱獄事件が起こりました。1960年、政治犯の一群がこの刑務所から脱出しました。その中の一人が、共産主義のリーダーであるアルヴァロ・クニャル(Álvaro Cunhal)でした。現在博物館となっているスペースでは、監獄の様子や、この地方に関するさまざまなテーマ別の展示を見ることができます。ペニシェでは今も漁業が盛んに行われ、魚を満載して港に入ってくる船は、大歓迎で迎えられます。この地方の郷土料理は、海で穫れる豊富な魚が主役となります。そのため、なによりもお薦めなのは、海岸通り(Avenida do Mar)に並んだレストランで味わえる、カルディラダ(caldeirada)(魚貝のシチュー)や、ペニシェ風ロブスターのスープ(sopa de lagosta à moda de Peniche)、アロス・デ・マリスコ(arroz de marisco)(魚貝のおじや)などです。その他どんな料理でも、この上なく新鮮な魚貝類が楽しめるでしょう。ペニシェはまた、ポルトガルにおけるポピン・レースの最大の中核地でもあります。この技術は、もはや起源もさだかでないほど何世紀も昔から伝わっているものです。おそらくは、海に出ている夫の帰りを待つ間の女性たちの手仕事であったと思われる。高度な技能と忍耐力から生まれる繊細な作品は、国際的なイベントにもたびたび登場し、後世に伝え残すべき技術的遺産となっています。ペニシェの町に入る前に、ぜひ海岸に足を向けてみてください。海辺の不可思議な景観に、きっと目を見はるはず。時には明るいブルーに輝き、時には深いグリーンに沈み、ある時は穏やかに、またある時は断崖に激しく波をぶつけながら、海は岩の彫刻を作り上げ、その奇妙にも劇的な形は、今にも倒れそうな巨大なモニュメントさながらに見えます。パレアル(Balea

1) (「クジラ」の意)の砂浜は、2つの海の間に来る島のようにのびています。(事実、かつては島でした。)さらに南にあるコンソラサンのビーチ同様、サーフィンやボディボードに素晴らしいコンディションが整っているため、大変人気のある場所となっています。左手に突き出ているパポア岬(Promontório da Papôa)は、数々の難破の悲劇を思い起こさせます。その例が、1786年にペルーからの帰途に難破したスペインのガレオン船、サン・ペドロ・デ・アルカンタラ号(São Pedro de Alcântara)です。カルヴォエイロ岬(Cabo Carvoeiro)へ向かう途中には、ノッサ・セニョーラ・ドス・レメディオス礼拝堂(Ermita de Nossa Senhora dos Remédios)があるので立ち寄ってみましょう。この礼拝堂は、地下に埋まった岩にうがたれて造られており、18世紀のアズレージョで美しく縁取られています。さらに先には1796年に建てられた灯台があります。西にはナウ・ドス・コルヴオス(Nau dos Corvos)(「カラスの船」の意)という名の、実に印象的な形の岩山が横たわり、カモメやカラスの止まり木となっています。そしてはるか水平線には、ポルトガル本土で唯一の島の自然保護区であるベルレンガス諸島(Ilhas Berlenga)が見えます。

Piodão

Piodão

ピオダン 長い歴史を誇るピオダン(Piodão)の村は、景観保護区であるセーラ・ド・アゾール(Serra do Açor)の山々の懐深く抱かれ、目の覚めるような美しい風景、泉と牧草地に恵まれています。野外劇場さながらに配置された家々が美しい調和を醸し出し、村は揺りかごを思わせます。日が暮れて村の家々に明かりが灯されると、景色はことのほか美しいものとなります。曲がりくねりながら細い道がめぐるこの山村では、片岩が非常に目につきます。片岩はこの地方で豊富に産出する石材であり、家の建材や通りの敷石として用いられてきました。片岩による一面の色の広がり、家の窓や扉を彩る鮮やかな青がアクセントをつけています。この一見不調和ともとれる配色は、もともとは実際上の理由からきたものです。かつて村でただ一軒の店には青いペンキしか置いてなかったためと言われていました。どこへ行くにも容易ではない孤絶した村の立地を考えれば、それももともととうなずけます。しかし、他所から孤立し、容易に行き来ができない土地であったからこそ、昔ながらの村の特徴の多くが、変わることなく今にいたるまで保たれてきたといえるでしょう。2階建ての小さな家々の中からひととき高くそびえているのは、教区教会(igreja matriz)です。この教会はノッサ・セニョーラ・ダ・コンセイサオン(Nossa Senhora da Conceição)を祭ったもので、壁は白く石灰で塗られ、かなり風変わりな筒形の控え壁によって支えられています。19世紀に土地の住民が金や貨幣を持ち寄って建築したものです。山の麓にひっそりと隠れるようなその立地から、ピオダンの村は、かつては法の目を逃れる人間には格好の避難場所となりました。14世紀、かのイネス・デ・カストロ(D. Inês de Castro)を殺めた一人も、ペドロ1世(D. Pedro I)の怒りを恐れ、この地に身をひそめたと言われていました。古い歴史を持つこの村は、これまでポルトガルの歴史で大きな役割を果たすことはありませんでしたが、セーラ・ド・アゾールの中央に位置し景観に恵まれていることから、近年ますます注目されるようになってきました。その美しさは、それだけでこの村を訪れる理由としてあまりあるものです。

Pombal

Pombal

ポンバル 12世紀、この地にポンバル城（Castelo de Pombal）の建設を命じたのは、テンプル騎士団長のグアルディン・パイス（D. Gualdim Pais）です（この城の周囲に村は発展していきました）。当時この一帯は、キリスト教徒によって奪回された領土と、いまだムーア人の支配下にある土地との境界線をなしていました。

18世紀、晩年の日々をこの地で送ったポンバル侯爵（Marquês de Pombal）の命で、村の土地の低い部分の計画がすすめられ、数多くの公共建築が建てられました。18世紀末に、リスボン・ポルト王立街道（estrada real Lisboa-Porto）がポンバルの中央を通過して敷設されると、地域一帯はこれがはずみとなって新たな発展を遂げました。今日、この街道はもはやポンバルの町の中央を通過してはいませんが、この地域への交通の便は非常に良く、周辺一帯をめぐる旅行も簡単にできます。セーラ・デ・シコ（Serra de Sicó）には無数の洞窟があり、付近の村々では、今も昔ながらのチーズや菓子が作り続けられています。その他にもこの地方の手工芸品として、カーペット、柳細工の籠や敷物、焼き物、織物などが挙げられます。ウルソ国立森林公園（Mata Nacional do Urso）を横断して沿岸部へと向かうと、あらゆる種類のウォータースポーツを楽しめる、静かな浜辺が広がっています。

Porto de Mós

Porto de Mós

ポルト・デ・モス ポルト・デ・モス（Porto de Mós）という村の名は、ローマ人による支配の時代に起源があると考えられています。その頃船で航行が可能であったレナ川（Rio Lena）に面して、この地には港がありました。この港では、地方一帯の石切り場から切りだされた石臼（Mós）が船に積み込まれたり、降ろされたりしていたのです。このポルト・デ・モスの地域には、数千年の昔から人が居住していました。その事実は、市立博物館（Museu Municipal）を見学すれば、大変よくわかります。ここにはさまざまな恐竜の化石や骨格と並んで、各時代の人類の暮らしの跡が収められています。例えば、研磨された石英の道具（石器時代・新石器時代）や、古代ローマ時代のコインや鉄製の槍などです。

付近で最も高い地点に立つ城は、13世紀にサンショ1世（D. Sancho I）の命で再建されたものです。さらにその2世紀後には要塞を構えた宮殿に改築されました。その美しく、また大変珍しい姿は、今日でも目にすることができます。

周辺には、アイル・イ・カンデエイロス山脈自然公園（Parque Natural da Serra de Aire e Candeeiros）が広がっています。石灰石の斜面にはいくつもの穴が口を開け、美しい地下の洞窟が奥へと伸びています。こうした洞窟には、中に入って探検できるものもあります。例えば、サント・アントニオ（Santo

António）やアルヴァドス（Alvados）、ミラ・ダイレ（Mira d'Aire）の洞窟などがそれです。地上では、昔ながらの村々と石切り場の間にあるペドレイラ・ダ・ガリーニャ（Pedreira do Galinha）で、近年発見された恐竜の歩行の跡が見られます。また、古代ローマ時代の遺跡も残されています。その好例は、アルケイダオン・ダ・セーラ（Alqueidão da Serra）にある敷石の道です。

Proença-a-Nova

Proença-a-Nova

プロエンサ・ア・ノヴァ 周囲には広大な森林と耕作地が広がり、ことにオリーブの林と桜の木々が目立ちます。春になると、付近一帯は桜の花で真っ白に埋め尽くされ、まばゆいばかりの光景を呈します。そのような風景に囲まれたプロエンサ・ア・ノヴァ (Proença-a-Nova) は、ポルトガルのちょうど中央にある、ひっそりと静かな村です。

サン・ペドロ・ド・エステヴァル (São Pedro do Esteval) ではブラカナ川 (Rio Pracana) に古代ローマ時代の橋がかかり、フィゲイラ (Figueira) やペドレイラ (Pedreira) のような地方色豊かな村々が点在しています。村の見どころは18世紀の彫刻が美しい教区教会 (Igreja Matriz) や、片岩でできた昔ながらの粉ひき場とその巨大な石臼です。村の周辺では、アルディア・ルイヴァ (Aldeia Ruiva)、フロイア (Fróia)、マリャダル (Malhadal) の川辺の砂浜が人気の行楽地であり、ことに夏場にはぎわいを見せています。郷土料理の代表的なものとしては、マラーニョス (Maranhos) (ヒツジの臓物と米、鶏肉などの煮込み料理) や、フェイジョアーダ (Feijoadas) (豚肉と豆の煮込み)、各種ソーセージ類、山羊のチーズが挙げられます。また、菓子類では、カヴァカス (Cavacas) (軽くぱりぱりした菓子の一種) や蜂蜜とオリーブオイルのケーキが挙げられます。

São Martinho do Porto

São Martinho do Porto

サン・マルティニョ・ド・ポルト 閉じた貝殻の形をしたサン・マルティニョ・ド・ポルト (São Martinho do Porto) の入り江は、何年も前から同じ家庭が、休日や週末を過ごすお気に入りの行楽地として繰り返し訪れているようなところです。夏の間は多くの人でにぎわい、一転して国際色豊かなリゾート地となります。ことに近年は、ロッククライミング、ウィンドサーフィン、カヌーなど、各種の「過激な」スポーツの愛好者がますます増えています。

Sardoal

Sardoal

サルドアル 考古学的な遺跡として発見された跡からも明らかのように、この地域には先史時代から人が居住していました。サルドアル (Sardoal) のことが記された最古の文書は1313年にさかのぼるものであり、国王ディニス1世 (D. Dinis I) の妃であった聖王妃イザベル (Rainha Santa Isabel) の手で書かれた手紙に登場します。この手紙は、現在は市立図書館に保存されています。丘の頂にある村は絵に描いたように美しく、白壁の家々には花が咲きこぼれ、川の丸石が敷かれた古い通りが続いています。村にいくつかある教会や礼拝堂は、聖週間祭の期間中、花々の絨毯で飾られます。なかでも注目すべきは16世紀の教区教会 (Igreja Matriz) です。教会内部には、この地で生まれ、それゆえ「サルドアルの巨匠」 (Mestre do Sardoal) として知られるルネッサンスの大画家の傑作の数々が収められています。

Sertã

Sertã

セルタン 伝説によれば、セルタン (Sertã) の名は、ルジタニアの貴族の妻に由来するものとされています。この妻は、ローマ人との戦いで夫を亡くした後、城の銃眼から熱く煮えたぎった油で一杯の「セルタン」(フライパン)をローマの軍勢めがけて投げつけたため、ローマ軍はやむなく退散したと言われています。ローマ人によって築かれた城は、かつてはテンプル騎士団のものでしたが、その後、この地方の開拓に多大な貢献のあったその他さまざまな宗教騎士団が所有することになりました。例えば、ホスピタル騎士団、マルタ騎士団、クラート騎士団などです。今日、城は部分的に崩壊していますが、村を眺めわたすにはなによりの場所となっています。村の見どころは、15世紀の教区教会 (Igreja Matriz) です。教会内部では、バロック様式の彫刻と16、17世紀のアズレージョを見ることができます。付近一帯には、アミオーゾ川 (Rio Amioso) とセルタン川 (Rio Sertã) が流れ、ゼーゼレ川 (Rio Zêzere) 流域には貯水池カステロ・デ・ボーデ (Castelo de Bode)、カブリル (Cabril)、ボウサン (Bouçã) が点在しています。また、この地方はヨーロッパ最大の森林地帯の中にあり、そのため木々の緑と水面の青が周囲一面に広がり、自然とのふれあいを楽しみながらリラックスするには理想的な環境となっています。また、各種ウォータースポーツを楽しむなど、アクティブな旅行をすることもできます。この地方の郷土料理を代表するものとしては、マラーニョス (Maranhos) (ヒツジの臓物と米、鶏肉などの煮込み) や、ブショ・レシェアード (Bucho rec heado) (ブタの胃袋の詰物)、各種ソーセージ類です。デザートとしては、カルトゥショス・デ・アモンドア (Cartuchos de amêndoa) (アーモンドコーン) やメレンダス・ドセス (Merendas doces) (甘いパン) が挙げられます。

6月24日のサン・ジョアン祭 (Festas de São João) と6月29日の聖ペドロ祭 (Festas de São Pedro) を迎えると、村の通りという通りは祭りの熱気でにぎわいます。その他の主な行事には、8月14、15日の聖女レメディオス (Nossa Senhora dos Remédios) の祭りや聖週間祭が挙げられます。

Sobral de Monte Agraço

Sobral de Monte Agraço

ソブラル・デ・モンテ アグラソ
小さな農地が大半を占め、野菜畑とブドウ畑が平和な風景を織りなすこの地方にある、静かで美しい町、ソブラル・デ・モンテ・アグラソ (Sobral de Monte Agraço)。ここにはタイルと錬鉄で装飾された、いくつかの面白い建物があります。

おいしいレストランもたくさんそろっており、料理の種類も多岐にわたります。鱈の干物と子ヤギ肉を、この地方特産の赤ワインや白ワインで調理したものは特にお薦めです。

Sortelha

Sortelha

ソルテーリャ 目のくらむような高さ760メートルの断崖絶壁の上に城を頂くソルテーリャ (Sortelha) は、この土地ならではの御影石の家々に、中世の面影を今なおとどめている村です。ソルテーリャは、国境沿いに建造された一連の城の1つとして、国の重要な防衛線の一翼を担っていました。こうした城の多くは、イベリア半島の古代文明がかつて築いた要塞跡に築いたり、再建したりしたものです。村の名前は、険しい岩山によって指輪（カスティール語でソルティーハ (sortija)）状にぐるりと取り囲まれた、その地形に由来しています。そして村の城壁もまた、円を描くように建造されています。ゴシック様式の門をくぐって城に入ると、頭上には「ピラトのベランダ」(Varanda de Pilatos) と呼ばれるバルコニーが見えます。そのはね出し狭間は、下を通る侵入者に対し、ありとあらゆる飛び道具で攻撃するために用いられたものです。村の門の前には、美しいペロウリーニョ (柱塔) が、マヌエル1世 (D. Manuel I) の象徴である天球儀をいただいて立っています。また、同じくマヌエル1世の時代のものである、かつての市庁舎 (Paços do Concelho) の建物が目に入ります。西に面した別の門の柱には、2つの溝が石にうがたれています。これは長さの規準器であり (長いほうの「ヴァラ」は1.1メートル、短いほうの「コヴァド」は0.66メートル)、度量衡の基準がまだ確立されていなかった中世期、当時の商人たちがものさしとして用いていたものです。14世紀の教区教会 (Igreja Matriz) の中では、スペイン・アラブ様式の天井が興味深い見どころとなっています。主祭壇のターリャ・ドウラーダ (金泥細工) は、バロック期に加えられたものです。なんといてもこの村の大きな魅力は、中世がよみがえったかのようなその雰囲気にあります。どの家もみな御影石で作られ、その多くは平屋建てとなっています。家々は岩を土台として建てられ、土地の風景にじっくりとけこんでいます。城壁の向こうには新しくできた村が広がりつつありますが、実に残念なことに、その建築様式は地方の伝統をふまえているとはとても言えないようです。ソルテーリャの周辺一帯は、御影石の巨大な岩と、それに沿って絶え間なく続くクリの木立が、荒々しい景観美をなしています。ベルモンテ (Belmonte) への道の途中にあるカステレイロ (Casteleiro) は、かつてラジウム鉱泉 (Águas Radium) の療養地でした。この鉱泉は、世界で最もラジウム値が高いとされていました。古代のローマ街道と中世の道をたどれば、気持ちのよいハイキングが楽しめます。かつての巡礼者はこの道を通って、サンティアゴ・デ・コンポステーラ (Santiago de Compostela) をめざしました。ソルテーリャから20キロメートルほど離れたところに、興味深い村が2つあり、いずれも訪ねるだけの価値はあるでしょう。西のベルモンテと、北のサブガル (Sabugal) です。自然愛好家ならば、南東に向かえば、マルカタ山脈自然保護区 (Reserva Natural da Serra da Malcata) があります。地中海性森林の特徴が多く見られる周囲の自然をめぐって、動植物の観察用ルートが特別に作られています。イベリアオオヤマネコは、この自然保護区のシンボルとなっています。この生き物は大変用心深く、森の中に身を隠してめったに人前に姿を現すことがないので、その姿を自分の目で確かめたいと思ったら、相当の忍耐を覚悟しなければなりません。

Tomar

Tomar

トマール トマール (Tomar) の発展はテンブル騎士団と密接な関係があります。テンブル騎士団は、この地方の国土回復運動 (レコンキスタ) で、ドン・アフォンソ・エンリケス (Dom Afonso Henriques) (ポルトガルの初代国王) を支援したことへの報奨として、1159年にこの地方を贈られました。ここに城を構築し、内部に素晴らしいキリストの修道院を作ったのは、ポルトガルの騎士団の初代団長であったグアルディン・パイス (Gualdim Pais) です。この建物は何世紀もの間に拡張や改造が行われてきましたが、それは今なお様々な建築様式に影響を及ぼしています。これは町の最も重要な建築物であり、ユネスコの世界文化遺産に登録されています。トマールはテンブル騎士団の町として知られ、あちこちにその影響が見られますが、特に代表的なものは、伝統的な入会儀式が行われたと言われるセテ・モンテ公園 (Parque de Sete Montes) や、12世紀にテンブル騎士団によって作られ、多くの騎士団団長の墓のあるサンタ・マリア・ド・オリバル教会 (Igreja de Santa Maria do Olival) でしょう。テンブル騎士団は14世紀初めにフランスで圧力をかけられ解散させられましたが、ポルトガルのデニス王 (D. Dinis) の下でキリスト騎士団に生まれ変わり、のちに法王にも承認されました。テンブル騎士団が所有していた莫大な資産はキリスト騎士団に受け継がれ、ポルトガルの大航海時代に重要な役割を果たすこととなります。スペインから追い出されたユダヤ人たちはこの歴史的な都の片隅に居留地を作りました。ここにあるシナゴグはポルトガルでも最も古い時代のもので、アブラオン・ザクト・ルーゾ・イブラー博物館 (Museu Luso-Hebraico Abraão Zacuto) によって保存されています。壮麗なタブレイロスの祭り (Festas dos Tabuleiros) (白衣を身にまとった『処女たち』がパンで作ったかぶり物を持って行進する) は4年ごとの7月に催されています。この祭りの起源は聖霊派に由来しています。トマールから約14キロのところにあるのが、カステロ・デ・ボーデ・ダム (Barragem do Castelo de Bode) の池です。ここにはリスボンに供給する水を貯えており、そこに浮かぶ小島や土手は松林で覆われています。自然とふれあう休日を過ごすには理想的な場所といえましょう。

Tondela

Caramulo

カラム口 極めて澄み切ったきれいな空気を満喫し、どのようなストレスも確実にいやすには、カラム口山地 (Serra do Caramulo) でしばらくの間、過ごす必要があります。非常に健康的な環境に恵まれたこの地域は、長年にわたって肺や呼吸器系の病気の治療場所とされています。ポルトガル中部地方にあるこの丘はコインブラ (Coimbra)、ヴィゼウ (Viseu)、アヴェイロ (Aveiro) から便利な場所にあります。春にここを訪れ、森の息吹がよみがえる時期の鮮やかな色彩を堪能してください。この丘のすばらしい景色を觀賞する理想的な場所は海拔1,074メートルのカラムリーニョ (Caramulinho) です。カラム口の小さな町には、古いアンティーク・カーを含めてこれまでに生産された極めて魅力的な65台の自動車を展示しているめずらしい家があります。丘の上では、有史以前のドルメンやメンヒルを通る古代ローマ時代の道を散策してください。もっとアドレナリンを発生させる活動を望む場合は、あらゆる種類の急流下りやカヌーに理想的な、ポルトガル最長の流れの1つをはじめいろいろな川があります。ヴィゼウの町の壮大な歴史に触れることによって、ポルトガルの起源をさらに詳しく学んでください。

Torres Novas

Torres Novas

トーレス・ノヴァス この地域にはローマ帝国の時代から人が住んでいたことは、美しい多色のモザイクで飾られたヴィラ・カルディリオ (Vila Cardílio) の廃墟からもわかります。トーレス・ノヴァス (Torres Novas) の最も重要な記念碑は、指揮官 (要塞や城の指令官) の住まいだった11の小塔のある城です。

遊歩道のある美しい庭園にすっぽりと包まれ、アルモンダ川 (Rio Almonda) が横切るこの町には、サン・サルバドル教会 (Igreja de São Salvador)、サンタ・マリア・ド・カステロ教会 (Church of Santa Maria do Castelo)、サンティアゴ (聖ジェームズ) 教会 (Igreja de São Tiago)、サンペドロ (聖ペテロ) 教会 (Igreja de São Pedro)、谷間の聖母教会 (Ermida de Nossa Senhora do Vale)、カルロス・レイス市立博物館 (Museu Municipal de Carlos Reis) など、多くの観光名所が訪れる人を楽しませてくれます。また近郊でも、田舎の生活の様々なシーンを描いたリアシヨス農業博物館 (Museu Agrícola de Riachos)、国内最大の洞窟とされるアルモンダ洞窟 (Gruta do Almonda)、不思議な迷路のようなラパス洞窟 (Grutas das Lapas) などは一見の価値があります。町から約7キロのところにあるのがパウロ・ド・ボキロボ自然保護区 (Pául do Boquilobo Nature Reserve)。ここはヤナギの木とアシの生い茂る保護区で重要な鳥類研究の場となっています。多くの鳥類がここに営巣し、中でもコウノトリのコロニーは有名です。この地域では、7月の町の祭りや10月のドライフルーツ評会、それに3月のヤギの料理大会が最も盛んな催しとなっています。

Torres Vedras

Torres Vedras

トーレス・ヴェドラス トーレス・ヴェドラス (Torres Vedras) には、先史時代やローマ時代にすでに人が住み着き、13世紀半ばに町の設立勅許状を受けました。この地域の最も重要な宗教的記念碑の1つであるヴァラトージョ修道院 (Convento do Varatojo) は、北アフリカの征服を神に感謝するために、アフォンソ5世国王 (D. Afonso V) が1470年に建てたものです。19世紀のナポレオン軍侵略のとき、トーレス・ヴェドラスは重要な役割を果たしました。というのも、フランス軍が撤退し、ナポレオンがヨーロッパにおける覇権を失うきっかけになったのはこの地だからです。事実、リスボンの周囲にいくつもの要塞からなる「トーレス・ヴェラドス・ライン (Linhas de Torres Vedras)」を構築したことにより、フランス軍のリスボン進攻を食い止めるという目的は達せられ、フランス軍を撤退させることができました。周辺には、ゴルフコース、乗馬スクール、ホテル、プールなど、休日リゾートになくてはならない施設のそろった、サンタ・クルス (Santa Cruz) やポルト・ノヴォ (Porto Novo) といったビーチのほか、クコス (Cucos) やヴィメイロ (Vimeiro) の温泉は治療効果が高く、訪れる人々が絶えません。この町のビッグイベントはなんといってもカーニバル。これはトーレス・ヴェドラスの伝統を堅持したお祭りです。寓話的なパレードや、飾り付けをした山車、巨大な祭り人形などが、カーニバルのリズムに合わせて行進し、まったく外国の影響を受けていないため、ポルトガルの中でも最もポルトガルらしいお祭りとして知られています。

Trancoso

Trancoso

ポルトガルの歴史と足並みを揃えながら自らの歴史を刻んできたトランコーゾ（トランコーゾ）は、細い道と石造りの家々に、今も中世の雰囲気の色濃くただよわせた村です。村は標高870メートルの高原にあり、そのためこの地はスペインとの国境を守る上から戦略の要所となり、中世には重要な要塞の1つとなりました。

城壁の表玄関であるポルタ・デル・レイ（Porta d' El Rei）は、1282年、この地のサン・バルトロメウ教会（Ermida de São Bartolomeu）でアラゴン王国のイザベル（Isabel de Aragão）を妃を迎えたディニス王（D. Dinis）をたたえて建設されたものです。王はこの地を所轄地として王妃に与え、税を免除した市を設けました。これが盛大なトランコーゾの市の起源となっています。この市は、毎年8月15日、村の守護聖人であるノッサ・セニョーラ・ダ・フレスタ（Nossa Senhora da

Fresta）の日に、今なおこの地で開催されています。迷路のような石畳の小道を通って村の中心部にたどりつくと、そこにはペロウリーニョ（柱塔）（Pillory）が立っています。ちょうどここは、新しい集落と古い集落の境目となります。村の最も古い地区には、城がそびえたっています。この城をめぐる、かつてムーア人とキリスト教徒が熾烈な戦いを繰り広げましたが、1160年ついにアフォンソ・エンリケス（Afonso Henriques）が支配下におきました。この他、サン・ペドロ教会（Igreja de São Pedro）は、謎の人物バンダラ（150045）の終の住処となっています。靴修繕の職人にして詩人であった彼は、1580年にポルトガルが国としての独立を失い、1640年にそれを回復することを予言しました。人々は新しい集落のほうに住みつきました。15世紀にはここに一大ユダヤ人街が生まれ、商業の発展に大きく貢献しました。この時代の名残は、2つの戸口を持つ家の建築に残されています。大きい扉は店の出入り口として用いられ、幅の狭い扉は住居の出入り口として使われました。ルイス・デ・アルブケルケ広場（Largo Luís de

Albuquerque）にあるカーザ・ド・ガト・ネグロ（Casa do Gato Negro）、すなわち「黒猫の家」は、かつてのシナゴークとラビの住まいであることから、村を最もよく象徴している建築物と言えます。かの「12人のイギリス人」のひとりであり、ポルトガルとイギリスの歴史的逸話の主役となった「やせっぽち」（マグリッソ（Magriço））は、14世紀にこの地に暮らしていました。また、ナポレオン軍がポルトガルに侵攻した際、ポルトガルの同盟軍としてやってきたベレスフォード将軍（General Beresford）は、1809年に総司令部をこの地におきました。5年後、ベレスフォード将軍は初代トランコーゾ伯爵の称号を与えられました。

村では5月29日に、サン・マルコスの戦い（Batalha de São Marcos）（1385）を記念する祭りが行われます。この戦いは、アルジュバロッタの戦い（Batalha de Aljubarrota）でのカスティーリャ軍に対する大勝利を導き、これによりジョアン1世（João I）はポルトガルの独立を強固なものとなりました。この日、戦いが繰り広げられたサン・マルコス高原（planalto de São Marcos）の子供たちには、パンとオレンジが配られます。これは、ポルトガル人がカスティーリャ人に「パンとオレンジ」を残しておいたという言い伝えによるものです。

Vila Nova da Barquinha

Vila Nova da Barquinha

ヴィラ・ノヴァ・ダ・バルキーニャ

ヴィラ・ノヴァ・ダ・バルキーニャ (Vila Nova da

Barquinha) はテージョ川 (Rio Tejo) のそばに広がる緑豊かな肥沃地帯で、絵のように美しいところです。川中の小島には、ヴィラ・ノヴァ・ダ・バルキーニャに向かって、ポルトガルでも指折りの美しい城、アルモウロ城 (Castelo de Almouro) が立っています。1171年にテンプル騎士団によって建てられたこの城には、魅惑的なムーア人の女たちや、巡回の騎士に救い出される囚われの姫君などの伝説が残っています。この城は川中の小島という場所を利用してしばしば音と光の演出が行われますが、このショーはタンコス (Tancos) から出る船に乗って楽しむことができます。ヴィラ・ノヴァ・ダ・バルキーニャには、ポルトガルで2番目に古い闘牛場があります。この闘牛場では長い間、フェスタ・ブラバ (「勇気の祭り」) の伝統にしたがって、勇ましい闘牛が行われてきました。この伝統は7月に行われる町の祭りや、8月15日に行われる「フェスタ・ド・リオ・エ・ダス・アルデアス (Festa do Rio e das Aldeias : 川と谷間の祭り)」など、町の重要な催しにも脈々と受け継がれています。これらの祭りは、川の両側にあるタンコス (Tancos) とアリピアードス (Arripiados) の村で行われます。

近郊にある16世紀のアタライア教区教会 (Igreja Matriz da Atalaia) のファサードは、ポルトガルのルネッサンス様式の典型例とされ、ぜひ行ってみる価値があります。地元料理の目玉は何といてもテージョ川の魚料理で、カルデイラーダス (caldeiradas) (魚のキャセロール)、魚のスープ、タイル焼きのボラ、アソルダアソルダ・デ・サヴェル (açorda de savel) (ニシンにパンとハーブとにんにくのピューレを添えたもの)、漁師風に調理したウナギなどがおすすめです。

Vila de Rei

Vila de Rei

ヴィラ・デ・レイ ヴィラ・デ・レイ (Vila de Rei) は、ポルトガルを南北に貫く線と東西に貫く線の交わる国の中心点にあります。その点はセラ・デ・ミルリサ (Serra de Milriça) にある測量三角錐の頂点に印されており、そこはこの地方の素晴らしい景色を眺める見晴らし台となっています。ヴィラ・デ・レイの名前は、13世紀にこの町に設立勅許状を与え、様々な特権を与えたドン・ディニス国王 (Rei Dom Dinis) にちなんでつけられました。またその王妃であるドナ・イサベル (Dona Isabel) に敬意を表して、毎年5月に聖王女の祭りが開かれています。この地方は松の木が多く、空気は澄み、家々が散在する丘陵、片岩を敷き詰めた通り、中世の橋のあるアグア・フォルモーザ (Água Formosa) など、村々は流れゆく時間の中で静かにたたずんでいるかのようです。この地域の最大の展望台の1つ、ペネド・フラド (Penedo Furado : 穴のあいた岩) からは、リベイラ・デ・コデス (Ribeira de Codés) の谷間の川辺と、その手前の綺麗な天然のプールに挟まれたバフレイラ (Bafureira) の滝が流れ落ちる素晴らしい全景を一望できます。

Viseu

Viseu

ヴィゼウ 一説によれば、町の名は「よい眺め」を意味するローマ人の言葉「ヴィゾ」(viso)に由来すると言われています。事実、ローマ時代に町の礎が形成された最も高い地点から、ヴィゼウ(Viseu)の町は実にすばらしいパノラマを呈し、訪れる者の目を楽しませてくれます。この時代から伝わるものとして最も興味深い例が、町のはずれにあるカヴァ・デ・ヴィリアート(Cava de Viriato)です。これは、紀元前1、2世紀にさかのぼるとされる築堤です。いまだにその全体像が明らかにされていないにもかかわらず、現存するこの時代の遺跡としてはイベリア半島最大のもので、ルジタニアの族長であり、ローマの占領に対する抵抗運動の英雄的指導者であった戦士ヴィリアート(Viriato)が、防御のためたてこもった要塞であったと考えられています。12世紀、町には税を免除された市を認める勅許が發布され、以来、現在にいたるまで市が8月、9月に開催されています。これはサン・マテウスの市(feira de S. Mateus)として知られ、この町最大のイベントの1つとなっています。町には数多くの緑豊かな公園があり、たいへんさわやかな、心地よい環境を作り上げています。さらに、史跡という点からも豊かな遺産に恵まれています。なかでもその代表が、カテドラル(Sé)とミゼリコルディア教会(Igreja da Misericórdia)です。ポルトガル美術史上最も重要な画家の一人であるヴァスコ・フェルナンデス(Vasco Fernandes)は、16世紀にこの町に生まれました。彼はグラン・ヴァスコ(Grão Vasco)、「大ヴァスコ」の意として知られるようになり、この地に一大画壇を築きました。その作品の多くは、彼の名を冠した当地の美術館で鑑賞することができます。ヴィゼウは、この地域を流れる川にちなむ名を持つワイン産地管理呼称地域の中央に位置しています。その名はダン(Dão)です。この地域で生まれるワインは赤、白、ともに大変質が高く、子牛のロースト、ラフォンエス風に代表される土地のすばらしい郷土料理と好相性です。

マデイラ諸島

Funchal

Funchal

フンシャル(Funchal)を訪れる人は誰でも、その美しさと人々の温かさに感銘を受けます。500年の歴史をもつ街には見どころが数多くあります。そのいくつかは決して見逃せないスポットです。

マデイラ(Madeira)島の主要都市フンシャル(Funchal)は、島の南岸に位置し、同名の美しい湾に面しています。フンシャルは15世紀半ばに町になりました。名称は、この地域でよくみられる香り豊かなハーブ、フェンネル(funcho)に由来しています。

フンシャルは、当初はサトウキビとバナナ、その後はマデイラワイン(Vinho da Madeira)を輸出する重要な貿易拠点として栄えました。大航海時代には海外進出のための主要な寄港地となります。また、1年中温暖な気候であることから、早い段階からヨーロッパの貴族に人気の旅行先となりました。

豊かな歴史を有し、国際的で、かつ地域独特の暮らしがある今日のフンシャルには、サン・ペドロ(São Pedro)やサンタ・マリア(Santa Maria)

といった教区の歴史地区や、カテドラル (Sé) をはじめ、歩き回るだけでも楽しい見どころが数多くあります。また博物館や様々な関心を満たす文化施設も多く、文化生活が充実しています。

必ず足を運びたいのは、ラヴラドーレス市場 (Mercado dos Lavradores) です。果物や花の香りと、マーケットの雑踏と熱気が渾然一体となっています。

"海に面した庭園"の異名をとるフンシャルですから、緑地についても触れないわけにはいきません。例えば、植物園 (Jardim Botânico) とキンタ・ド・パリエイロ・フェレイロ (Jardim da Quinta do Palheiro Ferreiro)。いずれの場所にも世界各地の植物が集められています。

街と周辺のみならず、ケーブルカーに勝るものはありません。ケーブルカーはモンテ (Monte) と植物園、または市内中心部を結んでいます。モンテからは、籠付きのそり"ドボガン"で帰るのが王道です。

市中心部に戻ったら、フンシャルマリーナ (Marina do Funchal) に向かってぶらぶら歩きます。手前にはヨット、その先には各地からやってきたクルーズ船が見えるでしょう。

一方、各種イベントや観光客向けのアクティビティは年間を通して行われています。中でも特に重要なのはカーニバル (Carnaval)、フラワーフェスティバル (Festa das Flores)、大晦日のお祝いですが、その他にも数多くのアクティビティがあります。ゴルフ、テニス、ダイビング、釣り、乗馬、ボート遊びなどは、どんな場合もお勧めです。アクティビティの合間には、歴史地区に数多くあるテラスやレストランで一息つきましょ。飲み物でリフレッシュするのはもちろん、地元の名物料理を楽しむのもよいでしょう。

どのような選択肢を選ぶにしろ、フンシャルの魅力と素晴らしい環境をのんびりと満喫してください。そして、自宅にいるような気安さで利用できる良質の各種宿泊施設でくつろぎ、マデイラの人々の温かさに触れてください。

Ilha de Porto Santo

Ilha de Porto Santo

リスボンとその周辺地方

Alcochete

Alcochete

アルコシェテ アルコシェテ (Alcochete) の町はムーア人によって開かれ、「アルカシェテ」(Alcaxete)と呼ばれていました。これは「窯」を意味する言葉であり、かつてこの地にあった陶土を焼くための巨大な窯に由来すると考えられています。その後12世紀に、ポルトガル初代国王アフォンソ・エンリケス (Afonso

Henriques) によってムーア人の手から奪回されました。15世紀には、この一帯に鹿やイノシシ、オオカミなどが豊富であることから、貴族たちが頻繁にこの地で大きな狩猟会を開くようになりました。やがて彼らは夏の別荘を構え、より長く滞在するようになりました。製塩はこの地域最大の天然資源であり、アルコシェテは長らくポルトガルの製塩の重要な中心地とみなされていました。今日でも、製塩業は町の基盤産業となっています。リパテージョ地方 (Ribatejo) のほぼ全域がそうであるように、アルコシェテもまた馬や牛の飼育が盛んな土地であり、住民はフェスタ・ブラヴァ (festa brava) (肝試し) を楽しみます。これは、毎年8月第2週に行われる「緑の帽子と塩田の祭り」(Festas do Barrete Verde e das Salinas) のハイライトです。この祭りでは、牛追いや闘牛などが最大の見せ物となっています。

町の近くにはテージョ川河口自然保護区 (Reserva Natural do Estuário do Tejo) があり、ここを経由地とするさまざまな渡り鳥を観察することができます。なかでもフラミンゴの群れは圧巻です。

Almada

Almada

アルマダ テージョ川 (Rio Tejo) の南岸に位置するアルマダ (Almada) は、おそらくリスボン (Lisboa) の町を眺めるには最高の見晴らし台でしょう。なかでも最も素晴らしいのは、城からの眺望、ボカ・ド・ヴェント (Boca do Vento) (「風の口」の意) のケーブルカーのパノラマ、そしてもちろん1959年に建てられたクリスト・レイ (Cristo-

Rei) 像からの眺めです。過去数世紀にわたり、アルマダは宮廷の貴族たちに人気の避暑地となっていました。貴族たちの命で作られた別荘や館が、今も町にその姿をとどめています。現在、アルマダの住民の多くは首都リスボンで働いていますが、町の暮らしは首都を中心としてまわっているばかりではありません。この町独自の活動として、演劇祭 (Festival de Teatro) のようなイベントも開催されています。

コスタ・ダ・カバリカ (Costa da Caparica) は、夏の間リスボン一帯の住民にとって、格好の夏の行楽地となっていますが、ここもまたアルマダ市の一部となっています。この地域の料理は注目に値し、なかでも新鮮な魚を使ったシチューであるカルデイラーダ (caldeiradas) は美味です。この料理は、カシーリャス (Cacilhas)、ポルト・ブランダン (Porto Brandão)、ジンジャル (Ginjal)、コスタ・ダ・カバリカなどが有名です。

Amadora

Amadora

アマドーラ アマドーラ (Amadora) の町は、リスボン (Lisboa) の郊外にあり20世紀にきわめて大きな発展をとげました。今日では、列車や車による首都への交通の便がよいことから、首都で働く多くの人々がここに暮らしています。この新しい町の文化的なイベントの中でもとりわけ大きなものが、9、10月に開催される町の祭り (さまざまな文化行事とブックフェアが開催されます) と、10、11月に開催される国際マンガフェスティバル (Festival Internacional de Banda Desenhada)、大晦日に行われるサン・シルヴェストレ・レース (Corrida de São Silvestre) です。これは、ポルトガル国内でも格別激しい熱戦が繰り広げられるアスレチック競技です。

Barreiro

Barreiro

バレイロ バレイロは16世紀に町に昇格しましたが、もともとバレイロ (Barreiro) の村の核となったのは、アルガルヴェ地方 (Algarve) からやってきたさまざまな漁師たちでした。漁師たちはこの地に住みつき、リスボン (Lisboa) の港の入り口 (バーラ) (barra) で漁をしました。そのためこの地は「バレイロス」として知られるようになりました。18世紀から19世紀にかけて、南部や南東部に向かう鉄道路線の終着駅が設置されたことにより、この地域一帯は飛躍的に発展しました。多くの乗降客で土地は活気づき、多くの人々やさまざまな産業がここに根を下ろすことになりました。バレイロの町は今も発展を続け、1984年には市の区分に昇格しています。

Cascais

Cascais

カスカイス 海に面し、もともと一漁村にすぎなかったカスカイス (Cascais) は、14世紀に大きな発展の時代を迎えました。この頃カスカイスは、リスボン (Lisboa) へ向かう船の一大寄港地として、大変な賑わいを見せるようになりました。しかし19世紀後半に入り、一般的なレジャーとして海水浴の人気が高まると、その影響で町は最新流行の夏のリゾート地として生まれ変わりました。その背景には、ポルトガル国王ルイス1世 (D. Luís I) の存在が大きく関わっています。国王は、1870年に城の砦をポルトガル王家の夏の離宮に作りかえました。すると貴族たちも早速国王の例にならい、競うようにこの町に館や美しい別荘を建て、そこで1年の最も暑い時期を過ごすようになりました。それにより、かつての漁村はすっかり見る影もないまに姿をよぎました。カスカイスはまた、好事家たちの興味を引くようになり、彼らがこの地を訪れては海辺を散策するようになりました。さらに1889年にはペドロウソス (Pedrouços) とカスカイス間に鉄道路線が開通し、この町への交通の便は格段によくなりました。今日のカスカイスは活気にあふれた国際色豊かな町であり、そこにはかつての貴族的な雰囲気が今も色濃く残っています。とりわけお勤めしたいのは、町の通りの散策です。通りをめぐれば、そこには一流品店が並び、町のいたるところでレストランやカフェがオープンテラスを広げています。そこでゆっくりとひとときを過ごすのもまたよいものです。ビーチは今もカスカイス最大の呼び物であり、町の奥まった入り江には多数のビーチが無数に存在しています。また、町から

Guincho

ギンショ カスカイス (Cascais) に近いギンショの浜 (Praia do Guincho) は、延々と砂浜が続き、海水浴客には大変人気の場所となっています。また、サーフィンやウィンドサーフィンにすばらしい条件が整っていることから、1年を通じて訪れる愛好者があとを絶ちません。海岸沿いの道に並ぶ一流レストランでは、すばらしい魚料理、シーフード料理が堪能できます。

少し離れたギンショ（Guincho）付近では（すでにこの周辺はシントラ・カスカイス自然公園（Parque Natural Sintra-Cascais）の一部になっています）、サーフィンやウィンドサーフィンに格好の条件が整っています。地獄の口（Boca do Inferno）は、切り立つ岩と洞窟に囲まれた海岸にある洞です。その自然の妙は、多くの旅行者を引きつけては海の荒々しさに驚嘆させています。また、忘れてならないのがこの地の郷土料理です。ことに注目すべきは新鮮な魚とシーフード料理であり、この地方の多くのレストランで楽しむことができます。

Costa de Caparica

Costa de Caparica

コスタ・ダ・カパリカ

かつて、昔ながらの一漁村であったコスタ・ダ・カパリカ（Costa da Caparica）は、20世紀を迎えると、リスボン（Lisboa）一帯で最大のにぎわいを見せるビーチに変貌しました。その立地と交通の便がよいことから、夏の週末には多くの人々にぎわっています。25キロメートルにわたって続く砂浜の間には、大勢の人々で混みあう町近くのビーチから、ほとんど人の姿が見られない地域までさまざまな場所があり、好みに応じて選ぶことができます。絵本から出てきたような列車「トランスプライア」（Transpraia）が、途中あちこちの停車駅を経由しながら、ビーチのある町と終点のフォンテ・ダ・テーリャ（Fonte da Telha）を結んで走っています。無数にあるビーチでは、ある種のスポーツには格好の条件が整っています。例えば、サーフィン、ビーチバレー（そのためのコートもあります）などです。また、多くのパールの、さまざまなレジャー・サポート施設となりながら、ナイトライフの中心ともなっています。漁業地方であるため、魚料理、ことにカルディラダ（caldeiradas）（魚のシチュー）はこの地域を代表する特別料理です。毎年開催されている料理の祭典は、魚料理の祭典となっています。

Ericeira

Ericeira

エリセイラ もともとは漁村であったエリセイラ（Ericeira）は、夏のリゾート地としての注目が高まるにつれ、20世紀を通じてめざましい発展を遂げました。その一方で、町は今も昔ながらのたたずまいと独特の雰囲気を保ち続けています。リスボン（Lisboa）から50キロメートルという、簡単に足をのばせる地域にあることから、この地のビーチは夏の間、多くの人々で大変にぎわいます。また、ヨーロッパ内で最もサーフィンに適しているところとされています。ことに、毎年サーフィン世界選手権大会が開催されているリベイラ・ディーリャス（Ribeira dIlhas）のビーチは、注目に値します。エリセイラ（Ericeira）への旅は、この地ならではの特別料理である、シーフード料理や新鮮な魚料理を試してみるまたとない機会でもあります。

Estoril

Estoril

エストリル 世界に名だたるリゾート地であるエストリル (Estoril) は、国際色豊かなナイトライフの中心地であり、サマーリゾートとしてのありとあらゆる設備を備えた一大センターでもありますビーチ、一流ホテル、ゴルフ・コース、カジノ、さらにはモーター・サーキットまでそろっています。地域一帯の変更計画がもちあがったのは、20世紀初頭のことです。その理由として、当時行楽地として注目を集めはじめていた海に近かったことがなによりもまず挙げられますが、それだけでなく、その頃大流行していた温泉がこの地に湧いていたことにもよります（現在は閉鎖されています）。豪華な一大リゾート地の中心となったのは、公園とカジノでした。（カジノはエストリルのトレードマークでもあります。）さらに、それを囲むように、さまざまな建物、アーケード、一流ホテル群が配されました。かつてエストリルは、海岸沿いに点在するいくつかの要塞で知られていました。それらは、リスボン (Lisboa) への侵入を可能とするこの地の守りを確かなものとするために築かれたものでした。また、16世紀には、フランシスコ托鉢修道会によってこの地に隠遁所が築かれました。現在これは、サレジオ会のコレジオ (Colégio dos Salesianos) となっています。1930年代、エストリルはポルトガル有数の観光地となり、王位を失ったヨーロッパ諸国の王族が、この地を亡命生活の場を選びました（スペイン国王ファン・カルロス (Juan Carlos) もその一人です）。第二次世界大戦中は、作家、政治家、芸術家、商人などの避難所となり、ナチス・ドイツの迫害を逃れた多くのユダヤ人の亡命先ともなりました。

Lisboa

Lisboa

リスボン ゆったりと流れるテージョ川 (Rio Tejo)、その河口の右岸に高く低く連なる丘の上に、ポルトガルの首都が優雅に横たわっています。この地理的な立地は、すばらしい景観を呈すると同時に、国際色豊かなこの都市の歴史を十分に物語るものでもあります。類いまれなほど自然の光にあふれたこの都市は、いにしえより数々の作家や写真家、映画人にインスピレーションを与えてきました。丘の斜面に広がる明るい色合いの家並み、そのなかでもひとときわ鮮やかに目を射る褐色の屋根、ファサードを彩るアズレージョ、中世の地区を縫って続く狭い路地すべてがこのリスボン (Lisboa) に、北のヨーロッパでもなければ南の地中海でもない、一種独特の雰囲気を与えています。はるかな昔から、テージョ川が作り上げたすばらしい天然の入り江は、貿易商や船乗りによく利用されていました。リスボンの長い歴史は、フェニキア人によるアリス・ウボ (Alis-Ubbo) の名のもとに始まります。やがて、2世紀にはローマ人の町フェリキタス・ユリア・オリシポ (Felicita Julia Olisipo) となりました。8世紀からムーア人が侵入するにともない、町の名はアスハボウナ (Aschbouna) と変わります。その後1147年にポルトガル初代国王アフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) がこの地を奪回し、ポルトガルの領土となりました。国の首都となったのは1255年のことです。特色ある地区を散策するもよし、歴史的な一帯を路面電車で駆け抜けるもよし。急な坂道を上り下りする前世紀のケーブルカーに乗り、テージョ川をボートでめぐる。地下鉄に乗り込めば、そこは文字通り、現代ポルトガル美術の地下美術館です。実にさまざまな方法で、この町が見せる多種多様な魅力と奥深い文化に触れることができます。市の西部、テージョ川河口近くにあるベレン (Belém) では、数々の庭園と

歴史的モニュメントが、ポルトガル大航海時代のリスボンを物語っています。現在ここはユネスコ（UNESCO）の世界遺産に指定されています。次は、ほとんど1755年のリスボン大地震後に再建された地区です。規則正しい、左右対称の都市計画に従ってバイシャ（Baixa）は造られ、川に向かって開けた、光あふれる町並みとなりました。この地区は伝統的な商業地区です。さらにまた魅力的な地区が、シアード（Chiado）です。この一帯には、19世紀リスボンの中産階級の趣味を彷彿とさせる雰囲気ただよっています。町の東部の国際公園（Parque das Nações）には、多種多様なレジャー施設のほか、ヨーロッパ最大の水族館があります。夜になると、昔ながらの古い地区にはファドの歌声が流れます。ファドは叙情的なポルトガル民衆音楽の一形式です。一方、川下のドカス（Docas）やパイロ・アルト（Bairro Alto）、その隣のシアードなどの地区にある都会的なバーは、若者たちでにぎわいます。

Loures

Loures

ロウレス リスボン（Lisboa）郊外に広がるロウレス（Loures）の一帯は、昔から「サロイア」（田舎）と呼ばれてきました。かつて付近にあった農園で、リスボンの町に供給する野菜や生鮮品が作られていたからです。一帯が行楽地として注目された頃、貴族たちはこの地に屋敷を建てるようになりました。その例として、18世紀のコレイオ・モール館（「郵政大臣の館」の意）とそのキンタ（荘園）（Palácio e Quinta do Correio-Mor）や、キンタ・ド・コンヴェンテーニョ（Quinta do Conventinho）（「小修道院の荘園」の意）が今も残っています。キンタ・ド・コンヴェンテーニョは、現在、市立博物館となっています。周辺の地域では、他にも重要な建築物が見られます。例えば、オディヴェラス（Odivelas）の教区教会（Igreja Matriz）は、13世紀に建設され、17世紀に再建されたものです。また、サント・アンタオン・ド・トジャル（Santo Antão do Tojal）には、18世紀の大司教館（Palácio dos Arcebispos）があります。大きな噴水がはめ込まれたそのファサードの正面では、毎年9月末になると、にぎやかな18世紀の祭りが開催されます。また、ロウレス市の中にはワイン原産地管理呼称地域の1つであるブセラス（Bucelas）があり、すばらしく質の高い白ワインが生み出されています。このワインは、19世紀のナポレオンの侵入後、世界的に広く知られるようになりましたが、すでに16、17世紀にはシェイクスピアによって記されるようになっていました。その民俗的な伝統がすべて1つとなった行事として、毎年10月にはブドウの収穫祭とワインフェスティバル（Festa do Vinho e das Vindimas）が開催されています。

Mafra

Mafra

マフラ リスボン (Lisboa) 近郊の「田舎」として、かつてマフラ (Mafra) の一帯では首都に供給するための農作物が作られていました。しかし現在は、その壮大な宮殿と修道院で知られています。これは、18世紀に国王ジョアン5世 (D. João

V) の命で建てられた、ポルトガル最大の建築物です。

国王は、オーストリア皇女ドナ・マリア・アナ (D. Maria Ana) と結婚してから3年を経ても跡継ぎに恵まれず、もし、王位継承者を望む彼の願いが聞き届けられたあかつきには、マフラの地に修道院を建設することをフランシスコ会修道士に約束しました。

かくして、王女ドナ・マリア・ピア (D. Maria Pia) が誕生するにおよんで、国王は建設に着手しました。しかし当初の計画では、建物ははるかにつつましいものでした。しかし、ドイツ人建築家ルートヴィヒ (Ludwig) が着任すると、計画には大きな変更が加えられました。その背景には、当時、ポルトガルがブラジルから得た富によって繁栄の時代を謳歌していたことがあります。かくしてこの壮大な建築物 (300人の修道士のための修道院、バシリカ、666部屋を有する王宮) が誕生することになりました。1717年から1730年までという異例の年月をかけ、王の41歳の誕生日に落成されました。修道院に隣接するマフラの獵場 (Tapada de Mafra) は、18世紀半ばに建物全体の価値を高めるために国王ジョアン5世の希望で作られたものです。かつては王の狩獵地となっていたようですが、現在は一般に公開されています。マフラ周辺では、ソブレイロ (Sobreiro) の村にあるジョゼ・フランコ (José Franco) の陶磁器工房を訪ねてみるとよいでしょう。昔ながらの地方の村の暮らしを、等身大、または動く仕掛けのミニチュアの形で見ることができます。マフラ近くの海沿いには、昔ながらの漁師町エリセイラ (Ericeira) があり、週末の行楽地としてにぎわいを見せています。また、サーフィン愛好家にはこのビーチの格好のコンディションが大きな魅力となっています。近くにあるリベイラ・ダス・イーリャス (Ribeira das Ilhas)、リザンドロ (Lizandro) などのビーチでも、同様に楽しむことができます。

Moita

Moita

モイタ モイタ (Moita) は、テージョ川 (Rio Tejo) の南岸、リスボン (Lisboa) とセトゥーバル (Setúbal) の近くにある昔ながらの漁村です。やがて貴族たちが行楽地として足繁くこの地を訪れるようになり、16世紀には、当時リスボンを席卷したペストの脅威を逃れるための避難所ともなりました。

かつてテージョ川の渡しに使われていたファルア (faluas) (テージョ川の平底船) やヴァリーノ (varinos) (細長く幅の狭い船) のようなこの地方独特の船は、現在は観光ツアーに用いられています。

闘牛はモイタの歴史において長く続く伝統行事です。ノッサ・セニョーラ・ダ・ボア・ヴィアーゼン [Nossa Senhora da Boa Viagem] 教会の祭儀とノッサ・セニョーラ・ド・ロザリオ [Festa da Senhora do

Rosário] 教会の祭礼は、この地の最も重要なイベントの一つです。

Montijo

Montijo

モンティージョ テージョ川 (Rio Tejo) のほとりに広がるこの一帯は、12世紀、ポルトガル国王よりサンティアゴ・デ・エスパーダ騎士団に与えられたものです。当時、騎士団はパルメラ城 (Castelo de Palmela) をいただく付近の広大な領土を所有していました。数世紀にわたり「アルディア・ガレーガ (Aldeia Galega)」(ガリシアの村) の名で呼ばれ、その名がモンティージョ (Montijo) となったのは、ようやく1930年になってからのことです。16世紀に付近の人口は、国内のさまざまな地方から集まってきた労働者で爆発的に増大しました。彼らは、堆積する砂を食い止め、川を航行できるようにするための土木工事の労働者としてやってきた人々でした。この事業は村にめざましい結果をもたらし、以前は全面的に漁業にたよるしかなかった土地の経済に、さまざまな可能性を開くことになりました。リバテージョ地方 (Ribatejo) の例にもれず、モンティージョもまた、肝試しの祭 (festa brava) の伝統が根強く生きている土地です。闘牛や牛追いは、毎年6月終わりに開催されるサン・ペドロ祭 (Festas de São Pedro) を代表とする、村の祭りの中心となる行事です。

Oeiras

Oeiras

オエイラス リスボン (Lisboa) から約10キロメートルのところにある海辺の村オエイラス (Oeiras) は、何世紀もの間、多くの貴族や富裕層が避暑地としてきたところです。そのためにさまざまな夏の別荘が建てられましたが、その中でもことに注目に値するのが18世紀のボンバル侯爵 (Marquês de Pombal) の館です。国王ジョゼ1世 (D. José I) の宰相であったボンバル侯は、オエイラスの発展と行政区分としての村への昇格に多岐に尽力しました。その他にも、カシアス (Caxias) には王のキンタ (荘園) (Real Quinta) があります。17世紀に、リスボンへの入り口となるテージョ川河口の守備のため、沿岸に一連の砦が築られました。その代表が、アレイロ要塞 (Forte do Areeiro)、マイアス要塞 (Forte das Maias)、カタラゼテ要塞 (Forte de Catalazete)、パソ・デ・アルコス (Paço de Arcos) のサン・ブルノ要塞 (Forte de São Bruno)、そしてなにより独特なのが、テージョ川 (Rio Tejo) の中央にあるブジオ要塞 (Forte do Bugio) です。周辺の見どころとしては、バルカレナ (Barcarena) の旧火薬工場 (Antiga Fábrica da Pólvora) 内にある、火薬博物館 (Museu da Pólvora Negra) が挙げられます。現在では工場の操業は停止され、一帯はレジャー地区となっています。また、パソ・デ・アルコスにはアンティークカー博物館 (Museu do Automóvel Antigo) が、ダフンド (Dafundo) にはヴァスコ・ダ・ガマ水族館 (Aquário Vasco da Gama) があります。毎週日曜日、村役場の公園ではがらくた市 (Feiras de Velharias) が開かれています。この市は、月の第1日曜日はサント・アマロ・デ・オエイラス (Santo Amaro de Oeiras) で、つづく週はパソ・デ・アルコスで、最終日曜日にはアルジェス (Algés) で開催されます。

Palmela

Palmela

パルメラ アラビダ山脈 (Serra da Arrábida) の麓に位置するこの町は、何世紀にもわたり、イベリア半島をわたってきたさまざまな民族をお勧めつけてきました。町の名は古代ローマ時代に起源があると言われ、ことにパルマ (Palma) という名の執政官によるものと考えられています。一方、アラブ人によって町の一番高い地点に城が築かれました。ここからは、サド川 (Rio Sado) とテージョ川 (Rio Tejo) の間に広がるこの地域一帯を、はるかセーラ・デ・シントラ (Serra de Sintra) まで一望のもとに収めることができます。このことが、当時この地が戦略上の要所であったことを物語ると同時に、今日では最高の眺望が望める場所の1つであることの証明となっています。パルメラ (Palmela) は、12世紀にポルトガル初代国王アフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) によってムーア人の手から奪回されました。そしてこのとき貢献のあったサンティアゴ騎士団に、開拓と守備のためこの土地が与えられました。15世紀には城の内部に修道院が設立され、それが宗教騎士団の本部となりました。現在ここは、ボザーダ (Pousada) となっています。パルメラはまた、重要なワイン生産地でもあります。この土地からはすばらしく質の高いテーブルワインと、セトゥーバル (Setúbal) のモスカテル (Moscatel) として知られる酒精強化ワインが生まれています。これが町でもひととき大きな祭りの起源となり、毎年9月初旬にはブドウの収穫祭が開催されています。この祭りでは、行列やさまざまなショー、牛追いが行われます。

Seixal

Seixal

セイシャル テージョ川 (Rio Tejo) の南岸に広がるセイシャル (Seixal) のきわめて肥沃な一帯には、ムーア人による支配の時代にさまざまな地中海性の作物がもたらされ、ブドウ、オリーブ、イチジクなどが栽培されるようになりました。その閉じた湾の地形から、14、15世紀になるとセイシャルの地に造船所が造られました。造船業は、大航海時代を迎えるとめざましい発展を遂げ、何世紀も経た今でもこの地に根付いています。とはいえ、住民は長らく昔ながらの漁業に携わる者がほとんどでした。そのため、この地の守護聖人は聖ペドロ (São Pedro) であり、この聖人をたたえる祭りが、土地の代表的な祭りとして毎年6月に開かれています。この地方の歴史と伝統についてより知識を深めるには、セイシャル市立エコ博物館 (Eco-Museu Municipal do Seixal) を見学するのが最もよい方法です。また、この土地独自の舟で付近を周遊してみるのもお勧めです。さらに、コロイオス (Corroios) では、潮の干満を利用した水車が今も動いているので訪れてみるとよいでしょう。ここでは、15、16世紀にこの地方でごく一般的に行われていた方法を見学することができます。当時、付近一帯にはこうした水車が約60あり、リスボン (Lisboa) の町に小麦粉を供給する任を負っていました。

Sesimbra

Sesimbra

セジンプラ 入り江に囲まれた、絵に描いたように美しい漁村セジンプラ (Sesimbra) は、丘の頂きのムーア人の城跡 (castelo dos Mouros) の周囲に築かれた村です。この城は、ポルトガル初代国王アフォンソ・エンリケス (Afonso Henriques) によって、1165年にムーア人の手から奪回されました。しかし1191年には再びムーア人の手に渡り、13世紀に入りサンショ1世 (D. Sancho I) の時代に再度、奪回されました。国王はこの土地をサンティアゴ騎士団に与え、守備と開拓にあたらせました。城は18世紀に再建され、今日では、村と海のほんとうに素晴らしい眺望を楽しむにはなによりの場所となっています。セジンプラの豊かな海の幸を求めて、住民は次第に丘から下りて近隣の土地を開き、村はこの地方一帯の主要漁港となりました。20世紀を通じ他所の人々を引きつけたのもまた海でした。ウォータースポーツに理想的なコンディションが整った隠れたビーチを探し求める人々によって、この静かな土地は、にぎやかな夏のリゾート地に生まれ変わりました。周辺の地域の見どころとしては、ノッサ・セニョーラ・ド・カボ・エスピセル教会 (Santuário de Nossa Senhora do Cabo Espichel) が挙げられます。教会に隣り合う断崖には、恐竜の足跡が残されています。新鮮な魚介類が主役の素晴らしい郷土料理は特筆に値します。無数にある土地のレストランでぜひお試しください。

Setúbal

Azeitão

アゼイタオン セーラ・ダ・アラピダ自然公園 (Parque Natural da Serra da Arrábida) が広がるアゼイタオン (Azeitão) 一帯の地域には、特色ある村がいくつも点在しています。その代表がヴィラ・フレスカ (Vila Fresca) とヴィラ・ノゲイラ (Vila Nogueira) です。その名は、村ができる中心となったキンタ (荘園) に由来しています。ヴィラ・フレスカ・デ・アゼイタオン (Vila Fresca de Azeitão) は、キンタ・フレスカ (Quinta Fresca) の周辺に発展した村です。15世紀、国王ジョアン1世 (D. João I) はこの地に館を建設させ、それは後にキンタ・ダ・バカリョア (Quinta da Bacalhoa) の名で知られるようになりました。この名はかつての屋敷の所有者のあだ名に由来し、それがそのまま今にいたるまで伝わったものです。ヴィラ・ノゲイラ・デ・アゼイタオン (Vila Nogueira de Azeitão) は、キンタ・ダ・ノゲイラ (Quinta da Nogueira) を中心として発展しました。この敷地を所有していたのは、ペドロ1世 (D. Pedro) の妃であるドナ・コンスタンサ (D. Constança) です。村はやがて町の範疇に入るまでに発展し、1786年には議会所在地ともなりましたが、1855年にはその地位を失いました。貴族のなかには、すばらしい自然の景観に恵まれたこの美しい土地に、夏の別荘を構える者もいました。彼らが建てた美しいキンタ (荘園) や館の中には、例えば、キンタ・ダス・トーレス (Quinta das Torres) (現在ではホテルとなっています) や、純粋なルネッサンス様式で建てられたアヴェイロ公爵館 (Palácio dos Duques de Aveiro) などがあります。アゼイタオンを訪れた機会には、チーズや名高いタルト、ワインなど、すばらしい土地の産物を味わってみてください。ワインはことにペリキタ (Periquita) 種から作られるテーブルワイン、セトゥーバル (Setúbal) のモスカテル (Moscatel) が秀逸です。

Setúbal

セトゥーバル セトゥーバル (Setúbal) には古代にはフェニキア人が住んでいましたが、のちにサド川 (Rio Sado) の南岸 (現在の町と反対側のトロイア (Tróia)) にローマ人が定住し、そこをセトブリガ (Cetobriga) と呼んだことからセトゥーバルという名がつけられました。塩を集めて、塩漬のタンクに食物を保存するという、この地域の最も伝統的な仕事を始めたのもローマ人でした。トロイア半島にはこれらのタンクの遺跡が残っています。サド川の河口に位置したセトゥーバルの発展は、つねに航海と密接な関係にあり、14世紀にはすでに国内最大の港の1つに数えられていました。この地方の農産物も重要で、そのうち特にブドウ、ワイン、オレンジ、魚類などは14世紀の文書にも残っています。この近郊で作られるワインは今日も有名で、とりわけテーブルワインとセトゥーバルという名のモスカテル (moscatel) はよく知られています。これらのワインは近郊のアゼイタオン (Azeitão) のワイン貯蔵庫で試飲することができます。ここでは質の高いチーズやおいしいタルトも作っています。セトゥーバルはポルトガルの優れた文化人の生まれ故郷でもあり、特にボカージェ (Bocage) (19世紀の詩人で、風刺的な調子と社会批判をこめた詩で有名) やルイサ・トディ (Luísa Todi) (卓越した抒情歌手) は有名です。市立博物館の入っている建物はジェズス修道院で、ゴシック・マヌエル様式で建てられています。また、今では「ボザーダ」になっているサン・フィリペ要塞 (Forte de São Filipe) からは、市内やサド川、トロイア、アラピダ山脈 (Serra da Arrábida) の素晴らしい景色が楽しめますので、こちらを訪れる価値があります。セトゥーバルの周りには自然保護地域が散在しています。今なお野生のイルカを見ることができるサド川河口自然保護区 (Reserva Natural do Estuário do Sado) や、ユニークな特徴を持ち、地中海近くの地域でしか見られない生き物のいるアラピダ自然公園 (Parque Natural da

Arrábida) は特に有名です。またフィゲイリーニャ (Figueirinha)、ガラポス (Galapos)、ポルティニーニョ・ダ・アラビダ (Portinho da Arrábida) (外海から守られた雄大な湾)をはじめとする素晴らしいビーチも多く、サド川の対岸にも約18キロにおよぶビーチとゴルフコースのあるトロイア半島があって、そこへはフェリーで簡単に行くことができます。

Queluz

ケルースケルース (Queluz) の町は、シントラ (Sintra) 行政区内の人口の多い地域にあり、リスボン (Lisboa) から12キロメートルのところに位置しています。18世紀初頭、周囲に広がる牧歌的な風景には王家のキンタ (荘園) と狩猟の番小屋があるばかりでしたが、国王ジョアン5世 (D. João V) の王子ペドロ (Infante D. Pedro) の命で、それが夏の離宮に改築されることになりました。宮殿の建設は1747年から1760年にわたって行われ、建築家マテウス・ヴィセンテ・デ・オリヴェイラ (Mateus Vicente de Oliveira) とフランス人建築家ロビリオン (Robillion) が監修にあたりました。ロビリオンは、当初の設計図に新たに西翼を付け加えました。今日、これはロビリオン棟 (Pavilhão Robillion) と呼ばれています。さらに彼の手によって数々の美しい空間装飾が施されました。例えば、玉座の間 (Sala do Trono) や音楽室 (Sala da Música)、大使の間 (Sala dos Embaixadores) などがその例です。宮殿は主にロカイユ様式、ロココ様式で装飾され、その内部には装飾美術の重要なコレクションが収められています。ポルトガル家具、絵画、絨毯、陶磁器、アズレージョなど。また、宮殿を囲んで広がる幾何学的なデザインの庭園も大変美しく、中には池や彫刻がひっそりと隠れています。公園には、アズレージョで彩られた水路がめぐらされています。かつてそこには水がひかれ、王の一家が船遊びを楽しみました。現在宮殿に付属する別棟は、ポザーダ (Pousada) となっています。宮殿の広間は、一般に公開されクラシック音楽のコンサートが開かれています。また毎週水曜日には、野外の馬場でポルトガル乗馬学校 (Alta Escola Equestre Portuguesa) によるパフォーマンスが行われています。

Sintra

Colares

コラレス セーラ・デ・シントラ (Serra de Sintra) の麓に位置し、海にほど近いコラレス (Colares) の町は、大変風光明媚な土地であり、昔から夏のリゾート地として大変人気のある場所となっています。コラレスはまた、ワイン原産地管理呼称地域の1つでもあります。この土地から生まれるコラレスワイン (Vinho de Colares) は愛好者も大変多く、最近ではますます貴重になっています。町の中心街の美しい建物内にあるアデガ・レジオナル (Adega Regional) では、ワインのテイastingをすることができます。そのすぐ隣には、夏の間、シントラ (Sintra) とプライア・ダス・マサンス (Praia das Maçãs) を結ぶ路面電車の駅があります。コラレスの付近には、プライア・ダス・マサンスやプライア・グランデ (Praia Grande)、プライア・ダ・アドラガ (Praia da Adraga) などのビーチや、断崖にうめ込まれたような白壁の家々が並ぶアゼーニャス・ド・マール (Azenhas do Mar) の地方色豊かな村があります。

Sintra

シントラ シントラ (Sintra) は同じ名前前のシントラ山系のふもとにある美しい町で、独特の特徴を備えていることから、ユネスコの世界遺産に登録されています。登録するにあたっては、その豊かな自然と、市内や山中に建てられている歴史的建造物を考慮し、「文化的景観」という特別なカテゴリーを創設することになったほどです。シントラ山系は豊かな植生に恵まれ、シントラ・カスカイス自然公園 (Parque Natural Sintra-Cascais) の一部となっています。シントラは昔から、イベリア半島を通過する様々な人々が定住の場として選んだところでした。これらの人々の生活した跡が今も残っており、それらは郊外にあるオドリニャス考古学博物館 (Museu Arqueológico de Odrinhas) に展示されています。12世紀にポルトガルの初代国王ドン・アフォンソ・エンリケス (Dom Afonso Henriques) がムーア人の城を奪取し、その後の国王たちはそこを夏の離宮としました。城は中世に建てられた2本の巨大な円錐形の煙突が大きな特徴となっています。シントラは田舎の避暑地として国王や貴族に愛され、それを「美しいエデン」と呼んだパイロン卿は言うまでもなく、多くの作家や詩人の称賛的となってきました。多くのコテージや館があり、そのうちいくつかは現在カントリーハウスとして観光客に宿を提供しています。また山頂部に建てられたローマ時代の美しいペナ宮 (Palácio da Pena) や、18世紀に建てられ、現在は優雅なホテルとなっているパラシオ・デ・セテアイス (Palácio de Seteais)、ポルトガルにしか見られない異国的な生き物の生息する美しい庭園で有名なモンセラテ宮殿 (Palácio de Monserrate) など、素晴らしい宮殿もたくさんあります。シントラのお菓子には、トラベセイロ (卵を練りこんだ甘いクリーム入りパフ菓子) や有名なチーズケーキなどがあり、ぜひ味わっていただきたいものばかりです。古い文書によると、チーズケーキは12世紀にすでに作られ、家賃の一部として支払いに使われていたようです。

シントラの近くにはプライア・ダス・マサス (Praia das Maças)、プライア・グランデ (Praia Grande)、プライア・ダ・アドラーガ (Praia da Adraga) の美しいビーチ、ロカ岬 (Cabo da Roca) (ヨーロッパ大陸の最西端)、コラレス (Colares) (ワインの生産地方の名前の由来となっている)、絶壁の下にはめ込まれた絵のように美しいアセーニャス・ド・マール (Azenhas do Mar) 村などがあります。

Vila Franca de Xira

Vila Franca de Xira

ヴィラ・フランカ・デ・シーラ ヴィラ・フランカ・デ・シーラ (Vila Franca de Xira) はテージョ川 (Rio Tejo) のほとりの肥沃な平野 (堆積平野) に囲まれた場所にあり、ここではリバテージョのカンピーノ (牧童) たちが馬や牛の番をしています。ヴィラ・フランカ・デ・シーラは熱心な闘牛ファンが多いことで有名です。闘牛はこの地域で一番人気のある娯楽で、4月から10月にかけてほとんど毎週末、パリア・ブランコ・ブラサ・デ・トウロス (Palha Branco Praça de Touros) (闘牛場) で試合が行われます。闘牛に興味のある方にとって、ブラサ・デ・トウロス (Praça de Touros) の民俗博物館、レジリア・グランデ (Lezíria Grande) の種馬飼育場や乗馬センター、それにモルガド・ルジターノ (Morgado Lusitano) は必見です。闘牛のほか街中に雄牛を走らせるのも、十月祭やコレテ・エンカルナード (Colete Encarnado) (赤いチョッキの祭) など、この地域の大きな祭りに欠かせない催しです。後者は毎年6月に行われ、リバテージョのカンピーノたちの衣装にちなんでその名がつけられています。料理の種類は数多くありますが、最も重要な料理は典型的な河畔の料理で、たとえばウナギ、マコガレイ、アソルダ・デ・サヴェル (Açorda de savel) (ニシンにパンとハーブとにんにくのピューレを添えたもの)、ガリーニャ・デ・カビデーラ (Galinha de cabidela) (レバーをつめたチキンをその血と米で調理したもの)、羊肉のシチュー、牛や羊の胃をヴィラ・フランカ風に調理したものなどがあります。アルヴェルカ (Alverca) にある空軍博物館 (Museu do Ar) はこの地方で唯一の博物館で、ポルトガルの航空学の歴史を示す事物のコレクションを展示しています。近郊にあるテージョ川河口自然保護区 (Reserva Natural do Estuário do Tejo) は、フラミンゴ、コウノトリ、シギ、セイタカシギ、カモ、トビ、チョウゲンボウといった渡り鳥の中継地です。静かで穏やかな生活、汚染のない環境、主な仕事は小規模農業という、のどかな田園地方です。