サン・ミゲル (São Miguel)、緑の島

について

サン・ミゲル (São Miguel)、緑の島

サン・ミゲル島はアソーレス諸島最大の島です。81km 離れたサンタ・マリア (Santa Maria) 島と並んでこの群島の東部グループを構成しています。

入植は 1444 年にポヴォアカオン (Povoação) で始まり、それ以降、この島の最初の首都であるヴィラ・フランカ・ド・カンポ (Vila Franca do Campo) が生まれました。首都は後にポンタ・デルガーダ (Ponta Delgada) に移り、現在はアソーレス諸島の地域政府の所在地となっています。

天然の入り江を一望する**ポンタ・デルガーダ**市には、豊かな歴史と建築の遺産があります。**ポルタス・ダ・シダーデ(Portas da Cidade)** (城門) はこの都市の探検の完璧な出発点となります。城門は海に面する地区とレプブリカ広場 (Praça da República) を結ぶ3つのアーチですぐに分かります。白壁と玄武岩のディテール間のコントラストを強調する典型的な建築物は、レース模様の鉄製のバルコニーで飾られていることにご注目ください。最も象徴的なモニュメントとして、15 世紀のサン・セバスチャン教会 (Igreja de São Sebastião)、サン・ジョゼ教会 (Igreja de São José)、サン・ペドロ教会 (Igreja de São Pedro)、そしてノッサ・セニョーラ・ダ・エスペランサ礼拝堂 (Convento e Capela de Nossa Senhora da Esperança) (希望の聖母) (ここではセニョール・サント・クリスト・ドス・ミラグレス (Senhor Santo Cristo dos Milagres) のイメージを崇拝)、旧イエズス会士カレッジ (Colégio dos Jesuitas)、サンタナ宮殿 (Palácio de Sant ’ Ana) (地域政府の首相官邸)、カルロス・マシャド博物館 (Museu Carlos Machado)、サン・ブラス要塞 (Forte de São Brás)、市庁舎、そして改装されたミカエレンセ・コリセウム (Coliseu Micaelense)、保存状態の良いミカエレンセ劇場 (Teatro Micaelense) があります。

海沿いにマリーナまで歩くと**「ポルタス・ド・マール」**(Portas do Mar) に着きます。ここはクルーズ船の桟橋の他、海水プールやいくつかのバーが設置されているアリーナがあります。すべて、非常に快適なレジャーのひと時を過ごせるよう配慮されています。

しかし**「緑の島」**
というニックネームの由来を探すには、首都を離れて本当の自然を見つけなければなりません。ここは山の多い島です。中央の低地にある隆線で区切られた2つの火山性中央山塊で構成されています。最頂点はピコ・ダ・ヴァラ (Pico da Vara) の1,105メートルで、東の山塊にあります。

海岸沿いにレルヴァ (Relva) とフェテイラス (Feteiras) を通過して西に向かうと、辺りは緑一面になり、背景には海が広がっていることに気が付くでしょう。象徴的な**セーテ・シダデス (Lagoa das Sete Cidades) (7つの都市) の湖**まで登り始めましょう。やがて**「ヴィスタ・ド・レイ」(Vista do Rei) (王の眺め)** 展望台に到着します。ここからは、巨大なクレーターの美しさを堪能できます。その底にはヴェルデ (Verde) (緑) とアズール (Azul) (紺碧) の湖が共存しており、アーチ型の橋で対になっています。伝説によれば、この2つの湖は許される愛で結ばれた王女と羊飼いの涙から生まれたということです。サン・ミゲル島では、素晴しい**アソーレスの湖**を眼にすることでしょう。そこからこの魔法のような風景はサンチアゴ (Santiago)、ラサ (Rasa)、カナリオ (Canário)、エグアス (Éguas)、エンパダダス (Empadadas)、カルデイラオン・グランデ (Caldeirão)、そしてカルヴァン (Carvão) の湖に沿って続いています。

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

Lagoa do Fogo © Maurício Abreu/DRT

に、**ポンタ・ダ・フェラリア (Ponta da Ferraria)**
に向かいます。ここでは、母なる自然が火山性温泉で海水を温めることを引き受けてくれました。それにより大西洋のタラソテラピーをここならではの自然の環境で受けることができます。あるいは、近代的なフェラリア・スパ (Ferraria Spa)
のほうをお好みの方もいるかもしれません。少し先に進むと、**モステイロス (Mosteiros)**
に到着します。ここは入り江と、この地区の名前の由来となった4つの島をじっと眺める価値がある場所です。ポンタ・ダ・ブレターニャ (Ponta da Bretanha) からはルートが変わって北の海岸に向かいます。そして、サン・ミゲル島で2番目に大きく、ノッサ・セニョーラ・ダ・エストレラ教会 (Igreja de Nossa Senhora da Estrela) の周りの小さな丘の上に建てられた**リベイラ・グランデ (Ribeira Grande)**
の街、町役場、邸宅沿いに工場、教会、庭園、さらに海のすぐ隣に市のプール施設などが並んでいる様子を見ることができます。

はこの島の内陸部にある**ラゴア・ド・フォゴ (Lagoa do Fogo)** で一休みしましょう。アグア・ド・パウ (Água do Pau)
丘に登り、**カルデイラ・ヴェーリャ (Caldeira Velha)**
で休憩です。その温かい水の小さなプールは青々としたシダの森に囲まれており、力を回復させる一滴を求めています。この島のシンボルの1つ、ラゴア・ド・フォゴ (Lagoa do Fogo)
に到着すると、さまざまな陰影の青と、海まで広がる息を飲むような景観に圧倒されるでしょう。

ア (Lagoa)
に向かう下り坂で、典型的な土器を展示し
た陶器工場を見学できます。もう少し進むと、**カロウラ (Caloura)** のノッサ・セニョーラ・ダ・コンセイソン要塞 (Forte de Nossa Senhora da Conceição)
で「守られ
た」絵のような漁港が
あります。その修道院と入り江はゆったりと落ち着いた時間を過ごすことができます。**ヴィラ・フランカ・ド・カンポ (Vila Franca do Campo)** では、**イリェウ・ダ・ヴィラ (Ilhéu da Vila)** に必ずお出かけください。美しい水浴できる湖で海岸から1km
ほどの場所にあります。タガ
レタ埠頭から出る船で6月から9月まで行くことができます。また、有名な**ケイジャダス・ダ・ヴィラ (Queijadas da Vila)** のご賞味もお忘れなく。近くのコングロ (Congro) 湖も足を運ぶ価値があります。

Jardins Terra Nostra © J. Marijs

フルナス (Furnas) には名所がいくつかあります。**ヴァレ・ダス・フルナス (Vale das Furnas)** には熱水の噴気孔 (カルデラ)、泥、健康に良い水、そして20
以上の温泉があり、それらがまとまって、ここを世界で最大の水力発電の1つにしています。**ポカ・ダ・ベイジャ (Poça da Beija)** は澄んだ水と再活性を持つ泥のプールで知られています。**ラゴア・ダス・フルナス (Lagoa das Furnas)**
の近くにあるノッサ・セニョーラ・ダス・ヴィトリアス (Nossa Senhora das Vitórias)
は、地熱を最大限に活用して**「コジド・ナス・カルデイラス」(cozido nas caldeiras)** (ミックスミートシチュー)
が作られた場所です。18
世紀の**テラ・ノストラ公園**
はサン・ミゲル島で最も美しい庭園の1つです。その湖のプールはミネラルが豊富な温泉で、カーサ・ド・パルケ (Casa do Parque)
で「占領」されています。また、ピコ・ド・フェロ (Pico do Ferro) とサルト・ド・カヴァロ (Salto do Cavalo)
の展望台に行きましょう。パノラマビューを堪能できます。

海岸に戻ると、**リベイラ・クエンテ (Ribeira Quente)** にあるプライア・ド・フォゴ (Praia do Fogo)
の温水を楽しめます。または、この島で最初の入植地で7つの丘に囲まれた**ポヴォアカオン (Povoação)**
の街に直行するのも良いでしょう。ここから**北西部**
の地区に入ります。地形はデコボ
コで坂が多い場所ですが、青々とした植生で覆われ、さまざまな**歩道**
に沿って散歩したくなるような開放感があり
ます。花でいっぱいの、よく手入れされた**展望台**
には足を止めて風景に見入ってしまう場所が数多くあります。例えば、ポンタ・ダ・マドルガダ (Ponta da Madrugada)、ポンタ・ド・ソセゴ (Ponta do Sossego)、サルト・ダ・ファリーニャ (Salto da Farinha)、ポンタ・ド・エストミーニョ (Ponta do Estorninho)
の展望台などで、これらはほんの一部です。バード
ウォッチングの愛好家なら、**プリオロ (Priolo) 環境センター**には是非出かけましょう。

北東から先に旅を続けると、島の北部の海岸に出ます。そこでは**ゴリアナ (Gorreana) とポルト・フォルモソ (Porto Formoso)** で足を止めて茶畑とそれぞれの工場を見学できます。リベイラ・グランデのすぐ前で、もう一度、最後にサンタ・イリア (Santa Iria) 展望台で止まってそこからの景観を堪能しましょう。それから高速道路に乗ってポンタ・デルガーダに戻ります。

祭り

Festas do Santo Cristo e Antonio Carvalho e Santa, Açores

サン・ミゲル島は多くの宗教およ
び多神教の祭りで成り立っています。そのうち最も重要な祭りは**セニョール・サント・クリスト・ドス・ミラグレス祭 (Festa do Senhor Santo Cristo dos Milagres)** (イエスの奇跡を祝う祭り) です。イースター後の第5日曜日に毎年催され、エスペランサ修道院により崇拝されているイエスキリストの肖像がポンタ・デルガーダの通りを行進します。さまざまな文化的および美食のイベントも催され、島の観光客の多くをこの都市に惹きつけています。

イースター後の最初の日曜日には、**プロシサオン・ド・セニョール・ドス・エンフェルモス (Procissão do Senhor dos Enfermos)** (老人達の行列) が一部の街で開かれます。フルナスで開かれるものは通りを飾る花の絨毯の美しさで最も有名です。

4月から6月まで、アソーレス諸島で最も伝統的と思われている有名な**フェスタ・ド・ディヴィノ・エスピリト・サント (Festas do Divino Espírito Santo)** (神の精霊の祭り)
が島全体で
催されます。夏の間に
もいくつかの街がそれぞれの守護聖人のための更新や祭りを催して祝います。例えば、**ヴィラ・フランカ・ド・カンポ (Vila Franca do
Campo)**
では、サン・ジョアンのための祝祭が6
月24日に開かれ、行進とショーが繰り広げられます。**リベイラ・グランデ**では、**騎士の祭り (Cavalhadas)**
が6月29日に開かれます。この祭りは、色とりどりの衣装をまとった馬上の男性がサン・ペドロ教会まで通りを練り歩き、この聖人 (サン・ペドロ) に詩を吟じながら挨拶するというものです。騎士の祭りは小さなマフォマ宮殿 (Palacio da Mafoma) で終わります。

ロメイロス (巡礼者) はもう一つのこの島独特のイベントです。受難節の間8
日間開かれ、祈りを捧げる男性達のグループが島全土を歩いて巡ります。

アクティビティ

Caminho Costeiro, Ilha de São Miguel ©peresanz

サン・ミゲル島で何かしようとすると、選ぶのに本
当に困ってしまうでしょう。**陸上**では無数に存在する**歩道**
を歩けば素晴しい景観をさらに楽しむことができます。さまざまなルートの地図をもって1人で行っても、資格をもつガイドの助けを借りてもよいでしょう。**乗馬やオートバイのツーリング**
もこの島の美しさを楽しめるもうひとつの方法です。都市のツアーがご希望なら、**馬車**、または**ラガルタ (lagarta)** (観光客用電車)
で、ポンタ・デルガーダの通りをゆっくり回りましょう。

ゴルファー
には、この島ではフルナスとバターリ
ャに２つのコースがあります。身体を動かしたい方は、
ジープやクアッドバイク、マウンテンバイクで島を探検することもできます。あるいは**パラグライダー**
で飛べば他にはない光景や、普通では見られない角度から美しい湖の景色を楽しむことができます。島の地底の世界を発見したいなら、**グルータ・ド・カルヴァン**(石炭の洞窟) は外せません。また、**登山**用の設備が整った断崖が数多く広がっています。

バードウォッチングのファンなら、ヨーロッパで最も珍しい種の１つ**アソーレス・ウソ**の営巣地であるセーラ・ダ・トロンケイラ (Serra da Tronqueira)、ラゴア・ダス・フルナス (Lagoa das Furnas) そしてモステイロス (Mosteiros) に最高の場所が見つかります。

水の上や中では、
ダイビング、ホエール・ウォッチング、または深海魚釣り
に勤しむこと
ができます。１年中広範な
オプションを提供する専門の会社がいくつかあります
。島の北部の海岸では、**サーフィンとボディボーディング**
のスポットがお勧めです。特に、サンタ・バルバラ・ビーチは「アレアイス」としてよく知られています。ポプロ (Pópulo)、アグア・ダルト (Água d ’ Alto)、リベイラ・クエンテ (Ribeira Quente)
などの**火山性砂のビーチ**、島に点在する天然のプール、**フェラリア (Ferraria)** と**フルナス**
の温泉は、リラックスして元気を取り戻すのに理想的な場所です
。**カヌー**
や他のウォ
ータースポーツも火山
性クレーター内の湖で楽しむことができます。免許があれば、数多くの湖やクリークで**釣り**に興じることもできます。

ヨットマンなら、
ポンタ・デルガーダとヴィラ・フランカ・ド・カンポのマリーナ

が、船を出して海と手付かずの自然に触れる素晴しい一日を過ごすのに最高の場所です。魚釣りやスイミング、イルカやクジラの姿を見るというオマケもついてきます。

料理

Cozido das Furnas ©Publiçor/Visitazores

サン・ミゲル島の料理はさまざまな魚と魚介類料理でいっぱいです。魚介類には海水で調理する貝の一種であるフジツボが含まれています。

牧草地で飼育されている牛の肉は柔らかく美味です。有名なコジード・ダス・フルナス (Cozido das Furnas) がハイライトです。フルナスのクレーターでは、この料理のための肉と野菜を入れた壷を密閉して、地熱を持つ土の中に埋めます。調理には約 5 時間かかります。コジードの引き上げも見る価値があります。通常は正午から午後３時の間に行われます。それから、自分で選んだレストランに向かいこの独特の名物料理を味わいましょう。

始めに、有名な「ピメンタ・ダ・テラ」 (pimenta da terra) (チリペッパー) を新鮮なチーズとともにいただきます。しかし、このタイプのローカルなチリペッパーは他にもさまざまなレシピで使われます。ボロ・レヴェド (bolo lêvedo) (膨らませたケーキ) は元々フルナスの料理でしたが、非常に広く普及し、どんな食事でも供されます。スイーツについては、ヴィラ・フランカ・ド・カンポ (Queijadas de Vila Franca do Campo) (チーズケーキ) が特に有名です。喫煙する人は、現地生産のシガーかシガリロで食事を締めくくります。あるいは、この島のもうひとつの素晴しい特産品、お茶で締めくくっても良いでしょう。緑の葉のさざなみのように地平線に出現するゴレアナとポルト・フォルモソの茶畑は、ヨーロッパでは独特なものです。博物館の工場を見学すると、その成長の歴史と使用された機会の進歩について学ぶことができます。それが済んだら、アソーレス・ティの納得の味を堪能しましょう。

サン・ミゲル島には外国の果物を育てる伝統があります。パイナップルやカスタード・アップル、ストロベリー・グアヴァやパッション・フルーツなど、そのまま食べたりリキュールを作るために使用されます。パイナップルの温室はファジャン・デ・バイショ (Fajã de Baixo)、ラゴア (Lagoa)
そしてヴィラ・フランカ・ド・カンポの各地区に点在しており、ガイド付きツアーで発見できる昔ながらの習慣を守っています。

お役立ち情報 | 行き方

飛行機
サン・ミゲル島へは、ヨーロッパの主要空港からポルトガル本土のリスボンを経由して行くことができます。
米国とカナダ、およびヨーロッパの数多くの航空会社が運行するチャーター便もあります。群島の島々アソーレス航空SATAが運営するフライトで、空路でお互いに結ばれています。 詳細については以下のウェブサイトをご覧ください。
- www.azoresairlines.pt

- www.flytap.com
- www.visitazores.com

船

Atlânticolineがサンタ・マリア、テルセイラおよび中央部のその他の島々と、サン・ミゲル島を結ぶ定期便を運行しています。詳細については以下のウェブサイトをご覧ください。

サン・ミゲル島に関する詳細は、次のウェブサイトをご覧ください。www.visitazores.com/São Miguel

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