

---

## Paredes

---

### について

#### 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もの峡谷を縫って流れるソウザ川（Rio Sousa）の近くにありま。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ことです。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す。