

## 場所

### アソーレス諸島

#### 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) (...)

### 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 (...))

#### Almancil

##### Almancil

(...)

#### Castro Marim

##### Castro Marim

(...)

#### Faro

##### Faro

ファロ (Faro) その地理的位置は、紀元前 4 (...)

#### Olhão

##### Olhão

##### オリヤン

オリヤン (Olhão) の隠れた魅力を見つけるには、もっと高い教区教会 (Igreja (...))

## 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 (...)

## Quarteira

Quarteira

(...)

## Silves

Silves

シリヴェス セーラ・ドゥ・モンシーケ ( Serra de Monchique ) の丘の上に位置するシリヴェスの基礎と発展は、アラドウ ( 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 (...)

## 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・アレニーリヤ ( Vila de Santo António de (...)

## アレンテージョ

### 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 (...)

### Alvito

Alvito

(...)

### Azambuja

---

Azambuja

(...)

## Beja

Beja

(...)

## Benavente

Benavente

ペナヴェンテ

ペナヴェンテ ( Benavente ) の村の起源は、13世紀にテージョ川 ( Rio

(...)

## Cartaxo

Cartaxo

(...)

## Évora

Évora

(...)

## Fronteira

Fronteira - フロンティラ

フロンティラ (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) (...)

## Grândola

Grândola

(...)

## Mértola

Mértola

メルトーラ

コウノトリの営巣地で、美しい白壁の家々がゲアディアナ川 ( Rio (...)

## Moura

Moura

モウラ

グアディアナ川 ( Rio (...) )

## 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 (...) )

## 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ポンバル ( 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。 (...)

## Redondo

Redondo

(...) )

## 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 (...) )

## Salvaterra de Magos

Salvaterra de Magos

サルヴァテーラ・デ・マゴス

リバテージョ ( Ribatejo ) にある静かな村、サルヴァテーラ・デ・マゴス ( Salvaterra de (...) )

## 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 (...) )

## Tróia

Tróia

トロイア

サド川 ( Rio (...)

## Viana do Alentejo

Viana do Alentejo

## Zambujeira do Mar

Zambujeira do Mar

サンブジェイラ・ド・マール

ビーチの美しい景色を一望するサンブジェイラ・ド・マール ( Zambujeira do (...)

# ポルトと北部地方

## Alfândega da Fé

Alfândega da Fé

(...)

## Armamar

Armamar

アルママール

ドウロ川 ( Rio (...)

## Boticas

Boticas

(...)

## Bragança

Bragança

(...)

## Caminha

Caminha

カミーニャ

ミニヨ川 ( Rio (...)

## Espinho

Espinho

(...)

## Felgueiras

Felgueiras

(...)

## Guimarães

Guimarães

ギマラインス (...)

## Lamego

Lamego

ラメゴ

ドウロ川 ( Rio (...)

## Maia

Maia

(...)

## 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 (...)

## Mogadouro

Mogadouro

(...)

## Moimenta da Beira

Moimenta da Beira

(...)

## Monção

Monção

モンサオン

ミーニョ川 ( Rio (...)

## Montalegre

Montalegre

モンタレグレ

ペネダ・ジェレス自然公園 ( Parque Nacional (...)

## 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 (...)

## 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 (...)

## 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 (...)

## 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 ( A

guiar de (...)

## Pinhão

Pinhão

(...)

## 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. (...))

## Sabrosa

Sabrosa

(...)

## 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 (...))

## 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 (...))

## 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 (...))

## Valongo

Valongo

(...)

## Valpaços

Valpaços

(...)

## 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

(...)

## 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. (...) )

## Vila Nova de Famalicão

Vila Nova de Famalicão

ヴィラ・ノーヴァ・デ・ファマリカオン

13世紀に国王アフォンソ3世 ( D. Afonso (...) )

## Vila Nova de Gaia

Vila Nova de Gaia

ヴィラ・ノーヴァ・デ・ガイア

ドウロ川 ( Rio (...) )

## Vila Pouca de Aguiar

Vila Pouca de Aguiar

ヴィラ・ポカ・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・ポカ・デ・アギアル ( Vila Pouca de (...) )

## Vila Real

## Vila Real

ヴィラ・レアル

ト拉斯・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 (...))

## Vimioso

Vimioso

(...)

# ポルトガル中部地方

## 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 (...))

## Almeida

Almeida

ウェブサイト : <https://aldeiashistoricasdeportugal.com/aldeia/almeida/>

(...)

## 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 (...))

## 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、定住者がカルドウサ (Cardosa) の丘にアルビ・カストラム (Albi (...))

## Castelo Mendo

## Castelo Mendo

ウェブサイト：<https://aldeiashistoricasdeportugal.com/aldeia/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にあり、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. (...))

## Castelo Novo

### Castelo Novo

ウェブサイト：<https://aldeiashistoricasdeportugal.com>

### 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ニャ山脈、セーラ・ダ・ガルドゥニャ (Serra da Gardunha) にあるカステロ・ノーヴォ (Castelo (...))

## Castelo Rodrigo

### Castelo Rodrigo

ウェブサイト：<https://aldeiashistoricasdeportugal.com/aldeia/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 (...))

## Coimbra

### Coimbra

(...)

## Entroncamento

### Entroncamento

(...)

## Fátima

### Fátima

(...)

## 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、モンデゴ川 (Rio (...))

## Guarda

Guarda

グアルダ

セーラ・ダ・エストレラ (Serra da (...))

## 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) (...)

## Lourinhã

Lourinhã

(...)

## 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 (...))

## Marialva

Marialva

ウェブサイト : <https://aldeiashistoricasdeportugal.com/aldeia/marialva/>

マリアルヴァ

アルヴァ川 (Rio (...))

## Meda

Meda

(...)

## Montemor-o-Velho

Montemor-o-velho

モンテモール・オ・ヴェーリョ  
モンテゴ川 ( Rio (...)

## 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、その近くにはカブリル貯水池 (Barragem do (...))

## 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 (...))

## Sardoal

Sardoal

(...)

## Sertã

Sertã

(...)

## Tomar

Tomar

トマール

トマール (Tomar) の発展はテンプル騎士団と密接な関係があります。テンプル騎士団は、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 (...))

## Tondela

Caramulo

カラムロ

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、カラムロ山地 (Serra do (...))

## Viseu

Viseu

(...)

## マデイラ諸島

### Funchal

Funchal

フンシャル (Funchal) (...)

### Ilha de Porto Santo

Ilha de Porto Santo

## リスボンとその周辺地方

### Cascais

Cascais

(...)

### Loures

Loures

ロウレス (...)

### Moita

Moita

モイタ モイタ ( Moita ) は、テージョ川 ( Rio (...)

### Oeiras

Oeiras

ウェブサイト : <https://visitoeiras.com/>

(...)

## Sesimbra

### Sesimbra

セジンブラ 入り江に囲まれた、絵に描いたように美しい漁村セジンブラ  
( Sesimbra ) は、丘の頂きのムーア人の城跡 ( castelo dos (...)

## Setúbal

### Azeitão

アゼイタオン  
セーラ・ダ・アラビダ自然公園 ( Parque Natural da Serra da (...)

## Sintra

### Colares

### Queluz

コラレス  
セーラ・デ・シントラ ( Serra de (...)

(...)

## 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 (...)