アクセシブルな街、リスボン [Lisboa]

について

写真: João Paulo

アクセシブルな街、リスボン [Lisboa]

「7つの丘の街」として知られているリスボンは、建築上の障害や凹凸のバリアを取り除くことで、ますますアクセシブルな街となっています。新たな舗道やランプ（傾斜台）、適切な道路案内標識の導入により、体の不自由な人が移動しやすい条件を整えて、誰もが公共エリアを楽しみ自主的に移動できるようになりました。

最も象徴的なエリアを自主的に知ることができる3つのコースをお勧めします。ベレン[Belém]は非常に大きなエリアで、かつては船やカラベルが縁海へと「発見」を求めて旅立った港でした。バイロ・アルト[Bairro Alto]からサン・ジョルジェ城 [Castelo de São Jorge]まで歩く中で、リスボンの中枢地域には多くのエンターテイメントがあることが分かります。そのまま進むと、16世紀の偉大なポルトガルの探検者たちの武勲を称えるために、1998年の世界博覧会の際に近代的空間として再分類された国際公園[Parque das Nações]があります。

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

Photo Ponte 25 de Abril - Lisboa © Turismo de Lisboa

これらのコースの詳細についてはリンクをご確認ください（この文章の上にあります）。各種情報と移動に役立つマップがあります。

エリア内の接続を保証する公共交通機関ネットワークがあるため、さまざまな場所の移動が可能です。街のカリス[Carris]はバスやトラムの運営会社で、メトロ（地下鉄）のようにアクセシビリティ対応車両があります。とはいえ、全ての駅がアクセシブルではありません。CP [CP]鉄道では、一部の接続駅では自主的な移動が可能ですが、その他では事前に介助を要請する必要があります。福祉車両を所有しているタクシー会社がいくつかありますので、タクシーの利用もご検討ください。リスボン内の公共交通機関に関する詳細は、「お役立ち情報」（Informações úteis）をクリックしてください。

アクセシブルな街、リスボン - ベレン

15、16世紀に遠く離れた地の大陸を発見しようと船やカラベルがベレンを旅立ちました。ユネスコの世界遺産として登録されている、この時代の証人でもある二つのモニュメントを訪れることができます。一つはジェロニモス修道院[Mosteiro dos Jerónimos]、もう一つはベレンの塔[Torre de Belém]です。川岸に庭園が並び、とても気持ちよく散歩が楽しめるこのエリアにはまだまだ見どころがあります。

地図を見ながらお勧めルートを歩く
ベレンは舗装が標準的で平坦なので全体的に状態が良いエリアです。誰もが簡単で安全に移動できるようになっています。馬車博物

館[Museu dos Coches](10)からコースをスタートすることをお勧めします。最近建てられたアクセシビリティ完全対応の建物で、世界で最もユニークなコレクションを収蔵しています。

Photo © Museu Nacional dos Coches
その後、ベレン通り[Rua de Belém]に沿って進みます。この通りは気をつけて歩く必要があり、特に交差点の舗装表面にはちょっとした摩耗や裂け目があります。トラムの線路がある場所などは安定した移動が難しくなっています。このエリアには多くのお店やレストランがあるため、散策中に障害物に遭遇します。そのため、車道に出て避けることも必要となります。ほとんどの商業スペースの入口はアクセシブルではありません。しかし、多くのレストランは歩行者専用エリアにテラスを設置しています。そこからは庭園[Jardim]を見渡すことができるので、素晴らしい食事のオプションです。一般的に交差点の高さは低くなっていますが、高さ2〜3センチメートルの凹凸のある箇所がありますので、特別な努力が必要となる場合があります。
熱帯植物庭園[Jardim Botânico Tropical](7)は街で最も大きな緑地で、通りの反対側にあるジェロニモス修道院(6)の前に立ち寄ることができます。このとても美しいモニュメントは、マヌエル様式建築の最たる例です。視覚障がい者誘導ルート、点字による情報表示に加えて音声サポート機器を備えているため、誰もが十分に楽しむことができます。一階は広いスペースがあるので移動が容易で障害物もなく、教会や修道院などの一番象徴的な空間を気軽にに見学できます。この建物の西端にある海洋博物館[Museu de Marinha](5)には多くの航海用計器や大航海時代[Descobrimentos]のカラベルのレプリカをはじめとするコレクションを展示しています。こちらも同様にアクセシブルになっています。

Photo: Praça do Império - Mosteiro dos Jerónimos © Arquivo Turismo de Portugal
インペリオ広場[Praça do Império](8)では、庭園の周囲を散策するのがお勧めです。よくあるコールタール舗道や踏み固められた地面ですが、凹凸が目立つ箇所があります。トレードマークとなっている印象的な噴水は、夜にはさまざまな色のイルミネーションでライトアップされます。またこの広場では、ベレン文化センター[Centro Cultural de Belém](4)も訪れる価値があります。現代的な佇まいが印象的なこの建物はアクセシビリティ完全対応で、ベラルド美術館[Museu Arte Contemporânea]や各種テラスがあるほか、たくさんのプログラムや展示が行われています。
コースは鉄道線の反対側へと向かいますが、インド通り[Avenida da Índia]とブラジリア通り[Avenida Brasília]を結ぶ交差点はアクセシブルには対応していません。コースを継続し川へと近づく（すべて階段があります）には、他の交通手段を検討する必要があります。
鉄道線路の反対側には戦士博物館[Museu do Combatente](1)があり、壁沿いや階段を上る必要がある上の階を除けば広くゆとりがあり、移動が楽な場所です。そのすぐ近くには、広大なベレンの塔庭園[Jardim da Torre de Belém](3)があります。大切にされているレジャー空間で、世界遺産である塔の模型があります。すべての人により良く知ってほしいという思いから、点字による説明も設けています。しかし、建築上の構造から、体の不自由な人が塔内部へ入場するのは難しくなっています。

Photo: Padrão dos Descobrimentos - Torre de Belém © Arquivo Turismo de Portugal
発見のモニュメント[Padrão dos Descobrimentos](9)はこのエリアのもう一つの観光スポットですが、入口とテラスに階段があるため車いすの方は入場できません。それでも、15、16世紀の偉大な探検家たちに敬意を表するモニュメントの両側を飾る彫刻を鑑賞して頂けます。この航路は地面に描かれた巨大な「コンパスローズ（羅針図）」[Rosa-dos-Ventos]によって不朽のものとなりました。
このコース最後に訪れるのはMAAT – 美術・建築・テクノロジー博物館[MAAT – Museu de Arte, Arquitetura e Tecnologia](11)です。以前はテージョ発電所 [Central Tejo] として稼働しており、20世紀前半にリスボンの街全体に電気を供給していました。この博物館はこれまでの道よりも凹凸のある舗道で囲まれているため、より注意して移動する必要があります。博物館内のスペースは体の不自由な人にも対応しており、アクセシブルになっています。博物館では建物の構造を見学はもちろん、数多くのアクティビティも予定されています。期間限定の展示会に遭遇できればラッキーです。

リスボン - バイロ・アルト[バイロ・アルト]からカステロ[CASTELO]へ

地図を見ながらお勧めルートを歩く
リスボンの中心を知るには、お店やレストランでいっぱいのエリアであるバイロ・アルトからバイシャ・ポンバリーナ[Baixa Pombalina]を通ってサン・ジョルジェ城[Castelo de São Jorge]までを行くことをお勧めします。スタート地点はカモンイス広場[Largo de Camões]です。ただコースを開始する前に、広場を囲む場所をいくつかご案内したいと思います。今後またこの地を訪れる口実になるかもしれません。例えば、ミセリコルディア通り[Rua da Misericórdia]まで行くと、サン・ロケ教会・博物館[Igreja e o Museu de São Roque]があります。ここは宗教美術の真の宝を収蔵しています。アレクリム通り[Rua do Alecrim]の反対側の端にはカイス・ド・ソドレ[Cais do Sodré]があります。ここではリベイラ・ダス・ナウス [Ribeira das Naus]での散策などの他の楽しみ方もあります。川岸に沿って気持ちのいい散歩を楽しんでいると、テラスやレジャースペースのあるテレイロ・ド・パソ[Terreiro do Paço](またはコメルシオ広場)[Praça do Comércio]があります。非常に混雑するレストランとレジャー空間を統合して改装したリベイラ市場[Mercado da Ribeira]も楽しめます。そして、少し離れたところには通信博物館 [Museu das Comunicações](14)があります。全て体の不自由な方に対応した施設です。カイス・ド・ソドレでは、エスタサン・デ・カミーニョス・デ・フェーロ[Estação de Caminho-de-ferro]（鉄道駅）があり、ここから鉄道がカスカイス[Cascais]へと向かいます。テージョ川や海の美しい景色を眺めながらの旅を楽しめます。

Photo: Miradouro de São Pedro de Alcântara © Turismo de Lisboa
このコースのスタート地点に戻り、偉大なポルトガルの詩人像が主役のカモンイス広場からガレット通り[Rua Garrett]まで続きます。ロレート教会[Loreto]とサクラメント教会[Sacramento]の二つの教会が互いに向き合って立ち並んでおり、ここできっとあなたも元気を取り戻すことでしょう。教会に入るには階段を上る必要があり、入場は難しいでしょう。さらに行くと、フェルナンド・ペソア[Fernando Pessoa]像の近くにあるカフェ・ア・ブラジレイラ[Café A Brasileira]があります。このテラスでテーブルの写真を撮りたくなるはずです。右側のセルパ・ピント通り[Rua de Serpa Pinto]には国立現代美術館[Museu Nacional de Arte Contemporânea](12)があり、展示ではポルトガル芸術の発展の軌跡を振り返っています。美術館と同様にすべてのルートは完全にアクセシブルとなっていますが、通りに急な坂があるため歩くのが大変かもしれません。
ずっと下っていくと、マルティレス教会[Igreja dos Mártires](11)がありますが、エントランスに階段があるので車いすの方は入場できません。ガレット通りやカルモ通り[Rua do Carmo]に立ち並ぶ多くのレストランやお店も同様にアクセシブルではありません。ロシオ[Rossio](8)は路面が平坦な普通の舗道で歩道が低くなっているため容易に移動でき、噴水を十分に楽しむことができます。ドナ・マリアII世国立劇場[Teatro Nacional D. Maria II]のファサード、および「公海」をモチーフにしたポルトガル式舗道の石畳がまるで波のように見せてくれます。近くにある聖ドミニコ教会[Igreja de São Domingos](9)ならびにフィゲイラ広場[Praça da Figueira]はアクセシビリティに完全対応しています。

Photo: Rossio © José Manuel
コースはアウグスタ通り[Rua Augusta](7)へと続きます。すべて歩行者専用でアクセシブルな通りで、中心にあるテラスだけが障害物となっています。横に避けて移動する場合も特に問題はありません。このルートの終わりにはアウグスタ通りのアーチ[Arco da Rua Augusta](6)があります。行くことは可能ですが、景色を楽しむためにテラスに行くには狭い階段を上る必要があり、体の不自由な人はテラスに入りにくくなっています。その代わり、コメルシオ広場[Praça do Comércio](5)の平坦な道を散策し楽しむことができます。テージョ川[Tejo]を見渡すことができるこの場所は、ヨーロッパで最も美しい広場の一つとされています。アーケード下のスペースにはさまざまなレストランやテラスがあり、ゆったりとした食事を楽しめます。リスボン・ストーリー・センター[Lisbon Story Center]は見逃せません。ここは対話型のメディアを使用して街の歴史を知ることができる施設で、内部はアクセシブルに完全対応しています。観光案内所も入っており、参加性を保証する設備が整っています。

Photo: Praça do Comércio © Turismo de Lisboa
このコースの最後に訪れるのは、サン・ジョルジェ城[Castelo de São Jorge](1)です。バイシャ[Baixa]から頂上まで公共交通機関で行くことができますが、小さなバスや高い階段付きのトラムを利用することになります。そのため、体の不自由な人は行くことが困難となっています。ほとんどのコースではコンセイソー通りからのトラムの線路に従って進みます。急な坂道を登りマダレーナ教会[Igreja da Madalena](4)をはじめとする多様な観光スポットを見ることができます。マダレーナ教会には入口の段差や教会内部の障害物があり、入場が非常に難しくなっています。もう少し高いところへ上ると、ロマネスク様式の起源であるカテドラル[Sé Catedral](3)があります。こちらも入口に階段がありますが、内部にはゆとりがあり障害物もありません。さらに上へ行くと、誰もが問題なく街の素晴らしい景色を堪能できる見晴らしのよい場所が二か所あります。サンタ・ルチア展望台[Miradouro de Santa Luzia](6)とポルタス・ド・ソル展望台[Miradouro das Portas do Sol]です。ここから城に戻るには、アルファマ [Alfama]の急斜面で曲がりくねった通りを進まなければならないため、困難が伴います。このコースは体の不自由な方にとっては簡単なものではありません。このコースの場合はアクセシブル対応車両を使用した方がよいでしょう。

Photo: Sé de Lisboa © Turismo de Portugal ¦ RR
しかし、一人で城へ行く方法もあります。フランケイオス通り[Rua dos Fanqueiros]の170/178番の建物から乗れるリフトは体の不自由な方に対応しています。最初のリフトはアデリーノ・アマロ・ダ・コスタ広場[Largo Adelino Amaro da Costa]まで向かいます。ここでの唯一の難所は、チャオ・ド・ロウレイロ市場[Mercado do Chão de Loureiro]の近くにある二番目のリフトの入口まで、誘導線がない中で広くオープンなスペースを横断することです。リフトを去るときに、立ち寄る価値のあるもう一つの絶景ポイントに遭遇します。傾斜や凹凸のある舗装のあるコースの残り500メートルほどの距離を進む前に、街の全景を楽し

むことができます。
サン・ジョルジェ城(1)には傾斜台を使用して入場できます – ポルトガルの初代の王であるアフォンソ・エンリケス[Afonso Henriques]が12世紀にムスリムを打ち負かしたときに率いていたキリスト教徒が直面した入口よりもずっと容易に入れる入口です。内部はゆったりとしていて障害物も少ないため、ポルトガルの長い歴史の証人であるこのモニュメントを誰もが知ることができ、リスボンの最高の景色を堪能できます。

アクセシブルなリスボン国際公園

国際公園[Parque das Nações]はテージョ川の隣のエリアであり、1998年の世界博覧会に合わせて完全に改修されました。平坦で広く開いたスペースであり、舗道や多くの歩行者専用エリアもあり、安全かつ快適に移動できます。街のモダンエリアの一つであり、世界的に都市修復の一例として知られており、現代建築における名声ある建築家が署名した多様な建物があります。
地図を見ながらお勧めルートを歩く

ここでお勧めするコースはスペインの建築家サンティアゴ・カラトラバ[Santiago Calatrava]が設計したオリエント駅[Estação do Oriente]が出発地点です。インターモーダル輸送のプラットフォームであり、アクセシブルに完全対応している上、極めて美しく、ゴシック様式のアーチを思わせる垂直な線をもつ複雑な構造を鑑賞できます。

Photo: Parque das Nações © Arquivo Turismo de Portugal
ここから、コースはジョアン II 世通り[Avenida Dom João II]を横切り、インディコ通り[Avenida do Índico]に沿ってアラメダ・ドス・オセアノス[Alameda dos Oceanos]まで続きます。国際公園の端から端までを横断する長さおよそ2キロほどの通りです。あちらこちらに休息のできるスペースがあります。木々やベンチがあり、小さな湖から水しぶきがでていて夏の空気を冷やしてくれます。舗道にはでこぼことした凹凸がある場所もあります。訪れる際は駐車を防ぐ支柱（杭）や木の周りのくぼみに注意してください。予期しない障害物となる場合があります。
アラメダに到着したら、目を引く複数の建物に必ず気が付くでしょう。そのうちの二つが多くの人をこのエリアに引き付けています。建物内部は完全にアクセシブルです。反対には、地球外の船（UFO）を彷彿とさせる構造のアトランティック・パビリオン[Pavilhão Atlântico] としても知られているMEO アリーナ[MEO Arena](5)があります。ここはリスボン内でも大きなイベント会場の一つで、国際的に有名なアーティストのコンサートやショーなどが開催されています。そして左側には、リスボン国際見本市場[Feira Internacional de Lisboa](7)があり、ここでは各種フェアや貿易見本市が開催されています。

Photo: Parque das Nações - Pavilhão de Portugal © Arquivo Turismo de Portugal

右にあるのはポルトガル館[Pavilhão de Portugal]です。この誇り高き栄光の施設はポルトガルの有名建築家の二人 - シザ・ヴィエイラとソウト・デ・モウラによる高名な建築物でありエンジニアリングです。さらに少し先に進んだところにある、ドカ・ドス・オリヴァイス[Doca dos Olivais]の中心には、ヨーロッパ最大の海洋水族館(4)[Oceanarium]の一つがあります。さまざまな大陸の海洋環境が非常に正確に表現されていて、まるで航海の旅へ出ているかのように感じされてくれます。特別な支援が必要な人の受け入れも想定して建てられているため、全て完全にアクセシブルになっています。いくつかの言語で利用可能なオーディオ機器や見学をサポートするアシスタントや、視覚障がい者誘導のあるエリアもあります。また、オリヴァイス・ドックス[Doca dos Olivais]上の歩道からは川と国際公園の全景を眺めることができます。しかし、木製の表面は平坦ではないため移動の際は注意が必要です。

Parque das Nações - Oceanário © Turismo de Lisboa
近くには科学と技術のインタラクティブな博物館、知識のパビリオン[Pavilhão do Conhecimento](3)があります。建物内部は広く障害物もありません。点字での情報表示があり、手話ができるアシスタントも常駐しているので、すべての人にとってアクセシブルです。他に「アクセシブル」として分類されている公共スペースの中でも訪れる価値のある場所は、マリーナ国際公園[Marina Parque das Nações](1)と国立バレエ団 [Companhia Nacional de Bailado]の本部であるカモンイス・シアター[Teatro

Camões]です。一年を通してたくさんのプログラムが予定されています。

Photo: Pavilhão do Conhecimento © Paula Teles
いくつか庭園をお勧めするなら、多少の障害物がありますが水の庭園[Jardins da Água](2)です。他大陸の異なる土地からきたエキゾチックな植物が楽しめるパッセイオ・ダス・タジデス[Passeio das Tágides](6)やガルシア・デ・オルタ庭園[Jardins Garcia d ’ Orta]もお勧めです。こうした植物は15世紀、16世紀の大航海時代にポルトガルの探検家たちが発見したものです。

街とテージョ川を見渡すには、ケーブルカー[teleférico]がうってつけです。特別な対応が必要な人を受け入れることができる完全対応車両が4つあります。二つ駅がありますがいずれも完全にアクセシブルです。パッセイオ・デ・ネプトゥーノ[Passeio de Neptuno]の南、リスボン海洋水族館[Lisbon Oceanarium]の近くの駅と、そしてパッセイオ・ダス・タジデス[Passeio das Tágides]の北、ミリアッド・ホテル[Hotel Myriad]の隣にあります。

リスボン - お役立ち情報

バスとトラム
カリス - リスボンの公共交通機関で、体の不自由な人に対応したバス車両を所有しています。乗降用のランプやプラットフォームリフト（最新のバス）、広くゆとりのある車内、専用席、音声およびライトでの案内、点字表示の停車ボタンを備えています。
バス待合所には路線時刻表、価格、ルートマップがあります。次のバスまでの待ち時間を表示するディスプレイもあります。
最新のトラムは体の不自由な人のための設備を備えており、15番線はフィゲイラ広場[Praça da Figueira]とアルジェス[Algés]の間をベレン[Belém]経由で運行しています。
詳細はこちら: http://www.carris.pt/

リスボン メトロ
最近はアクセシビリティの面で改善を行っていますが、メトロの利用者にとって障害となるものがまだ残されています。
全てのメトロ駅がアクセシブルではないため、旅の計画段階で必須項目とともに最善の解決策を念頭にいれて、メトロマップを調べてアクセシブル対応の駅を確認することをお勧めします。
駅の自動券売機はアクセシブル対応です。特別な支援が必要な旅行者のために点字で情報を表示しています。駅のプラットフォームには音声および照明による案内があり、ポルトガルと英語でユーザーをサポートするシンプルな情報を提供しています。駅のプラットフォームとメトロの車両との間には隙間があるので、車両の乗降時は危険を避けるよう注意が必要です。
車内には体の不自由な人の専用席があり、各停車駅に関する音声および照明の案内があります。
詳細はこちら: http://www.metrolisboa.pt

鉄道
ほぼ全ての鉄道駅はアクセシブルであり、車両も体の不自由な方の専用席、乗降用のプラットフォームがあります。乗車中も音声と照明による案内から各停車駅を確認することができます。
リスボンのコースでお勧めのアクセシブル対応駅:
- ベレン駅[Belém]: 障害物がなく特別な支援が必要な方も利用できます。ただし、ブラジリア通り[Avenida de Brasília]とインド通り[Avenida da Índia]の間の交差点に階段があり、大きな障害となっています。
- ロシオ駅[Rossio]: 建物横にアクセシブル対応の入口があり、中はゆったりとしていて特別な支援が必要な方にも対応しています。
- オリエント駅[Oriente]: 国際公園まで行くことができ、特別な支援が必要な方に完全に対応しています。この駅はインターモーダル輸送プラットフォームであり、メトロとバスも通っています。

車両は、体に障がいのある方に十分配慮された広さがあります。プラットフォームからも乗車しやすく、車内空間は広々として、移動中も可聴化・可視化された通知で各停車駅を確認することができます。
ポルトガル鉄道[CP-Comboios de Portugal]は、SIM＝統合モビリティサービス[SIM - Serviço Integrado de Mobilidade]（インテグレーテッド・モビリティ・サービス）に関する情報を、年中無休・24時間、電話(+351) 707 210 746 (707 210 SIM)で提供しています。障がいのある方はこのサービスで、電車や駅のアクセシビリティ、乗車時・乗車中・降車時のサポート、その他の情報を確認できます。
詳細はこちら: www.cp.pt

タクシー
リスボンのタクシー会社は体の不自由な方が利用できる福祉車両を所有しています。お問い合わせ先:
- アウトタクシー・セラ ダグラ、Lda [Auto Taxis Serra D'Arga, Lda] – リスボン - www.taxisarga.pt
- アヴェントゥーラ・トランス [Aventura Trans] – リスボン – 917 219 594
- ジョルジェ・アルヴェス [Jorge Alves] – リスボン – 966 225 212
- タクシー・ベルキオル Lda および ビタル・タクシー [Táxis Belchior Lda.] [Vital Táxis] – リスボン – 962 702 272
- ビタル・タクシー [Vital Táxis] – 966 227 786 タクシー

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

- タクシー・マヌエル・ジョアン・アルメイダ [Táxis Manuel João Almeida] – リスボン 964 092 989