

## It's Time to Be

### について

#### It's Time to Be

家から出て旅行したいと夢見て、そんな欲望を抑えること1年を超え、私たちはとうとう前向きな瞬間にたどり着きました。全員の努力は無駄ではなかったのです。

#### サーフィンするときです

太陽と海を発見し、屋外を楽しみ、エクササイズをすることから始めます。海岸沿いに歩いてみて、ポルトガルが擁する多くのハイクオリティビーチの1

つを選んでみましょう。選ぶのは簡単ではありませんよ・・・なにせ372ものブルーフラッグビーチがあるんですから！

運動にも、散歩に行くにも、ドライブ、サーフィン、ボディボードにもよいでしょう。リラックスして日光浴しましょう。大切なのは海を感じることです！広い水平線と青い空があなたの気持ちを奮い立たせてくれます。自信を持って前進するときです。今こそ、ここにいるべきなんです！

#### 味わうときです

北から南まで、香り、食べもの、ワインを通じてポルトガルを発見しましょう。大西洋海岸上で最高の鮮度の魚；田園地方ではソーセージ、チーズそして美味しい肉料理；パンとオリーブオイルとハーブが主張するシンプルで、同時に洗練された地中海の食事。

ゆっくりと食事を楽しみ、人生の至福の時に乾杯しましょう。ポルトガル人であることは、テーブルを囲んで尽きせぬ会話を友と楽しむことでもあります。人生を楽しみ、味わうときです。今こそ、ここにいるべきなんです！

#### 歩くべき時

数時間かけて、あるいは時を置いて順番に[天然のトレイル](#)を探検したり、川沿いの散歩道を歩いて[川べり](#)で涼んだり、

今もなお住人がいる[群落](#)

の間を縫う古い小路を歩いたりしてみませんか？海を眺めながら漁師がいつも通る道をたどり、大西洋岸にそって歩いてみませんか？自然の中を歩くのは爽快なもの。何より張り詰めた気持ちを解放して心のバランスを取り戻すのによい方法です。

この際、コンパスやGPSは忘れて、[自然公園](#)

を探訪し、歩く道すがら見つけたものをじっくり眺める楽しさに身を任せてはどうですか？さあ、動き出し、家から出て、風と新鮮な空気を感じたくなつたでしょう。今こそ、ここにいるべきじゃないですか！

#### 足を伸ばすべき時

本土の小さい街や村々に戻り、思い思いに時間を過ごすことは素敵なことです！何世紀もわたり国境を守った城がある[石造りの村](#)や

[を訪れてみませんか？](#)

その場所のアート、工芸について知り、

その土地の産品を使って丹精込めて作られた食品の[伝統的な味](#)を発見する機会にしてみませんか？

[裏道の旅行プランをとって、ペースにあった旅行を風景とともに楽しんでみませんか？](#) [ポルトガル文化](#)、建築の秘密を解明すれば、

[ノウハウのアートを完成するの](#)

[に流れた時間がいかに価値のあるものだったかが窺えることで](#)

[しょう](#)

。興味の赴く場所に訪れ、そこにいる人と友達になってから旅立ちましょう。今こそ、失った時間を取り戻し、足を伸ばし、歴史を作るときです。今こそ、ここにいるべきじゃないですか！

#### 鼓舞されるべき時

既に知っている場所を趣向を

変えて探索し、貴方にとって本当に意味のあるものを再発

---

見ましょう。[リスボンやポルト](#)

のような古い街の一角をさまようもよし、見晴らしのよい高台に上り、川に降り、夕方にそよ風を感じ、大西洋に向かって日が落ちるのを眺めるのもよし。

[都会のアート](#)が古い建物をどれほど息づかせるかを発見したり、[博物館にある小さくも大きな秘宝](#)

[ショーやコンサート](#)に繰り出すのもいいですね。さあ新しい冒険のプランを練るときです。想像してみませんか！