

## ポルトガルの村と町

### について

#### ポルトガルの村と町

サイズは小さな村ですが、提供している価値は大きい。ポルトガルの村や町は、平和と平穏が見つかる場所です。私達の息づかいを捉え、懐かしい思い出に帰り、そして人生で本質的に大切なことやシンプルなものの美しさに重点を置くには理想的な場所です。

#### 時間が大きい



Monsaraz, Évora

時間・・・昔は本当に沢山の時間があったけれど、今や全てのことをするには時間が足りないと感じることでしょう。これらの場所には、時間にはもう1つの価値があります。屋外活動を楽しみ、ハイキングに行き、水泳に行き、カヌーに行き、急がずにただ本を読んだり、風景、人々、味といった周囲にあるものを鑑賞したりできます。

お勧めの訪問地：アレンテージョ地方にあるモンザラス（Monsaraz）とアルケヴァ（[Alqueva](#)）湖の周りの村々、マルヴァオン（[Marvão](#)）、エヴォラモンテ（Évoramonte）；ペネダ・ジェレシュ（[Parque Nacional da Peneda-Gerês](#)）自然公園の村々；アルコシュ・デウ・ヴァルデヴェズ（Arcos de Valdevez）の近くにあるシステロ（Sistelo）。

#### 静けさが大きい



Cerdela, Coimbra

数日間都市の喧騒から離れて自然の静けさに戻るとは素晴らしいことです！そして日の出とともに鳥、暑い日々の蝉、涼しい夜の  
コオロギ、木の葉、そしてそよ風をただ耳を澄ませましょう。

村に滞在し、貴方の内なる声に耳を傾ける機会を作り、貴方を本当に幸せにすることを再発見しませんか。

お勧めの訪問地：片岩の村々 ([Aldeias do Xisto](#))、アロウカ ([Arouca Geopark](#)) ジオパーク / マジックマウンテンの村々 ([Montanhas Mágicas](#))。

**歴史が大きい**



Belmonte, Guarda

町々や村々である一方、城や壁、征服の物語、王と王女の物語があります。歴史的な村々は戦略的な場所に位置する特別な場所です。村々は、遺産としての小さな財宝を守っており、そこには何世紀も保存されてきた芸術作品を見いだすことができます。学問的な意味での芸術の中心からは離れていますが、伝統やノウハウを受け継いでいる地方の職人の作品も保存しています。

お勧めの訪問地：歴史的な村々をいくつか挙げるだけでも、ベルモンテ (Belmonte)、アルメイダ (Almeida)、マリアルヴァ (Marialva) またはカステロ・ロドリゴ (Castelo Rodrigo) があります ([Aldeias Históricas](#))。

**味覚が大きい**



Lamas de Olo, Vila Real

村々を訪れて驚くべきことの1つは、郷土の産品で作られた伝統的な本物の味覚を見つけることです。メニューは、古来の料理法を知っている人達が作った一品一品で構成されていることもあれば、より洗練された味に合った料理法を復元したい人達が作った一品一品で構成されていることもあります。村々でのグルメな体験をすることは、ある意味発見で、良い思い出と戻ってきたいという強い願望が残ります！世代から世代へ受け継がれる調理法や味付けは勿論のこと、焚き木のオーブンで焼いたパンの香りがどれほど別物になるのかわかります。

お勧めの訪問地：ラマシュ・ドウ・オロ（Lamas de Olo）；アルヴァオン自然公園の村々（[Parque Natural do Alvão](#), ヴィラ・レアル）。

**魂が大きい**



Videmonte, Guarda

村々は、時間を失った場所のように感じられ、誰かに発見してもらうためにいつも待っている場所です。そこで暮らす人々は、伝統を守り、知を共有し、その場所に活気づけ、訪れた人々を両手を広げて歓迎しています。寛大な心を持つ素朴な人々で構成されたこの人間的な側面こそが、実はポルトガルの村々の偉大なる豊かさの1つと言えます。

お勧めの訪問地：ポルトガル中部地域の山村 ([Aldeias de Montanha](#))；モンテシーニョ ([Parque Natural do Montesinho](#)) 自然公園の村々。

**スペースが大きい**



Ponta do Sol, Madeira

沿岸の村々と町々には漁師の物語と海での暮らしがある一方、広い水平線と青い空がある小さな隠れ家もあり、新しい生き方を選ぼうという衝動に駆られます。充電したりリモートで働くことを選べたりする場所で、プライベートライフとワークライフを組み合わせたより質の高い時間を過ごせます。そしてもちろん、ビーチに行き、美しい海のそばを歩き、大西洋岸の鮮魚を味わう楽しみをお忘れなく。

お勧めの訪問地：マデイラ ([Madeira](#)) のポント・ド・ソル (Ponta do Sol) ;

アレンテージョの南西部ピンセンティン海浜自然公園にある漁村群、西海岸の漁村群 (リスボン北部の西海岸に沿った地域, [Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina](#))、アゾレス諸島の小さい町々；北部海浜自然公園；サン・ジャシント・デュネシュ ([Parque Natural das Dunas de São Jacinto](#)) 自然公園。

ポルトガルの村々や町々を訪れて胸いっぱいになっておうちに帰りましょう。