

## 中部地方の海岸に行く

について



写真: Turismo Centro de Portugal

### 中部地方の海岸に行く

山の斜面に囲まれ、砂丘と松林で保護されている広い砂浜。細かな砂と藍色の波立つ海。これこそが中部地方の海岸です。フィゲイラ・ダ・フォス (Figueira da Foz) からエスモリス (Esmoriz) へ延びる海岸に沿って車で走ると、素晴らしく美しい風景を眼にすることができます。

#### フィゲイラ (Figueira) からミラ (Mira) まで

活気に溢れ陽気なフィゲイラ・ダ・フォス (Figueira da Foz) は、主要なホリデーリゾートの1つです。長く延びる砂地では、サッカーやバレーボールなど、さまざまなアクティビティを楽しめます。他にも、貴族がその優美なホールを埋め尽くしていた19世紀後半から名を知られるようになったカジノがあります。今日、この街ではサーフィンをはじめモーターボート、ヨットやビーチラグビーなど多くのスポーツイベントが開かれ、そのコスモポリタンのフィーリングが失われることはありません。サイクリング、ローラースケートはその散歩道がどんな天気でも楽しめます。その道は、モンデゴ岬 (Cabo Mondego) から吹き上げる北風から守られているバルコス (Buarcos) ビーチまで延びています。

林道を通ると別のビーチに出ます。小さな家々が並ぶ魅力的な村、クアイオス (Quaios) です。北方にはヴェラ (Vela) とブラサス (Braças) のラグーンがあり、ピクニックを楽しみながら水鳥の観察ができます。さらに進むとトーシャ (Tocha) ビーチがあります。ここでは、古いパレリエイロス (palheiros) の精巧な建築物を堪能してください。これは松の支柱の上に建てられた小屋で、地元の木材を使って漁師たちが建てたものです。これらは漁師の道具の保管庫として使用されていました。そして今日ではその多くが休暇施設になっています。野生的でほとんど砂漠のようなパリエイラオン (Palheirão) ビーチにまで黄金の砂地が広がっています。松林で囲まれた手付かずの自然の傑作です。



Praia de Mira

林道を進むと、20世紀初頭までは小さな漁村だったプライア・デ・ミラ (Praia de Mira) に出ます。こことヴァベイラ (Vagueira) ビーチでは、網漁が現在も行われています。このビーチでは、カラフルなボートが伝統的なトロール漁を行っています。かつては牛をくびきにかけていましたが、現代ではトラクターが網を砂浜にまで引っ張ります。

#### アヴェイロ (Aveiro) 周辺

コスタ・ノヴァ (Costa Nova) ビーチでは、風変わりな木製の漁師のパレレイロス (palheiros) が明るい色合いの縞模様に塗られています。誰でも記録したくなる絵葉書のようなイメージです。この国で最も高い、100年の歴史を持つ灯台のあるバーラ (Barra) ビーチは、アヴェイロの潟 (Ria de Aveiro) と海の合流点で、アレアーオ (Areão) の南から数キロ続く狭い土地の先端です。河口の端近く、内陸部深くにあるとはいえ、イリャヴォ (Ílhavo) は、冷たいニューファンランド海でのタラ漁において重要な役割を果たしてきた人々を通して海とつながっています。この古い歴史は、イリャヴォ海洋博物館 (Museu Marítimo de Ílhavo) に記録され、また現地の料理にも十分映し出されています。



Costa Nova © Turismo Centro de Portugal

陸と海が1つになったような独特のイメージを持つアヴェイロ (Aveiro) は、支流が家々の間を通過して無数の運河につながる河口により侵食されています。ボートで河口を渡ると、完璧に保護された海岸沿いの広大な区域、サン・ジャシント砂丘自然保護区 (Reserva Natural das Dunas de São Jacinto) に到着します。ここは自然観察にうってつけで、特に水鳥はここに避難して営巣しています。もう1つの素晴らしい景勝地、サン・ジャシント (São Jacinto) ビーチは、まさに野生的で延々と続く砂地です。

#### トレイラ (Torreira) からエスモリス (Esmoriz) まで

北方のトレイラ (Torreira) ビーチは、海から河口を隔てる海岸線の一部でもあります。サン・ジャシント (São Jacinto) ビーチからフラドウロ (Furadouro) ビーチまで、25キロの連続した完璧な砂地です。ここでは、ビーチやウォータースポーツを楽しみたい人々にとって選ぶのに困るほどの選択肢があります。波の荒い海はサーフィンに最適。もう一方の静かな河口では、ヨットやウィンドサーフィンを楽しむのに理想的です。



Praia da Torreira

オバール (Ovar) は内陸に数キロ入った場所にあり、パン・デ・ロー (pão-de-ló) (スポンジケーキの一種) で有名で、それだけでも回り道する価値があります。この料理で、魚が名物である地域の美食が完成します。こうしたビーチには他にも北部のコルテガーサ (Cortegaça)、エスモリス (Esmoriz) などがあります。小規模な漁業の伝統が今でも生きており、テーブルに美味しい料理を運んでくれます。例えば、典型的なウナギのマリネや蒸し焼き。そして美味しい新鮮な魚がさまざまな方法で調理されます。この海岸を旅するなら、ぜひお立ち寄りになることをお勧めします。

#### 絶対のお勧め

- > フィゲイラ・ダ・フォス (Figueira da Foz) の砂地でスポーツを楽しむ
- > 海を臨むテラスで魚のグリル料理に舌鼓
- > モリセイロ (moliceiro) (この地方で典型的なボート) に乗ってアヴェイロの潟 (Ria de Aveiro) に出る
- > サン・ジャシント砂丘自然保護区 (Reserva Natural das Dunas de são Jacinto) で水鳥を観察
- > ミラ (Mira) またはヴァベイラ (Vagueira) ビーチで、港に戻る漁船を眺める
- > オバール (Ovar) のパン・デ・ロー (pão-de-ló) を味わう