

## リスボン (Lisboa) 南部の城とビューポイント

について



写真: Rui Rebelo

### リスボン (Lisboa) 南部の城とビューポイント

リスボンにほど近いセトゥーバル (Setúbal) 半島は、比べるものがないほどの美しさを誇る場所を提供しています。家族での外出だけでなく、恋人たちがロマンティックな時間を過ごすのに理想的な場所です。

4月25日橋をセジンプラ (Sesimbra) 方面にわたり、エスピセル岬 (Cabo Espichel) に続く方向に進みます。岬に到着すると、ポツンと立っている岬の聖母 (Nossa Senhora do Cabo) 教会に眼を奪われるでしょう。ここは海について深く思いを寄せる場所であり、右手、西岸にはコスタ・ダ・カバリカの長い化石の断崖が見えます。

セジンプラ (Sesimbra) 城に登ってみましょう。ビーチに向かう前に、この南向きのビューポイントから入り江の眺望を楽しんでください。水平線にはカラフルな漁船が浮かんでいます。

絶好の海水浴日和であってもなくても、ビーチは散策する価値があります。ポルティーニョ・ダ・アラビダ (Portinho da Arrábida)、ガラポス (Galapos)、そしてフィゲイリーニャ (Figueirinha) を通って、アラビダ自然公園 (Parque Natural da Serra da Arrábida) の中の散歩を楽しみましょう。

近郊のヴィラ・ノゲイラ・デ・アゼイタオン (Vila Nogueira de Azeitão) はワインの製造で有名です。有名なワインセラーの1つでモスカテル (Moscatel) を是非ご賞味ください。典型的なバターのような口当たりのチーズをお供にどうぞ。

パルメラ (Palmela) では、新しいビューポイントが現在ポザーダになっている城の中でお待ちしています。ここから日没を眺めながら素晴らしい夜を楽しめます。

最後に、セトゥーバル (Setúbal) に到着します。現在はサン・フィリペのポザーダ (Pousada de São Filipe) になっている城から、サド川河口自然保護区 (Reserva Natural do Estuário do Sado) を臨む素晴らしい景観を楽しめます。海に近いため、この市は大航海時代に栄えました。この隆盛を誇った時代は、サン・ジュリアン教会 (Igreja de São Julião) とジェズ修道院/セトゥーバル博物館 (Convento de Jesus/Museu de Setúbal) の中に反映されています。これらにはこの市の最も古い地区から歩いてたどり着けます。トラバーリョ・ミシェル・ジャコメッティ美術館 (Museu do Trabalho Michel Giacometti) と、川に面したレジャー地区であるアルバルケル都市公園 (Parque Urbano de Albarquel) にも是非足を運んでください。ここからは、河口と、反対側にトロイア (Troia) の複合施設が見えます。

日中は、イカのフライ、魚介類のグリルなど、セトゥーバル (Setúbal) 地区の名物料理に舌鼓をうつ絶好の機会でもあります。また、モスカテル (Moscatel) もお勧めです。こうして最高の方法で旅行を締めくくりましょう。

#### 絶対のお勧め

> セトゥーバルの名物の1つ、イカフライをいただく

- > セトゥーバル産のモスカテルのボトルを買う
- > アラビダ丘からの景観を楽しむ
- > セジンプラ (Sesimbra) でドライブ
- > カボ・エスピセル (Cabo Espichel) からの景観を楽しむ
- > イルカウォッチングのボートツアーに参加する

### アラビダ (ARRÁBIDA) でのロマンス

素晴らしい山と海の景観が楽しめるアラビダ (Arrábida) は、ロマンティックな週末を過ごすのうってつけです。

リスボンから50km足らずの距離に、自由に静かなのんびりした散歩を楽しんだり、テラスで夕べの時間を過ごせる自然公園があります。セトゥーバルのサン・フィリペ (Forte de São Filipe) 要塞、そしてその中世時代の夏の夜は、一考する価値のあるアイデアです。海辺でロマンティックなディナーが最も静かな時間になるでしょう。アゼイタオン (Azeitão) のトルタス・デ・オヴォス (エッグタルト) と「エッセ」(シナモンのビスケット) で甘く締めくくり、甘くフルーティなモスカテル (Moscatel) をお供にするのもお忘れなく。

または、アラビダ丘のふもとへのビーチの澄んだ海水に身を躍らせ、元気いっぱいに過ごすこともできます。これらは、カヌーやダイビングにもうってつけの環境です。何ととっても、ユニークな特徴を持った、ポルトガルの海岸の海洋保護区の中にあるのです。

丘の中腹の途中まで登ると、現在はフンダサオン・オリエンテが所有しているアラビダ修道院 (Convento da Arrábida) が見えます。海を臨み、緑地の真ん中に小さな礼拝堂を持つこの修道院は、瞑想のためのオアシスです。

### お役立ち情報

アラビダ修道院 (Convento da Arrábida) への見学は事前の予約が必要です。www.foriente.pt までお問い合わせください。

### 行き方

リスボンから4月25日橋経由、またはヴァスコ・ダ・ガマ橋経由で50km

定期運行の電車 (www.fertagus.pt) とバス (www.tsuldotejo.pt) もあります。

双胴船とフェリーがセトゥーバル (Setúbal) とトロイア (Troia) 間を定期運行しています。詳細は www.atlanticferries.pt をご覧ください。