

# 都市

世界遺產



[www.spain.info](http://www.spain.info)



# カンタブリア海

大西洋



地中海

## 目次

はじめに	3
世界遺産都市	5
歴史ある食文化	38
世界遺産都市で季節の祭りを味わう	41
世界遺産都市の豊かな自然	45
世界遺産都市でパラドールに泊まる	48
世界遺産都市のバリアフリーへの取り組み	52

産業観光商務省  
発行: © Turespaña  
制作: Lionbridge  
NIPO: 086-18-021-X

無料提供版

このパンフレットは細心の注意を払って制作いたしましたが、もし誤りがございましたら、[brochures@tourspain.es](mailto:brochures@tourspain.es) までメールでお知らせください。今後の改善の参考にさせていただきます。

表紙: イビサ島、バレアレス諸島  
裏表紙: アールヌーヴォー・アールデコのカサ・リス美術館、サラマンカ写真: 世界遺産都市





ユネスコによって認定された世界遺産の数が、世界第3位を誇るスペイン。その象徴とも言えるのが、15の世界遺産都市です。これらの世界遺産都市を巡ってみませんか？千年もの歴史ある豊かな文化、歴史、建築、暮らしなどを発見する、忘れられない旅をお楽しみください。ユネスコの世界遺産は、過去から受け継いだ価値ある遺産であり、これからも大切に保存し、次世代に伝えていくべき人類の宝です。

トレドは、歴史的にイスラム教、ユダヤ教、キリスト教が共存してきた場所です。サラマンカは、世界でもっとも古い大学の一つがあることで知られ、街の通りやモニュメントからスペインの歴史に触れることができます。コルドバでは、まるで絵画のように美しい歴史地

区を散策し、街の至宝であるイスラム芸術の結晶、メスキータをご見学ください。

古代ローマが遺した遺跡は、メリダとタラゴナで見ることができます。円形闘技場、競技場や円形劇場など数多くの建築遺跡を散策しましょう。セゴビアでも土木工学の傑作を目にすることができます。古代ローマの水道橋はヨーロッパでも保存状態がもっとも良い水道橋の一つです。壮大なアビラの城壁と、カセレスの石畳の道や中世の要塞、立ち並ぶ塔は、訪れる人々を中世へといざないます。

アルカラ・デ・エナーレスはセルバンテスの生誕地であり、ヨーロッパ最古の中庭の劇場があります。サンティアゴ・デ・コンポステーラではロマネスク様式、ゴ



シック様式、バロック様式の宝の数々を目にすることができるでしょう。それ以外に、ぜひ訪れておきたい世界遺産都市としては、ウベダとバエサがあります。その宮殿とルネサンス様式の教会は、見る人に深い感動を与えます。クエンカでは、自然の中に完全に溶け込んだ宙づりの家に驚かされることでしょう。

島々でも、素晴らしい文化に触れることができます。テネリフェ島のサン・クリストバル・デ・ラ・ラグーナの街の通りでは、イスパノアメリカの都市の街並み

の原点とも言える風景に出会うことができるでしょう。そして、地中海にあるバレアレス諸島のひとつイビサ島は、周囲を城壁に囲まれた街並みに点在する魅力的な自然や文化遺産がユネスコに認定されました。

それぞれの世界遺産都市で、芸術や建築の至宝を鑑賞していただき、郷土料理を楽しみ、スペインの歴史や慣習を身近に感じていただけられることでしょう。さあ、世界遺産を訪ねる旅に出てみませんか？



▲ エイビッサーイビサ島  
バレアレス諸島



# 世界遺産都市

## アルカラ・デ・エナーレス

マドリッドからほど近いこの都市は、セルバンテスが誕生したことで知られ、スペインの歴史を色濃く感じることができる場所です。大学都市であり、多くの宮殿がある輝かしい歴史を刻む都市として、晴れた日にのんびりと散歩するにはぴったりです。静かな通りや昔ながらのタベルナ（食堂）をお楽しみください。

マドリッド州地域考古学博物館は旧マドレ・デ・ディオス修道院の中にあります。ここから散策を始めましょう。先史時代から現在に至るまでの時空の旅を通じて、最初の人類、ローマ帝国時代、そして中世の人々の生活がどのようなものだったのか学ぶことができます。

「アルカラ」の語源とも言われるローマ帝国都市コンプルトゥムの考古学遺跡を訪れるのもお忘れなく。ここでは、公共広場、公共浴場、市場やグリフィンの家跡を目にすることができます。多くの歴史を秘めたこの都市を知るには、ガイドによるツアーがおすすめです。

アルカラ・デ・エナーレスは、名高いコンプルテンセ大学が創設された後に最盛期を迎えました。大学やサン・イルデフォンソ学院を見学して、美しい回廊や中庭のある5世紀の建築の素晴らしさを堪能してください。政治的、文化的に重要なイベントが開催される講堂では、スペイン語による最高峰の文学賞の一つであるセルバンテス賞の授与式が執り行われます。







写真: 世界遺産都市

▲ ドン・キホーテとサンチョ・パンサの像

アルカラ・デ・エナーレスは、文学の世界でよく知られている街です。ここでは、有名な**ドン・キホーテ (El Quijote)**の作者、**ミゲル・デ・セルバンテス**が生まれた街です。

その近くには、中庭でラテン語、ギリシア語、ヘブライ語の3か国語の授業が行われているサン・ヘロニモ学院があります。パラドールネットワークにも属している学生用宿泊施設に泊まることもでき、カスティージャの郷土料理をお楽しみいただけます。

街の城壁の一部は、かつて王族や大司教の住居として使われていたアルソビスパル宮殿の外壁へとつながっています。この地を11月に訪れることがあれば、ぜひ中央中庭で行われる「ドン・ファン・テノーリオ」(Don Juan Tenorio)を観劇することをお勧めします。スペイン黄金時代の代表的な作品です。

17世紀のカスティージャ地方の典型的な住居であるセルバンテス生家博物館では、セルバンテスの作品のコレクションを目にすることができます。近くにはセルバンテス広場があり、中庭劇場コラル・デ・コメディアスでは、ロペ・デ・ベガやカルデロン・デ・ラ・バルカなど、スペインの古典演劇を代表する劇作家の作品が上演されています。その周辺には、市庁舎、「Los Universos de Cervantesセルバンテスの世界」研究センターや、サンタ・ウルスラ修道院などもあります。



マヨール通りのアーケードを抜けて、歴史あふれる都市の散策を続けましょう。ゴシック様式が美しい聖フストと聖パストール大聖堂が見えてきます。大聖堂の鐘楼や、市内の建物の屋根では、コンプルテンセ市を象徴する鳥、コウノトリの巣を目にすることでしょう。

マドリードからアルカラ・デ・エナーレ

スへ向かう場合、アトーチャ駅発のセルバンテス列車をぜひご利用ください。車内では、役者たちが「ドン・キホーテ」(Don Quijote de La Mancha)の有名なエピソードを演じ、楽しませてくれます。

① 詳細はこちらをご覧ください。

[www.turismoalcala.es](http://www.turismoalcala.es)



## アビラ

中世の姿を残しているこの街の美しさを堪能するには、街の完全なパノラマを見ることが出来る郊外の宗教モニュメント「ロス・クアトロ・ポステス」からの夕日が最高です。外から見てもこれほど美しいのですから、街の中は言うまでもありません。賑やかな大市場、タパスをつまめるバルなどを思う存分楽しみましょう。



▲ アビラ

アビラを象徴するのが、中世の城壁です。これは世界で最も保存状態の良い城壁のひとつです。城壁をぐるりと辿り、鋸壁や守備塔などを見学しましょう。城壁内部には4カ所からアクセスすることができ、そのうち1カ所は身体の不自由な方でもご利用いただけます(橋の門)。

城壁内部に足を踏み入ると、教会や修道院、ルネサンス様式の宮殿などが集まる歴史地区が広がっています。それらの多くが、繊維産業によって街が栄えていた16世紀に建てられたものです。

主要な入り口ののひとつは、スペインにおける最初のゴシック様式建築とされるサルバドール大聖堂へと直結してい

るレアレス門です。まるで要塞のような飾り気のない大聖堂は、闘いの情熱と、アビラ独特の宗教的熱情が融合した建築です。中では、大聖堂博物館や貴重な宗教美術のコレクションを見学することができます。

市内には、かつて貴族の居宅として用いられていた数多くのルネサンス様式の大邸宅のあるペドロ・ダビラ広場など、中世の雰囲気漂わせる場所が点在しています。実際、この都市の正式名称が「アビラ・デ・ロス・カバジェロス(騎士の街アビラ)」と言うことからよくわかります。ベラダ邸、バルデラバノス宮殿、ヌニェス・ベラ宮殿やダビラ宮殿などをぜひ見学ください。



近くには、現在州議会が置かれているグスマンの塔があります。メルカド・チコ広場まで来れば、もう街の中心です。ここでは古代ローマの時代に公共広場があった場所です。市庁舎やサン・ファン・パウティスタ教会の美しいファサードにはきっと感動させられることでしょう。広場の周りにあるレストランで、アビラ名物の巨大ステーキのチュレトン、肉のロースト料理、バルコ産のインゲン豆などをぜひおためしください。デザートには卵黄と砂糖で作ったジエマというお菓子をどうぞ。または、人気のタパスを楽しみながら、ビールやワイングラスを傾けるのもおすすめです。

アビラは、スペインの県都の中で最も標高の高い都市です。その長い歴史のなかで、アビラはサン・ファン・デ・ラ・クルスやサンタ・テレサ・デ・ヘススなど、スペインの著名な神秘主義作家を生み出してきました。アビラの人々が「聖人」と呼ぶその人物について詳しく知るには、エンカルナシオン修道院を訪れましょう。ここでは、信仰のあつかったサンタ・テレサがその人生の多くを過ごした場所です。

城壁の外では、堂々とした佇まいが印象的なデアネス邸がおすすめです。ここでは現在アビラ博物館となっており、考古学、民俗学、美術の魅力的なコレクションを目にすることができます。また、マルケス・デ・サント・ドミンゴ通りにある、陶器工房の跡が残された中世以降の窯を訪問するのも興味深い体験です。さらに城壁の外を北部へ向かうと、古いユダヤ人の墓地が発見された場所に、セファラー庭園があります。

カトリック両王時代に完成したサント・トマス王立修道院でアビラを知る旅を終えることにしましょう。異端尋問機関、そして大学として機能したかつての王族の建築物は、現在東洋芸術美術館になっています。千年を超える長い歴史を持つこの都市を、ロス・クアトロ・ポストの展望台から眺めて旅を振り返りましょう。中世の城壁の風景として、これに勝るものはないほど素晴らしい景観が広がっています。

① 詳細はこちらをご覧ください。  
[www.avilaturismo.com](http://www.avilaturismo.com)







写真: 世界遺産都市

## バエサ

このアンダルシアの都市の魅力は、堂々と佇む大聖堂の塔を遠くから眺めるだけでも一目瞭然です。この美しい城壁都市を歩けば、一歩一歩が新しい発見でいっぱいです。歴史や芸術の雰囲気あふれる通りや建物、広場など、みごとなモニュメントが訪れる人を迎えます。

◀ バエサ



遠い昔から、バエサに暮らす人々はイベリア人、ローマ人、西ゴート族、イスラム教徒と変遷してきました。16世紀から17世紀にかけて、この街は教会や教育の中心地となり、スペインのルネサンス文化が花開いた重要な場所として全盛期を迎えました。

巨大な石製の噴水が印象的なサンタ・マリア広場と、聖母マリア生誕大聖堂から散策を始めましょう。サン・フェリペ・ネリ教会やハバルキント宮殿など、見逃せない建築が数多く集まるエリアです。宮殿の正面には、アンダルシア地方で最も保存状態の良いロマネスク様式建築のサンタ・クルス教会や、旧大学もあります。旧大学では、アントニオ・マチャードが詩を教えていた教室を見学することができます。

また、ライオンの噴水が印象的な、美しいポプロ広場は必見です。ここには、現在は観光案内所となっているポプロの家と旧肉屋があります。街の象徴ともいえるこの広場を囲むのは、イスラム教徒に支配されていた時代に、街を守っていた古い城壁跡のビジャラール門とハエン門です。

少し歩けば美しい庭園のあるコンステイトゥション広場です。地元の人々が散歩したり、待ち合わせ場所として利用したりする憩いの場で、昔の職人たちのギルドがあったアーケードに隣接しています。代表的なモニュメントとしては、アルオンディガやバルコン・デル・コンセホ、星の噴水などが挙げられます。



写真：世界遺産都市

▲ ハバルキント宮殿

千年を超える歴史に想いを馳せるなら、セロ・デ・アルカサル<sup>1</sup>の考古学遺跡を訪れましょう。アンダルシア地方の美味しい食文化を堪能するなら、賑やかなスペイン広場<sup>2</sup>がおすすめです。ぜひ、タラのトマトと松の実ソースを味わってみてください。デザートには胡桃とジャムのケーキをどうぞ。

① 詳細はこちらをご覧ください。  
[www.ubedaybaezaturismo.com](http://www.ubedaybaezaturismo.com)



## カセレス

エクストレマドゥーラ州に位置するこの街と、中世の面影を色濃く残す歴史地区は、どの季節に訪れても快適に観光を楽しむことができます。旧市街の美しい石畳の路地を散策し、要塞住宅やルネサンス様式の宮殿を見学しましょう。夜になると、街やモニュメントが美しくライトアップされます。まるで時を超えたような、忘れられない体験を味わってください。実際に、この街は数多くの映画やテレビの撮影の舞台となっています。

カセレスはその邸宅や宮殿の外観にある数多くの紋章から、1001の盾の街とも呼ばれます。

旧市街は、ローマ帝国とアラブ人が建設した城壁によって2つに分かれており、城壁にある守備塔の多くは今も保存されています。目を引くブハコの塔があるマヨール広場から散策を始めましょう。その鋸壁からは、街を見渡すみごとな眺望をお楽しみいただけます。

壮大な階段をのぼると、城壁のメインの入り口である星の門が見えてきます。まるで中世のような旧市街に入ると、歩みを進めるごとに宮殿や大邸宅が姿を現します。静かで細い路地は、これらの素晴らしい建築を鑑賞するのにぴったりです。

▼ カセレス







▲ ロス・ゴルフィネス・デ・アバホ宮殿

宮殿に囲まれたサンタ・マリア広場には、15世紀に建てられたゴシック様式のサンタ・マリア大聖堂があります。この聖堂にあるプラテレスコ様式の美しい祭壇画はぜひご覧ください。広場の周りには、市内で最も大きいマヨラルゴ宮殿やカルバハル宮殿などがあります。建物の角にバルコニーを設置する独特の様式にご注目ください。樹齢400年を超えるイチジクの木がある魅力的な中庭もお見逃しなく。

ほど近い場所には、ゴルフィネス・デ・アバホ宮殿があります。この宮殿のルネサンス様式のファサードには、ゴシック様式とムデハル様式が取り入れられており、5世紀以上も前、この地にカトリック両王が宿泊していたといわれます。

カセレスの城壁の内側にある、多くの興味深い場所の中でも、特筆すべきがベラタス宮殿です。中にはかつて使わ

れていた水だめがあり、現在はカセレス博物館となっています。

また、先史時代について学ぶなら、マルトラビエソ洞窟研究センターもおすすめです。圧巻の彫刻や洞窟壁画を目にすることができるでしょう。

カセレス散策の締めくくりには、ぜひカセレスの守護聖母を祀っているビルヘン・デ・ラ・モンターニャ教会を訪れてみましょう。この記念碑的な都市を一望できる眺望をお楽しみいただけます。

カセレスではさまざまな体験ができます。たとえば熱気球に乗って、カセレス上空の旅を楽しむ冒険はいかがでしょう？ また、夜間に行われるドラマチックなツアーもあります。楽しく街の歴史を学ぶのにぴったりの、他では見られない個性的なイベントです。







## コルドバ

コルドバはきわめて古い歴史のある街です。東西の中間に位置し、中世には当時の偉大な科学者、哲学者、天文学者、数学者が集うヨーロッパの大都市として、文化や政治における主導的な立場にありました。

アンダルシアの街でも最高の美しさを誇る風景を眺めるために、ぜひカラオラの塔を目指しましょう。魅力的なこの街の序章ともいえる景色をご堪能ください。そこにはアル・アンダルス博物館があり、ユダヤ人、キリスト教徒、イスラム教徒の3つの文化が共存していた時代について学ぶことができます。

ローマ橋を渡ってグアダルキビル川を渡ると、橋の門から市内に入ることができます。そこからすぐ近くには、この街の象徴でもあるメスキータがあります。アクセスは免罪の門（プエルタ門）からどうぞ。内部に二色の無数のアーチ状の柱がまるで森のように立ち並ぶ様子は、まさに圧巻です。中に入る前には、オレンジの庭もぜひご堪能ください。ゴシック様式、ルネサンス様式、バロック様式が混在するカトリック大聖堂は、モスクの中心に位置しています。

メスキータ見学を終えたら、白い石灰が印象的な家が立ち並ぶユダヤ人街の、石畳が続く路地を散策するのはいかがでしょうか？コルドバラしさを味わうことができる風景です。アンダルシア地方に現存する唯一の中世のシナゴグを訪ねることもできます。この辺りでは、コルドバでも最古のパティオを目にすることができるでしょう。毎年5月初旬には、世界無形文化遺産であるパティオ祭りが開催されます。



写真：世界遺産都市

▲ メスキータ

アルカサル・ビエホ地区では、自由に見学できるパティオや、ガイドとともに入ることのできるパティオなど、さまざまな中庭を鑑賞することができます。一般公開の時間帯については、事前にご確認ください。

キリスト教徒の王たちのアルカサルもぜひ訪れておきたい場所です。かつて要塞だったアルカサルでは、アメリカ大陸発見の謁見が行われました。庭園はアラブ文化の影響のが色濃く、至福そのものを表現しています。同じ広場にあるコルドバ王立厩舎では、馬術ショーを鑑賞することができます。



世界遺産都市



#### ▲ メディナ・アサーラ

サルモレホ(トマトの冷製スープ)やナスのフリットの蜂蜜がけなどの、コルドバの郷土料理を味わうなら、ラス・テンディージャ広場がおすすめです。ここでは、待ち合わせや、お祝いなどのイベントで賑わう歴史ある広場です。ローマ寺院跡を見学し、アンダルシア地方ではこの広場にしかない様式のコレデラ広場をお楽しみください。

ひっそりと佇むカプチーノス広場の中央には、この街のを象徴する灯火のキリスト像が立っています。アンダルシア美術を代表する画家の一人でもあるフリオ・ロメロ・デ・トーレス美術館や、マニエリズムのファサードが特徴の邸宅ビアナ宮殿も一見の価値があります。庭園や、広間、12にも及ぶ中庭などが

メディナ・アサーラ考古学群は、世界遺産に指定されています。

訪れる人々を待ち受けます。特に、花が咲き乱れる春の美しさは、言葉を失うほどです。

コルドバの歴史についてさらに知識を深めたいなら、市の中心からほど近いメディナ・アサーラ考古学遺跡を訪れましょう。ここはかつて、アル・アンダルスでも美しさを誇る宮廷都市でした。自分のペースで歩くもよし、ガイドツアーに参加するのもおすすめです。この街のかつての輝きに思いを馳せてください。

① 詳細はこちらをご覧ください。

[www.turismodecordoba.org](http://www.turismodecordoba.org)



## クエンカ

要塞都市としての知られるこの街には、急な坂道が数多くあります。街の散策は、城のある地域から始めましょう。まずは、街の旧市街の一番高い場所にある、アラブ人の旧要塞跡に立ち寄ります。高い位置から、街のほぼすべてを囲むウエカル川の峡谷の絶景を見下ろすことができます。

展望台がある美しい場所まで下れば、クエンカを流れるもう一つの川が形作るフカル峡谷の見事な眺望を楽しむことができます。石造りの階段を少し降りると、緑豊かな林とラス・アングスティアス聖母教会のある平地に出ます。17世紀に、以前そこにあった教会の上に建てられた小さな教会です。

コルドバでは、松の木と水が織りなす素晴らしい自然景観と、中世から続く入り組んだ路地や坂道、広場がみごとに調和しています。

▼ 宙つりの家







写真：世界遺産都市

▲ マヨール広場

小さな路地に迷い込み、中世の雰囲気あふれるクエンカを思う存分堪能してください。街の主な通りは、マヨール広場へと続いています。ここには、12～13世紀頃、かつてのメスキータの上に建てられたサンタ・マリア・イ・サン・フリアン大聖堂があります。ゴシック、ルネサンス、バロック様式が混在した独特の建築です。美しいファサードが、隣接する貴族の邸宅のカラフルな外壁や鉄製バルコニーと融合しています。

ぜひ、クエンカの郷土料理も味わってください。モルテルエロ（豚肉のレバーパテとスパイス、パン屑をつぶしてペースト状にした料理）やアホアリエロ（鱈をジャガイモ、ニンニク、オリーブオイル、パセリで炒め煮にしたもの）などを、広場のテラスでゆっくり召し上がれ。

すぐ近くには、この街のシンボルともいえる宙づりの家があります。15世紀に

作られた木製バルコニーが、まるでぶら下がるようにウエカル川へせり出す崖に並ぶ様子は圧巻です。他では見られないこの宙づりの家の中は、スペイン抽象美術館になっています。ここも一見の価値があります。

そこから、鉄と木材による独特のデザインから街のもう一つのシンボルとされるサン・パブロ橋を渡れば、サン・パブロ修道院です。現在ここはパラドールとなっています。

豊かな自然に囲まれていることから、クエンカ周辺にはセゴブリガ、バレリアそしてエルカビカ遺跡など、数多くの考古学的遺跡が残されています。ローマ帝国時代の公共広場、巨大墓地、建物の跡地などを散策することができます。

① 詳細はこちらをご覧ください。  
[turismo.cuenca.es](http://turismo.cuenca.es)



## エイビッサーイビス島

エイビッサ（バレアレス諸島）は、イビス島の東海岸に位置する街です。カルタゴ人によってつくられたこの街は、ポエニ人、ローマ人、イスラム教徒、キリスト教徒によって占領されたという歴史を持ちます。歴史地区としては、漁師や職人たちが暮らすラ・マリーナやサ・ペーニャ地区、そして高台にあるモニュメント地区、ダル・ビラなどがあります。プッチ・デ・ビラ山の頂上には、この街で一番高い場所にあるモニュメントであるアルムダイナ城があります。まだ城壁がなかった時代の建築です。

ダル・ビラからは、足下に歴史地区と港が広がるみごとな眺望を楽しむことができます。この地区は、海賊の襲撃を防ぐ目的で建設された壮大なルネサンス様式の城壁に取り囲まれており、ユネスコの世界遺産にも認定されています。城壁には5つの入り口があり、最も歴史的価値があるのはセス・タウレス門です。メルカト・ベル（旧市場）に隣接しています。

細い路地や広場を散策しながら、まるで迷宮都市に迷い込んだような気分を楽しんでください。旧ドミニコ会修道院跡にある巨大な防塞である市庁舎や、サント・ドミンゴ教会のタイル張りの丸天井などには、きっと驚かされることでしょう。

すべての通りは、かつてアラブ人たちが建設した城壁の上に建つサンタ・マリア・デ・ラス・ニエバス大聖堂へと続いています。大聖堂のある広場にある、エписコパル宮殿や石灰の色が眩しいカサ・デ・ラ・クリアもぜひ見学ください。







▲ エイビッサーイビサ島

見逃せないのは、モノグラフミュージアムとプッチ・デス・モリンスのポエニ人の巨大墓地です。3,500の墓が発見されたこの巨大なフェニキア人・ポエニ人墓地は、世界でも保存状態の良い墓地のひとつとされます。考古学上重要な遺跡として、セス・パイセス・デ・カラドートやサ・カレタがあります。

現代美術館も一見の価値があります。エイビッサ現代美術館 (MACE) や、プジェ美術館、マディナ・ジャビサ文化芸術センターなどがおすすめです。

市街地の中心にあり、最近広大な歩行者専用エリアとなった賑やかなバラ・デ・レイ通りとパルケ広場を抜けると、港です。そのままボタフォク灯台まで歩くことができます。改装された港周辺は、かつての漁村からお店や施設で賑わうエリアへと発展し、海を眺めつつ島の名物料理を楽しむことができる場所になっています。夜には街に繰り出



して、名高いイビサのナイトライフを楽しみましょう。それとも、ビーチや入り江でのんびり過ごすのはいかがですか?セス・フィグレテスやプラヤ・デン・ボッサ、エス・ビベールやタラマンカなどのビーチがおすすめです。

① 詳細はこちらをご覧ください。  
[turismo.eivissa.es](http://turismo.eivissa.es)



## メリダ

時を超えた旅に出ませんか？ローマ帝国時代に最盛期を迎えたメリダの街を訪れましょう。6月にこの地を訪れるなら、ぜひ「エメリータ・ルブディカ」と呼ばれる歴史的レクリエーション祭りに参加してみましょう。ローマ帝国時代の衣装に身を包んだ地元の人々によるさまざまな文化アクティビティが、見る人を過去へいざないます。

かつての銀の道の出発点でもあったメリダは、ローマ時代のルシタニア属州の首都でした。そして、ローマ帝国でも最も栄えた都市のひとつとなったのです。

それを示すかのように、街には当時の建築の粋を集めたローマ劇場が残されています。紀元前1世紀に建設されたこの劇場は、今でも使用されています。長い年月を経たにもかかわらず、驚くほど保存状態がよく、存在感を放っています。裏にある、柱廊が美しい庭も見逃しなく。

すぐ近くにある円形劇場もぜひ訪れてみましょう。毎年夏になると、ヨーロッパでも有数の演劇祭であるメリダ国際古典演劇祭が開催され、両劇場とも大いに賑わいます。

▼ グレコローマン演劇祭







また、そこからほど近い場所には、イベリア半島でも最も保存状態の良いローマ帝国時代の円形競技場のひとつがあります。ここにある研究センターでは、当時の様子や、円形競技場がどのように使用されていたのかを学ぶことができます。スペイン人建築家ラファエル・モネオの作品である国立ローマ博物館には、ローマ帝国時代の壮大なコレクションが展示されており、当時の人々の暮らしぶりが感じられます。

街の中心部では、ディアナ神殿や、かつて街への入り口として使われていた門の一つであるトラハノ門を見学できます。周辺の落ち着いた路地を散策し、スペイン広場にあるレストランやバルで休憩することもできます。メリダの名物としては、ラムシチューにチーズ、イベリコ豚の生ハムなどが有名です。ぜひ堪能ください。

日暮れが近づいてきたら、アラブ人の建設した、大きな堀に囲まれた要塞アルカサバへどうぞ。中庭には、当時のローマ街道の一部と城壁跡が残されています。内部では、西ゴート族のピラストル装飾が美しい水貯めを見ることができます。

グアディアナ川の見事な眺望もお見逃しなく。この川には、建築家サンティアゴ・デ・カラトラバがデザインした現代的なルシタニア橋や、現存するスペインで最も長い橋といわれるローマ橋など、さまざまな橋があります。

① 詳細はこちらをご覧ください。  
[www.turismomerida.org](http://www.turismomerida.org)

◀ 国立古代ローマ美術館





サラマンカでは、オープンで活気あふれる雰囲気を楽しみましょう。この街の中心はサラマンカ大学です。スペインで最初に設立されたこの大学は、ヨーロッパの最古の大学の一つです。現在でも、世界各国から何千人もの学生が、スペイン語を学ぶためにやってきます。

シウダ・ビエハと呼ばれる旧市街をのんびりと散歩してみましょう。散策は名高いマヨール広場からスタートです。バロック様式が美しいこの広場は、サラマンカの人々の生活の中心地。食事をしたり、買い物を楽しんだりできます。有名なファッションブランドから、伝統的な工芸品を扱うショップ、この地域特産の腸詰製品を扱う食料品店まで、あらゆるものが揃います。この広場には何世紀も前の当時の衣装に身を包み、伝統民謡を歌う大学生グループ、ラ・トゥナの陽気な歌声が響きます。

広場へとつながる通りは、クレレシア教会など、街の主な見どころに続いています。ここではスカラ・コエリの展示の入場チケットを購入することができます。チケットには建物のガイドツアーが含まれます。ガイドツアーは、サラマンカ旧市街の美しい眺めを一望できるクレレシア塔に上って終了します。

その正面には、300を超える貝の形のオーナメントで装飾された当時のファサードが残された貝の家があります。この中の一枚の貝の裏には宝が隠されていると伝えられています。その近くには、サラマンカの建築の至宝ともいえるサラマンカ大学があります。繊細な石の透かし彫りが美しいプラテレスコ様式のファサードでは、蛙の彫刻を探すのがお約束です。蛙を見つけるヒントは、悪い学生を待ち受ける運命の象徴とされた頭蓋骨の上に乗っているということです。大学へ足を踏み入れ、巨大な図書



館、中庭やエスクエラ・マヨール(上級学年の学生寮)、エスクエラ・メノール(低学年の学生寮)などを見学しましょう。

アナヤ広場を通過すると、目前に聖母被昇天大聖堂とサンタ・マリア大聖堂という二つの荘厳な建物が現れます。この二つの大聖堂は、それぞれ新大聖堂、旧大聖堂として知られています。新大聖堂では、ラモス門を注意深く観察してみましょう。宇宙飛行士の姿が隠されています。そこからテンテネシオ通りを歩いて、アール・ヌーヴォーとアール・デコのカサ・リス美術館を目指しましよ

う。 ステンドガラスの窓が美しいモデルニスモ様式の建物が、とても心地よい美術館です。

昼間のサラマンカも見ごたえがありますが、夕暮れ時のサラマンカは格別です。ビジャマヨール産の石材を使った建造物が黄金色に輝く瞬間は必見でしょう。日が沈んだら、明るい街灯で照らされた旧市街を歩いたり、学生街ならではの賑やかなナイトライフを満喫しましょう。

① 詳細はこちらをご覧ください。  
[www.salamanca.es](http://www.salamanca.es)





## サン・クリストバル・ デ・ラ・ラグーナ

テネリフェ島の魅力は、楽園のようなビーチと手つかずの大自然だけではありません。色鮮やかなコロニアル様式の建築が美しい、この島の最初の都市クリストバル・デ・ラ・ラグーナには、5世紀以上の歴史があります。歩行者専用の通り、宮殿や宗教施設、そしてテネリフェ島の住民のゆったりとした暮らしに魅了されることでしょう。

写真：世界遺産都市



▲ サン・クリストバル・デ・ラ・ラグーナ

海洋航法機器を使って設計された、碁盤のような街並みをご覧ください。街の中心部にある優雅な通りを散策していると、カナリア諸島最古の大学として200年の歴史を誇るラ・ラグーナ大学の活気あふれる学生と行き交うことでしょう。

街はまた、熱心なキリスト教信仰の中心地でもあり、数多くの教会が建てられました。特に、コンセプション教会とヌエストラ・セニョーラ・デ・ロス・レメディオス大聖堂は見逃せません。また、サンタ・カタリーナ・デ・シエナ修道院で宗教的厳格さあふれる雰囲気を感じたり、現在は文化センターとして使われているサン・ミゲル・アルカンヘル教会なども一見の価値があります。

歩みを進めるごとに、色鮮やかなファサードと石造りのポーチが特徴的な邸宅が現れます。最も保存状態の良い邸宅の一つは、サラサール邸です。動物



▲ サラサール邸

をかたどった奇妙な雨水落とし口や、スペイン制服以前のメキシカンアートを彷彿とさせるディテールをご覧ください。





写真：世界遺産都市

▲ サン・クリストバル・デ・ラ・ラグーナ

他にも、レルカロ宮殿（現在はテネリフェ歴史・考古学博物館）や、ナバ宮殿、王室代理官の家（市庁舎）などの建築が有名です。

また、かつてグアンチェ族（スペインに征服される前にカナリア諸島に住んでいた先住民族）の集落があった2つの重要な考古学的遺跡、ラ・バランケーラ

とアグア・デ・ディオス断崖を訪れることもできます。

また、この街には広大な海沿いの地域があり、アナガ森林公園には、貴重なカナリア諸島のクスノキ科常緑樹の林があります。ラ・ラグーナを訪れるなら必ず知っておきたい、生物圏保護区に認定された特別な場所です。



## サンティアゴ・ デ・コンポステーラ

伝説によれば、使徒聖ヤコブが埋葬された場所が、ガリシア州の州都でもあるサンティアゴ・デ・コンポステーラの街の起源だと言われています。その後すぐにサンティアゴ巡礼道の終着点の聖なる街として、エルサレムやローマと同様、巡礼者が集う場所となりました。毎年、何千人もの人々が、スペイン全土、さらには世界中からこの街の大聖堂を目指して巡礼の旅に出ます。

▶ オブラドイロ広場



朝の時間をすばらしいものにするおすすめは、歴史地区の散策です。その多くが中世に誕生した、何世紀もの歴史ある細い路地や広場、そして花崗岩でできた建築物が数多くあります。中でも、オブラドイロ広場に面した壮大な大聖堂のファサードは見ものです。聖堂の内部では、栄光の門や使徒ヤコブの墓を見学することができ、さらに巡礼者のためのミサに参加することも可能です。宗教儀式によっては、大聖堂の中央通路の上を大きく揺れ動くボタフメイロ(巨大な香炉)を目にすることができます。また、カリクストゥス写本のような貴重な資料が保存されている大聖堂のアーカイブと図書館も一見の価値があります。

大聖堂を囲むその他3つの広場(キンタナ広場、インマクラダ広場、プラテリアス広場)では、この街の歴史と学生街の雰囲気のみごとく融合しています。散策を続ける前に、近くのバルやレス

トランで休憩しましょう。おいしいガリシア料理をぜひおためしてください。たとえば、プルポ・ア・フェイア(タコのガリシア風)、エンパナーダ、ピミエント・デ・パドロン(ししとう炒め)などがおすすめです。デザートにはタルタ・デ・サンティアゴ(ガリシア州名物のアーモンドケーキ)をどうぞ。

午後には、サンティアゴ市内にある美しい公園や庭園を訪れてはいかがでしょうか。街の中心から最も近いアラメダ公園では、歴史地区の素晴らしい眺望を楽しむことができます。

市内北部を廻る別のルートは、セルバンテス広場から始めましょう。12世紀にはこの広場は、「公共広場」として人々が集まる場所でした。近くには、街の中でもきわめて賑わっているアバスト市場があります。買ったばかりの新鮮な食材を市場のバルへ持っていくと、その場で調理してくれます。できたての味をお楽しみください。





▲ セルバンテス広場

午後には、ポボ・ガレゴ博物館へ足を運びましょう。ガリシアの民族誌を、この地域の考古学的発見を切り口にした充実のセクションが見どころです。その近くにはガリシア現代美術センターがあります。その充実のコレクションはもちろん、ポルトガル人の建築家アルバロ・シザが設計した建物も一見の価値があります。

サンティアゴに1日以上滞在できるなら、ぜひバスに乗って、ガイアス山にある巨大なシウダ・デ・ラ・クルトゥラに訪れてください。ニューヨーク出身のピーター・アイゼンマンが設計したこの複合建築施設では、年間を通じて魅力的な文化プログラムが開催されています。さらに、美術館、図書館、オペラ劇場、研究センターもあります。

① 詳細はこちらをご覧ください。  
[www.santiagoturismo.com](http://www.santiagoturismo.com)

▼ 栄光の門



写真：世界遺産都市



# セゴビア

セゴビアといえば、威風堂々したローマ帝国時代の水道橋が思い浮かびますが、それ以外にもこの街には多くの見どころがあります。ユダヤ人街で迷宮のような路地を散策したり、豪華な大邸宅を見学したり、太陽の光がいつぱいの緑ゆたかなエリアにトレッキングに出かけたりと、楽しみ方はさまざまです。

▶ 古代ローマ水道橋

世界遺産都市







写真: Carlos Soler Martinez/123rf.com

▲ セゴビア

街の歴史地区への入り口は、中世から続く歴史ある路地を散策する際の目印となるアソゲホ広場の水道橋です。すぐに、花崗岩の突起で装飾された特徴的なカサ・デ・ロス・ピコスファードに気付くはず。ゴシック様式建築の、かつての穀物貯蔵庫ラ・アルオンディガや、現在は文化センターとして利用されているトレオン・デ・ロソジャも一見の価値があります。ここでは、多くの魅力的な展示プログラムが企画されています。ぜひご確認ください。

サン・マルティン教会や、カスティージャ王国のイサベル女王が戴冠式を行ったサン・ミゲル教会などの重要な宗教施設にもぜひ足をお運びください。柱廊が特徴的なマヨール広場からすぐの場所に、後期ゴシック様式のみごとなサンタ・マリア大聖堂があります。その大きさと優雅な様式で、大聖堂の「貴婦人」と呼ばれる建築です。大聖堂博物館は、宗教芸術のコレクションが豊富で、スペインで最初に印刷された本を所蔵しています。



そこから、かつて貴族が暮らしていたカバジェロス地区へと移動してみましょう。保存状態のよい建築として、バルデラギラ宮殿やロソジャ伯爵の館、カルデナスの館などがあります。迷路のように入り組んだ道が中世の雰囲気を感じさせる通りでは、サン・フアン・デ・ロス・カバジェロス教会（現在はスロアガ美術館）やサンティシマ・トリニダ教会などのロマネスク様式の至宝ともいえる教会を見学することができます。

城壁に守られた街の反対側に目を向けてみましょう。レイナ・ビクトリア・エウヘニア庭園の奥には、壮麗なアルカサルが姿を現します。岩の上にそびえ立つ独特の要塞は、まるで物語の中の城のようです。ここでは、さまざまな伝説が秘められた中庭や王の部屋を見学することができます。塔の頂上に上れば、息を呑む絶景が眼下に広がります。

かの有名なスペイン人詩人の博物館であるアントニオ・マチャード博物館や、世界的に著名な画家、エステバン・

ビセンテ現代芸術美術館を見学するのもおすすめです。

聖週間の期間にセゴビアを訪問する機会があれば、宗教施設で行われる宗教音楽のコンサートにぜひご参加ください。毎年7月になると、宮殿やその周辺の魅力あふれる街角がセゴビア・フェスティバルの会場へと変貌します。また、毎年春に開催されるティティリムンディも見逃せません。街中にパペットやマリオネットがあふれる、夢のようなイベントです。

パラドールでも地元のレストランでも、セゴビアの郷土料理として知られるコチネージョ・アサド（子豚の丸焼き）を味わっていただけます。最後に、エレスマ川沿いをサン・マルコス草原まで歩いて充実した一日を締めくくりましょう。壮大なアルカサルの要塞を眺めながら、ゆったりとした時間をお過ごしください。

① 詳細はこちらをご覧ください。  
[www.segoviaturismo.es](http://www.segoviaturismo.es)

▼ セゴビアのパラドール





## タラゴナ

タラゴナ国立考古学博物館で、剣闘士を守護した女神について学んだり、地中海を望むバルコン・デ・メディテラネオで心地良い海風を感じたり、街の歴史地区の路地を散策したりしてみませんか？ タラゴナの楽しむ方法はさまざまです。

ローマ帝国時代にはタラコと呼ばれていたタラゴナでは、通りや広場、建物のあちこちで、かつてイベリア半島を支配していた古代ローマ帝国のきわめて状態のよい遺跡を目にすることができます。古代イスパニアの州都として栄えた街の歴史地区は、紀元前2世紀の巨大な城壁で囲まれ、その側には考古学的な価値あるパセオ・アルケオロヒコが並んでいます。訪れた人々を、地中海に面して開かれた古代へいざなう風景です。

ローマ帝国を彷彿とさせるこの街の散策は、この通りとタラゴナ歴史博物館から始め、ランブラ・ベジャをビア・アウグスタへ向かって歩きましょう。街の南側地区には、この街でも有数の景色のよいスポットのひとつである、地中海の眺望を楽しめる壮大なローマ帝国の円形劇場があります。

街の北部にはタラコの円形競技場が広がります。観覧席を支えていた丸天井の一部は、多くの建物の柱として保存されており、フォント広場など街のシンボルともいえる場所につながっています。多くのテラスがあり、一日中いつ訪れても居心地のいい場所です。

この広場は市庁舎が管理しており、9月に開催されるサンタ・テクラ祭など、特定の日に行われるカステリエール（人の塔）の見学にぴったりです。





その他、歴史地区でぜひ見ておきたいのが、街のシンボルにもなっているサンタ・テクラ大聖堂と、その巨大なばら窓です。12世紀に建てられたこの大聖堂は、全体の建築はロマネスク様式ですが、荘厳な正面ファサードはゴシック様式で仕上げられています。中には美しい中庭のある回廊があり、鐘楼に上ると、街を一望できるみごとな眺望をお楽しみいただけます。大聖堂の周りの雰囲気のある路地を進めば王の広場に出ます。ここからローマ時代のプレトリ塔を眺めることができます。

タラゴナの魅力は、過去と現在が織りなす見事な融合です。ランブラ・ノバ通りでは、解放感がある空間で散歩したり、さまざまなショッピングを楽しむことができます。この通りを進むと、バルコン・デ・メディテラネオに出ます。エル・ミラクレビーチと、ローマ帝国の円形劇場を背景に広がる地中海の素晴らしい眺望をお楽しみください。

この街に強い影響を与えているのが、スペインにおけるモデルニスモ様式です。タラゴナのモデルニスモ建築に興味があるのなら、塔と正面回廊が美しいカサ・リポル、鉄を使用した建築が特徴的な中央市場や、アントニ・ガウディの正式な刻印のあるヌエストラ・セニョーラ・デル・サグラド・コラソン教会の礼拝堂をぜひ訪れましょう。タラゴナが、過去の栄光にすぎることなく、その歴史を誇りつつ現代的な街へと発展したことが理解できるはずです。

① 詳細はこちらをご覧ください。  
[www.tarragonaturisme.cat](http://www.tarragonaturisme.cat)



大聖堂



円形劇場





▲ アルカントラ橋とアルカサル

## トレド

街全体が歴史博物館のような場所、それがトレドです。街に着いたとたん、遠い昔、イスラム教徒が支配していた時代に、メスキータや公共浴場、賑やかなバザールなどがひしめきあっていた、迷路のような細い路地に魅了されることでしょう。

キリスト教徒によるレコンキスタの後、トレドは3つの異なる文化が融合する街として発展を遂げました。何世紀にもわたり、キリスト教徒、ユダヤ人、イスラム教徒が共存する平和な時代が続きました。この時期トレドは、カスティージャ王国の首都と王国議会の本部でもありました。また、現在は研究センターとなっている、有名なトレド翻訳学校が設立されたのもこの時代です。

これらの3つのコミュニティは、それぞれ特徴的な建築遺産を残しています。ぜひ、迷宮のような歴史地区の路地を散策してください。街への主要な入り口はビサグラ門です。この門から市街地へ入り、人々で賑わう、アーケードに囲まれたソコドベール広場の美しさをお楽しみください。金の繊細な細工が美しい伝統工芸品、ダマスキーノ(象眼細工)の店に立ち寄るのもよいでしょう。

キリスト教徒によるレコンキスタ前に建設されたメスキータ・デル・クリスト・デ・ラ・ルスも見逃せません。モサラベ(イスラム教徒の治下で混住していたキリスト教徒のこと)の遺した建築としては、サン・セバスティアン教会やサンタ・エウラリアが代表的です。一方ムデ

ハル(キリスト教徒の治下で混住していたイスラム教徒のこと)は、豪華な装飾が特徴的な芸術をトレドに残しました。ムデハルの大聖堂として知られる、サンティアゴ・デル・アラバル教会には驚かされることでしょう。また、同じ建築様式のサント・トメ教会には、世界的に名高い画家エル・グレコの「オルガス伯の埋葬」(El entierro del Señor de Orgaz)が所蔵されています。パセオ・デル・トランシトにあるエル・グレコ美術館でも、すぐれた作品のいくつかを目にすることができます。

さらに、ユダヤ人が残した遺跡としては、サンタ・マリア・ラ・ブランカ教会や、現在セファルディ(スペイン系ユダヤ人)博物館となっている興味深いトランシト教会などがあります。





▲ サンタ・マリア・ラ・ブランカユダヤ教会

トレドでもっともすぐれたカトリックの遺産は、ゴシック様式がみごとなサンタ・マリア・デ・トレド大聖堂でしょう。正面ファサードに注目しましょう。それぞれ、地獄の扉、免罪の扉、裁きの扉と呼ばれるものです。大聖堂の内部には、サンティシモ・コルプス・クリスティ（キリストの聖体祭）の伝統的な宗教行列の主役を担う宝物であるアルファの聖体顕示台が保管されています。

中世に建設されたアルカサル砦を訪れて、トレド散策を終えましょう。厚い壁に覆われた建物には、軍事博物館とスペイン最大級の図書館があります。展望台からは、タホ川とトレドを囲む地域まで見渡すことができるみごとな眺めを楽しむことができます。



## ウベダ

グアダルキビル川とグアダリマル川に囲まれ、果てしないオリーブ畑の中に位置するアンダルシア地方のこの街には、スペインでもここでしか目にすることのできない素晴らしいモニュメント群があります。歴史地区には、アンダルシア地方のルネサンス建築の至宝が集まっています。

街並みや広場を歩けば、まるで16世紀へタイムスリップしたような気分になることでしょう。アンダルシアのルネサンスルートとナスリ王朝ルートを中心に位置するため、この地域を訪問する足がかりとして最適です。

宮殿や塔が印象的なウベダの街は、宗教と宮廷文化によって歴史が織りなされた魅力あふれる都市です。街の見どころとなる建築が集まったバスケス・デ・モリナ広場から旅を始めましょう。

エル・サルバドル礼拝堂、現在はパドールとして使われているデアン・オルテガ宮殿、バスケス・デ・モリナ宮殿など、アンドレス・デ・バンデルビラによる建築は見逃せません。

バスケス・デ・モリナ宮殿の正面には、堂々としたサンタ・マリア・デ・ロス・レアレス・アルカサレス教会がそびえています。青銅器時代の遺跡と同じ場所に、ディアナ女神を祀ったローマ帝国の神殿と、イスラム教徒のメスキータが発見され、その場所に13世紀に建設された重要な教会です。ファサード、美しい回廊、内部礼拝堂には、さまざまな時代の様式が融合しています。

広場近くのサン・ロレンソ展望台に立ち寄り、オリーブ畑とシエラ・マヒカが広がる眺望を堪能してはいかがでしょうか。

▼ サルバドル聖堂







▲ バスケス・デ・モリーナ広場

街には、アラビア様式、ゴシック様式、バロック様式が完璧に調和した建築作品が数多く残されています。グラナダ門と旧市街を囲む城壁は、イスラム教徒の残した遺跡です。何世紀もの間閉ざされてきた神秘的な水のシナゴグには、きっと目を奪われることでしょう。街に残されたさまざまな文化の融合について知るには、14世紀のムデハル建築による考古学博物館がおすすめです。

ウベダでは、さまざまな文化イベントも開催されます。たとえば、9月から12月にかけて開催されるシアターショーや、毎年5月と6月に行われるウベダ国際音楽舞踊フェスティバルなどが知られています。

① 詳細はこちらをご覧ください。  
[ubedaybaezaturismo.com](http://ubedaybaezaturismo.com)



## 歴史ある 食文化

世界遺産の各都市で自慢のスペイン料理を堪能しながら、色とりどりの郷土料理や食文化を学んでみませんか？ 手始めに、カナリア諸島名物のパパス・アルガダス・コン・モホ・ピコン（じゃがいもとピリ辛のソース）や、地中海式ダイエットに欠かせないウベダやバエサ産のエクストラ・バージン・オリーブオイルから始めましょう。



地元ならではの新鮮な食材を使った味覚を楽しみたい方におすすめの料理がたくさんあります。イベリア半島中央部名産の肉は、あとを引くおいしさで止まりません。お皿には収まらないほど巨大なアビラ牛のステーキは、板で供されることが多い一品です。また、セゴビアの子羊、子ヤギ、子豚のローストは、多くの一流レストランやパラドールで提供されているメ

ニューです。サラマンカの腸詰製品もぜひ味わいたいものです。中でも原産地呼称ギフエロのものは、最高級の品質で知られます。

トレドでは、ジビエ肉を試してみましよう。おいしいヤマウズラの煮込みやマッシュルームを添えた鹿肉などをお楽しみいただけます。また、クエンカの子羊の煮込みや、サラホなどの臓物の郷土料理もおすすめです。





▲ イベリコ豚生ハム

地中海式ダイエットの重要な食材に豆類があります。インゲン豆ならアビラ産、レンズ豆ならサラマンカ県のアルムニャが有名です。またひよこ豆は、イベリア半島のほぼ全域で、伝統的な料理に使われています。アルカラ・デ・エナーレスへ行ったら、ぜひ有名なコシード・マドリレーニョ(マドリード風煮込み)をおためしてください。バエサの煮込み料理、インゲン豆とひよこ豆の煮込みもおすすめです。

スペインの美食の王者といえ、誰もがイベリコ豚の生ハムと答えます。なかでも最高級のものがコルドバ、サラマンカ、メリダ、カセレス産です。それぞれに特有の風味があり、原産地呼称を取得しています。その他コルドバでは、生ハムが重要な役割を果たす料理があります。サルモレホという、ガスパチョに似たトマトの冷製スープは小さく刻んだ生ハムを乗せ

て提供されます。またフラメンキンでは、乾燥したハムを薄くスライスした豚肉で巻き、パン粉を付けて揚げます。

サンティアゴ・デ・コンポステーラやイビサ島、タラゴナなどでは、すばらしい魚介類を味わうことができます。ガリシアのシーフードは、まさに超一流のおいしさです。ホタテ、エボシガイ、ケガニなど、さまざまな新鮮な素材を用います。アルバリーニョやリベイラの白ワインと合わせれば完璧です。サンティアゴ・デ・コンポステーラでは、ゆでたジャガイモ、オリーブオイル、パプリカを添えたプルポ・ア・フェイラ(タコのガリシア風)をぜひおためしてください。

タラゴナの特産物は、カタクチイワシなど青みの魚です。海沿いのエル・セラージョ地区で、魚のロメスコソースがけやシーフードを味わいましょう。



イビサ島には、カサゴのハーブ焼きやロブスターのシチュー、マグロのイビサ風など数多くの郷土料理があります。

スペイン内陸部でも、おいしい魚料理を味わうことができます。カセレスでぜひ体験したいのは、テンチです。フリットにすることが多い魚ですが、マリネや、煮込みにも使われます。

バエサの聖週間に欠かせないのが、小麦粉をまぶして揚げたタラに、赤ピーマン、トマト、新鮮なグリーンピースを使ったソースを添えたタラのバエサ流です。タラ、アサリ、海老と野菜と小麦粉の生地を煮込んだ料理、ウベダのアンドラホ(ごった煮)もおすすめです。

オルナソはスペイン全土で食べることができますが、サラマンカのものは特に地元で根付いた郷土料理として知られています。チョリソー、ひれ肉、生ハム、そして時にはゆで卵

をパン生地に包んだものです。ケーキショップやパン屋、レストランなどでぜひおためしください。

世界遺産都市では、各地の特色を活かしたさまざまなデザートを味わうことができます。さまざまなフィリングを詰めた甘い生地で作るエンサイマーダは、イビサ島の朝食やおやつに欠かせないお菓子です。メリダとカセレスを訪れたなら、ぜひブニエロ(スペイン風揚げパン)も味わってみましょう。その他、クエンカのアラフ(アーモンドの生地で作ったケーキ)や、アビラ名物のジェマス、サンティアゴ・デ・コンポステラのタルタ・デ・サンティアゴ、ウベダのガチャス・ドゥルセス、バエサのビロロ(軽いパイ生地で作ったお菓子)などがあります。

サン・クリストバル・デ・ラ・ラゲーナでは、カナリア諸島特産のバナナやさまざまなトロピカルフルーツをお見逃しなく。

サラマンカのオルナソ







## 世界遺産都市で 季節の祭りを味わう

▲ メリダ古典演劇祭

### 夏

毎年7月と8月に開催されるメリダ国際古典演劇祭は、紀元前1世紀のローマ帝国時代の演劇を目にすることができる貴重な体験です。舞台では、ギリシア・ラテン起源の作品に加え、音楽や映画など、一般的な舞台芸術もご鑑賞いただけます。8月と9月に行われるStone & Music フェスティバルでは、国内外のトップアーティストたちがローマ劇場でパフォーマンスを行います。

9月後半の2週間にタラゴナを訪れる機会があれば、カタルーニャ地方を象徴する祝祭の一つサンタ・テクラ祭をお楽しみいただけます。悪魔とドラゴン

の衣装を身にまとった人々が、踊りながら爆竹をまき散らすコレフォックと呼ばれるパレードは、見る人の反射神経を試すかのようにスリリングです。また、カステリェールと呼ばれる、9層の人間の塔には驚かされることでしょう。

夏は、島々を訪れるのに最適な季節です。ぜひイビサ島やサン・クリストバル・デ・ラ・ラグーナを訪れましょう。7月30日を皮切りに、イビサ島ではフェステス・デ・ラ・テラが始まります。コンサートや子供向けアクティビティ、大人も子供も楽しめるショーなどが繰り広げられる夏の祭りです。



サン・クリストバル・デ・ラ・ラグーナの街が音楽であふれるのは、国際ジャズウィークと音楽祭です。6月いっぱい、歴史地区のあちこちでステージが開催されます。

7月25日は、ガリシア州とスペインの守護聖人、聖ヤコブの日です。この日はぜひサンティアゴ・デ・コンポステーラを訪れましょう。街が祭りと一体となる様子をご体験ください。さまざまな音楽、ダンス、演劇なども祭りの大きな見どころです。壮大な花火ショーで祭りはその幕を下ろします。

① リンク集：

[www.festivaldemerida.es](http://www.festivaldemerida.es)  
[stoneandmusicfestival.com](http://stoneandmusicfestival.com)  
[jazzlalaguna.com](http://jazzlalaguna.com)

▼ セルバンテス週間



## 秋

9月、10月、11月はアンダルシア地方の文化イベントが豊富です。ぜひこの時期には、ウベダの秋の演劇ショーへ足を伸ばしてみましょ。国内有数の劇団による、古典演劇と現代演劇がともに楽しめるイベントです。

同じ時期、隣のバエサでは、秋のフラメンコ文化祭が行われており、フラメンコの歌と踊りを心ゆくまで堪能することができます。街のフラメンコのペーニャ(愛好会)が、スペインを代表する芸術であるフラメンコに関する文学にまつわる集いや展示会、コンサートなどを開催します。

10月にアルカラ・デ・エナーレスで開催されるセルバンテス週間では、「ドン・キホーテ」(El Quijote)の作者のミゲル・デ・セルバンテスがこの街に残した遺産について詳しく知ることができます。街は文学やイベント、そしてさまざまな美味であふれます。セルバンテス中世市場も設置され、地元の名産品や美しい工芸品お土産なども販売されます。

## 冬

カーニバルの時期にはスペイン中の都市がカラフルに彩られますが、サンティアゴ・デ・コンポステーラのような街は、特に魅力的です。ガリシア州の州都でもあるサンティアゴ・デ・コンポステーラでは、仮面にメイク、仮装した人々が集結するカーニバルの火曜日のパレードが見ものです。山車や近隣の住民たちによるコンパルサも見逃せません。サンティアゴ・デ・コンポステーラのカーニバルで特徴的なイベントがエントロイドス・ドス・シェネライスです。着飾った街の住民が馬に乗って歩





世界遺産都市で季節の祭りを味わう

写真: コルドバ観光局 (MTUR)

▲ コルドバのパティオ祭り

きまわり、そこに旗手集団や合唱団や山車なども加わる伝統行事です。

毎年11月になると、カセレス中心部にある歴史地区で3つの文化が融合する中世市場が開かれます。中世の雰囲気漂う市場では、イスラム教徒、ユダヤ人、キリスト教徒が共存していた時代を感じることができるでしょう。工芸品の屋台をひやかすのはもちろん、鷹狩りやヘビ使いによるショーや、演劇やミュージカルなど、幅広いストリートエンターテインメントのショーをお楽しみください。

11月下旬から12月上旬にかけてはウベダ・バエサ古典音楽祭が開催され、毎回、歴史のある音楽の特定の側面にスポットを当て、多面的に解釈します。コンサートホールや、両都市のルネサンス様式の宮殿で行われるコンサートに加え、展覧会や公開カンファレンス、

コースや有識者会議などのプログラムも用意されます。

① リンク集：  
[festivalubedaybaeza.com](http://festivalubedaybaeza.com)

## 春

5月のコルドバでは、人気の十字架祭りの美しさを堪能しましょう。花やマニラ・ショールで飾られた大きな十字架が広場や中庭に掲げられます。街はセビジャーナスの音楽にあふれ、夜にはフラメンコの踊りのショーが開催されます。

5月のコルドバでは、ユネスコの世界無形文化遺産に指定されたコルドバのパティオ祭りもご覧いただけます。2週間にわたり、コルドバ旧市街の住民は、ゼラニウムやカーネーション、ジャスミンの



鉢植えで装飾した自宅のパティオ(中庭)を広く公開します。ほぼ一日中見学が可能で、時には、コルドバならではのおいしいタパスやモンティージャ・モリレスのワインでおもてなしされるかもしれません。

4月23日のサン・ホルヘ祭(セント・ジョージのスペイン名)はスペインの多くの都市で祝われますが、中でもカセレスは特別です。街ではイスラム教徒とキリスト教徒の戦いを表現した演劇作品が上演され、紙と段ボールでできた巨大なドラゴンが燃やされます。また人々は、街に隠された2つの卵を抱えた黄金の雌鶏を探して楽しめます。

3月から4月にかけて、クエンカの街は厳粛な聖週間へ向けた準備で忙しくな

ります。カミノ・デル・カルバリオの宗教行列に参加して、ラス・トゥルバスの迫力を堪能しましょう。ラス・トゥルバスとは、クエンカの歴史地区の急な坂道を通るキリスト像の宗教行列に先行する、太鼓とトランペットで大騒ぎをする集団です。

春も終わりに近づいてきたら、ぜひとレドのコルプス・クリスティ(聖体祭)に足を運んでみましょう。厳粛な行列は、それぞれの家のバルコニーに古いの旗やタペストリーを掲げたり、通りに花を飾るなどして、この日のために準備をした街を通り抜けます。

① リンク集:

[www.corpustoledo.org](http://www.corpustoledo.org)  
[patios.cordoba.es](http://patios.cordoba.es)







## 世界遺産都市 の豊かな自然

▲ ロス・バルエコス自然公園

長い歴史を感じさせる建築や遺跡は世界遺産都市の魂ともいえますが、それらの多くが、城壁の内外で豊かな自然に恵まれています。

アルカラ・デ・エナーレスでは、歴史地区からすぐ近くにあるオドネル公園を訪れましょう。ばら園が美しいこの公園では、アヒルが泳ぐ池を眺めながら散歩をお楽しみください。公園から、アルカラの街を囲む小川の生態系を取り戻したカマルミージャの緑の道を訪れることができます。

メリダには、グアディアナ川の両岸に多くの公園があります。より広大な自然を求めるなら、街から数キロメートルの距離にあるコルナルボ自然公園と、プロセルピナ貯水池周辺がおすすめです。

す。ローマ帝国時代の考古学遺跡や、この地方特有の生物多様性や地中海の植物相を楽しむことができます。よりカセレスに近い鳥類特別保護区には、カセレス平地とフエンテス山脈と岩によって奇妙な地形が作りだされたロス・バルエコスがあります。

豊かな自然がお好みなら、コルドバは並ぶものもないほど恵まれた場所だと言えるでしょう。ローマ橋からは、グアダルキビル川の両岸に多様な植生の樹木が茂るアルボラフィアの森を眺めることができます。カトリック両王のアルカサル庭園では、ヤシの木やオレンジ、レモンの木に囲まれた夢のようなひとときを過ごすことができます。夜間のガイドツアーが催行される





夏に訪れればご堪能いただけます。クルス・コンデ公園の近くには、コルドバ王立植物園と、小さな子供たちのための数多くの遊具やブランコがあるシウダ・デ・ロス・ニーニョス(子供向け公園)があります。家族連れで楽しむには最適です。

サラマンカ、アビラ、トレド、セゴビアというイベリア半島内陸の世界遺産都市では、大自然に周りを囲まれた自然環境をぜひご堪能ください。サラマンカ県のベハル山脈とフランシア山脈、アリベス・デル・ドゥエロ自然公園は、その素晴らしい環境によって、ユネスコの生物圏保護区として認定されています。サラマンカ市内にも緑豊かな地域があります。カリストとメリベア庭園からは、目を見張るような素晴らしい大聖堂の姿を堪能することができます。また、市内中心部に位置するヘスイータス公園は、木々に囲まれて深呼吸し、静けさを取り戻すのに最適です。

セゴビア県では、セゴビア市内にある自然豊かなデエサ公園や、美しいスロアガ庭園に加えて、オセス・デル・ドゥラトン自然公園やグアダラマ国立公園、シエラ・デ・アイジョンなどがおすすめです。

トレドの別の表情を知るために、環境にやさしいルートはいかがですか？アルカンタラ橋を出発するこのルートでは、トレドの街とタホ川の素晴らしい眺望を楽しむことができます。街の歴史地区から北部に向かうと、緑が美しいエリアが広がるラス・トレス・クルトゥラス公園に到着します。

スペインの島々の自然も極上です。イビサ島の魅力は、パウダーのような砂のビーチだけではありません。アレップマツが生い茂る森林もぜひ訪れてください。セス・サリーナス自然公園で





ボロサ川

は、多様な動植物相を目にすることができます。フラミンゴが生息する塩水湖や、太古の海藻ポシドニア・オセアニカが広域に生息している自然保護区です。カナリア諸島では、サン・クリストバル・デ・ラ・ラグーナからほど近いアナガ自然保護公園がおすすめです。カナリア諸島原産のクスノキ科の常緑高木が生い茂る林の中の小道を歩いてゆくと、巨大なテイデ山の姿を見渡せる展望台に出ます。

地中海沿岸のタラゴナにも、市内や周辺に豊かな自然が広がっています。歴史地区の中心部から数キロメートルの場所に、ローマ帝国時代の水道橋ラス・ファレラスがあります。自然の中にあるこの水道橋は、別名悪魔の橋とも呼ばれています。

サンティアゴ・デ・コンポステーラは、緑に囲まれた街として、美しさが際立つ都市です。アラメダ公園や、サント・ドミンゴ・デ・ボナバル公園、ベルビス公園といった、中心部にある公園や歴史あ

る庭園によって、自然を身近に感じることができます。これらはすべて中心部にあり、街を象徴する観光名所とも言える場所です。

スペインの世界遺産都市の中でも小さなクエンカやウベダ、バエサといった都市にも、周辺に豊かな自然が広がっています。クエンカでは、シエラ・デ・クエンカ自然公園の奇妙な岩石群シウダ・エンカンターダにイマジネーションを掻き立てられることでしょう。大自然が作り出したこの不思議な地質学的現象によって、魔法のような雰囲気が生み出されます。また、ここはクエルボ川の源流でもあります。

ウベダとバエサのすぐ近くにあるシエラス・デ・カソルラ、セグラ・イ・ラス・ビージャス自然公園では、谷や川、そして森の美しさに魅了されることでしょう。トランコ貯水池でボートを楽しむのもよいでしょう。またボロサ川に沿ってハイキングをしたり、チョロ・ヒルの滝を見学するのもおすすめです。



# 世界遺産都市で パラドールに泊まる

スペインには幅広いパラドールネットワークがあり、疲れを癒しながらリラックスし、思い出に残る体験を満喫することができます。その多くはまるで絵画のように美しい場所にあり、歴史的な建築と最新の設備を兼ね備えています。自慢の郷土料理と、きめ細やかなサービスで、快適でクオリティの高い滞在を訪れる人にお約束します。

## アルカラ・デ・エナーレス

17世紀の学校兼修道院の建物を改装したこのパラドールに宿泊すれば、セルバンテスの街の滞在を最高に楽しむことができるでしょう。上品でミニマルなインテリアに、伝統が融合したホテルです。

## アビラ

アビラのパラドールは旧ピエドラス・アルバス宮殿です。中世の街アビラのシンボルでもある、ヨーロッパでも最も保存状態のよい城壁に隣接しています。広々とした客室でゆっくりおくつろぎいただけます。居心地のよい落ち着けるインテリアが特徴です。レストランでは、ガラス張りの中庭から庭園と城壁の景色をお楽しみいただけます。

▼ アルカラ・デ・エナーレスのパラドール





## カセレス

カセレスの街の歴史地区にあるルネサンス様式の宮殿に泊ってみませんか？ パラドールは、本来の様式を守りながら改装された3つの邸宅が組み合わせた建築です。美しい建築で知られるこのパラドールでは、心地よいガーデンレストランで食事を楽しむことができます。丸天井や尖頭アーチが特徴的なこのホテルに滞在して、伝統的な建築ならではの穏やかさと静かな空間を味わってください。





## コルドバ

このパラドールがあるのは、コルドバ最初の独立首長アブデラマン1世の夏の宮殿跡です。街を見渡す眺望と、美しい庭園が特徴の優雅なホテルです。明るく広々とした客室に、シンプルで上品な内装です。

## クエンカ

かつて修道院だったこのパラドールは、ウエカル川が形成する峡谷を見渡すことができる場所にあり、有名な宙づりの家を見ることもできます。かつてのガラス張りの回廊と礼拝堂は、現在は居心地のよいカフェテリアとなっています。またプールもあり、スーペリアルームからはクエンカの街の素晴らしいパノラマを楽しめます。



▲ クエンカのパラドール

## メリダ

ローマ帝国時代、アウグストゥス皇帝協定を記念して建設した寺院跡に建てられた18世紀の旧修道院を改装したパラドールです。伝統を伝えながら、快適さと行き届いたサービスを味わっていただけます。美しい中庭回廊では、ムデハル様式、ローマ様式、西ゴート族の様式で構成された、考古学的な価値のあるローマ帝国時代の庭園をご覧いただくことができます。

## サラマンカ

旧市街に面した小高い丘の上にあるのがサラマンカのパラドールです。サロン、プールそして多くの客室からは、みごとなサラマンカの街の眺望を望むことができます。美術館巡りや街歩きに忙しかった一日の終わりに、ここから眺める夕日は何ものにも代えがたい贅沢な時間です。

## サンティアゴ・デ・コンポステーラ

オブラドイロ広場に面したこのパラドールは、世界最古のホテルのひとつといわれます。本来は1499年に建てられた王立病院で、後にサンティアゴを目指す巡礼者の宿泊施設として使われました。4つの美しい回廊、美しい客室に豪華なレストランなど、まるで美術館に滞在しているかのような気分で楽しむことができます。





▲ トレドのパラドール

## セゴビア

広々とした庭園や、客室のテラスから望むセゴビアの街と、街を囲む山脈の素晴らしいパノラマは、比類ない美しさです。冬は屋内プールで、夏には野外プールでくつろぎのひとときをお過ごしください。

## トレド

3つの異なる宗教文化が融合する街トレドを楽しむには、石畳の路地に迷い込むのが一番です。このパラドールは、トレドのモニュメント建築を鑑賞したり、部屋でくつろいだりするために最適なロケーションにあります。

設備が整ったこのパラドールの居心地のよさを堪能してください。

## ウベダ

このパラドールは、ウベダの街の歴史地区にある16世紀のルネサンス様式の宮殿です。ファサードの裏には、美しい中庭が広がっています。パラドール内の多くの客室から、パラドールのある広場の素晴らしいパノラマをお楽しみいただけます。市内の主要な観光スポットへのアクセスも便利な立地です。

① 詳細情報、予約はこちらからどうぞ  
[www.parador.es](http://www.parador.es)



# 世界遺産都市の バリアフリーへの取り組み

スペインの世界遺産都市は、障がいのある方にもお越しいただけるようバリアフリーへの取り組みに重点を置いています。スマートフォンやタブレットのバリアフリー都市アプリから、特別ルートを検索することができます。また以下のウェブサイトから検索することも可能です。

[www.ciudadespatrimonio.org/accesibilidad](http://www.ciudadespatrimonio.org/accesibilidad)

▼ アビラの大聖堂



多くの観光オフィスでは、ホテルやレストラン、交通機関、モニュメントなどの情報を掲載したバリアフリーの観光ガイドをご用意しています。また、ガイドツアーに参加したり、身体の動きに制限のある方のためのパーキングエリア

や、バリアフリータクシーをご利用いただくこともできます。

アルカラ・デ・エナーレスでは、どのような障がいのある方でも参加できる街の周遊ルートがセルバンテス広場の観光オフィスから出発しており、街の歴史地



区を中心部にある主要な観光スポットを見ることができます。ツアーは、市庁舎、野外劇場コラル・デ・コメディアス、セルバンテス生家、考古学博物館、マドリッド門、ロス・サントス・ニーニョス広場をまわり、マヨール通りからセルバンテス広場に戻ります。

アビラでは、特に身体の動きに制限がある方と聴覚に障がいのある方に適したツアーが、ビジターレセプションセンターから出ています。このツアーでは、まず城壁の周りをサン・セグンド通りまで進みます。そこからペソ・デ・ラ・アリナ門を抜けると大聖堂広場に出ることができます。城壁に囲まれた大聖堂を見学した後は、アルカサル門からサンタ・テレサ広場、または大市場へ抜けましょう。再び城壁に沿って進むと、ラストロ公園に出ます。サンタ門までさらに進むと、サンタ・テレサ修道院へ行くことができます。

メリダもまた、身体の動きに制限がある方でもローマ時代の遺跡が多く残る街を楽しんでいただける、魅力的なツアーをご用意しています。メリダの野外博物館を出発し、円形劇場、ローマ博物館を見てまわりましょう。その後公共広場の列柱、トラハノ門を見学します。このツアーは、ローマ橋の正面にあるラス・メリダス・デル・ムンド公園で終わります。

サラマンカでも、どのような障がいを持つ方にも対応したツアーをご用意しています。マヨール広場の観光オフィスを出発し、コリージョ広場へ続くアーチから広場を抜けましょう。歩行者専用道路ルア・マヨールを進むと、カルデナル・プラ通りとデニエル通りに出ます。左には大聖堂の入り口があり、右にはサラマンカ大学のバリアフリー入り



▼ サラマンカの大聖堂

口があります。リブレロス通りをサン・イシドロ広場まで行けば、有名な貝の家はもうすぐです。このルートはコリージョ通りで終わります。その他、「五感でサラマンカを感じる」プログラムでは、ドラマ仕立てで広場や中庭を巡ったり、個別にサン・ビセンテの丘を訪問することもできます。これには「サラマンカのカギ」プログラムのお芝居の特別鑑賞パスも含まれます。

サン・クリストバル・デ・ラ・ラゲーナの市街地は、平坦で碁盤の目のような作りなので、身体に障がいのある方にもアクセスしやすいのが特徴です。また、歴史地区は歩行者専用道路になっており、車の走行が制限されています。ここでは、アルバラド・デ・ブラカモンテ邸にある観





写真: Turismo de Santiago de Compostela

▲ アラメダ公園、サンティアゴ・デ・コンポステーラ

光オフィスから散策を始めましょう。そこから平行に伸びるサン・アグスティン通り、オビスポ・レイ・レドンド通り、エラドレス通りを歩けば、この街の主な見どころを網羅できます。ここには街の大部分の教会や邸宅が集まっています。

サンティアゴ・デ・コンポステーラでも、段差の少ない歩行者用道路がメインのルートをやけば、身体の動きに制限のある方でもお楽しみいただけます。街の主なモニュメントを見てまわる小さな旅は、コンポステーラ・ホテルからスタートしましょう。そこから、大聖堂

のあるオブラドイロ広場、プラテリア広場、キンタナ広場やアバストス広場へ簡単にアクセスできます。まずはアラメダ公園に立ち寄って、美しい植物園を楽しみましょう。

セゴビアでは、特に身体の動きに制限がある方と聴覚障がいのある方に適したツアーが、水道橋の正面にあるビジターセンターから出ています。このルートは、まずリアル通りをマヨール広場に向かいます。マルケス・デル・アルコ通りを進んだら、最後にセゴビアのアルカサル砦を目指します。



スペインの世界遺産都市は、さまざまな障害をお持ちの方にもお楽しみいただけるよう対応しています。カセレスとウベダは、それぞれ2014年と2017年にバリアフリーの観光地として選出されました。また石畳の街並みが特徴的なトレドとタラゴナにも、バリアフリーのルートがあります。


▼ トレド







	MINISTERIO DE INDUSTRIA, COMERCIO Y TURISMO	TURESPAÑA 
---	---	--

 @spain

 @spain

 Spain.info

 /spain

 Ciudades Patrimonio de la Humanidad  
ESPAÑA UNESCO