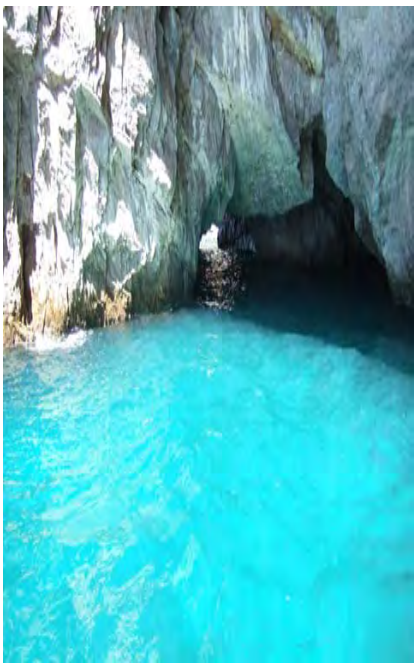
NAPLES PLAN

8 月 20 日：NAPLES 到着

8 月 21 日：カプリ島―青の洞窟他、ソレント

カプリ島―青の洞窟への行き方は Attachment-1 を参照



ソレント

ソレントの行き方名所は Attachemnt-2 を参照

8 月 22 日：ナポリ市内観光

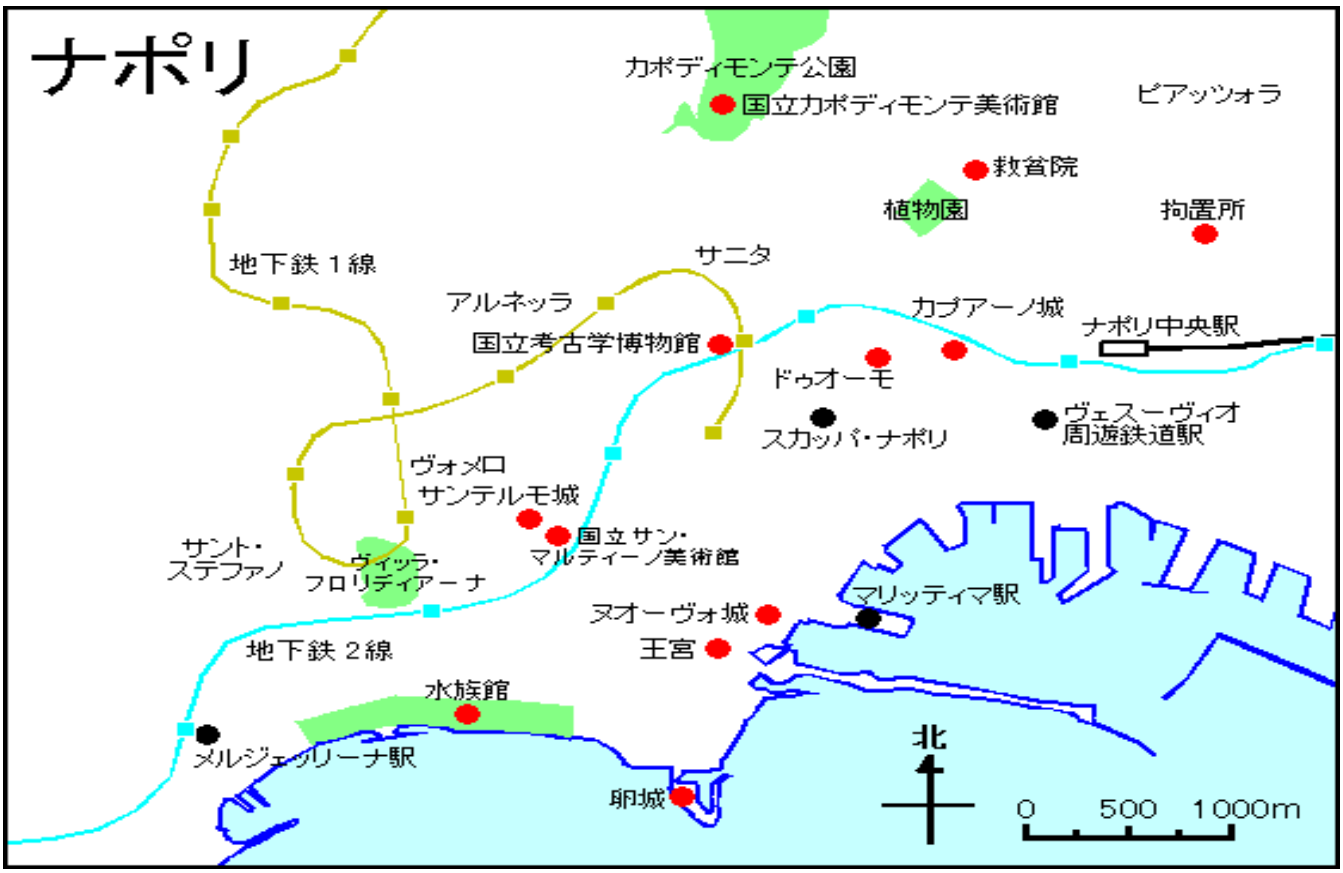
ナポリ中央駅→ カプアーノ城→ ドゥオーモ→ スッパカナポリ→ ヌオーヴォ城→ 王宮→ サンタ・キアーラ聖堂(写真は左側から経路のものを添付)

NAPLES PLAN

8 月 23 日：ナポリ市内観光

ナポリ観光については Attachement-3(交通等)を参照。

ガアレリア→ プレピシート広場→ 卵城・サンタ・ルチア→ 国立サンマルティーノ美術館→ ヴォメロサンテルモ城→ 国立考古学博物館→国立カバディモン美術館→ホテル(写真は左側から経路のものを添付)

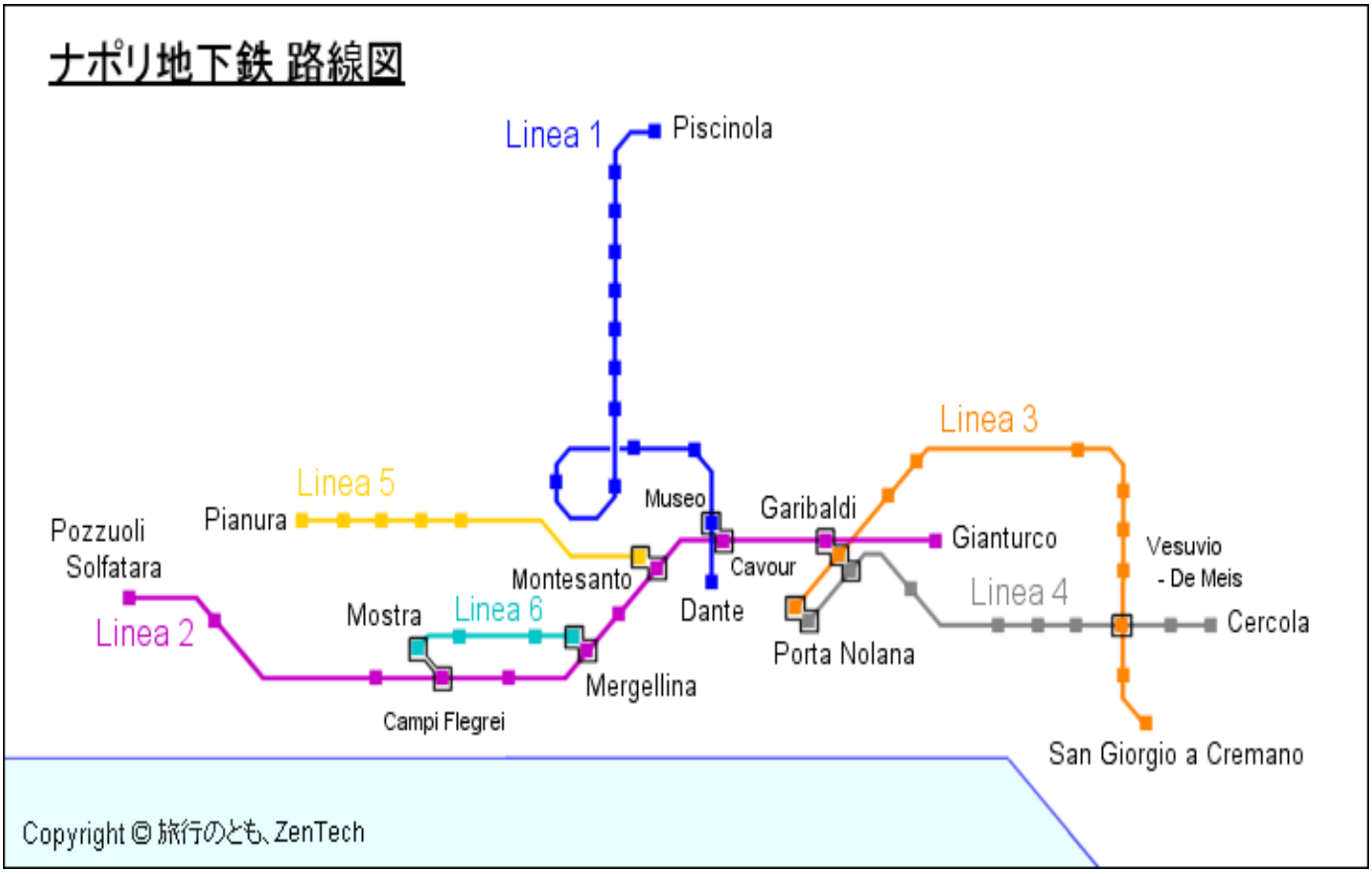


NAPLES PLAN

A
B
C
1
2
3
Quartieri Spagnoli
Museo Archeologico Nazionale
Galleria Principe di Napoli
Accademia Belle Arti
Palazzo Santelice
Madre Museo Arti contemporanee
Castel Capuano Tribunale
Duomo
Complesso dei Girolamini
Chiesa di San Lorenzo
Chiesa dell'Annunziata
Palazzo Marigliano
Museo del Grande Archivio
Museo Civico Filangieri
Museo di Geologia e Paleontologia
Università Federico II
Chiesa di Santa Chiara
Chiesa del Gesù Nuovo
Chiesa di Sant'Anna dei Lombardi
Museo Nazionale di San Martino
Certosa di San Martino
Galleria Umberto I
Castel Nuovo
Teatro San Carlo
Palazzo Reale
Palazzo Cellamare
Palazzo Serra di Cassano
Chiesa di San Francesco di Paola
Palazzo Salerno
Municipio
Piazza Dante
Piazza Bovio
Piazza Garibaldi
Piazza Mercato
Piazza del Carmine
Chiesa Santa Maria del Carmine
Stazione di Napoli Centrale
Stazione Marittima Immacolatella Nuova
Stazione Marittima Immacolatella Vecchia
Stazione Marittima
Molo Beverello
Molo Angioino
Molo Pisacane
Molo Massanello
Molo a Martello
Via Toledo
Via Chiaia
Via Caracciolo
Via Marina
Via Nuova Marina
Via Cilento
Via Carbonara
Via Cesare Rossaroli
Via Pergola
Via Tribunali
Via Mergellina
Via Posillipo
Via Kerbaker
Via Ferrante Imparato
Via Ferrante Aragona
Via Ferrante Aragona
Via Ferrante Aragona

NAPLES PLAN

ナポリの地下鉄

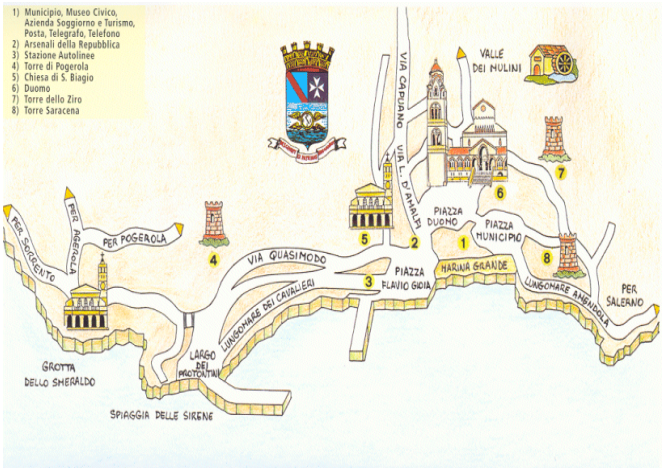


*ナポリで一番古いピザ屋(Brandi)の情報は Attachment-4 を参照。

8 月 24 日：アマルフィ観光

ナポリからアマルフィへの行き方と詳細は Attachment-5 を参照

NAPLES PLAN



ドゥオモ(アマルフィ大聖堂)

その起源は古代ローマ時代にまで遡る。海洋に面し、かつ複雑な地形に囲まれており、外敵の侵入を撃退するのに適していた。839 年、ナポリ公国から独立を宣言してアマルフィ公国となり、イスラーム勢力との抗争のなかで、徐々に勢力を拡大させていった。872 年にはサン・サルヴァトーレ島を守っていたイスラーム軍を海戦で撃破、この功績で東ローマ帝国からカプリ島を譲渡された。ただし、イスラーム勢力と対立しただけでなく、商業上の利益から同盟を結ぶこともみられた。アマルフィは、その後も公国の首都、貿易の拠点として発展し、一時はピサやヴェネツィアやジェノヴァと地中海の覇権を争い、黒海にも商業活動を広げた。例えば、現ウクライナの都市セヴァストポリに、アマルフィの港の跡が残されている。

アマルフィの人々は、航海に関する法典である「アマルフィ海法」を作成した。これが様々な海洋に関する法典の雛形となり、17 世紀まで影響を持った。また、中国からイスラーム世界に伝わった製紙法がシチリア島経由でもたらされ、13 世紀には製紙産業が勃興していた。

アマルフィの最盛期は 11 世紀に達成され、その後急速に衰退した。1131 年にはノルマン人による征服、1135 年、1137 年はピサによる略奪、そして 1343 年での嵐によって都市の大部分が破壊された。

観光[編集]

ドゥオーモ(アマルフィ大聖堂)

NAPLES PLAN

狭い土地を有効活用するため、アーチの上に家を建て、上へ上へと建て増したため、断崖にへばりつくように建物が密集している。外敵の侵入を妨げる為もあって階段で出来た路地が複雑に入り組んでいる。

アマルフィの代表的な建造物として、アラブ＝シチリア様式の大聖堂(アマルフィ大聖堂)がある。11 世紀に建造が始まり、雄大な正面（ファサード）、1066 年にコンスタンティノープルで作られた青銅製の扉、そして 13 世紀の美しい「天国の回廊(Chiostro del Paradiso)」など、特徴的な多くの追加工事が継続して行われた。

特産品はリモンチェッロと手漉き紙。リモンチェッロの原料にはこの地方特産のレモンが用いられる。今でもアマルフィの急斜面にはところどころレモン畑がある。手漉き紙はイタリア半島で最初に製紙法が伝わった場所であり、紙漉きに必要な清流が存在したことから発達した。

8 月 25 日：ポンペイ観光

ナポリ近郊にあるポンペイ遺跡は、古代ローマの都市と人々の生活ぶりをほぼ完全な姿で今に伝える貴重な遺跡です。西暦７９年８月２４日、ナポリ湾を見下ろすベスビオ火山が大噴火すると、南東１０キロに位置したポンペイの町は火山灰に埋もれてしまいました。その後、およそ１７００年の時を経て始まった本格的な発掘によって、古代都市の様子がまるで時が止まったかのように出現しました。
「シリーズ世界遺産１００」では、繁栄の頂点で突然消えた古代ローマのタイムカプセル、ポンペイの姿をつぶさに紹介します。発掘によって現れたポンペイの町は、整然と区画され、住居はもちろん、劇場や公衆浴場、下水道まで完備されていました。人口 1 万人以上と推定される町には、壁画やモザイク画、市民が記した落書きなどが当時のまま残され、ローマ帝国の市民たちの贅沢で、享楽的な暮らしぶりを鮮やかに物語っています。そうした平和な日々は、ベスピオ山の大噴火によって、一瞬にして奪われてしまいます。逃げ遅れた人々は吹きつけた高熱のガスで窒息死し、その上に灰が降り積もりました。灰は硬く固まり、肉体が朽ちて空洞が残りました。研究者たちは、その空洞に石膏を流し込み、死の瞬間の姿を浮かび上がらせたのです。それは、家の中で身を寄せ合う家族、最後まで子どもに寄り添う母親、互いをかばい合うように抱き合う恋人などの姿でした。石膏の人型は、一瞬にして平和な日々を奪われたポンペイ市民の悲劇を伝えています。ポンペイ遺跡は、はかない人間の宿命を物語る世界遺産でもあるのです。色々な遺跡の名称が記述された以下の地図を参照。

NAPLES PLAN

ナポリからポンペイ遺跡へ(ベスビオ周遊鉄道ナポリ・コッレガメント F.S.～ポンペイ・ヴィッラ・ディ・ミステリ間)

遺跡への足は、ナポリ・セントラレ（中央）駅と地下連絡通路でつながっているチルクムヴィェスヴィアーナ鉄道（ベスビオ周遊鉄道）で約 40 分。切符売り場は、メトロポリターナ F.S.線の改札前にあり、まぎらわしい。ホームはさらに奥にある。運賃は、往復割引切符を購入すること。

ナポリ・コレガメント・F.S.駅は、地下にある。起点になっているのは、この駅から 2 分ほど市内寄りにある駅から。しかし、便利なのはこの駅からで、乗る人が圧倒的に多い。到着したのはソレント行き、この列車がポンペイまで行く。行き先は、3 方面あるので、乗り間違えないように。

列車はポンペイ遺跡の最寄り駅へ到着

列車は、ポンペイ・ヴィッラ・ディ・ミステリ駅に到着。ここがポンペイ遺跡の最寄り駅。大半の乗客がこの駅で降りる。

ポンペイ・ヴィッラ・ディ・ミステリ駅駅舎。遺跡には、人の流れに付いて行くとマリーナ門前のチケット売り場へとたどり着く。

ポンペイ遺跡の数々

1900 年前ベスピオ山の大噴火により、一瞬にして火山灰の下に埋もれてしまった有名なローマ時代の都市遺跡。当時の人々の生活がそのまま封印されていて、つい数十年前まで、人が生活していたかのような錯覚に襲われる。

ポンペイ遺跡内には売店は無いので、地図と水は、入場前に手に入れておくと良い。

アポンタンツァ通り。ポンペイのメインストリート。

後ろにうっすらと見えるのが、ポンペイを呑み込んだベスピオ山。

大劇場跡。

レリーフもこんなに綺麗に。

円形劇場跡。

コロッセオム

ベッティウスの家の中庭

カリグラ門 カリグラ帝の凱旋門で今ではレンガがむき出しになっていますが、当時は大理石で覆われていたと考えられています。

NAPLES PLAN

ボンペイ遺跡 ボンペイの遺跡を見ていると過去にはどんな人達の生活があったのか・・・色々創造をかきたてられますね。それ程生々しい姿をとどめています。

座ったまま埋もれた人 この石膏は座ったまま手で口を覆って灰を吸わないように呼吸をしていた人だと推測されます

裕福な家には水道や下水道が設備されていました。雨水を溜める池もありました。

後方にベスビオ火山
後ろの火山が噴火してボンペイは灰に埋もれてしまったんですね

ボンペイのサウナ
昔もサウナ好きな人は多かったみたいですね

大噴火によって逃げ遅れた人々は高熱ガスによって窒息死したらしいです。こんな綺麗な場所にそんな悲劇があったなんて思えないですよね。

邸宅
完全復元された邸宅。中庭が素晴らしいですな～♪

商業都市
裕福なローマ市民が住む商業都市だったポンペイ

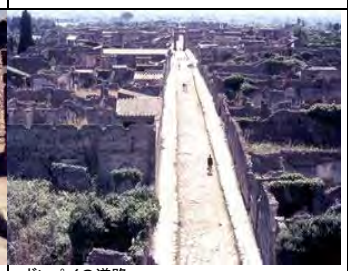
死体の彫像
流れてきた溶岩で体が包まれて焼かれ、のちに腐って空洞になったところに石膏を入れて再現された死体の彫像。リアル過ぎ･･･

壊滅
噴火によってポンペイの町を壊滅させたヴェスヴィオ火山！

船着場
荷揚げ場の面影を今も残しています。

ファウヌスの家のアトリウム
ポンペイの中で最も美しい邸宅であったと言われていて、敷地はなんと1131坪！！豪邸ですね。

飛び石の横断歩道
排水も考えた路面になっています。



ポンペイの道路
ここからの眺めだと街並みがわかりますね。

ヴェスヴィオ火山。
後ろに見えるのがヴェスヴィオ火山。

ポンペイの路地
当時のまま･･･と、言ってもおかしくないぐらいの形で残っていますね。

闘技場入り口跡
この入口から出て行く選手達の姿が思い浮かんでくるようです。

フォロ
神殿、集会所、演壇などがフォロ(広場)の周囲を取り囲んでおります。

メインストリート
昔はここの道を多くの人達が通ったんでしょうね。今は違う形で多くの人達がこの道を使っています

バジリカ(裁判所)
裁判所には重厚な空気が漂っています。

光を取り入れた家
ポンペイの街は規則的に区切られ計画的に設計された街でした。建造物は石でできていて部屋の壁には綺麗な絵が描かれています。

石で舗装された道路
港湾都市でもあったため商業が盛んで人通りも多いため、大きな通りは石で舗装されていた

遺跡入口のマリーナ門
二つの入口がわかりますでしょうか？右の大きい方が馬用で左の小さい方が人用です。

ヴェスビオ火山の被災者
本当に綺麗に形とられていますよね。怖いぐらいです。

NAPLES PLAN

ポンペイの水飲み場
水飲み場ですけど、鬼のような顔が彫られていますね。

ポンペイの街並み
火山灰に埋まってしまったとはいえ、綺麗に残っていますよね。

ポンペイ・レッドの壁画
この壁画は「デュオニュソスの秘儀の儀式」と呼ばれており、ポンペイレッドと呼ばれる独特の赤を基調とした壁画です。

ポンペイ遺跡
ポンペイには現在と変わらないような、体育場や浴場、商店街などが存在していた事がわかります。

逃げ遅れた人々
石膏でできているんですが、その当時の人達の姿がありありと残っているように感じます。

ポンペイ遺跡　空からの写真
ポンペイ遺跡全体の写真です。上から見ても広く綺麗な街並みです。

ポンペイ遺跡
色んな国からの観光客も多いです。

ポンペイ遺跡
考古学者の人たちは、遺体部分が腐ってなくなった部分に石膏を流し込んでその当時の死の瞬間を再現しています。マリーナ門近くの博物館に展示してあるそうです。

ポンペイ遺跡
火山灰に埋もれていたとは思えないですね。

神殿の柱
右に見えるのは神殿の柱だそうです

ヴェスヴィオ火山
奥に雪を被ったヴェスヴィオ火山が見えます。

像
所々に像などもあるみたいです。

スタビアーネ浴場
運動場を囲むように男湯、女湯、プール、更衣室などに分かれていたようです。

当時の生活感
当時の生活感を想像するだけでワクワクしますね♪

復元
何百年もうまっていたものをよく復元できるな･･･

神殿と中央広場
神殿や中央広場の建物。

石膏人形
発掘された空洞に石膏を流し込んで作られたものです。

入り口の門
一瞬にして火山灰に埋もれた古代都市･･･浪漫があるな～

パン屋の釜跡
奥に見えるのが焼き釜です。

バール
現代のバールのように立ったまま飲食できるカウンターも存在したみたいで

8 月 26 日 ： 日本へ帰国

Note: Hotel Information of Barbato

Attachment-1

カプリ島等への情報

ナポリ駅→ナポリ・モロベベレッロ港　タクシーで 10 分弱。料金は 10 ユーロ程度です。
※カプリ島行きの船は、中心地に近い Molo Beverello モロベベレッロ港か、Mergellina メルジェッリーナ港から発着します。本数は圧倒的に前者が多くなります。

カプリ島へは当日券で

【港での切符の買い方】
切符は、港の切符売り場で**直前に購入**します。
カプリ島への船は、SNAV、N.L.G.-linea jet、Neapolis、Caremar の各社があり、**切符の窓口は行き先別ではなく、船会社毎になっています**。乗りたい船の時刻と会社名を電光掲示板で確認し、各船会社の窓口で購入します。船の種類には、高速船（Aliscafo）と普通の船がありますが、高速船がオススメです。
ナポリ・モロベベレッロ港→カプリ島・マリーナグランデ港　高速船で約 45 分　料金 14 ユーロ

【船の時刻表】
青の洞窟に入るためには、その入場の確立の高さから、午前中にカプリ島に到着している必要があると言われています。だいたい、8 時台～9 時台が本数も多くオススメです。カプリ島マリーナグランデ港に到着したら、港の中ほど（インフォメーションのスグ下）にある**モーターボート乗り場に行き、青の洞窟行きのチケットを購入**します。**往復 10 ユーロ**
※もしも洞窟に入れない場合は、日本語で「入れません」の看板が出ています。

マリーナグランデ港。洞窟行きの切符売り場はスグわかります。

そう、青の洞窟は気まぐれな洞窟。**入り口が狭いので、波の高い日は入ることができません。**カプリ島についてから「入れない」なんて言われてもガッカリ！1 日をムダにしたくない。と言う方のための**裏ワザ**はないの?!
ナポリから発つ前に、事前に青の洞窟入場可または不可を、電話で確認する方法がありました！
電話：081-8375646　Motoscafisti capri（モーターボート発着場）
ただし、**9 時前後にならないと確定できません**。ナポリ泊の場合はホテルから 9 時に電話をかけ、入れることが確定したらタクシーで港へ、9：30 頃の船でカプリ島へ行く。といった裏ワザが可能です。前日やローマなどからの出発前に調べるということは、残念ながらできません。自然現象を相手意にしてますから悪しからずですね。この洞窟への入り口を見れば「ああ、その日にならなきゃわからないな。」と納得できる狭さです。
※また、9 時時点でオープンが確定していても、急な波の変化などにより閉鎖されてしまうこともありますのでご注意下さい。

さて、モーターボートですが、個人客の場合は人数が集まるのを待って随時出発となり、**時刻表はありません**。モーターボートがマリーナグランデ港を出発したら、後は一路青の洞窟へ。約 20 分で洞窟前に到着します。

青の洞窟カウントダウン１　洞窟入場用の小船に乗ろう

入場用小船に乗り換えるのに数時間待つことも。のんびり景色を眺めるのもそれなりに楽しい。

入り口がとても狭い青の洞窟には、さーらーに、小船に乗り換えて入場します。この小船乗り換え待ちに、**夏のバカンスピーク時なら 2～3 時間待ちなんてこともざらにあります**。10 月初旬でも 1 時間ほど待ちましたから。「なぬ～？モーターボートの上で数時間も？！」と驚いた方、ええ、そりゃあ驚きますよね。モーターボートがぐるぐると入り口の周りを移動しながら、日陰に入ったり、炎天下に戻ったりしながら順番待ちをします。日に焼けたくない！という方は、帽子は必需品です。空いている時期には、待ち時間なく乗り換えることができます。

海の上で船から船に乗り換えます。

また、船から船に海上で乗り換えるわけですから、動きやすい格好は必須です。スカートなどは、船乗りを喜ばせるだけでなく、自分も危険なので避けましょう。**4 人程度乗りの小船に乗り換えたら、小船代金と青の洞窟入場料を払います。**
小船代金　4.5 ユーロ，青の洞窟入場料　4 ユーロ
船に乗ってのお金の受け渡しですので、できるなら、事前に用意しておくのが無難です。お財布ごと海に落としちゃっても、誰も拾いに行ってくれませんから・・・。船頭さんに「そして、青の洞窟が気に入ったら、このしがない船乗りに心ばかりのチップを」と、事前に要求されるところが、なかなか旅情があってよろしい（？）。**チップは降りるときに、一人あたり 1 ユーロが相場**だそうです（船乗りジョバンニさん談）。

Attachment-1

青の洞窟カウントダウン０！　さあ、いざ洞窟へ！

こんなに狭い青の洞窟の入り口なのです。

船乗りの合図と共に、頭を下げての洞窟入り。波が高めのときは、全員で小船の上で仰向けになります。
幅約２メートル、高さなんと１メートル！の狭い洞窟の入り口には、鎖が取り付けてあり、船頭が引っ張り一気に中に入ります。これは、波が高かったら入れないナ～と納得の入り口です。よくまあ、こんなところを見つけたもんだと感心するのもつかの間、中に入れば、マリンブルーの世界。海底から青いライトでライティングしてるのか？と思うほどに眩く輝く青い海が待っています。

フラッシュをたくとこんな色味に。フラッシュなし は、こんな色味。どちらがお好き？

奥行き約 60 メートルの洞窟内は真っ暗。光る海以外に光源はありませんが、撮影にはフラッシュをたかない方がキレイに青が写るような気がします。ぐるりと小船が洞窟内を一周する間は非常に短い。シャッターチャンスはさほど多くはありません。一番奥に入ってから、洞窟の入り口に向けて撮影するのが良いようです。洞窟から出てきたら、行きのモーターボートに戻り、マリーナグランデ港まで戻ります。ということで、青の洞窟を自力で楽しむ徹底ガイドをご紹介しましたが、「うへーこんなにいろいろ自分じゃムリ。面倒くさい～」と言う方は、青の洞窟一日日帰りツアーが本当にオススメ。ベテラン日本人ガイドさんの説明付き至れり尽くせりケアで、ラクチンです。カプリ島での食事や観光もまとめてできます。

カプリ島、アマルフィ海岸など、ナポリ発着ツアー

ナポリ：サンテルモ城からの景色。奥にはヴェスピオ火山が見えます

ソレント市内はリゾート地のように美しいです。

これぞナポリの中心、スパッカナポリのウォーキングツアーも人気です

イタリアが誇るカプリ島と美しい海。透明度が違います。

プローチダ島の美しい漁村郡。絶好の写真スポットです

イスキアとの温泉：火山地帯にあるイスキア島は天然温泉がたくさんあります

アマルフィ海岸の町はどれも丘の斜面に小さく点在しています。この景色を眺めながらドライブです

南イタリアは食事も楽しみです。魚介中心の料理は新鮮な素材の味が生きていて、ほんとうに感動の味です

アマルフィの美しい大聖堂

Attachment-1

楽しくて美味しいモッツァレッラ製造見学

一人ではなかなか回れない南イタリアをツアーで満喫！

南イタリアは治安が悪いと言います。たしかにナポリ駅に降りた瞬間、イタリアの他の町と違う空気を感じるでしょう。でもその分楽しみも満載！イタリア第三の都市ナポリは喧噪と歴史に溢れていて、じっくり観光すれば「目から鱗」のような新しい発見に出会えます。

「Vedi Napoli,e poi muori!!!」（ナポリを見てから死ね）

というように、イタリア好きなら一度はナポリを見なくちゃだめです。好きな人ははまってしまう魅力に溢れています。また南イタリアは食事がとても美味しいです。ナポリピッツァは何度食べても感動の味。魚介のスープ、トマトのパスタ、真っ白のモッツァレラチーズ・・・。グルメの人もぜひ一度ナポリを中心に南イタリアを訪れることをお勧めします。

完全プライベートツアー！お好きなところにお連れします

本ツアーは完全プライベートで開催されます。日本語のガイド付きで好きな場所を自分のペースでゆっくりと観光できます。食べ物が好きなら、地元の食材店巡りもできますし、気になるレストランにもお連れいたします。個人ツアーで安心してのんびり観光できますよ。

お申し込みはこちら

ツアーは日本語ガイドで案内されます。日本でも働いたことのあるナポリ出身スタッフが、流暢な日本語でナポリ、南イタリアの裏の裏まで解説してくれます。個人ツアーなのでじっくり楽しく観光。これを機会にナポリの秘密、イタリアの不思議をどんどん聞き出してみましょう。楽しく充実した観光となるでしょう。

ツアー担当・ロレンツォ：lorenzo@amoitalia.com

（日本語でお問い合わせ可能です。予約手数料等は一切かかりません）

ツアー内容

- 日本語堪能なアテンドが付くので安心。イタリアの秘話・習慣が聞けて楽しいです。
- バス、電車、フェリーの公共交通機関の料金込みです。
- 別途料金でホテル待ち合わせ、送迎サービスも可能です。お気軽にお問い合わせください。
- レストランの食事代は含まれておりません。各自お支払いいただきます。
- ワインセラピー、美術館の入館等は別途料金がかかります。
- 表示料金はお一人様あたりの料金となります。
- ご希望の方には、地元の人が行くお勧めのレストランへお連れ致します。日本人だけでは行くことのできないお店ばかりです。
- 予約に関して手数料など一切かかりません。

ナポリ・ウォーキングツアー（約 4 時間）	ソレント観光ツアー（約 6 時間）
• カステル・ヌォーヴォ（Castel Nuovo）から、ナポリ絶景ポイント、サンテルモ城（Castel Sant' Elmo）へ • ナポリの風情が残る有名なスパッカ・ナポリ（Spaccanapoli）を歩き、ナポリのお土産屋さんを見ながら、地元の習慣などを楽しむ • 極上のナポリピッツァ店で解散（注文を手伝ってから解散します） • （1 名参加）160 ユーロ （2 名参加）90 ユーロ／人 （3 名参加）70 ユーロ／人 （4 名参加）55 ユーロ／人	• ナポリ中央駅で待ち合わせ • 絶景が楽しめるヴェスヴィオ周遊鉄道（Circumvesuviana）でソレントへ移動 • ソレント市内観光 • 地元美味しいレストランで食事 • 電車でナポリへ • （1 名参加）210 ユーロ （2 名参加）125 ユーロ／人 （3 名参加）95 ユーロ／人 （4 名参加）80 ユーロ／人
カプリ島ツアー（約 8 時間）	プローチダ島でワインセラピー（約 8 時間）
• ナポリ港待ち合わせ、水中翼船でカプリ島 • 青の洞窟（Grotta Azzurra）を見学 • カプリ島内観光 • 地元美味しいレストランで食事	• ナポリ港で待ち合わせ。水中翼船でプロチダ島へ • 島内観光、カラフルな家々が並ぶコッリチェッラ（Corricella）地区で写真撮影 • 美味しいトラットリアで夕食

Attachment-1

• ナポリに向けて乗船 • （1 名参加）330 ユーロ （2 名参加）200 ユーロ／人 （3 名参加）160 ユーロ／人 （4 名参加）140 ユーロ／人 • カプリ島往復の船代は含まれてます • 青の洞窟に入るには別途 1 名おおよそ 23.50 ユーロかかります。 • 天候不順の場合は別ツアーに振り替えとなります。詳しくはメールでご確認下さい	• ワインで美容トリートメント • ナポリのに向けて乗船 • （1 名参加）310 ユーロ （2 名参加）180 ユーロ／人 （3 名参加）140 ユーロ／人 （4 名参加）120 ユーロ／人 • プロチダ島往復の船代は含まれてます • ワインのエステは別途 1 名 100 ユーロかかります（エステなしの島観光のみも可）
イスキア島・ボート周遊ツアー（約 8 時間）	**イスキア温泉ツアー（約 8 時間）**
• ナポリ港で待ち合わせ、水中翼船でイスキア島へ • 徒歩で島内観光 • 地元レストランで食事 イスキア島の郷土料理を楽しめます • ボートで島巡り観光 • ナポリに向けて乗船 • （1 名参加）320 ユーロ （2 名参加）195 ユーロ／人 （3 名参加）150 ユーロ／人 （4 名参加）130 ユーロ／人 • イスキア島往復の船代は含まれてます • イスキア島を巡るボートは別途 1 名 15 ユーロかかります	• ナポリの港で待ち合わせ、水中翼船でイスキア島へ • ネゴンボ温泉（Negombo） でリラックス • ナポリのに向けて乗船 • （1 名参加）320 ユーロ （2 名参加）195 ユーロ／人 （3 名参加）150 ユーロ／人 （4 名参加）130 ユーロ／人 • イスキア島往復の船代は含まれてます • ネゴンボ温泉の入館料は別途 1 名 30 ユーロ • 水着が必要です。ご持参ください。
複数日ツアーも可能です	
• ナポリとその小島をすべて観光する、宿泊ツアーも開催可能です • 例：3 泊 4 日でナポリ、イスキア島、プローチダ島、カプリ島を観光します • その他、ポンペイ遺跡、パエストゥムのギリシャ神殿など • 個人ツアーなのでご希望のツアー、ご希望の日程でスケジュール可能です。お気軽にお問い合わせください。	

専用車で巡る南イタリア

下記ツアーではツアーガイドと一緒に専用車で効率的に観光します。人気急上昇中のアマルフィへも、美しい海岸線を眺めながら車で入ります。2 名までなら小型車、7 名までなら中型バンをご用意いたします。もちろんツアーガイドは日本語で案内してくれます。楽しいですよ。

- 日本語堪能なアテンドが付くので安心。イタリアの秘話、習慣が聞けて楽しいです。
- レストランの食事代は含まれておりません。
- 美術館や施設の入館料は別途がかかります。
- 表示料金は参加者全員の合計料金となります。
- ご希望の方には、地元の人が行くお勧めのレストランへお連れ致します。日本人だけでは行くことのできないお店ばかりです。食事代は各自別途かかります。
- 予約に関して手数料など一切かかりません。
- キャンセルポリシー

  予約の 5 日前までのキャンセルはペナルティーございません。
  予約の 4 日前から 2 日前にキャンセルの場合は、ツアー料金の 70%をお支払いいただきます。
  予約の前日および当日のキャンセルは、ツアー料金全額をお支払いいただきます。
  キャンセル料のお支払いは指定の日本の銀行口座へのお振り込みとなります。

アマルフィ海岸ツアー（約 8 時間）
• ナポリのホテルで待ち合わせ • 専用車で「アマルフィー海岸の真珠」と言われるポジターノへ • ポジターノの町散策 • 「絶品シーフード」と評判の高いレストランでで食事 • 専用車でポジターノからアマルフィーへ • エメラルドの洞窟（Grotta dello Smeraldo）の観光 • アマルフィ市内観光：大聖堂、天国の回廊、地下聖堂など • 専用車でナポリへ帰ります • （2 名まで）合計 550 ユーロ、（7 名まで）合計 630 ユーロ • 上記料金には車代、運転手代、ガソリン代、駐車場代がすべて含まれます。 • 洞窟や天国の回廊などの入館料は別途かかります。

Attachment-1

モッツァレッラ見学ツアー（約 6 時間）
• ナポリのホテルで待ち合わせ • 専用車にてペストゥム（Paestum）の町のモッツァレッラ工場見学 サラーティ（Salati）乳製品工場で水牛から作られる「モッツァレッラ・ディ・ブッファラ」の製造過程を見学します。日本人にはなかなか知ることのできないモッツァレッラの作り方を楽しみましょう！ • ユネスコ世界遺産に登録されたペストゥムの遺跡寺院を訪問 • サラーティ工場で乳製品ベースで軽いランチ • 専用車でナポリへ帰ります • （2 名まで）合計 470 ユーロ、（7 名まで）合計 560 ユーロ • 上記料金には車代、運転手代、ガソリン代、駐車場代がすべて含まれます。 • モッツァレッラ工場でのチーズランチは別途 1 名 15 ユーロかかります。
ワインツアー（約 6 時間）
• ナポリのホテルで待ち合わせ • 専用車にて タウラージ（Taurasi）の町のワイナリー見学に出発。 タウラージ産のアリアーニコ（赤ワイン）は“南のバローロ”と言われるほどで、南イタリアで唯一の DOCG ワインです。 • 日本語ガイドでワイナリー・カジャーノ（Caggiano）を見学。ここで地元のチーズ加工サラミを試食しながら、グレーコ・ディ・トゥーフォ DOCG、フィアーノ・ディ・アヴェリーノ DOCG タウラージ DOCG の三種のワインを試飲して寛ぎましょう。 • 近くのアグリトゥリーズモで郷土料理を堪能 • （2 名まで）合計 460 ユーロ、（7 名まで）合計ユーロ 580 ユーロ • 上記料金には車代、運転手代、ガソリン代、駐車場代がすべて含まれます。 • ワインの試飲会は別途 1 名 15 ユーロかかります。

Attachmen-2

ソレントへの行き方（Circumvesuviana 鉄道）

ナポリ中央駅の一番端にある Circumvesuviana 線のホーム

電車の中は明るくて眺めが良いです。結構混みます。

レント駅に到着、ナポリからは約 1 時間 10 分の楽し旅

ソレント駅前はとても綺麗。アマルフィ行きのバス停も駅前にあります

ナポリからは Circumvesuviana 鉄道（ヴェスヴィオ周遊鉄道）で

ナポリ中央駅の一番端に、ソレントやポンペイに行く「Circumvesuviana 鉄道」が発着しています。小さな地下鉄のような列車はとてもかわいらしく、曲がりくねった線路はまるで遊園地のトロッコ列車に乗っているかのようです。出発のナポリは街並みが上から見られて楽しく、しばらくすると見晴らしの良い風景が続きます。乗車しているのは観光客や住人が多く、とても治安の良い雰囲気、ほのぼのしています。

ナポリから約 30 分、3.30 ユーロです

鉄道は 30 分に一本程度運行していて、ナポリ＝ソレント間の所要時間は約 1 時間 10 分。キップは時間指定の「Unico Fascia 5」というチケットで、3.30 ユーロ（2009 年時点）です。Circumvesuviana 鉄道の駅の窓口で「ソレントまで」といえば簡単にキップが購入可能です。もちろん刻印は忘れない用にしましょう！

鉄道の時刻表は事前に調べておきましょう

Circumvesuviana 鉄道公式サイトでは列車時刻も検索できて便利です。
ナポリ中央駅は「NAPOLI - GARIBALDI (STAZIONE CENTRALE F.S.)」、ポンペイ遺跡は「POMPEI - SCAVI VILLA MISTERI」、ソレントは「SORRENTO」で検索します。
（Circumvesuviana 公式サイト：http://www.vesuviana.it/web/）

Circumvesuviana 鉄道の時刻表

Circumvesuviana 鉄道の時刻表の PDF は下記ページからダウンロード可能です。
英語：http://www.vesuviana.it/web/en/Orari
イタリア語：http://www.vesuviana.it/web/it/Orari

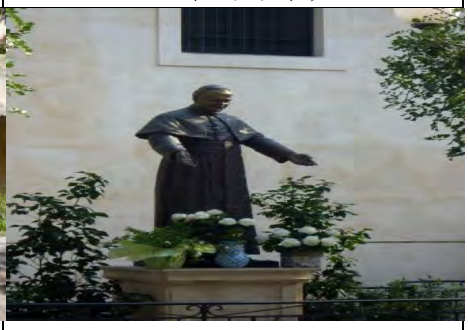
ナポリからソレントまでの停車駅

1. SORRENTO
2. SANT'AGNELLO
3. PIANO DI SORRENTO
4. META
5. VICO EQUENSE - SEIANO
6. VICO EQUENSE
7. VICO EQUENSE - SCRAJO
8. CASTELLAMMARE DI STABIA - POZZANO
9. CASTELLAMMARE DI STABIA
10. CASTELLAMMARE DI STABIA - VIA NOCERA
11. CASTELLAMMARE DI STABIA - PIOPPAINO
12. POMPEI - PONTE PERSICA
13. POMPEI - MOREGINE
14. POMPEI - SCAVI VILLA MISTERI
15. TORRE ANNUNZIATA - OPLONTI
16. TRECASE
17. TORRE DEL GRECO - VIA VIULI
18. TORRE DEL GRECO - LEOPARDI
19. TORRE DEL GRECO - VILLA GINESTRE
20. TORRE DEL GRECO - VIA MONACI
21. TORRE DEL GRECO - VIA MONTE
22. TORRE DEL GRECO - VIA SANT'ANTONIO
23. TORRE DEL GRECO
24. ERCOLANO - MIGLIO D'ORO
25. ERCOLANO - SCAVI
26. PORTICI VIA LIBERTA'
27. PORTICI BELLAVISTA
28. SAN GIORGIO CAVALLI DI BRONZO
29. SAN GIORGIO
30. NAPOLI - SANTA MARIA DEL POZZO
31. NAPOLI - BARRA
32. NAPOLI - SAN GIOVANNI
33. NAPOLI - GIANTURCO
34. NAPOLI - GARIBALDI (STAZIONE CENTRALE F.S.)

Attachmen-2

	35. NAPOLI - PORTA NOLANA - CORSO GARIBALDI

ソレントの名所

タッソ広場	マリーナ デルカントーネ	ソレントのカテドラル
		
聖フランシス教会（ソレント）	Chiostro di San Francesco	Basilica di Sant'Antonino

ナポリ観光ガイド

数々の支配の下、めまぐるしい苦難の歴史を歩んで来た南部最大の都市ナポリ。その文化、富、カオス、食、美が放つエネルギーは、他では見ることのできない独特のものです。美しいナポリ湾にかすむヴェスーヴィオ火山、街に散りばめられた豊かな建造物、無法地帯と化した道路、ピッツァを頬張る陽気なナポリ人たち・・・

関連イメージ (2)

- 歴史
- 中心地
- 市内の交通
- 観光名所
- 主な食べ物

歴史

紀元前：£9世紀に、ギリシア人によってネアポリス（新都市）と名付けられたナポリは、その後ローマ時代を経て、ノルマン人によって統治されました。46#世紀になるとアンジュー家、続いてアラゴン家の王国が置かれました。そして、4836年スペインの支配下に置かれると、瞬く間に大都市へと発展。4：67#年には、ブルボン王家のもと「首都ナポリ」へと返り咲きました。

中心地

ナポリ中央駅からメルジェリーナ港までの東西約8kmに及ぶ地域が中心地とされています。
中央駅前からウンベルト4世通りを南西へ下った先には、テアトロ・サン・カルロや王宮が面したトリエステ・エ・トレント広場とプレビシート広場が広がっています。更に南へ向かうと、サンタ・ルチア港へと続きます。
ウンベルト4世通りの北側のドゥオーモ通り、ローマ通り一帯の下町は、スパッカ・ナポリと呼ばれています。大学生街であること、点在する古い教会、クローチェ通りに立ち並ぶ老舗の菓子店などの懐かしい雰囲気が気持ちを和ませてくれます。
一方、ヴェロメの丘の南斜面は山の手地区となっています。海が見渡せる丘斜面には高級住宅街が並び、丘の麓のアメディオ広場からミッレ通りは、ブランド店が軒を連ねる高級ショッピング街となっています。

市内の交通

- 地下鉄
- ケーブルカー
- バス

6つの交通機関の切符は、***UNICO NAPOLI ウーニコ・ナポリ***という共通券になっています（ケーブルカーは4回乗車のみ有効）。駅窓口、タバッキ（タバコ屋）で販売。

UNICO NAPOLI ウーニコ・ナポリ	
<3分券	4153ユーロ
1日券	6193ユーロ
週末1日券	6ユーロ

地下鉄

ナポリ中心街にはOlqhd4（4号線）とOlqhd5（5号線）の5線の地下鉄が通っています。治安が悪いナポリで地下鉄を使うのは危険だと思いがちですが、実際はそれほど危険ではありません。特に4号線は、車輌も比較的新しく、近代アートで飾られたモダンでお洒落な駅が多いのが印象的です。また、Olqhd5はイタリア最古の地下鉄です。

運行：9時〜56時。9£48分間隔で運行

Olqhd4（4号線）

- 観光主要駅

DANTE ダンテ駅
ダンテ広場、歴史的中心地区最寄り駅。

MUSEOムゼオ駅
国立考古学博物館につながる駅。Olqhd5のFdyrxu(カブール）駅と地下道で連結。

検索

他のガイドを観る

州を選ぶ...

関連データ

ベッド＆ブレックファスト +95，
ユースホステル +7，
レジデンス +5，

ルフトハンザー公式サイト

ルフトハンザでお好きな目的地へ 快適なフライトをお楽しみください！

ザッピング

イタリアのお菓子
イタリア語では、甘いものをGROFH ドルチェと呼びます。お隣のフランスやオーストリアのケーキがあまりに有名なため、どうもかすんでしまいがちなイタリアのデザート。しかし、よく考えてみれば、ジェラートやティラミス、パンナコッタなど、日本のファミレスメニューにも載っていそうなこんなデザートたちも、実はイタリアン・ドルチェなのです。

イタリアの鉄道
イタリアの街と街、そしてヨーロッパの年をもつなぐ鉄道。特に個人旅行には欠かせない交通手段です。また、鉄道からでしか観られないイタリアの風景も、鉄道旅行の楽しみの一つです。

パレルモ観光ガイド
シチリア州の首都パレルモは、シチリア島の北側、ティレニア海に面した湾岸沿いの町。パレルモの名の由来、ギリシア語のSdqrup rv(すべて港）からも解るように、パレルモの歴史の背景には常に海が存在してきた。

フェラーラ観光ガイド
エミリア・ロマーニャ州の県フェラーラには、自然の恵みと芸術の宝が豊富に存在する。中世の歴史区、城、自然を保つ平野と湖周辺に点在する貴族の邸宅、そしてフェラーラの人々の温かいもてなし。

VANVITELLI ヴァンヴィテッリ 駅
ヴォーメロ地区の中心にあるヴァンヴィテッリ広場。サン・マルティーノ美術館、サンテルモ城最寄り駅。ケーブルカーの中央線のSlq}}d#Ixjd(ピアッツァ・フーガ)駅、キャイア線のF}p durvd(チマローザ)駅と地下道で連結。

Olqhd5(5号線)

- 観光主要駅

POZZUOLI ポッツォリ駅
Fxp d(クーマ)の遺跡。

CAMPI FLEGREI カンピ・フレグレイ駅
Wuhqlwddd(IV)の駅と併用。

MERGELLINA メルジェッリーナ駅
メルジェッリーナ港。この駅もWuhqlwddd(IV)の駅と併用。

AMEDEO アメデオ駅
ケーブルカーのキャイア線Sdufr#P dujkhulwd パルコ・マルゲリータ駅が隣接。

CAVOUR カブール駅
国立考古学博物館、ドゥオーモ最寄り駅。Olqhd4のP xvhrムゼーオ駅と地下道で連結。

GARIBALDI ガリバルディ駅
ナポリ中央駅の地下、Slq}}d#J duledqj駅。Sr}}xrd方面行きは7番ホームから発車。

ケーブルカー
丘に囲まれたナポリには欠かせないケーブルカー%IxqlfrdluhフニコラーレFxqlfrodu。
全部で7路線あります。ヴェロメの丘へは、チェントラーレ線、キアイア線、モンテサント線のいずれかを利用してください。

運行:7時〜22時。43〜48分間隔で運行。

バス
路線が複雑なので、事前に観光案内所で路線図を入手しておくと便利。
観光には、中央駅〜ヌオーヴォ城近くのムニチピオ広場〜トリエステ・エ・トレント広場を結ぶR5番線(8:53〜57:33間を約10分間隔で運行)が役立つ。

タクシー
正規のタクシーは、車の上にTAXIと表示されているもの。
支払いのトラブルが多いので、発車前の時点でメーターが点灯しているか必ず確認しましょう。最低運賃は約8ユーロ。

観光名所

国立考古博物館 P xvhr#Dufkhrrjlfr#Qd}rqdoh
ポンペイやエルコラーノ遺跡からの発掘品を中心に、膨大な数の発掘品を収める考古学博物館。
ポンペイのファウノ家から発掘された「アレキサンダー大王とダリウス大王の戦い」をはじめ、ローマ時代の彫像、石棺、モザイク画、フレスコ画、ガラス・宝飾品が多く収められています。

王宮 Sdodl}}r#Uhdoh
4933年建築家ドメニコ・フォンターナが着工し、改築後はブルボン王家が住んだ王宮。建物の外には広大なプレビシート広場もあります。現

在、内部は博物館になっています。4:～4;世紀のナポリ派の絵画や4;～4<世紀の調度品などが収められています。

ヌオーヴォ城 Fdvwhoo#Qxryr#マスキオ・アンジョイーノPdvfkr#Dqjrlqr#,
45:<年アンジュー家によって建設、48世紀にアラゴン家のアルフォンソ4世が再建した王家の城。
入り口の凱旋門は、アルフォンソ4世の入場を記念して建てられたもので、ゴシック0ルネッサンス期の傑作とされています。内部のパラティーナ礼拝堂にはジョットのフレスコ画の一部が残っています。

卵城 Fdvwhoorkhoo#Ryr
ナポリの街で一番古い城。45世紀にノルマン人が建てた要塞で、アンジュー王家の時代には牢獄としても使われていました。
この小島に建つ城とナポリ湾の眺めは、ナポリを代表するもの。

ドゥオーモ Gxrp r
右側廊には、聖ジェンナーロの血を収めていることで有名な礼拝堂があります。聖ジェンナーロの血は、毎年8月と<月に液化するといわれています。
左側廊の奥は地下遺跡に通じ、ギリシア時代の壁やローマ時代の放水路を見ることができます。

国立カポデモンテ美術館 Pxvhr#Od}lrgdh#l#Fdsrgo rgwh
元々は王家専用の狩場だったカポディモンテ公園内にある美術館。建物は元ブルボン家王宮(4:76年建造)。中世の板絵、ラファエロ、マザッチョ、ボッティチェリなど48〜4:世紀の絵画、4;〜4<世紀の調度品、マジョリカ焼きなどが展示されています。

国立サン・マルティーノ博物館Pxvhr#Od}lrgdh#l#Vdg#Pduwlgr
4658年に建設、48:;年バロック建築に改築された修道院。内部は、ナポリ王国時代の歴史に関する展示中心の博物館があります。
隣には、星型の要塞サン・テルモ城があります。

サン・セヴェーロ礼拝堂 Fdsshoh#Vdg#Vhyhur
堂内にある彫刻「ベールに覆われたキリストFulwr#Vhoiwr」の生々しさには、圧倒されるものがあります。

主な食べ物

ピッツァPizza
ピッツァの発祥はナポリ。普通にピッツァといえば、トマトソースにモッツァレッラ、バジルをのせた「マルゲリータ」のこと。生地が薄いわけでもなく厚いわけでもなく、カリッともっちりとしたなんともいえない食感が特徴です。
マルゲリータという名前は、ナポリのピッツァ職人が、マルゲリータ王女のために焼いたことから命名されたそうです。

スフォリアテッラSfogliatella
貝殻をかたどったひだが何層もあるパイ状の生地の中にリコッタ、カスタードクリームやアーモンドクリーム等を入れ、オーブンで焼き上げた菓子。パリパリとした非常に硬い焼き上がりが特徴。
また、生地にSdvwd#hurcoh#パスタ・フローラと呼ばれる柔らかいビスケット生地を使ったスフォリアテッラ・フローラというものもあり、こちらはずんぐり丸もしく握りこぶしのような形をしています。

パーネ・カフォーネPane cafone
外皮が硬くて中がもっちりとした ナポリの田舎パン。味はやや酸味があり、塩のコクがあって味わい深いパン。

モッツァレッラ・ディ・ブファラ・カンパーナD.O.P. Mozzarella di bufala campana D.O.P.
水牛の乳で作ったモッツァレッラ。一般のモッツァレッラに比べて格段にコクとうまみがあります。 モッツァレッラ・ディ・ブファラ・カンパーナと呼ばれる ものは、南イタリア種の水牛の乳を使用、搾ってから49時間以内にモッツァレッラ生産場へ届けられ乳を使用、一定の脂肪分を満たしていなければならないな どの規定をクリアしていなければなりません。

【ANA】国際線がこの価格？
価格重視派必見！人気路線多数設定 おトクな海外航空券はコチラ

Attachmen-4

Brandi（ブランディ）
住所　Salita　S.Anna　di　Palazzo 1/2
電話　081-416928
時間　12:30〜15:00　19:30〜24:00
休み　火曜日
http://www.brandi.it/

王宮のあるプレビシート広場の近く、カフェ・ガンブリヌスの横の道を入ると右手に↓の看板が見えてきます。
矢印の小路に入りこむと創業 1780 年、パヴァロッティもファンだというマルゲリータ発祥の店ブランディ。
ランチもピザでしたが、夜ご飯もピザ。だって美味しいんだもん！
そして明日、食べれるとは限らないピザ、一人の今日のうちに。

店の前の小路にパラソルを立てたオープンテラス席もあるけれどちょっと雰囲気じゃない（笑）
階段をあがって 2 階席へ案内してもらいました。
ピッツェリアとはいえ、こちらはアンティパストも充実してるし、プリモにパスタや肉料理なんかもメニューに。
テーブルにはクロスがかかってこちらはリストランテの雰囲気、昼間のミケーレとは全く趣きを異にしています。
アンティパストはカプレーゼじゃないものをと思って頼んだつもりが結局カプレーゼ類似品。
メニューの説明を見た時には似てるな？とは思ったんだけどまさか・・・ね（笑）

名称不明。でもやっぱりモッツァレラとトマトって相性いい！！
バジルのかわりにルッコラにリーフチコリー・フラスタグリアータかな？
ナポリのモッツァレラってミルキーでとろ〜りとした食感で激ウマ♪

Attachmen-4

そしてマルゲリータはやっぱりもちもち♪この弾力のあるもっちり感はナゼにナポリだけ？
味もはっっきりしっかりメリハリがあり、ミケーレよりやや、本当にほんのわずかだけど塩味きつめ。
そして生地はミケーレよりしっとり感あり。
とは言え、私の舌ではどちらも甲乙つけがたし。
昼夜と続けて食べても飽きない、いえ、もう一枚食べたくなてしまうナポリのピザはやっぱり絶品♪
日本でこのもっちり感に出会わないのはナゼ？水が違うって話もあるけど？
そして太陽の国のトマト＆本場のモッツァレラの組み合わせがまた日本とは違うんでしょうネ！

この日だけ？南イタリアの私たち日本人の耳にも親しんだ陽気な歌と演奏が。
もちろん楽しんだので心づけのチップを。

一人のナポリの夜、そして現地時間では誕生日の夜でもありましたが、カメリエーレは陽気で絶えず一人の私を気づかってくれましたし、周りのテーブルからはシャンパンやワインのプレゼント♪
誕生日と知ってのことではなく、こちらも一人で食事をしている東洋人を気づかって？
ブログ用の写真を撮ってるだけなのにアメリカ人のご夫婦はマルゲリータと一緒の私の写真を撮って下さいました♪♪♪
0$$%A!<%:!J>P!K
ナポリという土地がそうさせるのか陽気な BGM にみんなが笑顔、思いがけず幸せで楽しい一人だけど一人ではない誕生日となりました。

週末とあってか店内は満席、私は行く直前にホテルのコンシェルジュに空席の確認と予約をお願いしました。
上の写真歌っているおじさんの後ろが二人向かい合わせのバルコニー席。
路上のパラソル席よりは私はこちらがおススメ！ここ一席のみですので予約の時にゲットできたら♪です。
次回ここを訪れることがあったら私もここを予約するつもり。

Attachment-5

大容量10GBのジオプラスならドメイン無料！

500円ですぐ入れる葬儀の保険
www.osohshiki.jp
最大66,000円安くなる葬儀の保険。支払いはたった1回／500円のみ
Ads by Yahoo! JAPAN

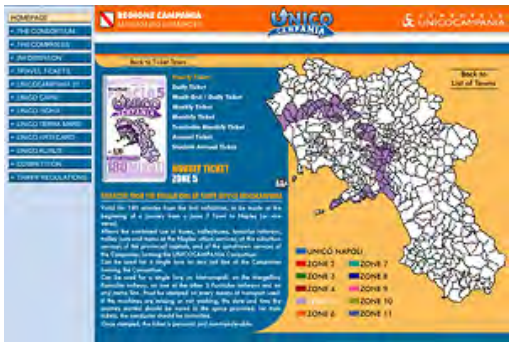
2005年夏・南イタリア旅行記
～アマルフィ～

今日は、ナポリから少し足をのばし、地中海を想わせる美しい海岸線で知られる「アマルフィ海岸」を目指す。また違ったイタリアの風景が見られるはずだ。今回の旅行ではぜひ行ってみたかった所。

アマルフィは、ローマから約２００Km、ナポリからだと４０Kmほど南東にある海岸線にそった海洋都市である。まだ日本人には馴染みが薄いかも知れない。ナポリからの行き方はいくつかある。イタリア鉄道ではサレルノへ、私鉄または船ではソレントから入る。サレルノーソレント間のいわゆるアマルフィ海岸はバスまたは船の移動となる。（↑地図をクリックすると拡大図）

今回のルートは、いろいろ考えてみたが、ナポリ湾の海岸線をそって走るベスビオ周遊鉄道でソレントに行き、バスに乗り換えてアマルフィへ立ち寄り、サレルノからイタリア鉄道でナポリにもどるオーソドックス（？）な日帰りの周遊コースを選んだ。

行きのベスビオ周遊鉄道は、ナポリ中央駅（地下）からも乗車できるが、混雑をさけて１つ先のガリバルディ通りに面した始発駅（Napoli Porta Nolana）から乗る事にした。



（時刻表）　（路線図）

時刻表によるとソレント行きは、２０～３０分間隔くらいで出発しているようだ。乗車券は、カンパーニャ州の公共交通機関は、「UNICO CAMPANIA」を使用する。エリアと時間で料金が決められ、ナポリからソレントだと「エリア５」となり１８０分間有効で３．２ユーロだ。バスも共通なのでうまく乗り継ぎするとアマルフィまで行ける可能性もある。窓口で乗車券を買って、改札で刻印機を通し、ホームに着くと、ちょうど７時３９分発のソレント行きに間に合った。

発車直前であったが始発駅なので余裕で座れた。座席は、あのポンペイやエルコラーノを大噴火で消失させたベスビオ火山が眺望でき

Attachment-5

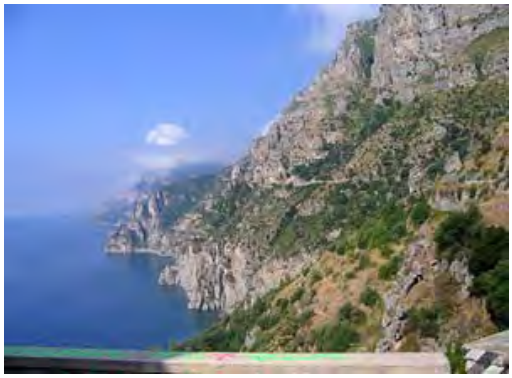
る進行方向左側を選んだ。一方右側からはナポリ湾が時折観る事ができる。

ナポリからソレントまでは１時間少々の旅。終点ソレントに８時前に到着した。ここからはアマルフィ行きのバスに乗り換える。乗り場は駅前のスロープを１段さがったところ

にバス停があった。バス会社は「シータ」でこのアマルフィ海岸を往復している貴重な交通機関だ。観光客だけでなくもちろん地元住民も利用する。次のアマルフィ行きの９時１５分発に乗車。

（時刻表 QUADRO 14）

こちらも始発なのでうまく座れたが発車直前にはほぼ満席となった。座席はもちろん海が観れる右側を確保。ソレントの市内を抜けるとすぐにティレニア海が見えてきた。もっと低い海岸ぞいの通りに道があってそこを走るのかと思ったら、ずいぶん標高の高い断崖の上を走って行く。道は結構狭く、カーブが続く。おまけに夏休み期間でもあり違法駐車が多い。そこをすり抜けて行く運転テクニックはなかなかのものだ。



アマルフィ海岸は、ティレニア海に面したサレルノまでの約５０kmの美観地区。世界遺産にも指定されていて内外の観光客でいつも賑わっている。南国情緒豊かなこのあたりは。やはり特に夏場がピークらしい。

強い日差し、青い空と海、切り立った断崖そして山沿いにそって密集する住宅のコントラストは絵画のような美しさ。特に、ソレントから１時間ほど行った「ポジターノ」は、まさに絶景である。白を基調とした建物が重なるように海から山にむかって建てられている。できる事なら、途中下車をして散策をしてみたいが、時間がないのでしばし車窓から景色を楽しんだ。

Attachment-5

このあたりから渋滞ぎみとなってきたが、景色を楽しむ分には都合がよい。渋滞の原因はやはり違法駐車だ。もともと道が狭い上に、山側に列をなして駐車しているものだからバスがなかなか進めない。特に夏場はひどいらしい。←ドライバーも結構、熱くなっている。アマルフィ手前の難所もやっとの事で過ぎ、ソレントから２時間少々かかってようやく終点アマルフィの町（バスターミナル）に到着した。

アマルフィは、中世、ローマ帝国の時代、イタリアで最も早く貿易海洋都市として栄えた場所で歴史ある古都である。現在は、人口6000人くらいだがアマルフィ海岸観光の中心地でいつも賑わっていて活気のある町だ。海岸ぞいのバス停からすぐにマリーナ門があって、ここを入ると町中となる。マリーナ門の横にはタイル画で中世のイタリアから中東付近の貿易地図が描かれていて、かつて海洋都市だった事を思わせる。

マリーナ門をくぐると、すぐにアマルフィの象徴、ドゥオーモ（大聖堂）がそびえる広場に出た。こじんまりとした広場だが、すぐに目に入るのが大きな階段につづくドゥオーモ。港町だけに漁師の守護神、聖アンドレアがまつられている。細かな石片でみごとにモザイクを構成し、また左にそびえる鐘楼は、ミドリと黄のタイルで美しく飾られている。アラブ・イスラム様式の影響を受けた建築でアマルフィの象徴だ。やはりその存在感はすごい。

広場には噴水があって、レストラン、カフェテラス、土産物屋があり観光客で賑わっている。一休みしたいところだが、まずはドゥオーモに入ってみる事にした。階段を上がっていくと正面だが、見学用の入り口は、左側にある。入場券（2.5ユーロ）を購入して中に入ると、まず、天国の回廊（Chiostro del

Attachment-5

Paradiso）と呼ばれる教会の中庭を囲むよう

にシンメトリックに造られた白い回廊がある。
いる。その先は、教会の博物館になっていて、
進むと薄暗い地下聖堂があり、ここには聖アン
ーモの聖堂に出た。ここはバロック様式の造り

朝
ーモ
「S.
ウエ
う事
追加
た。
マト
訳て

る。

ドゥオーモ広場から賑わいをみせている１本のメインストリート（ロレンツォ通り）がお
い。両側には土産物屋、パスタ、フルーツ、パンなどの食品、酒屋、雑貨、ＢＡＲといろ
いるだけでも飽きない。

Attachment-5

中でもアマルフィの特産と言えば、レモン。日本のものよりやや大きめでしっかりしている。そしてこのレモンの皮から作ったお酒が、最近よく知られるようになった「レモンチェッロ」だ。アルコール度数は３５度くらいだから結構強い。酒屋で少し試飲させてもらったが、甘口のリキュールでレモンの香りがすばらしい。よく冷やしてストレートで飲むのが基本との事。このあたりでは何種類ものレモンチェッロがあちこちで売られている。凝ったビンでなければ１０ユーロ程度で買えるのでそう高くはない。もちろん買って帰る事にした。また、よく見掛けるのがカラフルなタイル画だ。アマルフィをイメージしたタイルがたくさん店先にかけられ楽しませてくれる。このあたりは陶器、タイル工芸も盛んで家の表札や番地表示などもよくタイルが使われている。

ロレンツォ通りを一通り楽しんだ後は、アマルフィの全景を見るため高台を目指す。ただ道はかなり複雑だ。これも港町として外的から守るための工夫かも知れない。かなり狭い道や階段が入り組んでいて、地図を持っていないと、へたをすると、また元のところに戻ってしまう事もある。民家を尋ねるような狭い道をなんとか上へ上へと上がって行くと囲まれた狭い空間からようやくパッと開けたところに出た。下はレモン畑で展望台とはなっていないが、アマルフィの町を一望できる場所だ。あれだけいた観光客もここには誰もいない。鐘楼の鐘の音を聞きながら静かにゆっくりと景気を楽しむができた。

Attachment-5

アマルフィからの帰路は、船を利用する事にした。ちょうど午後３時１５分に「Metro del Mare」のサレルノ行きがあった。サレルノへはSITAのバスでも行けるが、時間が合えば、船が早くて便利だ。しかしサレルノ港からイタリア鉄道のサレルノ駅まで海岸道路を２キロくらい歩かなければならないのが難点。

埠頭で切符を購入。船は定刻より若干遅れて到着したが無事乗船。一路サレルノへ向かう。バスだと定刻で１時間１５分かかるが船だと２０分くらいのもので快適だ。ただ船便は本数が少ない。また、アマルフィに接岸する埠頭が２つあり、直前に予定と変わる事があるので要注意だ。

波もおだやかで揺れる事もなくサレルノ港についた。アマルフィに比べるとずいぶん都会であるが夕時なのか静かな雰囲気である。港から少し山側に海岸通りがあり東へまっすぐ２５分ほど行くとようやくイタリア鉄道のサレルノ駅に到着した。ここからナポリへは約１時間。車内では腰を降ろしたとたん心地好く眠ってしまった。

成田✈ローマ ローマ バチカン カプリ島・青の洞窟

アマルフィ 旅行記 よろしければ「投票」をお願いします！ 投票 travel.jp

Attachment-6

アマルフィ海岸（Costiera Amalfitana）について

アマルフィの大聖堂とその前にある広場。町は活気があって散歩するだけで楽しくなります

マルフィの町の中腹から海を眺めて。
前に見えるのはレモン畑です。アマルフィ海岸沿いはモン畑が多く、見ているだけで気分が高ぶります。

光リゾート地が苦手な僕は、アマルフィ海岸を避けましたが、アマルフィの町はとても素朴で活気があり した。今ではイタリアの好きな町の一つとなりました。

世界で一番美しい海岸

ナポリの南、カンパーニア州にあるソレントからサレルノまでの全長 40 キロの海岸線は、コスティエラ・アマルフィターナ（Costiera Amalfitana）と呼ばれ、世界でもっとも美しい海岸線と言われています。ティレニア海、ソレント湾を望む入り組んだ海岸は、1997 年にユネスコの世界遺産(文化遺産)にも登録されました。

急カーブが続く海岸線は道がとても狭く、バスで行くと窓から下は断崖絶壁という光景が味わえます。狭いカーブ手前では派手にクラクションを鳴らして勢いよく走り抜ける様は、まるでジェットコースターに乗っている気分。バスに乗るときは方向を考えて、かならず海側の席を確保しましょう！ 切り立った崖は吸い込まれそうで、コバルトブルーの海と緑茂る山がとても美しいです。

アマルフィ海岸の宝石のような町

海岸線には美しい町が点在しています。切り立った崖に張り付いたような町はとてもかわいらしく、まるで海に落ちないように踏ん張っているかのよう。。。パステルカラーで彩られた民家が密集していて眺めるだけで心躍ります。
西のソレントから東のサレルノにかけて、ポジターノ（Positano）、プライアーノ（Praiano）、フローレ（Furore）、アマルフィ（Amalfi）、ラヴェッロ（Ravello）、ミノーリ（Minori）、マイオーリ（Maiori）、ヴィエトリ・スル・マーレ（Vietri sul Mare）と珠玉の町が続いています。
途中アマルフィの西にあるコンカ・デイ・マリーニ（Conca dei Marini）の近くにはエメラルドの洞窟（Grotta di Smeraldo）という美しく奇妙な洞窟もあります。

海洋都市アマルフィ

アマルフィの起源は実は古く、古代ローマ時代までさかのぼります。海に面していた上、海岸線が入り組んでいたため、外敵の進入を防ぐのに適していました。839 年にはナポリ公国から独立してアマルフィ公国となって、さらに勢力を広げ、イタリアの商業の中心地として地中海貿易を支配するまでになりました。その後、ヴェネツィア、ジェノヴァ、ピサなどの海洋都市国家が力を付け、ピサ人の侵略を受けてアマルフィの繁栄は終焉を遂げるのです。不運なことに 1343 年の嵐では都市の大部分が破壊され、土地が海中に沈んでしまいました。
現在はその温暖な気候、美しい街並み、風光明媚な景色で世界中の人々を魅了し、イタリアで屈指のリゾート地として名をはせています。

アマルフィ海岸の起点はアマルフィの町

アマルフィ海岸の観光起点となるのが、このアマルフィの町でしょう。バスもしくは船で着く港のすぐ正面に町への入り口があります。すぐ右手に、美しい階段の上に鎮座するドゥオモがあり、その下には活気溢れる美しい広場があります。
町は小さく徒歩で十分観光できますが、お店やお土産屋さんも多く十分楽しめます。また白い建物が入り組む裏道を入るとまるで迷路のようでとても面白い。町の中はほとんど車が通らないということもあって、安心してゆったりと散策できます。