ブルターニュ地方

BRETAGNE

2019
プレス資料

www.BRITTANYTOURISM.COM





フィーヌ・テールのサン・マチュー修道院（6世紀）とサン・マチュー灯台（19世紀）
プルゴンヴランのサン・マチュー岬〔 POINTE DE SAINT-MATHIEU, PLOUGONVELIN 〕

EDITO
はじめに

ブルターニュ地方の特色は2730キロに及ぶ海岸線とヨーロッパ最大の干満差。海は何世紀もの間、船乗りや探検家たちの魂を揺さぶってきました。海に注ぐ大河や運河、小川などの河川も数多く流れており、水は非常に身近な存在です。怒涛逆巻く荒海、野性味溢れる大自然、谷や庭園、そしてしっかりと保全された生物多様性に心を奪われることでしょう。

都市部におけるエネルギーや賑わいの元となっているのが、ほかでは見ることのできない独特の歴史遺産。ケルト人としてのイデンティティーに誇りを持っているのが実感できます。その伝統は常に革新を続け、さまざまな形で表れています。

ブルターニュはまた、数多くのフェスティバルやウォータースポーツ、ハイキングが楽しめるフランス有数の地方でもあります。この地方におけるさらなる宝が、絆を重んじる気質のブルターニュ人。ブルターニュは遠洋へと旅立つ船の母港としての役割を果たしてきました。その土地柄のため、人々の心は冒険心に溢れ、目は常に世界へと開かれているのです。ブルターニュ人なら世代を問わず、誰でもが歓待の気持ちと楽しむ心を持っています。ブルターニュに生まれたからといって、自動的にブルターニュ人となるわけではありません。情熱の心がブルターニュ人をつくっていくのです。

SOMMAIRE
目次

04 個性ある街
08 他ではみることのできない巨石遺跡
09 ブルターニュの文化 ―生きた伝統
10 灯台街道
11 古城を訪ねて夢心地に
12 ブルターニュの大自然
14 フランスの美しい村
15 タラソテラピーの発祥の地
16 ブルターニュの料理
18 庭園・公園
19 ブルターニュから持ち帰りたい6つのお土産
20 ブルターニュ地図
22 アクセス

個性ある街
DES VILLES DE CARACTÈRE

ブルターニュの首都、**レンヌ RENNES**



若くて、モダンで、ダイナミック。レンヌにはこのような形容詞がよく似合います。常に変わり続けている町であり、IT分野や環境、建築、そして観光とあらゆる分野で革新が生み出されています。

暮らしやすい町として知られるレンヌ**Rennes**は、観光するのにも楽しい町です。文化的、観光的な見どころは大きな変化を遂げつつあります。レンヌのようにさまざまな時代の多様な建築様式の建物が集中する町も珍しいでしょう。古い遺跡と新しい建築物が仲良く同居し、歴史ある迷路のような中心街を行けば、モザイク画師オドリコ**Odorico**によるモザイク画や町の玄関口となっていたモルドレーズ門**portes modelaises**が現れます。15世紀に遡る木組みの家々は上層部の張り出しが際立ち、それに対して時代を下った家屋は正面壁が平らであることにも、ぜひご注目ください。また壮麗で煌びやかなブルターニュ高等法院**Le Palais du Parlement**は、17世紀の絶対王政下における芸術様式の始まりを感じさせます。1994年、高等法院は火事で損傷を受けましたが、完全に修復されました。クリエイティブな雰囲気に満ちたレンヌは、あらゆる分野のアーティストたちにとって格好の遊び場でもあります。フレスコ画、彫刻、そしてさまざまなインスタレーションが街角を飾り、ストリートアートを通じてレンヌを違った角度から見ることができるでしょう。

地場産物を使い、レンヌならではの料理を提供する創意にあふれたシェフたちも活躍しています。ビストロ、マルシェあるいは星付きレストランと、あらゆる好みと予算に対応できるほどさまざまな店があり、常に新しいレストランやビストロ、最先端のバーがオープン。メモしておきたい気になる店がいっぱいです。レンヌはまた、あらゆるスタイルのミュージシャンが次々と才能を開花させる町でもあります。もちろんトレンドに合ったブティックも豊富で、めまぐるしい都会の生活に潤いを与えてくれます。町の新しいシンボルとなったのが、完成したばかりのコングレスセンター。ジャコバン派修道院だった歴史ある19世紀の建物を改築したものです。歴史建造物にモダンなコングレスセンターという融合は、モダンでクリエイティブ、賑やかなレンヌの街、そして歴史や市内の史跡に深い思いを持つ人々の心を象徴するものと言えるでしょう。2017年に開通したTGVを利用して、これら全てをパリからわずか1時間25分でお楽しみいただくことが可能です。

詳しくは
www.tourisme-rennes.com/en



海賊の街、**サン・マロ SAINT-MALO**

サン・マロ**Saint-Malo**は、まるでランス**Rance**川の河口にそそり立つ石製の軍艦。城壁の上に威風堂々とそびえ、海岸や港を見下ろします。壁面や塔が連なるその姿は、サン・マロ独特のシルエットです。サン・マロ観光の手始めは、かつて巡視用だった城壁の上を散策することから。遮るもののない素晴らしい眺めをご堪能ください。

町名の由来は、紀元前1世紀にアレット**Alet**に生まれた聖マロ**Saint Malo**です。ガリア＝ローマ時代の港町であるアレットは、12世紀になると小島に発展したサン・マロの影に隠れてしまいます。16世紀になるとサン・マロからジャック・カルティエ**Jacques Cartier**が出航してカナダを発見、無数の漁船がニューファンドランド**Terre Neuve**へ向かいます。 一方コルセールと呼ばれた私掠船の船主たちは海賊行為で海で稼ぎ、サン・マロに膨大な富をもたらしました。建築家ヴォーバン**Vauban**の弟子たちが城壁を拡大させ、海賊たちを庇護したのです。

18世紀にはコルセールのデュゲイ＝トルーアン**Duguay-Trouin**とシュルクフ**Surcouf**がサン・マロの威光を不動のものとし、彼らの旗がフランス国旗の上でたなびくほどの勢力を誇りました。

サン・マロの城壁を一周すれば、砦から塔へと巡ることができます。片側に見えるのは、街の狭い路地。もう片側には、ビーチや港、城砦と続く素晴らしい眺め。街の入り口にあるサン・ヴァンサン門**porte Saint-Vincent**からは港湾ドックやサン・セルヴァン地区**Saint-Servan**が広がります。サン・ルイ**Saint Louis**砦とサン・フィリップ**Saint Philippe**砦の間からは河口とディナール**Dinard**への眺めが得られます。城壁の下のビーチはビドゥアーヌ**Bidouane**塔まで続き、干潮時にはグラン・ベ島**Grand Bé**とプティ・ベ島**Petit Bé**までむき出しとなった砂地が続きます。そして城からはシヨンビーチ**Plage du Sillon**が広がっています。

サン・マロの付近には、可愛らしい港町のカンカル**Cancale**があります。古くから貝類、特に牡蠣の産地として知られ、「味の景勝地**site remarquable du goût**」としての認証も受けています。湾の中央にそびえ立つモン・サン＝ミッシェルの素晴らしい眺めを堪能しつつ、潮の香りにあふれたおいしい貝類を楽しみませんか。

詳しくは
www.saint-malo-tourisme.com

中世の趣漂う、**ディナン DINAN**

ディナン**Dinan**ほど景観が保全された魅力的な街は、ブルターニュでもそれほど数多くありません。3キロ続く城壁と今は博物館となっている14世紀建造の古城があり、木組みの民家や可愛らしい港、職人のギャラリーやブティックが点在する石畳の小道など魅力が尽きません。

158段ある時計台にあがれば、位置関係を理解するのも簡単。ディナンの街や周辺を見下ろす絶景が広がります。小さなヨットハーバーから出発し、河口に沿って散策するのも楽しいものです。中世の街ならではの上部が張り出した家々を眺めつつ、魅力あふれるディナンの観光を満喫しましょう。

詳しくは
www.dinan-capfrehel.com





個性ある街
DES VILLES DE CARACTÈRE

都市型ロープウェイで空中観光、**ブレスト BREST**



この港町での観光メニューにあげられるのは、見事なイロワーズ橋**Pont de l'Iroise**、博物館となっている城まで続く賑やかな河岸の散策、そしてもちろん、オセアノポリス**Océanopolis**水族館。ここは海洋センターとしてヨーロッパ唯一の存在です。

観光の足は、徒歩か自転車、バス、あるいは路面電車。ブルターニュ初の都市型ロープウェイに乗って空中からの観光も楽しめます。

ブレスト**Brest**はビジネスの街でもあり、またカルチャーの中心でもあります。巨大な造船所と、メディアテーク**Médiathèque**やル・フルノー**Le Fourneau**（国立ストリートアートセンターおよびパブリック・スペース）のようなアート関連施設が隣り合わせにある街なのです。もし7月にブレストを訪れたなら、国際ヨットフェスティバルであるトネール・ド・ブレスト**Tonnerres de Brest**をお見逃しなく。4年に一度の祭典で、ありとあらゆる形と大きさのヨットが100隻あまり集結し、停泊します。次回の開催は2020年！

詳しくは
www.brest-metropole-tourisme.fr



気品漂う、**ヴァンヌ VANNES**

モルビアン湾**Le Golfe du Morbihan**の一番奥まった位置にあるヴァンヌ**Vannes**。城壁に守られた気品ある雰囲気の街です。木組みの民家や邸宅を見れば、港を通じた貿易のスケール、またヴァンヌが宗教や政治においていかに力を持っていたかを感じることができるでしょう。散策は徒歩でもバスでも可能。旧市街ではカラフルな木組みの家々に囲まれた大聖堂を訪れ、その後、城壁沿いにフランス式庭園まで散策を続けましょう。ヨットハーバーに面するカフェでテラスに座り、一杯飲むのがおすすめです。魅力溢れるヴァンヌからわずか1時間で、行き交う帆船を見たり、巨石群やモルビアン湾の牡蠣養殖所まで行くことができます。

詳しくは
www.golfedumorbihan.bzh



ブルターニュの歴史を感じられる、**カンペール QUIMPER**

活気に満ちたカンペール**Quimper**はブルターニュの歴史を随所で感じられる街です。また、周囲の海岸やゴーギャンの里への玄関口でもあります。街の見どころは、12世紀から19世紀にかけて建てられたゴシック様式の珠玉の大聖堂をはじめ、数多くの美術館・博物館や、14世紀に遡る木組みの家々が並ぶ絵のように美しい旧市街など。

レ・アール・サン・フランソワ**Les Halles St François**（毎日オープン）ではマルシェが開かれることから、土曜日の朝は特に賑わいを見せます。

カンペールの特産品で世界的に知られているのが、素朴で生き生きとしたタッチの絵柄が目を引くカンペール焼きです。民族衣装を装ったカップルの図柄は特に有名で、アシュベー・アンリオ陶器工房**HB-Henriot**では生産のプロセスを見学できます。なかでも特に細かい作業が必要な絵付けを見られるのは、アシュベー・アンリオならでは。

カンペール美術館**Le musée des Beaux-Arts de Quimper**はフランス有数の充実したコレクションを誇る美術館です。イタリア風の建物内部に、ブーダン**Boudin**、ポン・タヴェン派**l'Ecole de Pont-Aven**、タル・コート**Tal-Coat**、マックス・ジャコブ**Max Jacob**らの作品が展示されています。一方、県立ブルターニュ博物館**Musée Breton**は元司教館だった建物が博物館に改築されているもので、ブルターニュ地方の民俗文化を伝えます。

詳しくは
www.quimper-tourisme.bzh



他ではみることのできない巨石遺跡
DES SITES MÉGALITHES UNIQUES

ブルターニュ南部はこの上なく貴重な巨石遺跡の宝庫。これほど巨石が集中している場所は世界でも稀です。

ミステリアスな列石のある、**カルナック CARNAC**



遺跡に向かい歩いて行くと、野原に4キロにわたって続くメンヒル（巨石）が目の前に現れます。新石器時代に入念に並べられたメンヒルに、誰もが驚嘆の声をあげるでしょう。これらの石はなぜ並べられたのでしょう？　そのミステリーに興奮させられます。より詳しく知りたい方は、巨石会館**la maison des Mégalithes**へどうぞ。展示のほか、フィルム上映、参加型のイベントなどが開催されており、さまざまな側面から巨石文化に光を当てています。ガイディングツアーに参加すれば複雑な遺跡の見学もスムーズに。子供たちは古代の日常生活を体験するコーナーはいかがでしょうか。日の出から日没まで、訪れる時間帯によって雰囲気が変化していくのも巨石遺跡の魅力です。

規格外の
メンヒルのある
**ロクマリアケール
LOCMARIAQUER**

ロクマリアケールの巨石遺跡を訪れるのは、まさにドキドキの体験です。特に「壊れたメンヒル**le grand menhir brisé**」が好奇心を誘います。4つに割れた高さ20メートル、重さ300トンの石に、大人も子供も大興奮。先史時代に、一体どのような方法でここまでこのような石を運んできたのでしょうか。割れた石以外にも18もの石が並べられており、それらの運搬方法も想像がつきません。

「商人のテーブル **la table des marchands**」は共同羨道古墳（内部に通路のある古墳）の良い一例。一面に見事な装飾が刻まれています。エル・グラ古墳**le tumulus d'Er Grah**と「商人のテーブル」はともに代表的な巨大な古墳で、その発見に夢が広がります。

隠された宝、**ガブリニス古墳
LE TUMULUS DE GAVRINIS**

モルビアン湾**Le Golfe de Morbihan**で見られる巨石はひっそりと佇んでいます。ガブリニス古墳**Le tumulus de Gavrinis**がその代表例。置かれた当時は多くの人の目に入ったかもしれませんが、現在は松の木々に遮られて見えない上、アクセスも船に限られています。古墳に入ると、すぐ装飾が彫られた石碑に心を揺さぶられるでしょう。同じ文様が繰り返し使われており、石碑はそれぞれ一人の職人によって同じ様式で彫られたものと想定されます。時空を超えた空間で、田園の雰囲気と歴史の授業をお楽しみください。

詳しくは｜ブルターニュの巨石遺跡について
https://www.brittanytourism.com/matching-what-i-want/culture-and-heritage/unlock-the-secrets-of-the-great-megalithic-sites/



ブルターニュの文化 ―生きた伝統
LA CULTURE BRETONNE, DES TRADITIONS VIVANTES

本物の体験をしたいと望んでいる方へ。楽しく和気藹々とした雰囲気の中、ブルターニュのDNAをシェアしましょう！　フェスト・ノズFEST-NOZと呼ばれるダンスパーティーでは、ガヴォットGAVOTTE、ラリデLARIDÉ、アン・ドロAN-DRO、プリンPLINNとさまざまあるブルターニュのダンス曲がかかります。季節を問わず開催され、村ごとに独自のものがあります。ユネスコの無形文化遺産のフェスト・ノズ。その原点は農村にあります。収穫、脱穀、取り入れ、パルドン祭、市場……と村人たちが集い、笑顔で踊り歌う口実はいくらでもあるのです。ブルターニュの民族楽器やダンス、そして元気の源を少しづつミックス。フォークの再来とブルターニュやケルト音楽の人気の回復のおかげで、フェスト・ノズは1950年代に蘇っています。さまざまな世代が混ざり、元気をもらえるフェスト・ノズはみんなに人気。ぜひお楽しみください。

コルヌアイユ フェスティバル
FESTIVAL DE CORNOUAILLE

カンペール
2019年7月23日〜28日

カンペールで開かれる、豊かで多様なブルターニュ文化を感じさせるコルヌアイユ**Cornouaille**。この祭りを例えれば、まさしく古代ギリシャ・ローマで食べ物と豊かさの象徴として用いられた豊穣の角「コルヌコピア」。90年もの歴史がありますが、少しも古臭さを感じさせません。毎年夏になるとカンペール中心部は一週間にわたってケルト一色となり、25万人もの観客を沸かせます。当時は、コンカルノー**Concarneau**やカンペール、ポン・タヴェン**Pont-Aven**から美しい娘たちが伝統衣装に身を包み、悠然と行進をしたものです。現在では、シンプル・マインズ**The Simple Minds**やジョーン・バエズ**Joan Baez**、セザリア・エヴォラ**Césaria Évora**らの演奏を楽しめるフェスティバルとなっています。

詳しくは
www.festival-cornouaille.bzh/fr/



ロリアン ケルト民族フェスティバル
FESTIVAL INTERCELTIQUE DE LORIENT

ロリアン
2019年8月2日〜11日

ブルターニュ半島の南側に位置するロリアン**Lorient**では1971年から毎年ケルト民族フェスティバルが開催されています。世界各地のケルト文化を伝承する国からアーティストが集まり、共に音楽を奏でるイベントです。10日間にわたって行われるコンサートやイベントは他では見ることのできないものばかり。ガリシア地方からスコットランドまで、4500人ものミュージシャンやシンガー、ダンサーたちが集い、75万人もの観客を動員しています。中でも目玉となるイベントはグランド・パラード**Grande Parade**で、多くの人で賑わいます。

詳しくは
www.festival-interceltique.bzh





パンポル
船乗りの歌フェスティバル
FESTIVAL CHANTS DE MARINS PAIMPOL

パンポル　2019年8月2日〜4日

パンポル**Paimpol**で2年に1回開催されるこのフェスティバルでは、14万5000人もの観客によって河岸が陽気な大海原へと大変身。この祭りのレシピの素材は、伝統的な船と世界各地からの音楽の二つ。隔年の8月、数百もの昔ながらの帆船が港に停泊し、船乗りたちによる合唱で河岸が埋め尽くされます。そして世界各国からのアーティストが舞台に上ります。

船乗りたちの歌は、船上での仕事に調子をつけるために歌われたと言います。あるいは寄港地の居酒屋でリラックスするためにも歌われたようです。歌詞は、いつも旅や冒険、仲間たちのとの絆。パンポルのフェスティバルでもこのようなテーマの歌を多く聴くことができます。

詳しくは
www.paimpol-festival.bzh/fr

灯台街道
LA ROUTE DES PHARES


ブレスト岬 プティ・ミヌー灯台


リール・ヴィエルジュ灯台


サン島 大灯台


クレアック灯台

海上の大聖堂を訪ねて

ブルターニュの海岸沿いは、世界で最も多くの灯台が集中する地域です。特にフィニステール県 LE FINISTÈRE が最高記録を誇ります。

フィニステール県の海は、暗礁が多数ある上に、大西洋とドーバー海峡の合流地点にあたるため海流も非常に強く、際立って危険な海域として知られています。いくつもの灯台があるのは、航海の安全確保のためです。中には海上に建てられているものもあり、それはまさしく技術の限界への挑戦と言ってよいでしょう。レンズを使用した初期の灯台から現在の自動化されたものに至るまで、灯台は常に技術革新を続けてきました。灯台に住む灯台守も消え、GPSの採用などの技術進歩に押され気味ですが、航海の進路確認としての役割は今でも重要です。歴史や技術の指標としての役割も大事で、ほとんどの灯台が歴史建造物として保護の対象となっています。見学できるところも多く、灯台からは息を飲むような絶景が楽しめます。

プルゲルノー村 **Plouguerneau** の沖合にうかぶヴィエルジュ島 **l'île Vierge** に建つ灯台は、花崗岩でできた365段ある灯台です。内部には螺旋階段があり、コバルトブルーのタイルで全面を覆われた内壁を見ながら最上部に登ることができます。ヨーロッパで最も高い灯台であり、石でできた灯台としては世界でトップです。

サン・マティユー灯台 **Le Phare de Saint-Mathieu** は古い修道院の廃墟に建ち、地の果てを見守る灯台です。163段を登れば、ガイドが1835年に建てられたこのエレガントな灯台の歴史を語ってくれるでしょう。灯台の灯は、ブレスト **Brest** にあるグレの小道 **Le Chemin du Goulet** を照らしてくれています。嵐の日は大変ですが、穏やかな日なら、ラ岬 **Pointe du raz** からウエッサン島 **l'île d'Ouessant** までを見渡す素晴らしい景色が望めます。

花崗岩でできたトレジアン灯台 **Le Phare de Trézien** は、フール水路 **Le chnal du Four** を安全に航海するために建てられました。普通の灯台と異なるところは、内陸部から船を導いているということ。海岸から500メートルも内陸に入ったところに建てられているのです。ドーバー海峡と大西洋の海水がちょうど混じり合うコルセン岬 **La pointe du Corsen** からもほど近い場所です。スティフ灯台 **Le Phare du Stiff** は建築家のヴォーバン **Vauban** の設計によるもので1700年に初点灯、現在も現役のブルターニュ最古の灯台です。

船舶間で使う信号は複雑そう……。ウエッサン灯台・航路標識博物館 **musée des Phares et balises d'Ouessant** を訪れれば、その疑問は一気に解消されるでしょう。クレアック灯台 **Le phare du Créach** の巨大なランプのほか、石炭によるランプ、フレネルレンズや放電灯など800点もの関連品が展示され、3世紀に渡る技術の変遷を見学できます。クリステル Christel およびラッキー Lucky と共に乗船し、灯台をまぢかで見てみましょう。イロワーズ海でのクルーズをお楽しみください。

詳しくは
https://www.brittanytourism.com/plan-my-holiday/brittany-experiences/explore-the-many-beautiful-sites-of-the-molene-archipelago/

隈研吾設計の新建築がサン・マロに！

サン・マロで建設中の海洋歴史博物館 **Le Musée d'Histoire Maritime de Saint-Malo** は建築家隈研吾の設計によるものです。亜鉛と木材をメインの素材にした高さ35メートルの建物で、3つのブロックが少しずつずれたように重ねたデザインとなっています。博物館は7階建て、床面積4800㎡あり、そのうち2700㎡が常設展示、特別展示のスペースとして使われます。

博物館が建設されるのは、サン・マロ市内のデュゲー・トルーアン岸 **Le Quai Dugay-Trouin** の突き当たりで、さまざまな地域が交差する場所。まさにサン・マロ市内の中心部において、海洋に関する昨日までの歴史とこれからの展望を紹介します。オープン予定は2022年。



古城を訪ねて夢心地に
DES CHÂTEAUX QUI FONT RÊVER

シュシニオ城
CHÂTEAU DE SUSCINIO

中世に建てられ、森に囲まれたシュシニオ城。近くに沼地があり、「オーシャンビュー」が楽しめそうな、大変恵まれた立地にあります。13世紀、城は農地に囲まれた小さな修道院に過ぎませんでしたが、そこに館を造った歴代のブルターニュ公たちによって拡大され、現在のような広大できらびやかな城へと増築、改築されていきました。当時はブルターニュ公やアンヌ・ド・ブルターニュ公女のもっともお気に入りの城だったと言われています。広大な敷地は堀で囲まれており、6つの塔があります。本館や巡視用通路を見学して歴史の旅をお楽しみください。15世紀に造られた、壁全面がタイルによる装飾を施された部屋は特に見応えがあります。

詳しくは
www.suscinio.fr

ル・ロシェ・ポルタイユ城
CHÂTEAU LE ROCHER PORTAIL

ル・ロシェ・ポルタイユ城は家族所有ならではの居心地の良さを感じさせる城です。モン・サン＝ミッシェル **Le Mont-St Michel** から30キロほどの場所にあります。ぜひ訪れて、ワクワクした楽しい時間を過ごしましょう。ガイディングツアーに参加すれば、子供たちはトレジャーハントや秘密の通路などのからくり、当時の衣装を身につけるなどして遊ぶことができます。人気歴史テレビドラマ『ダウントン・アビー（*Downton Abbey*）』風の音響効果に合わせて素晴らしいルネッサンス様式の回廊やカレーシュ広間 **La salle des calèches** などを見学し、当時の貴族や召使いたちの生活に思いを馳せてみましょう。家具がそのまま残る12もの部屋や、珍しい品々が陳列された使用人たちの部屋を見学することができます。城内のサロン・ド・テで地方の銘品を味わいつつ休憩するのもお忘れなく。庭園で、馬小屋や19世紀当時の家族の写真展示などもご覧いただけます。

詳しくは
https://lerocherportail.fr/



ジョスラン城 CHÂTEAU DE JOSSELIN

重厚な塔をウスト **Oust** 川に映すジョスラン城は、ブルターニュの旧家であるロアン家 **des Rohan** が歴代の城主を務め、ジョスラン市のシンボル的な存在です。現在も創建したロアン家の子孫が住んでいるこの城の歴史と街の歴史は密接に関わって来ました。大公巡り街道 **route des Ducs** を行く際にも必ず訪れたい重要スポットです。フランボワイヤン・ゴシック建築で、封建時代、そしてルネッサンス時代の様式をよく残しているのも非常に興味をひきます。城の庭園も合わせてぜひ見学しましょう。ヴォー・ル・ヴィコント **Vaux-le-Vicomte** 城の庭も担った造園家アシル・デュシェーヌ **Achille Duchesne** による設計です。

詳しくは
www.chateaudejosselin.com/fr/



フジェール城 CHÂTEAU DE FOUGÈRES

結晶片岩でできた岩山に建つフジェール城は12世紀から15世紀にかけて建てられた防御用の城塞で、その迫力には圧倒されることでしょう。2ヘクタールもの広大な敷地には13もの塔があり、かつては水が張られた堀に囲まれていました。城は全て完全に修復され、観光を心ゆくまで楽しむことができます。城壁の上を行く巡視用の通路を、城壁や庭園などを眺めながら散策するのも楽しいでしょう。ビデオ上映や触れる模型、子供のためのオーディオガイドなどの設備も充実。見学がより一層楽しいものとなるよう、歴史を感じさせる演出やさまざまなツールでの工夫がなされています。

詳しくは
https://chateau-fougeres.com/fr

ブルターニュの大自然
GRANDS SITES NATURELS

ブルターニュは歩いて大自然に触れることのできる大変恵まれた地方です。特に有名なのが、GR34ハイキングコース。「税官吏の道」の愛称があるこのコースは素晴らしい自然を満喫できることで知られています。変化する風景、息を飲む絶景が続き、最高にリフレッシュできます。



グラニット・ローズ海岸
LA CÔTE DE GRANIT ROSE

カラフルな岩が詩情豊かな風景を見せてくれるグラニット・ローズ海岸。海岸線は思いがけない発見に満ち、まさに鳥たちとハイカーの天国です。ここにはサメが、あそこにはウサギが、亀もいた、そして魔法使いも……と岩がさまざまなシルエットに見えるのがとても楽しい場所です。岩の色はもちろんローズ色。日の光に輝く美しいサーモンピンクです。松の木々の向こうには細かい砂の入江が見え隠れし、まるで数珠のように連なる小さな島々を正面に見つつ、グラニット・ローズ海岸はカーブを描きながらブレア島**île de Bréhat**からトレブールデン**Trébeurden**まで続きます。ペロス・ギレック**Perros-Guirec**の沖合にあるのは、海鳥の楽園であるセット・イル国立自然保護区**la réserve naturelle nationale des Sept-Îles**。特にツノメドリやシロカツオドリ、ウがコロニーを形成しています。



クロゾン半島
LA PRESQU'ÎLE DE CROZON

アルモリック自然公園**Parc Naturel Régional d'Armorique**やイロワーズ海洋公園**Parc Naturel Marin d'Iroise**より良い場所などあり得るでしょうか？　ここで驚かされるのは、コントラストの激しさ。強風が吹きすさび、海まで切り立ってドキドキするような断崖絶壁では、自然の強さを感じながら海の香りを胸いっぱいに吸い込みましょう。とても元気が出るはず！　一方、強風から守られた場所の雰囲気は一変します。松の木やヒース、半透明の海の入江が続き、まるで南国のよう！　地質に興味がある方は、鉱物博物館**La Maison des Minéraux**へどうぞ。クロゾン地域の環境について学ぶことができます。カマレ港**Le port de Cararet**や修復が完了した古い漁村を訪れるのもお忘れなく。ケラヴェル**Kéravel**、ケルー**Kerroux**、ケルゴナン**Kergonan**などの村は青いよろい戸が印象的な石造りの民家が続き、まさしく絵はがきのようです。ブレスト**Brest**側では、ランドヴェネック修道院**l'Abbaye de Landevennec**をぜひ訪ねてみましょう。ひっそりとした静かな修道院の見学すれば、すっかり穏やかな気持ちになるでしょう。

ラ岬
LA POINTE DU RAZ

標高70メートル、「フランスの景勝地」ラベルに認証されているラ岬は、大西洋と風が産んだ秘境。ラ岬を見るためだけにブルターニュを旅する価値があると言っても過言ではありません。ラ岬の正面にあるヴィエイユ島**l'îlot de la Vieille**には四角い灯台があります。1887年に初点灯し、1995年に完全に自動化されました。その先にあるのは、荒々しい岩とエメラルド色の海。天気の良い日は、サン島**l'île de Sein**に建つアル・メン灯台**le phare d'Ar Men**まで見晴らすことができます。

詳しくは
www.pointeduraz.com





アレー連山
LES MONTS D'ARRÉE

絶景が続くアレー連山。アルモリック自然公園**Parc Naturel Régional d'Armorique**内にあるため手付かずの大自然が保護され、野性味溢れるこの地域には、誰でもすっかり魅了されるに違いありません。一番高いロック・リュズ山**Roc'h Ruz**で標高385m 。すぐそばには「教会囲い地」や彫刻の施された祭壇、美しい礼拝堂など、ぜひ訪れたい見どころがいくつもあります。目の前に広がるのは、現実感のない風景。ヒースやハリエニシダ、そしてギザギザした稜線が見渡す限り続きます。素晴らしい眺めを楽しめる山々のすっかり虜となるでしょう。



モルビアン湾　LE GOLFE DU MORBIHAN

「***Mor bihan***」はブルターニュで話されるブルトン語で「小さな海」を意味します。いったい海が陸地に入り込んできたのか、その逆なのか、判断がつきにくい場所。まばゆい光、無数の小さな島々、海沿いの美しい民家……それがモルビアン湾です。ブルターニュ南部にある指定自然公園で、湾内には40ほどの小島が点在し、独特の風景を形成しています。船で簡単に渡れるモワンヌ島**île aux Moines**やアルツ島**île d'Arz**は特に有名。あらゆる曲がり角や、波をかぶるほど波打ち際にある花崗岩の家々が五感に響いてきます。刻々と移り変わる光は写真好きの人にとってはまさに天国。緑や青の色がこれほど多くのバリエーションで見られるところは他にないでしょう。セネ湿地帯鳥類保護区**la réserve ornithologique des marais de Séné**からリュイ半島**Presqu'île de Rhuy**、ナヴァロ港**Port Navalo**の先で蛇行しながら大西洋に注ぐオレー川**rivière d'Auray**、ガブリニスの巨石**mégalithe de Gavrinis**、ヨーロッパ最大級の潮流のあるジュマン島**La Jument**など、この地方の魅力を存分に満喫しましょう。またカキ養殖の仕事振りを眺めたり、多くの船が停泊している小さな港や、モルビアン独特の漁船であるシナゴ**Sinagot**やゲパール**Guépard**といった船やヨットが踊るように揺れ動く様子を見るのも楽しいものです。




ベル・イル・アン・メール


ブレア島

ブルターニュの島々　LES ÎLES

ブルターニュ地方はぐるりと海に囲まれた地方。沖合には、穏やかな気候でこの世の楽園のような島々が点在します。ブルターニュ地方の西、最果ての地にあるのが、ウエッサン**Ouessant**島とモレーヌ**Molène**島から成るイロワーズ諸島**Les îles d'Iroise**。非常な急流に囲まれており、そのため立派な灯台がいくつも設置されています。

ブルターニュ地方南側にあるベル・イル・アン・メール**Belle-île-en-Mer**（美しい島）はその名の通り大変美しい島で、島に寄らずに通過するなど誰にもできないでしょう。絵のような美しさの小さな港や切り立った断崖絶壁、岬や灯台など、モザイクのようにさまざまな風景が楽しめます。19世紀末にはフランスの舞台女優のサラ・ベルナール**Sarah Bernhardt**が移り住んでいます。

今度はブルターニュ北部にあるブレア島**Ile de Bréhat**へと向かいましょう。「花の島」の別名もあるほど植物の種類が多く、風景が美しい島です。まさに桃源郷のようなところ。世界最大の海流・メキシコ湾流のおかげで、一年を通じて独特の微気候が形成されています。野性味溢れる入江や可愛らしい民家を訪ねに、ぜひ1日島で遊んでみてください。その際は車での移動は忘れましょう！　島ではエンジンは禁止です。移動は徒歩か自転車でどうぞ。

詳しくは | ブルターニュの大自然
www.brittanytourism.com

フランスの美しい村
PLUS BEAUX VILLAGES DE FRANCE

フランスの誇る遺産をよく表しているのが、フランス各地に点在する美しい村々。ブルターニュにも3つの村が「フランスで最も美しい村」ラベルに認証されています。美しい街並みを見るのが好きな方には大変喜んでいただけるはずです。



ロクロナン LOCRONAN

夏の日。朝の光に抱かれ、歴史ある石畳や石壁が黄金色に輝くロクロナンの村はあなたのもの。飾りの彫られた天窓のあるエレガントな家が広場を囲み、広場近辺の通りにも素敵な建物が連なっています。昔ながらの景観の保全のため、車の通行は禁止。伝統的なデザインの看板が、そこが店であることを教えてくれています。パン屋さんでは本物のクイニーアマンをどうぞ。ブルターニュを代表する伝統の焼菓子です。

毎年開催されるトロメニー**Tromémie**の祭りは、聖ロナン**saint Ronan**を祀るパルドン祭です。聖ロナンが瞑想しながら歩いたと言われる道を辿り、練り歩きが行われます。特に大変な賑わいを見せるのが6年に1度、7月に開催されるグランド・トロメニー**Grande Tromémie**。多くの旗がなびく中、青とゴールドの伝統衣装に身を包んだ人々の行列が進んでいきます。次回の開催は2019年。

昔ながらの不変の美しさを保つロクロナンは、宗教行事以外でも人気の的です。ロマン・ポランスキー**Roman Polanski**監督の『テス（*Tess*）』、フィリップ・ド・ブロカ**Philippe de Broca**監督の『ソフィー・マルソーの 愛、革命に生きて（*Chouans*）』、ジャン＝ピエール・ジュネ**Jean-Pierre Jeunet**監督の『ロング・エンゲージメント（*Un long dimanche de fiançailles*）』など数々の名作がロクロナンで撮影されました。監督たちはもちろん観客も、電線もアンテナも信号もない素晴らしい環境を堪能することができる場所なのです。

詳しくは
www.locronan-tourisme.bzh

サン・シュリアック SAINT-SULIAC

ブルターニュ地方で、もっとも特色ある河口がランス谷**La vallée de la Rance**です。干潮時には広大な地面がむき出しになりますが、満潮時はまるで海峡。両岸には小さな湾や釣り人に人気の高い漁港が続きます。ぜひこの可愛らしいサン・シュリアック村で足を止め、港の静かな雰囲気やカフェテラスで味わうコーヒーをお楽しみください。一目惚れすること間違いなし！　村の起源は6世紀のブルターニュ出身の修道士、聖シュリアックに遡り、長い歴史を誇ります。「フランスの最も美しい村」に加盟していることにも納得されるでしょう。

村を存分に楽しむには、午前中に散策に訪れるのがおすすめです。ル・カルージュ**le Carouge**や、ラ・コユー**la Cohue**など美しい愛称がつけられた花崗岩でできた家や、漁師たちの使う網が壁にぶら下げられた民家、あまりに狭いので「小道ちゃん」と愛称がつけられるほど狭い小道などをたずね歩きましょう。

詳しくは
www.saint-suliac.fr

ロッシュフォール・アン・テール ROCHEFORT-EN-TERRE

「ブルターニュの個性ある小さな街 **Petites cités de Caractère de Bretagne**」ラベルに認証された街の中でも、ロッシュフォール・アン・テールは間違いなくもっとも美しい街と言えるでしょう。あっという間に過去への時間旅行へと誘ってくれます。古城、城壁、そして古民家……。そこかしこに花が飾られ、一年を通して職人やアーティストのギャラリーやブティック巡りが楽しめます。ジェラニウムやツタが石壁にカラフルな彩りを与え非常に華やか。まるでモルビアン湾に隠された小さな宝石のようです。ピュイ広場**place du Puits**やサン・ミッシェル通り**rue Saint-Michel**では、上部が張り出した民家を見上げて、ぜひこの村の雰囲気を満喫しましょう。夏場の旧市街は車を完全にシャットアウト。そぞろ歩きが本当に幸せです。

詳しくは
www.rochefortenterre-tourisme.bzh



タラソテラピーの発祥の地
BIEN-ÊTRE

水や海藻成分を使って治療や健康増進に役立てるというタラソテラピーは、ブルターニュ生まれ。海辺の気候がストレスや疲れを癒してくれます。



ブルターニュ地方で**タラソテラピー**が生まれた理由

第一に、力強く養分に満ち、元気を回復させてくれる海の存在があります。ドーバー海峡も大西洋も、プランクトンの放出する分子や海藻、微量元素が非常に豊富な海。潮の流れが激しく常に攪拌されているため、ブルターニュの海は有効成分に富んでいるのです。

海洋性気候

澄んだ空気、高くそして安定した湿度、高気圧、風、ビタミンDの生成に必要な日光など、海洋性気候は健康に良いことばかり。マイナスイオンと微量元素をたっぷり含んだ海辺の空気や波しぶきは、まるで天然のスプレーのように体によい成分を拡散してくれます。どこよりも海の香りに満ちた空気が吸えるのがブルターニュ地方。甲状腺や神経系の不調も改善されるでしょう。

海水

世界で最も干満の差が激しいのがブルターニュ地方です。次々と潮の流れがやってきて、ミネラル成分を含んだ塩分や微量元素、抗菌や抗ウィルスに大きな役割を果たすプランクトン、そして身体にエネルギーをチャージしてくれるマイナスイオンなどが豊富な海水を攪拌してくれます。海水は沖合でポンプによって汲み上げられ、配管を通して、厳重な水質管理がなされているタラソテラピー施設へと送られます。その後フィルターにかけられ、さまざまな成分が毛穴から毛細血管へと浸透しやすい35度前後に温められます。海水は生き物です。採取された48時間前後にはその特性が失われてしまうため、常に新しい海水に入れ替える必要があります。

海泥

海泥は海洋成分や海底の堆積物などの混合物です。ミネラルを含んだ塩、微量元素、ビタミン、酸素を豊富に含み、直接体に塗ったり、湿布をしたりして使用します。海水で溶かした海泥は毒素を取り除き、穏やかに体をきれいにしてくれます。非常に高い鎮痛作用もあります。



どこで受ける？

ロスコフ・タラソ THALASSO DE ROSCOFF：

1899年にフランス初のタラソテラピーセンターとしてオープン。以来、常に人気のあるセンターです。現在では、ヨーロッパで定評あるバイオセンターを併設しており、海草の収穫や海草の加工を行う企業が増えてきました。フィニステール県**Finistère**で最大規模の海草加工センターとなっています。

詳しくは
https://www.thalasso.com/thalasso/les-destinations/roscoff/

テルム・マラン・サン・マロ THERMES MARINS ST MALO：

サン・マロを代表する施設。タラソテラピーを好む多くのゲストを受け入れるべく、19世紀に創設されました。

詳しくは
www.thalasso-saintmalo.com/fr/

ブルターニュの料理
GASTRONOMIE BRETONNE

地元の特産物、海産物を使っているものこそが、本物のブルターニュの郷土料理であることをまずはお伝えしなくてはなりません。牛乳から加工された塩バター、魚介類、そば粉がブルターニュの人々の食卓に日常的にのぼります。食事を締めくくるデザートは、クイニー・アマンやファー・ブルトンのような焼き菓子やクレープです。また創意に富んだシェフたちによって、ブルターニュはフランス随一のグルメな地方となっています。彼らのことを考えるだけでお腹が鳴りそうです。シーフードプレートに必須なのは、手長エビやズワイガニ、ハマグリ、エビ、ビゴルノーなど。そこに、ブルターニュの特産物のトップに君臨するカキをプラスするか、しないかはお好み次第。潮の香りが強いもの、弱いもの、ハーゼルナッツの香りが強いもの、弱いものなど、お好みでどうぞ。キブロン QUIBERON からカンカル CANCALE まで、ブルターニュ各地で様々な種類のカキがよりどりみどり！　カキを１ダースにバターを塗ったパン、そこに白ワインのミュスカデがあれば……人生は最高！



ガレットとクレープ
LES GALETTES ET LES CRÊPES

クレープこそが、ブルターニュを象徴する食べ物です。クレープ屋さんで食べたり、食べ歩きしながらマルシェを冷やかしたり。温かくて口当たりの良いクレープはつい食べたくなってしまうもの。お休みの日の小さな楽しみでもあります。このとてもシンプルで昔からあるクレープにこそ、ブルターニュの人々のアイデンティティーがあると言っても過言ではありません。しかし、クレープとガレットをお間違えないように。バス・ブルターニュ地方 **Basse Bretagne** ではクレープは小麦粉またはそば粉で作りますが、そば粉で作るタイプは甘いものではなく、オート・ブルターニュ地方 **Haute Bretagne** ではガレットと呼ばれているのです。生地の厚さや粉のブレンド具合、テクニック、秘伝の作り方などによってもさまざまな違いがあります。つまり、一人一人が独自のレシピを持っていると言って良いでしょう。何はともあれ、ブルターニュで食べるクレープこそが一番おいしいのです！　ぜひ気軽にクレープ教室の扉をノックして、自分で作れるようにしてみましょう。

シーフードを楽しむ
UN PLATEAU DE **FRUITS DE MER**

海を見ながらシーフードを食べること。それは、ブルターニュで過ごすバカンスならではの楽しみです。釣りたての新鮮なエビやカニは、海からお皿へと直行。潮の香りがいっぱいです。ぜひ漁港でのテラスやビーチでどうぞ。

理想とされるシーフードプレートは、火を通したエビやカニと、生や火を通した貝類の盛り合わせ。ズワイガニやトゥルトー（イチョウガニ）エビ、手長エビ、カキ、ビゴルノー（ヨーロッパタマキビ）、バイ貝、ホンタマキガイ、カブトノシコロ貝、ハマグリなどです。シーフードと合わせたいものはライ麦パン、塩バター、自家製マヨネーズ。潮の香りいっぱいのご馳走です！

詳しくは
www.brittanytourism.com





ATELIER DE CRÊPE EN JAPONAIS【NEW】
日本語で学べる、**ガレット・クレープのアトリエ**

1996年、東京・神楽坂にガレット専門レストラン（クレープリー）を開店以来、日本とフランスの双方で、故郷ブルターニュの食文化を楽しむ場を様々に提供してきたベルトラン・ラーシェ氏。2018年11月にはサン・マロにクレーピエ（クレープ職人）を育成する国際的な教育機関アトリエ ドゥ・ラ・クレープを開校しました。旅行者でも参加できるガレット・クレープ教室が毎週土曜に開校予定。日本語での指導も可能ですので、お気軽にご参加ください。アトリエ内には、地元食材を活かしたガレット・クレープが提供される研修用レストラン（平日ランチのみ）、そば粉やシードルなど地元食材が買えるブティックも併設するのでお土産調達にぴったり。

詳しくは
www.ateliercrepe.com/ja/



ブルターニュのお酒
BOISSONS BRETONNES

一杯のお酒からもブルターニュ地方を知ることができます。ビールにシードル、ウイスキー、シュシェンなどから滲み出るパワーや個性は、かつてアルモリック **Armorique** と呼ばれたブルターニュの土地柄や土壌からくるもの。醸造所や蒸溜所を訪れ、地ビールやシードルを作り出す技を見学しましょう。試飲して香り豊かな味わいを楽しむこともできます。



シードル CIDRE ／りんごジュース

りんごがなかったら、ブルターニュは一体どうなってしまうでしょう。それほどまで、りんごはブルターニュを象徴する果物です。ブルターニュには600種ものりんごがあり、中には非常に古い品種もあります。そしてりんごから作るシードルは、太古の昔から農家で作られてきたブルターニュを代表する特産物。抗酸化作用に優れ、ビタミンや微量元素、ミネラル塩が豊富です。酸味の効いたフルーティーな味わい、明るい黄金色から朱色までさまざまな色があるのが特色。シードル醸造所やエコミュージアムを訪れ、生産方法や生産者たちの創意工夫に触れてみてください。味わう際には、3つのポイントをチェックしましょう。酸味、タンニン、そして糖度です。糖度が高ければ高いほどアルコール度数（ALC.）は低くなります。非常にフルーティーな香りが楽しめる甘口のシードル（ALC.3% 以下）は、クレープなどのスイーツなどと組み合わせます。一方、ALC.3% から ALC.5% のドゥミ・セック（半辛口）、セック（辛口）、ブリュット（ALC.4% 以上）はかすかに苦味があり、発泡が強く、そば粉のガレットとともに飲まれることが一般的です。シードルに関して知っておきたい用語をあげると、「フェルミエ（農場産）」や「トラディシオネル（伝統的）」と書かれてあれば、昔ながらの手作りに製法によるもの。「ブーシェ」とはボトリングにこだわったもの、シャンパーニュ風は、シャンパンのようにコルク栓が金属の留め金で留められているタイプのことです。

ブルターニュ AOC ポモー POMMEAU

原産地呼称保護 **AOC** を受けているポモーはアルコール度数17度のお酒で、未発酵のりんご果汁3分の2と、最低でも14ヶ月間オーク樽で熟成させたシードル蒸留酒3分の1をブレンドして作られます。琥珀色でフローラルな香りのポモーは8度から10度に冷やし、食前酒あるいは食後酒として楽しみます。

シュシェン CHOUCHEN

その起源をケルト文化にまで遡る、世界最古のお酒のひとつ。蜂蜜を発酵させて作る蜂蜜酒にりんご果汁をくわえたものです。オート・ブルターニュ地方では、「シュミアール **chemillard**」または「シャミアール **chamillard**」とも呼ばれています。アルコール度数は13%で黄金色をしており、食前酒または食後酒として楽しめます。

庭園・公園
PARCS ET JARDINS

英国式庭園がお好みですか？　それともフランス式の庭園？　のどかな田舎の雰囲気の庭？　それともエキゾチックな庭？　ブルターニュ地方の庭園は非常にバラエティーに富んでいます。海に囲まれ、旅好きの土地柄なので、世界各国からのスタイルが持ち寄られたのです。さらに、穏やかな気候と植物が順応するのに適した土壌が、さまざまなスタイルの庭園の出現をたやすくしました。ブルターニュの美しい庭園で、五感を研ぎ澄まし気持ちをリフレッシュしましょう。



バリュー庭園 JARDIN DE LA BALLUE — 最もトピアリーが美しい庭

モン・サン＝ミッシェル **Le Mont-Saint-Michel** からほど近い場所にあるのが、クエノン谷 **la vallée du Couesnon** を望むバリュー城 **le château de la Ballue**。イタリアのバロック様式をイメージした起伏のある庭園があり、13もの植物による「部屋」が点在する迷路が楽しめます。一方、規則的で整然としたフランス式の庭園にはトピアリーがあり、城と谷のある風景をより美しく見せてくれています。イチイやイボタノキ、藤、ツゲ、月桂樹が空間にボリュームと広がりを与え、光のゆらめきを生み出しています。

エキゾチックな植物の宝庫、ジョルジュ・ドラゼル庭園
LE JARDIN GEORGES DELASELLE

バ島 **l'île de Batz** にあるジョルジュ・ドラゼル庭園は、訪れるだけで世界各地を旅した気分になれるところ。パリの実業家ジョルジュ・ドラゼルによって1897年に造園されました。

熱帯地方の植物に40年間も情熱を傾け続けたドラゼルによる庭園は、異国情緒にあふれています。

絶景スポット、ロッシュ・ジャギュ城の庭園
LE DOMAINE DE LA ROCHE JAGU

トレゴール **Trégor** 地方の中心にあるのが15世紀建造のロッシュ・ジャギュ城。中世の様式の庭園はさまざまな表情を見せてくれます。中世の庭、ヤシ園、椿の植わった小道、池、亜麻などを浸してほぐすための貯水池、塩沼などが74ヘクタールの敷地に続き、散策に絶好。無料で一年を通して自由に入園することが可能です。

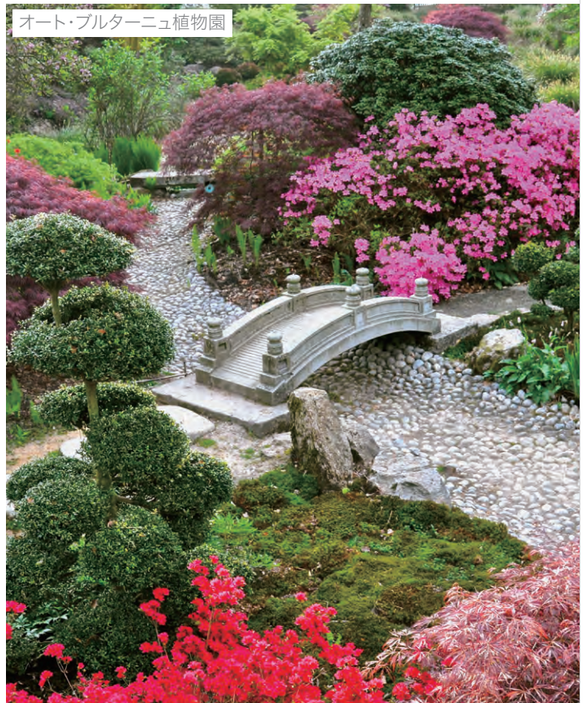
オート・ブルターニュ植物園 —最もユニークな庭
PARC BOTANIQUE DE HAUTE BRETAGNE

フジェール **Fougères** からほど近く、夢見る気分、そして旅した気分にさせてくれる場所。25ヘクタールの敷地に、24種類ものロマンティックな庭があります。「アルカディア庭園 **jardins de l' Arcadie**」、「ロマンティック庭園」、「黄昏の庭園」の3つのグループに分けられており、あらゆる時代、あらゆる大陸へと訪れるものを誘います。春から秋にかけて、多種多様な植物、その香り、そして刻々と変わる光や色の美しさをお楽しみください。

ケルダロ庭園 —最もロマンティックな庭
JARDIN DE KERDALO

ケルダロ庭園は「ブルターニュの個性ある小さな街」ラベルに認証されているブルターニュ北部のトレギエ **Tréguier** からほど近い場所にあります。17ヘクタールの庭園はピーター・ヴォルコンスキー **Peter Volkonski** が設計したもので、現在は娘夫婦が管理を行なっています。コンセプトは生きているかのような絵画。さまざまな色調に富み、水の流れが道しるべとなっています。池や滝、水の階段、洞窟、あずまや、貝殻でできたレリーフなどをお楽しみください。ロマンティックな庭にすっかり魅了されることでしょう。手入れが行き届いているのに、とてもナチュラルな雰囲気の庭の近くには、館やイタリア風のテラス、イギリス式庭園や野原があります。

詳しくは
www.brittanytourism.com


オート・ブルターニュ植物園

ブルターニュから持ち帰りたい 6つのお土産
6 SOUVENIRS BRETONS

1 帆布で作った小物
VOILES DE BATEAUX

クリエイティブなブランドのおかげで、ブルターニュでは船で使われなくなった帆布にも第二の人生が待っています。アトリエで加工され、袋やカーテン、ソファー、手縫いの服などに生まれ変わっているのです。オリジナリティー溢れたものばかりで、これを求めに旅をしたくなるでしょう。

Vent de voyage
www.ventdevoyage.com
Bo Carré www.bocarre.fr
727 Sailbags www.727sailbags.com



2 マリンセーター、ボーダー
PULLS MARINS ET MARINIÈRES

ブルターニュっ子たちの必須アイテムがマリンセーターにボーダー。地元出身の若いデザイナーたちの手により、新しいタイプのものも生まれています。トップに君臨する定番のアルモール・リュクス **Armor Lux** に加え、細部までこだわった新商品が次々登場しています。

www.armorlux.com/fr/
www.owenpoho.com
www.maisonbalancines.com

3 ロスコフの海草パワー
ALGUES À ROSCOFF

ヨーロッパ随一の海草の生育地がロスコフ周辺です。800種類以上が存在し、そのうち12種類を食べることができます。海草のおいしさを広めたい、と海をこよなく愛するモニック・プレ **Monique Poulet** とミッシェル・ペルザンスキー **Michel Perzinsky** が1933年に設立したアルゴプリュス社 **Algoplus** にとっては、まさに金脈。現在は、海草はリエットやスープ、マスタードの引き立て役として活用されています。ガイドツアーでは、海草の収穫作業や加工について学べ、もちろん試食も可能です。

www.algoplus.fr



4 ラ・ベル・イロワーズの缶詰
BOÎTE DE LA BELLE ILOISE

缶詰メーカーのラ・ベル・イロワーズは1932年にキブロン **Quiberon** で創業。近隣の漁港に水揚げされた新鮮な魚を即時に加工します。現在は、季節によってイワシやマグロ、鯖などを伝統にのっとった技法で加工しています。工場のガイディングツアーに参加すれば、イワシ缶詰加工の作業を見学することができます。

www.labelleiloise.fr



5 ゲランドの塩
SEL À GURÉRANDE

ゲランド **Gurérande** と言えば、塩。フランス料理に欠かせないこの塩は、パリュディエと呼ばれる塩職人たちの手によって生産されています。塩は大西洋と風の賜物。1000年以上も続く伝統技法を用い、パリュディエたちは2000ヘクタールある塩田で塩を収穫し、選別し、ふるいにかける作業を全て手で行っています。塩田にある塩工場テール・ド・セル **Terre de sel** はゲランド塩生産者組合のレ・サリーヌ・ド・ゲランド社 **Les Salines de Guérande** の子会社でガイドツアーを催行しています。ぜひご参加ください。

www.terredesel.com



6 人気の人気の褪せない ブルターニュのカップ
BOL BRETON

民族衣装に身を包んだ人物が描かれ、耳型の小さな取っ手がついたカップ。自分の名前が書かれているものを選ぶことができ、ブルターニュの朝食風景を象徴するアイテムです。カンペール **Quimper** のアンリオ陶器工房 **la faïencerie Henriot** が生みの親で、現在でもすべて手作業で描かれています。絵を描いた職人のサインが入っているので、見分けるのも簡単。ポルニック陶器工房 **la faïencerie de Pornic** でも生産されていますが、筆を使って手で描かれているのは名前の部分だけとなります。

www.henriot-quimper.com
www.faiencerie-pornic.fr



ブルターニュ地図
史跡とレジャースポット

Mer d'Iroise
Océan Atlantique
Manche
Normandie
Pays de la Loire

Côte des Légendes
Baie de Morlaix
Côte de Granit Rose
Île de Batz
Île de Bréhat
Côte du Goëlo
Côte de Penthièvre
Côte d'Émeraude
Baie de Saint-Brieuc
Baie du Mont-Saint-Michel
Îles Chausey
Pays des Abers
Aber Wrac'h
Aber Benoît
Pointe de Landunvez
Île de Molène
Île d'Ouessant
Pointe du Castel Ac'h
Pointe du Corsen
Pointe Saint-Mathieu
Rade de Brest
Pte des Espagnols
Pointe de Pen Hir
Tas de Pois
Pointe de Dinan
Presqu'île de Crozon
Pointe de St-Hernot
Cap de la Chèvre
Pointe de Tal ar Grip
Pointe de Trefeuntec
Pointe de la Jument
Baie de Douarnenez
Grand Site de France Pointe du Raz en Cap-Sizun
Pointe du Van
Île de Sein
Pointe du Raz
Baie d'Audierne
Pointe de la Torche
Pointe de Penmarc'h
Pointe de Mousterlin
Pointe de Trévignon
Archipel des Glénan
Île de Groix
Pointe des Poulains
Belle-Île en Mer
Côte Sauvage
Presqu'île de Quiberon
Côte Sauvage
Golfe du Morbihan
Île d'Houat
Hoëdic
Côte d'Amour
Pointe de Chemoulin
Pointe de St-Gildas
Côte de Jade
Pointe de l'Herbaudière
Île de Noirmoutier
Baie de Bourgneuf
Pointe de Pordic
Pointe de Plouha
Pointe de Minard
Pointe de l'Arcouest
Pointe du Grouin
Cap Fréhel
Grand Site de France Cap d'Erquy - Cap Fréhel
Pointe d'Erquy
Pointe du Roselier
Pointe du Primel
Pointe de Pouldouran
Pointe de Bilfot
Pointe du Grand Mont
Pointe de Kervoyal
Pointe de Kerdonis
Pointe de Kerbihan
Pointe de Kerdelan
Pointe de Kerdrain
Pointe de Kerbourg
Pointe de Kerpenhir
Pointe de Kervilaine
Pointe de Kerbel
Pointe de Kerdonnais
Pointe de Kerdrain
Pointe de Kerbourg
Pointe de Kerpenhir
Pointe de Kervilaine
Pointe de Kerbel
Pointe de Kerdonnais

ROSCOFF
LANNION
MORLAIX
PLOUARET-TRÉGOR
GUINGAMP
LANDERNEAU
BREST
QUIMPER
ROSPORDEN
QUIMPERLÉ
LORIENT
AURAY
VANNES
PONTIVY
SAINT-BRIEUC
LAMBALLE
DINARD
SAINT-MALO
DOL-DE-BRETAGNE
REDON
RENNES
VITRÉ
FOUGÈRES
LE CROISIC
LA BAULE-ESCOUBLAC
SAINT-NAZAIRE
PORNICHET
NANTES

Roscoff / Bilbao (ESP)
Roscoff / Plymouth (EN)
Roscoff / Cork (IRL)
Saint-Malo / Poynsmouth (EN)
Îles anglo-normandes (EN)
Granville / Jersey / Sercq / Granville / Jersey / Guernesey
LILLE 1h40
PARIS 3h15
BORDEAUX 3h50

凡例

史跡

- «Ville d'Art et d'Histoire®»「芸術と歴史の街」
- «Petite Cité de Caractère®»「特色ある小さな街」
- «Commune du Patrimoine Rural»農村遺産登録地
- «Les Plus Beaux Villages de France»「フランスの美しい村」
- ユネスコ世界遺産
- 有名な教会、礼拝堂
- 聖堂囲い地またはカルヴェール
- 城砦
- «Musée de France»国立美術館・博物館
- 上記以外の美術館・博物館、展覧会場
- 巨石群
- 史跡指定帆船
- 灯台、信号所

レジャースポット

- 動物園
- 水族館
- レジャーパーク、アドベンチャーパーク
- ゴルフ
- タラソテラピー

交通

- 空港
- TGV および地方連絡線停車駅
- TER 地方連絡線停車駅
- 都市間連絡バス
- 航路

ブルターニュ地方全土に、地方公共交通網BreizhGo（鉄道、バス、船）が通っています。
当交通網についてはbreizhGo.bzhを参照。

ブルターニュ内観光エリア図

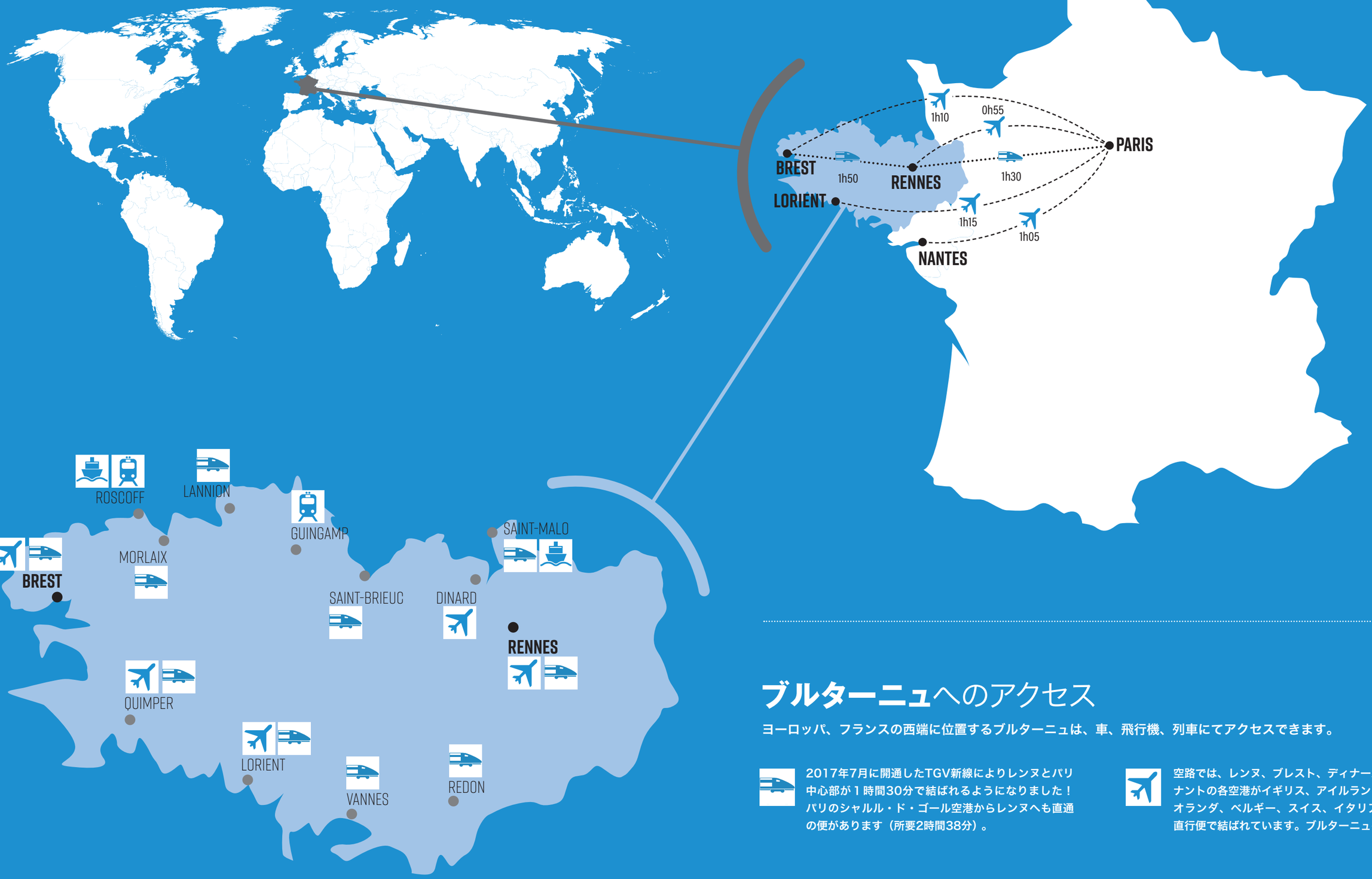
Manche
Océan Atlantique
Brest terres océanes
Pink Granite Coast Morlaix Bay
Saint-Brieuc Bay Paimpol - Les Caps
Saint-Malo Mont Saint-Michel Bay
Heart of Brittany Kalon Breizh
Quimper Cornouaille
Destination Brocéliande
Rennes and the gateways to Brittany
Southern Brittany Gulf of Morbihan
Bretagne Loire Ocean

N O E S

0 20 km

© Design - Cartography - Illustrations izatis.com

ブルターニュ
位置図



ブルターニュへのアクセス

ヨーロッパ、フランスの西端に位置するブルターニュは、車、飛行機、列車にてアクセスできます。

2017年7月に開通したTGV新線によりレンヌとパリ中心部が１時間30分で結ばれるようになりました！パリのシャルル・ド・ゴール空港からレンヌへも直通の便があります（所要2時間38分）。

空路では、レンヌ、ブレスト、ディナール、ロリアン、ナントの各空港がイギリス、アイルランド、スペイン、オランダ、ベルギー、スイス、イタリア、カナダとの直行便で結ばれています。ブルターニュへようこそ！

この資料はブルターニュ地方観光局が制作いたしました。

2019

表紙 : Emmanuel Berthier
p2 : Emmanuel Berthier
p4 : Yannick Le Gal (上)
p5 : Alexandre Lamoureux (上) ; Emmanuel Berthier (左下) ;
Jordi Carrio (右下)
p6 : Mathieu Le Gall (上) ; Alexandre Lamoureux (下)
p7 : Yannick Le Gal (上) ; Alexandre Lamoureux (下)
p8 : Yvon Boëlle (上) ; Emmanuel Berthier (下)
p9 : Delfik Pro (上、中) ; Emmanuel Berthier (下)
p10 : Emmanuel Berthier ; Emmanuel Berthier ; Yannick Derennes ;
Emmanuel Berthier ; View from the esplanade of the Museum / Copyright
Kengo Kuma & Associates - Image by Lautreimage (上から順に)
p11 : Emmanuel Berthier (上) ; Noe C. photography (下)
p12 : Alexandre Lamoureux (上) ; Donatienne Guillaudeau (中) ;
Yannick Le Gal (下)
p13 : Emmanuel Berthier (上3点すべて) ; Mathieu Jacob (下)
p14 : Jordi Carrio (上) ; Yannick Le Gal (下)
p15 : Emmanuel Berthier (2点とも)
p16 : Pierre Torset (上) ; Alexandre Lamoureux (下)
p18 : Simon Bourcier (上) ; Parc Botanique De haut Bretagne (下)
p19 : Stéphanie Biju (左) ; La Belle Iloise (中上) ; LADT. Locquard (中下) ;
Jerome Romme (右上) ; Fred Quellec (右下)

Tourisme
BRETAGNE

BRITTANY TOURISM
1 RUE RAOUL PONCHON
35069 RENNES CEDEX, FRANCE
T:. +33 (0)2 99 28 44 30
PRESS@TOURISMEBRETAGNE.COM - WWW.BRITTANYTOURISM.COM

Avecle soutien de
Région BRETAGNE

