

エリアガイド

Area Guide.

ヨーロッパ全体の多様性が1つの国で感じられるスイスは「ミニチュア・ヨーロッパ」といわれるほど。個性的で魅力あふれる街や村を訪ねてみてください。地域によって言葉や雰囲気も異なり、まるで何カ国も旅行したかのような感動を得ることができるでしょう。



インターネットのエリア情報

スイス政府観光局のホームページでは、100カ所以上のエリア情報を紹介しています。



都市 / リゾート情報

街の概略、トラベルポイント、周辺の見どころに加え、現地観光局ページやウェブカメラ、パノラマ画像、宿泊検索などにリンクしています。そのほか大きな都市では、名所をめぐるオンラインツアーやミュージアムなどの情報を、山のエクスカッションがメインのリゾートでは、各展望台へ結ぶケーブルや登山鉄道の路線情報やハイキングなどのアクティビティ情報を細かく紹介しています。



①	チューリヒ Zürich	77
②	ジュネーヴ Genève	79
③	ベルン Bern	81
④	ルツェルン Luzern	83
⑤	ツェルマット Zermatt	85
⑥	サースフェー Saas-Fee	87
A	ヴァレー州 Valais / Wallis	89
B	ユングフラウ地方 Jungfrau Region	91
C	レマン湖地方 Lake Geneva Region	93
D	ティチーノ州 Ticino	95

チューリヒ Zürich.



国際空港がありスイスの玄関口として知られるチューリヒ。経済の中心を担う大都市でありながら、ローマ時代にさかのぼる歴史、そしてチューリヒ湖、リマト川、周りを囲む緑豊かな丘など自然にも恵まれています。約50のミュージアム、100を超えるアートギャラリー、劇場や音楽ホール、イベントも多い文化都市でもあります。交通アクセスが便利で有名観光地へのエクスカージョンの拠点としても最適。

詳しい情報は、www.myswiss.jp/area/03/zurich



ショッピング Shopping.

流行発信地でもあるチューリヒでは幅広いショッピングが楽しめます。有名ブランドが並ぶバーンホフシュトラッセ(駅前大通り)、個性的な店が多い旧市街、デザイナーショップが点在する西地区など。新しくできた空港の「エアサイドセンター」にも60以上のショップがあります。



チューリヒ湖 Zürichsee.

船に乗って湖から街を眺めてみてはいかがでしょうか。長さ40km、面積90km²という大きさを誇るチューリヒ湖にはモーターボート15艘、蒸気外輪船2艘が年間を通して運航しています。古城とバラ園で有名なラッパースヴィルなど、湖に沿って点在する小さな街へのクルーズもおすすめです。



カジノ Grand Casino Baden.

チューリヒから約15分。温泉地バーデンにあるスイス屈指のカジノで運試しをしてみませんか。ルーレット、バカラ、ポーカーなど8種類のゲームが本格的に楽しめるテーブルが22台、気軽に遊べるスロットマシンなどが250台以上そろっています。エレガントで特別な一夜を過ごすことができるでしょう。

マソアラ熱帯雨林 Masoala.

チューリヒ動植物園内につくられたマダガスカル熱帯雨林(11000㎡)、土壌成分はもちろん、人工の大雨を定期的に降らせ、ヒータで熱帯の温度を保つなど、完璧に現地の環境を再現して、約1500種類あるという蘭を含む希少な花々や植物、そして昆虫、鳥類、は虫類、動物たちが独自の生態系をつくりあげています。大人も子供も楽しめる貴重な体験です。



ユートリベルク Uetliberg.

市内から郊外へ小さなユートリベルク鉄道(S10)に乗って、自然の中を走ること約20分。標高871mにある展望台からはチューリヒの街並、周りに広がるアルプス、そして湖の美しいパノラマビューを楽しむことができます。ユートリベルクからフェルゼンエックまでは、太陽系の縮小モデルをたどる約1時間30分の簡単ハイキングコースになっています。



ナイトパーティ Night Party.

夜型人間が朝まで盛り上がる不夜城チューリヒ。新しくトレンディエリアとなった西地区、旧市街、湖畔周辺などに、約500軒のユニークなバーやナイトクラブ、ディスコが集まっています。夏になると、さらに数多くの屋外バーがオープン。とくに歴史のある公共野外プール(フラウエンバート)に出現するバーなども、若者に人気のスポットです。



ミュージアム Museums.

チューリヒ周辺は、質の高いミュージアムが多いことでも知られています。中でも必見ポイントは、チューリヒ市内のクストハウス(美術館)や国立博物館、ヴィンタートゥールにある18~20世紀の名作500点以上を所蔵する美術館「オスカーラインハルト・コレクション」や、自然科学や技術を体験できるテーマパーク「テクノラマ」、ヨーロッパ屈指の美しい写真美術館など。



チューリヒ観光局 Zürich Tourismus

Tel : 044-215-4000

Fax : 044-215-4044

E-mail : information@zuerich.com

www.zuerich.com



ジュネーヴ Genève.



ジュラ山脈の麓でレマン湖の南西岸に位置するジュネーヴは人口18万の親しみやすい小都市でありながら、世界の重要機関が集結した国際都市でもあるという2つの顔を持っています。また文化や歴史遺産を多く残す旧市街や、中心部から少し足をのびただけで美しいブドウ畑や森が広がる美しい田園風景も大きな魅力です。

詳しい情報は、www.myswiss.jp/area/12/



旧市街 Old Town.

紀元前からの長いジュネーヴの歴史は旧市街に辿ることができます。サンピエール大聖堂の地下には考古学館があり遺跡が公開されています。ジュネーヴ最古の家タヴェル館では市民の暮らしを垣間見ることができますでしょう。パステイヨン公園の宗教改革の碑もお忘れなく。



国際機関 International.

200以上の国際機関があるジュネーヴ。国際赤十字委員会の活動を紹介する博物館や、世界最高レベルの研究所 CERN のビクターセンター「マイクロコスム」などを訪ねてみましょう。有名な国連欧州本部「パレ・デ・ナシオン」も約1時間のガイドツアーで内部を見学することができます。



ミュージアム Museum.

ヨーロッパの時計づくりをリードしてきたジュネーヴの老舗ブランド『パテック・フィリップ』の時計博物館や、世界屈指の蒐集家だったボドメール氏の書物コレクションを展示する美術館、由緒ある宗教改革発祥の地につくられた博物館など、魅力あふれる個性的なミュージアムがそろっています。

田園地方 Countryside.

素朴な田園風景が広がるジュネーヴ郊外。春には美しい花畑、秋には収穫の時期を迎える葡萄畑など、四季折々に美しい自然を満喫できます。ローヌ河沿いの豊かな森は自然保護地区で水鳥や動物のパラダイス。ボートでの河下りと周辺のワイナリーめぐりを組み合わせるのも良いでしょう。市内から20分ほどで眺望が楽しめる仏領サレーヴ山もおすすめ。



ショッピング Shopping.

レマン湖岸から旧市街のエリアには、デパートや有名ブランドの店が建ち並んでいます。特にクオリティの高い時計、宝石の品揃えでは世界的に有名。郊外のカルージュは昔の職人街で今は若いアーティストショップが多いおすすめスポット。毎週、各地の広場や公園で開かれる市場をのぞいてみても良いでしょう。



レストラン Restaurants.

世界中のビジネスマンや観光客が行き交うジュネーヴのグルメは多彩です。中華や日本食など約80のアジア料理レストランを含む約1100軒のレストランからお好みの料理をどうぞ。またスイスで3番目の生産量を誇るジュネーヴのワインを食事と一緒にぜひ味わってみましょう。



～現地発ガイドツアーいろいろ～

* バסטツアー

市内観光や郊外、ローザンヌ、シヨン城、シャモニー・モンブラン観光など

* テーマウォーク

多彩なテーマに沿って観光局公認現地ガイドと一緒に名所・史跡を訪ねるツアー(要予約)

* オーディオツアー

観光局でガイドテープを借り、説明を聞きながら一人でまわる市内観光

* レマン湖クルーズ

レマン湖周遊、有名邸宅めぐり、ディナークルーズ、ランチクルーズなど

ジュネーヴ観光局 Geneva Tourism

Tel : 022-909-7000

Fax : 022-909-7011

E-mail : info@geneve-tourisme.ch

www.geneva-tourism.ch



ベルン Bern.



湾曲するアーレ川に囲まれた土地を巧みにいかし、1191年ツェーリングゲン家によって造られた美しい街ベルン。中世の雰囲気や今に残す旧市街は、歴史的な建築を守りながら都市機能もうまく兼ね備えた点が高く評価され、1983年ユネスコの世界文化遺産に登録されました。政治の中枢機関があるスイスの首都でもあり、個性的な博物館や美術館など多く見どころ満載。周りを豊かな自然に囲まれているベルンでは、四季折々に異なる表情を味わうことができます。

詳しい情報は、www.myswiss.jp/area/11/bern/



時計塔 Zeitglockenturm.

13世紀に建てられた都市の城門が前身となった時計塔は、拡張をくり返した現在のベルンのほぼ中心に位置するランドマーク。大きな天文時計のわきにある熊の兵士や鶏、王などの人形仕掛けは、毎時3～4分前に動きだします。塔内部を見学するガイドツアーもあります。



パウル・クレー・センター Zentrum Paul Klee.

従来の枠を超えた文化施設としてベルン郊外に誕生した美術館。クレー財団と遺族により守られてきた世界で最も重要なクレー・コレクション約4000点がおさめられています。イタリア人建築家レンゾ・ピアノの手による美しい波のフォルムが印象的な建物も必見です。*2005年6月20日オープン



連邦議事堂 Bundeshaus.

2つの議事堂と中央ドームから成る重厚な建築が印象的な連邦議事堂は、1902年に完成した首都ベルンのシンボル。約45分のガイド付き内部見学ツアーに無料で参加できます。議事堂のテラスから広がるベルナーアルプスの眺望もお見逃しなく。

ショッピング Shopping.

ヨーロッパ最長ともいわれる石造りのアーケード(約6km)は、雨の日でも濡れずに買い物を楽しめるショッピング天国。地下のケラー(貯蔵庫)を改修したユニークなショップなど新しい店が続々オープンしています。活気あふれる伝統の市場をのぞいてみるのもよいでしょう。旧市街を中心に5カ所の広場で、野菜市や花市、果物市などが開かれています。



ミュンスター Münster.

13世紀の教会を基盤に1421年に着工した大聖堂は、何世紀にも渡り異なる建築家が手掛け1893年ついに完成した後期ゴシック様式の傑作。宗教革命時の破壊をのがれた正面横の『最後の審判』レリーフや、高さ12m『新約聖書』を描いた15世紀のステンドグラスなど見ごたえ十分。18世紀のパイプオルガンも荘厳な美しさを誇っています。344段の階段を歩いて、約100mの高さを誇る尖塔に上れば、旧市街とアルプスのパノラマが楽しめます。



熊公園 Bärengraben.

街の創始者ツェーリンゲン公爵が狩りをして最初に捕まえた動物が熊だったという逸話にちなみ、熊を意味する名前になったベルン。街の象徴として壕で熊を飼育しています。隣には旧トラム停車場を改修して造られた観光案内所と地ビールが楽しめるビアレストランがあります。ベルンショーというCG映像や模型などを駆使しベルンの歴史を紹介する約20分プログラム(日本語有)の上映は、観光前に見ておくともよいでしょう。



バラ公園 Rosengarten.

1984年のヨーロッパ園芸コンテストで「ヨーロッパで一番花の美しい街」に選ばれたこともあるベルン。公園や庭園が多い緑と花の都市です。中でも、約200種類18000本を誇るバラをはじめアイリス、ツツジ、桜などが次々と咲く「バラ公園」は、旧市街の奥の高台にあり街を見渡す眺望スポットとしてもおすすめです。



ベルン観光局 Bern Tourism

Tel : 031-328-1212

Fax : 031-328-1277

E-mail : info@BernInfo.com

www.BernInfo.com



ルツェルン Luzern.



湖、山、中世の街並など、スイスのあらゆるエッセンスが詰まった街といわれるルツェルン。文化探訪やイベント、グルメにショッピングなど多彩な魅力にあふれています。スイス連邦の発祥地でもあり、噴水や建物に描かれた壁画が美しい旧市街を中心として、各所に長い伝統と歴史を感じるでしょう。また、スイスの中央部に位置しているため、鉄道や湖船で多彩な小旅行が楽しめます。

詳しい情報は、www.myswiss.jp/area/04/luzern/



名所・史跡 Sightseeing.

14世紀初頭に建造された屋根付木造橋「カペルブリュッケ」や古い城砦の一部「ムゼック城壁」、フランス革命の時、ルイ王家を守り戦死した勇敢なスイス傭兵を偲び造られた瀕死のライオン碑など。市内には歴史を誇る名所がそろっています。



湖船クルーズ Lake Cruise.

“四つの森の州の湖”という意味をもつフィアヴァルトシュテッターゼー（通称はルツェルン湖）。通年運行しているノスタルジックな外輪蒸気船やサロンクルーザーなどで、美しい景色をのんびり楽しむ湖船の旅がおすすめです。ユニークな特別クルーズもいろいろ企画されています。



レストラン Restaurants.

スイスの素朴な郷土料理のほか、世界各国のさまざまな料理が楽しめるルツェルン。陽気に会話がはずむ気軽な食堂からエレガントな雰囲気の高級レストランまで、旅のスタイルにあわせてお選びいただけます。とくに天気の良い日には、開放的な雰囲気が魅力のテラス席が人気です。

ショッピング Shopping.

ルツェルンでショッピングはいかがでしょう。伝統のある老舗から新しいブティックまで個性的な店が軒を連ねています。時計・宝石の有名店「ブッヘラー」、土産物がそろう「カサグランデ」、手づくりチョコレートがおいしい「パッハマン」が集まっているシュヴァーネン・プラッツ(広場)など、街がコンパクトなので、散策気分ですほつめくりができます。



文化 Culture.

湖畔にたたずむカルチャー・コングレスセンター(KKL)は有名建築家ジャン・ヌーベルが手がけたスタイリッシュな近代建築。ルツェルン音楽祭の会場として知られる音響効果に優れたコンサートホールのほか、会議場やイベントスペース、市立美術館などが入った複合文化施設です。



ミュージアム Museums.

芸術に興味がある方なら、クレーとピカソ作品を中心に約200点の名作を収蔵する「ローザンガルト・コレクション」と、由緒ある邸宅に、素描やグラフィック、陶磁器など晩年のピカソ作品や、デヴィッド・ダグラス・ダンカンの写真作品を展示しているピカソ美術館は必見です。2館のセット券もあり。他もまわるなら、スイス全国400カ所ので使えるミュージアムパスがおすすめ。



中央スイスの名峰 Mountains.

ルツェルンは湖の周りにそびえる中央スイスの山々への拠点として最適です。“山の女王”と呼ばれ、山岳観光の先駆けになった伝統を誇るリギ山、世界一急勾配の歯車式登山鉄道と空中ケーブルで山頂まで結ぶピラトゥス山、万年雪と氷河が待つティトリス山など。アルプスの山並、麓のかわいい村や美しい湖を望む絶景と、ハイキングやスキーなどのアクティビティをお楽しみください。



ルツェルン観光局 Luzern Tourismus AG

Tel : 041-227-1717

Fax : 041-227-1718

E-mail : luzern@luzern.org

www.luzern.org

LUZERN 
ГПСЕВІЕ
SWISS MADE

ツェルマット

Zermatt.



名峰マッターホルンの麓にあたるツェルマットはアルプス観光の王道。環境に配慮したガソリン車乗り入れ禁止のリゾートで、静かな環境と清冽な空気が保たれています。1年を通じて、雄大なアルプスの山々や氷河を存分に満喫できるのが大きな魅力。四季折々に異なる風景が楽しめるハイキングが一番人気で、多彩な眺望コースが充実しています。

詳しい情報は、www.myswiss.jp/area/09/zermatt/



カーフリーリゾート

Carfree Resort.

駅前通りには、大きなビルはなく木造シャレーのレストランやホテル、スーパー、土産物店が並んでいます。小さな電気自動車と馬車が行き交うのどかな雰囲気です。ガソリン車は手前のテーシュにある大型駐車場に車を置き、電車に乗り換えて下さい。



ゴルナーグラート

Gornergrat.

駅前の乗場から登山鉄道に乗って約40分。終点のゴルナーグラート展望台からは、モンテローザ、マッターホルン、ゴルナー氷河という雄大なパノラマが楽しめます。晴れた日には、山岳ホテル・レストランのテラス席で絶景を眺めながらのランチをどうぞ。



クライン・マッターホルン

Matterhorn Glacier Paradise.

ケーブルを乗り継ぎ、万年雪と氷河の待つクライン・マッターホルン（マッターホルン・グレッシャーパラダイス）へ。エレベーターに乗って、ヨーロッパ最高地点にある展望台（3883m）まで行きましょう。4000m級の雄大な山々が一望できます。

氷の宮殿 Glacier Palace.

クラインマッターホルンの先にあるトンネルを抜けると、そこは世界最高地点にあるアイスグロット(氷の洞窟)。氷河内部につくられた幻想的な空間には、地質学の説明のほか、氷の彫刻などがあり、氷の世界が体験できます。入場無料。



ハイキング・パラダイス Hiking Paradise.

ゴルナーグラート、スネガ、クライン・マッターホルンなど絶景自慢の展望台や途中駅を拠点に多彩なルート選びが可能です。マッターホルンを映す山上湖や、美しい樹々の間を歩くコースなど、自分のレベルや季節にあわせたハイキングをお楽しみください。



ローテンボーデン～リッフェルベルク

Rotenboden ~ Riffelberg

ゴルナグラート下のローテンボーデン駅で降り、逆さまッターホルンで有名なリッフェルゼーをまわり、リッフェルベルクまで下る約50分の人気コース。夏には高山植物も見られるでしょう。次のリッフェルアルプ駅までハイキングを続けることもできます。



スネガ～リッフェルアルプ

Sunnegga ~ Riffelalp

ツェルマットから約3分で到着するスネガ展望台。ブラウヘルトへ上ってから歩いても良いですが、ここからライゼーやフィンデルン村を通り、リッフェルアルプ方面に歩くことができます。グリュンゼーやモージゼーなど他の湖をまわるコースもおすすめ。



ツェルマット観光局 Zermatt Tourism

Tel : 027-966-8100

Fax : 027-966-8101

E-mail : zermatt@wallis.ch

www.zermatt.ch



サースフェー Saas-Fee.



“アルプスの真珠”とも呼ばれるサースフェーは、村を壁のように取り囲む4000m級の白い連山と氷河が間近に迫る、ダイナミックな大自然が最大の魅力。美しい空気と静かな環境が保たれた素朴でかわいい村は、アルプスの隠れ里の雰囲気にあふれており、長期滞在する旅行者にも人気。1年を通して展望台からの眺望やハイキングなどバラエティに富んだアクティビティが楽しめます。

詳しい情報は、www.myswiss.jp/area/09/saas/



メトロアルパン Metro Alpin.

空中ケーブル「アルパイン・エクスプレス」で19分。フェルスキンからは、世界一高い所にあるユニークな地下鉄「メトロ・アルパン」に乗ってみましょう。標高3000mを超える山の内部を走り抜け、眼前に氷河と雄大なパノラマが広がるミッテルアラリンへと結びます。



ミッテルアラリン Mittelallalin.

サースフェーの観光ハイライトは、標高3500mの万年雪と氷河の世界、ミッテルアラリンです。世界最高所にある回転レストランからは、13峰の4000mを超える山々が見渡せるでしょう。ヴァレー山群はもちろん、アイガー、メンヒ、ユングフラウの3名山を含む、ベルナーアルプスまで望むことができます。



氷河の世界 World of Glacier.

氷河体験なら、まずはミッテルアラリンにある世界最大(約5500㎡)の氷の洞窟へどうぞ。太古の秘密をとじこめた氷河の世界は、大人にも子供にもおすすめです。また、眼前にフェー氷河とミシャベル山群が広がるレングフルー展望台からは、まさに手が届くほどの距離で迫力ある氷河の眺望が楽しめます。

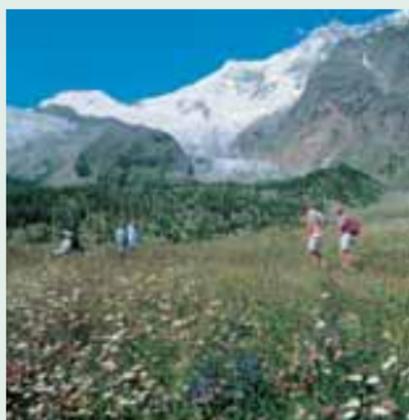
マーモット Marmots Paradise.

樹齢も古いカラマツの森に囲まれたサーース谷は野生動物の宝庫。ハイキングの途中にはマーモット、シャモア、アイベックスなどを見かけるかもしれません。とくに、普段は警戒心が強くて出てこないマーモットに出会えるシュピルボーデンは人気のスポット。人なつこく近づいてくるマーモットには、手から直接、餌をあげることもできるでしょう。



高山植物 Alpine Flower.

スイスの南、イタリアとの国境に位置するサーースフェーは、4000m級の山々の間にありながら温暖なティチーノ州と同じ緯度で地中海性気候の影響も受けています。そんな独特の気象条件から、希少な種や保護指定種を含めた豊富な種類の高山植物と出会うことができます。240種類以上の案内板があるクロイツボーデンなど、高山植物を見ながら楽しめるハイキングコースがそろっています。



伝統の祭り Tradition.

ケルト、ローマの時代まで遡る歴史を誇るサーース谷。とくに約700年前にこの地に移動してきた山岳民族のヴァルサー人の名残は、今も納屋の建築や風習などに見ることができます。そんな長い伝統は、村の民族衣装や、音楽、祭りなどに息づいています。夏季には村人たちの手づくり感あふれる素朴な行事や祭りが数多く開催されるので、タイミングがあれば、ぜひ体験してみましょう。



ウェルネス Alpine Wellness.

50年以上前からガソリン車乗り入れ禁止のリゾートとして環境保護に取り組んできたサーースフェー。澄みきったアルプスの空気のもとで、健康的な滞在が楽しめます。山岳ハイキングをベースにして、心拍、歩数、消費カロリーを測定しながら、専門アドバイザーとともに歩く「スマートウォーキング」など、健康志向の方におすすめの企画もいろいろ。



サーースフェー観光局 Saas-Fee Tourismus

Tel : 027-958-1858

Fax : 027-958-1860

E-mail : to@saas-fee.ch

www.saas-fee.ch

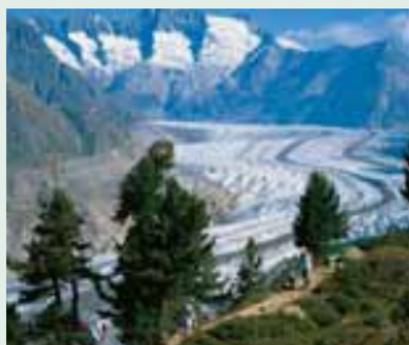
Saas-Fee

S A A S T A L

ヴァレー地方 Valais.

マッターホルンなど数々の名峰を有し、アルプスの心臓部ともいわれるヴァレー地方は、山や自然を愛する人々を惹き付けてやみません。またローマ時代から北と南を結ぶ交通の要衝として栄えたため、個性的な文化が発展したことも魅力のひとつ。日照時間が長く温暖な天候に恵まれておりスイスのワイン生産量を誇っています。

詳しい情報は、www.myswiss.jp/area/09/



アレッチ氷河 Aletschgletcher.

ベルン州とヴァレー州にまたがるスイス最大・最長のアレッチ氷河(約24km)。周囲に広がる高山植物や動物などアルプスの珍しい生態系も評価され、一帯は世界自然遺産に登録されています。アレッチ地方のリーダーアルプ、ベットマーアルプはガンソリン車乗り入れ禁止のリゾート。



アレッチの森 Aletschwald.

氷河の横に広がるアレッチの森は低アルプス地帯に属す珍しい動物や植物の生態系が観察できる自然保護区。絶景の氷河を眺めながら、アルプスの環境を学ぶことができるハイキングがおすすめです。



ロイカーバート Leukerbad.

ローマ時代からの歴史を誇る名湯の里。ゲーテやコナン・ドイル、モーパッサンなど有名人が訪れたことでも知られています。わき出す湯量が豊富で、2つの公共のスパのほか、宿泊客専用のスパを完備したホテルも多数。山に囲まれた村の奥にそびえる岩壁をケーブルで上れば伝統のゲンミ峠へ到着。美しい山上湖周辺は人気のハイキングコースです。

ツェルマット Zermatt.

名峰マッターホルンを抱くツェルマットは、ガソリン車乗り入れ禁止の美しい村。マッターホルンをはじめとした4000m級の山々が広がる展望台へは、1年を通してケーブルや登山鉄道が結んでいます。ハイキングやスキーを楽しむ人でいつでも賑わっている山岳リゾートの王道です。



サースフェー Saas-Fee.

4000m級の白い連山と氷河に取り囲まれた谷間の小さな山村サースフェー。人気のハイキングをはじめ、迫力ある大自然を間近に感じられる多彩なアクティビティが楽しめます。村は静かな環境と素朴なアルプスの隠れ里の情緒にあふれており、のんびりした滞在が満喫できるため、長期滞在者にもおすすめ。



クラン・モンタナ Crans-Montana.

ローヌ谷の上に広がるクラン・モンタナは、フランス語圏の山岳リゾート。一流ブランドのブティックやヨーロッパ・マスターズが開催されるゴルフ場、高級ホテルなどセレブが集うエレガントな雰囲気も魅力です。背後に迫る山々へケーブルで結び、マッターホルンからモンブランまで見渡せる展望台や氷河など、アルプスの風景も満喫できます。



ヴェルピエ Verbier.

“カトルヴァレー(4つの谷)”と呼ばれる大型スキー場として有名なヴェルピエ。ケーブルで結ぶモン・フォール展望台からはモンブランを中心とした雄大なパノラマが広がっています。ゴルフ、ハイキング、マウンテンバイクなどアクティビティが人気。毎年夏には「ヴェルピエ・フェスティバル&アカデミー」という国際的な音楽祭が開催されます。



ヴァレー州観光局 Valais Tourism

Tel : 027-327-3570

Fax : 027-327-3571

E-mail : info@valaistourism.ch

www.valaistourism.ch



ユングフラウ地方 Jungfrau Region.

アイガー、メンヒ、ユングフラウ3名山をはじめ名峰が連なるユングフラウ地方。人気の山岳リゾートへは登山鉄道やケーブルが結んでいます。雄大な山や氷河、のどかに草を食む牛、清らかな小川や滝など、感動的な大自然が最大の魅力です。アレッチ氷河を中心とするユングフラウヨッホ周辺は世界自然遺産に認定されています。

詳しい情報は、www.myswiss.jp/area/06/



ユングフラウヨッホ

Jungfraujoch Top of Europe.

ヨーロッパ最高所の鉄道駅ユングフラウヨッホ(3454m)にある複合施設“トップ・オブ・ヨーロッパ”。全天候型のスフィンクス展望台(3571m)やアレッチ氷河や雪原でのアクティビティ、レストラン、新しくなったショップなど楽しみはいろいろ。



クライネ・シャイデック

Kleine Scheidegg.

アイガー北壁の真下にあたるクライネ・シャイデックは、雄大な山を眺めながらのスキーやハイキングコースの宝庫。ユングフラウヨッホへ登る鉄道の出発点で、レストランやショップもあり、1年を通していつでも多くの観光客で賑わっています。



グリンデルワルト

Grindelwald.

アイガーやヴェッターホルン、グリンデルワルト氷河など迫力のあるアルプスの風景が満喫できる山村グリンデルワルトは、日本人に絶大な人気を誇る山岳リゾート。ユングフラウヨッホ、メンリッヘン、シルトホルン、フィルストなど、魅力的な観光地へのアクセスも便利です。

フィルスト First.

グリンデルワルトから約25分で結ぶフィルスト展望台からはベルナーアルプスの眺望を満喫できます。このエリアでの最大の楽しみは、何といっても自然を体感できる絶景ハイキング。夏には美しい山上湖や高山植物、春は山の裾野に広がる黄色の花畑、秋は黄葉に染まる木立、冬の一面の銀世界を歩くなど、1年を通して季節感あふれるコースが充実しています。



シーニゲプラッテ Schynige Platte.

「デディランド」という愛称で親しまれている標高1967mのシーニゲプラッテへは、ヴィルダースヴィルからレト口な雰囲気のかわいい登山電車に乗って約50分。アイガー、メンヒ、ユングフラウ3名峰の正面に位置する絶景ポイントです。歴史を感じるホテル・レストランや約600種類が栽培されている高山植物園があります。眺望を楽しみながらのハイキングもおすすめ。



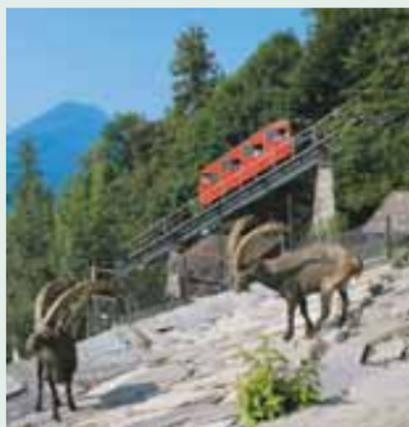
インターラーケン Interlaken.

ユングフラウ地方への玄関口。名前の由来にもなっているように、トゥーン湖とブリエンツ湖の間に位置しています。名峰に囲まれた街は、素朴でありながらも、高級ホテルやショップ、カジノなどが建ち並びエレガントな雰囲気もあわせもっています。多彩なエクスカージョンの拠点としても理想的なリゾートです。



ハーダー・クウム Harder Kulm.

あまり時間の余裕がない方はハーダー・クウムへの旅がおすすめ。インターラーケン・オスト駅そばの乗り場からケーブルカーで約8分。かの作曲家メンデルスゾーンが歩いて登り感動したという、美しい森やベルナーアルプスの名峰と谷の雄大な眺めを気軽に楽しむことができます。レストランもあるので、ランチと組み合わせても良いでしょう。



インターラーケン観光局 Interlaken Tourism

E-mail : mail@interlaketourism.ch www.interlaketourism.ch

グリンデルワルト観光局 Grindelwald Tourismus

E-mail : touristcenter@grindelwald.ch www.grindelwald.ch

ユングフラウ鉄道 Jungfrau Railways

E-mail : info@jungfrau.ch www.jungfraubahn.ch



レマン湖地方

Lake Geneva Region.



別名レマン湖地方というヴォー州は、“スイスのリビエラ”といわれる高級リゾートが並ぶ湖畔地方、ジュラ山脈の麓で素朴な山里が点在するジュラ地方、雄大な氷河を抱く山岳リゾートのアルプス地方、のどかな畑が広がる田園地方という4つの異なる魅力を持っています。

詳しい情報は、www.myswiss.jp/area/08/



ローザンヌ Lausanne.

丘の上に建つ大聖堂や旧市街など中世の雰囲気を残す古都ローザンヌ。音楽やバレエなど芸術活動が盛んで、個性的な美術館も多くエレガントな雰囲気が漂っています。また最近ではオリンピック委員会本部オリンピックミュージアムのあるオリンピックシティとしても有名です。



ニヨン Nyon.

シーザー北征の重要な拠点であったニヨンはローマの街として知られています。発掘された数々の出土品はローマ博物館で見ることができます。コペー城やスイス国立博物館として利用されているブランジャン城など一般公開されている美しい古城に足をのばしてみたいところ。



モルジュ Morges.

“レマン湖の花”と呼ばれる可愛い街モルジュ。湖に面して建つモルジュ城のほかにも美しい古城が郊外に点在しています。オードリー・ヘップバーンが晩年を過ごした隣村トロシュナにあるお墓と記念館には多くのファンが訪れています。彼女もしばしば顔を出したというモルジュの朝市は毎週水曜・土曜日の朝に開催。

モントルー / ヴェヴェイ

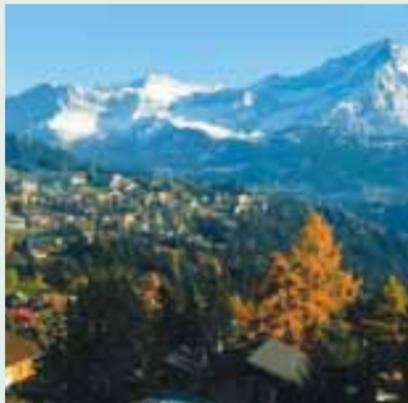
Montreux / Vevey

ワインの集散地として栄えたヴェヴェイやジャズフェスティバルで有名なモントルーは、ヘミングウェイやストラヴィンスキー、チャップリンなど多くの著名人がその美しさに魅せられ滞在したレマン湖畔の高級リゾート。ブドウ畑の小道や湖畔の遊歩道でのんびり散策を楽しみましょう。



ヴィラール Villars

かつてはオリエントエクスプレスも停車したという格式のある山岳リゾート。名門の子女が通う私立学校や有名人の別荘も数多く点在しています。ローヌ渓谷を眼下に見下ろし、名峰ダン・デュ・ミディやモンブランなどフレンチアルプスのパノラマが一望できる恵まれたロケーション。冬のスキーリゾートとして有名ですが、夏には絶景のゴルフコースも人気。



シャトーデー

Château-d'Oex

牧畜を中心とした昔ながらの農家が多く、牧童の祭りや「デクパージュ」という美しい紋様の紙切細工などアルプスの暮らしと伝統が受け継がれている山里。1999年、この地を出発した熱気球が無着陸世界一周旅行に成功したことで有名です。毎年1月に国際熱気球週間が開かれます。



イヴェルドン・レ・バン

Yverdon-les-Bains

ヌーシャテル湖西端にあり、ケルトやローマの時代から栄えた歴史ある街。古くから温泉地として知られており、スパには保養や療養目的で多くの人々が訪れます。イヴェルドン城には教育者ベスタロッチの記念館や、ケルト時代の船など貴重な発掘品を展示した歴史博物館があります。



レマン湖地方観光局 Office du Tourisme du Canton de Vaud

Tel : 021-613-2626

Fax : 021-613-2600

E-mail : info@lake-geneva-region.ch

www.lake-geneva-region.ch



LAKE GENEVA
REGION

ティチーノ地方 Ticino.

イタリア語を話す陽気な人々が迎えるティチーノ州。アルプスの南部に位置し1年の日照時間が約2300時間という地中海性の温暖な気候に恵まれています。ヤシの木など亜熱帯性の植物が並ぶ湖畔や万年雪の山、秘境の谷、エレガントなリゾートなど多彩な雰囲気が味わえるでしょう。イタリアとスイスの良さがミックスされた魅力ある地域です。

詳しい情報は、www.myswiss.jp/area/10/



ルガーノ Lugano.

ティチーノの文化・経済の中心的存在のルガーノ。モンテ・ブレやサン・サルバトーレの2つの山でのハイキングや湖のクルーズなど、1年を通して自然を満喫できます。スイスのトスカーナといわれるメンドリジオットはブドウ畑と素朴な村が魅力の田園地帯。メンドリージオの街には大型アウトレットショップもあり多くのショッピング客を集めています。



ベリンツォーナ Bellinzona.

ティチーノ州の州都。アルプス越えの要衝として重要な街で3つの城塞と中世の街並はユネスコの世界遺産にも認定されています。石畳の広場やアーチ型に飾られた回廊、古い建物が数多く残る旧市街では、毎週土曜の朝に市場が開かれています。



ロカルノ Locarno.

“マッジョーレ湖の真珠”と呼ばれる美しい街。ロカルノ条約やロカルノ国際映画祭の舞台としても知られています。丘の上に建つ壮麗なマドンナ・デル・サツソ寺院が街のシンボル。マリオポッタ設計の最新ケーブルで結ぶカランダ山頂からは湖と奥に広がるいくつもの谷が見渡せます。

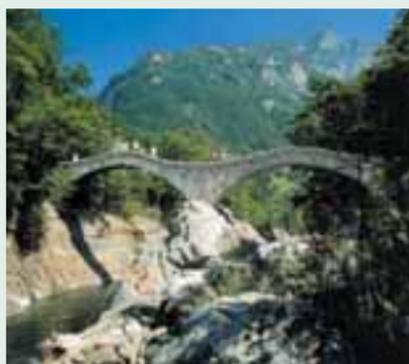
アスコーナ Ascona.

マッジョーレ湖の小さな漁師村だったアスコーナは、中世から多くの芸術家に隠れ家として愛された街。19～20世紀には自然回帰をめざし、ヘッセやユング、ワーグナーなどがモンテ・ヴェリータ(真実の山)に集いコロニーを造っていたことでも有名。旧市街には中世からルネサンス時代の建物や16世紀頃この地に暮らした芸術家たちの作品が残っています。



ヴェルザスカ谷 Val Verzasca.

ロカルノからはチェントヴァーリアやマッジア谷、ヴェルザスカの谷、オンゼルノーネ谷など、手つかずの自然と素朴な暮らしが息づく谷への小旅行がおすすめ。中でも美しい渓流と中世の石橋が印象的なヴェルザスカ谷でのハイキングは最高。007の映画が撮影された高所ダムからのバンジージャンプにもチャレンジできます。



聖ジョヴァンニ教会

San Giovanni Battista.

のどかなマッジア谷に突然出現するのはティチーノ出身の建築家マリオ・ボッタが手掛けた教会。ほかにもティチーノには時が止まったような谷や歴史的な町に近代建築が多く造られており不思議な調和をみせています。また、晩年この地に暮らしたヘッセの記念館など文化や芸術を訪ねてみるのも良いでしょう。



グルメ Gastronomy.

チーズを使ったパスタやリゾット、ピザなどロンバルディア地方とピエモンテ地方の影響を受けたティチーノの料理は美味しいと評判です。質の高い赤ワインは、ポルドーから来たメルロー種が約8割を占めており“メルロー王国”とも呼ばれるほど。グロットという食堂などで気軽に郷土料理や地ワインが楽しめます。



ティチーノ観光局 Ticino Tourism

Tel : 091-825-7056

Fax : 091-825-3614

E-mail : info@ticino-tourism.ch

www.ticino-tourism.ch

www.ticino-tourism.ch