

HIS

エイチ・アイ・エス発行の季刊誌
旅+ライフスタイルフリーペーパー4年目突入!!

旅に出る・・・そのワクワク感を日常に

Vamos!

BY H.I.S. BRASIL TURISMO

Vol.18

特集：サルバドールを知らずしてブラジルは語れない！

～歴史散歩で知的好奇心が満たされて、美しい海と生き物たちには癒されて・・・
鉄壁の旅スポット サルバドールの魅力にとことん迫ります～

JCBカードを賢く利用して、未来の旅をお得に予約しよう！

H.I.S. コンサルティング 生活サポートの新サービスを開始しました！

アゲート・カリグラフィで素敵な作品を作っちゃおう！

サンパウロ近郊のホテルでリラックスステイを楽しもう！！

日本への一時帰国や緊急時にPCR検査代行予約もH.I.S.にお任せ！！

創刊 18号

2021年4月



サルバドールを
知らずして
ブラジルは語れない！



サンパウロから飛行機で2時間20分。空港から旧市街まではタクシーで約30-40分です。

日本の国土の約23倍あるブラジルには、気候も文化も風土も人々のルーツも異なる様々な街が存在し、虹色の国と称されるほど。その中でも最も特徴的であり、ブラジルの歴史や文化を語る上で外すことができないのがバイーア州とその州都サルバドールです。ブラジルの海岸沿いのちょうど中央あたりに位置し、一年中常夏なので観光にもぴったり。歴史に彩られた旧市街の散策で知的好奇心が満たされるだけでなく、食や音楽・ダンスに心躍り、美しい海と生き物たちに癒されること間違いなし！の魅力満載の旅を楽しめます。

さあ、ブラジルの真髄を知るサルバドールの旅に出かけましょう！

旧市街ごと世界遺産なサルバドール

歴史を遡ること1502年。日本では室町時代の終わりに差し掛かっていたとき、現在のサルバドールにあたる海沿いの土地はヨーロッパの人々によって初めて発見されました。「諸聖人の日」に見つけられたことからサルバドール（救世主）と名付けられたその土地は、ヨーロッパの繁栄を支える植民貿易の主要貿易港として整備され、急速な発展を遂げたのです。主に取引されていたのが、砂糖と奴隷たち。サルバドールは、アフリカ大陸から連れてこられたその奴隷の人々の文化や習慣、苦悩の歴史と、そして植民地貿易によりもたらされた巨万の富によって、唯一無二とも言える街へと変貌を遂げました。

旧市街のあちこちには、美しく豪華な教会や大聖堂が立ち並び、当時の栄華の面影を今に残しています。同時にその繁栄の影で搾取された多くの奴隷の人々の悲しい歴史と、音楽やダンスに込められた彼らの強さと思いもまた、街の美しさに深みを与える大切な要素とも言えることができるでしょう。





インスタスポットが
たくさんっ！荷物は
ホテルに置いて軽装
で出かけよう！

バイーア料理
に僕は欠かせ
ないよ！



旅先で美味しい食べ物に出会うと、街の印象もガラッと変わることがありますよね。サルバドールはブラジルの美食の宝庫なのでご安心を！ブラジル料理でよく知られるものの多くは、サルバドールをはじめとするバイーアのご当地料理が多いんです。しかも魚介を多く使うバイーア料理は、魚介のおダシも出て日本人でもハマること間違いなし！

一方、バイーア料理でよく使われるデンデ油と呼ばれるヤシ油は、稀にお腹を壊す原因にもなるので、注意が必要です。お腹に自信がない方は、デンデなし（ポルトガル語で「セン・デンデ」）と注文をしましょう！

ブラジルで初めてカトリックの司教座となったサルバドールの街には、なんと300以上の教会が佇んでいます。特に旧市街には、壮麗な大聖堂や修道院、教会だけでなく、かつての奴隷市場や公開拷問された広場など、ブラジルを知る上で欠かすことができない歴史スポットが多く存在します。

一番のオススメは旧市街を中心とした歴史散歩。ガイドブックを見ながらまわることもできますが、ガイドさんと回る半日~1日観光がより深く歴史を学べ流るので人気です！

→P12では、食べておきたいバイーア料理とサンパウロでも楽しめるレストランをご紹介します！旅気分を盛り上げましょう！

→P3&4の歴史散歩マップへVamos!

ウミガメだけでなく、海の仲間も見られるよ。ぜひ僕たちに会いに来てね！



サルバドールやバイーアで検索すると、旧市街や教会がよくヒットしますが、実はバイーアは海やビーチ、自然でも有名な土地なんです。一番のオススメは、サルバドールから車で約2時間のところにあるプラヤ・ド・フォルチ（Praia do Forte）というビーチ。白い砂浜の美しいビーチを楽しめるだけでなく、ブラジル国内で有名なウミガメの保護施設もあり、オールインクルーシブホテルもあるので、ゆっくり滞在を楽しむこともできます！

CULTURE

伝統衣装のバイーア人と写真をパチリ！



誰もが知るブラジルのダンスと音楽ジャンル「サンバ」は、サルバドールが発祥の地とされているのをご存知ですか？マイケルジャクソンのPVで世界に知られることとなった、オロドウンと呼ばれる、打楽器を中心としたパフォーマンスもサルバドール特有のもの。他にも、ユネスコの無形文化財に指定されている、カポエイラと呼ばれるダンスと格闘技が融合した伝統武術もサルバドールを代表する文化です。



お子様との旅にもぴったり。日差しが強いので、日焼け対策は必須だよ！

→プラヤ・ド・フォルチの魅力は、後半でご紹介します！



カポエイラ・ショーも行われています。

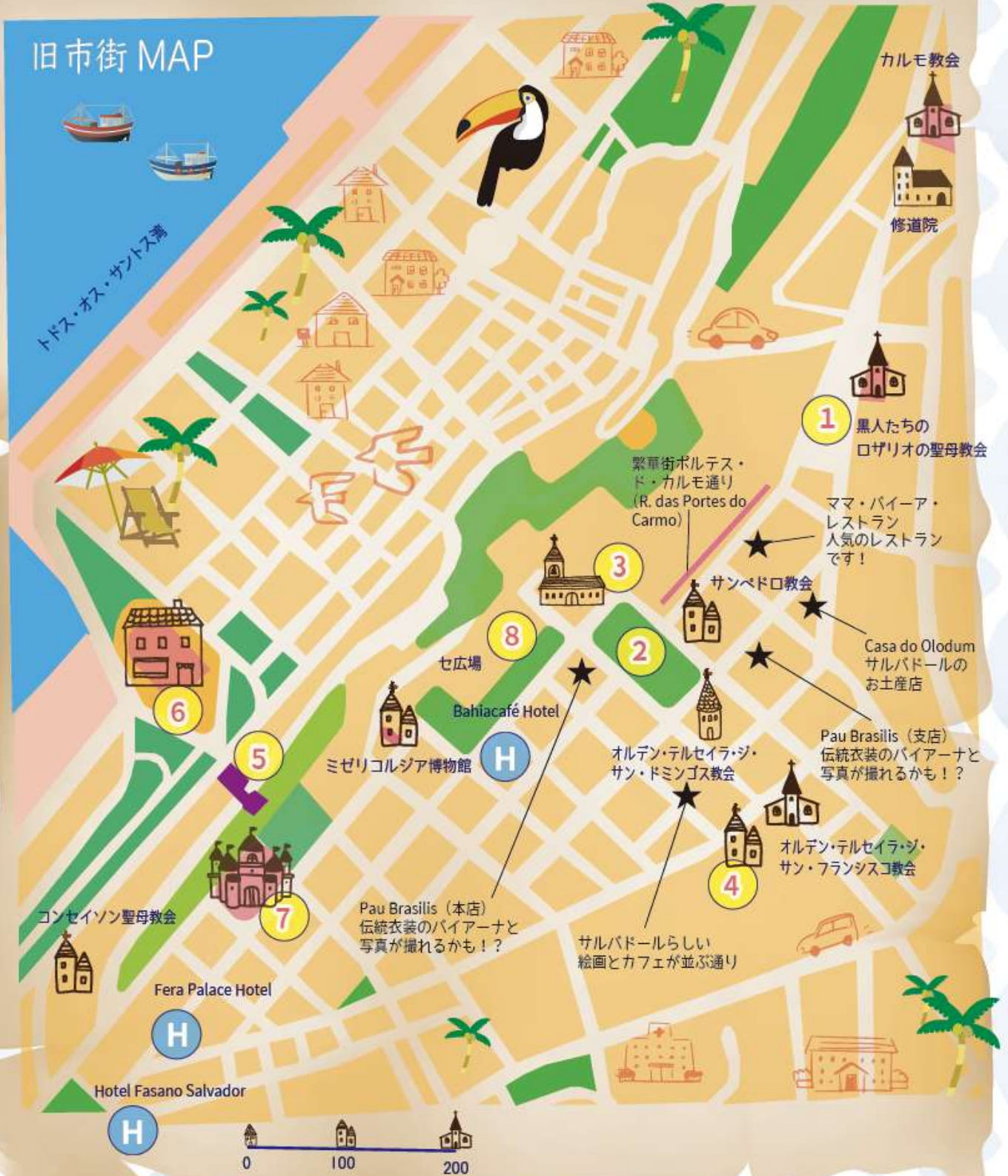


PASSEIO HISTORICO

18世紀に南米一を誇った街の栄華を体感しよう！

サルバドールの旧市街は、海の近くに広がっています。港沿いに切り立った崖があり、その上に主要な観光スポットがありますが、その高低差を移動する手段として有名なのが巨大なエレベーター。旧市街内は石畳なので、歩きやすい靴を履いて、さあ出かけましょう！

旧市街 MAP



カルモ教会

修道院

1 黒人たちのロザリオの聖母教会

ママ・バイーア・レストラン
人気のレストランです！

繁華街ポルテス・ド・カルモ通り
(R. das Portes do Carmo)

サンペドロ教会

Casa do Olodum
サルバドールのお土産店

Pau Brasilis (支店)
伝統衣装のバイアーナと写真が撮れるかも！？

オルデン・テルセイラ・ジ・サン・フランシスコ教会

オルデン・テルセイラ・ジ・サン・ドミンゴス教会

サルバドールらしい
絵画とカフェが並ぶ通り

ミゼリコルジア博物館

Bahia Café Hotel

H

セ広場

コンセイソン聖母教会

Fera Palace Hotel

H

Hotel Fasano Salvador

H



LARGO DO PELOURINHO

ペロウリーニョ広場

色とりどりに塗られた17~18世紀の植民地時代の建物が囲まれたサルバドールらしい華やかな広場。しかし暗い歴史ももつ広場で、ここはかつて奴隷の売買と拷問が行われていた場所。ペウリーニョとは、拷問の時に吊るされた柱の意味で、広場に面して奴隷市場の建物も残されています。この広場沿いでは、苦難の歴史を乗り越えた奴隷の人々によって100年もの年月をかけて建てられた「黒人たちのロザリオの聖母教会 (Igreja Nossa Senhora do Rosário dos Pretos)」も見逃せません。毎週日曜日には、民間信仰のカンドンブレ信仰の影響を感じられる音楽でミサが行われます。



←広場は坂の途中にあり眺めもいい。水色の教会が黒人たちのロザリオの聖母教会

1

TERREIO DE JESUS

ジェズス広場

次にご紹介するサルバドール大聖堂 (Catedral Basílica de Salvador) や、1700年の初めに建設されたサン・ペドロ・ドス・クレリゴス教会 (Igreja de São Pedro dos Clérigos)、1730年代に建てられたサン・ドミンゴス・グスマン教会 (Igreja de São Domingos Gusmão) など、美しい装飾の教会が際立つ大きな広場。広場の一角にあるアフロ・ブラジリアン博物館には、野口英世が黄熱病を研究するためサルバドールに滞在し、黄熱医学に貢献したことを表敬する彫像が飾られています。また、広場沿いや近隣には美味しいレストランやカフェがあるので、お食事や休憩を取りつつ広場で行われているパフォーマンスや、豪華な歴史的建築を楽しむのもオススメです。

2



←夜でも賑やかな広場。中央は、オルデン・テルセイラ・サン・ドミンゴス教会

CATEDRAL BASÍLICA DE SALVADOR

サルバドール大聖堂

ジェズス広場でひときわ存在感を放つカトリックの大聖堂。教会の中には博物館があり、様々な美しい装身具や装飾、家具を目にすることができ、サルバドールがキリスト教カトリックにとっていかに重要な拠点であったのを感じることができます。

写真撮影は周りに気をつけながら楽しんで下さいね！



女子の一人旅や小さなお子様連れでも大丈夫！でも、人通りが少ない道は避けるようにしましょう

3



←左の建物がサルバドール大聖堂。ファザードの石材はポルトガルから輸入。

IGREJA E CONVENTO DE SÃO FRANCISCO

サンフランシスコ教会

サルバドールの教会の中で、最も見逃せないのがこちらのイエズス会の教会。内部のあらゆるところに黄金があしらわれており、ブラジルの中でも最も多くのお金を投じて建てられた、豪華絢爛な教会です。圧巻なのは金を施された装飾や繊細な彫刻の数々だけでなく、内部の修道院の部分に施されているアズレージョと呼ばれるタイルも見ものです。一つ一つ職人の手で描かれた風景や人々が美しい青色の濃淡で描かれており、時間を忘れて見入ってしまいます。

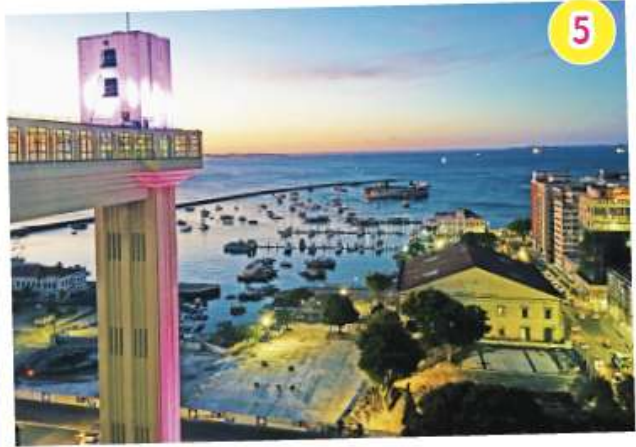
4



ELEVADOR LACERDA

エレバドール・ラセルダ

高低差のあるサルバドールの旧市街をつなぐ重要なエレベーターで、高さはなんと72メートル。1873年に最初の塔が建てられた時には、その高さは63メートルで、世界で最も高低差のあるエレベーターだったそう。現在は観光の一つのスポットとなっており、このエレベーター越しに港を撮影するのが人気です。乗るのは有料で料金は0,15リアル。次にご紹介する市場の目の前にあるので、ぜひ一度乗って見てくださいね！



5
←夕方の景色も素敵です。近くには治安があまりよくない道もあるので要注意！

6



MERCADO MODELO

メルカード・モデロ市場

サルバドールの旧市街の海に沿って建つ黄色い大きな建物で、1912年に完成した歴史の古い市場。中には250以上の小さなおみやげ物屋さんたちが並び、見て回るだけでも楽しい空間です。また、建物の奥にはテラスもあるレストランが入っていて、カポエイラショーも行われているので、ランチの時間に行くのがオススメです！

お子様にも大人にもダントツの人気メニューはムケッカです！



PALACIO RIO BRANCO

リオ・ブランコ宮殿

エレバドール・ラセルダのすぐ隣にある白亜の宮殿。現在目にできるのは1919年に再建されたものですが、最初の建物は16世紀ブラジルの最初の総督トメ・デ・ソウザの時代に建設されました。中には博物館が入っており、テラスからは港の絶景が望めますが、閉館していることが多いため入れた方はラッキーです！この宮殿内にホテルを建設するというニュースが2019年に流れましたが、現在詳細は未定です。いつか宮殿に泊まれるようになったら素敵ですね！

お姫様気分が味わえるかも！？



7



PLAÇA DE SÉ

セ広場

夕方近くに訪れたいのが、「Monumento de Cruz Caída (倒れた十字架モニュメント)」があるセ広場。夕陽に輝く海と港の景色を楽しめます。この広場沿いで見ておきたいのは、16世紀に建てられたブラジル初の病院であり、現在は博物館になっている「Museu da Misericórdia」。薬などが収められていた陶器や家具、サルバドールで初めて走ったガソリン車など、見応えのある所蔵品が数多く収められている他、港の景色も楽しめます。

8



旧市街以外の オススメスポット

IGREJA DE NOSSO SENHOR DO BONFIM ボンフィン教会



教会の中もとても素敵！3つもお願い事ができるなんて良心的ですね！



旧市街から少し離れて車で移動が必要ですが、サルバドールに来たならば絶対訪ねたいスポットの一つ。サンパウロに住む日本人女性がよく手芸の素材として使うボンフィンリボンを生み出した教会です。ボンフィンリボンは、願い事が叶うと言われるカラフルなリボンで、「LEMBRANCA DO SENHOR DO BONFIM DA BAHIA (パイアのボンフィン様の贈り物)」と書かれています。教会の外で購入することができるので、自分が最も好きな色を選び、リボンを持って教会の中で3つのお願いをします。そして、

教会外にある柵に3つの結び目を作りながら結びつけ、結び目が切れたらその願いが叶うと言われていました。この教会を訪れたたくさんの人々が結んだ色とりどりのリボンがとっても美しくフォトジェニックで、インスタスポットとしても知られています。教会が開いているのは通常は夕方6時まで(コロナの期間は5時まで)なので、それまでに訪ねるようにしましょう。

バーハ灯台と絶景 FAROL DA BARRA



ボンフィン教会とセットで多くの観光客が訪れるのが、岬に立つバーハ灯台&要塞。最初の建物は16世紀に建設されました。もともとブラジルで初めて作られた要塞&灯台で、サルバドールにとって重要な意味をもつ場所でもあり、ここから眺めるサルバドールの湾と海岸沿いは一見の価値あります。現在内部は海の博物館になっている他、近くにはカニ料理をだすレストランが多いので、ブラジルのカニを食べたい方にはオススメです。



ビーチは岩場ですが綺麗で、地元っ子に人気です。



おすすめ優待店

ブラジル全国170万店以上のお店で
JCBカードをご利用いただけます。
(ご利用の際には、CIELO社・REDE社のカード端末をご指定下さい。)



YAKITORI 焼き鳥屋

モエマ

【優待内容】

デザート1品無料
またはビール1本(杯)
注文でもう1本(杯)無料
【上限なし!】

※ご注文時にJCBカードご利用の旨をお伝えください。



- 📍 Av. dos Carinás, 93
- 🕒 ランチ 12:00-14:30
ディナー 18:00-23:00
(月~土) 18:00-22:00 (日・祝)
※第1日曜休業
- ☎ (11) 5044-7809

居酒屋 HIRÁ

ヴィラ・マダレーナ

【優待内容】

お食事代金10%引き

※ご注文時にJCBカードご利用の旨をお伝えください
※他の優待との併用はできません



- 📍 R. Fradique Coutinho, 1240
- 🕒 月~日 12:30-16:00 月~木:日 19:00-23:30
金・土 19:00-24:00
- ☎ (11) 3031-3025

焼き鳥みずさか

ジャルジン・パウリスタ

【優待内容】

お食事代金10%引き
(ランチタイムのみ)

※ご注文時にJCBカードご利用の旨をお伝えください



- 📍 Rua Manuel da Nóbrega, 76 - Loja 15
- 🕒 月~土 11:30-14:30, 18:00-21:00
日曜日・祝日:休
- ☎ (11) 3284-4776

居酒屋 壺々炉(こころ)

パライソ

【優待内容】

餃子一人前サービス

*ご注文前にJCBカードでお支払いの旨をお伝えください。
*ご注文総額がR\$30,000以上の場合に限りです。



- 📍 R. Cubatão, 138
- 🕒 月~土 11:00~15:00 / 18:00~23:00
日曜日:休
- ☎ (11) 3885-4446

謙造 謙造鮎

リベルダーヂ

【優待内容】

前菜1品または
ビール1杯プレゼント

※ご注文時にJCBカードご利用の旨をお伝えください



- 📍 R. Thomaz Gonzaga, 45
- 🕒 月火水金 11:30-14:30, 18:30-22:00
木 18:30-22:00
金土日祝 12:00-15:00, 18:30-22:00
- ☎ (11) 3132-3777

Tanka

リベルダーヂ

【優待内容】

ビュッフェご利用
のお客様
ドリンク無料
(飲み放題)



- 📍 Hotel Akasaka
Praça da Liberdade, 149
Liberdade, São Paulo - SP
- ☎ (11) 3272-8978

藍染 AIZOMÉ

ジャルジン・パウリスタ

【優待内容】

コーヒー
(おかわり自由)
または
駐車場無料サービス

※ご注文時にお申し出ください
※他の優待との併用はできません



- 📍 Al. Fernão Cardim, 39
- 🕒 月~金 12:00-14:30/18:30-23:00
土 18:30-23:00
日曜日・祝日:休
- ☎ (11) 3251-5157

Shinju 真珠 鉄板&寿司

ビニエイロス

【優待内容】

平日: ディナー
20%割引
土日祝: ランチ
20%割引

※誕生日特典との併用不可



- 📍 Av. Pedroso de Moraes, 793
Pinheiros, São Paulo - SP, 05419-000
- ☎ (11) 3564-5557

【優待内容】

**特製豚メシ
プレゼント**

※ご注文時にJCBカードでお支払いの旨をお伝えください。
※団体でご利用の場合、JCBカード1枚のお支払いで2名様まで



- 📍 R. Dr. Rafael de Barros, 262
- 🕒 月~土 18:30-22:00
月~金 11:30~14:30
土 12:00~15:00
- ☎️ (11) 3279-5005

【優待内容】

**JOJO特製サラダ
プレゼント**

*ご注文前にJCBカードでお支払いの旨をお伝えください。



- 📍 R. Gandavo, 193
- 🕒 月~土 18:30-22:30 日曜日: 休
- ☎️ (11) 5083-9837

リベルダージ

大人気の和グループ全レストランでの JCB 優待がとてもお得です。ラーメン、日本料理、スイーツ、お酒、どちらをご利用になられてもお得な優待をご利用いただけます。ぜひこの機会に和グループで JCB カードをご利用ください!新商品も続々登場しますので、ご期待ください。

Kazu Cake/Restaurante Kazu

- 📍 Rua Thomaz Gonzaga, 84/89
- 🕒 水~土 11:00-15:30/18:00-22:30
月 11:00-15:00/18:00-22:30
日 11:00-15:30/18:00-21:00
- ☎️ (11) 3208 6177

Lamen Kazu

- 📍 Rua Tomaz Gonzaga, 87
- 🕒 ラーメン和 - 月~土 11:00-15:00/18:00-22:30
日祝 11:00-15:00/18:00-21:00
- ☎️ (11)3277-4286

Lamen Kazu

- 📍 Alameda Santos, 53
- 🕒 月~土 11:30-15:30 / 17:30-22:30
- ☎️ (11) 3251-1836

和ケーキ
Kazu Cake



【優待内容】

全品10%引き

※ご注文時にJCBカードでお支払いの旨をお伝え下さい
※他の優待との併用はできません

ラーメン和
Lamen Kazu



【優待内容】

半チャーハン

※ご注文時にJCBカードでお支払いの旨をお伝え下さい
※他の優待との併用はできません

和レストラン
Restaurante Kazu



【優待内容】

**唐揚げ or
ビール1本プレゼント**

※ご注文時にJCBカードでお支払いの旨をお伝え下さい
※他の優待との併用はできません

南米でもJCB!



ブラジルだけでなく、ペルー、アルゼンチン、ウルグアイ、パラグアイでもJCBカードがご利用いただけます。

旧市街以外の 見所紹介

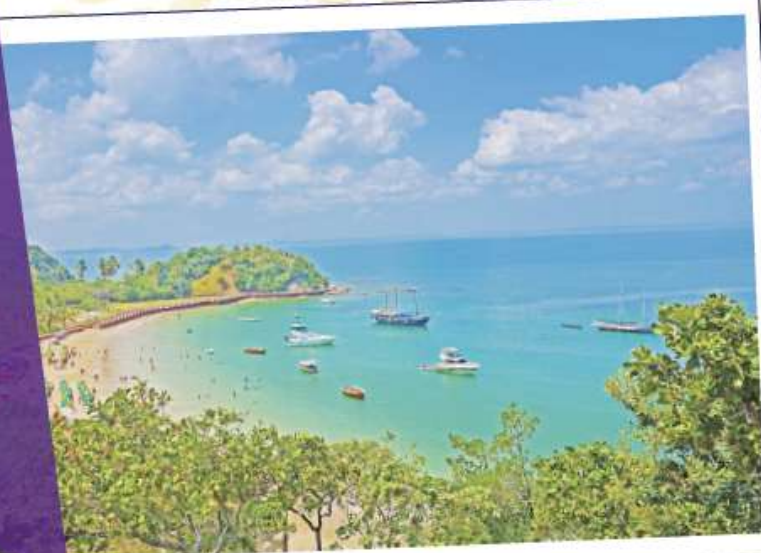
サルバドールの湾内にある岩礁の上に作られたこの要塞は、サルバドールの港を守るために17世紀に建てられました。以前は要塞まで船で行くことができ、中のレストランで食事できたのですが、残念ながらコロナ以前からしまっています。要塞内には入れませんが、エレバドール・ラセルダから港を眺めると見ることができ、かつてサルバドールの港がいかに重要であったのかを感じることができる建造物の一つです。



サンマルセロ要塞

FORTE DE SÃO MARCELO

クルーズで島巡り PASSEIO DE BARCO



サルバドールが位置するのは、大西洋に面した「聖人の湾」と呼ばれる湾を取り囲む半島の一つ。その湾内や、さらにより南にある島を散策するワンデー・クルーズツアーも港から出ています。訪ねるのは Ilha dos Frades や Ilha de Itaparica など島々の美しいビーチ、Ilha Tinharéにあるサンパウロ（聖パウロ）の丘を訪ねるものも。クルーズに乗ると、海からサルバドールの港を見ることができ、かつてヨーロッパから渡った航海士や冒険家たちに思いを馳せることができます。また、船には小さなバーも付いていて、カクテルを飲みながら海の旅を楽しめます。

オプションでランチも付いてくるので、水着&タオルさえ準備すれば、気軽に1日クルーズの旅を満喫できますよ！

サルバドールの旧市街やそれ以外の観光スポットは、コロナの状況により、空いている施設や時間などが度々変更になる可能性がありますので、ご旅行をお考えの方は H.I.S. ブラジルにお問い合わせください。

ガイドさん付きの旧市街の歴史散歩（半日）や旧市街とボンフィン教会、パーハ灯台などを組み合わせた1日ツアー、フェリー散策なども H.I.S. ブラジルでお手配いたしますので、気軽にお問い合わせくださいね！ガイドさんのみを頼むこと

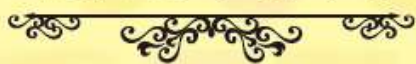
も可能です！





Hotel Fasano Salvador

ホテル・ファザーノ・サルバドール



ブラジルを代表する高級ホテルブランド「ファザーノ」のブラジル北東部初のホテル。街歩きに便利な海沿いの旧市街に位置し、デラックススイートなど、落ち着いたきのある6タイプの部屋から選べます。絶景を望めるプールや、スパ、フィットネスルーム、レストランなど、ホテル設備が充実しているのも嬉しいポイント。

海が見えるお部屋は人気なので、早めにご予約をされることをオススメします。



人気の観光都市であるサルバドールには、素敵なホテルがいっぱい！街歩きに適した旧市街のホテルと、ちょっと旧市街から離れているけれど海も楽しめる海辺のリゾートホテルをご紹介します！

Fera Palace Hotel
フェラ・パレス・ホテル



こちらサルバドールで人気のホテル。屋上のプール付きテラスからは、サルバドールの港の美しい景色が楽しめます。プレジデンシャルスイートをはじめとする7種類のお部屋から選ぶことができ、同じ



←美しい塔が目印の古い建物を改装したホテル。夕方の港の絶景はお見逃しなく！



く、オーシャンビューのお部屋も選ぶことができます。立地も街歩きに最適で、メルカド・モデーロから徒歩4分ほど。ファミリールームやバスタブつきのお部屋もあるので、お子様づれのご旅行によりオススメのホテルです。

Bahiacafé Hotel

パイアカフェ・ホテル



一人旅に人気のブティックホテル。セ広場に面した立地で、街歩きはもちろん、深夜までホテル周辺が賑やかなので、サルバドールのナイトライフの雰囲気味わいたい方にはオススメ。(ただ、旅行者は10時以降の外出は控えましょう。)18世紀に建てられた建物を改装して作られたホテルで、歴史を感じながら泊まれるのも人気の理由です。

Hotel Deville Prime Salvador

ホテル・デヴィレ・プライム・サルバドール



空港からタクシーで約 15 分、旧市街からは車で約 30-40 分。Itapuã という街の中にある大型のリゾートホテルです。キッズルームやテニスコート、サッカーコート、プールやジム、スパなどの施設が整っているのも、サルバドールの旧市街散歩だけでなく、ホテルでの時間も楽しみたい方や、レンタカーをして周辺のビーチや観光スポットを楽しみたいという方にオススメ。

ホテルから歩いて約 15 分圏内で Pedra de sal という小さなビーチにも行くことができる他、車やタクシーを使ってより大きな Itapuã のビーチや魚介市場を訪ねることもできます。



コロナが落ち着くまで、ホテルの施設で利用できないものも発生する可能性があります。より安心してご旅行を楽しんでいただくため H.I.S.Brasil を通したお問い合わせ、ご予約をオススメいたします。

ヘッドスパで
気分転換しませんか？♪

キャンペーンのご案内！ヘッドスパ割引！！！！

色々な不安や晴れない気持ちが続いてしまう毎日ですが
髪をキレイにして気分転換！リフレッシュしましょう！



ヘッドスパ料金

メンズ通常 R\$178→

R\$ 89

レディース通常 R\$210→

R\$ 105



*M2ではコロナ対策を徹底しております。

- ・お客様への消毒液使用のお願い
- ・スタッフのマスク着用
- ・店内の清掃、除菌、換気の徹底

お客様がリラックスできるように
努めておりますので
安心してご来店ください！
出張カットもご相談ください！

M2

M2 hair&make

住所：Rua Sampaio Viana, 286 - paraíso

ご予約の際に、「このチラシを見た！」とお伝えください！

予約 TEL : (11) 3554-6667 (11) 94502-0550

ryomatsunaga527 日本語でどうぞ！ m2ryomatsunaga



バイーアを食そう!



Moqueca (ムケッカ)

↑サルバドールで絶対一度は食べた方がいいのが、本場のムケッカ。魚介のココナッツミルク煮をご飯にかけて食べる料理です。ちなみにムケッカには、バイーア風と、ムケッカ・カピチャーバというデンド油やココナッツミルクを使わないもの(エスピリトサント州のもの)も存在します。



Casquina de siri (カスキーニャ・デ・シリ)

←あまり知られていませんが、ブラジルも海岸沿いの地域ではカニを食べる文化があります。カニの甲羅を使ったカニグラタンのようなもので、カニのお肉や野菜、ココナッツミルクなどが使われています。

Acarajé (アカラジェ)

→サルバドールを旅すると、道端の屋台でこのように揚げ物をしている女性たちに出会います。これがバイーアのソウルフード&ストリートフードであるアカラジェ。

インゲン豆を練ったものをデンド油で揚げた衣に、エビやピナグレッチと呼ばれるサラダ、豆とココナッツミルクを練ったバタパなどが挟まれます。(下の写真を参照!)

ぜひ一度味わってみてくださいね!



←完成したアカラジェ。見た目はエビバーガーのよう!?

屋台で食べる時はプラスチックの器入りのものを頼むと食べやすいですよ!

Acarajé写真提供: Consulado da Bahia

他にも、bobó de camarão (ムケッカに似ていますが、マンジョッカ芋が入っているととろみがあるもの。) Caruru (オクラと野菜を煮た料理) など、バイーア特有のお料理もあるので、色々味わってみてくださいね!

サンパウロで楽しめるバイーア料理で旅気分を楽しもう!



Consulado da Bahia

● Consulado da Bahia (ifoodでデリバリー可能です。)

日本人に最も人気があるレストランがこちら。場所も良く、店内の雰囲気もいいのでお友達を連れて行きたくなるレストランです。

住所: Praça Benedito Calixto, 189 - Pinheiros

● Baiano de Dois (ifoodでデリバリー可能です。)

2016年にオープンしたブラジル人に評価の高いレストラン。

住所: Praça Benedito Calixto, 189 - Pinheiros

● Rota do Acarajé (デリバリーはwhatsapp or FBより)

カシャツサの品揃えがいいので、お酒と一緒に楽しみたい方にオススメ。

住所: R. Martim Francisco, 529/533 - Santa Cecilia
Whatsapp: (11) 99173-2213

Praia do Forte

プラヤ・ド・フォルチ



ブラジルのポリネシアと呼ばれるビーチリゾート

サルバドールの旅で、合わせて楽しみたいビーチ満足度 No1 は、プラヤ・ド・フォルチ。キャメル色の砂浜とエメラルドブルーの海の対比が美しく南国感満載で、海を眺めているだけで1日過ごせちゃいそうな絶景が広がっています。人気の理由はビーチだけではなく、洗練された街でのショッピングやお食事、海亀の保護施設の見学や、オールインクルーシブのリゾートもあり、単身からお友達やご夫婦での旅、そしてお子様づれのご家族の旅と、色々なタイプの旅行者が楽しめる要素が詰まっています。サルバドールの旧市街からは、車で約2時間ほど。お休みを伸ばして、ぜひ足を伸ばしてみてくださいね！



↑→プラヤ・ド・フォルチのメインストリート。夜も賑やかです。端から端まで10分ほどの小さな町なので、ゆったりお散歩にはぴったり。トゥクトゥクで移動することも可能です。

←カーニバルの時期には、伝統衣装のパレードも行われていました。





ウミガメの保護施設 TAMARプロジェクト

プラヤ・ド・フォルチで見逃せないのが、「TAMAR プロジェクト」。世界的に動物保護のモデルケースになったウミガメの研究と保護活動が行なわれている施設です。海岸沿いに広がる施設内では、巨大なウミガメのほか、サメやエイ、ナマコなど海の生き物たちが飼育されていて、実際にえさをあげたり、触ることも出来、他にもレストランやおみやげ屋さんもあるので、ゆったり過ごせますよ！

*ちなみに、TAMAR プロジェクト近くにある Praia do Lord、Praia de Papa-gente などのビーチは遠浅で、サンゴ礁の間に海水がたまる「Piscina natural (天然プール)」を楽しめることでも有名です！



施設近くにはウミガメが巣をつくり産卵するビーチがあり、11月から2月にかけて、砂浜に産み落とされたウミガメの卵から赤ちゃんカメが生まれます。運が良ければ、海に向かって赤ちゃんカメが進んでいく様子がみれる可能性も！？(小ガメの放流が行なわれるのは当日にならないと分かりません。施設内でアナウンスがありますので、お聞き逃しなく!!)

Praia do Forte

ホテル紹介

プラヤ・ド・フォルチには、リーズナブルな宿から独立したコテージやオールインクルーシブのゴージャスなホテルまで様々なタイプの宿泊施設が揃っています。旅のスタイルに合わせて選びましょう！今回ご紹介するのは、ブラジルに慣れていなくても安心して泊まれる人気の高い2つのリゾート。両方とも繁華街から離れているので、ビーチもプライベートに近い状態で楽しめます！



Tivoli Ecoresort Praia do Forte

チボリ・エコリゾート・プラヤ・ド・フォルチ

ウェディングにも使われる美しい景観、プール付きのコテージもあるので、とことんプライベートを大切にしたい方にもオススメ。広大な敷地内にはもちろん、素敵なレストランやスパ、ジム、キッズスペースやプールなどあらゆる施設が揃っています。また、お子さんが楽しめるキッズプログラムも充実しているのです、ご家族での旅行にも人気です！



Iberostar Selection Praia do Forte

イベロスター・セレクション・プラヤ・ド・フォルチ

オールインクルーシブホテル。プールやジム、スパ、キッズスペース、4つのレストランだけでなく、テニスコートや海辺のゴルフコースなども完備。こちらのホテルもキッズプログラムが用意されているので、ホテルの敷地内でとことん楽しみたい方や、お値段を気にせず食べて飲んで！を楽しみたい方、長いお休みを使ってのご旅行方にオススメです。





H.I.S. ブラジルが
オススメする！

サルバドール プラヤ・ド・フォルチ 2日 or 3日ツアー



2日プランでも
僕たちに会えるよ！



2 day plan



サルバドール空港着（現地日本語又は英語ガイドと合流）
空港到着後、プライア・ド・フォルチへ向かいます

- ★プライア・ド・フォルチ観光（日本語又は英語ガイド付・約8時間）
 - ウミガメ保護施設 PROJETO TAMAR の見学（入場料は別途）
 - プライア・ド・フォルチを自由散策。ビーチもあり海水浴も可能です
 - 昼食 / 各自お召し上がりください。
 - 観光後、ホテルまでご送迎

1日目

- ★カポエイラディナーショー「バイーナイト」（混載ツアー / 英語ガイド）
（ホテルロビーに 19:00 頃お迎え。会場到着後、buffeスタイルの夕食をお召し
上がりください。ショーの開始は 20:30 頃、1時間ほどです。）
*現在コロナの影響でディナーショーは開催されておりません。
詳しくはお問い合わせください。

終了後、サルバドールのご宿泊ホテルへ送迎。22:00 頃ホテル到着予定
【ご宿泊先 サルバドール泊】



2日目

朝 / ホテルにて朝食

- ★08:00 頃 / サルバドール市内観光
（AorB お好きなプランをお選びいただけます。日本語ガイドつき。）
A：パノラミックプラン（約4時間）
◎バーハ要塞、◎メルカド・モデロ、◎ボンフィン教会など。
B：歴史地区散策プラン（約4時間）
◎エレベーター、◎ペロウリーニョ広場、◎サンフランシスコ教会など。

途中、レストランにて昼食
昼食後、サルバドール空港へご案内いたします（送迎はガイドなしとなります。）

3 day plan

1日目

*1日目の日程は上記の2日プランの1日目と同じです。

朝 / ホテルにて朝食

- ★08:00 頃 / サルバドール市内観光（パノラミック、約4時間）
◎バーハ要塞 ◎メルカド・モデロ ◎ボンフィン教会などを巡ります
- ★昼食時間をお取り致します。各自お召し上がりくださいませ。
- ★13:00 頃 / サルバドール市内観光（歴史地区散策、約4時間）
◎エレベーター ◎ペロウリーニョ広場 ◎サンフランシスコ教会などを巡ります。
*日本語ガイドつき

観光後、ホテルまで送迎

夕食は各自お召し上がりください。

【ご宿泊先 サルバドール泊】

2日目

朝 / ホテルにて朝食

- フライト時間に合わせてホテルへお迎えにあがり、
サルバドール空港へ送迎致します（ガイドなし / ドライバーのみ）
*交通事情にて観光コースが変更になる場合がございます。予めご了承下さい。

3日目



ランチはム
ケッカがオ
ススメ！

みなさん！サルバドールで
お待ちしております！



↑日本語ガイドのり
ピアさん！
サルバドールの日本
語ガイドさんは一人
だけなので、早め
にご予約されること
をオススメします！

お値段と行程は時期 & コロナの状況により変更いたします。詳しくはお問い合わせください！



アゲート・カリグラフィーで 素敵な作品を作っちゃおう！

みなさん、アゲート・カリグラフィーをご存知ですか？翡翠（アガタ）や水晶など天然石にカリグラフィーペンで素敵な文字を書いて、アクセサリーから、テーブルコーディネイトやインテリア小物などのアイテムを作るというもので、今日本で人気のハンドメイド。天然石の生産で有名なブラジルにいるからこそこのハンドメイドでお家生活を充実させてみませんか？今回は、カリグラフィーペンがなくても字が下手でも、つまようじとアクリル絵の具（透明ではないマニキュアでもOK）と天然石でそれなりのものを作っちゃう方法をご紹介します！



★ 使うもの

STEP 1 : 材料など準備！

用意するものは、アガタスライス（薄くカットされた翡翠。好きな色・大きさで。）、つまようじ、アクリル絵の具（今回は金色を使用）、セロテープ（もしくはマスキングテープ）、携帯のライト、携帯が入る小さな箱、描きたい文字を描きたい大きさに印刷した紙。（カリグラフィー字体で印刷すること。カリグラフィー字体はインターネットで無料ダウンロードできます。）アガタスライスやアクリル絵の具はネットでの購入の必要があります。慣れていなくて不安！という方は以下のサービスをぜひご利用くださいね。

STEP 3 : 光にあてて、文字をなぞろう！

携帯のライトをつけて、裏返して箱に入れ、ライトが当たる箱の角に紙を貼ったアガタスライスを置きます。あとは、光を通して見える文字を、絵の具をつけたつまようじでなぞるだけ！失敗しても拭けばやり直せるので大丈夫。綺麗になぞれなくても、それなりの作品ができるので心配ご無用です！全部書けたらよく乾かします。絵の具がとれるのが心配な方は、完全に乾いた後にマニキュアのトップコートなどを優しく上から塗り、カバーしましょう！

STEP 2 : 紙をテープで天然石に貼る。



文字を書きたい面の裏面に、文字を裏側にして貼る。テープが文字に被らないように貼るのがポイントです！



何度か書くと慣れてきます！カリグラフィーペンで書けるので、ネット上に出ているので調べてみましょう。

完成！

穴が開いたものは、リボンなどを通して可愛くなりますよ！

キャンペーン中でお得です！



インターネットのお買い物も
H.I.S.Consultingにお任せ！

H.I.S. コンサルティングでは、お客様のご要望を受けて、生活サポートサービスを開始いたしました！皆様の生活でお困りのことを解決するため、様々なサービスを行っております（詳しくは裏表紙をご覧ください）が、インターネットのお買い物代行サービスもいたします。今回新サービス開始のキャンペーンで、お一人様1回、1サイトのお買い物のみ、購入金額の合計（送料込み）10%の手数料(最低 100レアルのお買い物)で、インターネット購入を代行いたします！詳しくは以下の連作先にお問い合わせ・ご相談をお願いいたします！

担当：ヴィヴィ（日本語OKです！）
Whatsapp : (11) 9-8530-2032
営業時間 月-金 8時~17時

近場&安心のホテルで
贅沢ステイを楽しもう!

旅のご相談&お手配は **HIS** にお任せください!
ご予約は H.I.S. ブラジルにお任せを!! お値段はお問い合わせください!



PALÁCIO TANGARA

Parque Burle Marx の熱帯森林に隣接するタンガラホテルは、サンパウロのモルンピエリアにごぞいます。こちらのホテルは元マタラゾ一家の土地であり、建設が中断された邸宅をホテル建設のため資産家が引き継ぎ、現在は宮殿のようなホテルとして運営されております。
ブラジルの経済と文化を象徴するホテルスタイルであり、都会のオアシスに佇む宮殿の雰囲気を楽しむことができます。また、ドイツのオトカーコレクション 10 選にも選ばれており、その素晴らしさはお墨付き。フロント、レストランのスタッフはほぼ英語を話すことができます。
非日常的なホテルで過ごす、優雅な週末はいかがでしょうか。



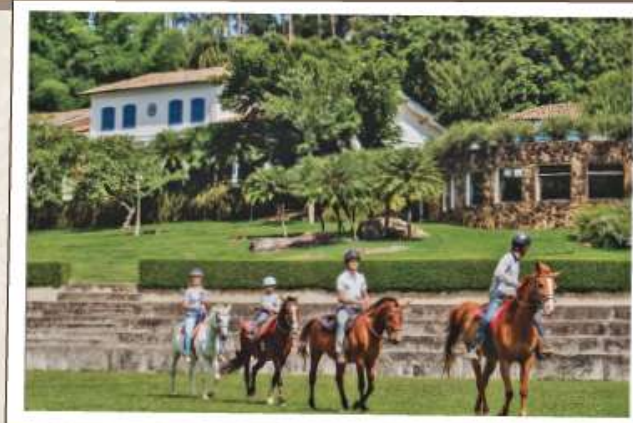
SPAVENTURA ECO RESORT

サンパウロから車で約 2 時間。大自然の中のエコリゾートでアクティビティを楽しもう!



CASA GRANDE HOTEL

サンパウロ近郊のビーチ、グアルジャの旅行は 5 つ星のホテルを使って楽しもう! 目の前に広がるのは白い砂浜の絶景! レストランやスパ施設だけの利用も可能です。



HOTEL FAZENDA DONA CAROLINA

1872 年にドナ・カロリーナとその夫によって建てられたコーヒー栽培のファゼンダ (大農園)。先進的な奴隷廃止論者だったドナ・カロリーナは 1888 年の奴隷解放宣言に先立ち農園の奴隷たちを解放し、自らの土地を彼らに与えました。
彼女の死後、彼女の意思を受け継いだファゼンダは、一般開放される歴史的なホテルへ改装。サンパウロから車で約 2 時間弱のブラガンサ・パウリスタにあります。乗馬や家畜とのふれあい、魚釣りやカヌー、テニス、スパ、プールも楽しめる人気のホテルです。



SOFITEL GUARUJA

目の前にはビーチ! 隣にはショッピングセンター、ゴルフ場などを有す、好立地にごぞいます。



H.I.S. コンサルティングサービスでは、最新の技術を使った採用のお手伝い、採用後のフォローアップを行います。
また、お客様のご要望から「ブラジル生活 100 番」という、日本語での生活サポートサービスも行なっております。下に記載している以外のお悩みもぜひ気軽にご相談くださいね！

ブラジル生活 100 番

- * 通訳・翻訳
- * アシスタントサービス（買い物・病院同行など）
- * ご自宅のメンテナンス・修理のお手伝い
- * セルフコーチング
- * ベビーシッター
- * お掃除代行サービス
- * オンラインレッスン（ポルトガル語・ヨガなど）

お問い合わせ

E-mail : comercial@hisconsulting.com.br

Tel.: (11) 3181-7670 内線 :1351

Cel.: (11) 9-4180-3243

Whatsapp (11) 9-8530-2032

営業時間 月 - 金 8時~17時

HP: <https://hisconsulting.com.br/>



H.I.S. ブラジル



フライトもホテルもツアーも！
私たちに任せ下さい！

住所 Espaço Club Coworking 8階
Av. Pres. Juscelino Kubitschek, 1327 - Itaim Bibi, São Paulo
*8月1日よりオフィス移転致しました！

営業時間 月~金 09:00-18:00 *土日祝日はお休みです。

TEL (+55) 11 3181-7670

Email sao-paulista@his-world.com (日本語 OK)



お気軽にご相談くださいね!!!

ご出張・会議の際もお任せください！

おかげさまで現在 150 社を超える日系企業のお客様に愛顧いただいております！

世界各国にある支店とのつながり&実績で選ばれています！

*トランスコスモス・アナリティクス調べ

旅行会社
世界進出国数
No.1

H.I.S.
法人デスクの
ご案内

- ★ ご出張向け各種航空券の手配
- ★ ホテル、送迎、保険オプションの手配
- ★ 企業契約など航空会社、ホテルとの交渉
- ★ コンサルティング、危機管理情報システム
- ★ レポート等 etc

お問い合わせは日本語どうぞ！

営業時間 月~金 10:00~19:00 土日・祝休

TEL 11-3181-7670

Email sao-corpjpn@his-world.com (日本語 OK)

PCR 検査予約代行承っております！

検査機関：CLINICA MEDICAL CORP Rua da Glória, 22 - 5º andar - Liberdade

費用：自宅にて検査 1名様 R\$480 クリニックにて検査 1名様 R\$380

月曜~土曜の朝9時半から16時まで営業。午前の診療で同日の午後に、午後の診療ですと翌日の午前前に結果が受け取れます。

日本外務省の定める推奨フォーマットに沿って検査結果を受け取ることができるため、日本入国の際も安心。

予約またはお問合せは H.I.S. サンパウロ支店へ、お気軽にお問合せくださいませ！

JCBカードご利用で ブラジル国内旅行20%OFF!

ご好評につき
延長決定!

2022年1月
ご出発分まで対象!



キャンペーン期間中 ※1にH.I.S.のブラジル国内旅行(パッケージ旅行、航空券、宿泊) ※2代金をJCBカードでお支払いのお客様にもれなく旅行代金合計金額に対し20%割引 ※3を適用いたします。

- ※1 2021年4月1日以降にご購入いただいた予約分が対象となります。
なお、キャンペーンは、予告なく終了となることがあります。
- ※2 2021年4月1日～2022年1月31日までのご出発・チェックインが対象となります。
- ※3 割引額の上限はご予約1件につきBRL2,000,00までとなります。
なお、割引後金額に対し別途3%のカード手数料がかかります。



このマークのついているカード全てがJCBカードです。
※CAIXA銀行発行のJCBカードは本キャンペーン対象外です。

