

ホームページ新コーナーのお知らせ



Propeck BOGDAN

プロヴァンス。

ここは私にとって忘れられない思い出に満ちた場所であり、フランスやヨーロッパの行楽客のランデヴーポイントでもあります。海、谷、山が連なる風景が、古代、ローマ時代、中世からの現代までの歴史を結びつけます。そのライフスタイルは、人生の甘さがキーワードで、地中海と韻を踏む美食が盛り立っています。本稿では、夢を創造し、多くのアーティスト、旅行者、夢想家に刺激を与えてきた私の故郷を紹介します。日常を忘れて、静けさに向かって一緒に旅しましょう。

パリから遠く離れた南仏に位置するプロヴァンスでは、どこまでも続く美しい風景、古くから存在する村々、歴史的建造物を体感できます。まずどこに滞在するか。最初はエクサンプロヴァンス、私の故郷をお

勧めします(写真1)。マルセイユ空港またはエクサンプロヴァンスTGV駅からアクセスできます。旧市街には、中心の歩行者天国に多くのホテルがあり、古い路



●写真2 鷹の巣村ゴルド



●写真1 エクサンプロヴァンスとサントビクトワール山



●写真3 セナンク修道院とラベンダー畑

地やプロヴァンス有数のマルシェを楽しめます。もちろん地元のおいしい料理を味わうことができるカフェやレストランもたくさんあります。

エクサンプロヴァンスは、エクスカーションの起点として最適です。北は鷹の巣村ゴールド、ルールマラン、ラコステ、ボニユーなど、フランスで最も美しい村があるリュベロン自然公園があります(写真2,3)。南には地中海が広がり、カシやマルセイユなど海岸沿いの村や街を楽しめます。ヨーロッパで最も美しい入り江や崖(カラंक)を絶景ポイントから見下ろしたり、ボートでカラंकクルーズを楽しんだりすることもできます(写真4,5)。西は、アルルやポンデュガールなど



●写真4 カシのカラंक



●写真5 マルセイユの港

2000年前のローマ時代の遺跡が点在し、ゴッホが描いた名所にも立ち寄れます(写真6)。東は夏がおすすめで、広大なラベンダー畑はもちろんのこと、ヨーロッパ最大のヴェルドン渓谷とトルコブルーに輝くサントクロワ湖の美しさに圧倒されることでしょう(写真7)。

プロヴァンスの人々と友達になるのはとても簡単です。暖かくて日差しの強い気候のせい、お互いにキスしたり、ハグしたり、人懐っこいラテン気質を持っているからです。もし恥ずかしがり屋でなければ、プロヴァンスの人々の温かさを発見してみてください。プロヴァンスの言語はもちろんフランス語です。エク



●写真6 アルル



●写真7 サントクロワ湖

サンプロヴァンスは学生の街で、全国から人が集まるため、アクセントは強くありません。一方マルセイユなどの港町は、イタリア語を彷彿とさせるアクセントがあり、歌うように喋るといわれています。よく日本の大阪弁に例えられます。私は大阪在住ですが、大阪弁は喋れません。でもマルセイユのアクセントはなんぼでも真似できます。またこの地域の言語として、何世代も継承されてきましたが、時間とともに失われつつあるオクシタンもあります。残念ながら、プロヴァンスで日本語を話す人はほとんどいません。英語は通じることが多いです。

ご家族やご友人へのお土産には、エクサンプロヴァンス名物のカリッソン、AOPのオリーブオイル、ラベンダーのサシェをお忘れなく。セミはこの地域では幸運をもたらすと言われ、セミがモチーフになったお土産も定番です。この地域を代表するワインは、コート・デュ・ローヌで、グルナッシュとシラーを中心に構成されたパワフルで力強い赤ワインです。また1970年代、地中海に面したカシで、最初のロゼAOCが作られました。アペリティフとして心地よい香りを与えるロゼは、ブイヤベースとの相性も抜群です。フランス人にとって、よく冷えたロゼは夏の飲み物、ヴァカンスを想わせるワインなのです。マルセイユではパステイスというアニス風味のリキュールも有名です。夕方になると、パステイス片手にペタンクに興じる現地の人を見かけます。これぞプロヴァンスの風物詩？

さて、プロヴァンスへの空想旅行はいかがでしたか？
いつかプロヴァンスの青空の下で、一緒にロゼワインを飲む日を夢見て。

Bon voyage!!!

【ミニ情報】

- 観光地訪問には、ガイド付きの半日または1日ツアーをお勧めします。英語、日本語もOKです。

http://www.rendezvousprovence.com/en/excursions1_en.html

- エクサンプロヴァンスのダウンタウンの情報は、観光案内所へ

<https://www.aixenprovencetourism.com/ja/>

- おすすめレストラン(美味しくてリーズナブル)

エクサンプロヴァンス：「Le Zinc d'Hugo」お肉のグリルが最高

エクサンプロヴァンス：「Le petit Verdort」地元の食材の料理とワイン

カシ：「Chez Gibert」ブイヤベースが絶品

レ・ボー・ド・プロヴァンス：「Bistro la Reine Jeanne」豊富なプロヴァンス料理

■Propeck BOGDAN



フランス・エクサンプロヴァンス出身。

2012年まで、南仏で外国人向けのツアーガイドを行っていた。

2018年～2019年NHK Eテレ「旅するフランス語」に、女優黒木華さんの旅のパートナーとして出演し、ボグダンさんの愛称で親しまれた。

現在、大阪でフランス家庭料理のケータリングサービスと料理教室を中心に活動している。