

2016年海外研修 ポルトガル周遊の旅ご案内



■出発 2016年 9月 6日～帰国 2016年 9月13日 8日間
 ■旅行代金 480,000円 ■別途 研修費10,000円・保険料

日本と西洋が最初に出会ったのは種子島に漂着したポルトガル人だといわれています。以来、南蛮貿易で様々な文化が伝えられました。ポルトガル語が転じて日本語になった言葉も数多くあります。ヨーロッパのなかでも最も長い友好の歴史を持つポルトガル、そして仕事と家庭を両立している女性が多いといわれるポルトガルへの旅をご一緒しませんか。

作成日：2016年3月11日

歌	月日(曜)	地名	現地時刻	交通機関	予定 (宿泊地)	食事
1	9月6日(火)	関西空港発 (フランクフルト着) (フランクフルト発) ポルト着	10:05 14:45 21:10 22:55	LH741 LH1180 専用車	各自、関西空港ご集合 空路、フランクフルト経由ポルトへ *フランクフルト市内トランジットツアーへ(レマー広場、ゲートの家、簡単な夕食など) 乗り継ぎ 着後、市内ホテルへ(パラシオ又はイパネマパーク泊)	朝: 昼:機内 夕:機内(軽食)
2	9月7日(水)	ポルト		専用車	朝食後、『女性活躍の現場視察』へ ■Matosinhos(ポルト近郊)視察&交流 □視察交流後、ぶどう畑やセラー見学&試飲 *キンタド・クラスト、ニホートなど希望 (パラシオ又はイパネマパーク泊)	朝:ホテル 昼:○ 夕:レストラン
3	9月8日(木)	ポルト		専用車	朝食後『女性活躍の現場視察』へ ■Povoa de Lanhoso(ポルトより80km、ブラガ近郊) 帰路の途中でブラガ/ボンジエス教会立寄り □帰着後時間があれば 1996年世界遺産登録の『ポルト歴史地区』観光 (パラシオ又はイパネマパーク泊)	朝:ホテル 昼:レストラン 夕:レストラン
4	9月9日(金)	ポルト コインブラ	午前 午前	専用車	朝食後、□ドウロ川クルーズ(1時間) クルーズ後、文化の中心地・古都 コインブラ へ (約140km) ■コインブラ大学訪問 □その後、市内観光(新旧カテドラルやサンタクルス修道院)(コンディシヤ・ア・ノヴァ/ポウサーダ サンタクリスティーナ泊)	朝:ホテル 昼:レストラン 夕:レストラン
5	9月10日(土)	コインブラ ナザレ オビドス リスボン	午前 午後 午後 夕刻	専用車	朝食後、素朴な漁師町の風情を残す ザレ へ(約115km) □手編みセーターや刺繍入りエプロンなどの民芸品店や絶品・魚介料理のレストランへ 市内散策・ご昼食後、“谷間の真珠/ オビドス ”へ(約50km)、その後、 リスボン へ(約90km) (マリオット又はDOM PEDRO PALACE泊)	朝:ホテル 昼:レストラン 夕:レストラン
6	9月11日(日)	リスボン シントラ ロカ岬 リスボン	午前 午後	専用車	朝食後、世界文化遺産“エデンの園” シントラ とユーラシア大陸の最西端・ ロカ岬 の日帰り観光へ リスボン市内に戻った後、市内観光 (マリオット又はDOM PEDRO PALACE泊)	朝:ホテル 昼:レストラン 夕:レストラン
7	9月12日(月)	リスボン発 (フランクフルト着) (フランクフルト発)	早朝 07:15 11:20 13:30	専用車 LH1173 LH740	朝食後、リスボン空港へ フランクフルト経由、帰国の途へ	朝:ホテル 昼:ー 夕:機内
8	9月13日(火)	関西空港着	07:20		着後、入国審査&税関通関後、解散 ~お疲れ様でした~	朝:機内軽食

※この日程表は最も新しい資料により作成しておりますが、交通機関の都合により出発到着時刻の変更が生ずる事があります。担当者：福井 佳介
 ※利用航空会社・・・LH(ルフトハンザドイツ航空)

☆時間の目安

早朝	朝	午前	午後	夕刻	夜	深夜
04:00	06:00	08:00	12:00	16:00	18:00	23:00 04:00

Muito obrigado

☆編集後記☆ 女性の力を最大限に発揮できるようにすることで、誰もが暮らしやすい社会、活力のある社会づくりにつながるという理念の「すべての女性が輝く京都づくり」がスタートしました。

私たちの仲間から自らの生活の場でささやかながらも地域での活動を行っている方がいます。伏見区のFさんは主に自宅で女性コーラスを、Yさんは長岡京市の地域公民館でお習字を指導し、生きがいづくりのお手伝いをされています。超高齢社会を生き抜くための学びのお手伝いです。お二人の活動は無償のボランティア活動ですが、仲間の笑顔、地域の皆さんとの和・輪・絆を糧に、元気に楽しく暮せる町づくりに貢献されている姿に「輝いている女性」を感じました。(k)