

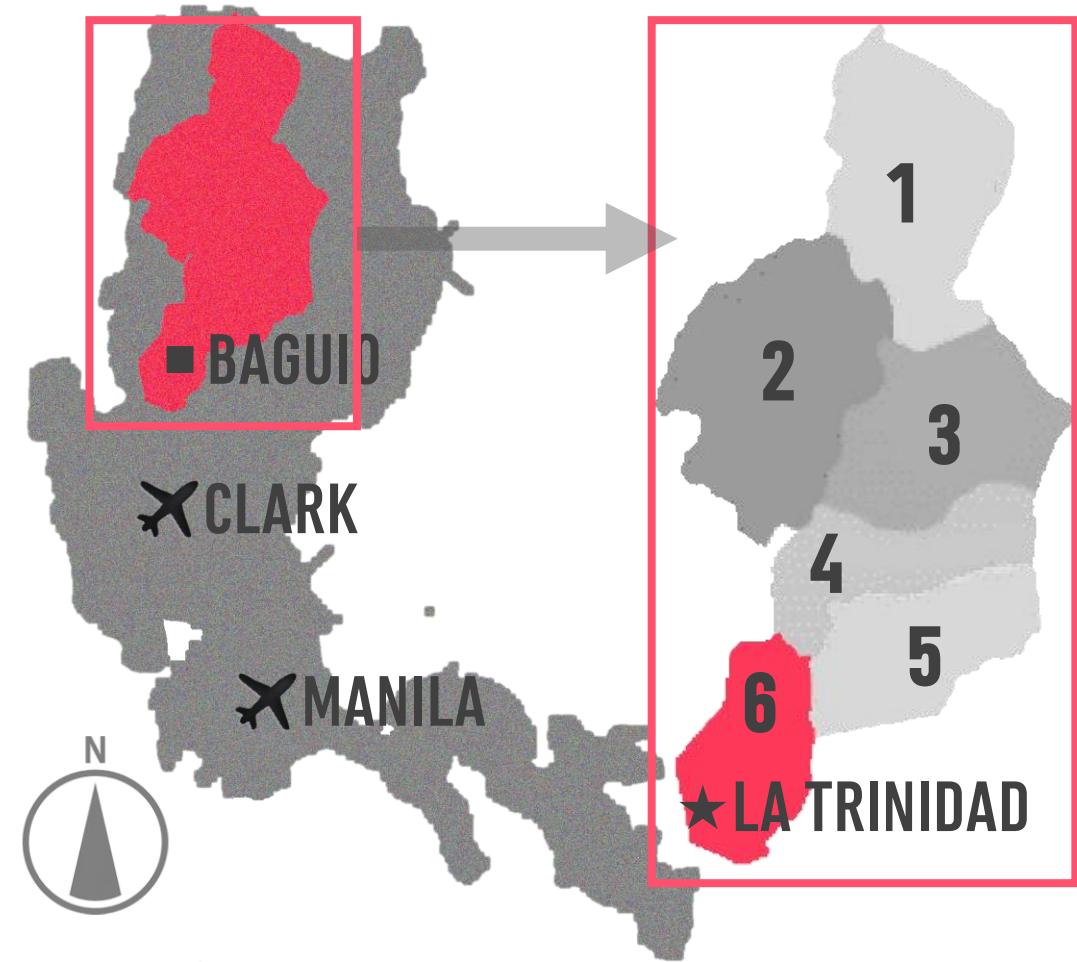


 **BEST IN
LA TRINIDAD**
A TRAVELER'S GUIDE OF CORDILLERA





WHERE IS LA TRINIDAD



-PROVINCES-

Cordilleraは6のProvincesで構成されます。
La Trinidadの属するBenguetは12のMunicipalitiesで構成されます。



WHAT ARE THE IMPORTANT DATA



LA TRINIDAD OFFICIAL SEAL



16のバランガイ間での貿易、産業における努力の高まり



1950年に創立



文化の象徴であるバスケット(Kayabang)

16 BARANGAYS

16のバランガイ(村)が存在します。
バランガイは、町を構成する
最小の地方自治単位です。

8,079 AREAS

8,079ヘクタールの面積で、
農村と都市に半々に
分かれています。

4 DIALECTS

公用語のタガログ語、英語の
他に方言として、イロカノ、
イバロイ、カンカナイ、
カラグヤが話されています。

140,000 POPULATION

人口は14万人程で、
隣町に大きな都市 バギオが
あることもあります。
年々増加傾向にあります。

256 FROM MANILA

メトロマニラから
北に256キロの距離に位置
しています。
陸路で4~7時間です。

69 FOUNDATION

1950年の6月16日に
Municipalityとして認定されました。
今年で69年目です。



ACCESS TO LA TRINIDAD



VICTORY LINER

現地の方がおすすめするバス会社です。
途中で3-4つのバス停に停車するため、
バギオまでは6-7時間の乗車時間になりますが、
車内は快適です。
交通費を抑えたい方はこちらをご利用ください。



JOY BUS
Premier Bus | 760 peso

GENESIS

JOYBUSを運営するバス会社が運行
するバスの種類のひとつです。



観光客にイチオシのバス会社です。

他のバスよりも割高ですが、
バギオまでノンストップ(4-6時間)となっています。
プレミアバスとデラックスバスの2種類があり、
どちらも清潔で快適です。支給品として、
水、ビスケット、ブランケットがあります。

JOY BUS

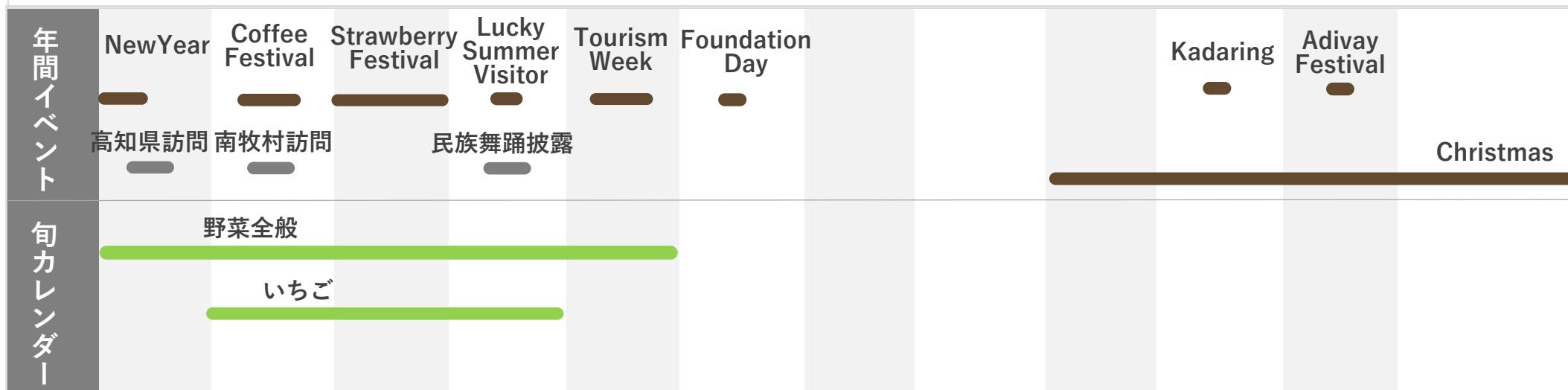
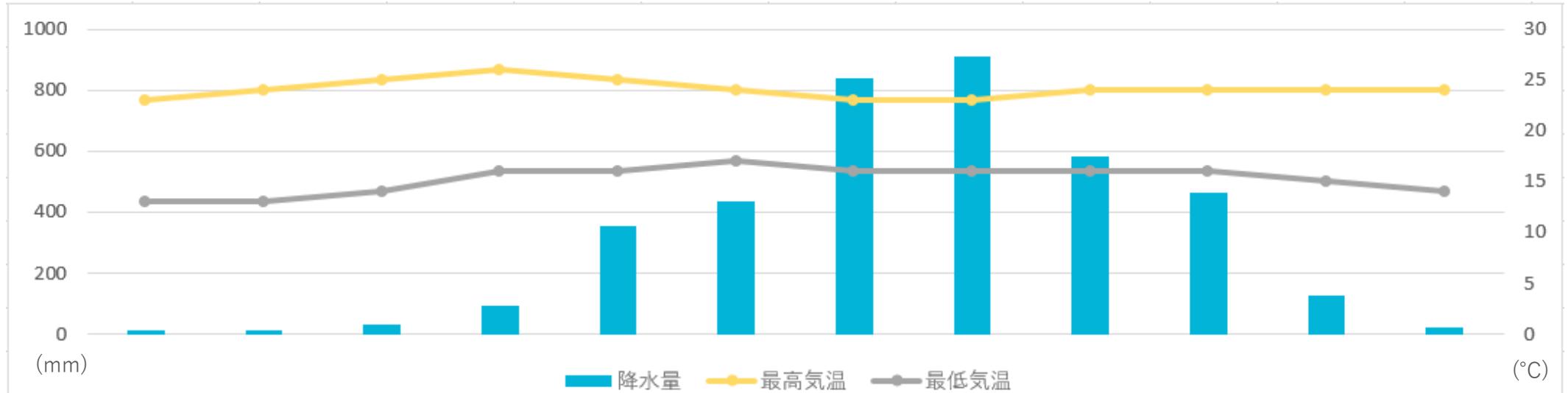
VICTORY LINER
Normal Bus | 500 peso





SEASONAL HIGHLIGHTS

JAN FEB MAR APR MAY JUN JUL AUG SEP OCT NOV DEC





EVENTS





STRAWBERRY FESTIVAL

MAR4 MON >>> MAR29 FRI

テーマ： La Trinidad: My Home...My Pride





STRAWBERRY FESTIVAL

MAR4 MON >>> MAR29 FRI



FLOAT PARADE

花、リサイクルの2部門において、各バランガイがフロートを競い合います



DRUM AND LYRE, STREET DANCING

役場の前の通りで華やかなパレードが開催されます



MR. AND MS. LA TRINIDAD

各バランガイがミスター、ミスを1名ずつ選出し、優勝者を決めます





STRAWBERRY FESTIVAL

MAR4 MON >>> MAR29 FRI



STRAWBERRY PRODUCTS



いちごの加工品の他に屋台では、
以下のデザートが販売されています。 様々なコーヒーの加工品が販売されています。



OTHER PRODUCTS





Accommodations



1 STRAWBERRY VALLEY HOTEL

ストロベリーファームの近くにあるホテルで、ラトリニダッド内の宿泊施設の中では一番おすすめしている。ミーティングルームもあり、役場内の会議などもこのホテルの会場を貸し切って行われます。

ROOM TYPE	CAPACITY	ROOM RATE	DURATION
Standard Room	2 pax	1,400/room	1 Night
Twin Room	2 pax	1,200/room	1 Night



ラトリニダッドの中心地KM5にあるホテルで各観光地からのアクセスは一番良いです。

ROOM TYPE	CAPACITY	ROOM RATE	DURATION
Twin Sharing	2 pax	450/person	1 Night
Triple Type	3 pax	300/person	1 Night
Dorm Type	8 pax	250/person	1 Night
Matrimonial Type	2 pax	600/room	1 Night



3 BAPTC HOTEL

広大な農業センターであるBAPTCの施設内に併設されたホテルで、格安で個室に宿泊することができます。

ROOM TYPE	CAPACITY	ROOM RATE	DURATION
Twin Room	2 pax	350/person	1 Night
Triple Room	3 pax	-	1 Night

SOUVENIRS



FASHION ITEMS

Tシャツは150ペソ前後で、民族衣装は品質ともの
によるが、1000ペソ前後から購入できます。

CULTURAL ATTIRE

ACCESSORIES

Cordillera地域の華やかな柄のアクセサリーが
100ペソ前後で購入できます。



RESTAURANTS



1 Calajo

Calajoはイロカノ語で「ようこそ」という意味で、ラトリニダッドにはKM6の本店とKM4の支店があり、どちらも常にお客さんで賑わっています。



2 HEALTH101

新鮮な野菜をふんだんに使用した健康的な料理を低価格で味わえることができるレストランです。

野菜、果物のシェイクもお勧めです。



3 Love Mattet Bistro

おしゃれな内装のレストランで、フィリピン料理からカフェメニューまで幅広く用意されています。



4 DAP-AYAN

ラトリニダッドに4店舗ある地元の人御用達のレストランです。料理の種類も豊富で低価格で美味しい料理を楽しむことができます。





RESTAURANTS



5 AL'S RESTAURANT

Cruzの本店とKM5の支店の2店舗があり、どちらも常にお客様で賑わっています。卵入りのMAMIが日本人好みの優しい味付けでおすすめです。



6 Dinawis

KM5のジプニーステーションから随時運行しているPuguis・Pico行きのジプニーに乘ります。料理は低価格かつボリュームがあり、野菜が華やかに添えられています。



7 Marosan's Viewdeck

タクシーの利用を推奨しますが、KM5のジプニーステーションから30分間隔で運行しているLonglong行きのジプニーでも行くことが可能です。ラトリニダッドを一望できるテラス席があります。



8 Inglay Restaurant

KM5のメイン通り沿いにあるレストラン。ベーカリーショップも併設しています。





RESTAURANTS | BARS



9 AYATORI

ストロベリーファームの近くで日本料理を提供するレストラン。バギオの日本料理店と比較すると低価格でメニューも豊富です。



10 Vintage Kitchen & Drink

ラトリニダッドの中心地から少し離れたバーで、大きなテレビがあり、ボクシング、バスケットボールなどの試合があるタイミングで行くと盛り上がっています。



11 Sato's bar

ラトリニダッドの中心地から少し離れたおしゃれなミュージックバーで、ステージを併設しており、食事のメニューも充実しています。



12 COWBOY TOWN

KM6にあるおしゃれなミュージックバーで、食事のメニューは少ないが、とても雰囲気が良く、毎晩17時以降からステージにて演奏が始まります。





CAFE



1 SINNER OR SAINT CAFE

Stobosa HousesとBell Churchの近くにあるカフェ。ケーキが美味しく、プレートには好きなメッセージを書いてくれます。



2 Fiika Cafe

ドリンクメニューが充実しているカフェ。おすすめはフローラティーでお湯を入れるとグラス内で大きな花が開きます。



5 Everything Nice

KM4のスーパーマーケット Tionsan の2階にあるおしゃれなカフェ。買い物後の休憩にご利用ください。



ドリンクがかわいい容器に入れられて提供されます。フィリピン料理も充実しています。



3 Kai Cafe



4 Mt.Kalugong Kape-an

Mt.Kalugongの山頂にあるカフェ。夕暮れ時にこのカフェのテラスから見下ろす金色に光ったラトリニダッドの町並みはとても綺麗です。





STOBOSA COLORFUL HOUSES

#1

Valley of colors
ラトリニダッドの最大の
インスタ映えスポット



Stobosa Colorful Housesは、ラトリニダッドのエントランス付近にあるカラフルな住宅の集合体です。観光のための都市化プログラムの一環で、地方自治体、芸術家、ボランティア、観光課によって、作成された巨大なコミュニティ壁画プロジェクトです。

▶ 外観だけでも見ごたえがありますが、中に入るとカラフルな階段があったり、丘の上から見下ろす町並みもお勧めです。



INFORMATION

マニラで開催されたTravel Tour Expo 2019にて、フィリピンを代表する観光地として紹介されました。

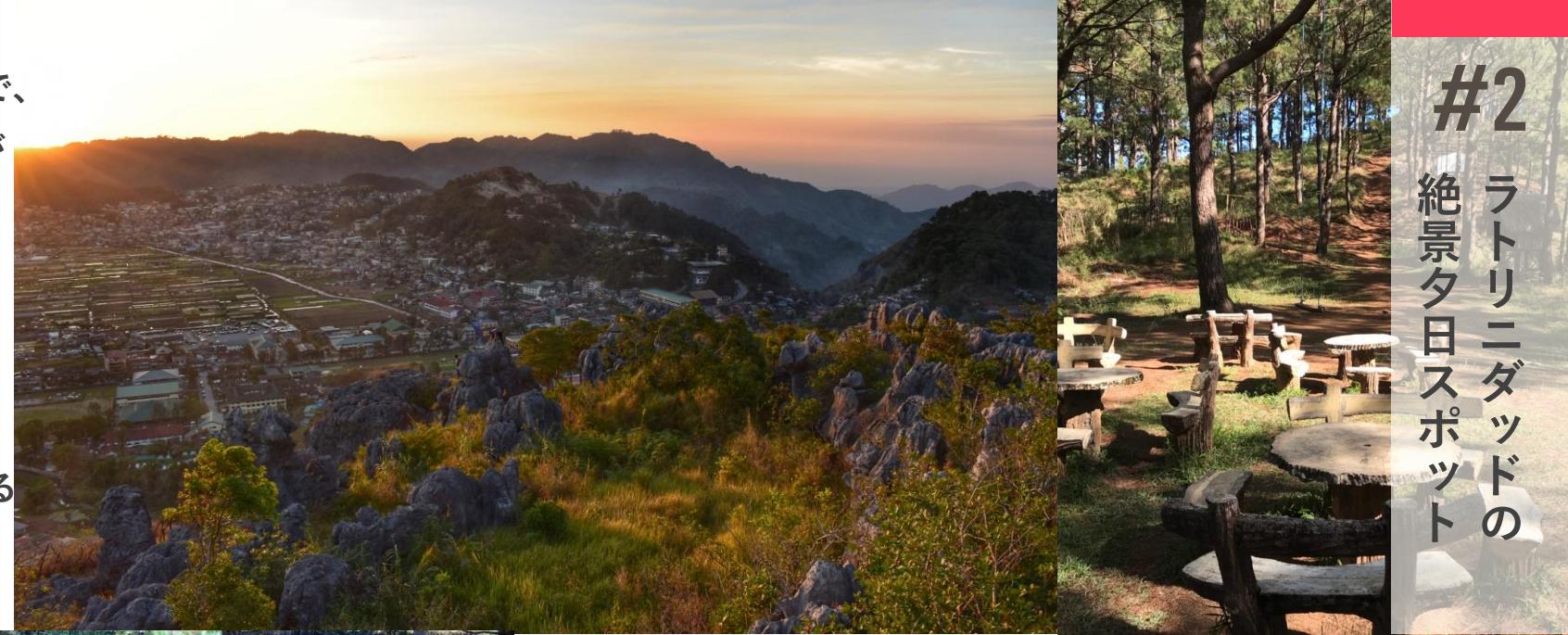




MOUNT KALUGONG

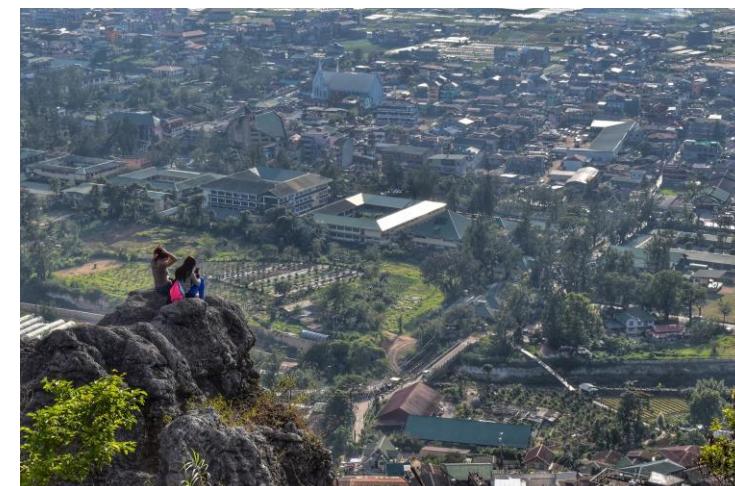
Mt.Kalugongは、ユニークな岩の形成が特徴的で、頂上からはラトリニダッド渓谷を一望することができます。

- ▶ 夕日の時間帯に金色に光る町並み、ストロベリーファームはとても綺麗です。
- ▶ 中心地からのアクセスもとても良く、山頂までは徒歩20分程度のため、気軽に行ける絶景ポイントとして人気を集めています。



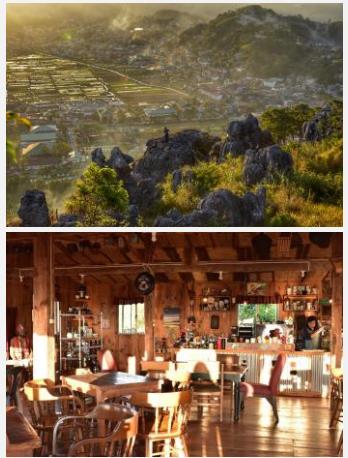
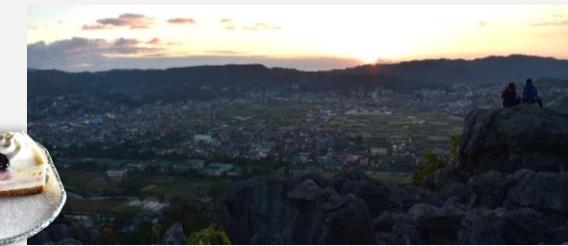
#2

ラトリニダッドの
絶景夕日スポット



INFORMATION

Mt.Kalugongでは、キャンプ、ジップライニング、トレッキング、BBQなどのアクティビティが可能です。頂上にはおしゃれなカフェがあり、休憩できます。





STRAWBERRY FARM

#3 フィリピンのストロベリーキャピタル



Strawberry Farmは、ラトリニダッドで一番知名度のある観光地で、地元のお土産、特産品などもここで入手することができます。

- ▶ いちごの旬は2~4月で、乾季中はいつでも賑わっていますが、雨季のオフシーズンにあたる6~10月は外した方がよいでしょう。
- ▶ 観光客は食べ歩きや、いちごの可愛らしいモニュメントと写真を撮ることができます。

INFORMATION

(1) いちご狩り

いちご農園内で1kg 500ペソでいちご狩りが可能です。
ストロベリーファームの内のお土産売り場、いちご農園前で新鮮ないちごの販売も行っています。

(2) ストロベリーアイス

30ペソから購入することができます。
味はストロベリーやアボカド、バニラから選べます。

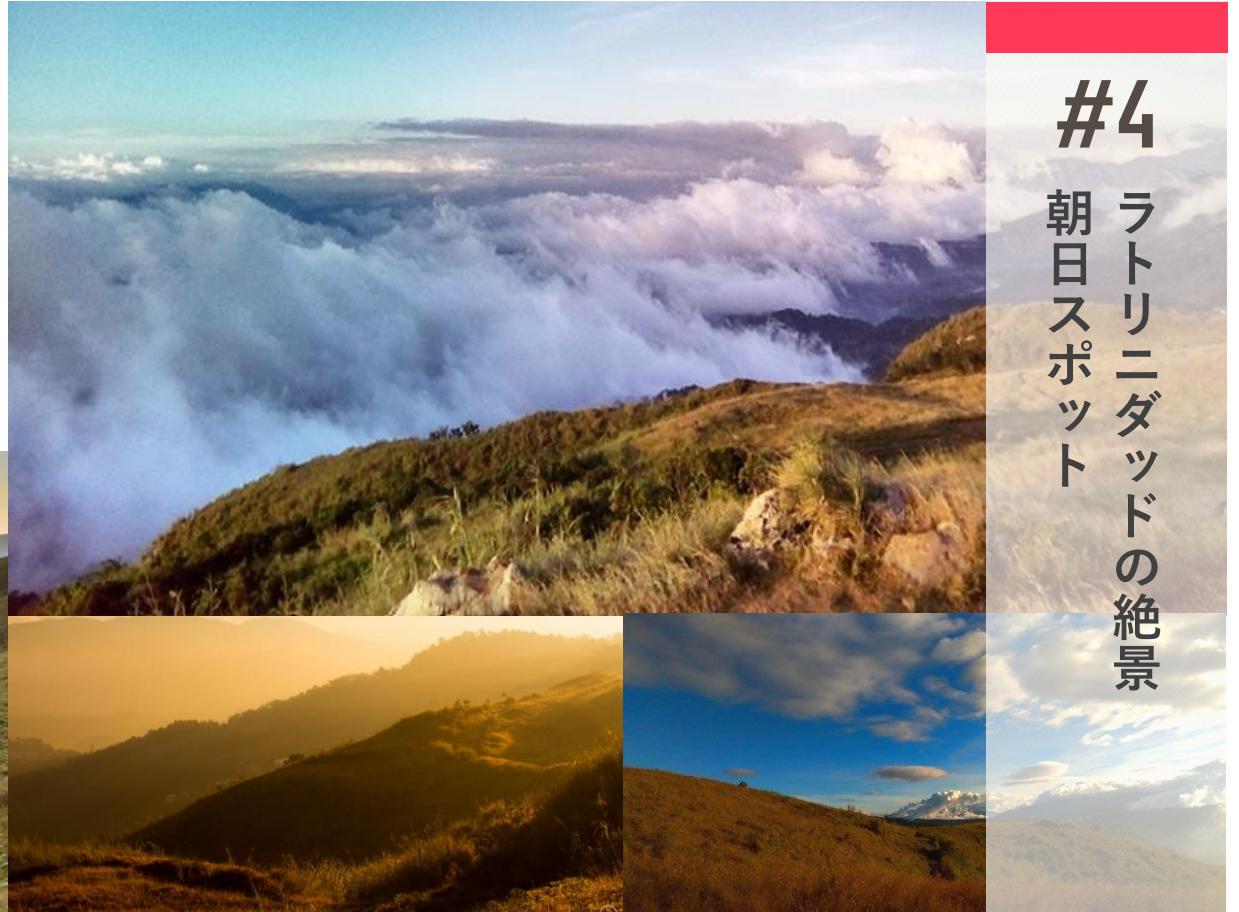




MOUNT YANGBEW

Mt.Yangbewの魅力は、季節によって色が変化する山頂の草原と壮大な景色で、ラトリニダッドとバギオを360度見渡すことができます。

- ▶ 朝日、夕日共に綺麗ですが、おすすめは明け方の時間帯で、雲海も見ることができます。
- ▶ 観光客はピクニック、キャンプ、乗馬をすることができます。



#4

ラトリニダッドの絶景
朝日スポット



INFORMATION

朝日を見る場合は、ラトリニダッドの市内を4:30頃に出て、ジプニーが運行していないため、タクシーで向かうのがよいでしょう。



VEGETABLE TRADING POST

#5

フィリピンのサラダボウルとして、
ラトリニダッドの野菜産業の支える市場



1900年代にアメリカ兵に補給する目的で高原野菜の栽培がおこなわれ、ベンゲットの野菜産業の商業化により、1980年代初頭にラトリニダッドはマーケティング活動の中心地となりました。

Vegetable Trading Postは、大口発注の卸売業者への野菜売買取引が行われる中心的な拠点になります。

▶ 取引された高原野菜は近郊都市、首都のマニラに出荷されます。

i INFORMATION

市場の中には食堂があり、新鮮な野菜を低価格で提供しています。リノベーションされて以前よりも綺麗な食堂になりました。





BELL CHURCH

ラトリニダッドとバギオの境界にあるBell Churchは、1960年代に中国からの移民によって建てられた道教の寺院で、修道士とボランティアによって運営されています。

赤緑白がベースカラーの建物はとても美しく、スピリチュアルな雰囲気と池に浮かぶ美しい白睡蓮の花を楽しむことができる寺院です。

► Bell Churchから眺める山の斜面に建つ家々もこの地域独特の光景です。

#6

白睡蓮の花が咲き誇る
華やかな道教寺院



INFORMATION

乾季の終わり際である4月前後は睡蓮などの花が咲いており、とても綺麗です。12時前後のランチタイム時は、門が閉鎖されるため注意してください。



BAHONG FLOWER FARM

#7

花の農家

ラトリニダッドを「フィリピンの
ローズキャピタル」として有名にした



バルンガイBahongには、たくさんの花の農家があり、美しいバラの段丘を見ることができます。花の値段はバレンタイン、ホーリーウィーク、オールソウル・セイントデイ、クリスマスなどのイベントに影響されます。

▶ ラトリニダッドはバラ、ベンゲット州はユリが有名で、Kayabangというバスケットに入れられたりする。



INFORMATION

バルンガイBahongは、ジプニーが運行していないため、タクシーまたは、不定期で運行しているバンに乗る必要があります。



MUNICIPAL HALL

このブルーの建物は、私の勤務先であるラトリニダッドの役場になります。ラトリニダッドの町の中心地にあり、様々なイベントがこの役場で開催されます。役場の敷地内には公園、広場、警察署、体育館があり、市民の憩いの場にもなっています。



Entrance



Municipal Park



Mayor's Office



Tourism Office

-La Trinidad Team Tourism-

i INFORMATION

2019年3月に新しい観光オフィスがオープンし、オフィスに訪れる観光客、メディアの数が増えました。

#8

私の勤務先
ラトリニダッドの市民の集いの場



LA TRINIDAD IS AN ARTISTIC AND MUSICAL TOWN





IGOROT CULTURE

IGOROTは、フィリピンルソン島北部 コルディリエラ行政地域に住むマレー系民族の総称



Owik

Igorotの伝統で人々は豚を屠殺し、長老が豚の肝臓を見て、幸運を決定する儀式。豚が目の前で殺されるため、見物は覚悟してください。

TAPEY OF IGOROT

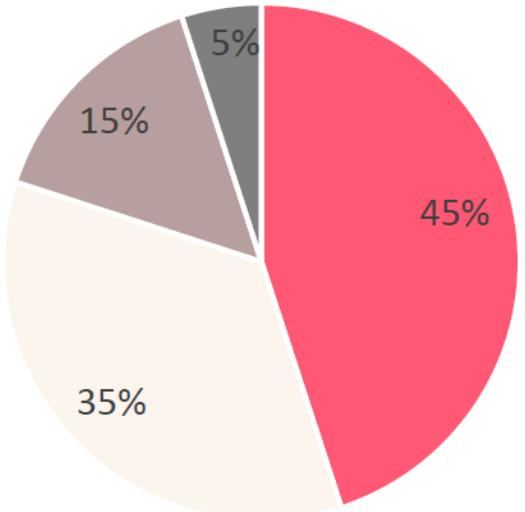


民族舞踊の発表会

GANGSA

SOLIBAO

ベンゲット州の部族構成



■ Ibaloi ■ Kankanaey ■ Bontoc ■ Kalanguya

ダンスの種類	Community(コミュニティ)	Courtship(求愛)
Tal-lak	○	
Bendian	○	
Ginalding	○	
Tayaw	○	○
Tinak takgad	○	○

お題

あなたの考えるラトリニダッドの魅力は？

COME VISIT LA TRINIDAD

ご静聴ありがとうございました

