

Italian Journey

~ La Dolce Vita ~

Chapter 1 **Verona**

The Beginning of the Journey

•

Chapter 2 **Venezia**

A City Like No Other

•

Chapter 3 **Firenze**

The Heart of the Renaissance

•

Chapter 4 **Milano**

The Modern Face of Italy

The Beginning of the Journey

Must Visit

Verona Arena

約2,000年前のローマ時代の円形闘技場。
オペラ公演をお楽しみください♡

Piazza delle Erbe

代表する広場。
街歩きやカフェタイムにおすすめです。

Ponte Pietra

アディジェ川に架かる歴史ある橋。
ヴェローナらしい風景を楽しめます。

Castel San Pietro

街を一望できる絶景スポット。
夕暮れ時がおすすめです。



Restaurant

Trattoria al Pompiere

100年以上の歴史がある老舗です。
元消防士が始めたことから
「Pompiere（消防士）」という名前になりました。
ヴェローナの伝統料理や地元食材、
ワインに力を入れていることで有名です。

Le Vecete

地元の人々にも親しまれている、温かみのあるオステリア。
ヴェローナらしい郷土料理とワインをゆっくり楽しめます。

Cafe & Aperitivo

Antica Bottega del Vino

ヴェローナを代表する老舗ワインバー。

Caffè Barbarani

エルベ広場を眺めながらのアペリティーボ。

Enoteca Baraldi Bacco - Ponte Pietr

川沿い散歩の途中に立ち寄れるワインバーです。

Verona • Venezia • Florence • Milano

What to Eat in Verona ??

Local Specialties

Risotto all'Amarone

アマローネワインで仕上げる濃厚で香り高いリゾット。

Pasta e Fagioli

豆を使ったイタリアの伝統的なパスタスープ。

Pastissada de Caval

馬肉をじっくり煮込んだヴェローナの郷土料理。

Wines

Amarone della Valpolicella

ヴェローナを代表する力強く芳醇な赤ワイン。

Recioto della Valpolicella

アマローネの原型とも言われる甘口赤ワイン。

Valpolicella

軽やかで飲みやすい地元の赤ワイン。

ヴェローナはイタリア有数のワイン産地。
アマローネをはじめ、個性豊かな
ヴァルポリチェッラのワインとの出会いも
旅の楽しみのひとつに...

Must Visit

Piazza San Marco

ヴェネツィアを象徴する広場。
ぜひ、日が暮れてからの夜のお散歩に。
昼間とは全く違う表情です。

Rialto Bridge

大運河を望むヴェネツィアを代表する橋。
周辺の散策も楽しめます。

Cannaregio

観光地の喧騒から少し離れたエリア。
運河沿いを歩きながら、
地元の暮らしを感じられます。



Architecture & Culture

Basilica di Santa Maria della Salute

ヴェネツィアを象徴する美しいバロック様式の教会。
大運河越しに望む姿は、この街を代表する風景のひとつです。
外から見ただけでも美しい建物です。

Gallerie dell'Accademia

ヴェネツィア派の名作を所蔵する美術館。
ルネサンス芸術の美しさに触れることができます。

Punta della Dogana

17世紀の税関を安藤忠雄がリノベーションした現代アート美術館。
歴史と現代建築が融合する印象的な空間です。

Palazzo Grassi

安藤忠雄が改修を手掛けた歴史的な宮殿。
現代アートと美しい建築空間を楽しめます。

Palazzo Contarini del Bovolo

優雅な螺旋階段で知られる隠れた名建築。
中庭から見上げる美しいファサードも見どころです。

If Time Allows

Biennale Arte 2026

世界最大級の現代アート展。
2026年ならではの特別な文化体験を楽しめます。

Libreria Acqua Alta

本と猫がいるユニークな書店。
ヴェネツィアらしい人気スポットです。

Squero di San Trovaso

17 世紀のボートヤード。伝統的な木製のゴンド
ラを建造する小屋のような施設。

近くにワインバーがあります。
こちらもおすすめです。

Cantine del Vino già Schiavi

Shopping Recommendations

💎 Murano Glass

ヴェネツィアを代表する伝統工芸。
アクセサリーやオブジェなど、
美しいガラス作品に出会えます。

📖 Stationery & Notebooks

美しい紙製品やノート、レターセットなど。
お気に入りの一冊が見つかるといいですね♡

Restaurant

Vini da Gigio

伝統的なヴェネツィア料理を楽しめる人気店。
地元の方からもおすすめいただいた一軒。

Cà D'oro alla Vedova

名物ミートボールで知られる老舗。
気軽にヴェネツィアの味を楽しめます。

Al Paradiso Perduto

魚介料理がおすすめ。運河沿いの雰囲気も魅力です。

Cafe & Aperitivo

Caffè Florian

1720年創業の歴史あるカフェ。
サンマルコ広場で優雅なひとときを過ごせます。
生演奏が行われることもあります。

Rosa Salva

老舗パスティチェリア。
朝食や軽食、アペリティーボにもおすすめです。

Vino Vero

スプリッツとチケッティを楽しめる人気店。
ヴェネツィアらしいアペリティーボ体験に。

What to Eat in Venezia

Local Specialties

Spaghetti alla Busara

海老の旨味がたっぷり詰まったトマトソースのパスタ。

Sarde in Saor

イワシを玉ねぎやレーズンとともに

マリネしたヴェネツィアの伝統料理。

Fegato alla Veneziana

玉ねぎと一緒に仕上げるヴェネツィア風レバー料理。

Cicchetti

ヴェネツィア名物の小皿料理。

食べ歩きやアペリティーボにもおすすめです。

Capelonghe Veneziane

ラグーナで獲れる小さな貝を使った郷土料理。

Granseola alla Veneziana

ズワイガニをシンプルに味わうヴェネツィアの名物料理。

Taglierini al Nero di Seppia

イカ墨の風味を楽しむヴェネツィアを代表するパスタ。

Baccalà Mantecato

干し鱈をクリーミーに仕上げたヴェネツィア名物。

ぜひ一度味わっていただきたい一品です。

Bigoli in Salsa

アンチョビと玉ねぎのソースでいただく伝統的なパスタ。

Wines

Pinot Grigio

爽やかで飲みやすい北イタリアを代表する白ワイン。

Prosecco

ヴェネト州生まれのスパークリングワイン。

Lugana

ガルダ湖周辺で造られる上品で繊細な白ワイン。

Chardonnay

魚介料理とも相性の良い人気の白ワイン。

チケッティと呼ばれる小皿料理を楽しむ文化があります。

散策の途中にバーカロへ立ち寄り、

ワインやスプリッツとともに味わうのもおすすめです。

SPRITZ(スプリッツ)はヴェネツィア発祥なので、

ぜひ、水の都の空気の中でお試し下さい。



Must Visit

Cathedral of Santa Maria del Fiore

フィレンツェを象徴する大聖堂。

街のシンボルとして親しまれています。

クーポラ（ドーム）へ登る場合は

事前予約がおすすめです。

Piazzale Michelangelo

フィレンツェの街並みを一望できる絶景スポット。

オレンジに染まる夕暮れ時がオススメです。

Ponte Vecchio

アルノ川に架かる歴史ある橋。

フィレンツェを代表する景観のひとつです。

Uffizi Gallery

ボッティチェリ〈ヴィーナス誕生〉や

レオナルド・ダ・ヴィンチなどの名作を所蔵する

世界有数の美術館。ご予約がおすすめです。

Shopping Recommendations

Santa Maria Novella

世界最古級の薬局として知られるフィレンツェの名店。

フレグランスや石鹸など、お気に入りの香りとの出会いを。

Leather Goods

フィレンツェは革製品の産地として有名。

バッグや財布、ベルトなど、職人技が光ります。

Mannina

1953年創業の老舗シューズ工房。

フィレンツェの職人技が息づく、

上質な革靴やレザーシューズに出会えます。

余談ですが、8年前に初めてイタリアを訪れた際に購入した靴は

今でもお気に入りの一足です。

今は、日本人の職人さんがいらっしゃり、

詳細もお話ししやすいかと思います。

Tuscan Wines

キャンティをはじめとするトスカーナワインは世界的にも有名。

ワイン好きの方にはぜひ味わっていただきたい名産品です。

Local Delicacies

カントウッチやオリーブオイルなど、

トスカーナならではの味覚もおすすめ。

ご自宅用やお土産にもぴったりです。

Cafe & Aperitivo

Caffè Gilli

1733年創業の歴史あるカフェ。

ドゥオモ周辺の散策途中に立ち寄るのにおすすめです。

Caffè Rivoire

シニョリーア広場に面した老舗カフェ。

美しい景色とともにコーヒーや

アペリティーボを楽しめます。

Procacci

トリュフ入りの小さなパニーノで有名な老舗。

軽いランチやアペリティーボにもおすすめです。

La Ménagère

花屋・カフェ・レストランが融合した人気スポット。

フィレンツェらしい洗練された空間を楽しめます。



Restaurant

Trattoria Sostanza

フィレンツェを代表する老舗トラットリア。
シンプルながら記憶に残る伝統料理を楽しめます。

Trattoria Cammillo

地元の人々にも愛される名店。
落ち着いた雰囲気の中で、
伝統的なトスカーナ料理を味わえます。

Cibrèò Trattoria

トスカーナ料理を現代的に表現した人気店。
フィレンツェの食文化を新しい視点で楽しめます。

Enoteca Pinchiorri

イタリアを代表する名店のひとつ。
卓越した料理とワインを楽しめる特別な一軒です。

What to Eat in Florence

Local Specialties

Crostini con i Fegatini
鶏レバーのパテをのせたトスカーナの定番前菜。

Pappa al Pomodoro
トマトとパンを使った素朴で温かみのある郷土料理。

Ribollita
野菜と豆を煮込んだ伝統的なトスカーナのスープ。

Pappardelle al Cinghiale
イノシシのラグーソースでいただくトスカーナ名物のパスタ。

Bistecca alla Fiorentina
フィレンツェを代表するTボーンステーキ。

Peposo
牛肉を赤ワインと黒胡椒でじっくり煮込んだ郷土料理。

Gnudi
リコッタチーズとほうれん草を使った
トスカーナ伝統のパスタ料理。

Zuccotto
フィレンツェ生まれの伝統的なデザート。

Wines

Chianti
トスカーナを代表する赤ワイン。

Morellino di Scansano
果実味豊かで飲みやすい赤ワイン。

Vernaccia di San Gimignano
トスカーナを代表する白ワイン。

Vin Santo
食後に楽しめる伝統的なデザートワイン。

トスカーナはイタリアを代表するワイン産地のひとつ。
郷土料理とともに、ぜひ地元のワインもお楽しみください。



Art & Culture

Milan Cathedral

ミラノを象徴する大聖堂。
屋上テラスからの眺めもおすすめです。

Santa Maria delle Grazie

レオナルド・ダ・ヴィンチの《最後の晩餐》で
知られる世界遺産。事前予約がおすすめです。

Chiesa di San Maurizio al Monastero Maggiore

「ミラノのシスティーナ礼拝堂」とも呼ばれる教会。
美しいフレスコ画で知られています。

Santa Maria delle Grazieから徒歩10分

Rondanini Pietà Sforza castello

ミケランジェロが晩年まで手を加え続けた未完の傑作。
静かな感動を与えてくれる作品です。

Museo del Novecento

20世紀イタリア美術を中心に展示する美術館。
ドウオモを眺めながら芸術を楽しめます。

Galleria d'Arte Moderna

19～20世紀の名作を所蔵する美術館。
名画《Il Quarto Stato》を見ることができます。
併設されているカフェ、**Lùbar at GAM**は、
内装も可愛くてオススメです。
お庭も素敵です。

Pinacoteca di Brera

イタリアを代表する美術館。
ルネサンスから近代まで幅広い名作を所蔵しています。

Shopping in Milan

Galleria Vittorio Emanuele II

ミラノを代表する歴史的なショッピングアーケード。
美しい建築とともに優雅な雰囲気を楽しめます。

Quadrilatero della Moda

（モンテナポレオーネ地区）

世界有数のラグジュアリーショッピングエリア。
イタリアを代表するブランドが集まります。

Sermoneta Gloves

イタリアを代表するグローブ専門店。
上質なレザーと職人技が生み出す美しい手袋は、
特別なお土産にもおすすめです。

Rinascente

ドウオモ前にある老舗百貨店。
ファッションから食品、お土産まで幅広く揃います。

Eataly Milano Smeraldo

イタリア各地の食材やワイン、
お菓子が集まる大型フードマーケット。
お土産探しにもおすすめです。

Guido Gobino

トリノを代表する高級ショコラティエ。
ヘーゼルナッツを使ったジャンドゥーヤは
特におすすめです。

Libreria Bocca

ガレリア内にあるイタリア最古級の書店。
アートやデザイン関連の書籍、
美しい紙製品も揃います。

Fiera di Sinigaglia

土曜日限定。
川沿いのナヴィリオ地区で開催される
ミラノ最古の蚤の市。
ヴィンテージ雑貨や本、レコードなどを探しながら、
地元の雰囲気を楽しめます。

Restaurant

Antica Trattoria della Pesa

1880年創業の老舗トラットリア。
歴史ある空間で、昔ながらのミラノ料理を楽しめます。

Il Piccolo

ミラノ滞在中に訪れた中でも特に印象に残った一軒。
本格的なイタリア料理を気取らず楽しめます。
オッソブッコ×リゾットミラネーゼが美味でした。

Langosteria

洗練された空間で上質なシーフード料理を楽しめます。

Ratanà

伝統的なミラノ料理を現代的な感覚で再解釈した人気店。
ミラノの今を感じられる一軒です。
※今回の期間はお休みでした...

What to Eat in Milano

Local Specialties

Risotto alla Milanese
サフランが香るミラノを代表するリゾット。

Cotoletta alla Milanese
ミラノ風カツレツ。

Ossobuco alla Milanese
仔牛のすね肉を煮込んだ郷土料理。

Mondeghili
ミラノ伝統のミートボール。

Wines

Franciacorta
イタリアを代表する高品質スパークリングワイン。

Valtellina
ロンバルディア州を代表する赤ワイン。

Cafe & Aperitivo

Marchesi 1824

ミラノを代表する老舗パスティチェリア。
お土産にもおすすめです。

Pasticceria Cova

1817年創業の歴史あるカフェ。
お土産にもおすすめです。

Lùbar at GAM

Galleria d'Arte Modernaに併設されています。
内装も素敵なカフェです。

Bar Basso

ミラノ名物ネグローニ・スバリアート発祥の店。

Gelato Recommendations

Ciacco

ガンベロ・ロッソ「Tre Coni」受賞の人気ジェラテリア。素材本来の味を活かした上質なジェラートが楽しめます。ドゥオモからも近く、観光の合間に立ち寄りやすい一軒です。

Terra Gelato

厳選した素材と生産者へのこだわりで知られるジェラテリア。シンプルながら奥深い味わいが魅力です。

GnomoGelato

地元ミラノでも高い評価を受ける人気店。季節ごとのフレーバーや伝統的な味を楽しめます。

Pavé – Gelati & Granite

素材の味が生きた、繊細でモダンなジェラート。
代表的なフレーバーはピスタチオ、ローストアーモンド、ジェラートを挟んだシチリア風ブリオッシュ。
季節ごとにフレーバーが変わり、いつ訪れても飽きません。

LatteNeve

シチリア風の小さな人気店。
アーモンド（アーヴォラ産）、レモン&バジル、リコッタ+ハチミツ+ナッツなど、どれも素材の良さが際立ちます。
ヴィーガンジェラートも豊富。

Out of the Box – Gelato

革新的でありながら“本物の手作り”に忠実。塩ピスタチオ、ゆず&ラズベリー、塩キャラメルなど、斬新で技術も確か。

Artico Gelateria Tradizionale

市内に複数店舗を持つ人気店。ピエモンテ産ヘーゼルナッツ、ピュア・ピスタチオ、手作りザバイオーネは特におすすめ。

VERO ~ Gelateria Cremeria

伝統的な製法を大切にしながら、他では味わえないオリジナルフレーバーも楽しめる人気ジェラテリア。
お店のビジュアルもGOODです。

人気のフレーバー

・ Pistacchio

王様フレーバー。必ず本物のピスタチオを使用。

・ Nocciola

ピエモンテ名物。香ばしくクリーミー。

・ Stracciatella :

フィオルディラッテにチョコの薄片。

・ Cioccolato fondente :

濃厚で上品なダークチョコ。

・ Fior di latte :

シンプルでピュア、上質なミルク味。

・ Zabaione :

卵黄とマルサラワインのクラシック。

・ Cassata siciliana :

リコッタ、砂糖漬けフルーツ、ピスタチオ。

ミディアムサイズなら、

3フレーバー選べるところが多いです✨

あるイタリア人デザイナーが、

“3色のカラーリングも完璧”

とジェラートを手に笑顔で話してくれました。

そして、コーンの上で、味を掛け合わせるのも、

楽しみの一つ。

私は最近フォンダンショコラ×ミントにハマっています。

見た目も、味もぜひお楽しみ下さい💚💛💙

Eat

Play

Love

美味しくて甘い、特別な旅になりますように。 *Buon viaggio!!*