



ポルトガルの道 ポルト出発

ポケットガイド — 区間・フライト・電車・宿泊・チェックリスト

✦ 2026 ✦

👟 ポルト → サンティアゴ 区間一覧

総距離240km・徒歩10~12日・自転車4~6日・コンポステラ認定はトゥイからの最後の100km

区間	ルート	距離	難易度	推奨宿泊所
1	ポルト → Vairão	23 km	易	Albergue de Vairão
2	Vairão → Barcelos	27 km	中	Albergue de Barcelos
3	Barcelos → Ponte de Lima	33 km	難	Albergue Ponte de Lima
4	Ponte de Lima → Rubiães	18 km	中	Albergue de Rubiães
5	Rubiães → Tui	20 km	中	Ideas Peregrinas (Tui)
6	Tui → O Porriño	17 km	易	Albergue A Pedra
7	O Porriño → Redondela	16 km	易	Albergue Redondela
8	Redondela → Pontevedra	19 km	易	Albergue Aloxa
9	Pontevedra → Caldas de Reis	23 km	中	Albergue Caldas de Reis
10	Caldas de Reis → Padrón	18 km	易	Albergue de Padrón
11	Padrón → サンティアゴ	25 km	易	サンティアゴ・デ・コンポステラ

最後の100km: コンポステラ認定はトゥイ（区間6）から。最初の5区間をスキップしてポルト→トゥイ直通電車が便利。トゥイ→サンティアゴは約118km。

自転車の場合: コンポステラには200km必要。ポルト出発（240km）なら余裕。

✈️ ポルト（OPO）への直行便

2026年見積もり価格・中間シーズン・片道・50以上の都市から直行便

国	都市	航空会社	片道から
JP 日本	東京（NRT）、大阪（KIX）	TAP, ANA, Air China	\$500
us アメリカ	ニューヨーク（JFK/EWR）、ボストン、マイアミ	TAP, Delta, United	\$300
GB イギリス	ロンドン（LGW/STN/LTN）、マンチェスター、エディンバラ	Ryanair, EasyJet, Jet2, BA	20€
FR フランス	パリ（ORY/CDG）、リヨン、マルセイユ、ニース、ボルドー	Ryanair, EasyJet, Transavia	20€
DE ドイツ	フランクフルト、ベルリン、ミュンヘン、ハンブルク	Ryanair, Lufthansa, Eurowings	30€
IT イタリア	ローマ、ミラノ（BGY/MXP）、ベルガモ、ヴェネツィア	Ryanair, EasyJet, Wizz Air	25€

Skyscanner と Google Flights で最新価格を確認・空港コード: OPO

🚇 ポルトからトゥイへの行き方

🚇 地域電車（推奨）

料金: 8~12€・時間: 1時間45分~2時間10分

出発: ポルト・カンパニャン駅またはサン・ベント駅・到着:

ヴァレンサ・ド・ミーニョ（国境）

本数: 1日5~6本・予約不要

電車を降りて歩道橋（300m）を渡るとすぐ **トゥイ（Tui）** に到着。

🚌 バス・🚗 BLABLACAR

バス: 12~18€・2時間30分~3時間・Alsa、FlixBus、Autna・カンパニャン隣接のバスターミナルから。

BlaBlaCar: 8~15€・1時間30分・ポルト=トゥイ間は人気ルート。より速くて安い。

🏠 区間別宿泊施設

区	ルート	距離	公営 (10€、予約不要)	私営 (予約推奨)
1	ポルト → Vairão	23 km	—	Albergue Vairão (12-15€)
2	Vairão → Barcelos	27 km	—	Albergue Barcelos (10-12€)
3	Barcelos → Ponte de Lima	33 km	—	Albergue Ponte Lima (12-15€)
4	Ponte de Lima → Rubiães	18 km	—	Albergue Rubiães (8-10€)
5	Rubiães → Tui	20 km	—	Ideas Peregrinas (18-22€)
6	Tui → O Porriño	17 km	Tui (10€、徒歩優先)	A Troita (19-22€)、A Pedra (15€)
7	O Porriño → Redondela	16 km	O Porriño (10€)	Camino Santiago (17€)
8	Redondela → Pontevedra	19 km	Redondela (10€)	A Conserveira (15-17€)、Avoa Regina (17-19€)
9	Pontevedra → Caldas de Reis	23 km	Pontevedra (10€)	A Ponte (12-15€)、Pensión Maruja (20-30€)
10	Caldas de Reis → Padrón	18 km	Caldas (10€)	Silleiro (15€)、O Cruceiro (14-16€)
11	Padrón → サンティアゴ	25 km	Padrón (10€)	Correoiras (15€)、Xacobeo (12-15€)

常に予備の計画を: 繁忙期 (5月~9月) は公営宿泊所がすぐ満室に。私営を予約するか早朝着を心がけて。各村は近いので融通が利く。

🚌 サンティアゴ → ポルト 帰路

会社	料金	時間	本数
FlixBus	15-35€	3h 10-30min	最大13本/日
Alsa	19-35€	1h 59min (直通)	12-16本/日
Autna	18-28€	~3h	2-3本/日
BlaBlaCar	12-18€	2h 20-45min	複数/日

バスはカンパニャン駅 (地下鉄+電車) に到着。多くはOPO空港にも停車。サンティアゴ→ポルト間はBlaBlaCarの利用も多い。ビーゴ乗り換えの電車 (AVE 53分+地域電車2h30) は45-70€。

✅ 巡礼者チェックリスト

📄 クレデンシャル: ポルト大聖堂 (Sé) · 2€	📄 パスポート: コンポステーラ取得に必要
✈️ フライト: OPO空港、Skyscannerで比較	🚆 電車: カンパニャン駅から、予約不要、8-12€
🏠 初日の宿: 繁忙期はトゥイで予約を	🛡️ 旅行保険: 必須
💰 現金: 小銭で50~100€	📱 アプリ: Wise Pilgrim、Google Maps、CP
🌤️ 天候: 春・秋がベスト。雨具は常に	💰 予算: 30~40€/日
🔥 日焼け止め: 曇りでも焼けます	👞 靴: 履き慣らしたものの、新品厳禁
🔋 モバイルバッテリー: アプリと写真のため	

サンティアゴにお立ち寄りの際は



Hamburguesería Señarís · Av. de Quiroga Palacios, 5 · 大聖堂から徒歩15分

このガイドがお役に立てば幸いです。ブエン・カミーノ！