



# San Xoán Guide 2026

焚き火・ケイマーダ・真夜中の儀式・ガリシア

◆ 2026年6月23日（火） - 24日（水） ◆

## 🔥 ケイマーダのレシピ

### 材料

- ▶ アグアルディエンテ（ガリシアの蒸留酒）1リットル
- ▶ 砂糖 200g
- ▶ レモンの皮 1個分、オレンジの皮 1個分
- ▶ コーヒー豆 ひと握り
- ▶ お好みで：シナモンスティック 1本

### 作り方

- 1 陶器の鍋にアグアルディエンテを注ぐ
- 2 砂糖、皮、コーヒー、シナモンを加える
- 3 木のしゃもじで混ぜる
- 4 長いマッチで火をつける
- 5 砂糖が溶けるまで燃やしながらか混ぜる
- 6 炎が自然に消えるのを待ち、「クンカス」（伝統的な陶器の器）で提供する

🔥 **コツ**：アグアルディエンテは室温にしておくこと。点火時に鍋を傾けないこと。近くに水を用意しておくこと。

## 🌿 サン・ショアンの7つのハーブ

「ファセール・オ・カーチョ」のため — 6月23日午後7つの異なる泉から水を集めます：

🌿 フェネル（フィウンチョ）

🌿 ローズマリー（ロメウ）

🌿 セントジョンズワート（イペリコト）

🌿 マロウ（マルバ）

🌿 レモンパーベナ（エルバルイサ）

🌿 エニシダ（コデソ/ヘスタ）

🌿 シダ（フェント・マチョ）

**方法**：7つの異なる泉から水を1つの容器に集めます。7つのハーブを加えて、「セレーノ」（夜露）の下で一晩中屋外に置きます。翌朝、この水で顔を洗います — **鏡を見ずに**。一年中身を守ってくれます。

## ✅ チェックリスト — スケジュール

時間	イベント
18:00 - 20:00	海岸や広場で焚き火の準備
20:00 - 23:00	野外で夕食 — イワシ、肉、ワイン、エンパナーダ
23:00 - 00:00	ガイタ（ガリシア風笛）の演奏と祝祭ムード
00:00（真夜中）	🔥 焚き火を飛び越える！ + 真夜中の海水浴
00:00 - 02:00	ケイマーダの儀式と古代の呪文
02:00 - 06:00	街中でのダンスと夜明けまでの祭り

## サンティアゴから各都市へのアクセス

列車はサンティアゴ・デ・コンポステーラ駅から出発（旧市街より徒歩800m）。切符：[renfe.com](https://www.renfe.com)。

都市	サンティアゴからの列車	飛行機も
ア・コルーニャ	<b>30分・約12€</b> Renfe Media Distancia。頻繁に運行。	 ア・コルーニャ空港（LCG）— サンティアゴから15分。ロンドン、パリ、バルセロナから直行便。
ビーゴ	<b>1時間15分・約15€</b> Renfe Media Distancia。1～2時間毎に直通。	 ビーゴ空港（VGO）— バスで20分。マドリッド、バルセロナ、ロンドンから直行便。
ルーゴ	<b>1時間30分・約13€</b> モンフォルテ経由。Monbúsバスもあり（1時間30分、約10€）。	—
ポンテベドラ	<b>35分・約8€</b> Renfe Media Distancia。非常に頻繁。	—
オウレンセ	<b>35-50分・約10€</b> Renfe Media Distancia + AVE（高速鉄道）。	—


## 安全について




ビーチにガラス禁止 — ア・コルーニャでは罰金	飲酒後の水泳は絶対にしない
小さな焚き火のみ、飲酒後は跳ばない	子供連れ：地区や村の小さな焚き火がおすすめ — 混雑なし
帰りの計画を：公共交通機関は混雑、タクシーは不足	天気予報をチェック — 6月でもガリシアは雨の可能性。上着を持参！

### 6月24日にサンティアゴにお立ち寄りですか？



午後1時開店 — あなたの聖ヨハネ祭の体験を聞かせてください！

 Av. de Quiroga Palacios, 5 — 大聖堂より徒歩10分

 二日酔いのケイマーダ・ ガリシア風ハンバーガー・ 目覚めのコーヒー