台湾 果物の旅

—台湾のフルーツ、美味しさを超えて。



台湾には「果物王国」の呼び名があります。
フルーツの種類が豊富であるだけでなく
四季を通じて、フレッシュで美味しいフルーツを
食べることができるのです。
台湾に遊びに来たなら、
季節のフルーツ狩り体験の、
すてきなチャンスを逃す手はありません。
台湾に来て、一緒に台湾のフルーツからの幸せと健康、
美味しさを楽しみましょう！

採果注意事項

1. 農作業は簡単なものではありません。果物は種類が多く、様々な種類の果物を収穫する際の原則には、それぞれ違いがあります。農場及び果樹園の体験計画に従い、ともに果樹園の環境を維持するよう、ご協力をお願いいたします。
2. 果物狩りの際には、フレッシュでよく熟れた果物をお選びください。果物の最高のおいしさをお召し上がりいただけます。
3. どの果物にも、すべてに農家の人々の心が込められています。きちんと選んでから摘み取り、無駄にしないようお願いいたします。
4. 果物は季節の変化により、その旬が影響されやすいため、農場と果樹園に向かう際には、必ず事前に連絡と予約を行ってください。



台灣休閒農業發展協會
TEL｜+886-3-9381269
FAX｜+886-3-9382610
ADD｜宜蘭市陽明二路23巷2号3階
WEB｜www.taiwanfarm.org.tw

行政院農業委員會　台灣休閒農業發展協會

2017 廣告

台湾レジャー農業旅行 マスコット 鷺小白（白帥帥）



田園は幾度となくその面持ちを新たにし
人々の食を長きにわたり支えてきました
昔日の水牛を見ることはできませんが
白サギは昔のように何羽も舞い降りています

当時、水牛が現役を退いた際、
白サギと積もる話を語り合ったはずです。
現在、トラクターのとなりに、
飛び跳ねる白サギを見ることができます。
台湾の農園の物語を問うのならば、
適任者は白サギのほかに、いないでしょう。
春に畑を耕す際の、あの雪のように白い姿は、
人々を安心させ、自信で満たしてくれます。
その姿が意味するのは…豊作だからです。

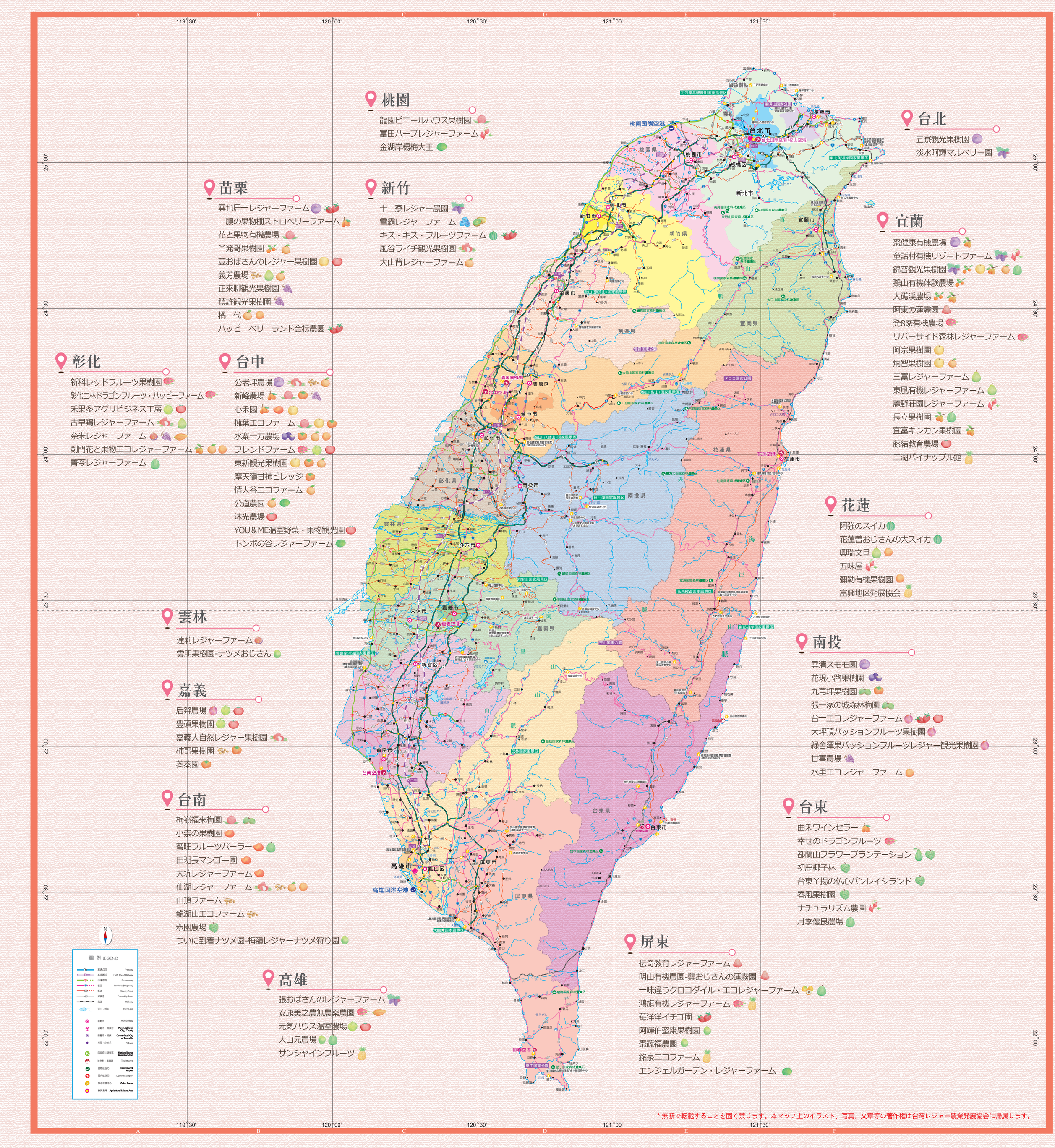
職業：農業　性別：オス　星座：おうし座
身長：61センチメートル　体重：5.5キログラム
現在の状況：故郷に戻り、両親を助けて農業に精を出しています。

素晴らしい景色の台湾に住み、代々農業に従事している鷺小白が故郷に戻り農業を始めてから、すでに3年がたちました。いつもは農作業のほか、超間会に(レジャー農業の青年会) 加入し、熱心にレジャー農業のボランティア活動に参加しています。

鷺小白はより多くの人々に農村を理解し、農業を体験してもらいたいと思っています。お客様をおもてなしするのが大好きな彼は、農業・林業・漁業・畜産業の各種の知識に精通しています。鷺小白が、皆様を農村のもっとも自然でピュアな環境をしっかりと感じられる、最高に幸せで自由気ままな生活体験へとお連れします。

果物の旬のカレンダー

月　份	1 月	2 月	3 月	4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月
ビワ			■	■								
ジャボチカバ			■	■								
ウメ				■								
マルベリー				■								
スモモ				■	■	■						
桃				甜蜜桃		水蜜桃						
スイカ				■	■	■	■	■				
レンブ	■	■	■		■	■	■	■			■	■
ライチ					玉荷包	黒葉茘枝		糯米茘枝				
マンゴー					土芒果	愛文芒果		金煌芒果	凱特芒果			
ブドウ						■	■	■		■	■	■
梨						■	■	■	■			
カンタローブ						■	■	■				
ドラゴンフルーツ						■	■	■	■	■	■	
イチジク	■	■				■						■
リュウガン							■	■	■			
ブルーベリー							■	■				
パッションフルーツ							■	■	■			
アボガド							■	■	■	■		
バンレイシ	鳳梨釋迦								大目釋迦			
ブンタン									■	■		
ローゼル									■	■	■	
キウイフルーツ	■	■	■	■					■	■	■	■
柿										■	■	■
ミカン	年柑										橘柑	
ナツメ	■	■	■									■
オレンジ	■	■	■									■
キンカン	■	■	■									■
イチゴ	■	■	■	■								■
トマト	牛番茄		聖女番茄		玉女番茄		黒柿番茄					桃太郎
グアバ	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
パパイヤ	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
パイナップル	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
カラマンシー	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
レモン	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
アビウ	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■


A
B
C
D
E
F
119°30'
120°00'
120°30'
121°00'
121°30'
25°00'
24°30'
24°00'
23°30'
23°00'
22°30'
22°00'
桃園国際空港
台北市
基隆市
新北市
桃園市
板橋区
新竹市
新竹県
宜蘭市
宜蘭県
苗栗市
苗栗県
台中空港
台中市
豊原区
清泉崗機場
彰化市
彰化県
南投市
南投県
雲林県
斗六市
嘉義市
嘉義県
新営区
台南市
台南空港
高雄市
鳳山区
高雄国際空港
屏東市
屏東県
台東市
台東県
花蓮市
花蓮空港
台北国際空港（松山空港）
北海岸与観音山国家風景区
陽明山国家公園
東北角海岸国家風景区
内湾国家森林遊楽区
烏来国家森林遊楽区
福山国家森林遊楽区
明池国家森林遊楽区
棲蘭国家森林遊楽区
太平山国家森林遊楽区
雪霸国家公園
大雪山国家森林遊楽区
タロコ国家公園
谷関国家森林遊楽区
八仙山国家森林遊楽区
合歓山国家森林遊楽区
知本国家森林遊楽区
鹿野国家森林遊楽区
関山国家森林遊楽区
玉山国家公園
阿里山国家森林遊楽区
玉山国家森林遊楽区
雲嘉南濱海国家風景区
日月潭国家風景区
大鵬灣国家風景区
茂林国家風景区
墾丁国家公園
墾丁国家森林遊楽区
双流国家森林遊楽区
牡丹水庫
牡丹ダム
曽文水庫
烏山頭水庫
鏡湖
日月潭
霧社
埔里
集集
竹山
斗六
嘉義
台南
高雄
屏東
恒春
枋寮
枋山
大武
池上
関山
鹿野
卑南
台東
花蓮
玉里
瑞穂
富里
鳳林
光復
吉安
新城
宜蘭
羅東
蘇澳
頭城
礁渓
金山
萬里
淡水
三芝
石門
八里
五股
泰山
林口
蘆洲
三重
新荘
板橋
中和
永和
土城
樹林
鶯歌
三峡
桃園
中壢
平鎮
八徳
楊梅
新屋
観音
龍潭
大渓
復興
横山
関西
竹東
新埔
湖口
新豊
竹北
芎林
北埔
峨眉
苗栗
頭份
三湾
南庄
獅潭
後龍
通霄
苑裏
大甲
外埔
大安
清水
沙鹿
龍井
梧棲
大肚
烏日
霧峰
太平
大里
和平
東勢
新社
石岡
豊原
后里
神岡
大雅
潭子
三民
北屯
西屯
南屯
西区
北区
中区
東区
南区
烏日
南投
中寮
草屯
国姓
埔里
仁愛（霧社）
魚池
日月潭
水里
集集
竹山
鹿谷
名間
彰化
芳苑
二林
大城
芳苑
北斗
溪州
田中
二水
埔心
埔鹽
員林
永靖
社頭
田尾
北斗
溪湖
大村
員林
埔心
永靖
花壇
秀水
芬園
和美
線西
伸港
福興
彰安
鹿港
新港
六脚
東石
朴子
布袋
義竹
鹿草
太保
朴子
水上
中埔
番路
大埔
竹崎
阿里山
梅山
嘉義
民雄
大林
溪口
新港
六脚
東石
鹿草
太保
朴子
布袋
義竹
鹿草



ビワ 収穫時期：3-4月

台湾のビワは成熟期が短く、栽培品種は果肉の色により赤肉と白肉に分けられます。そのうち白肉種は口当たりが優れ、肉質が細く、甘くてジューシーであり、糖質、リンゴ酸、ビタミンA、P、クエン酸、カルシウム、リン、カリウムなどを豊富に含んでいます。ビワの葉は平性で味が苦く、清肺下気(肺などの炎症をおさえ、気を沈める)、咳を治し喉を労わる効果があり、枇杷膏(シロップ)の主成分の一つでもあります。

山腹の果物棚ストロベリーファーム
Add｜364苗栗県大湖郷義和村林満坪5-1号
Tel｜+886-37-992991
Web｜https://www.facebook.com/sbstrawberry

新峰農場
Add｜426台中市新社区中和街二段264号
Tel｜10人以下のお問い合わせ先：+886-4-25811938 /+886-4-25824243
団体(10人以上)のお問い合わせ先：+886-919-722929
Web｜https://www.facebook.com/153801327966942

心禾園
Add｜423台中市東勢区東関路四段528号
Tel｜+886-4-25853541 / +886-935-710069
Web｜http://shinhe.emmm.tw

曲禾ワインセラー
Add｜954台東県卑南郷明峰村鹿鳴橋2隣29之3号
Tel｜+886-89-570561
Web｜https://www.facebook.com/QuHeLiquorVillage



レンブ 収穫時期：5-7月&11月-翌年3月

蓮霧は、台湾ではほぼ四季を通して食べられ、栄養があっておいしく、ジューシーな果物です。屏東県が最大の産地です。食べ応えがある口当たり、甘みがあります。蓮霧は季節と品種により、見た目が多少違ってきます。例えば、冬には色合いが赤黒色っぽくなり、黒いほど甘みが増します。夏は日照時間が長いために、収穫する蓮霧も成長が速く、色は淡紅色になります。

阿東の蓮霧園
Add｜264宜蘭県員山郷尚徳村大湖208巷56号
260宜蘭市鎮平一路155号
Tel｜+886-3-9288798 / +886-933-143819
Web｜https://www.facebook.com/a0933143819

伝奇教育レジャーファーム
Add｜926屏東県南州郷溪南村大和路1巷201号
Tel｜+886-928-707038

明山有機農園-龔おじさんの蓮霧園
Add｜900屏東市和興里108-7号
Tel｜+886-913-883838
Web｜https://www.facebook.com/gome.88



ライチ 収穫時期：5-8月

台湾の気候は冬・春は乾燥し、夏・秋は雨が多く、ライチの成長に適しています。産地は中南部が中心です。主に、次の品種があります。玉荷包ーこれは肉質が繊細で、さくさく感と爽やかな甘さがあり、ほのかな香りと渋みが特徴です。糯米糍ー果肉が厚く、ジューシーで、蜜のような濃厚な甘さが特徴です。黒葉ー果実と種が大きく、肉質は潤いと柔らかみがあって繊細で、香りは濃厚です。ライチはタンパク質、ビタミン、脂肪、クエン酸、ペクチン及びリン、鉄分など、さまざまな栄養素を豊富に含んでいます。

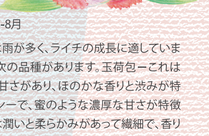
風谷ライチ観光果樹園
Add｜300新竹市明湖路775巷51-1号
Tel｜+886-919-969898
Web｜http://violaandsky.com/litchi/

公老坪農場
Add｜420台中市豊原区水源路坪頂巷12号
Tel｜+886-4-25245907
Web｜http://www.gorop.com.tw

古早鶏レジャーファーム
Add｜502彰化県芬園郷旧社村彰南路五段451巷36号
Tel｜+886-49-2524362
Web｜https://www.facebook.com/GoodFarmChicken

嘉義大自然レジャー果樹園
Add｜604嘉義県竹崎郷竹崎村中山路39巷3号
Tel｜+886-5-261-3550
Web｜http://blog.xuite.net/lin900908/Natural

仙湖レジャーファーム
Add｜733台南市東山区南勢里賀老寮一隣6-2号
Tel｜+886-6-6863635
Web｜http://www.senwho.com.tw



ジャボチカバ 収穫時期：3-4月

キブドウはジャボチカバとも呼ばれ、その昔ブラジルから採り入れた果樹です。普通のブドウと違い、果皮が厚く果肉はプリプリで、口当たりは少しマンゴスチンに似ています。他にも、キブドウの果肉はビタミンC、カルシウム、鉄分、繊維、ビタミンB1などの15種以上の成分を豊富に含み、栄養価がかなり高くなっています。

水寮一方農場
Add｜423台中市東勢区中興里東崎路三段396号
Tel｜+886-987-382916 / +886-920-210383

花現小路果樹園
Add｜541南投県中寮郷龍岩村龍南路160-23号
Tel｜+886-928-993309



ウメ 収穫時期：4月

台湾のウメは主に6品種に分かれ、中部に広がる中央山脈の西側に分布しています。ウメを食べれば、食欲増進、腹部膨満感の解消、酔い覚まし、乗り物酔い・風邪予防などの薬膳効果があります。またウメは酸度が高く、甘さが少ないため、収穫後に果物として新鮮なまま食べることはほとんどなく、大半は梅漬けなどの砂糖漬け加工品にします。

九芎坪果樹園
Add｜553南投県水里郷上安村永安路11号
Tel｜+886-919-838199

張一家の城森林梅園
Add｜556南投県信義郷自強村緑美巷69号
Tel｜+886-953-656777
Web｜http://joycech888.myweb.hinet.net

梅嶺福来梅園
Add｜715台南市楠西区湾丘里梅嶺32-3号
Tel｜+886-6-5753658 / +886-958-697995
Web｜http://www.5753658.com



マルベリー 収穫時期：4月

台湾のマルベリーは品種が126種に上り、山桑、白桑及び魯桑の3系統に分類されます。18種のアミノ酸、多種のビタミンとカロテンなどを含みます。マルベリーは晩春から初夏にかけて実るおいしい果物です。甘酸っぱい口当たり、栄養豊富ー健康増進にはを力強い味方です!

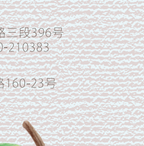
童話村有機リゾートファーム
Add｜269宜蘭県冬山郷広興村梅花路300号
Tel｜+886-3-9613385 / +886-932-090003
Web｜http://www.fairy-story.com.tw

錦普観光果樹園
Add｜264宜蘭県員山郷枕山村枕山路106-2号
Tel｜+886-3-9231427 / +886-920-237543
Web｜https://www.facebook.com/214930875193895

淡水阿輝マルベリー園
Add｜251新北市淡水区北新路一段51号
Tel｜+886-2-26230786
Web｜https://www.facebook.com/403621423095238

十二寮レジャー農園
Add｜315新竹県峨眉郷湖光村13隣21号
Tel｜+886-37-602708 / +886-928-103027
Web｜http://037602708.ehsinchu.tw

張おばさんのレジャーファーム
Add｜840高雄市大樹区興田路116-1号
Tel｜+886-7-6564569 / +886-917-169926
Web｜http://www.go-88.com



スモモ 収穫時期：4-6月

台湾のスモモは約14品種に分かれ、主な品種は赤肉プラムです。栄養素にはナトリウム、カルシウム、リン、鉄分、ビタミンA、C、B1、B2などがあります。果実はハート型で、果皮は赤でわずかに酸っぱさがあります。果肉は血赤色から紫まであり、表面には果粉が鮮明に付着しています。実は一つ一つがぎっしり詰まってジューシーです。色鮮やかで柔らかい果肉が食欲をそそり、甘みの中にも酸っぱさを感じる味わいです。やめられないおいしさのスモモです。

重健康有機農場
Add｜267宜蘭県大同郷松羅村玉蘭46号
Tel｜+886-3-9891239 / +886-933-748080
Web｜FB：https://www.facebook.com/476078399142059

五寮観光果樹園
Add｜237新北市三峡区五寮里時朗路3号
Tel｜+886-930-826018
Web｜https://www.facebook.com/wuliau3

雲也居ーレジャーファーム
Add｜364苗栗県大湖郷果林村9隣6号
Tel｜+886-37-951530
Web｜http://www.dahu.com.tw/cloud/

公老坪農場
Add｜420台中市豊原区水源路坪頂巷12号
Tel｜+886-4-25245907
Web｜http://www.gorop.com.tw

雲清スモモ園
Add｜553南投県水里郷新興村新興巷7号
Tel｜+886-952-758328
Web｜https://www.facebook.com/110171085728739



桃 収穫時期：4-8月

台湾の桃は毎年早春に花が満開になります。柔らかさと鮮やかな色が魅力で、夏には甘く香る水蜜桃が実ります。台湾の水蜜桃は平地種と高山種に分けられます。栽培地域により口当たりも違い、更にはタンパク質、カルシウム、リン、鉄分及びビタミンB、Cを豊富に含みます。果皮にはつやと弾力性があり、うぶ毛がびっしりと生えています。果実はぎっしりと詰まり、濃厚な香り、甘ったるい口当たりが愛されています!

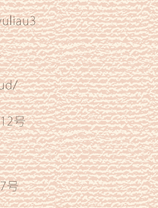
龍園ビニールハウス果樹園
Add｜336桃園県復興郷華陵村11隣145-7号
Tel｜+886-3-3912221 / +886-910-026097
Web｜http://www.5657.com.tw/longyuan

花と果物有機農場
Add｜369苗栗県卓蘭鎮坪林里6隣68-2号
Tel｜+886-922-639130
Web｜https://www.facebook.com/mt.flowersandfruit

新峰農場
Add｜426台中市新社区中和街二段264号
Tel｜10人以下のお問い合わせ先：+886-4-25811938 /+886-4-25824243
団体(10人以上)のお問い合わせ先：+886-919-722929
Web｜https://www.facebook.com/153801327966942

擁葉エコファーム
Add｜423台中市東勢区東崎路三段688巷168号
Tel｜+886-4-25879586 / +886-988-238141
Web｜https://www.facebook.com/YungYamaLeisureFarm.TW

梅嶺福来梅園
Add｜715台南市楠西区湾丘里梅嶺32-3号
Tel｜+886-6-5753658 / +886-958-697995
Web｜http://www.5753658.com



スイカ 収穫時期：4-8月

スイカは甘くてジューシーであり、渇きがいやせる爽やかな味わいで、真夏には最高の果物になっています。更には脂肪とコレステロールがないだけでなく、体に必要な代表的な各種栄養素をほぼ含んでいます。最高の栄養価と清らかさを誇り、一番安全して食べられる食品です。漢方学の学界ではスイカには清熱解暑(体温を下げ夏ばてを防ぐ)、多飲症の治療、利尿、酔い覚ましなどに効果的とされ、熱証、暑熱(夏の暑さによる不調)、多飲症、小便不利、喉の痛み、口腔の炎症、及び酒酔いの治療に使われています。

キス・キス・フルーツファーム
Add｜302新竹県竹北市泰和里1隣環北路一段286巷80号
Tel｜+886-925-070601
Web｜https://www.facebook.com/Kisskissgogo

阿強のスイカ
Add｜981花蓮県玉里鎮三民里台九線282.5k
Tel｜+886-911-333793 / +886-972-950280
Web｜http://www.watermelon.com.tw

花蓮曾おじさんの大スイカ
Add｜975花蓮県鳳林鎮信義路101号
Tel｜+886-988-871885 / +886-988-232292
Web｜http://yummy-888.com

ジャボチカバ 収穫時期：3-4月

キブドウはジャボチカバとも呼ばれ、その昔ブラジルから採り入れた果樹です。普通のブドウと違い、果皮が厚く果肉はプリプリで、口当たりは少しマンゴスチンに似ています。他にも、キブドウの果肉はビタミンC、カルシウム、鉄分、繊維、ビタミンB1などの15種以上の成分を豊富に含み、栄養価がかなり高くなっています。

水寮一方農場
Add｜423台中市東勢区中興里東崎路三段396号
Tel｜+886-987-382916 / +886-920-210383

花現小路果樹園
Add｜541南投県中寮郷龍岩村龍南路160-23号
Tel｜+886-928-993309

ウメ 収穫時期：4月

台湾のウメは主に6品種に分かれ、中部に広がる中央山脈の西側に分布しています。ウメを食べれば、食欲増進、腹部膨満感の解消、酔い覚まし、乗り物酔い・風邪予防などの薬膳効果があります。またウメは酸度が高く、甘さが少ないため、収穫後に果物として新鮮なまま食べることはほとんどなく、大半は梅漬けなどの砂糖漬け加工品にします。

九芎坪果樹園
Add｜553南投県水里郷上安村永安路11号
Tel｜+886-919-838199

張一家の城森林梅園
Add｜556南投県信義郷自強村緑美巷69号
Tel｜+886-953-656777
Web｜http://joycech888.myweb.hinet.net

梅嶺福来梅園
Add｜715台南市楠西区湾丘里梅嶺32-3号
Tel｜+886-6-5753658 / +886-958-697995
Web｜http://www.5753658.com

マルベリー 収穫時期：4月

台湾のマルベリーは品種が126種に上り、山桑、白桑及び魯桑の3系統に分類されます。18種のアミノ酸、多種のビタミンとカロテンなどを含みます。マルベリーは晩春から初夏にかけて実るおいしい果物です。甘酸っぱい口当たり、栄養豊富ー健康増進にはを力強い味方です!

童話村有機リゾートファーム
Add｜269宜蘭県冬山郷広興村梅花路300号
Tel｜+886-3-9613385 / +886-932-090003
Web｜http://www.fairy-story.com.tw

錦普観光果樹園
Add｜264宜蘭県員山郷枕山村枕山路106-2号
Tel｜+886-3-9231427 / +886-920-237543
Web｜https://www.facebook.com/214930875193895

淡水阿輝マルベリー園
Add｜251新北市淡水区北新路一段51号
Tel｜+886-2-26230786
Web｜https://www.facebook.com/403621423095238

十二寮レジャー農園
Add｜315新竹県峨眉郷湖光村13隣21号
Tel｜+886-37-602708 / +886-928-103027
Web｜http://037602708.ehsinchu.tw

張おばさんのレジャーファーム
Add｜840高雄市大樹区興田路116-1号
Tel｜+886-7-6564569 / +886-917-169926
Web｜http://www.go-88.com

スモモ 収穫時期：4-6月

台湾のスモモは約14品種に分かれ、主な品種は赤肉プラムです。栄養素にはナトリウム、カルシウム、リン、鉄分、ビタミンA、C、B1、B2などがあります。果実はハート型で、果皮は赤でわずかに酸っぱさがあります。果肉は血赤色から紫まであり、表面には果粉が鮮明に付着しています。実は一つ一つがぎっしり詰まってジューシーです。色鮮やかで柔らかい果肉が食欲をそそり、甘みの中にも酸っぱさを感じる味わいです。やめられないおいしさのスモモです。

重健康有機農場
Add｜267宜蘭県大同郷松羅村玉蘭46号
Tel｜+886-3-9891239 / +886-933-748080
Web｜FB：https://www.facebook.com/476078399142059

五寮観光果樹園
Add｜237新北市三峡区五寮里時朗路3号
Tel｜+886-930-826018
Web｜https://www.facebook.com/wuliau3

雲也居ーレジャーファーム
Add｜364苗栗県大湖郷果林村9隣6号
Tel｜+886-37-951530
Web｜http://www.dahu.com.tw/cloud/

公老坪農場
Add｜420台中市豊原区水源路坪頂巷12号
Tel｜+886-4-25245907
Web｜http://www.gorop.com.tw

雲清スモモ園
Add｜553南投県水里郷新興村新興巷7号
Tel｜+886-952-758328
Web｜https://www.facebook.com/110171085728739

スイカ 収穫時期：4-8月

スイカは甘くてジューシーであり、渇きがいやせる爽やかな味わいで、真夏には最高の果物になっています。更には脂肪とコレステロールがないだけでなく、体に必要な代表的な各種栄養素をほぼ含んでいます。最高の栄養価と清らかさを誇り、一番安全して食べられる食品です。漢方学の学界ではスイカには清熱解暑(体温を下げ夏ばてを防ぐ)、多飲症の治療、利尿、酔い覚ましなどに効果的とされ、熱証、暑熱(夏の暑さによる不調)、多飲症、小便不利、喉の痛み、口腔の炎症、及び酒酔いの治療に使われています。

キス・キス・フルーツファーム
Add｜302新竹県竹北市泰和里1隣環北路一段286巷80号
Tel｜+886-925-070601
Web｜https://www.facebook.com/Kisskissgogo

阿強のスイカ
Add｜981花蓮県玉里鎮三民里台九線282.5k
Tel｜+886-911-333793 / +886-972-950280
Web｜http://www.watermelon.com.tw

花蓮曾おじさんの大スイカ
Add｜975花蓮県鳳林鎮信義路101号
Tel｜+886-988-871885 / +886-988-232292
Web｜http://yummy-888.com

レンブ 収穫時期：5-7月&11月-翌年3月

蓮霧は、台湾ではほぼ四季を通して食べられ、栄養があっておいしく、ジューシーな果物です。屏東県が最大の産地です。食べ応えがある口当たり、甘みがあります。蓮霧は季節と品種により、見た目が多少違ってきます。例えば、冬には色合いが赤黒色っぽくなり、黒いほど甘みが増します。夏は日照時間が長いために、収穫する蓮霧も成長が速く、色は淡紅色になります。

阿東の蓮霧園
Add｜264宜蘭県員山郷尚徳村大湖208巷56号
260宜蘭市鎮平一路155号
Tel｜+886-3-9288798 / +886-933-143819
Web｜https://www.facebook.com/a0933143819

伝奇教育レジャーファーム
Add｜926屏東県南州郷溪南村大和路1巷201号
Tel｜+886-928-707038

明山有機農園-龔おじさんの蓮霧園
Add｜900屏東市和興里108-7号
Tel｜+886-913-883838
Web｜https://www.facebook.com/gome.88

ライチ 収穫時期：5-8月

台湾の気候は冬・春は乾燥し、夏・秋は雨が多く、ライチの成長に適しています。産地は中南部が中心です。主に、次の品種があります。玉荷包ーこれは肉質が繊細で、さくさく感と爽やかな甘さがあり、ほのかな香りと渋みが特徴です。糯米糍ー果肉が厚く、ジューシーで、蜜のような濃厚な甘さが特徴です。黒葉ー果実と種が大きく、肉質は潤いと柔らかみがあって繊細で、香りは濃厚です。ライチはタンパク質、ビタミン、脂肪、クエン酸、ペクチン及びリン、鉄分など、さまざまな栄養素を豊富に含んでいます。

風谷ライチ観光果樹園
Add｜300新竹市明湖路775巷51-1号
Tel｜+886-919-969898
Web｜http://violaandsky.com/litchi/

公老坪農場
Add｜420台中市豊原区水源路坪頂巷12号
Tel｜+886-4-25245907
Web｜http://www.gorop.com.tw

古早鶏レジャーファーム
Add｜502彰化県芬園郷旧社村彰南路五段451巷36号
Tel｜+886-49-2524362
Web｜https://www.facebook.com/GoodFarmChicken

嘉義大自然レジャー果樹園
Add｜604嘉義県竹崎郷竹崎村中山路39巷3号
Tel｜+886-5-261-3550
Web｜http://blog.xuite.net/lin900908/Natural

仙湖レジャーファーム
Add｜733台南市東山区南勢里賀老寮一隣6-2号
Tel｜+886-6-6863635
Web｜http://www.senwho.com.tw

ブドウ 収穫時期：6-8月&10-12月

台湾で栽培されるブドウは約17種で、主に巨峰ブドウです。ブドウは粒が大きく、硬く丈夫であり、貯蔵で長持ちする果物です。味わいは甘くおいしく、栄養素を豊富に含んでいます。市場には世界各国からの外国産ブドウで溢れているかもしれません。それでも台湾産のブドウのあの芳醇な香り、甘酸っぱいおいしさは、やはりそれらに引けを取りません!

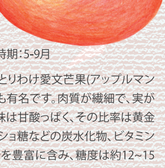
正来聊観光果樹園
Add｜369苗栗県卓蘭鎮(町の名前)は苗140県道30キロ地点に位置し、ちょうど大安溪河堤道路(堤防道路)わきです。921大峡谷入口を過ぎて約2.5キロ進むと左側に果樹園が見えてきます
Tel｜+886-912-609319 / +886-923-596208
Web｜http://0912609319.tranews.com

鎮雄観光果樹園
Add｜369苗栗県卓蘭鎮内湾里東盛26号
Tel｜+886-4-25896225 / +886-937-900886
Web｜http://www.chen-hs.com.tw

新峰農場
Add｜426台中市新社区中和街二段264号
Tel｜10人以下のお問い合わせ先：+886-4-25811938 /+886-4-25824243
団体(10人以上)のお問い合わせ先：+886-919-722929
Web｜https://www.facebook.com/153801327966942

奈米レジャーファーム
Add｜515彰化県大村郷南勢村南二横巷8号
Tel｜+886-4-8539810 / +886-919-327075
Web｜http://blog.yam.com/naimifarm

甘喜農場
Add｜553南投県水里郷上安村白不仔路46之1
Tel｜+886-937-748023
Web｜https://www.facebook.com/gotoeatgrapes



梨 収穫時期：6-9月

「百果の宗(果物の王様)」として慕われるナシは、現在栽培されている品種は14種で、そのうち高接ぎ梨が最も知られています。台湾で栽培される梨は、栽培開始時から収穫期まで常に果実袋で保護されており、農薬などの物質に汚染されることはありません。ナシは香り良く、食べてさくさく感あるおいしさが楽しめるだけではありません。豊富なタンパク質、脂肪、炭水化物、リンゴ酸、クエン酸、果糖、ビタミンB1、B2、Cなども含んでいるのです。

阿宗果樹園
Add｜266宜蘭県三星郷日興三路156号
Tel｜+886-919-311979
Web｜https://www.facebook.com/AZongfarm

錦普観光果樹園
Add｜264宜蘭県員山郷枕山村枕山路106-2号
Tel｜+886-3-9231427 / +886-920-237543
Web｜https://www.facebook.com/214930875193895

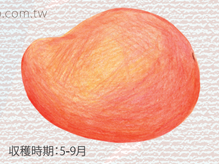
炳智果樹園
Add｜266宜蘭県三星郷天山村3隣下湖路47-52号
Tel｜+886-3-9891080 / +886-917-162208

荳おばさんのレジャー果樹園
Add｜369苗栗県卓蘭鎮西坪里109-20号
Tel｜+886-4-25896923

擁葉エコファーム
Add｜423台中市東勢区東崎路三段688巷168号
Tel｜+886-4-25879586 / +886-988-238141
Web｜https://www.facebook.com/YungYamaLeisureFarm.TW

東新観光果樹園
Add｜423台中市東勢区勢林街約5キロ地点(東勢林場方向へ)
Tel｜+886-4-25885960
Web｜https://www.facebook.com/453974904698818

心禾園
Add｜423台中市東勢区東関路四段528号
Tel｜+886-4-25853541 / +886-935-710069
Web｜http://shinhe.emmm.tw



マンゴー 収穫時期：5-9月

台湾のマンゴーには数多くの品種があり、とりわけ愛文芒果(アップルマンゴー)と金煌芒果(キンゴーマンゴー)が最も有名です。肉質が繊細で、実がぷりぷりして、爽やかでモチモチ感があり、味は甘酸っぱく、その比率は黄金レベルだと言われます。栄養素には、果糖、ショ糖などの炭水化物、ビタミンC、ベータカロテン及びカリウムなどの成分を豊富に含み、糖度は約12~15度です。

心禾園
Add｜423台中市東勢区東関路四段528号
Tel｜+886-4-25853541 / +886-935-710069
Web｜http://shinhe.emmm.tw

小崇の果樹園
Add｜714台南市玉井区中山路55号
Tel｜+886-6-5745847 / +886-980-036320
Web｜http://www.0980036320.com.tw

蜜旺フルーツパラー
Add｜714台南市玉井区望明里53-6号
Tel｜+886-6-5746787 / +886-910-773755
Web｜http://www.miwango.tw

田班長マンゴー園
Add｜715台南市楠西区照興里興北26号
Tel｜+886-912-175631

大坑レジャーファーム
Add｜712台南市新化區大坑里82號
Tel｜+886-6-5941555
Web｜http://www.idakeng.com.tw



ブドウ 収穫時期：6-8月&10-12月

台湾で栽培されるブドウは約17種で、主に巨峰ブドウです。ブドウは粒が大きく、硬く丈夫であり、貯蔵で長持ちする果物です。味わいは甘くおいしく、栄養素を豊富に含んでいます。市場には世界各国からの外国産ブドウで溢れているかもしれません。それでも台湾産のブドウのあの芳醇な香り、甘酸っぱいおいしさは、やはりそれらに引けを取りません!

正来聊観光果樹園
Add｜369苗栗県卓蘭鎮(町の名前)は苗140県道30キロ地点に位置し、ちょうど大安溪河堤道路(堤防道路)わきです。921大峡谷入口を過ぎて約2.5キロ進むと左側に果樹園が見えてきます
Tel｜+886-912-609319 / +886-923-596208
Web｜http://0912609319.tranews.com

鎮雄観光果樹園
Add｜369苗栗県卓蘭鎮内湾里東盛26号
Tel｜+886-4-25896225 / +886-937-900886
Web｜http://www.chen-hs.com.tw

新峰農場
Add｜426台中市新社区中和街二段264号
Tel｜10人以下のお問い合わせ先：+886-4-25811938 /+886-4-25824243
団体(10人以上)のお問い合わせ先：+886-919-722929
Web｜https://www.facebook.com/153801327966942

奈米レジャーファーム
Add｜515彰化県大村郷南勢村南二横巷8号
Tel｜+886-4-8539810 / +886-919-327075
Web｜http://blog.yam.com/naimifarm

甘喜農場
Add｜553南投県水里郷上安村白不仔路46之1
Tel｜+886-937-748023
Web｜https://www.facebook.com/gotoeatgrapes

梨 収穫時期：6-9月

「百果の宗(果物の王様)」として慕われるナシは、現在栽培されている品種は14種で、そのうち高接ぎ梨が最も知られています。台湾で栽培される梨は、栽培開始時から収穫期まで常に果実袋で保護されており、農薬などの物質に汚染されることはありません。ナシは香り良く、食べてさくさく感あるおいしさが楽しめるだけではありません。豊富なタンパク質、脂肪、炭水化物、リンゴ酸、クエン酸、果糖、ビタミンB1、B2、Cなども含んでいるのです。

阿宗果樹園
Add｜266宜蘭県三星郷日興三路156号
Tel｜+886-919-311979
Web｜https://www.facebook.com/AZongfarm

錦普観光果樹園
Add｜264宜蘭県員山郷枕山村枕山路106-2号
Tel｜+886-3-9231427 / +886-920-237543
Web｜https://www.facebook.com/214930875193895

炳智果樹園
Add｜266宜蘭県三星郷天山村3隣下湖路47-52号
Tel｜+886-3-9891080 / +886-917-162208

荳おばさんのレジャー果樹園
Add｜369苗栗県卓蘭鎮西坪里109-20号
Tel｜+886-4-25896923

擁葉エコファーム
Add｜423台中市東勢区東崎路三段688巷168号
Tel｜+886-4-25879586 / +886-988-238141
Web｜https://www.facebook.com/YungYamaLeisureFarm.TW

東新観光果樹園
Add｜423台中市東勢区勢林街約5キロ地点(東勢林場方向へ)
Tel｜+886-4-25885960
Web｜https://www.facebook.com/453974904698818

心禾園
Add｜423台中市東勢区東関路四段528号
Tel｜+886-4-25853541 / +886-935-710069
Web｜http://shinhe.emmm.tw



カンタロープ 収穫時期：6-9月

台湾で栽培されている種類が非常に多く、大まかにはマスクメロン、フユメロン、ハミウリ、マクワウリ(美濃瓜)などの4種に分かれます。果肉は大まかには赤肉、緑肉及び白肉などに分かれます。果実は栄養豊富でタンパク質、脂肪、全糖、カルシウム、鉄分を豊富に含むほかにも、ビタミンCとビタミンAの含有量がとりわけ高く、100グラム当たりで、ビタミンC含有量は30~50mgに達します。満腹感、排便改善、益気(活力促進)、肺熱治療、咳止めの効き目があり、更には暑気払い、ほてりの除去、生津止渇(体を潤わせ渇きを止める)ができ、果物の中の逸品と呼ばれています。

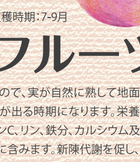
フレンドファーム
Add｜413台中市霧峰区南阡巷69号
Tel｜+886-963-673002
Web｜https://www.facebook.com/good673002

禾果多アグリビジネス工房 (ガーデンファーム)
Add｜503彰化県花壇郷彰員路一段911号旁
Tel｜+886-4-7266110 / +886-978-913125

豊碩果樹園
Add｜608嘉義県水上郷大崙村89-13号
Tel｜+886-5-3714221 / +886-928-700686
Web｜http://www.fongshuo.com.tw

后羿農場
Add｜602嘉義県番路郷民和村客庄72号
Tel｜+886-919-584788
Web｜https://www.facebook.com/701213846581803

元気ハウス温室農場
Add｜822高雄市阿蓮区中路里285-6号
Tel｜+886-921-339614
Web｜https://www.facebook.com/genki2eat



バンレイシ 収穫時期：8月-翌年3月

現在台湾は、バンレイシでは世界最大の栽培面積、そして最高の生産技術と品質を誇る国になっており、台東県卑南郷が最大の産地です。台湾ではバンレイシの品種は、大まかには「大目釈迦(シュガーアップル)」と「鳳梨釈迦(アテモヤ)」に分かれます。シュガーアップルは果肉がプリプリで、酸っぱい中に微かな甘みがあり、パッションフルーツとパイナップルの香りがします。アテモヤはあっさりとした果物らしい香りが特徴で、ざっくり感のある口当たりで、飽きのこない爽やかな甘さです!

釈圓農場
Add｜711台南県歸仁郷信義南路180号
Tel｜+886-6-3306265 / +886-932-772771
Web｜http://skia.google.club.tw/

初鹿椰子林
Add｜954台東県卑南郷明峰村
Tel｜+886-937-612129

都蘭山フラワープランテーション
Add｜950台東市更生北路560巷
Tel｜+886-920-016726
Web｜https://www.facebook.com/976851169049720

台東丫揚の仏心バンレイシランド
Add｜954台東県卑南郷泰安村13隣309号
Tel｜+886-933-756869
Web｜https://www.facebook.com/foresee.farm

春風果樹園
Add｜954台東県卑南郷明峰村忠孝路18隣270巷1号
Tel｜+886-980-455795
Web｜https://www.facebook.com/Mico.cheng.4

バンレイシ 収穫時期：8月-翌年3月

現在台湾は、バンレイシでは世界最大の栽培面積、そして最高の生産技術と品質を誇る国になっており、台東県卑南郷が最大の産地です。台湾ではバンレイシの品種は、大まかには「大目釈迦(シュガーアップル)」と「鳳梨釈迦(アテモヤ)」に分かれます。シュガーアップルは果肉がプリプリで、酸っぱい中に微かな甘みがあり、パッションフルーツとパイナップルの香りがします。アテモヤはあっさりとした果物らしい香りが特徴で、ざっくり感のある口当たりで、飽きのこない爽やかな甘さです!

釈圓農場
Add｜711台南県歸仁郷信義南路180号
Tel｜+886-6-3306265 / +886-932-772771
Web｜http://skia.google.club.tw/

初鹿椰子林
Add｜954台東県卑南郷明峰村
Tel｜+886-937-612129

都蘭山フラワープランテーション
Add｜950台東市更生北路560巷
Tel｜+886-920-016726
Web｜https://www.facebook.com/976851169049720

台東丫揚の仏心バンレイシランド
Add｜954台東県卑南郷泰安村13隣309号
Tel｜+886-933-756869
Web｜https://www.facebook.com/foresee.farm

春風果樹園
Add｜954台東県卑南郷明峰村忠孝路18隣270巷1号
Tel｜+886-980-455795
Web｜https://www.facebook.com/Mico.cheng.4



ブンタン 収穫時期：9-10月

台湾ではユズの品種は麻豆文旦(マドゥブンタン)、白柚、西施柚などの14種にも上ります。そのなかでは台南の「麻豆文旦」が最も有名です。ユズはインスリン様成分を含み、血糖値を下げるので、糖尿病、肥満症の患者には理想的な食べ物です。更にはナリンギンを含み、血液の粘度を下げ、血栓と中風を防ぎます。ブンタンは皮が薄く、果肉は食べた感じ柔らかくジューシーで、爽やかで甘いです。そして甘みの中にも酸っぱさが味わえ、独特の香りを漂わせています。

三富レジャーファーム
Add｜269宜蘭県冬山郷中山村新春二路161巷82号
Tel｜+886-3-9588690
Web｜http://www.sanfufarm.com.tw

東風有機レジャーファーム
Add｜269宜蘭県冬山郷中山村(路)769号
Tel｜+886-3-9587511
Web｜http://www.a222.tw/WebMaster

義芳農場
Add｜368苗栗県西湖郷龍洞村11隣雷公崁9号
Tel｜+886-912-932666 / +886-937-771026
Web｜http://www.yifarm.idv.tw/

古早鶏レジャーファーム
Add｜502彰化県芬園郷旧社村彰南路五段451巷36号
Tel｜+886-49-2524362
Web｜https://www.facebook.com/GoodFarmChicken

興瑞文旦
Add｜978花蓮県壽豊郷豊山村鉛前街34号
Tel｜+886-3-8656922 / +886-910-656922
Web｜http://5way-roselle.weebly.com

ナチュラリズム農園
Add｜950台東市知本路一段915巷235号
Tel｜+886-89-515759
Web｜https://www.facebook.com/maturalism



ローゼル 収穫時期：9-11月

ローゼルは一般的には蜂蜜を加えて煮詰めて花茶にしたり、加工して砂糖漬け、ジャムにしたりして、恋の味わいにもたとえられるその甘酸っぱさを楽しむのです。アントシアニジン、フラボノイド、ポリフェノールを豊富に含み、フェイスケア・美容が行え、血中脂質を調整し、肝臓の健康を保つ作用があります。更には体内のpHのバランスを保ち、健康維持でも最高の効果を示します。

童話村有機リゾートファーム
Add｜269宜蘭県冬山郷広興村梅花路300号
Tel｜+886-3-9613385 / +886-932-090003
Web｜http://www.fairy-story.com.tw

麗野荘園レジャーファーム
Add｜260宜蘭市黎明一路88号
Tel｜+886-3-9371478
Web｜http://www.ctnet.com.tw/liya

富田ハーブレジャーファーム
Add｜335桃園市大溪区福安里3隣埤尾22-8号
Tel｜+886-3-3872540/+886-958-226256
Web｜http://www.tomita.com.tw

五味屋
Add｜974花蓮県寿豊郷豊山村鉛前街34号
Tel｜+886-3-8656922 / +886-910-656922
Web｜http://5way-roselle.weebly.com

ナチュラリズム農園
Add｜950台東市知本路一段915巷235号
Tel｜+886-89-515759
Web｜https://www.facebook.com/maturalism



キウイフルーツ 収穫時期：9月-翌年4月

キウイフルーツはいろいろなビタミンを含んでいます。夏に毎日2つキウイフルーツを食べれば、体内のカルシウム分が補充でき、体の栄養への吸収力が高まり、質の悪い睡眠も着実に改善されます。キウイフルーツにはかすかな酸っぱさがあり、これが適度に腸の蠕動運動を促し、栄養への吸収力を高め、胃腸の膨満感を減らすのです。

雪霸レジャーファーム
Add｜311新竹県五峰郷桃山村民石380号
Tel｜+886-3-5856192
Web｜http://www.sheipa.com.tw



柿 収穫時期：10-12月

台湾の柿は大まかに渋柿と甘柿の2種類に分かれます。渋柿は大きく、形が整っており、渋抜き処理をしてスナックにします。この柿は俗に脆柿と呼ばれます。甘柿は大きく、頂上部にふくよかな丸みがあり少しつぶれた球形です。そして果皮は橙色で、熟すと真紅に変わります。色つやは艶やかで、肉質が繊細であり、さくさくとジューシーで、甘みが強く、口当たりは最高です。甘柿は渋抜きせずに、そのまま食べられます。

摩天嶺甘柿ビレッジ
Add｜424台中市和平区達観里天嶺巷22-1号
Tel｜+886-4-25911743 / +886-910-989542
Web｜https