

2026年1月16日改訂版

阪口珠未と行く台湾食文化ツアー ～日月潭＆南投版～



- ✧ 手作り養生薬膳料理
- ✧ 原住民飲食文化体験
- ✧ お茶摘み、生薬見学



Time is beautiful

鉄美旅行社 TM TRAVEL
Tel 02-7746-7588 Fax 02-2508-1680
台北市中山區建國北路三段96號9樓



【毎日日程】

★ 集合 : 4/17 (金) 松山空港国際線ターミナル入国ロビー 11:30 (台湾時間)

★ おすすめフライト

行き		チャイナエアライン	CI223	羽田空港	07:55	→	松山空港	10:30
帰り		チャイナエアライン	CI222	松山空港	18:05	→	羽田空港	22:15

※羽田空港以外の地方都市空港から、台北桃園空港へフライトされる方へ前泊をご案内します。詳細はお問い合わせください。

○ DAY 1 : 松山空港→奕馨園 茶摘み体験→日月潭~先住民料理

朝食 : X	昼食 : X	夕食 : サオ族料理
宿泊 : 日月潭ホンビンホテル (日月潭鴻賓大飯店)		

【奕馨園 (イーシンユエン)】

奕馨園 (イーシンユエン) は、台湾を代表する茶の産地の南投県名間郷あります。若手茶農・林洋毅氏が経営し、自然農法で山林の生態を守りながら、台湾人の生活に根付いた「お茶文化」を受け継いでいます。ここでは茶葉やコーヒーの生産に加え、台湾ならではの体験型プログラムも楽しめます。笠をかぶって茶園に入り、一心二葉を摘み取る体験は、台湾茶農の「自然を敬う心」を実感できるひととき。その後の揉茶体験では、生葉が萎凋・揉捻を経て形を成す伝統技術を体験し、茶香の奥深さを味わえます。土地と人、そして文化が結びついた、台湾独自の茶旅がここに広がっています。



Time is beautiful

鉄美旅行社 TM TRAVEL
Tel 02-7746-7588 Fax 02-2508-1680
台北市中山區建國北路三段96號9樓



【先住民料理】

日月潭では、美しい湖畔の景色とともに原住民料理を楽しめます。山の野菜や湖の魚を使い、炭火焼きや竹筒蒸し、石鍋料理など伝統的な方法で調理され、素材の味を活かしています。山胡椒やトゲニンジンなどの香り豊かなスパイスが加わり、独特の風味に。湖を眺めながら味わう一皿は、自然と文化を体感できる特別なひとときです。

サオ族は最も早い時期に日月潭に移り住んできた住民です。「サオ族」という族名は、原住民語で元々「人」を意味する「thao」に由来しています。日本統治時代に派遣された学者によって、サオ族語の「ita thao」（我々は人）より「thao」の字を引用して命名され、漢字で「邵」と表記されました。言い伝えによると、サオ族の先祖が狩猟の際白鹿を追っているうちに、魚やエビが豊富に生息する日月潭を見つけ、その後一族をあげてここに移住してきたと言われています。



【日月潭ホンビンホテル】

日月潭の風光明媚な湖畔に位置し、美しい景観と水上スポーツを楽しめる宿泊施設です。静かで優雅なホールに足を踏み入れると、そよ風に運ばれてくる湖水の爽やかな香りが漂ってきます。



Time is beautiful

鉢美旅行社 TM TRAVEL
Tel 02-7746-7588 Fax 02-2508-1680
台北市中山區建國北路三段96號9樓



◆ DAY 2：鹿鳴咖啡莊園→原夢農園→台灣藥膳火鍋料理

朝食：ホテル内	昼食：原夢農園	夕食：台湾薬膳火鍋
宿泊：台中 OKU HOTEL		

【鹿鳴咖啡莊園】

鹿鳴コーヒー莊園は南投県魚池に位置し、台湾農林公司が運営しています。標高 600～700 メートルに約 1 万本以上のコーヒー樹を栽培し、Typica やゲイシャなど多彩な品種があります。草生栽培で季節に合わせて手入れし、収穫は手作業で選別。水洗式・ナチュラル・ハニープロセスで精製し、さらに手作業で選別・焙煎まで行う「自栽・自製・自銷」を徹底しています。高い天井と大きな窓から茶畠と山々を望め、園内には遊歩道や展望デッキもあり、自然とコーヒーを同時に楽しめる人気スポットです。



【原夢農園】

南投県仁愛郷の眉溪部落に位置し、セデック族が経営する観光農園です。部落文化と自然の風土を融合させ、「足るを知る、これが生活の根本」という理念のもとに、地元の旬の食材を活かしています。山野菜、タケノコ、カボチャ、アマランス、小米などを中心に、調味にはマコウ（山胡椒）、トゲニンジン、山当帰など伝統的な香辛料を使用し、素材本来の味わいを大切にしています。

Time is beautiful

鉄美旅行社 TM TRAVEL
Tel 02-7746-7588 Fax 02-2508-1680
台北市中山區建國北路三段96號9樓





【良食煮意有機鍋物】

良食煮意は有機野菜を中心に構成された火鍋料理と、中薬（漢方）を取り入れたスープが特長のレストランです。店内には有機野菜のビュッフェコーナーが設けられており、葉物野菜やきのこ類、豆製品などを自由に選ぶことができます。スープは中薬をベースにした養生系スープや、素材の旨みを生かした澄んだスープが中心で、香りは穏やか、後味もすっきりとした仕上がり。有機野菜に加え、肉類や海鮮を組み合わせることで、全体としてバランスの取れた、質の高い火鍋料理をお楽しみいただけます。



Time is beautiful

鉱美旅行社 TM TRAVEL
Tel 02-7746-7588 Fax 02-2508-1680
台北市中山區建國北路三段96號9樓



【OKU HOTEL】

KU HOTEL は、歴史ある建築を再生し、現代的なデザイン美学を融合させたプレミアムホテルです。旧・櫻田百貨大楼をベースに、国際的なデザインスタジオ HBA によって再構築され、台中旧市街の記憶を空間として表現しています。「旅人のための百貨店」をコンセプトに、吹き抜けのロビーや光と鏡を用いた演出、ヴィンテージ要素を取り入れた共用空間が印象的です。客室はモダンとレトロを調和させた落ち着いたデザインで、快適性と質感を重視した設えとなっています。



Time is beautiful

鉄美旅行社 TM TRAVEL
Tel 02-7746-7588 Fax 02-2508-1680
台北市中山區建國北路三段96號9樓



◆ DAY 3 : 苗栗蘆竹湳古厝(紅龜粿 DIY+用餐)→迪化街生薬見学→夕食~解散式

朝食 : ホテル内	昼食 : 蘆竹南灶腳	夕食 : 不董事主義
宿泊 : ホテルメトロポリタン プレミア 台北		

【蘆竹湳古厝】

蘆竹湳古厝は台湾でも貴重な保存状態を誇る閩南式伝統集落です。清代に福建省漳州から渡來した人々によって開拓され、現在も赤レンガ造りの三合院や細い路地が残り、300年以上続く農村の暮らしの記憶を今に伝えています。本プログラムでは、集落文化を象徴する紅龜粿（ホンクイグエ）づくり体験をご用意しています。紅龜粿は台湾の伝統行事において「幸福・円満・長寿」を象徴する縁起菓子で、米生地を練り、木型で成形する工程を、地元スタッフの指導のもと実際に体験していただきます。単なる料理体験ではなく、台湾の暮らしと信仰に根ざした文化を学ぶ時間となります。

昼食は、集落内の蘆竹湳灶腳にて、地元の家庭料理をご賞味いただきます。旬の食材を使った素朴で温かみのある料理は、かつての農村の日常食を再現したもの。古民家の空間で味わうことで、蘆竹湳の生活文化を五感で感じていただけます。



Time is beautiful

鉄美旅行社 TM TRAVEL
Tel 02-7746-7588 Fax 02-2508-1680
台北市中山區建國北路三段96號9樓



【德利泰中藥材互動體驗館】

德利泰興業有限公司 は、台湾における専門的な中薬材企業で、中薬材の加工・保存・品質管理に長年取り組むとともに、中薬文化の普及にも力を入れています。

見学では、中薬材の実物展示と体験型解説 を中心に、香りを嗅ぐ体験や、形状の比較を通して、中薬材の特徴や違いをわかりやすく学びます。

また、伝統的な薬秤を使った秤量体験や養生茶の紹介 も行われ、中薬が日常生活とどのように結びついているかを、実感を伴って理解できる内容となっています。

【大稻埕・迪化街】

大稻埕は 19 世紀、茶葉や南北雑貨の貿易で栄え、戦後に中心部は「迪化街」と名付けられました。そのため、地元の人は中薬材や年貨を買いに行くときは「迪化街へ行く」と言い、散策や文化体験を楽しむときは「大稻埕へ行く」と表現します。実際には同じ場所ですが、目的によって呼び方が変わるのであります。

街並みはバロック風の赤レンガと閩南式アーケードが融合し、近年は古い建物が文化空間として再生されています。例えば、歴史を感じる郭怡美書店、福山雅治の CM で知られる林五胡祖厝、観光の拠点となる大稻埕遊客中心や南街得意、そして新旧が交わる OLYMPUS PLAZA TAIPEI 大稻埕旗艦店や葉金塗古宅を改装したスターバックスなど。それぞれの空間に個性があり、大稻埕は台北で最も魅力的な旧市街の一つといえるでしょう。



Time is beautiful

鉄美旅行社 TM TRAVEL
Tel 02-7746-7588 Fax 02-2508-1680
台北市中山區建國北路三段96號9樓



【不董主義 台北店】

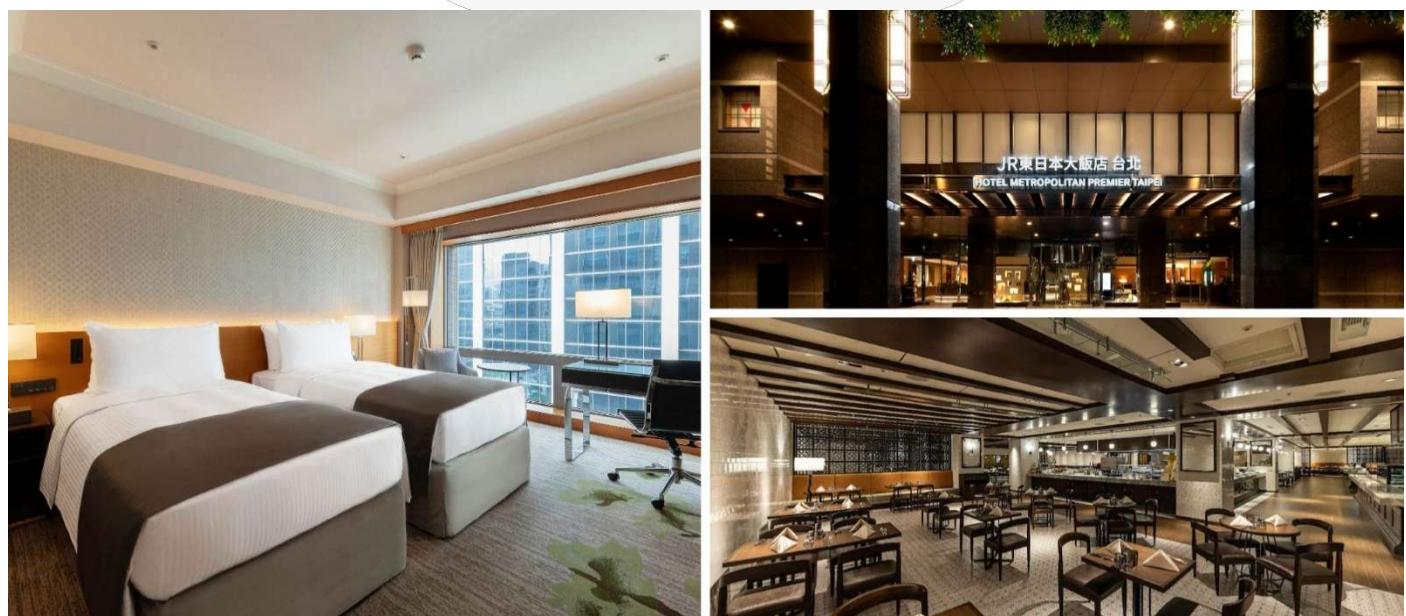
不董主義は「肉料理を中心としない」というコンセプトのもと、植物性食材を主役にした多彩な料理を提供しています。料理は従来の精進料理や素食の枠にとらわれず、新鮮な野菜、きのこ類、豆製品、植物性たんぱく質を活かし、素材の持ち味を引き出す穏やかな味付けが特長です。

主食や鍋料理、複数のサイドメニューなど、構成の幅が広く、現代的な蔬食スタイルを体現した内容です。植物性料理でありながら、食事としての完成度と満足感を大切にしたメニュー設計が印象的です。



【ホテルメトロポリタン プレミア 台北】

JR 東日本グループとしてホテルの海外初出店！木目調の温かみあるエレガントな客室は、デザイン性と機能性を兼ね備え、日本と台湾の文化やテイストを融合させたインテリアの広々とした客室で、お客様をお迎えします。1日の疲れを癒す上質なベッドで、台湾ご旅行中も寛ぎのひと時をお過ごしください。



※本旅行は3日目の夕食後、ホテルに到着した時点で終了となります。

Time is beautiful

鉄美旅行社 TM TRAVEL

Tel 02-7746-7588 Fax 02-2508-1680
台北市中山區建國北路三段96號9樓



◆ DAY 4：各自自由行動



★ スペシャルプレゼント～オリジナル悠遊カード

これ1枚で台湾のバス、高速バス、地下鉄、台铁路線の乗車に使えるのでとっても便利。
交通機関だけでなく、ショッピングや観光施設などでのキャッシュレス決済にも使えちゃう。



★ オプションツアーについて

最終日、市内1日観光など、ハイヤーをチャーターしてのオプショナルツアーも用意しております（1日10時間内）、ご希望の方はお問い合わせください（ツアー中申し込みます）。

★ 現地集合が不安な方へ

スタッフが台北に前泊します。同じフライトと同じホテルをご案内可能です。詳しくはお問い合わせください。

Time is beautiful

鉄美旅行社 TM TRAVEL
Tel 02-7746-7588 Fax 02-2508-1680
台北市中山區建國北路三段96號9樓



■ 旅行代金

● 2025 年薬膳セラピスト会員・および現在薬膳セラピスト講座受講生

→¥185,000 (協会員は同伴 1名まで、上記価格でお申込みできます)

● 漢方キッチンメルマガ・LINE 会員 →¥195,000

● シングルの場合は¥25000 追加

● 最低催行人数 15 人

■ お支払いについて

- お申し込み後、クレジットカード決済のリンクを各個人さま宛にメールにてお送りします。そのリンクよりお支払いください。
- なお、台湾の旅行会社への振り込みのため、海外決済手数料がかかります。(クレジットカード会社により 1.5~3.5 程度)

■ キャンセルポリシー

キャンセルの時期によって、次のキャンセル料がかかります。

- 出発の 21~30 日前まで ... 旅行代金の 10%
- 出発の 11~20 日前まで ... 旅行代金の 20%
- 出発の 4~10 日前まで ... 旅行代金の 30%
- 出発の 1~3 日前まで ... 旅行代金の 70%
- 出発の 当日以降 ... 旅行代金の 100% (全額)

Time is beautiful

鉢美旅行社 TM TRAVEL
Tel 02-7746-7588 Fax 02-2508-1680
台北市中山區建國北路三段96號9樓

