

自 轉 車  
台 灣  
T A I W A N  
旅 行 年



# CONTENTS



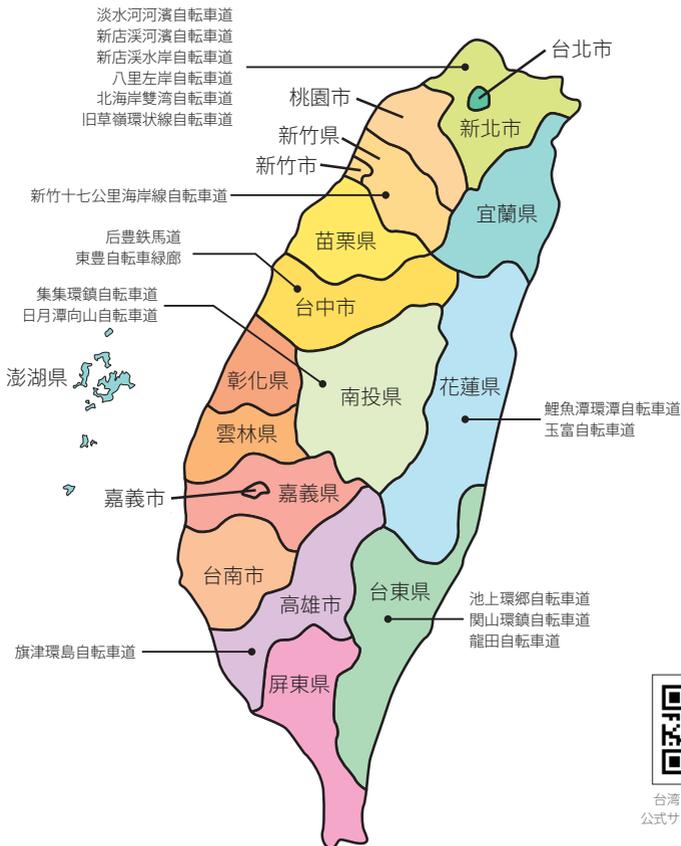
- |                                  |                              |
|----------------------------------|------------------------------|
| <a href="#">02</a> 目次            | <a href="#">20</a> 東豐自転車緑廊   |
| <a href="#">03</a> 台湾全土地図        | <a href="#">22</a> 集集環鎮自転車道  |
| <a href="#">04</a> 淡水河河濱自転車道     | <a href="#">24</a> 日月潭向山自転車道 |
| <a href="#">06</a> 新店溪河濱自転車道     | <a href="#">26</a> 旗津環島自転車道  |
| <a href="#">08</a> 新店溪水岸自転車道     | <a href="#">28</a> 鯉魚潭環潭自転車道 |
| <a href="#">10</a> 八里左岸自転車道      | <a href="#">30</a> 玉富自転車道    |
| <a href="#">12</a> 北海岸雙湾自転車道     | <a href="#">32</a> 池上環郷自転車道  |
| <a href="#">14</a> 旧草嶺環状線自転車道    | <a href="#">34</a> 関山環鎮自転車道  |
| <a href="#">16</a> 新竹十七公里海岸線自転車道 | <a href="#">36</a> 龍田自転車道    |
| <a href="#">18</a> 后豊鉄馬道         | <a href="#">38</a> 交通アクセス    |



# サイクリングで旅する台湾



台湾は沿海部から高山まで変化に富んだ地形に恵まれ、道路環境も整っていることから、サイクリングが盛んです。自転車で旅をする人も多く、近年は台湾本島を自転車で一周する「環島」もブームになっています。また、高級自転車の生産では世界屈指の規模と技術を誇る台湾では、各地に様々な機種をそろえたレンタルショップや公共レンタサイクルがスタンバイしています。鉄道や車では通り過ぎてしまうスポットも、自転車ならゆっくり巡ることができるうえ、少し距離があっても快適にアクセスできます。自転車で、まだ知らない台湾の新しい風景を見つけに出かけましょう。



台湾自転車旅行年  
公式サイト (中国語)

台北市

## 🚲 淡水河河濱自行車道 🚲

台北駅からほど近い淡水河河岸の大稲埕埠頭から、台北市北部の淡水河と基隆河の合流点に位置する社子島島頭公園をつなぐ自転車道。全線にわたって起伏が少なく、緑あふれる河岸の風景を楽しみながら、ゆったりとサイクリングが楽しめるコースです。沿線に人気観光地の迪化街や、ローカルに人気の延三夜市などがあり、気軽に立ち寄ることができます。



路線  
片道  
約19.6km

龍山河濱公園

大稻埕埠頭

社子島島頭公園





## 大稻埕埠頭

清代から日本統治時代にかけて淡水河の水運が盛んだったころ、埠頭周辺は海外に輸出する茶葉や布類の重要な集散地でした。かつて国内外の商船が集まり荷物の積み降ろしを行っていた埠頭は、現在はレジャー用として活用されています。

📍 台北市大同区延平河濱公園



## 迪化街

大稻埕埠頭に隣接する大稻埕エリアは、淡水河の水運により大いに繁栄した港町でした。現在も迪化街一段を中心に、乾物、漢方薬、布地を扱う老舗問屋が多く残っています。レトロな街並みが美しく、街歩きが楽しいエリアです。

📍 台北市大同区迪化街一段



## 延三観光夜市

大稻埕碼頭から自転車道を北上した台北橋そばの延平北路三段にあり、以前は大橋頭夜市と呼ばれていました。MRT大橋頭駅もすぐそばで交通の便が良く、老舗店も多い人気の夜市です。

📍 台北市大同区延平北路三段

台北市

## 🚲 新店溪河濱自轉車道 🚲

MRT萬隆駅に近接する福和河濱公園からMRT龍山寺近くの雁鴨公園を結ぶ自轉車道。コースは新店溪に沿って蛇行しながら緩やかなカーブを描いており、様々な角度から都市と水辺の風景を楽しむことができます。沿線には台湾大学のある公館エリアや師範大学のある古亭エリアが続くため学生が多く、街全体におしゃれな雰囲気を感じられます。



路線

片道  
約9.2km

福和河濱公園

古亭河濱公園

雁鴨公園





## 自来水博物館

MRT公館駅近くの水道博物館。美しいバロック様式の本館は、1908年に建設された台北水道水源地のポンプ室でした。現在も当時の機械類が展示されており、優美なたずまいからウェディングフォト撮影のロケ地としても人気です。

📍 台北市中正区思源街1号  
🕒 9:00-17:00、月曜休館



## 宝藏巖

自来水博物館に隣接するアートビレッジ。元々は丘の斜面に広がる集落で、主に車庫とその家族が暮らしていました。近年は特色ある景観を保存するために建物ガリノベーションされ、アーティストのアトリエやカフェが入居しています。

📍 台北市中正区汀州路三段230巷14弄2号



## 南機場夜市

自転車道終点のある萬華区に入ったら、寄り道して「南機場夜市」へ。日本統治時代に軍用飛行場があったことから「南機場（南空港）」と呼ばれるエリアの夜市で、穴場のグルメスポットです。

📍 台北市中正区中華路二段

新北市

## 🚲 新店溪水岸自転車道 🚲

MRT新店駅そばの碧潭風景区を起点とする環状自転車道。碧潭から左岸を時計回りに北上し、陽光運動公園を経て陽光橋から右岸に渡り、南下して碧潭に戻るコースです。適度な起伏があり、体力増進のためのサイクリングにも最適。逆時計回りでも、また違った角度からの風景が楽しめます。右岸は台北市の新店溪河濱自転車道に接続しています。



路線

一周  
約7.4km

碧潭

陽光運動公園

陽光橋

小碧潭公園

碧潭





## 陽光運動公園

碧潭吊橋から自転車道を約3km北上した地点に位置する大型運動公園。敷地面積は約20haを誇り、陸上トラック、バレーボール場など多彩なスポーツ施設を備えています。草花や野鳥などの自然生態も豊富な市民の憩いの場です。

📍 新北市新店区安業路



## 碧潭風景区

河の流れが穏やかで、水面が青緑の湖のように見えることから「碧潭」と名付けられた景勝地。吊橋や渡し船で対岸に渡ったり、スワンボートで湖面散歩したり、自転車で河岸をめぐるりと、様々なレジャーが楽しめます。

📍 新北市新店区新店路



## 陽光橋

陽光運動公園の優美な曲線を描く白い橋が、環状自転車道の折り返し地点となる陽光橋です。自転車・歩行者専用の景観橋で、対岸の萊茵公園に渡れます。夜間はLED照明のカラフルなライトアップショーが河岸の夜景を照らします。

📍 新北市新店区陽光橋

新北市

## 🚲 八里左岸自転車道 🚲

八里エリアは淡水河の河口に向かって左岸に位置します。「八里左岸自転車道」は、八里渡船埠頭から淡水河沿いに台湾海峡に面した十三行博物館まで続く自転車道。埠頭周辺のにぎやかな商店街を抜けた先には、リゾート感あふれる開放的な空間が広がっています。潮風を感じながら、ゆったりサイクリングを楽しみましょう。



路線

片道  
約4km

八里渡船埠頭

左岸公園

十三行博物館

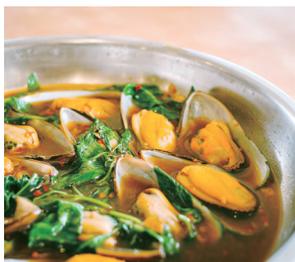




## 八里渡船埠頭

MRT淡水駅から八里へは、渡り船で渡ることができます。10分ほどの船旅では、淡水河の河口、淡水側の陽明山や八里側の観音山、行き交う船などの景観が堪能できます。夕陽が沈むころには河面が黄金色に美しく輝きます。

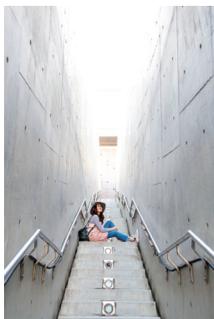
📍 新北市八里区



## 八里渡船頭老街

埠頭の周辺には古くから続く商店街が残っています。老街前の自転車道にはレンタサイクル店が軒を連ねており、手軽にサイクリングにチャレンジできます。ご当地グルメは孔雀蛤（ムール貝）や雙胞胎（ドーナツ）が人気です。

📍 新北市八里区渡船頭街



## 十三行博物館

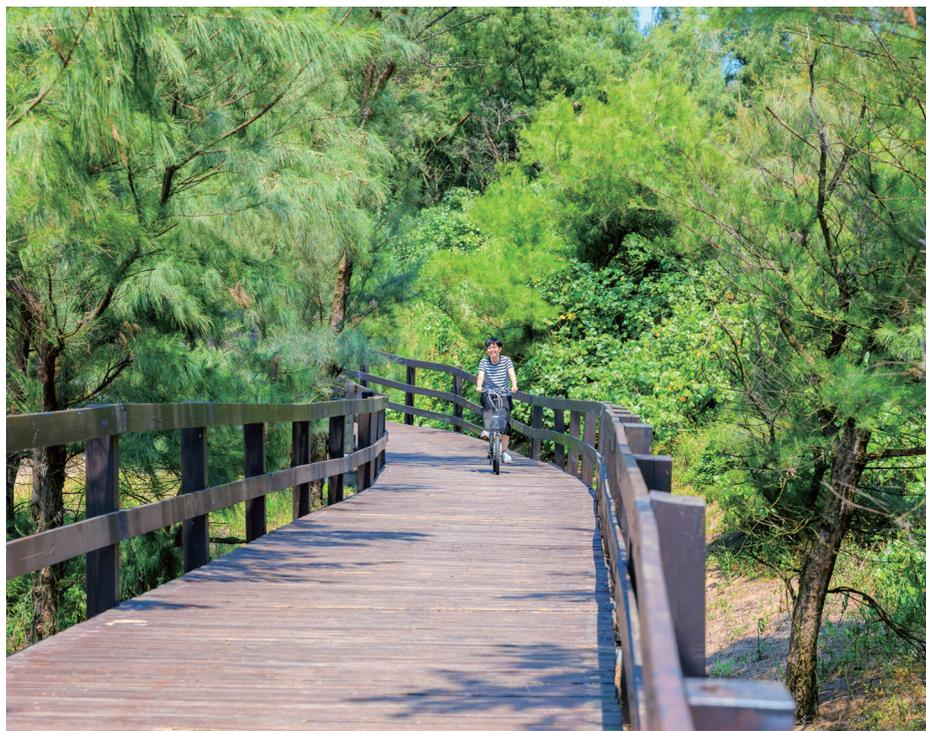
2003年に開館した台湾初の市立考古博物館。出土した先史時代の文物の展示や、十三行文化、円山文化の背景を紹介しています。台湾建築賞を受賞した建物本体の外観がユニークなため、記念撮影に訪れる人が絶えません。

📍 新北市八里区博物館路200号  
🕒 9:30-17:00、毎月第1月曜休館  
💰 NT\$80 🌐 [www.sshm.ntpc.gov.tw](http://www.sshm.ntpc.gov.tw)

新北市

## 🚲 北海岸雙灣自転車道 🚲

新北市北部の沿岸部、三芝区の浅水湾から石門区の白沙湾まで海岸沿いにのびる自転車道。約8kmのコース内には、ビーチ沿いを走るエリアや、緑に囲まれた木道を進むエリアなど、表情豊かな風景が続き飽きることがありません。浅水湾と白沙湾周辺には眺めの良いおしゃれなカフェも多く、夕方にカフェから夕陽を眺めるのもおすすめです。



路線

片道  
約8km

浅水湾

麟山鼻

白沙湾





## 麟山鼻

歩道や板張りの木道を設けた麟山鼻は木々が鬱蒼と茂り、自然生態が豊富で風景が美しい場所です。また火山遺跡「安山岩」が積み重なって形成された風稜石地形が見られ、夕日の観賞にも絶好の場所です。

📍 新北市石門区



## 浅水湾

空につながる美しい海岸となだらかな砂浜があり、波打際の散歩を楽しみ、美しい夕日を観賞することができます。近隣にある個性的なカフェやレストランから海を眺め、休憩するのもおすすめのスポットです。

📍 新北市三芝区



## 白沙湾

麟山鼻と富貴角の二つの岬に囲まれた半月状の湾。1kmに渡って続く白く美しい砂浜は、波で打ち上げられたサンゴや貝殻からできています。海水浴やサーフィンなどを楽しむ人で夏は特ににぎわいます。

📍 新北市石門区



新北市

## 🚲 旧草嶺環状線自転車道 🚲

台湾東部の台湾鉄道福隆駅から全長20kmを一筆書きに走る自転車道。沿道に青々とした太平洋と緑の山が接する絶景が続く最高のサイクリングスポットです。福隆駅前にはレンタサイクル店が並んでおり、一般の自転車や電動自転車を好みで選べます。勾配がきつめの場所もあるため、全行程を走るなら電動自転車をレンタルするのがおすすめです。



路線

一周  
約20km

福隆駅

旧草嶺隧道

卯澳漁港

福隆駅





## 旧草嶺隧道

最初のスポットは、日本統治時代に建設され、2007年に自転車専用トンネルとして再生された鉄道トンネル「旧草嶺隧道」。全長2kmあまりのトンネルを抜けると、太平洋に浮かぶ亀山島まで見渡せる絶景が広がっています。

📍 新北市貢寮区福隆里



## 卯澳漁村

旧草嶺隧道から約8.5kmの入り江に位置する卯澳漁村には、100年の歴史を数える石造りの古民家が残っています。石を規則正しく並べた「平行積み」は裕福な家で、ランダムな「乱積み」の家は一般の家だったといわれています。

📍 新北市貢寮区福連里



## 福隆便當

台湾各地の駅弁のなかでも、高い知名度を誇るのが「福隆便當」です。おかずの基本は豚の角煮や煮卵ですが、お店によって味わいも異なるため、いろいろ食べ比べてみるのも楽しいでしょう。

## 新竹市



## 新竹十七公里海岸線自転車道



新竹市北端の南寮漁港から南端の香山区南港まで17kmの海岸線を走る「新竹十七公里海岸線自転車道」は、沿線に美しい海岸線、マングローブの森、風力発電の風車などの美しい風景が続く人気コース。漁港で新鮮な海鮮を味わったり、ビーフンを製造している観光農園に立ち寄ったり、楽しさいっぱいのサイクリングの旅に出かけましょう！



路線  
片道  
約17km

南寮漁港

看海公園

香山沙丘

十七公里自転車道終点





## 南寮漁港漁産直銷中心

南寮漁港のほとりにつつ観光直売センター。1階には地元や台湾各地から集まった魚介類のほか、茹でたてのイカ、揚げたてのさつま揚げなど、買ってすぐに食べられる総菜もあります。2階の食堂街も見逃せません！

📍 新竹市北区新港三路1-9号

🕒 8:00-21:00



## 香山湿地

総面積が1768haにもおよぶ国の重要湿地。生態保護のため湿地への立ち入りは不可ですが、全長250mの「賞蟹歩道」の上から湿地に飛来する水鳥や砂地にうがたれた蟹の巣穴などを観察できます。夕日の美しさでも有名です。

### 香山湿地 賞蟹歩道

📍 新竹市香山區中華路5段320巷55-1号

🕒 夏季9:30-18:30、冬季8:30-17:30、火曜・強風時閉鎖



## 老鍋休閒農莊

「老鍋休閒農莊」は、新竹名物のビーフン「米粉」がテーマの観光レジャー農園。ビーフンの歴史や製造過程の紹介コーナーや食堂のほか体験教室もあり、ビーフンや客家の餅料理のDIYが楽しめます。完成したビーフンはお土産にぴったり！

📍 新竹市香山區西濱路六段569号

☎ 03-537-3075

🕒 8:30-17:00、水曜定休

💰 入園無料、DIY要別途料金

🌐 [oldpot.com.tw](http://oldpot.com.tw)

台中市

## 🚲 后豐鉄馬道 🚲

台湾鉄道台中線の旧線区間「旧山線」の廃線路を整備した自転車道は、田園風景や鉄道遺産が続く人気のコースです。台湾鉄道后里駅そばの后里馬場からスタートして、旧鉄道九号隧道を抜け、大甲溪鉄橋を渡ります。大甲溪を越えると、もう一つの自転車道「東豊自転車緑廊」に接続しており、台中市東勢区まで足をのびすこともできます。



路線  
片道  
約4.6km

后里馬場

大甲溪鉄橋

国号4号線東側高架橋





## 九号隧道

日本統治時代の1908年に竣工した台湾鉄道旧山線のトンネルで、100年を超える台湾鉄道の歴史が感じられるスポットです。全長約1.2kmのトンネル内は照明や通風施設が設置されており、自転車で安全に走行できます。

📍 台中市后里区

🕒 4月-9月6:00-19:00、10月-3月6:00-18:00



## 大甲溪鉄橋（花樑鋼橋）

九号隧道と同年に完成した旧山線の鉄橋で、全長は約380m。もとの線路が取り外されたあとに鋼板が敷かれ、自転車道に生まれ変わりました。鉄橋の上からは、広々とした大甲溪の渓谷美を間近で堪能できます。

📍 台中市后里区

#一足のばして



## 泰安鉄道文化園区

后里駅の北東2.7kmに位置する旧山線の旧泰安駅は、敷地内が鉄道文化園区として整備されています。現存する駅舎は、1935年の大地震後に再建された西洋式建築で、改札からホームへ続く防空壕式トンネルに特徴があります。

📍 台中市后里区泰安里福興路52号

台中市

## 東豊自転車緑廊

台湾で初めて鉄道廃線路を改修して造られた自転車道で、前身は台中市豊原区から東勢区までを結んでいた台湾鉄道旧東勢支線。緑のトンネルを思わせる美しい並木道沿いに、のどかな田園風景や大甲溪の溪谷美、廃駅や鉄橋などの鉄道遺産、客家の古民家など、趣のある景観が続きます。自転車道の起点は后豊鉄馬道と接続しています。



路線

 片道  
約12km

国号4号線東側高架橋

石岡水壩

東勢客家文化園區



## 石岡水壩

1977年に完成した大甲溪のダム。豊水期には水をたたえたダム湖に周囲の山々の緑が映え、美しい景観を作り出しています。自然豊かなダム周辺は、コサギ、イワシャコなどの鳥類が観察できるバードウォッチングの名所でもあります。

📍 台中市石岡区豊勢路1238号



## 石岡駅

休憩所になっている旧駅ホーム跡から東に160mほどの線路跡には、台湾鉄道の引退車両が2両保存されています。ここには駅ホームのように「0 蛋月台（零擔の発音から小売りの意）」と書かれた駅名標が置かれており、人気の記念撮影スポットになっています。

📍 台中市石岡区



## 豊原廟東夜市

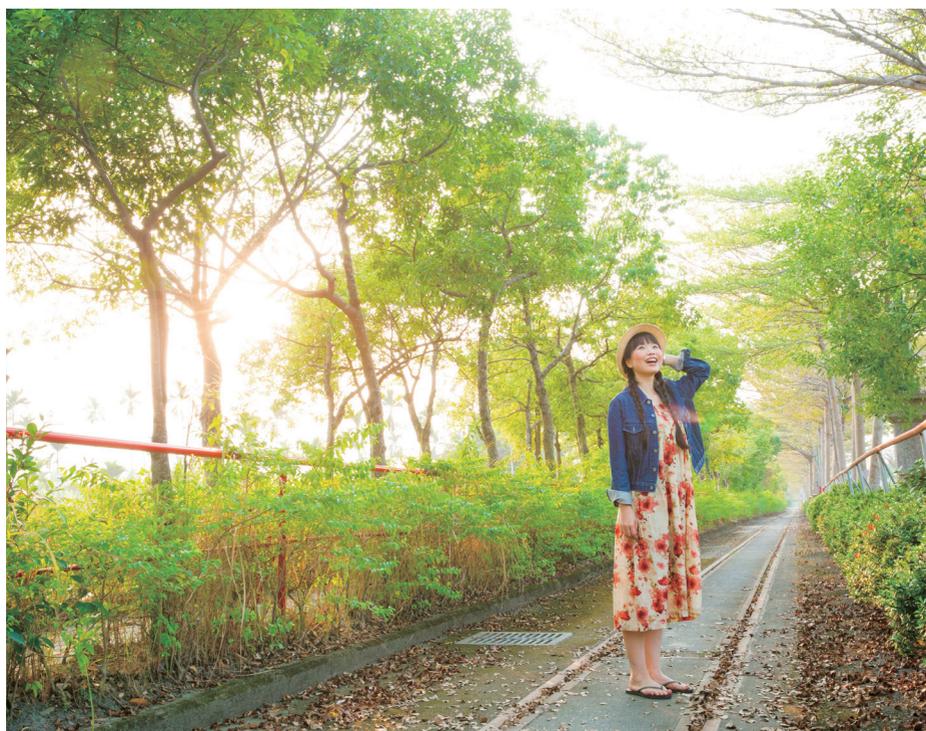
自転車道起点から南に約3kmの台湾鉄道豊原駅近くに位置し、昼から営業している夜市。蒸栗のような食感のヒシの実にドーナツ生地をからめて揚げた「菱角酥」や、スープ麺に骨付き肉のから揚げをのせた「排骨酥麵」は必食です。

📍 台中市豊原区中正路

南投県

## 🚲 集集環鎮自転車道 🚲

台湾鉄道二水駅を起点とする全長約30kmの集集線は、台湾鉄道で最も長い支線。支線名になっている集集鎮は、緑豊かな小さな町です。「集集環鎮自転車道」は、集集駅を起点に観光地を結ぶ環状自転車道。全体に起伏が少なく平坦なコースなので、サイクリングしながらのんびり観光も堪能できます。ローカル線と自転車の旅を楽しみましょう。



路線  
一周  
約1.8km

集集駅

軍史公園

武昌宮

集集駅





## 武昌宮

921大地震により倒壊した本殿が永久保存されている震災遺跡として知られる廟。地震の際、信者によって本殿の中から救い出された主神上帝公神像は、いまでも髭が伸び続けているとされ、霊験あらたかであると崇められています。

📍 南投県集集镇八張街181号



## 集集駅

日本統治時代の1933年に建てられた総ヒノキ造りの駅舎は、集集線を代表するランドマーク。1999年の921大地震により倒壊してしまいましたが、のちに元の姿に修復再建されました。駅前では引退した蒸気機関車が駅と街を見守っています。



## 集集バナナ

集集镇は日本統治時代から続くバナナの名産地。かつては日本の天皇に献上されていた歴史もある集集産バナナは、もちりとして深い味わいがあります。バナナの加工品も多く、お土産にはバナナエッグロール「香蕉蛋捲」が人気です。

## 南投県



## 日月潭向山自転車道



南投県の景勝地「日月潭」は台湾最大の淡水湖で、サイクリングやクルーズなど、バラエティに富んだ旅が楽しめる台湾有数の観光スポットです。サイクリングのおすすめは、水社ビジターセンターから向山ビジターセンターを結ぶ「向山自転車道」。途中400mほどが湖上歩道となっており、水際の美しい景色を眺めながらサイクリングが楽しめるコースです。



路線

片道  
約3.4km

水社ビジターセンター

水社水壩

向山ビジターセンター





## 水社埠頭

バスターミナルやホテルが集まるエリアに位置する水社埠頭からは、伊達邵埠頭、玄光埠頭を結ぶ観光船が運行されています。天気の良い日にはぜひ、山と湖が織りなす美しい景色を鑑賞する水上の旅に出かけてみましょう。

📍 南投県魚池郷



## 水社壩

日本統治時代に建設されたアースダム。水岸の木道には欄干がないため、日月潭に包み込まれるような景色が楽しめます。木道沿いの道路北側は急勾配の斜面になっており、ここが堰堤の上部であることがわかります。

📍 南投県魚池郷



写真提供：九族文化村

## #一足のぼして

### 九族文化村

伊達邵埠頭で船を降りたら、日月潭ロープウェイで台湾原住民族のテーマパーク「九族文化村」へ。各種アトラクションのほか、毎日上演している台湾原住民族の歌やダンスのショーも見逃せません。

#### 日月潭ロープウェイ

- 🕒 月曜土曜10:30-16:00、日曜・祝日10:00-16:30
- 💰 ロープウェイのみの往復NT\$300
- 🌐 [www.ropeway.com.tw/index.aspx?lang=JP](http://www.ropeway.com.tw/index.aspx?lang=JP)
- ※ロープウェイ往復チケットでの九族文化村入園不可
- ※九族文化村入園チケットには日月潭ロープウェイ料金込み

#### 九族文化村

- 📍 南投県魚池郷大林村金天巷45号
- 🕒 月曜-金曜9:30-17:00、土曜・日曜・祝日9:30-17:30
- 💰 大人NT\$850、学生NT\$750、子供NT\$650
- 🌐 [www.nine.com.tw](http://www.nine.com.tw)
- ※チケット販売は15:00まで

高雄市

## 🚲 旗津環島自転車道 🚲

旗津島は、高雄港の西に浮かぶ細長い島。高雄市街地からはフェリーや地下トンネルで渡ることができます。フェリー乗り場周辺で自転車を借りたら、島を一周するサイクリングに出かけましょう。沿線には古い廟や灯台、海水浴場、漁港などが点在しており、歴史スポットとグルメが一度に楽しめる魅力的な自転車道となっています。



路線

一周  
約17km

渡船埠頭

旗津灯台

第二港口信号台

渡船埠頭



## 旗津フェリー

旗津へはMRTとフェリーを組み合わせれば手軽にアクセスできます。MRT 西子湾駅から徒歩10分ほどの埠頭「鼓山輪渡站」からフェリーに乗船すると5分ほどで旗津に到着できます。夕方なら海上から美しい夕陽も眺められます。



## 旗後灯台（高雄灯台）

旗後山の山頂にたつ純白の灯台からは、高雄港が一望できます。もとは1883年に英国人が建てた灯台で、現在の建物は1918年に建造されました。灯台の高さは15.2mで、中央の八角形のドームが優美なたたずまいをみせています。

📍 高雄市旗津区旗下巷34号



## 旗津老街

旗津の埠頭前から始まる商店街には海鮮レストランがずらりと並んでおり、水揚げされたばかりの新鮮な海の幸を思う存分堪能できます。イカやカニを焼く屋台で好きなものを買って食べ歩くのも楽しいでしょう。

📍 高雄市旗津区廟前路

花蓮県

🚲 鯉魚潭環潭自転車道 🚲

台湾東部の花蓮県寿豊郷は溪流が多く、緑と水辺の風景が美しい土地。台湾鉄道寿豊駅から車で15分ほどの「鯉魚潭」は、山水の風光明媚な風景が楽しめる観光スポットで、サイクリングやスワンボートなどのアクティビティが人気です。湖畔を巡る自転車道は1時間もあれば一周できるので、水辺の風景を楽しみながら自転車で走ってみましょう。



路線

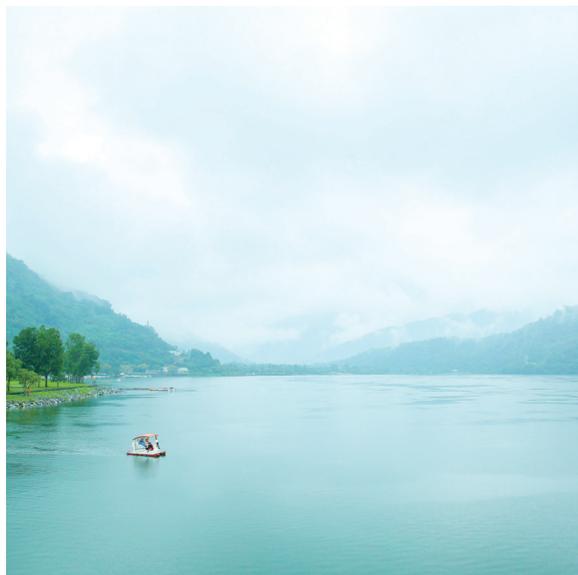
一周  
約5km

鯉魚潭ビジターセンター

東北埠頭

鯉魚潭ビジターセンター





## 鯉魚潭

湖面面積が100haを超える台湾東部最大の  
内陸湖。スワンボートやサイクリングで、  
水陸から山紫水明の絶景を満喫できます。  
毎年4月から5月にはホタルが繁殖シーズ  
ンを迎え、夜になると暗闇の中をホタルが星  
のように舞い踊ります。

### 鯉魚潭ビジターセンター

📍 花蓮県寿豊郷池南村環潭北路100号  
🕒 8:30-17:30

## #一足のばして



## 立川漁場

黄金シジミの養殖と加工で有名なレジャー  
漁場。清らかな天然水で育ったシジミは、  
豊富なビタミン、カルシウムを含み、非常  
に美味なことで知られています。屋外でシ  
ジミ採りにチャレンジしたら、レストラン  
でシジミを味わいましょう。

📍 花蓮県寿豊郷魚池45号

🕒 8:00-20:00、シジミ採り体験8:00-17:00

💰 入園無料、シジミ採り体験1人NT\$120

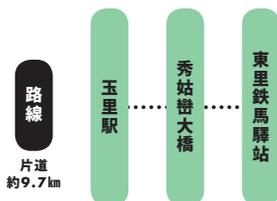
🌐 [www.lichuan.tw](http://www.lichuan.tw)



花蓮県

🚲 玉富自転車道 🚲

花蓮から台東にかけて南北に細長くのびる平野を「花東縦谷」といい、海岸山脈と中央山脈にはさまれた平野と山脈の高低差は2000mにもおよびます。縦谷南部の「玉富自転車道」は、1989年まで台湾鉄道玉里駅から安東駅（現在は廃止）を結んでいた旧線路跡を利用しています。玉里駅そばから東里旧駅まで続く美しい田園風景に癒されるスポットです。





## 秀姑巒大橋

自転車道最大の見所は、「秀姑巒大橋」上にあるユーラシアプレートとフィリピン海プレートの境界線。二つのプレートをまたぐ自転車道は世界でもここだけという珍しいスポットです。急峻な山脈を生み出す大地の力を感じてみましょう。



## 玉里麵

玉里ローカルのソウルフードといえるご当地麵。細めのモチモチした麵に豚肉のスライスとモヤシのほか、揚げたネギ、セロリなどをトッピングしたシンプルな麵です。汁なし麵と豚骨スープの汁麵が選べます。



## 東里鉄馬驛站

自転車道終点に位置する東里旧駅の施設を改装したサイクリングステーション。ホームには自転車のオブジェが置かれ、風景に詩情を添えています。周囲の稲田は、春夏には緑の絨毯に変わり、初夏と晩秋には黄金色に染まります。

📍 花蓮県富里郷東里村大莊38号

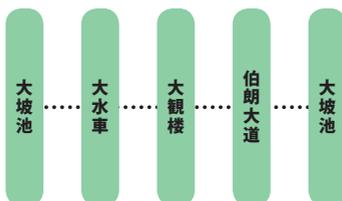
台東県

🚲 池上環郷自転車道 🚲

花東縦谷の南端にあたる台東県池上郷は、台湾有数の米どころとして知られています。池上でのアクティビティはサイクリングがおすすめです。台湾鉄道池上駅を中心とした池上エリア全体を巡る「池上環郷自転車道」は、周辺に雄大な山稜と見渡す限りの水田が続く自転車道。沿路には両側に電線も建物もない一帯もあり、開放的な景観が広がります。



路線  
一周  
約29.8km





## 伯朗大道

池上駅から南に4km程の水田を走る道路は、缶コーヒー「伯朗咖啡（ブラウンコーヒー）」のCMロケ地となったことで「伯朗大道」と呼ばれるようになりました。エバー航空のCMで金城武さんが休憩したアカギの樹も「金城武の樹」として人気スポットになっています。

📍 台東県池上郷



## 大坡池

池上駅と伯朗大道の間に位置する「大坡池」は、台湾では珍しい内陸の天然湿地。台湾最大規模の蓮池としても有名で、夏季には竹の筏に乗って蓮畑に分け入り、蓮の葉や花を採取するツアーが人気を博しています。

📍 台東県池上郷

## 池上飯包文化故事館

台湾を代表するブランド米「池上米」をつめた「池上飯包」は、池上に来たら必食のご当地弁当です。池上飯包の歴史を伝える博物館の「池上飯包文化故事館」では、引退した台湾鉄道の車両の中で出来立てのお弁当を食べられます。

📍 台東県池上郷孝路259号

🕒 8:00-21:00



台東県

## 🚲 関山環鎮自転車道 🚲

関山は、池上米にならぶブランド米「関山米」の産地。「関山環鎮自転車道」は台湾初の自転車専用道路です。「親水段」と「親山段」の二つに分かれたコースでは、季節ごとに様々な表情を見せる農村風景に出逢えます。自然や文化を満喫できる美しいサイクリングロードを目指して、国内外から多くのサイクリング愛好家が訪れます。



路線  
一周  
約15.2km

親水公園

紅石溪

縦関日月亭

親水公園





### 関山親水公園

自転車道のスタート地点となる公園は、34haの敷地を誇ります。園内には自然の湧き水が流れ、水遊びエリアでは各種水遊びが楽しめるほか、緑豊かな人口湖は絶好のバードウォッチングスポットとなっています。

📍 台東県関山镇隆盛路1号  
🕒 7:00-17:30 🏠 NT\$50



### 関山警察局・史蹟文物館

台東県警察局関山分局内にある、日本統治時代に建てられた和風建築の事務所を利用した資料館。日本統治時代から現代までの現地警察の写真や制服、銃、手錠、通信機器などの貴重な歴史資料が展示されています。

📍 台東県関山镇中正路27号  
🕒 火曜-日曜 10:00-11:00、  
15:00-16:00、月曜・特定祝日休館



### 関山便當

米どころ関山の白米を、おかずと一緒に木箱につめた昔懐かしいお弁当。当初は駅のホームで売られており、弁当売りは多くの旅人が楽しみにしていた旅の風物詩でした。現在は駅周辺のお店で味わうことができます。

台東県

## 🚲 龍田自転車道 🚲

台湾鉄道鹿野駅にほど近い台東県鹿野郷龍田村は、碁盤の目の道路と田畑が広がるのどかな村。日本統治時代には3000人を超える日本人が暮らした台東最大規模の日本人移民村でした。いまでも龍田村の道路は碁盤の目状になっており、当時の面影がうかがえます。パイナップル畑や茶畑が続くのどかな村を自転車でゆっくり巡りましょう。



路線  
一周  
約7.2km

阿度の店(自転車店)

龍田綠色隧道

桐花大道

阿度の店





## 龍田村

自転車で村を巡れば、緑のトンネルや開放的な草原が清清しく、基盤の目の通り、旧小学校の校長宿舎や再建された鹿野神社など、日本統治時代の名残が田舎へ帰ってきたような懐かしさを感じさせてくれます。

📍 台東県鹿野郷龍田村



## 紅烏龍茶

鹿野郷を中心に栽培されている紅烏龍茶は、2008年に市場デビューした比較的新しい品種。発酵度が高く、色はオレンジ寄りのルビー色で、蜜を感じさせる甘みと香り、烏龍茶らしさを併せ持つ美味しいお茶です。



## #一足のはして



## 台湾国際バルーンフェスタ

龍田村北側に位置する鹿野高台の夏の風物詩で、毎年国内外から多くの観光客が訪れます。カラフルな熱気球が高台を埋め尽くす様子は圧巻の一言。昼間の気候条件が合えば体験飛行も可能で、夜間ライトアップや音楽イベントも人気です。

📍 台東県鹿野郷高台路46号

🇹🇼 台東県政府 [balloontaiwan.taitung.gov.tw/zh-tw](http://balloontaiwan.taitung.gov.tw/zh-tw)



## 🚲 交通アクセス 🚲



### 台湾鉄道

列車は等級によって区間車（普通）・復興号（快速）・莒光号（急行）・自强号（特急）などに分かれています。台湾本島を周回する本線のほか、集集線・平溪線・内湾線などのローカル線もあります。3日券、5日券、4人同行券の3種類のTR-PASSや、各ローカル線・エリア限定周遊券も発売しています。一般乗車券は日本からも日本語でオンライン予約が可能です。



台湾鉄道  
日本語サイト



### 台湾高速鉄道

最高時速300kmで、台北と高雄を最速1時間半で結んでいます。座席は指定席と自由席に分かれています。駅の窓口・自動券売機・インターネット・コンビニエンスストア・スマートフォンから切符を購入できます。日本からも日本語でオンライン予約が可能です。



台湾高速鉄道  
日本語サイト



### 高速バス・台湾好行

台湾の主要都市間を結ぶ長距離高速バスは、深夜も含め路線が多彩で料金も安価です。通常予約なしに利用できますが、旧正月期間は予約をおすすめします。また、観光スポットを結ぶシャトルバス「台湾好行」は、台湾鉄道・台湾高速鉄道の主要駅と周辺の観光スポットを結んでおり、個人旅行者が地方観光を楽しむ心強い味方となっています。



台湾好行



### 公共レンタサイクル

各地の自転車道付近には一般のレンタサイクル店があることが多く、観光客も手軽にサイクリングが楽しめます。全国最大規模の公共レンタサイクルのYouBikeは、台北市、新北市、桃園市、新竹市、新竹科学工業園區、苗栗県、台中市、彰化県、嘉義市、高雄市等で利用できます。



YouBike

# Taiwan

THE HEART OF ASIA

## 台湾観光局

- ▶ 東京事務所  
〒105-0003 東京都港区西新橋1-5-8川手ビル3階  
TEL (03)3501-3591
- ▶ 大阪事務所  
〒530-0047 大阪市北区西天満4-14-3 リゾートトラスト御堂筋ビル6階  
TEL (06)6316-7491

---

2021年1月発行

- ▶ 指導・発行／台湾観光局
- ▶ 企画・制作／視野創異行銷

---

著作権 © 2021 交通部観光局 本冊子の著作権は台湾交通部観光局に帰属します。記事・画像等の無断転用はできません。



自 轉 車

台 灣

T A I W A N

旅 行 年