



2024 春季号

# TAI<sup>台</sup>PEI<sup>北</sup>

緑のライフスタイルを生活する  
カバーストーリー  
春の陽明山と緑の癒やし

# TAIPEI 台北

## PICK UP POINTS

本誌は以下の場所で無料で配布しています。

台北市政府観光傳播局 /  
台北市觀光傳播局  
Department of Information and  
Tourism, Taipei City Government  
☎ (02)2720-8889 / 1999 内線 7564  
〒 台北市市府路 1 号 4 階

台湾桃園國際空港第一ターミナル 到着  
ロビーのトラベルサービスセンター  
Tourist Service Center at Arrival Lobby,  
Taiwan Taoyuan International Airport  
Terminal 1  
☎ (03)398-2194  
〒 桃園市航站南路 15 号

台湾桃園國際空港第二ターミナル 到着  
ロビーのトラベルサービスセンター  
Tourist Service Center at Arrival Lobby,  
Taiwan Taoyuan International Airport  
Terminal 2  
☎ (03)398-3341  
〒 桃園市航站南路 9 号

松山車站 / 松山駅  
Songsshan Station  
☎ (02)2767-3819  
〒 台北市松山路 11 号

南港車站 / 南港駅  
Nangang Station  
☎ (02)2783-8645  
〒 台北市南港路 1 段 313 号

美國在台協會 / アメリカ在台湾協会  
American Institute in Taiwan  
☎ (02)2162-2000  
〒 台北市金湖路 100 号

遠企購物中心 /  
遠企ショッピングセンター  
Taipei Metro the Mall  
☎ (02)2378-6666 内線 6666  
〒 台北市敦化南路 2 段 203 号

國語日報語文中心 /  
国語日報語学センター  
Mandarin Daily News  
(Language Center)  
☎ (02)2341-8821  
〒 台北市福州街 2 号 2 階

台北松山機場 / 台北松山空港  
Taipei Songshan Airport  
☎ (02)8770-3430  
〒 台北市敦化北路 340-9 号

榕錦時光生活園區 /  
榕錦時光生活園區  
Rongjin Gorgeous Time  
☎ (02) 2321-8896  
〒 台北市金華街 167 号

台北美國學校 / 台北アメリカンスクール  
Taipei American School  
☎ (02)2873-9900  
〒 台北市中山北路 6 段 800 号

國立中正紀念堂 / 国立中正紀念堂  
National Chiang Kai-shek  
Memorial Hall  
☎ (02)2343-1100  
〒 台北市中山南路 21 号

台北當代藝術館 / 台北当代芸術館  
Museum of Contemporary Art  
(MoCA), Taipei  
☎ (02)2552-3721  
〒 台北市長安西路 39 号

市長官邸藝文沙龍 /  
市長官邸アートサロン  
Mayor's Residence Arts Salon  
☎ (02)2396-8198  
〒 台北市徐州路 46 号

寶藏巖國際藝術村 / 宝蔵巖国際芸術村  
Treasure Hill Artist Village  
☎ (02)2364-5313  
〒 台北市汀州路 3 段 230 巷 14 弄 2 号

新富町文化市場  
U-mkt (Xinfu Market)  
☎ (02)2308-1092  
〒 台北市三水街 70 号

交通部觀光署旅遊服務中心 /  
交通部觀光署トラベルサービスセンター  
Travel Service Center, Tourism  
Administration, MOTC  
☎ (02)2717-3737  
〒 台北市敦化北路 240 号

台北之家  
Taipei Film House  
☎ (02)2511-7786  
〒 台北市中山北路 2 段 18 号

台北市政府秘書處市民服務組 /  
台北市役所秘書処市民サービスカウンター  
Information and Assistance Division,  
Secretariat, Taipei City Government  
☎ (02)2720-8889 / 1999 内線 1011  
〒 台北市市府路 1 号

士林官邸  
Chiang Kai-shek  
Shilin Residence  
☎ (02)2883-6340  
〒 台北市福林路 60 号

台北市孔廟  
Taipei Confucius Temple  
☎ (02)2592-3934  
〒 台北市大龍街 275 号

台北記憶倉庫  
Taipei Info Hub  
☎ (02)2371-4597  
〒 台北市忠孝西路 1 段 265 号

松山文創園區 /  
松山文化クリエイティブパーク  
Songshan Cultural and  
Creative Park  
☎ (02)2765-1388  
〒 台北市光復南路 133 号

華山 1914 文化創意產業園區 /  
華山 1914 文化クリエイティブパーク  
Huashan 1914 Creative Park  
☎ (02)2358-1914  
〒 台北市八德路 1 段 1 号

國立台灣博物館 / 国立台湾博物館  
National Taiwan Museum  
☎ (02)2382-2566  
〒 台北市襄陽路 2 号

台北市立圖書館 / 台北市立図書館  
Taipei Public Library (Main & branches)

台北市旅遊服務中心 /  
台北市觀光案内所  
Visitor Information Centers in Taipei

MRT 各駅  
All Stations of MRT Lines

誠品書店台大店、西門店  
eslite Bookstore NTU, Ximen

金石堂書店 / 金石堂書店  
Kingstone Bookstore

EDITOR'S INTRODUCTION

編集者の言葉

## 春の台北で自然の癒しの力に 触れる

春の台北は生命力に満ち溢れ、街を探索するのに最適の季節です。今号のカバーストーリーでは「春の陽明山と緑の癒やし」と題し、癒やしのエネルギーに満ちた春の陽明山の生態系や花見スポット、特徴的な施設からグリーン・ツーリズムを実践し、心身をリフレッシュする方法を紹介しています。

台北にはピクニックに最適な緑豊かな公園がたくさんあります。温かい春は芝生の上で読書をしたり、晴れた日の午後友人たちと談笑したりと爽やかな空気を満喫するには最適な時期です。

2023年、中山は雑誌『タイムアウト』で「世界で最もクールな40の街」に選ばれました。中山は多くの史跡や歴史ある建築物を未来に遺すだけでなく、赤峰商圈や南西商圈をつなぎ、伝統やポップカルチャーを集め台北に彩りを添えています。そんな中山区の見どころを解説しています。

今や台北の国民的スポーツとなったストリートダンス。その聖地を訪れ、ストリートダンスの発展の歴史と、近年の大きな成長のルーツを探りました。

張り子細工は数千年前から受け継がれてきた技法です。その儀式的な意義や文化的な意味合い、そしてアーティストの張徐展氏がどのようにして、ほとんど忘れ去られたこの伝統工芸に新しい命を吹き込んだか取材しました。

新しい年を迎え、台北市政府はスポーツの推進、交通安全、CO<sub>2</sub>削減のための新しい政策を導入しました。また、オープンしたばかりの台北ドームも今後はスポーツの競技会や国際イベントのメイン会場として利用されます。こうした市の取り組みや最先端の施設の詳細についても解説しています。

台北の食は世界トップクラスですが、現在はグリーン・ダイニング革命に乗り出しています。今回は台北で人気のグリーン・レストラン5軒を訪問し、それぞれのストーリーやこだわりのメニューについてお話を伺いました。

最後に、台湾で暮らして13年になる日本人のフラワーアーティスト、嶺貴子さんに密着し、台北の四季折々の草花の香りや特徴を、彼女の繊細な観察眼を通して紹介して頂きました。

「TAIPEI 2024年春季号」では、主に台北に芽吹く自然のヒーリングパワーを取り上げています。ぜひこの季節に台北に足を運び、癒やしを体験しましょう。

最後に、読者の皆さまに長らくご支援いただきました日本語版『TAIPEI』ですが、本誌発刊に関わる方針転換のため、2024年夏季号(第36期)をもって廃刊となる運びとなりました。ここまでご愛読いただき、誠にありがとうございました。英語版『TAIPEI』は今後も変わらず発刊されますので、引き続き皆さまの変わらぬご支援を賜りますようお願い申し上げます。



オンラインアンケートにご協力ください。ありがとうございます。

# TAIPEI<sup>台</sup>北

## COVER STORY

| 春の陽明山と緑の癒やし ..... 04

## CITY SCENE

| 都市のピクニックスポット：太陽の下で過ごす ..... 14  
| 台北で最もクールな街：中山の表と裏 ..... 22

## CULTURE & LIFESTYLE

| 都市のリズム：台北ストリートダンスの発展 ..... 32  
| 古代の供養文化：張り子芸術の物語 ..... 38

## A CITY FOR CHANGE

| スポーツ都市：台北の新たな取り組み ..... 44

## FOOD & DRINKS

| 食事から始めるグリーン・ライフ ..... 50

## A DAY IN THE LIFE

| 台湾に根を張る日本のフラワーアーティスト ..... 60

(写真・Mike Sung)

『TAIPEI』日本語版は 2024 年夏季号  
(第 36 期) をもって廃刊となります。



オンライン雑誌：  
[www.travel.taipei/ja](http://www.travel.taipei/ja) > マルチメディア > TAIPEI

台北市観光伝播局

書面による許可なく本誌の全部または一部を複製・複写することはできません。

中華郵政台北雜字  
第 1377 號執照登記為雜誌交寄  
本号定価 NT\$30 元



発行者 王秋冬  
編集長 鄒佳穎  
副編集長 陳其睿  
編集 連爾歡  
編集 & 翻訳 下山敬之、李芸菁、簡云開  
デザイナー 林珮綺  
カバー写真 Brown Chen  
配布 葉冠廷、林欣儒

台北市観光伝播局

住所 台北市市府路1号4階  
Tel 1999 (台北市外からは 02-2720-8889) 内線 7564 または 7566  
Fax (02)2720-5909  
Email [taipei\\_quarterly@gov.taipei](mailto:taipei_quarterly@gov.taipei)  
ISSN 24137774  
GPN 2010402343

Taiwan Scene 讓世界愛上台湾股份有限公司

Tel (02)2562-5005  
Fax (02)2562-5505



本誌は大豆インクを採用しています。  
本誌に対するご意見、ご要望などがございましたら、是非、E-mail またはファックスにてお寄せください。

# 春の陽明山と緑の癒やし

文 Rick Charette

編集 下山敬之

写真 Brown Chen / Mike Sung / Jeremy Krahn / 裏山 / 雲森陶陶

台北は国際的な観光地として優れた名所を数多く有していますが、中でも最大の特徴と言え

るのが市内にある広大な国立公園です。緑があふれる陽明山国家公園は台北でも有数の観光スポットとなつています。市の北部にある大きな陽明山の山々に王冠のようにそびえ立つこの公園には様々な展望スポットがあり、市の中心部を直接見下ろすことができます。

の花々が咲き誇り、私たちの心身を癒やしてくれます。

ここでは春のツアーガイドとして、この季節に咲くさまざまな花や自然の恵み、持続可能なグリーン・ツーリズムの聖地となっている113km<sup>2</sup>に及ぶ広大なブレイスポットを紹介していきます。

## 美しい地形

台北市の中心からバスで1時間ほどの所にあるこの公園は、そのアクセスの良さと周囲にある広大な緑地帯から地元住民にとつての癒しの場となっており、彼らはこの静かで理想的な場所を「裏の庭園」と呼んで親しんでいます。春になると園内にはパステルカラー

陽明山に連なる山々は火口火山群としても知られる場所、長い間噴火していない休火山の集積地です。地下深くには大きなマグマ溜まりがあり、その上方には温泉水が貯まっています。上空から見ると北部にはなだらかで丸みのある斜面が広がっていますが、これは



かつて大規模な溶岩流が発生した跡です。南部にある紗帽山は山頂がニット帽のようなドーム状になっており、この形がかつて用いられた紗帽（サモ）という帽子に似ていることからこの名前が付けられました。紗帽山は付近の火山から流れ出た粘性の溶岩流が固まったできた山で、陽明山に豊かな土壌や密生した植物、珍しい地形を作り出しました。

## グリーン・エコロジー

五感をフルに使って癒しのひとときを楽しむには、静かな環境の中で自然に注意を傾け、音や匂いを観察して、その美しさを感じます。実際、陽明山国家公園には自然を楽しむための多くの遊歩道があり、それらは当局によって一級の騒音規制地域に指定されています。

2020年にはQuiet Parks Internationalによって、世界初となる「Urban Quiet Park（都市型の静かな公園）」に認定されました。Quiet Parks Internationalの認定基準によれば、少なくとも3箇所の騒音レベルが45 dB（デシベル）以下、突発的な騒音レベルは60 dB以下と定められています。通常、森の中を風が吹き抜ける音が約45 dB、一般的な会話の音量は60 dBに相当します。陽明山で継続的な測定を行ったところ最も静かな場所はわずか30 dBほどで、ハイキングの際には常に鳥やカエル、セミの鳴き声がBGMとして聞こえ、心地よい体験を作り出します。



1. 陽明山国家公園は2020年に世界初の「Urban Quiet Park」として認定されました。この画像は、七星山地域の静けさを表しています。（写真・Brown Chen） | 2. 春は陽明山で花見をするのに最適な季節です。（写真・Mike Sung） | 3. 緑があふれるハイキングコースを歩き、リラックスしましょう。（写真・Mike Sung）



4. 静かな小道を歩き菁山吊り橋を越えると、谷間を流れる溪流の音が聞こえてきます。(写真・Jeremy Kuahn) | 5. 擎天崗歩道へ続く小道からは、広大な草原と周囲に立ち並ぶ山々の壮大な景色が眺められます。(写真・Mike Sung)

## 静寂のトレイルツアー

このツアーの目的地は標高1220mに及ぶ陽明山山脈の最高峰、七星山の東麓。途中、険しい箇所もありますが、山頂までの道のりは東西どちらのルートも難しくはなく、一時間ちょっとで登頂できます。山頂からは360度のパノラマが堪能でき、北側には海岸線、南側には台北盆地とその中に広がる街並みが眺められます。

より平坦で難易度が低いルートであれば、午後からでも行くこと

ができます。菁山路101巷は七星山の東麓を蛇行するように進むルートです。夢幻湖歩道は一周2.2キロの周回コースで、冷水坑ピジターセンターの向かいにある道路からスタートし、夢幻湖へ続く遊歩道を通って、湖の北側の道から数百メートルほど下ってきます(平均勾配12度)。

夢幻という名称は、この地域がよく霞や霧に覆われることが由来となっており、一帯は陽明山生態保護区の中心となっています。また、ここ以外にはどこにも生育していない、古代の希少な植物である台湾ミズニラの生息地でもあります。



冷撃歩道は冷水坑ビジターセンターの東側から擎天崗草原へと続く、全長1.8キロの緩やかな坂道です。冷水坑は南に位置する擎天崗の地形を形成している溶岩が七星山の東側を流れる硫黄の川をせき止めてできたもので、低温の温泉水が湧き出ています。かつてはせき止め湖がありましたが、ずいぶん前に干上がってしまいました。ここでは無料の男女別公衆浴場や足湯が楽しめます。

擎天崗に向かう途中には、白色の硫化物を含んだ牛奶湖（牛乳湖）、史跡でもある歩行者用の菁山吊り橋、冷水坑生態池などのスポットがあるほか、木陰が生い茂る遊歩道では数多くの水生植物が見られます。

擎天崗は溶岩が馬の鞍の形に堆積してできた広大な草原です。勾配が緩やかな擎天崗環形歩道は全長2.4キロで、ビジターセン

ターがスタート兼ゴール地点となります。この場所の見どころは、半野生の状態で放牧されている水牛です。日本時代には農場がありましたが、現在は廃業しています。

## 花見スポット

陽明山のもう一つの魅力は季節ごとに咲く花です。年間を通して様々な種類の花が咲き乱れ、花や植物が好きな人にとっての楽園となります。季節ごとに全く異なる風景が楽しめます。

2月から3月にかけては桜、3月には台北市の市花であるツツジ、3月から4月にかけてはオランダカイウ、5月から6月にかけてはアジサイ、10月から11月にかけてはススキと、主に5つの時期に分けられます。



6. 牛奶湖の周囲を歩くと、独特な乳白色の景色が見えてきます。（写真・Jeremy Kuahn）

満開の時、陽明山の桜は素晴らしい景色を形作ります。(写真・Mike Sung)







7

7.陽明山の春は、豊富な桜の花で有名な気候の良い季節です。(写真・Mike Sung)

## 陽明山花祭り

最も有名な季節は桜が咲く春で、その起源は日本時代にまで遡ります。当時、花見に行けなかった日本人のために陽明山一帯に多くの桜の木が植えられ、多くの人を惹きつけるようになりました。

主な観賞スポットとしては、陽明山のバス停から徒歩圏内にある前山公園と陽明公園があり、後者にはインパクトのある花時計があります。近くにある花卉試験センターも同様に花や植物が好きな人におすすめのスポットです。

60年以上の歴史を持つ陽明山花祭りは、毎年2月上旬から3月中旬にかけて開催されます。桜以外にもツツジ、椿、桃、そして台湾の国花でもある梅の花が見頃を迎えますが、やはり多くの人が注目をするのは種類が豊富な桜です。代表的な品種として八重桜、昭和

桜、吉野桜、台湾山桜などがあります。また、花をテーマにしたウォーキングツアー、ストリートダンスコンテスト、野外音楽パフォーマンスなども行われます。

## 竹子湖カラー祭り & アジサイ祭り

次に人気の花まつりは、竹子湖のオランダカイウとアジサイが咲く時期で、3月中旬から6月まで続きます。竹子湖はかつて日本人が農業のために水を引いた湿地帯で、その後はモウソウチク（孟宗竹）、茶葉、蓬萊米というお米、キャベツなどが栽培されるようになりました。

竹子湖は七星山の西麓に位置し、もともとは北にある大屯山から流れ出た火山が西と南に堆積して形成されました。現在は、花卉栽培を専門とする持続可能な観光農園で溢れています。最初のオラ



8

ンダカイウまつりが開催されたのは2002年で、最近ではアジサイも取り入れられ、春から初夏にかけて花見が楽しめるようになりました。また、台湾にあるオランダカイウの80〜90%はここで栽培されています。

訪れた人は花畑の小道を歩いて新鮮な花を摘んだり（有料）、集落にある小さなレストランでヘルシーな食事が楽しめます。イベントが開催されている期間中はエコロジーフアームのガイドツアーや体験活動、コンサート、造園の展示などが行われます。

陽明山や台北市内で開催されるフラワーイベントの詳細については、公式サイトをご確認ください。

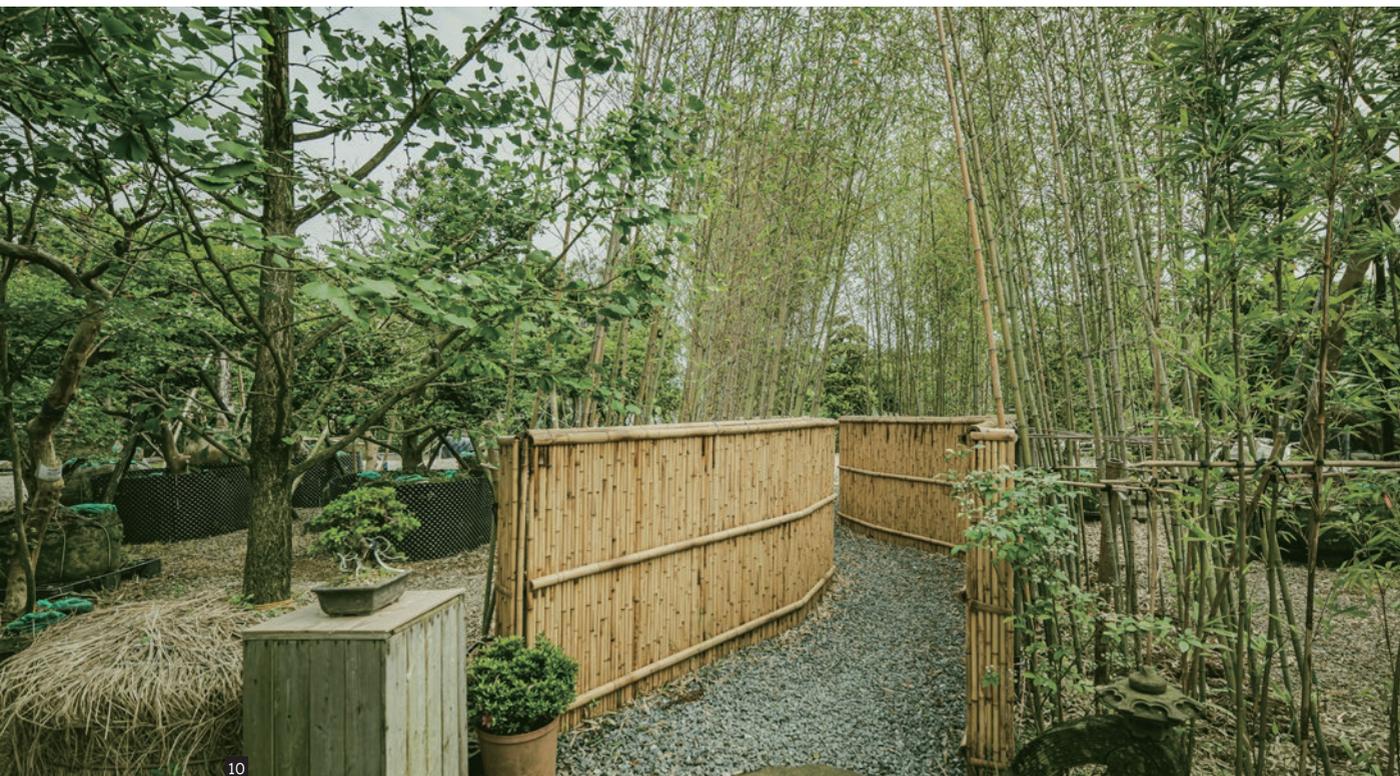


▶ 2024年の花 IN 台北（台北花展）



9

8. 竹子湖のカラーリリーの満開は、Instagram の影響力者にとって人気のある背景となっています。（写真・Mike Sung） | 9. 竹子湖の周囲では5月から6月にかけてアジサイが咲き乱れます。（写真・Mike Sung）



10

10. 裏山の庭園のユニークな景観は、訪れた人に静けさをもたらします。(写真・裏山)

## 山中にあるユニークなシヨップ

### 裏山—コーヒーの味わいと美学

陽明山で花見をする際、イスに座ってコーヒーを飲みながら四季折々の風景やその色合い、陰影に浸っている自分を想像してみてください。きつと素晴らしい体験になるはずです。

裏山はそういった体験ができる場所です。オーナーである沈映仁氏が「都会の中に山を作りたかった」と語るように、ここは緑に囲まれた隠れ家であり、アンティークや植物、芸術文化に彩られた台北市民にも観光客にも愛される週末限定の憩いの場となっています。

ここでは魅力的な緑の庭園や美しい風景、季節ごとに咲く花や植物、そしてその散り際を観賞できるほか、台湾と日本のアンティークに触れ、自身の興味のある文物や過去の遺物から掘り出し物を探すこともできます。室内のカフェでは、風鈴の音に耳を濟ませながら山奥で淹れたコーヒーの香りが楽しめます。

この芸術的な空間ではアートミュージアムと同じように、台湾のアーティストの創造力と技術を感じることが出来ます。

#### 裏山

所在地 士林区平菁街 109-10 号  
営業時間 土～日  
12:00～18:00

(臨時休業の場合がありますので、詳細は公式 SNS をご確認ください)



11

11-12. 植物に囲まれた美しい景色の中で陶芸が楽しめます。(写真・雲森陶陶)

## 雲森陶陶 — 自然の中で体験する陶芸と瞑想

雲森陶陶は陽明山で羽を伸ばし、エネルギーを充電したい人に最適な場所です。緑豊かな植生と大きなガラス窓の中にあるこのスペースは、展示、教室、ワークショップが一体となっており、様々な角度からクリエイティビティとサブライズに満ちた体験ができます。

オーナーであるデイビッド・ピブキン氏はアメリカ出身で、癒し

の哲学を持つ人物です。彼は「陶器を作るのは瞑想と同じようにリラックスをして、自分の手元に集中しなければいけません」と話します。陶芸、瞑想、工芸はアートセラピーの一種で、ストレスを緩和するだけでなく、創造的なプロセスを通じて人生にエネルギーと情熱を注ぎ込みます。

雲森陶陶では山間部での陶芸体験を行っています、事前に予約をすれば華語と英語限定にはなりますが、低温で焼成する「楽焼（らく

やき）」の基本的な指導を受けることができます。ここで作った作品は旅行のお土産や記念品として最適です。

陽明山には自然という名の宝物がたくさんあります。また、四季を通じて美しい景色が見られるスポットですが、最もオススメな季節は色彩の鮮やかな春です。ぜひ静寂を感じられる春の旅に出かけてみてください。◆

### 雲森陶陶

所在地 士林区凱旋路 25 巷 4 号  
営業時間 水～日  
11:00～17:00

(体験コースは1ヶ月前までに要予約、詳細は公式 SNS をご確認ください)



12

# 都市のピクニックスポット ト：太陽の下で過ごす

文 Rick Chretien

編集 下山敬之

写真 Brown Chen / TzuYing Sun / 台北市觀光傳播局



春の日差しが台湾を包み込む季節が訪れました。台北では鳥のさえずりや優雅に舞う蝶の姿、暖かな風に揺れる草花が道行く人を楽しませてくれます。正にピクニックに最適な季節と言えるでしょう。

今号では、「春の陽明山と緑の癒やし」という記事で、台北北部の陽明山で体験できるアクティビティやスポットについて触れています。ここでは台北の都市部にしながら喧騒を避け、緑と静寂のオアシスで心身を休められるピクニックに最適な公園を紹介していきます。

1. 台北にある数多くのピクニックスポットに出かけ、美味しい食事で心身をリラックスさせましょう。(写真・Brown Chen)

台北は過去数十年の間に美しく変化を遂げました。台北市政府は、台北を世界的な都市の中でも最も住みやすい場所にするべく努力を続けており、街の急速な変化がその成果を物語っています。台北は「住みやすい都市」と「持続可能な都市」に関する数多くのプロジェクトに取り組んでおり、中でも重要な要素として緑地の創出があります。

## 都市の中心にある 緑の隠れ家

もともと台北は緑地が多くありませんでしたが、今では自然を愛する人たちの街へと変化しました。その最たる例が基隆、淡水、新店、景美に沿って作られた川沿いの公園で、台北の市街地ほぼ全域を囲むように遊歩道が設置されています。ここにはすべての公園を通るサイクリングロードがあ



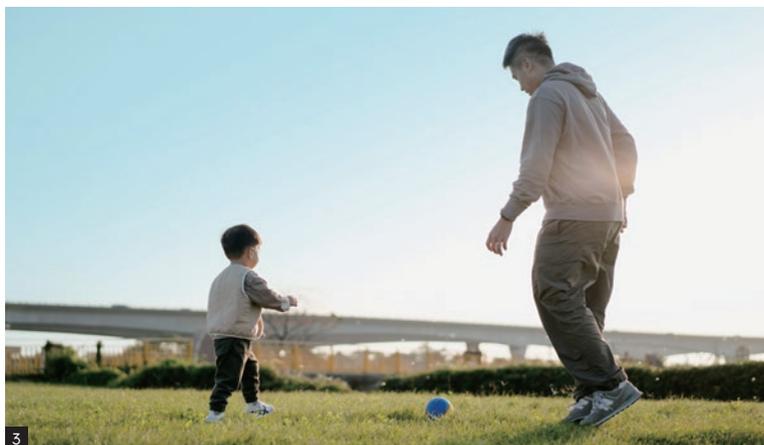
2-3. ピクニックは食事を楽しむだけでなく、家族と素晴らしい時間が過ごせます。（上・台北市観光伝播局；下・Brown Chen）

り、シェアサイクルのサービスも気軽に利用できます。この他にも台北の中心には、「中央公園」とも呼ばれている1994年に開園した大安森林公園があり、緑豊かな広々とした緑地が都会の喧騒を忘れさせてくれます。

柔らかな芝生、青々とした木々、そびえ立つ山々の景色を楽しむことは、心身に素晴らしい癒やしの効果をもたらします。台北にある公園はどれもこの三拍子が揃っています。

ここ10年で、台北市民のピクニックに対する熱は大きな高まりを見せていて、TLCピクニック・デーやVogue台湾ピクニック・デーといった大規模のイベントが開かれています。また、公園での音楽パフォーマンスやクリエイティブマーケットなどを開くことで人々がより長く緑地で過ごせる機会も作っています。

こうしたイベントはフェスティバルや博覧会と合わせて開催されます。ここからは、実際にピクニックにおすすめな4つの公園を紹介していきます。



# 大安森林公園

台北中南部にあるこの公園は市内でも最も大きく、台北 MRT を利用すれば公園の北側にある大安森林公園駅へ直接アクセスできます。MRT の駅は台北唯一のサンクンガーデン型で、公園周辺には *young* のレンタルステーションもあります。

ピクニックを楽しむ人たちにとって、この公園の最大の魅力は種類豊富な樹木と美しい野鳥です。週末や祝日の午後は、ピクニックをする人たちが大きく賑わいます。特に家族連れが集まるのは、公園の東北部にある最大規模の芝生エリアで、隣には子供用の遊具も設置されています。

「大安森林公園」という名前が示す通り、1994年の開園以来、ここには本物の森と広大な

芝生が広がっています。公園の反対側が見えないほど鬱蒼と茂る木々や低木、花々は都市に新鮮な空気を送っており、親しみを込めて「台北の肺」とも呼ばれています。

春のピクニックでは満開のツツジャアジサイを楽しむことができます。木陰を形成する立派な木々の中にはガジュマル、キサントフィルム・ハイナネンセ、クスノキ、タイワンフウ（台湾楓）などがあります。また、この公園では台北市政府が主催し3月いっぱい開催される「台北ツツジまつり」、3月16日に開催される「台北フラワーピクニック」、この他にも数多くのイベントが開かれます。

ピクニックを楽しんだ後に体を動かしたい人は、公園の北部エリアへ足を運びましょう。バスケットコートやローラースケート場などの施設、滑り台や砂場など子供

用の遊び場、週末や祝日に音楽パフォーマンスなどが開催される野外ステージなど様々なレクリエーションが楽しめます。

樹木が茂り、2つの人工島がある生態池では鳥たちが羽を休めたり、巣を作ったりしています。生息しているのは、タイワンゴシキドリ、ゴイサギ、アオサギ、トキ、バン、シラサギなどで、写真好きな人たちが撮影している姿も見かけます。



4. 大安森林公園の柔らかい芝生で友達と一緒に座ることは、最高の週末の楽しみです。（写真・台北市観光伝播局） | 5. 大安森林公園には多様性に富んだ生物があり、生態池は鳥たちの生息地となっています。（写真・Brown Chen）



7



6

6. 台北バラ園は新生園区内の人気スポットの一つで、ピクニックに優雅な雰囲気添えてくれます。(写真・Brown Chen) | 7. 新生園区内には低木で構成された迷宮花園があり、飛行機が飛び去る様子を間近で見られます。(写真・Brown Chen)

## 花博公園新生園区

花博公園新生園区は市の北部中央、基隆川の南にあり、MRT圓山駅は西へ2ブロック、中山小学校は南へ3ブロックの位置にあります。公園の周辺にはさまざまなレンタルステーションが数多くあり、花博公園内にある圓山園区、美術園区はいつでもピクニックに最適のスポットです。

ここでピクニックをする際の最大の魅力は花です。パステルカラーのバラが一面に咲き乱れ、偉大な画家のパレットのような風景を作り出します。もう一つの見どころとしては、公園の東側にある松山空港に飛行機が着陸する様子が間近で見られることです。

花博公園新生園区には、台北バラ園、台北典藏植物園、迷宮花園など様々なスポットがあります。

バラ園は台北北部で最も多様性に富んだ庭園で、800種類以上、5000株を超える世界各地のバラが楽しめるほか、毎年3月には春の台北バラ展も開催されています。この期間中は週末になると多くの人で賑わうマーケットが開かれ、バラのオイルやジャム、花や鉢植えなど貴重な商品が販売されます。

ピクニックをする人がよく集まるのは、八角形をした迷宮花園の芝生エリアです。西側には台北バラ園、東側には子供用の遊び場があります。園内には野球場、バスケットコート、屋内プールなどのレクリエーション施設があり、大安森林公園と同じように週末や祝日の午後が最も賑わいます。



8

8. ピクニックの最後は大佳河浜公園の河川敷から夕日を觀賞しましょう。(写真・Brown Chen)

## 大佳河浜公園 & 美堤河浜公園

どちらの公園も基隆河沿いにあり、大佳公園は新生公園のすぐ北にある基隆河南岸、美堤公園は MRT 大直駅からブロック東に進んだ基隆河の北岸にあります。各公園の正面入口には「台北市河浜レンタサイクルセンター」があり、自転車を借りることができます。

台北市北部の川沿いにあるこの2つの公園は、広大な景色を楽しみながらピクニックができ、それぞれの公園からは川沿いに広がる

公園の緑地や美しい山々が眺められます。特に大佳公園からの圓山大飯店、美堤公園からの台北101ビルや信義区に並ぶ高層ビルは絶景です。また、東西に長く広がるこれらの公園は特に日の出、日の入りの景色が壮観で、ピクニックをする人たちにも人気の時間帯となります。とはいえ、こちらも最も混み合うのは週末や祝日の午後です。

どちらの公園も川沿いのサイクリングロードだけでなく、スポーツを楽しめる施設が充実しています。大佳公園にはバスケットコート、テニスコート、バドミントンコート、クローケーコートのほ



9

か、子供向けの遊び場として滑り台やクライミング設備、砂場などがあります。美堤公園にはバレーコート、バスケットコート、テニスコート、スケートパークだけでなく、屋外のラジコンサーキットまで揃っています。

大佳公園で最も人気のあるピクニックエリアは、川辺にある「希望噴泉」という巨大な噴水の近くで、高さ75mに及ぶ水の柱が打ち上がります。噴水は季節によっても変わりますが、午前10時から暗くなるまで1〜2時間間隔で15分のショーが行われます。このショーでは噴水で花びらの形を作り、万華鏡を模した80色の照明が水柱を照らすことで一つの巨大な花を作り出します。美堤公園のピクニックエリアは美しい湾の西側、子供の遊び場の近くです。ここは多くの鳥が休息に訪れる場所で、秋には渡り鳥が見られます。

この2箇所の公園は前述した公園と同じく大規模なフェスティバルやイベントの会場としても人気です。大佳公園は毎年開催される台北国際ドラゴンボート大会のメイン会場であり、美堤公園はかつて3年連続でTLCピクニック・デーが開かれた場所でもあります。



10



11

9-10. 台北の川沿いにあるサイクリングロードは基隆河に沿って伸び、川沿いの公園と広大な景観を繋いでいます。(右・Tzuying Sun；左・Brown Chen) | 11. お子さんと一緒に公園へピクニックに出かけ、川沿いの新鮮な空気を楽しみましょう。(写真・Brown Chen)



12

12. シンプルなボードゲームは、家族や友人とのピクニックに楽しさを添えてくれます。(写真・Brown Chen)

## ピクニックを最大限に楽しむ

週末や祝日に台北市内の公園を散策すると、家族や友人たちとのんびりピクニックを楽しむのが人気のアクティビティであることに気づくでしょう。一人のピクニックも自由があっても良いですが、台北の人たちは周りの人と親しくするのが好きで、近所の人たちとも積極的に交流を持ちます。特に子ども連れやペットを連れている場合はより親しくなりやすいです。

また、美味しい料理やお酒を飲んだり、カードやボードゲームを持参して余暇を過ごします。初めてあった人と距離を縮める際に最適な遊びはフリスビーや凧揚げです。自らの殻を破れば周囲の子どもが気づいて近づいてくるでしょう。愛犬を連れた人は、自分が動

かなくて良いので愛犬とフリスビーをやってしまいがちです。

最近では、ピクニック以外にも「都市型デイキャンプ」が流行っています。小型テントを設置することで日差しを遮れるので、昼寝や子どものおむつ交換などができます。

台北市政府は責任あるピクニックを推進するため、「無痕山林 (Leave No Trace)」というコンセプトを打ち出しています。これは自然を尊重する究極の環境倫理で、具体的には人が環境に与える影響を減らし、持続可能な発展を目指すというものです。台北の緑地の魅力を楽しみながら、その自然の美しさを後世に残す努力をしていきましょう。◆



13. ピクニックはペットと過ごす素敵な時間にもなります。(写真・Brown Chen) | 14. 繰り返し使える容器を使用することで、地球に優しいだけでなく、映える写真も撮れます。(写真・Brown Chen)



### 責任あるピクニックのヒント

- お弁当のポイント：傷みにくく、軽くて、食べやすいものを用意する。
- 伝統的かつ人気のお弁当：飯糰（台湾式おにぎり）、刈包（蒸しパンのサンドイッチ）、茶葉蛋（台湾風煮玉子）、焼き芋など。これら上記のポイントを満たしているだけでなく、味も美味しいので一度挑戦してみてください。
- 再利用可能な食器やカトラリー：プラスチックの容器や包装よりも食品保存用容器の方が持ち運びやすく衛生的です。また、芝生の上では木製のトレイを使う方が安定しますし、Instagram に映える写真を載せることもできます。

# 台北で最もクールな街： 中山の表と裏

文 Jonathan Kaplan

編集 下山敬之

写真 Mike Sung、Jeremy Kuahn、23 喜劇俱樂部、台 V L T、Fife Lee、台北市觀光傳播局



台北の MRT が運行を終了する深夜、南京東路にはバイクやタクシーが行き交います。目的地は中山の小さな通りにある深夜営業のピストロや控えめな居酒屋、賑やかなシーシャバー、洒落た隠れ家的なバーなどです。

林森公園の向いにある24時間営業の飲茶レストランに通う常連客は、窓際の席に座り、窓の外の道路や店内にいるミュージシャンやバーの店員を眺めます。これは毎晩繰り返されている光景であり、2023年11月にイギリスの著名な雑誌『タイムアウト』が中山を「世界で最もクールな40の街」に選んだ理由の一つでもあります。台湾の他の地域が選出されていないこともあり、この栄誉はより特別なものになっています。ぜひ実際に足を運んで中山の魅力を体験してみてください。

## 中山の起源

19世紀後半、台北が小さな貿易の町から本格的な都市へと発展するにつれ、中山は都市開発の中心となり、急速に工場や学校、住宅が増えました。日本時代に入ると整備が始まり、移動しやすいように格子状に道路が敷設されました。支配階級のエリートたちはこの地域の豪華な住宅に住み、その周囲には地元の商人や職人、専門職の家族の家や商店が立ち並びました。

日本が今日の中山区に与えた影響は大きく、長安西路より北側には居酒屋やラーメン屋が軒を連ね、東京や大阪の街並みをそのまま持つてきたかのような印象を受けます。実際にこのエリアを歩くと日本語が頻繁に聞こえ、今でも日本人の観光客やビジネスマンに人気であることが伺えます。とはいえ、

ここは日本ではなく、歴史という名のつばで鍛え上げられ、この地で生活をする人たちによって絶えず形を変え続けてきた台湾独自の街です。実際、「中山」という地名も中華民国の建国の父として敬愛されている孫文の通称「孫中山」から名付けられています。

## アクセス

MRT 中山駅を出発して南西商圏へ向かうと、台北のスタイリッシュでエキゾチックな買い物環境が体験できます。南西商圏の隣には赤峰商圏があり、厳密には中山区ではなく大同区に位置しますが、路地が複雑に交差していることから中山の延長とみなされています。そこからさらに西へ向かうと、台北のもうひとつの人気観光スポットである大稻埕商圏があり、台湾の歴史と文化発展の様子を見ることができます。

カフェやレストラン、ギャラリー、史跡、クリエイティブマーケットなどが揃っている中山は、ショッピングを楽しむだけでなく、おしゃれなスポットで写真を撮りたい若い観光客にも人気です。どこを歩いても素敵なお店やスポットが見つかります。

日本的なバックグラウンド、近代的な設備、シックなスタイル、温かい雰囲気など、ユニークな体験を求める旅行者にとって中山は最適な場所です。自由に散策をしてもお気に入りのスポットやお店が見つかりますが、ここで紹介する場所も参考にしてみてください。



2



3

1. 繁華街の1つである中山は、雑誌『タイムアウト』で「世界で最もクールな40の街」に選ばれました。(写真・Mike Sung) | 2. 中山には壁にペイントを施した独特なカフェがたくさんあります。(写真・台北市観光伝播局) | 3. 心中山線形公園は数多くのインスタレーションアートが設置されています。(写真・Mike Sung)

## 日中の中山

中山は昼間から活気が溢れています。文学や芸術に関連するスポットも数多くありますし、史跡やかわいいシヨップなどを回るのもオススメです。

### 心中山線形公園と中山地下書店街

MRT 双連駅から中山駅へと続く道沿いにある心中山線形公園は美しい都市型デザインの憩いの場です。自然の緑と建物が見事に調和し、道中の街並みは絶えず変化していくので人間観察や散策に最適です。季節ごとに変わるアートが設置されるこの公園には、家族連れやおしゃれな地元の若者、友人同士のグループなど様々な人が新鮮さを求めて集まります。週末には手工芸品やアクセサリーなど

が並ぶ魅力的な屋外マーケットが開かれます。

地下鉄駅とつながっている中山地下書店街では、本や文具、雑貨などが見つかります。快適な室温の中でゆっくり小説などを探して見ましょう。地上には公園と交差する通りや路地があり、かわいいカフェやパン屋、セレクトシヨップなどが並んでいます。



4. 心中山線形公園は散歩に最適な場所で、美しくデザインされた都会の憩いの場です。(写真・Mike Sung) | 5. 中山地下書店街は地元の人たちの日常にアートをもたらします。(写真・Mike Sung)





6

## 蔡瑞月舞踊研究社

台湾はスポーツが盛んで、特にダンスは人気があります。週末になると街のあちこちでステップを練習する若者のグループを見かけます。台湾のモダンダンスの母と称される蔡瑞月はダンスアートのパイオニアであり、

舞踊研究社では今日も彼女の仕事を引き継ぎ、若い才能に重要な教育の基盤を提供しています。蔡瑞月舞踊研究社の木造の建物は、かつて日本の役人の宿舎でしたが、現在は毎週火曜日から日曜の午前10時から午後5時までゲスト向けに開放しています。



7

6-7. かつて日本の役人の宿舎だった蔡瑞月舞踊研究社の木造建築は、今では蔡氏のダンスの記録やビデオを誇らしげに展示しています。（上・Mike Sung；下・Jeremy Kuahn）

## 登波咖啡

レトロ口でおしゃれな内装と、完璧なコーヒーを目指す情熱で知られているのが登波咖啡です。M25 双連駅のすぐ南、中山線形公園の隣に位置する、台北でもトップクラスのカフェの一つです。シナモンロールを片手に、中山の美味しくおしゃれなスタイルのコーヒーを堪能しましょう。



8

## 光點台北

光點台北は、かつてアメリカ大使館として使用されていた非常にユニークな場所です。現在はエレガントな雰囲気がある親しみやすい映画館となっており、アジアの名作が放映されています。上映スケジュールやチケット情報については公式サイトをご確認ください。



9

## 東橋商店

このベーカリーは台湾ならではのスタイルとフレーバーが特徴で、地元でも非常に人気があります。中でもオースメは本物と見間違えそうな見た目のサツマイモを模したパン。中には本物のサツマイモがぎっしりと詰まっている、インスタ上でも人気があります。ぜひ他の種類のパンと合わせて試してみてください。



10

8. 登波咖啡はレトロとモダンを融合させたスタイルのお店です。(写真・Mike Sung) | 9. 映画館となっている光點台北は、かつてアメリカ大使館の官邸だった2階建ての白い洋館の中にあります。(写真・台北市観光伝播局) | 10. 東橋商店では、できたてのじゃがいもパンを提供し、多くのお客さんを惹きつけています。(写真・Jeremy Kuahn)



11

11. 台北当代芸術館では様々な現代アート作品が展示されています。(写真・Mike Sung) | 12. 赤峰街は文芸青年たちが集まる楽園です。(写真・Mike Sung)

## 台北当代芸術館

MRT 中山駅から南へ歩いてすぐのところにある台北当代芸術館は、現代アーティストの作品の展示だけでなく、巧みで示唆に富んだ挑発的な展示も行っています。この建物と周辺の景色は大きく異なり、赤レンガやアーチ構造、翼棟(ウイング)など日本時代に立てられた小学校であることを示す特徴が際立っています。一步、建物の中に足を踏み入れると優秀なアーティストたちのクリエイティブイあふれるビジョンに浸ることができます。開館時間は火曜日から日曜の午前10時〜午後6時で、入場料として100台湾ドルがかります。

## 赤峰街

赤峰街にあるお店は訪れた人を魅了します。中山駅から徒歩1分の距離にあるこの小さな通りには地元の人だけでなく、韓国や日本など各国の観光客も訪れます。赤峰街はかつて「くず鉄の街」と呼ばれ、主に車の部品や金物などを売っていました。しかし、金属スクラップの廃棄や自動車修理のお店は、レトロな写真館や古着屋、独立書店やカフェへと姿を替えました。古い建物は芸術性を添えて改装され、赤峰街にレトロとモダンな雰囲気を与えています。ホットコーヒーや流行のファッション、美味しいデザートと一日を通して過ごすのに最適な場所です。



12

## 夜の中山

日が落ちた後の中山は昼間とはまた違い、街の雰囲気はシックで心地よいものへと変わり、さまざまな料理の香りが漂ってきます。台北屈指のナイトスポットである中山で、活気と多様な文化が織りなす魅力的な体験をしましょう。

### 打鉄町49番地

台北には日本式の居酒屋が数多くありますが、打鉄町49番地はおしゃれでありながらクールで取らない雰囲気のお店です。料理も美味しく、特に大体的に宣伝している焼き鳥は絶品。オススメのお酒は日本酒ですが、キンキンに冷えたキリンビールも常備されています。



13

### 23喜劇倶楽部

あまり知られていませんが、台北の国際的なコメディシーンは大きな成長を見せており、その拠点となっているのが林森北路にある23喜劇倶楽部です。目立たない扉を開けて地下へ下りると、ステージ上のスタンダップコメディアンが英語と華語で観客を楽しませています。居心地の良いバーカウンターでは軽食

やカクテル、23号啤酒のクラフトビールが楽しめます。英語のスタンダップコメディショー（オープンマイク）は毎週月曜日と水曜日の午後9時30分から、金曜日には頻繁に有料のショーが開催されています。詳細はFacebookページを確認してください。



14

13. 打鉄町49番地は日本の風情が感じられる居酒屋です。（写真・Jeremy Kuahn） | 14. 23喜劇倶楽部は台湾初のバイリンガルなコメディークラブで、台湾におけるスタンダップコメディのパイオニアです。（写真・23喜劇倶楽部）



16



15

## 吉星港式飲茶

24時間営業しているこのレストランは味わい深く、いつまでも変わらない憩いの場です。林森公園のすぐ南にある店舗に着いたら、2階に上がって席に座ります。人気スポットなので、スーツを着たビジネスマンや騒ぐのが好きな人たち、酔っ払ったコメディアン、疲れたタクシー運転手、好奇心旺盛な旅行者など様々な人たちが集まります。中山の文化や雰囲気、楽しいナイトライフを堪能したあとは温かいお茶と熱々のエビで一息つきましよう。

## 台VLT

台VLTはシンガポールの2つの台北支店として大人気のワインバーです。中山の中心地からそれほど遠くはなく、Easyを使っても行く価値があります。台VLTでは創造性に富んだ料理

に、世界中から厳選した150種類以上のワインをペアリングすることで楽しい飲食体験を提供しています。グラス一杯だけでなく、ボトルで味わうことを推奨しているのが、友人と一緒にワインを楽しみましょう。また、ナイトライフの人気スポットでもあるこのお店は、地元の人だけでなく観光客を多く利用します。国際的な場所なので突然歌い出す人がいても驚かないで下さい。

中山はこの他にも魅力的なスポットがまだまだあります。そこがこの街の最もクールなところで、日常的な街並みから何気ない場所で味わえる驚き、旅先で出会う人たち、この街の空気、芸術や音楽、すべてが貴重な体験です。中山は台北市全体がそうであるように、伝統を守りながら未来に向けて変化を続けているので、今の中山を楽しんでおきましょう。◆



17

15. 吉星港式飲茶は年中無休で様々な業界の人を迎えてくれます。(写真・Fifi Lee) | 16-17. 台VLTでは贅沢なエキゾチック料理で新感覚の体験を提供しています。(写真・台VLT)

陽明公園の花時計の周りでは、マーガレットデイジーが豊富に咲いています。（写真・Mike Sung）





# 都市のリズム：台北 ストリートダンスの発展

文 Elie Chuen

編集 下山敬之

写真 Brown Chen / Mike Wang / 台北捷運



1

新鮮な気持ちをもたらす春は台北に活力を与え、街を目覚めさせます。新たな命を芽吹かせるこの季節は、人々の精神も躍動し、自己を表現する最高の機会となります。この再生と復活の精神の中で、アンダーグラウンドをルーツとするストリートダンスは、台北におけるパワフルで普遍的な文化へと成長を遂げました。

ここではスタイリッシュなストリートダンス文化について紹介をしていきます。春は物事の始まりと成長を表します。台北のストリートダンスも同様に、最初は

1. 街中のダンサーたちが集まり、ステップやフォーメーションを完璧なものに仕上げていきます。(写真・Brown Chen) | 2. 台北ではダンサー同士がバトルをするイベントと、純粋にパフォーマンスを楽しむイベントが増えています。(写真・Mike Wang)

一部の人たちが始めたものですが、多くの人たちから愛されるムーブメントとなりました。中でも2018年は大きな契機であり、ストリートダンスのメジャーなスタイルの一つである「ブレイクダンス」がユースオリンピックの正式種目と認められ、2024年の夏季オリンピックにも採用されました。選手たちがパリオリンピックに向けて練習に励んでいる現在、ストリートダンスはもはや単なる芸術ではなく、広く認知されたスポーツとなったのです。

活気あふれる台北の街角では、桜が満開になるようにストリートダンス文化も成長を見せており、情熱的なダンサーたちはこの都市を自らのダンスホールに変えています。ストリートダンスはただの動作に留まらず、台北で話されている言語の一つであり、路上や広場に響き渡るリズムでもあるのです。

## ストリートからス テージへ

台北ストリートダンスは日々魅力的な発展を見せています。アンダーグラウンドでひっそりと始まったストリートダンスが、今では街中に鳴り響いています。マイナーな文化ではなく、大勢が注目し称賛を送る対象となったのです。

台北の文化を形成してきたビートやリズム、ストリートに目を向けると、ダンス自体の成長だけでなく、台北という街全体が変化している事に気づくでしょう。台北の街頭は芸術を表現するための舞台であり、その一挙手一投足がストリートを語り、一人ひとりのダンサーが街を活気づけています。ここでは、そんなストリートダンスのルーツを探っていきます。その発祥は1970年代のニューヨークから始まりました。

「ストリートダンス」は、アフリカ系アメリカ人、ヒスパニック系、ラテン系、ジャマイカ系、カリブ系の若者たちのクリエイティブな表現方法として路上で形成されました。それは生活に対する大胆さや恐れるものはないという態度を表現するものでした。そこから時間が経つにつれ、大きく「オールドスクール」と「ニユースクール」という2つの時期に、異なる独自のスタイルが確立されていきました。

### それぞれのスタイルとテクニク

オールドスクール期のストリートダンスはエネルギー感があり、基本のステップに忠実です。ダンサーたちは、フットワークやユニークな動作など自身のテクニクを披露するために「バトル」でクリエイティブ

イを競い、それぞれが独自の表現をしていました。

ニユースクール期になるとより個性的でモダンなものへと変化し、マーシャルアーツやモダンダンス、その他のスタイルの動きを取り入れてユニークな表現をするようになりました。自由な表現こそが最良とされたのです。

オールドスクール期とニユースクール期の間には、ストリートダンスに美しさを添える数多くのスタイルが生まれました。パワームーブと呼ばれるスピニングや動きを止めるフリーズといった動作が特徴のブレイクダンス（ブレイキング）もその一つです。他にもリズムカルなステップとクールなソロが特徴のワグ、シャープで角度がはつきりとした動きで複雑さを加えたロックンロールやポッピング、またストリートダンスにエレガントさをもたらすジャズダンスなどがあります。



## 台北のストリートダンスの流行

ストリートダンスの成長は地理的な限界を超えて、世界的な現象となりました。もともとアメリカの主要な都市の街頭で始まったものが、今では国際的な言語として世界中のダンサーが使用しています。様々なサブカルチャーのジャンルが、豊かなグローバルネットワークワークとして相互に作用し、それが各地域のストリートダンスに独自の魅力を添えているのです。

台北でもこの現象が根付いています。1980年代に始まった台北のストリートダンス文化は、当時のヒップホップ・カルチャーの影響を色濃く受けています。かつてはニッチなサブカルチャーとみなされていましたが、台北の若者たちが新しい芸術の形を探求していき、メジャーな文化へと移行していきました。特に高校で多くのストリートダンス専門のサークルが生まれ、先輩が後輩に基本的な動作を教え、ダンスを楽しむ機会を与えたことがコミュニティの発展へと繋がったのです。



3. 台北ではストリートダンスの人気が高まり、仕事や学校終わりにレッスンに通う人が増えています。  
(写真・Brown Chen)



4



5

4-5. 国家两厅院など公共のスペースには学生のダンサーが多く、ユニークな振り付けを練習しています。（写真・Brown Chen）

転機となったのは2007年に台北で開催された『Red Bull One』という大会。これは単なる競技に留まらず、台湾全土からBoyz、Bgirlが集まり、ストリートダンスのグローバルな精神と台北独自の雰囲気が出会いました。

さらに最近の出来事では、台北市立大学に運動芸術学系（パフォーマンス学）が設立されたことが挙げられます。2007年に認可されたこの学科は、当初は「動態芸術学系」という名称でしたが、その不断の成長を受けて2013年に現在の名称へと改名されました。これは台北市がスポーツだけではなく、ストリートダンスを含めた舞台芸術も支援し、加えてストリートダンスの文化的な重要性や台北アートシーンへの貢献度合いを認識していることを示しています。それにより、かつてはサブカルチャーであった

ストリートダンスが、現在では幅広く普及しているのです。

台北がストリートダンスを受け入れるに連れ、地元イベントや大会に参加するグループやコミュニティも増えてきています。こうした変化は老若男女を問わず受け入れられています。

体力向上や協調性が磨かれるといったストリートダンスを学ぶメリットが広く知られるにつれ、子供にストリートダンスを学ばせようとレッスンに参加させる親もいるほどです。ダンススクールでは、子どもたちにステップだけでなく、自信やクリエイティビティ、芸術鑑賞やチームワークといった重要な価値観も教えています。こうした変化により、ストリートダンスは単なる娯楽ではなく、誰もが楽しめる魅力的な芸術へと変貌を遂げました。現在、台北の街頭は子供も大人も自身のテクニクを

披露する舞台となっており、台北に活気を添えています。

簡単に言えば、台北のストリートダンスは長い道のりを歩んできたということ。その中で単なる芸術表現の一つではなく、今では台北のアイデンティティを形成し、多様な文化を集約した存在となりました。

## 都市をダンススタジオに

街の至るところでダンスを練習し、そのテクニックを披露するストリートダンス本来の精神は、活気あふれる台北の街に色濃く残っています。中でも花博公園、国家两厅院、台北表演艺术中心などは広いスペースがあるので、多くのストリートダンサーが集まります。国父纪念馆も歴史的な意義のある場所ですが、現在ではストリート

ダンスの現代的なリズムが加わり、新旧、東西という要素のユニークな融合を生み出しています。

これらの場所は広々としたスペースをストリートダンサーに提供し、彼らのクリエイティビティを表現する手助けをしているほか、ダンサー同士のつながりを生み、アイデアの交換や友情を育む場、さらには台北のストリートダンスコミュニティを発展させる場としても機能しています。

## MRT 駅— 若い才能の発祥地

台北の交通を担う MRT ですが、西門駅や双連駅などはストリートダンスの中心地となっています。これらの駅はアクセスが良いことから、学生たちが集まる人気のスポットとなっています。



また、中山駅や前述した双連駅など一部の駅では、特別に設計された鏡張りのスペースがありダンスの練習が可能です。ストリートダンスのリズムと街の音が混ざり合う MRT の駅は、初心者から上級者まで多くのダンサーが集まる憩いの場なのです。

MRT の駅はストリートダンスの中心地として普及する中で、今では有名となった「MRT カップ・ストリートダンス大会」も開催されるようになりました。この大会は台北捷運 (Metro Taipei) が 2005 年から始めたイベントで、毎年 8 月中旬から 9 月にかけて開催されます。台北のストリートダンサーには見逃せないイベントであり、台北の多様な文化に新たな息吹をもたらしてくれます。こうした大会は楽しさを感染させる力があり、ストリートダンスの情熱と興味がどのように台北の街角に広がっているかを示しています。

台北の中心部ではエネルギーに満ちた音楽があふれ、街のエネルギーと豊かな文化遺産が混じり合う独特な雰囲気を作り出し、多様性と包容力のあるストリートでは、ダンサーたちが奏でるステップが魅力的なリズムで街に彩りを添えています。このようにして台北は独自のリズムを奏で、その精神を称賛しています。①

6. 広々とした台北花博公園はダンサーたちの練習に十分なスペースがあります。(写真・Brown Chen) | 7. MRT カップ・ストリートダンス大会ではダンサーたちが卓越したパフォーマンスを見せます。(写真・台北捷運)



# 古代の供養文化： 張り子芸術の物語

文 Jenna Lynn Cody

編集 下山敬之

写真 新興糊紙文化、張徐展



豪邸を想像してみてください。その家は昔のような鮮やかなピンクや緑、黄色などで塗装されたデザインかもしれませんし、あるいは今日の台湾の富裕層が建てる中間色を中心としたモダンなデザインかもしれません。そして、その家の中には高級車やブランド物のバックや靴、そして必要な額のお金があるはずで

台湾では葬儀や告別式、法事などの際に、驚くほどリアルに再現された家や車などの副葬品を目にすることがあります。張り子と呼ばれるこれら副葬品は紙や竹で作られており、最後にはすべて燃やされて灰になります。副葬品は生者のためのものではなく、死者が冥界で使うために供えられます。

4月初旬になると台湾の人たちは墓参りをしますが、その際に精巧に作られた冥銭（めいせん）と呼ばれるお金を模した紙や、紙で

作られた副葬品が特別な意味を持ちます。これらの紙製品は亡くなった方の供養として燃やされるのが一般的です。張り子芸術には数千年の歴史があり、世界中の華人コミュニティで見られる光景ですが、台湾の張り子アーティストはその独創的な作品や短編映画の制作によって新境地を開拓しています。張り子芸術は国際的にも注目を集めており、フランスではケ・ブランリ美術館などで何度も特別展が開催されるほどです。

張り子芸術を理解する上で、その歴史や文化的な意味合いだけでなく、現代の観客が楽しめるようなように現代アートへと変化していったかを知ることが重要です。

## 生と死を超越した 張り子芸術

張り子芸術は、華語で「紙紮（ジャーザー）」と呼ばれ、古代中国で生まれました。記録によれば3世紀の三国時代、あるいは数世紀あとの唐代に登場したとされる説があります。この芸術は古代に故人を供養する際の習慣に由来しています。古代中国の富裕層は、

世界中の多くの文化と同じように、多くの富を超自然（自然界の法則を越えた領域）へと持ち込もうとしました。富の中には生きている人間や動物が含まれることもあり、特に馬の殉葬が多く確認されています。また、道教や民間信仰の神々などに向けて供物が捧げられたという話もあります。

やがて生きた供物を殉葬する文化は、人などを模したものを副葬品として埋葬する形へと変化

していきます。その最たる例が、紀元前3世紀に秦の始皇帝によって作られ、後に中国の西安で発見された兵馬俑の粘土で作られた兵士や馬です。その後は、細い竹を組んで作った枠に紙を貼り付けた色鮮やかな張り子が登場するようになります。これはもともと民間の風習だったものが、後に皇帝や貴族の間にも広まったものと考えられます。

張り子の起源は7世紀、唐の太宗の時代にまで遡ります。名君として知られる太宗の統治は、突厥に対する軍事作戦が特徴的で、中国を強くした一方で多くの死と破壊をもたらしました。

伝承によれば、太宗の魂はある神のいたずらによって一時的に冥界へと送られたと言います。そこで太宗は自身の命令で戦い、死んでいった多くの死者の魂に遭遇し、死者たちから施しを求



3



2

1.台湾の伝統的な紙紮居である「紙紮（ジャーザー）」が、フランスのパリで2度目の展示が行われ、世界中の人々にその姿を見ることができました。（写真・新興糊紙文化） | 2-3.伝統的な張り子細工は異様な見た目をしていますが、これらは死者の冥福を祈るために使われます。（写真・張徐展）



4. 張氏はひたすら努力をすることで、完璧な作品に仕上がると信じています。(写真・張徐展) | 5. 張氏は伝統芸術と現代技術を組み合わせることで、代々受け継がれてきた張り子の芸術に新たな生命を吹き込もうと考えています。(写真・張徐展)

められました。中国の神話では、死者も生者と同じように食事を必要としますが、戦争で命を落とした亡霊たちには食べ物も家も財産もなかったのです。

現世に戻った太宗は、家臣に死者の張り子を作らせ、お経を唱えることで彼らが次の世界へ渡り、安らぎを得られるようにしたと言われています。別の伝承では、太宗が死者の幸せを願って紙で供物を作り、それを燃やして冥界へ送ったと言います。

中国で張り子を使った供養が盛んになったのは、太宗の治世からだいぶ後になり、製紙技術も大きく進歩した宋代（960年〜1279年）以降です。福建省南部からの移住者が台湾に張り子による供養の文化を持ち込んだ頃には、紙製品は技術を伝承する芸術の領域に入っていました。現在は大量生産された紙の副葬品がインターネット上に溢れて

いますが、中には職人による伝統的な手作りにこだわり、故人が望んでいたものをオーダーメイドで注文する人もいます。そうすることで、故人は死後の世界で望むものがすべて手に入ります。

実際はかなり具体的な発注が可能となっており、高級な電化製品はもちろん、Toys、シヤネルやバーキンのバッグといった希望を出す人もいれば、ランボルギーニやハーレーダビッドソンなどの高級車を求める人もいます。

## 台北で活気を見せる古代の芸術

張氏一家は張り子芸術の一族です。彼らは19世紀後半、先祖の張根乞が台北の大稻埕に張り子細工のお店「茂興齋」を創業したときから、その仕事に携わってきました。その後、お店は近所の大龍峒

に移転し、創業者自身も世界してしまいましたが、張氏一族は世紀以上に渡って張り子の販売をしてきました。彼らは手作業で丁寧に作られた伝統的な作品と芸術に対する前衛的な探究心があることで、その名が知られています。

「これこそが伝統工芸の尊い精神なのです」と4代目の張徐展氏は言います。「私たちは手作業にこだわって張り子細工を作っています。私たちは故人のために作った副葬品が燃やされることで、冥界で使用されると信じています。なので、故人に敬意を示す意味でも手間を惜しんではいけないのです。ただ、故人がお供え物を受け取ってくれるのか、そこだけが一番気になっています」。

張氏は、この古代の芸術に身を捧げる若者として真摯に、そしてロマンに満ちた心構えで仕事に打ち込んでいます。

## 伝統とモダンの融合

張氏は伝統的な張り子細工だけでなく、国際的なアートの世界でもその名が知られています。彼ら一族の代表として多くの国際的な展覧会に参加しており、特にフランスではこのユニークな芸術形態が、その技術と台湾文化の関係性から高く評価されています。

2016年には、パリ装飾芸術美術館が毎年開催しているDays (デザイン・フェスティバル)に出展。『Taiwan Unfolding (台湾新芸)』と題されたこの展覧会では、台湾の伝統芸術にスポットが当てられました。

また、2019年にはパリのケ・ブランリ美術館で開催された『Palace Paradi (パレス・パラダイス)』展に出展しているほ

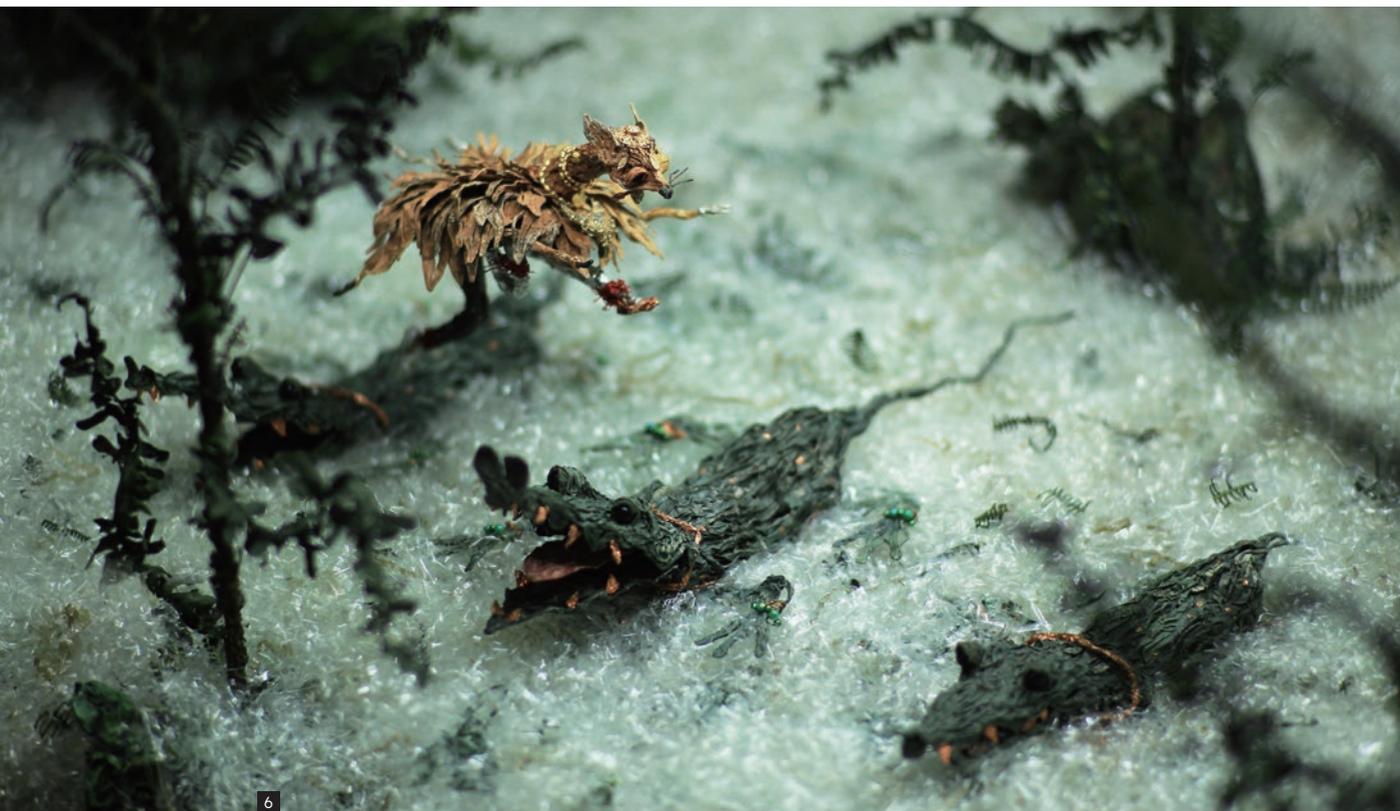
か、今年は日本やマレーシア、そして台湾の東北海岸にある金瓜石で開催される芸術祭での展示を予定しています。

張氏は一人のアーティストとして、自身の観察や人生経験を家族から受け継いだ伝統芸術に取り入れています。「伝統的な張り子細工は一種のサービスです。なぜなら、自分のアイデアを形にするのではなく、お客さんが望むものを作るからです。しかし、私自身はアーティストでもあるので、その創作は私のイマジネーションからしか生まれません。伝統の張り子細工は他人のために創作するのに対し、アーティストは自分のために創作します。私はこの相反するコンセプトを結びつけたいと考えています」と彼は話します。

張氏は張り子細工を取り入れた映画制作も行っており、2022年には16分の短編映画『熱帯複



5



6

眼』が第59回金馬獎で最優秀短編アニメーション賞を獲得しています。この作品は東南アジアの民話『マメジカとワニ』をモチーフにしたもので、張り子細工で作った動物をコマ撮りしています。『マメジカとワニ』の民話には様々なストーリーがあり、最も有名なものは川を渡って果物を食べようとしたマメジカが、ワニを騙して橋を作らせるという話です。

張氏の作品では、ハエの複眼を通して見た世界が描かれ、「熱帯」という言葉がより「地域的な概念として解釈されています。この民話は世界各国に似た話があり、それぞれの文化によって考え方が異なります。「この民話を読むと複眼で見た世界のように広い視野で物事を捉えることができます」と張氏は話します。「国によって登場する動物が異なります。例えば日本ではウサギとカメ、台湾ではネズミと水牛が登場しま

す。「熱帯複眼」もストーリーは同じですが、異なる動物を登場させています」。

張氏は自身のルーツの中からインスピレーションを見出しています。彼は今回の受賞について自分のためだけではなく、家族のためでもあると語ります。「家族は張り子の伝統芸術を、ピテオアートの技術を通して再び見られることを誇らしく思っています」張氏は続けます。

「年配の人たちは張り子細工の産業が衰退した時に、この伝統芸術の将来に不安を感じていました。しかし、現代の技術の助けを借りることで、この古代の芸術が再び注目を集め、人々に評価されているのを見ることで、自分たちの仕事に意味があったのだと感じられます」。

かつては死者にしか関連がなかった張り子細工の芸術が、現在は張氏の作品を通して生者から評価を得るようになったのです。

## 歴史からインスピレーションを得る

張り子細工の芸術が台湾文化と密接に関わっているように、張氏もまた台北市での生活や周囲の環境からインスピレーションを得ています。例えば、彼の作品には特に死んだネズミがよく登場しますが、これには芸術的に大きな意味があります。

「路上で轢かれて死んだネズミを見ると、人間の生活と似ているなど感じます。ネズミは職場で働くサラリーマンと同じで様々な問題に直面しますが、それを解決したり、現実を変えることはできず、問題が起こるのをなすすべもなく見守るしかありません」と張氏は話します。

もちろん、すべてのインスピレーションがこのように暗いものではありません。ポジティブなインスピレーションが得られる場として、張氏は圓山大飯店の秘密通路（密道）と東トンネルを抜けた先にある「覺到バー（覺到は密道と同じ発音）」を挙げています。これらのトンネルは緊急避難用に作られたのですが、現在は一般開放されています。「私たちは建物を見た時、たいていの場合は居住スペースとして捉えます。しかし、圓山大飯店のトンネルは私たちに想像力を働かせる機会を与えてくれているのです。建物の中には別の場所に通じる道があります。このトンネルで言えば、通り抜けた先に台北の興味深い歴史が待っています」。

活気に満ちた台北にいると張氏の創造力は尽きることがありません。彼は聖火ランナーのように、100年以上に渡り受け継がれてきた張り子芸術の伝統を家族やその他の張り子細工に魅了された人たちに伝えていき、その先に待ち受ける試練も乗り越えていくことでしょう。◆



6. 張氏は伝統的な民話から様々なインスピレーションを得て、それを新たな視点で解釈しています。（写真・張徐展） | 7. 動物の生死に焦点を当てた張氏の作品『Si So Mi』は、数多くの国際的な賞を受賞しています。（写真・張徐展）

# スポーツ都市： 台北の新たな取り組み

文 Joella Jjian

編集 下山敬之

写真 Brown Chen / Mike Sung / Tzu-yung Sun / 台北市工務局水利工程処、

台北市観光伝播局



治安の良さは地元住民、観光客に関わらず、その都市の生活品質を示す重要な指標です。安全面が心配な国では、その地域の風俗や文化を十分に楽しむことはできません。

## 改善に向けた取り組み

台北市政府は、健康、治安、持続可能な開発目標を国際基準に近づけるために、過去2年の間に一連の改善政策を打ち出しました。

蔣万安市長は就任1年目を「交通安全の年」と定め、「台北市交通安全計画」を元々の5年から3年に短縮することを宣言。この計画には、既存の交差点設計を改善するほか、アーケードの段差の平坦化、横断歩道の見直しや安全地帯の設置、歩行者専用道路の追加などが含まれています。これらの取り組みは、かつてCNNが台北市に付けた「歩行者地獄」というレッテルを剥がすために行われています。

加えて、2030年までに二酸化炭素排出量を40%削減し、2050年までに排出量ゼロを

様々なランキングを発表しているサイトRankingRoyalsが発表した「2023年世界で最も安全な市ランキング」によれば、台北は世界424都市のうち第4位にランクイン。また、世界各都市の安全指数や犯罪指数などを評価するNumbeoのデータベースによれば、台北は416都市のうち第3位という結果でした。

1. 台北ドームが完成したことで、台北市は国際的なイベントや交流活動に参加する機会が増え、より国際的な認知を高めることができます。(写真・台北市観光伝播局)

達成するという具体的な目標を掲げ、そのために「スマート・ゼロカーボン建築」、「グリーン物流、低炭素交通」、「ゼロ、ウェイスト」などの一連の環境政策を推進しています。

同時に蔣市長はスポーツこそ都市の競争力であり、すべての市民が性別や民族を問わず楽しめる幸福への道であると考え、台北ドームの完成に注力しました。そして、市長のリーダーシップにより2023年にはアジア野球選手権大会の開催を実現し、2024年3月には日本の読売ジャイアンツと台湾のプロ球団による親善試合を2試合開催するに至りました。こうしたイベントやスポーツ政策では、若者から高齢者まですべての世代が一緒に参加することが推奨されています。台北市政府は、台北市を安全で日常的にスポー

ツに取り組める未来型の都市にするための新たな取り組みを始めています。

## 台北ドームの歩み

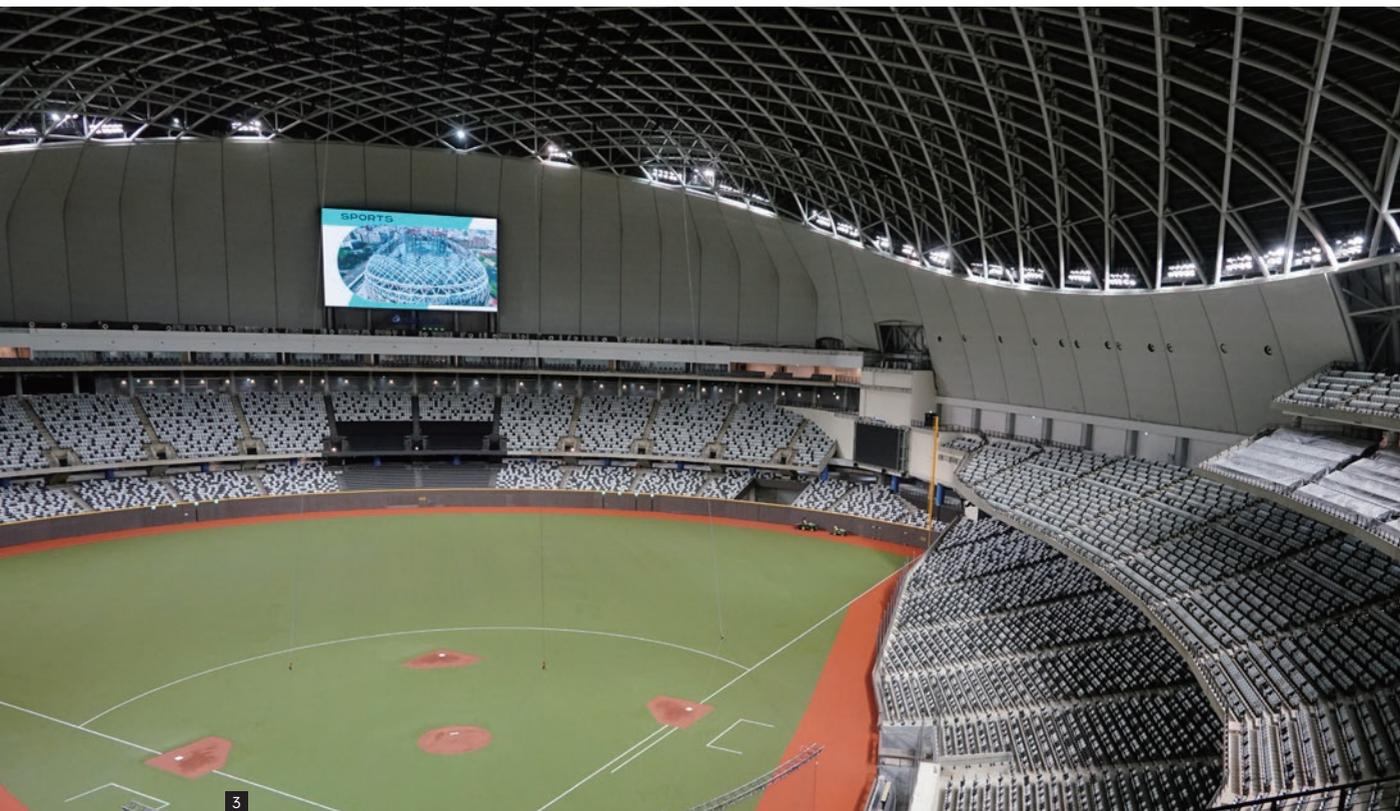
台北市信義区にある台北ドームは「台北文化体育園區」とも呼ばれ、多目的型のドーム球場であると同時に台湾最大の屋内運動施設でもあります。

設備はアメリカの赤土や日本の人工芝を取り入れるなど世界トップクラスとなっているほか、台湾の選手が国際的な環境に慣れ、国際大会でのパフォーマンス向上が図れるようにと、メジャーリーグ（MLB）の基準を満たした設計となっています。特に注目をすべき点は、グラウンドから最後の高さが74.5mに及ぶドーム型の構造です。これ



2

2. 蔣万安市市長は、今年が台北市の「交通安全の年」と宣言しました。（写真・Mike Sung）



3



4

数日後、行政院長は台北にも日本のドームのような大型スタジアムが必要として、建設計画を

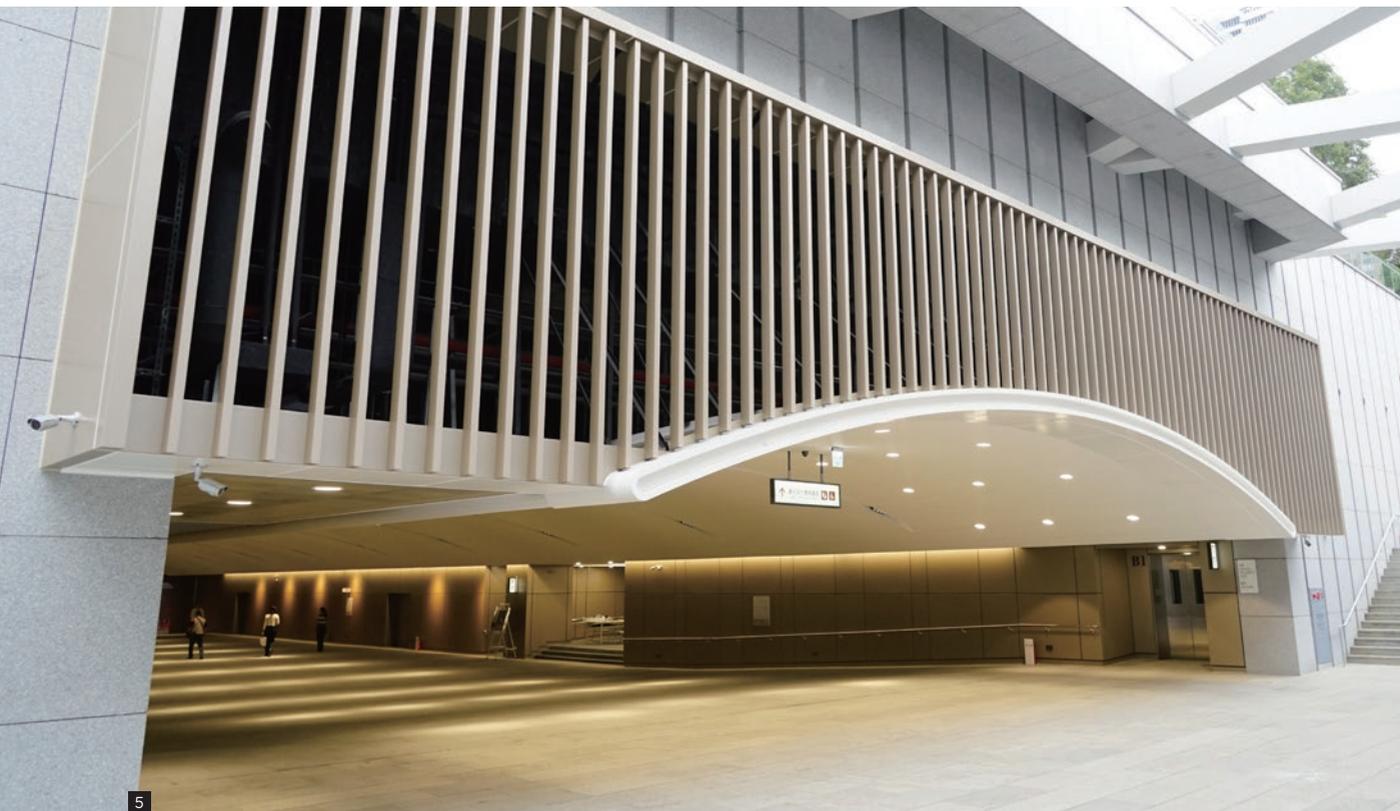
台北ドームの建設計画は、1991年11月10日に行われた台湾シリーズの優勝決定戦がきっかけで始まりました。その日は不運にも大雨に見舞われ、球場にいた13000人の観客は濡れとなり、興奮した観客が球場に足を運んでいた行政院長・郝柏村氏にドームの必要性を訴えました。

はアメリカや日本の大型ドームと比べても高い設計となっており、球場全体を見渡せる開放的な景色が楽しめます。

しかし、台北ドームの建設は思うように進まず、32年に及ぶ歳月と6人の市長の交代を経て、2023年10月20日に完成し、同年12月2日に正式オープンしました。

指示しました。台北ドームの名称は東京ドームの愛称である「ビッグエッグ」になぞらえ、華語で「大巨蛋」と表記します。

3. メジャーリーグの球場に匹敵するこのスタジアムは、台北市だけではなく、台湾の新たなランドマークとなるでしょう。(写真・台北市観光伝播局) | 4. アジア野球選手権大会の閉会式に出席する蒋万安市長。(写真・台北市観光伝播局)



5

5. 台北ドームと国父紀念館は地下通路でつながっているので通行が分散され、混雑しにくい構造になっています。(写真・台北市観光伝播局)

台湾の野球は国際的にも評価されており、台湾の人たちにとっても国民的なスポーツです。台北ドームは国際大会の会場としてだけでなく、台湾野球界の底上げにも活用されます。例えば、近隣諸国や高校の野球チームに対して奨励金を支給しますし、ドームを学生大会の会場とすることで、選手たちが若い頃から国際基準の球場でプレイできる機会を提供しています。

台北ドームの完成により、台北市では国際大会や交流イベントに参加する機会が増え、将来的にはレベルーやレベルのグレイドの高い国際試合も行われる予定です。野球界のレジエンドである王貞治氏も、台北ドームをアジアで一番の素晴らしいドームであると称賛しています。この球場は台湾の選手たちに慣れ親しんだ場所です。戦う機会を与えると同時に、台北市の国際的な知名度を高め、より多くの観光客が訪れるきっかけとなるでしょう。

長い年月をかけて完成したこの球場は、野球を愛する人々にとって夢が現実となった場所と言えます。ぜひ台北を訪れる際には台北ドームに立ち寄り、これから刻まれていく歴史のページを体験してみてください。

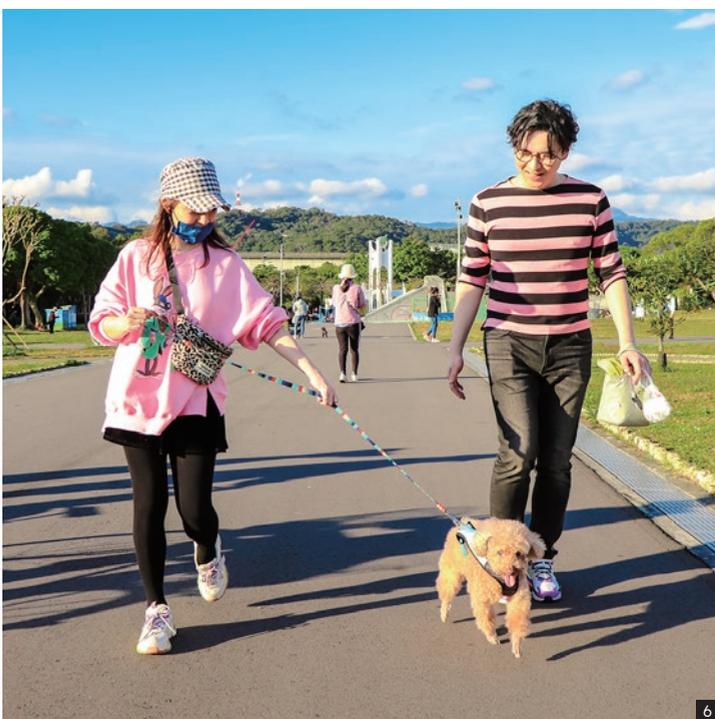
## 台北市のスポーツ習慣

近年、台北市のスポーツ習慣は徐々に広がりを見せています。統計によれば、習慣的にスポーツに取り組む人口の割合、全国的なスポーツ大会における結果、全国的なスポーツ大会への参加人数、自治体のプロスポーツチームに対する補助金の額など様々な点で各都市をリードしています。

台北市政府は台北ドーム以外にもスポーツ政策として「スポーツ推進の3ステップ」、「スリート育成の3ステップ」、「大型イベントを通じたスポーツ文化と経済発展の促進」という3つの柱を採用し、台北市を大規模なスポーツの拠点とすることで、市民の規則正しい運動習慣を養い、幸福な生活が送れるよう取り組んでいます。

また、台北市は今年「スポーツセンター2.0プロジェクト」を始動しました。このプロジェクトは多様で総合的なスポーツ施設を設立することで、市のスポーツの発展を促すことを目的としています。プロジェクトの中には、各行政区におけるスポーツ施設のリソースの評価、公共のスペースや学校のキャンパス、利用可能な場所を評価した上での多目的なスポーツ施設の設置計画が含まれており、いずれもスマートな持続可能性、多様なコミュニティ、国際的な競技スポーツ、地域の特性といった要素が考慮されています。

各行政区に一つのスポーツ施設を設置することを基本とし、スポーツ活動のためのスペース拡大や施設の整備を通じて、すべての年齢層の人がスポーツに取り組める都市を目指しています。これによって市民は健康で持続可能性があり、楽しい生活を送ることができ





8

ます。同時に、地域全体の包括的な施設として、ユニークなスポーツ会場やスポーツセンターを設立すべく取り組んでいます。質の高いインフラを提供し、国際的に有名なスポーツイベントを開催することで、世界に「スポーツ都市」として台北を認知してもらうことを目指しています。◆

6. 健康ブームに合わせ、ペットと一緒に外出し健康を維持しましょう。(写真・Tzuying Sun) | 7-9. 台北の公園は家族で楽しめる場として人気で、子どもたちの運動への意欲を育むことができます。(右・Tzuying Sun; 上・台北市工務局水利工程処; 下・Brown Chen)



9

# 食事から始めるグリーン・ライフ

文 Rick Charette / Elie Chuen

編集 下山敬之

写真 陽明春天、EMBERS、小小樹食、好喫、Plants、Jeremy Kuhn



にぎやかな台北の街頭では隠れたフード革命が広まっています。これは台北をより持続可能で、より環境に配慮した都市へ変えていこうという動きで、シンブルに美味しい料理を提供するだけでなく、持続可能な食事を実践していくことで環境への思いやりを示そうというムーブメントです。

グリーン・ダイニングやサステナブル・ダイニング、あるいはエコフレンドリー・ダイニングと呼ばれる取り組みは、飲食業界において環境や社会的責任に焦点を当てた原則です。食材の仕入れ段階から食品廃棄の最小化を図り、洗剤や包装資材の使用といった食品の生産と提供における各段階において、環境に配慮することを目指しています。

ミシュランが選出するグリーンスターは、優れた料理だけでなく持続可能な活動においても最先端を行くレストランであることを意味しており、台北においてもグリーンレストランのトレンドを広める重要な役割を担っています。

台北のレストランが持続可能な食事の実践を取り進むにつれ、美味しい料理と環境への責任には関連性があることが明らかになりました。これは一種の大きな変革であり、レストランは味覚を満足させるだけでなく、地球に対して良い影響を与えるという目標を持つに至ったのです。

これらのグリーンレストランで提供される一品、一品の料理が持続可能性を物語っており、より環境に配慮し、より責任ある未来を受け入れようとする台北の姿とシンクロしています。

台北フードシーンの発展に伴ったグリーン・ダイニングのトレンドは、より慎重で環境に配慮した方法で台北の多様なグルメを楽しみたいという人々の心情の変化を表しています。ここでは実際にグリーン・ダイニングを実践しているレストランを紹介するので、どのような取り組みをしているかチェックしてみてください。

## 陽明春天

陽明春天は2021年に台湾で初めてミシュランのグリーンスターを獲得した2軒のレストランのうちの1つであり、以来3年連続でこの栄誉を守り続けています。このお店では人間と自然の繋がりについて深く探求しており、「食の芸術、茶の芸術、持続可能な芸術、文化の芸術、創造の芸術」を融合させた食事体験を提供してい

ます。陳健宏氏と長きに渡り信頼を置いているエグゼクティブシェフの薛永鴻氏が共同で設立した陽明春天では、主にグリーンダイニングの芸術に重きを置いています。

陳氏は個人と環境の間にある本質的な繋がりを祝うことができる空間をイメージし、それを育んできました。そのため、このお店には加工食品を使用しないこと、食材の持つ特性を活かすこと、食材を使って環境現象を表現すること、健康的な食生活を推進することという4つの基本原則を掲げています。

陳氏によれば、美味しい料理を作る秘訣は自然で新鮮な食材を使うこと。そのため固定のメニューはなく、「御品綻放山伏茸」のような料理は、その時に手に入る食材を使用することで高いクオリティと想像を超えたサプライズを作り出しているのだそうです。陽明春天というユニークな食の楽園の

根底には、こうした一貫した料理哲学があります。提供する料理は創造的な手法を使ったフュージョン料理で、いかなる食材も優れたベジタリアン料理として生まれ変わります。食材の特性や元々の姿がどのようなものであるかに関わらず、彼らの目標はお客様に最高のベジタリアン料理を提供することです。

陳健宏氏と薛永鴻氏のこうしたこだわりは、美しく、環境にも優しい健康的な食事を提供するという彼らの心意気を表しています。料理の芸術性と持続可能な食事の実践というユニークな組み合わせを育む陽明春天は、環境に配慮した食事を求める人たちにとって道標のような存在なのです。



1. ファインダイニングの店が企画するグリーンダイニングメニューは、自然で健康的な旬の食材を活かし、そのプレゼンテーションはまさに芸術的であり、非常に洗練されています。(写真・陽明春天) | 2-3. 陽明春天ではクオリティの高い料理と美しい空間で唯一無二の食事体験を提供しています。(写真・陽明春天)

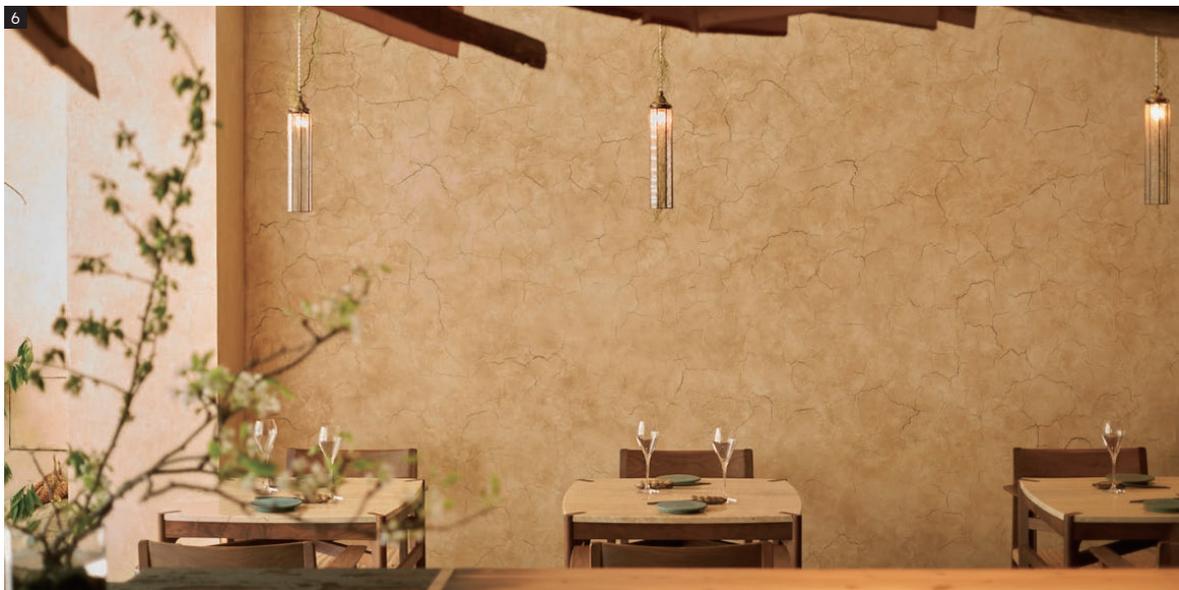
# EMBERS

食材だけでなく、内装も台湾の自然環境に配慮した EMBERS では、2022 年以來、毎年ミシコラングリーンスターを獲得しています。一見シンプルに見える内装ですが、台湾の自然の美しさを引き立てるためのこだわりが見られ、この島への深いリスペクトが感じられます。

バーカウンターのにはスギの木を使って作られた鳥の巣の装飾があります。これは先住民の狩猟小屋に対する敬意と台湾の自然美を表現していて、食材の大半も山岳地帯や森、先住民の集落から調達するなど一般的な西洋料理のスタイルから大きくかけ離れたレストランです。ピンロウや漬魚、粟、ナツメなど地元の食材全てがこのお店のメニューの主役となっています。

オーナー兼ソエフの郭庭璋氏は各季節の新鮮な食材を使用するため、定期的に9品のコース料理の品目を変えています。「米皮(米粉を使った麺)・タケノコ」、「ヒヨウタン・ヘチマ・アサリ」、「豆・カカオ」などを使った料理はどれもオススメです。EMBERS というお店は地元の食材にこだわり、季節の変化に合わせた料理を提供するなど、魅力的な台湾の食文化を誰もが気軽に楽しめる方法で紹介しています。単なる食事をする場所に留まらず、国内外から訪れた人たちに台湾の食を伝える語り部のような役割を担っているのです。

4-5. EMBERS では季節に合わせてメニューを入れ替えています。写真上は「鮮味・紅蘿蔔・海藻(ニンジンと海藻)」、写真下は看板メニューの「Teñas(野菜の盛り合わせ)」。(写真・EMBERS) | 6. EMBERS の内装はベージュが基調となっていて、やすらぎと温かさを感じながら食事が楽しめます。(写真・EMBERS)





7

7. 高さ 25m のスギの木を使った装飾は台湾の自然の美しさを表現しています。(写真・EMBERS) | 8-9. 明るく居心地の良い小小樹食では健康的なグリーンフードを提供しています。写真の料理は「トマトとアボカドのサラダ」。(写真・小小樹食)



8



9

## 小小樹食

小小樹食はミシュラングリーンスターとビブグルマンを両方受賞した台湾唯一のレストランで、2022年以来その栄誉を保ち続けています。お店のこだわりは台湾産の食材を90%以上使うこと、そして食材の新鮮さを重視し、フードロスと過剰在庫を避けることです。季節の野菜を使った炙りサラダ、台湾原生のキノコ類を数多く使ったトリュフとマッシュルームのリゾ

ット、締めめに最適な季節のデザートが看板メニューです。

このお店では、東洋と西洋の調理法を組み合わせた独自のスタイルでベジタリアン料理を提供しているほか、四川料理を学んだ徐兆麟シェフのメニューには、ピリ辛の豆腐餃子などスパイシーなライオンナップが並んでいます。こうした革新的な調理法は、彼らが推進する週2回のフレキシタリズム（たまに肉を食べる柔軟な菜食主義）とも合致しています。

創設者の劉千瑞氏の信条は、日常生活に不便や違和感を感じさせることなく持続可能な食事を実践することであり、フレキシタリアンは正に最適なアプローチと言えます。

こうした柔軟なコンセプトは実践がしやすい上に、健康面における効果もあります。より多くの人たちが無理なく新しい食生活を試すことができるだけでなく、最終的にはグリーン・ダイニングの推進にもつながるのです。

10-11. 小小樹食ではメキシコの焼きとうもろこしや韓国のヤンニョムチキンなどの軽食を通じて、柔軟なベジタリアンであるフレキシタリアンを推奨しています。(写真・小小樹食) | 12. 店内に緑があふれる小小樹食は、森の中にあるレストランのようです。(写真・小小樹食)





## 好嶼

好嶼は2023年に初めてミシュラングリーンスターを獲得した新しいレストランです。メニューは山、海、川、牧場と、一つのテーマに分かれ、季節の変化に合わせて提供する料理も変わります。環境に優しい食材を幅広く使用し、調理法には炭火焼きを採用しています。オーナー兼シェフの李易晏氏は、故郷に対する愛情を料理で表現しています。その細かな解説は食事体験を豊かにしているほか、レストランの環境保護に対する姿勢を強調しています。

内装も季節の遷移に合わせて力強く変化させることで、料理を通じてこの土地のストーリーを伝えることを目的としています。例えば台湾のサツマイモを使った自家製のパン、新鮮な川魚を

蒸して作った前菜、雲林産のチヨウ、大溪産の甘エビ、馬祖産のカキなど台湾各地の新鮮な天然の食材がテーブルに並びます。

好嶼の環境に対する取り組みはお皿の上だけに留まらず、自然環境や自然のリズムを融合させた没入型の食事空間にも現れています。季節感や持続可能な食材、調理方法を重視することで、食事と環境保護がいかに密接に関わっているかを示し、さらに絶品の料理を通じて台湾の豊かなストーリーを提供しています。

13. 好嶼では「台湾の味」を引き出すために地元食材を使用しています。(写真・好嶼)  
 | 14. 好嶼の内装は季節ごとに変わるメニューに合わせて、ユニークな雰囲気を作り出します。(写真・好嶼)



# Plants

Plantsの食事のコンセプトは植物性、グルテンフリー、食材を余すことなく丸ごと食べるホールフードを中心に展開しており、地元産のオーガニック食材を使用することを基本としています。地元の農作物を購入することで小規模農家を支援しているほか、環境に配慮した食事に關する継続的な教育を積極的に推進しています。こうしたこだわりは熟練の調理技術だけでなく、持続可能な食事の実践にも現れており、使用される食材も加工されていないものが優先的に選ばれています。

メニューにはパワーサラダ、シエアプレート、サラダラップ、ご飯、麺、えんどう豆など豆類を主とした料理、美しく環境に優しいデザートなどがあります。

中でも人気のパイヤ・パーティー・ボウルには、なめらかなパイヤとバナナのスムージー、季節のフルーツ、ケトジエニックな穀物、メープルチアシードブレディングにチョコレートソースが添えられています。

ユニークなビーツのタルタル・シエアリング・トリートは、豆乳を作る過程で残るおからで作られたパンを使用したデザートです。ポリウムのあるフジマメのサラダには主食としてひよこ豆をペーストにしたフムス、ひまわりの種とゴマをペーストにしたタヒニ、その他自家製の料理が一つになっています。



15.バンクーバーで食べたファラフェル（豆を使った中東料理）が忘れられなかった Plantsのオーナー・リリー氏は独自のファラフェルを作り出し、現在ではお店の定番メニューとなっています。（写真・Plants）  
 | 16.Plantsでは長期的な持続可能な食事に配慮しながら、快適でリラックスできる食事環境を提供することに全力を尽くしています。（写真・Plants） | 17.Plantsで提供しているフラミンゴ・ボウルは、ホールフードで植物ベース、グルテンフリー、シュガーフリーにこだわった一品です。（写真・Plants）





19



18



20

## 台北のグリーン・ダイニング革命

台北は多くの情熱と資源を投入し、世界でトップクラスのスマートシティ、そして持続可能な都市を目指して積極的な活動を行っているほか、多くの組織と協力して民間単位でのグリーン・ライフを推進しています。こうしたグリーン・ダイニング革命の中で、レストランは食事を楽しむ場であると同時に、どのようにして地球に対して責任を持つかということを示しています。

私たちが消費者として行う消費行動の一つ一つが環境に影響を与え、持続可能な未来に向けて段階的に進めるか否かを決定しています。今回紹介した革新的なレストランは、いずれも環境に配慮した食事が楽しめる場所ですが、これらは台北で広まっている革命の一部ではありません。

18. Plants のパパイアのサラダラップは、栄養素と酵素を壊さないよう 45 度以下で調理されます。(写真・Plants) | 19. 味覚を満足させるだけでなく、環境に対して良い影響を与えることがグリーン・ダイニングを楽しむということです。(写真・Jeremy Kuahn) | 20. 写真の陽明春天の繊細な料理のように、ミシュランのグリーンスターを獲得したお店では素晴らしいグリーン・ダイニングを体験できます。(写真・Jeremy Kuahn)





花道クラスは、春の新しい始まりを祝うのに最適なアイデアであり、平和な心境を得るための素晴らしい方法です。(写真・Salon Flowers)

# 台湾に根を張る日本の フラワーアーティスト

文  
Joella Jan

編集  
下山敬之

写真  
Salon Flowers・Mike Sang



台北に移住して13年になる嶺貴子さん（以下、貴子さん）は、ここで数多くの美しい景色を見てきました。彼女が台湾へ移住したのは東日本大震災が発生した2011年のこと。旦那さんの意向で子どもを連れて台湾へ移住することになりました。

貴子さんは日本でフラワーアーティストの事業を立ち上げたばかりでしたが、その夢を諦めて3歳の娘を連れ、慣れない異国の地での生活がスタートしました。当時は台湾について何も知らなかった彼女でしたが、定住するうちに台北の美しいスポットに詳しい専門家になりました。

1. 貴子さんは山に関連する自身の名字と同じく、特に山の植物が好きだと言います。（写真・Salon Flowers）

台湾の最も魅力的な点について伺うと、貴子さんはやはり「人」だと答えます。彼女が生まれた東京やアートを学んだニューヨークと比べ、台北の人たちはリラックスして、緊張やストレス、忙しい生活とは正反対で、人々はいつも笑顔で「大丈夫、ゆっくりで良いよ」と声をかけ、相手を思いやる優しさや気遣いを見せます。そうしたリラックスした雰囲気や彼女を温かく、心地よい気分にさせてくれました。

幼少の頃、学校から帰った貴子さんは家の向いにあった花屋でもらった花を持ち帰って遊んでいたそうです。公園で遊ぶときにも花や葉っぱを摘むのが当たり前になっていて、そこで学んだ花の自然な形状は、後の創作活動に大きな影響を与えました。

貴子さんは成長するにつれて、周囲にある花や草木を見ること

で、見知らぬ土地での不安や恐怖を払拭できるようになったと言います。自然の恵みや植物が持つ癒しの力が彼女を和ませ、憩いと安らぎを与えたのです。これこそが自らを癒す方法であり、今回紹介する幸福の形なのです。

## Salon Flowers

貴子さんはニューヨークに住んでいた頃、ニューヨークの花卉

(かき) 産業が活気づいていることを知りました。雑貨屋からオーガニックスーパーまで、至るところに花があったのです。日本でも自分や家族、友人に贈る際に気軽

に花を買えますが、この素晴らしい習慣を台湾にも広め、美しさと喜びのパワーで日常生活を豊かにしたいと考えました。

彼女は文化の違いを念頭に置いた上で、台湾に花を贈る習慣を根ざすことを目的として、台北に Salon Flowers を設立しました。重要なのは花を大量に買うのではな

く、気に入った花を数本選び、自分だけの癒しの作品を作り上げて忙しい日常に彩りを添えることです。彼女は Salon Flowers がフラワーアートや植物を愛する人々が集まり、そこで学び、アイデアを交換できる場になってほしいと考えています。

台湾では、グラジオラスやスイカズラは儀礼用の花と考えられています。実は非常に人気があり、日本を含む多くの国では様々な場面で用いられます。貴子さんは教え子たちがこの花を新しい見方で捉えてくれる事を願っています。



2



3

2-3. 美しいフラワーアートを飾ることで、家の中が新鮮な雰囲気になります。(写真・Salon Flowers)

## 在来種を使った 創作

台湾には熱帯植物しかないという誤解があるかもしれませんが、貴子さんは低地で育つ植物から高山植物まで、台湾にある花の多様性を高く評価しており、「台湾は山も多く海にも囲まれているので、山の植物も海の植物も手に入りやすいですし、季節ごとに様々な花や植物が見られます」と語っています。

気候の変化や地域ごとの標高に幅があることから、台湾には台湾欒樹（タイワンモクゲンジ）や白千層（ハクセンソウ）などユニークな在来植物が豊富です。「輸入されたものよりも台湾の在来種が好きです」と話す貴子さんは、台湾に自生する野草や野花を自身のフラワーデザインに取り入れています。

そのため、貴子さんは台北の大きな花市場が好きで、特に内湖にある台北花市場や台北の中心部にある建国假日花市場を探索します。建国假日花市場には地元で栽培された原生植物が数多く展示されているほか、盆栽や切り花、野花、蘭などフラワーアレンジメントで使用する多種多様な植物が販売されています。

季節の花が一番新鮮で長持ちするそうです。「花を選ぶときには二十四節気に合わせるのがオススメです。例えば、春には香りの良いマリーゴールドやスイートピーが素敵なインテリアになりますし、花や植物を最も適した季節に見られるのは幸せなことですよ」と貴子さんは話します。



## 春の台北を歩く

春の訪れとともに台北は緑と花が溢れます。「道端に咲くスイートピーが春の訪れを感じさせてくれます」と話す貴子さん。彼女は桜やレモンマリーゴールド、シジミバナなどこの季節を彩る花が好きです。これらの色とりどりの花は街に活気を与えてくれます。



5

貴子さんの趣味は、晴れた日に歩いて台北の各地にある様々な植物を見て回ることに。特に台北植物園の中には異国の花や植物があるほか、蓮池エリアや多肉植物エリア、シダ類エリア、ヤシの木エリア、仏教植物エリア、民俗植物エリアといった専門的なエリアに分かれていて、園内の景観や香りが季節によって変化します。この植物園は日本時代の重要な研究拠点



6

であり、現在保存されている植物の数は台湾、日本、中国、東南アジアのものを合わせて2000種類に及びます。

## 癒しのライフスタイル

「葉の剪定や鉢植えの掃除、水替え、植え替えなどは簡単にできまし、これらの作業は私たちの生活のペースをリセットし、日常の喧騒やせわしなさから開放させてくれます」。貴子さんは、植物の世話をすることが自らを癒す手段と捉え、自分だけの癒しの時間を作り出しています。

ぜひ今年の春は台北を訪れ、貴子さんがオススメする花や植物のある生活を取り入れ、日常に癒しの時間を作ってみてはいかがでしょうか。



「誰でも日々、少し時間をとって植物や花のお世話をすることはできます」と彼女は言います。

4. 嶺さんは特に台湾の原生植物が好きで、よく生け花のように飾り付けます。(写真・Salon Flowers) | 5. いろいろな花で満ち溢れる、春は台北で素敵な季節です。その季節には、貴子さんは散歩するのが好きです。(写真・Mike Sung) | 6. フラワーアートは、貴子さんと花を愛する人たちにとって自らを癒す手段です。(写真・Salon Flowers)

# TRAVEL INFO

旅のお役立ち情報

## 台北 MRT

営業時間：06:00～24:00

24時間お客様専用ダイヤル：(02)218-12345

切符：



IC トークン (片道切符)  
NT\$20～65



MRT 1 デイパス  
NT\$150



24時間パス  
NT\$180



48時間パス  
NT\$280



72時間パス  
NT\$380

電子マネー：

チャージするだけで MRT(都市交通システム) など公共交通機関やコンビニエンスストア、特約商店での小額決済ができます。レンタサイクルの YouBike にも使えます。購入は MRT やコンビニなどの取扱店で。



EasyCard



iPASS

## バス情報

乗車運賃：

大人：現金、EasyCard いずれも 1 区間ごとに 15 元

学生：現金は 1 区間ごとに 15 元、EasyCard の場合は 1 区間ごとに 12 元  
(学生証の提示が必要)

身長 115cm 未満あるいは満 6 歳の小人：身分証がある場合は無料

バスの路線情報：

Taipei eBus  
ebus.gov.taipei

## YouBike 情報

YouBike は台北市の公共レンタサイクルで、EasyCard やクレジットカードでレンタルが可能です。利用料金は 30 分ごとに発生し、レンタル時間の長さによって変動します。詳細は以下を参照してください。



YouBike の会員登録をされる方は、こちらよりご登録ください：[youbike.com.tw/region/taipei/register/](http://youbike.com.tw/region/taipei/register/)

## 北北基おもしろカード

北北基おもしろカードには 4 つの種類があります。利用できる種類：無限周遊カード (観光スポット + 交通機関乗り放題)、観光スポット周遊カード (観光スポット + EasyCard)、定番スポット版 (観光スポット 2 箇所 + EasyCard)、交通周遊カード (交通機関乗り放題)。有効期間内であれば、台北市、新北市、基隆市、桃園市を訪れることができます。



無限周遊カード  
有効期間は  
1 日券 / 2 日券 / 3 日券  
NT\$1,200/1,600/1,900 元



観光スポット  
周遊カード  
2 日券 / 3 日券 / 4 日券  
NT\$650/850/1,050 元



定番スポット版  
台北 101 +  
国立故宮博物院  
14 日間有効  
NT\$950 元



交通周遊カード  
有効期間は  
1 日券 / 2 日券  
3 日券 / 5 日券  
猫空ロープウェイ 1 日券  
NT\$180/310/440/700/350 元

## 旅のインフォメーション

交通部観光署 24時間対応、無料の旅行情報ホットライン：0800-011-765

外国人在台生活相談：1990

台北市民ホットライン：1999 (市外 02-2720-8889)

台北トラベルネット：travel.taipei/ja

(中、英、日、韓、タイ語、インドネシア語、ベトナム語、スペイン語による市内観光情報)



台北市ダブルデック観光バス  
TEL: (02)8791-6557 EXT. 30

# 台北花伴野餐

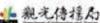
2024年台北フラワーピクニック



大安森林公園

2024/3/16(土) 10:00—17:00

2024  
**花IN台北**  
FLOWERS  
IN TAIPEI

主催者  觀光傳播局

共催者 臺北市政府文化局、臺北市立動物園、臺北市動物保護處、臺北市稅捐稽徵處  
臺北市大安區公所及里辦公處、臺北市中正區公所及里辦公處、臺北市永康商圈、臺北市臺大公園商團

協力者  臺北市公園管理工程處

企業協力 



公式ウェブサイト (R)

 台北ツバキの花展  
1.5 - 1.14

 台北薔薇展  
3.1 - 3.31

 ロハス夜桜祭り  
1.26 - 2.29

 台北のつつじ祭り×台北の花とピクニック  
3.1 - 3.31

 楠木歩道の花畑  
ルピナス 2月 - 3月上旬  
コスモス 5月中旬 - 6月中旬  
ヒマワリ 9月 - 10月上旬

 竹子湖のカラーとアジサイの祭り  
カラー 3.14 - 4.28  
アジサイ 5.17 - 6.23

 三層崎の花畑  
2.1 - 3.31

 台北川辺花畑  
1月 - 2月 古亭川辺公園  
6月 - 7月中旬 河雙21川辺公園  
10月 - 11月中旬 大佳川辺公園  
11月 - 12月 延平川辺公園

 陽明山の花見祭り  
2.7 - 3.17

 關渡花畑  
11月

 士林官邸チューリップ展  
2.22 - 3.3

 士林官邸菊の花展  
11.29 - 12.15

行こう！  
花を見に行こう。

2024  
**花IN台北**  
FLOWERS  
IN TAIPEI

