

沖縄本島自慢のフルーツ 旬カレンダー

色の濃淡＝出荷のピーク

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
 パインアップル												
 島バナナ												
 ドラゴンフルーツ *												
 マンゴー												
 シークワサー						青切り				完熟		
 パッションフルーツ *												

【ご注意】一部果実等の本島外への持ち出し制限について

*印の果実は、原則本島外への持ち出しはできません。本島内での消費をおすすめします！詳しくは二次元コードよりご確認ください。※発行日(令和8年7月)現在



！ 制作者の声 ！

沖縄の「旬」と「日常」を感じて欲しいとの思いから、【ついで寄り】ができる本島内の農産直売所を選出しました！沖縄の農産物直売所は、その時々季節を感じられる売り場や未知の野菜・果物と出会えるワクワク感、わっと驚く価格に出会えるドキドキ感、直売所の棚の隅にあるローカルフードを見つける冒険感を味わえるおもしろい場所です！本ガイドの掲載店以外にも多くの直売所があるので、ぜひ調べてみてください！



沖縄総合事務局
農林水産部
〒900-0006
沖縄県那覇市おもろまち2-1-1
那覇第2地方合同庁舎2号館8階
Tel: 098-866-1627(農政課直通)



ホームページ



公式 X

OKINAWA
Farmers Market Guide



SHOP GUIDE

沖縄本島



農産物直売所ガイド

めんそーれ！うちなーんちゅの農家さんが心を込めて作った、採れたて「フルーツ」や「新鮮野菜」が購入できるお店をご紹介します！

おきなわの おいしい!!は ココにあり!

亜熱帯の気候と太陽の恵みを受けて育った沖縄の農産物。酸味と香りが豊かなパイナップル、濃厚な味わいのマンゴー、さわやかな酸味が特徴のパッションフルーツ等々どれもおいしくて特徴的です。沖縄ならではのトロピカルフルーツをはじめとする、たくさんの農産物に出会える直売所をご紹介します。

ナとうまびは
もちろん1位



フルーツ王国沖縄県

— 収穫量ランキング※ —



マンゴー
パイナップル
バナナ
シークワサー
スターフルーツ
グアバ
アセローラ



パッションフルーツ
ドラゴンフルーツ



ドラゴンフルーツ



スイカ



島バナナ



さとうぎ



パイナップル



マンゴー



パッションフルーツ

※参考：農林水産省「令和5年産特産果樹生産動態等調査」、「令和6年産果樹生産出荷統計」、「令和6年産作物統計」



沖縄の農産物をつかった おすすめ商品!!

もとぶかりゆし市場

道の駅かでな農産物直売所
リトルガーデン



本部町水揚げ
フィッシュバーガー

北部 2

未利用魚×地元食材をつかったオリジナルバーガー。
地元産の魚のジューシーさと柑橘のさわやかさが驚く
ほどマッチしていて、一度かぶりつけば感嘆の逸品!

わんさか大浦パーク



ほろ苦
シークワサー
アングァー

北部 6

優しい甘さの中にシークワサーの爽やかな香りと
心地よい苦味を味わえます。揚げ物なのに罪悪感ぜ
口でべろり。小腹がすいた時やおやつにぴったり。

道の駅きのざ
未来ぎのざ特産品加工直売センター



ぎのざりーフ&ソルト

北部 7

宜野座村の豊かな水と自然に育まれたミックスリーフ
をふんだんにつけた塩ミルクジェラート!暑い日に
食べるとたまりません。

うさがみそーれー

(ぜひ召し上がってみてください)



スイカスムージー

中部 10

沖縄の太陽をたっぷり浴びたスイカをつかったス
ムージー。みずみずしいスイカの甘さと爽やかな後
味が広がる暑い日にぴったりの一杯です。

うるマルシェ



マンゴージャム
(U-CYCLE)

中部 12

おすすめは炭酸割り。炭酸の中でマンゴーの香りと
やさしい甘みが溶け合っ、自宅で簡単にトロピカル
ドリンクが作れちゃいます!

農産物直売所
畑人市場



ふあちゃふあちゃ
(黄金芋・紅芋)

南部 19

八重瀬町の伝統的なお菓子。サクサクと驚くほど軽
い食感で、お芋本来の美味しさがつまった、どこか懐
かしいお菓子です。

沖縄本島農産物直売所マップ

北部

- 道の駅おおぎみ
やんばる森のビジターセンター
がじゅまる館
- もとぶかりゆし市場
- 羽地の駅
- ファーマーズマーケットやんばる
はい菜!やんばる市場
- 道の駅「許田」
やんばる物産センター
- わんさか大浦パーク
- 道の駅きのざ
未来ぎのざ特産品加工直売センター
- おんなの駅
なかゆくい市場

中部

- 読谷ファーマーズマーケット
ゆんた市場
- 道の駅かでな農産物直売所
リトルガーデン
- 中部ファーマーズマーケット
ちゃんぶる〜市場
- うるマルシェ
- JAファーマーズマーケット西原
うんたま市場

南部

- 農連ファーム
- アグリハウスこちんだ
- ファーマーズマーケット与那原
あがりはま市場
- ファーマーズマーケット南風原
くがに市場
- JAおきなわ食菜館
とよさき菜々色畑
- 農産物直売所
畑人市場
- ファーマーズマーケットいとまん
うまんちゅ市場
- 南の駅やえせ

全店舗
発送可能だよ!



OKINAWA Farmers Market Guide 北部

全店舗
発送可!!

美ら海水族館などの観光地周辺の直売所をご紹介します。本島北部には、やんばるの森に育まれたパインやシークワーサーなどのトロピカルフルーツをはじめ、沖縄自慢の農産物がたくさん!豊かな自然で思いっきり遊んだ後、その自然で育った果実を堪能できる直売所に、ぜひお立ち寄りください。

4 ファーマーズマーケットやんばる はい菜!やんばる市場



パインやマンゴー、タンカンをはじめ、名護産のお米「羽地米」や日本一早い出荷で知られる呉我銘茶などを取り揃え、旬ごとの味覚が楽しめます。また、沖縄でパインカット機を導入しているのはここだけ。新鮮なパインをその場で手軽に味わえる特別な体験を試してみてもいい。

名護市宮里4-6-37
☎ 0980-50-9885
🕒 9:00~18:00
🚗 157台
📅 正月3日間・旧盆最終日・3月、5月、9月、11月の第3水曜日



7 道の駅ぎのざ 未来ぎのざ 特産品加工直売センター



道の駅ぎのざがある宜野座村は、県内有数のイチゴの産地であり、村内のイチゴを使ったスイーツも魅力的。新鮮な農産物の他、地元の人が訪れる食堂や小さな子どもが大満足できる大きな遊具もあり、家族連れでも楽しめるスポット。宜野座ICから車で約5分。

宜野座村字漢那1633
☎ 098-968-4520
🕒 9:30~18:00
🚗 153台
📅 年始



1 道の駅おぎみ やんばるの森ビジター センターがじゅまる館



道の駅おぎみは、シークワーサーやカラキ(沖縄のシナモン的一种)の加工品など、長寿の里大宜味村の特産品が並ぶ直売所。地域で採れた新鮮な農産物が揃い、全国発送にも対応しています。やんばるの豊かな自然に囲まれたロケーションで、旬の味覚や地域の魅力に出会えます。

大宜味村字津波95
☎ 0980-44-2233
🕒 9:00~18:00
🚗 110台
📅 不定休



5 道の駅「許田」 やんばる物産センター



やんばる観光の拠点・名護の道の駅「許田」は、北部12市町村の新鮮な農産物や特産品が集まる直売所。旬の果物や加工品が豊富で、各種観光施設のチケットも販売。伊平屋島産もずくうどんや宜野座いちご、シークワーサーマカロンなど、多彩な味わいを楽しんでみては。

名護市許田17-1
☎ 0980-54-0880
🕒 8:30~19:00
🚗 272台
📅 無休(メンテナンス休業あり)



8 おんなの駅 なかゆくい市場



おんなの駅は、マンゴー、パイン、パッションフルーツなど農産物に加えて、地元食材を使った魅力的で種類豊富な商品が数多く並ぶ直売所。ここでしか出会えないグルメやスイーツを扱う店舗も充実!宝探しのよう買い物が楽しめる「また行きたくなる」直売所です!

恩納村字仲泊1656-9
☎ 098-964-1188
🕒 10:00~19:00
🚗 140台
📅 無休



2 もとぶかりゆし市場



もとぶかりゆし市場がある本部町は、パインやシークワーサーなど本島有数の生産地。おいしい果実が産地ならではの価格で手に入るのもポイント。さらに、地元の未利用魚を使ったフィッシュバーガーはジュシーで食べごたえ抜群!美ら海水族館から車で約15分とアクセスも良好です。

本部町字大浜881-1
☎ 0980-43-0280
🕒 9:00~18:00
🚗 100台
📅 正月3日間



6 わんさか大浦パーク



やんばるの森と大浦湾を望む絶景のロケーションを楽しめる海辺の直売所。おいしいもの・楽しいことがわんさかで地元沖縄の方から観光客の方まで幅広く愛されています。年間100種類以上の野菜、40種類以上のフルーツなどの農作物、加工品、花木も充実。許田ICより車で約30分。

名護市字大浦465-7
☎ 0980-51-9446
🕒 10:00~17:00
(土日祝9:00~17:00)
🚗 46台
📅 第2・4水曜日

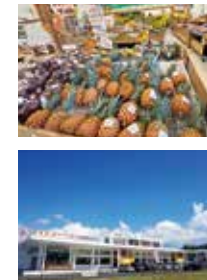


3 羽地の駅



羽地の駅は地元農家のトロピカル果物が売り場に多く並び、見ているだけで南国の雰囲気味わえます。南国果実の他、羽地鶏と魚のすりみを合わせた「ニューハーフ」といったユニークな商品もおススメ。古宇利島からアクセスも良いので、ぜひご来店を。

名護市真喜屋763-1
☎ 0980-58-2358
🕒 9:30~18:00
🚗 50台
📅 無休



全店舗
発送可!!

アメリカンビレッジ等の観光地から訪れやすい直売所をご紹介します。本島中部は、紅イモ、モズク、花きなど多種多様な農水産物の産地です! 中部ならではの異国情緒漂う観光地に訪れた後、沖縄の日常が感じられる直売所に、ぜひお立ち寄りください。

11 中部ファーマーズマーケット ちゃんぶる〜市場



中部の「おいしい」が全部ここに! チャンブルー文化の名の通り、多彩な食材が一度に揃う直売所です。珍しいハーブも揃っており、食卓のアクセントにもぴったり。さらに店頭精米も人気です! 提携先から直接仕入れた玄米を店内で精米し、新鮮な状態で提供しています。

📍 沖縄市登川2697-2
☎ 098-894-2215
🕒 9:00~18:00
📦 約110台
🗓 正月3日間・旧盆最終日
メンテナンス休業(年2回)



HP

9 読谷ファーマーズマーケット ゆんた市場



ゆんた市場は、地元産の野菜から、マンガーやパイン、メロンまで揃った品揃え豊富な直売所。生産者とお客様が「ゆんたく(おしゃべり)」を楽しむ場となること、読谷の古い呼び名「ゆんたんざ」が名前の由来です。多くの人でにぎわう同施設は、地元の魅力が詰まった人気のスポットです。

📍 読谷村喜名2346-11
☎ 098-958-1124
🕒 9:00~18:00
📦 135台
🗓 正月3日間・旧盆最終日
他月1日程度



HP

LINE

12 うるマルシェ



沖縄の食の魅力を発信し、生産者と消費者をつなぐ地域の拠点「うるマルシェ」。うるま市特産のもずくをはじめ、生鮮から加工品まで幅広く揃っており、訪れるたびに宝探しのようなお買い物が楽しめます。地域ならではの食文化に触れられる人気スポットです。

📍 うるま市前原183-2
☎ 098-923-3911
🕒 9:00~20:00
📦 169台
🗓 元旦・メンテナンス休業
(3月・6月・11月の第3水曜日)



HP

instagram

10 道の駅かでな農産物直売所 リトルガーデン



道の駅かでなは、旬の野菜や果物が多く、スーパーでは見かけない地場産品を手頃に購入できます。展望施設からは広大な嘉手納基地を一望でき、観光の立ち寄りスポットとしても利用可能。スイカジュースや黒糖カフェラテなど、沖縄ならではの味覚も楽しめます。

📍 嘉手納町屋良1026-3
☎ 098-957-5678
🕒 9:00~19:00
📦 91台
🗓 無休



HP

instagram

13 JAファーマーズマーケット西原 うんたま市場



うんたま市場は、精肉・鮮魚・惣菜店を併設し、地元農家が丹精込めて育てた新鮮野菜や沖縄惣菜を豊富に取り揃えています。冬はケールやトレビスなど西洋野菜も充実し、多彩な食材選びを楽しめます。同施設は地産地消を大切に、安全で新鮮な農産物を提供しています。

📍 西原町字小波津480
☎ 098-945-5151
🕒 9:00~18:00
📦 123台
🗓 正月3日間・旧盆最終日
他月1日程度



HP

facebook



おきなわフルーツ豆知識

【パインアップル編】

パインアップルの切り方って分からないですよね。そこで、パインアップルの切り方をご紹介します! これであなただけのパインアップルカットマスター! ※正式名称は、実はパイナップルではなく、パインアップルです。



【マンゴー編】

マンゴーは赤くなるものだと思いませんか? 実は沖縄には、緑色のまま完熟するマンゴーがあるんです! キーツ種は、完熟しても果皮が緑色のままで、濃厚な甘みの特徴です。完熟するとツヤが増し、芳醇な香りを楽しめます。



完熟まで常温保存し、食べる前に冷やすのがおすすめです! 食べ頃の見極めは、押してみてもふわりやわらか、甘い香り。注意深く見守りましょう!



【パッションフルーツ編】

豊かな甘みと酸味があり、ゼリー状の果肉とカリカリした種の食感が楽しいフルーツ! 収穫直後は表面がツルツルしていますが、常温で追熟させると表面がシワシワになります。食べる直前に冷蔵庫で冷やし、真っ二つに切ってスプーンで食べると、もう最高です!

●酸味を楽しみたい方は、あまり追熟させず、皮がツルツルした状態がおすすめ!
●甘みを楽しみたい方は、追熟させて皮がシワシワの状態になると、酸味が抜けて芳醇な甘みを味わえます!



【シークワーサー編】

シークワーサーは緑色のイメージが一般的ですが、完熟するときれいな黄色になります! 黄色く熟した完熟シークワーサーは酸味が少なく甘みが増してフルーティー。ジュースやスイーツ、ジャムなど、飲料やデザートづくりに向いています。同じシークワーサーでも、収穫時期によって味は大きく変化します。料理には青切り、デザートには完熟と、用途に合わせて選ぶのも楽しみ方のひとつです。



OKINAWA Farmers Market Guide

南部

全店舗
発送可!!

那覇中心街からアクセスが良い直売所をご紹介。本島南部は、マンゴーやパッションフルーツなどの産地であり、都市部に近いものの魅力的な農産物がたくさん!那覇空港を利用する人の立ち寄り先におすすめのエリア。沖縄独特の雰囲気が味わえる直売所に、ぜひお立ち寄りください。

17 ファーマーズマーケット南風原くがに市場

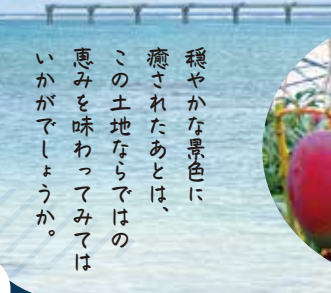
南風原町字津嘉山889-1
☎ 098-889-3377
🕒 9:00~18:00
🚗 70台
📅 正月3日間・旧盆最終日
他月1日程度



南風原はかぼちゃの拠点産地で、全国の市場に出荷しています。旬には自慢のかぼちゃのほか、マンゴーやパイナップル、ドラゴンフルーツなど沖縄の味覚が揃い、季節ごとに魅力あふれる品揃えが楽しめる直売所です。地域に根ざした新鮮な農産物を楽しみにぜひ立ち寄ってみて。



那覇から南に少し車を走らせると、そこには一面に広がるさとうきび畑など、沖縄らしいのどかな原風景が待っています。



穏やかな景色に癒されたあとは、この土地ならではの恵みを味わってみてはいかがでしょうか。

14 農連ファーム

那覇市樋川2-3-1農連プラザ1F
☎ 098-996-2755
🕒 9:00~18:00
🚗 96台
(500円以上の購入で1h無料)
📅 正月3日間



新鮮でおいしい県産野菜・果物を多数取り扱っており、県内の業者や地元客、さらには観光客からも厚い支持を集める活気あふれる直売所。名物のもやし売り「樽もやし」は迫力満点!国際通りから徒歩約10分。農連プラザ1階に位置し、地域の食を支える拠点として親しまれています。



15 アグリハウスこちんだ

八重瀬町字宜次578-1
☎ 098-998-6708
🕒 9:00~18:00
🚗 70台
📅 年始



地元である南部でとれた季節の野菜・フルーツのほか、肉・鮮魚・豆腐なども豊富に取り揃えています。一番のおすすめは、数量限定で販売している朝イチで収穫したおいしい卵「今朝採りたまご」。施設内には人気のパン屋やカフェもあるので食事を楽しみながら買い物もできます!



16 ファーマーズマーケット与那原あがりはま市場

与那原町東浜89-104
☎ 098-944-7741
🕒 9:00~18:00
🚗 100台
📅 正月3日間・旧盆最終日
他月1日程度



県産・国産にこだわった季節の野菜・果物を豊富に取り揃える「あがりはま市場」。与那原町や南城市を中心に、幅広い地域から新鮮な農産物が入荷。肉や魚、加工品の品揃えも充実している「地域密着型」のファーマーズマーケットです。

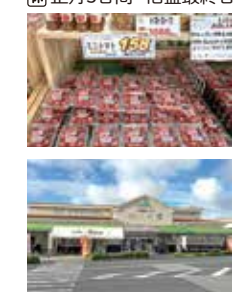


18 JAおきなわ食菜館とよさき菜々色畑

豊見城市豊崎3-86
☎ 098-850-8760
🕒 9:00~18:00
🚗 170~200台
📅 正月3日間・旧盆最終日



道の駅豊崎に隣接し、地元農家の新鮮な青果物を販売!空港から近いので、地元客だけでなく、観光客にも人気の直売所です。夏は豊見城産のさわやかな甘みがある「マンゴー」が有名で、チルドで発送もできます。冬は酸味、甘みがおいしい豊見城産「ちゅらトマト」がおすすめ!



19 農産物直売所畑人市場

糸満市座波1813-1
☎ 098-840-8877
🕒 9:00~19:00
(土日祝9:00~18:00)
🚗 50台
📅 HPを確認



糸満市の中心に位置し、新鮮な地元の農産物を取り扱っています。季節ごとに変わる旬の味覚や、地元農家のこだわりが詰まった新鮮な野菜、果物が豊富に揃います。おいしい野菜を使った加工品にも力を入れていて、手作り弁当とサーターアングーはとっても絶品です!



20 ファーマーズマーケットいとまんうまんちゅ市場

糸満市西崎町4-20
☎ 098-992-6510
🕒 9:00~18:00
🚗 400台
📅 正月3日間・旧盆最終日
他月1日程度



採れたての新鮮な野菜や果物が豊富に並び、生産者の顔が見える安心感と、産地直送ならではのお手頃な価格が魅力の直売所です。マンゴーや島バナナ、美らキャロットなど、沖縄ならではの旬の農産物を取り揃えています。季節ごとに異なる味覚との出会いをお楽しみください。



21 南の駅やえせ

八重瀬町字具志頭659
☎ 098-851-3824
🕒 9:00~18:00
🚗 約60台
📅 第3火曜日・年末年始



マンゴーやぐしちゃん産ピーマンなどの果実や新鮮野菜はもちろん、食材をより「美味しく」いただける地元や世界中から取り揃えた調味料、民芸品や沖縄土産など「ここでしか買えない」逸品が並びます。いつもの料理をもっと贅沢にする、食卓を笑顔にするお店です!

