

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本



阿里山國家森林遊樂區

冬春交替之際，櫻花漫溢成海。

將雲深不知處的山頭綴成繽紛的櫻花國度。

一路隨風飄落的花雨，美得令人屏息。

← 阿里山林相橫跨熱、暖、溫、寒四個林帶，從常綠闊葉林到針葉木都有分佈

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

從日據時代的高山林場到如今的賞櫻天堂，阿里山的超人氣，近百年來未曾稍減。

阿里山為玉山山脈支脈之一，以沼平火車站為中心，西有小塔山，東邊為向高丘與祝山，南面石山、水山轉東綿延至東埔山，共18座大山峰峰相連成偉岸的阿里山脈，高山群切開了曾文溪與清水溪的水文，為兩溪主要分界，區內森林廣袤，是曾文水庫最重要的集水區。

阿里山林相有兩大特色，一是品種繁多，橫跨熱、暖、溫、寒四個林帶，從常綠闊



↑ 每年春天，以吉野櫻為主角的花海一片浪漫粉白

葉林到針葉木都有分佈；二是大部分林木年事已高，其他地方動輒奉為「神木」、「奇木」的千年紅檜和扁柏，此地比比皆是，還都是原始的天然野生林。巨木參天，林下灌木、草類、苔蘚、地衣生長茂密，提供了野生動物隱蔽的棲息環境及豐富的食物來源，山羌、山豬、台灣山羊、台灣獼猴、赤腹松鼠、果子狸等族群消長穩定，其中又以台灣獼猴、赤腹松鼠數量最多也最常見。1896年，日本人長野義虎發現了這片巨大密林，1906年開工興築登山鐵路，正式展開伐木採運作業，也開啓了阿里山同步發展經濟與觀光的歲月。

森林是阿里山最可貴的經濟與生態價值，從1903年引進試種成功的近萬株櫻花，則為阿里山創造了不朽的觀光魅力。從12月到翌年3、4月，雲深不知處的阿里山，各色櫻花漫溢成海。12月、1月是山櫻，開春之後，吉野櫻、關山櫻、大島櫻、嶺櫻陸續綻放，將山頭綴成繽紛的櫻花國度。走在這片見證了台灣伐木歷史的古老森林中，一路隨風飄落的櫻花雨，美得令人屏息。



↑ 阿里山十大功勞

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

阿里山森林遊樂區全覽

建議遊玩時間：1~2日

遊玩景點：

- ① 阿里山賓館
- ② 沼平公園
- ③ 貴賓館
- ④ 姊妹潭
- ⑤ 受鎮宮
- ⑥ 巨木群棧道
- ⑦ 慈雲寺
- ⑧ 祝山日出



南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

小 檔 案

位置：嘉義縣阿里山鄉

海拔：2216公尺

氣候：年均溫10.6℃

自然景觀：吉野櫻、重瓣櫻、山櫻花、姐妹潭、巨木群、雲海、日出、晚霞、高山森林、森氏杜鵑、塔山風貌。

人文景觀：高山博物館、蒸氣集材機、蒸氣火車頭展示場、受鎮宮、慈雲寺、樹靈塔、沼平公園、集材柱。

遊憩設施：森林浴場、涼亭、休憩桌椅、步道、觀日樓。

生態重點：森林、櫻花、台灣一葉蘭自然保留區、山鳥。

適合活動：賞櫻、看日出、夕陽、晚霞、觀雲海、森林浴、賞楓、賞鳥、登山。

適合季節：全年

季節情報：3月中旬至4月中旬阿里山花季，吉野櫻、森氏杜鵑、毛地黃滿山盛開，4、5月台灣一葉蘭花期，農曆3月3日受鎮宮玄天大帝誕辰，「神蝴蝶」駐足，仲夏時節繡球花開，12~1月山櫻花開，秋末至12月、1月的日出景觀最優，冬天則以雲海景致聞名。

實 用 資 訊

地址：嘉義縣阿里山鄉

服務電話：(05)267-9917

開放時間：00:00~24:00

門票：假日全票200元，半票150元，優待票10元，平日全票150元，半票100元

住宿：區內有眾多民營旅社可供住宿

停車費：大、小型車均為100元，機車20元

交 通 路 線

開車：從嘉義交流道下中山高速公路，沿著北港路（159縣道）進入嘉義市區，循民族路、吳鳳南路接上18省道，經過十字路、社口、觸口、石桌，約80公里抵達阿里山。

搭車：從嘉義火車站搭森林鐵路阿里山線對號快車，每日上下山各一班車，13:00從嘉義站發車，16:58抵達阿里山站，17:03抵達終點沼平站；13:18從沼平車站發車下山，16:50抵達終點嘉義站。

洽詢電話：阿里山嘉義北門車站(05)276-8094、(05)267-9833

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

1. 阿里山賓館

雖然外觀略嫌老舊，卻是中台灣最老字號的高山觀光旅館，更重要的是，它正好坐落在整個遊樂區的中心點，無論賞櫻或登山走步道，這兒都是理想的起點。

賓館門口種有一棵枝葉繁茂的吉野櫻，襯著背後古色古香的賓館大門，被公認是拍紀念照的最佳場景之一。因此無論是不是住客，花季期間大多會專程前來，在花下漫步、野餐、小坐片刻，體驗一下日本櫻花宴



↑ 阿里山賓館前枝葉繁茂的吉野櫻，是拍紀念照的最佳場景

的風雅。

沿著賓館左前方的石階進入森林遊樂區，彷彿進入了另一個深邃的綠林國度，濃蔭覆蓋下涼意更深。步道旁幾株瘦高的紅檜樹幹及苔蘚濃綠的岩石上，匍匐著生一叢叢蕨、台灣劍蕨、擬笄瓦葦等蕨類。擬笄瓦葦為台灣特有種，台灣劍蕨喜生長於潮濕、多腐質的環境，台灣中海拔山區經常可見，兩者均分佈於暖溫帶闊葉林中；蕨則主要分佈於檜木林帶，為攀緣性著生稀有植物，葉長約15至20公分，根莖上被覆褐色鱗片為最明顯的辨識特徵。

續往阿里山派出所的方向前行，沿途林相逐漸改為台灣雲杉等植物，林下常見大花落新婦、



↑ 台灣雲杉細瘦高聳，是冷溫帶森林主要樹種之一



↑ 台灣劍蕨葉片呈倒披針形，喜生長於潮濕、多腐質的環境之中



↑ 擬笄瓦葦為台灣特有種，中海拔山區偶然可見



↑ 蕨根莖上被覆褐色鱗片為最明顯的辨識特徵

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

虎杖及野生的金毛杜鵑。金毛杜鵑為台灣六種原生杜鵑之一，是極為常見的野生杜鵑，樹高僅約3公尺左右，因全株密佈金黃色腺毛而得名，花色猩紅，每到花期總是滿山盛開，將山坡、草原整片整片染紅，有「滿山紅」之稱，旺盛的繁殖力令人嘆為觀止。

2. 沼平公園



↑ 從梅園、派出所到沼平車站之間，大約百來公尺的鐵道兩旁遍植櫻花樹，是最能吸引遊客群集的「櫻花步道」

阿里山「經典風景」不少，日出、神木，還有鐵道從櫻花樹下蜿蜒而過的畫面令人印象深刻。從梅園、派出所到沼平車站之間大約百來公尺的鐵道兩旁遍植櫻花樹，是阿里山櫻花生長最密集的區域，繁花成海，是最能吸引遊客群集的「櫻花步道」。

這一帶的櫻花品種繁多，除了數量大宗的山櫻、吉野櫻之外，並可見千島櫻、大島櫻、高砂櫻、嶺櫻、牡丹櫻等比較稀少的品種。雖然櫻花花期長達一個月，但根據以



往紀錄，在3月20日前後開得最盛。花期的早晚受當年度節氣的影響很大，花季的長短則與開花

← 農曆年前後，當滿山山櫻花都已抽出綠芽、吉野櫻仍含苞待放之際，沼平公園裡這株晚開山櫻就徹底發揮了「萬綠叢中一點紅」的驚豔效果



↑ 櫻花步道旁的草叢間，白天也可看到睡眠中的蛾類



↑ 金毛杜鵑從平地到海拔三千公尺高山都有分佈

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

時的天氣息息相關，如果連續好幾天豔陽高照，會加速各株同時綻放；萬一遇上連綿細雨，則落英繽紛有如大雪紛飛，也別有一番風味。

沼平車站一過了清晨的日出時間就人跡寥落。沿著步道往森林遊樂區的方向走，會經過一座小小的沼平公園，深谷的視野非常遼闊，更特別之處在於此地有一兩株老是比別人「晚熟」的山櫻，農曆年前後，當滿山山櫻花都已抽出綠芽、吉野櫻仍含苞待放之際，這些晚開的山櫻就發揮了「萬綠叢中一點紅」的驚豔效果。運氣好的話，還可看到灰喉山椒鳥停棲在空曠的枝頭上，或獨行俠似的栗背林鴝（阿里山鴝）在地面上活動，發出「皮、皮、皮」的鳴聲，車站附近垃圾桶有遊客丟棄的食物，常見到短胖可愛的金翼白眉在地面上跳躍覓食，令人驚喜。



↑ 冬天阿里山全區都可見到栗背林鴝的蹤跡（攝影／黃文欣）

3. 貴賓館

為一中西合璧的平房建築，興建於日據時代大正9年（1920年），原是供日本皇族遊覽阿里山住宿的行館，後來的蔣介石、蔣宋美齡也經常下榻於此，內部仍保持舊時陳設，供遊客參觀。

久無人居的山屋濕氣濃重，不太吸引遊客駐足，倒是館前方裸露的岩壁上有一整片正值花期的台灣一葉蘭引人流連。台灣一葉蘭為珍貴的台灣原生蘭，也是國際間享有盛



↑ 貴賓館地處隱密，原是供日本皇族遊覽阿里山住宿的行館，內部仍保持舊時陳設供遊客參觀



↑ 3、4月及9、10月間，常見綠翅茶斑尺蠖伏在步道或葉間休眠，為阿里山常見蛾種

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

名的野生蘭花，只生長於本省冷涼氣候的山區，由於盜採嚴重，目前已瀕臨絕種。最大群落位於眠月線鐵路沿線，921之後鐵道中斷，此地成了全阿里山唯一能近距離欣賞台灣一葉蘭的據點，彌足珍貴。



／繡球花為忍冬科，又名粉團花、木繡球，落葉灌木或小喬木，夏季開花

貴賓館地處偏僻、加上進出管制嚴格，因此無論野生植物或人工栽培的庭園作物，植株均長得十分健壯。在這處管理良好的園子裡，繡球花和近年大熱門的石蓮固然搶眼，就連花色不起眼、常被人視而不見或誤認為蘭花的台灣油點草，也開得豔麗崢嶸。台灣油點草是台灣特有種的單子葉百合科植物，由於葉片和花具有油點而得名，這種植物和生長在中低海拔的山油點草十分相似，最大的差異在於台灣油點草沒有走莖、6片花瓣大小比較均等，而山油點草具有走莖，花瓣則是3大3小，可以此判別。9月之後，潮濕的斜坡上密佈著普刺特草的紫色果實。小小

葉片全緣鋸齒，就像一枚枚敲扁了的啤酒瓶蓋，橢圓形的果實有如一顆顆小秤錘，非常可愛。

4. 姊妹潭

姊潭與妹潭為兩個大小不一的高山湖泊，相傳有一對鄒族姊妹同時愛上一名男子，既不願意退讓愛情，又不想傷害手足情誼，姊妹不約而同投潭自殺，是潭名由來的古老傳說。



↑ 姊妹潭為兩個大小不一的高山湖泊，兩潭相距約10公尺，設有步道可供散步



↑ 台灣油點草別稱石溪蕉、竹葉草、石水蓮，分佈於海拔三千公尺以下的森林地帶，為台灣特有種



↑ 普刺特草的深紫色果實看起來個橢圓形的小秤錘，又有老鼠拉秤錘、銅錘草的別稱

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

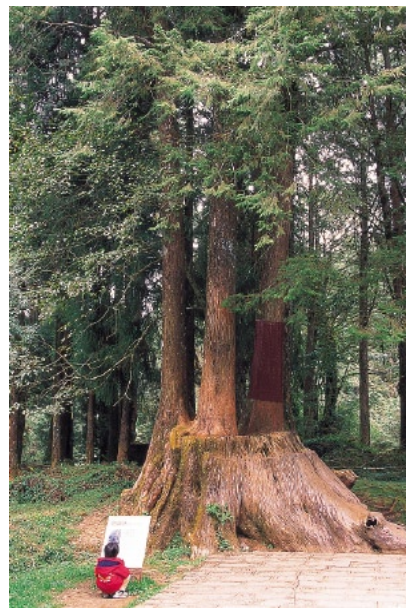
兩潭相距約10公尺，設有步道可供閒情漫步。妹潭潭面較小，姊潭潭面上設有木橋涼亭，供人坐賞湖光山色。這裡可以找到台灣數量較少的西施杜鵑，又稱西施花，4月開花，香氣恬淡。冷涼的潭邊花間常有蝴蝶停駐，目前阿里山有紀錄的蝴蝶有194種，佔本省蝴蝶一半以上，如小紅點粉蝶、台灣胡麻斑粉蝶，其中以鳳蝶類色彩鮮豔體型龐大，最引人矚目。

出姊潭沿著園區步道走去，還有「三兄弟」及「四

→「三代木」橫倒在地上的古老樹根是樹齡1500年的第一代木，它枯死後經過250年，一顆種子飄落其上生成第二代，二代木根老殼空，經過300年又生出第三代，由於三代系出同門，枯而復榮，是阿里山著名的林木奇景之一



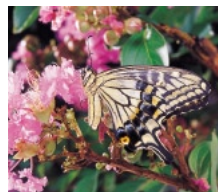
姊妹」檜木景點可以順遊。阿里山區早年到處都是砍伐後遺留的檜木樹頭，別處飄來的紅檜種子偶然飄落其中，藉枯樹為養分落地生根，年復一年長成大樹之後，就形成了這種「同株不同種」的奇景。阿里山有很多類似的森林生長傳奇，例如三代木、永結同心，為山林之旅平添不少樂趣。



←天然的紅檜種子飄落在砍伐後遺留的檜木樹頭上，而後長成四棵大樹，稱為「四姊妹」



↑西施杜鵑分布於全島中海拔闊葉森林中，為常綠灌木至亞喬木，屬於杜鵑花科的石楠類，花色偏紫，又名青紫花



↑阿里山蝴蝶以鳳蝶類最多，此為柑橘鳳蝶（攝影／陳仰聖）

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

5. 受鎮宮

地址：嘉義縣阿里山鄉香林村45號

電話：(05)267-9982

受鎮宮位於香林國小對面，為全省海拔最高的古剎，也是阿里山居民的信仰中心，主祀玄天上帝。據說從50年前開始，每年農曆2月26日玄天上帝壽誕前後，都會有7隻「神蝴蝶」（枯球羅紋蛾）飛到神像金身上棲息，一直要等到3月3日壽誕儀式結束後才集體飛離，據說是專為祝壽而來，聽起來匪夷所思，當地人卻指證歷歷。



↑ 每年農曆2月26日前後，都會有7隻枯球羅紋蛾飛到受鎮宮玄天上帝金身上棲息，令人稱奇

以科學角度來看，由於3、4月間正值枯球羅紋蛾繁殖季節，廟中的香煙繚繞氣味加上蛾類具有趨光性，剛好足以形成吸引枯球羅紋蛾聚集的環境。至於為什麼每年都是不多不少、正好7隻？則至今無人能解。

受鎮宮旁的水池中常有鉛色水鵝來訪，以昆蟲為主食，鳴聲婉轉悅耳。

國家森林遊樂區素來嚴禁生火炊事，唯有受鎮宮附近鄰近學校不好管制，竟衍生出一整條小吃特產街，在高山森林中蔚為奇觀。

在阿里山的特產店中，有一項是別的地方買不到的，那就是生山葵（哇沙米）。一般人大多吃山葵粉或磨好的山葵醬，但對於真正講究的老饕來說，粉或醬都沒有現磨的山葵來得鮮辣夠味。遊客人手一棵還帶著水氣的山葵，是阿里山之旅最特別的伴手禮。



↑ 受鎮宮旁的小吃街，多的是這種還帶著露珠水氣的生鮮山葵



↑ 痼喉蝗正在腐植質豐富的落葉間覓食



↑ 枯木旁陰暗的潮濕地常見肉穗野牡丹的蹤跡，此花植株雖然迷你，花色卻十分美艷

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

6. 巨木群棧道

過了吊橋抵達阿里山神木舊址。早已中空炭化、終於放倒之後，位於阿里山森林鐵路盡頭的這棵巨大紅檜，仍是「神木不死」，即使其他地方已發現好幾棵樹齡相仿的巨木，都難以動搖它在阿里山森林中的神聖地位。3000歲，樹高55公尺，胸圍23公尺，得十幾個人才能合抱，又老又巨大，實在很難有樹能出其右。

想瞻仰「活」神木參天的丰姿，不妨到樹靈

→ 千歲檜高35公尺，樹齡2000年，日據時代叫做「萬歲檜」，因樹形像日人高舉雙手歡呼萬歲狀而得名，光復後因實際樹齡未達「萬歲」而改稱「千歲檜」



塔附近的「巨木群棧道」走走。全長600公尺的步道兩旁，共有20株千年以上的老樹，是全台巨木密度最高的一條步道，加上入口處高齡兩千多年的光武檜、千歲檜，絕對很有看頭。

巨木垂垂老矣，中、下層及樹林外緣野花盛放，常見鳥兒活動覓食的蹤跡。阿里山鳥類記錄共有75種，名列鳴唱排行榜的有11種，帝雉、藍腹鵲、藪鳥、青背山雀、火冠戴菊鳥都榜上有名。

其中火冠戴菊鳥個子小小，十分可愛，只在針葉樹上停留覓食。至於一般遊客耳熟能詳的冠羽畫眉，則常在櫻花盛開的季



← 光武檜樹齡2300年，為僅次於阿里山神木樹齡最老的巨木



↑ 樹靈塔建於民國24年，日本人因大量砍伐阿里山森林，有感於有生之物皆具靈性，乃建塔以慰衆多樹靈



↑ 樹靈塔旁斜坡叢生著大片的射干菖蒲，夏季開花，橘紅色的花朵在巨木包圍中更顯得明麗非凡

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

節，常成群結伴到花叢中採蜜，褐色的羽冠十分明顯易辨。



↑ 巨木群棧道全長600公尺，共有20株千年以上的老樹，是全台巨木密度最高的一條步道

7. 慈雲寺

地址：嘉義縣阿里山鄉香林村66號

電話：(05)267-9720

群山雲海環繞中，肅穆幽靜的慈雲寺像是一處山中小桃源。寺中以釋迦牟尼千年古佛著稱，佛身外為銅鑄，內填金砂，頗具質樸古意。寺院前庭面臨深谷，視野開闊，步道已至盡頭，在此坐看落日與晚霞，正是時候。

院內遍植繁花，法國菊、波斯菊、銀杏、羊蹄甲、豔紫荊、鳳仙花等四時輪流綻放，



↑ 慈雲寺位於森林步道盡頭，群山環繞中，像是一處清幽的山中小桃源



↑ 石蓮因外形酷似蓮花，且葉片耐旱而得名，是近年相當熱門的庭園景觀植物



↑ 波斯菊來自南美洲，七彩繽紛的花海，是阿里山秋季的賞花主角



↑ 法國菊顧名思義是歸化的植物，多年生草本，又稱高山菊

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

既是庭園造景，也是蝴蝶鳥兒棲息覓食的好所在，因此總有人帶著望遠鏡前來，不是進香，而是來觀鳥賞蝶的呢！

青背山雀經常在寺廟後方的闊葉林中出沒，尖細輕快的「啾、啾、啾」叫聲宛如山中天籟。

8. 祝山日出



鐵道、森林、雲海、日出和晚霞，並稱不可不看的「阿里山五奇」，尤其是日出，讓多少人情願犧牲睡眠，摸黑上山耐心等待，其魅力可見一斑。

祝山線觀光鐵路是國人自建的第一條高山鐵路，全長6.25公里，蜿蜒在海拔2,216至2,451的山腰上，除了作為上山看日出的主要交通工具，小火車本身也極富吸引力；尤其眠月線在921中震毀之後，遊客幾乎全部湧向祝山線，更是一位難求。

看日出一向是旅遊阿里山必做的早課。掙扎著透早起床，就為了守候太陽從雲間蹦出剎那間的痛快感受，有辦法更早起床的，還可以順便觀星。阿里山日出的時間和位置因季節而變動，呈現的風景也大異其趣：春、秋分時節約6時日出，日頭在北山、秀姑巒山一帶出現；夏至約5時日出，在郡大山方向出現；冬至大約7時左右才日出，出現地點約在玉山南峰右



↑ 黃冠戴菊鳥生性活潑，只會在針葉樹上停留覓食（攝影／黃文欣）

← 祝山線觀光鐵路是國人自建的第一條高山鐵路

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

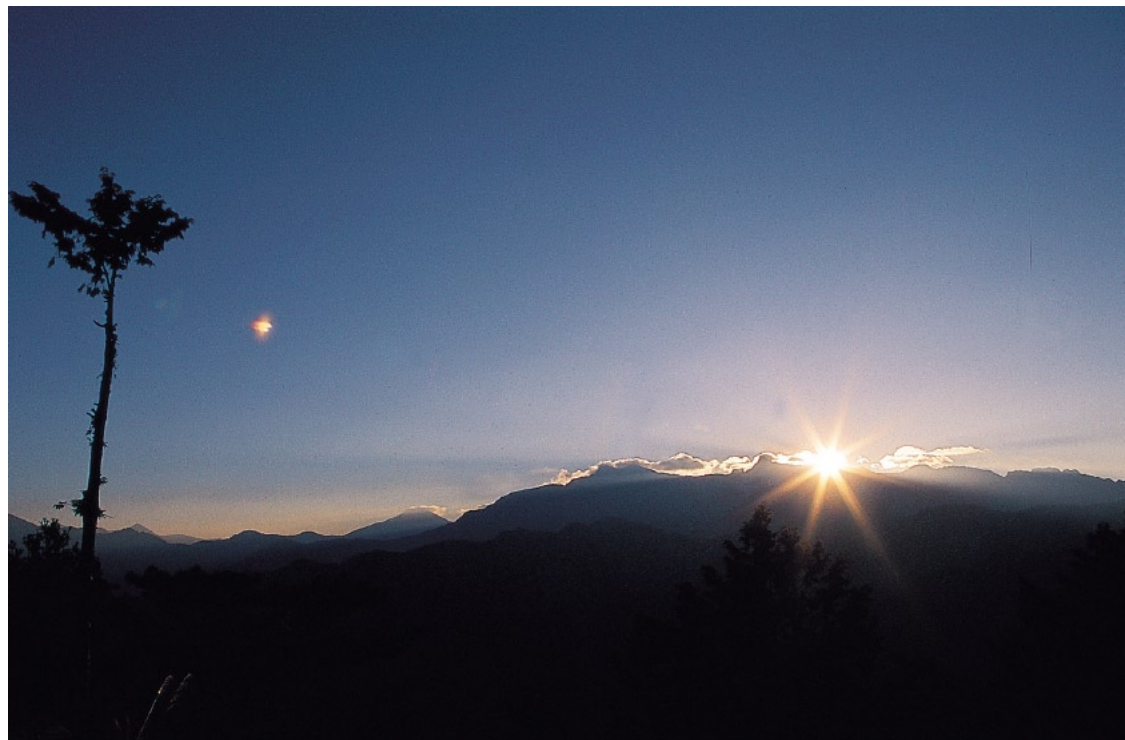
● 富源

● 知本

側。據觀察，天候穩定的春夏較有機會目擊日出，濕冷的秋冬則比較容易見到雲海。

如體力充足，回程不妨漫步走觀日步道下山。步道全長2.2公里，去程必須爬坡，步

行約需60至80分鐘，回程卻是輕鬆的下坡路段，半小時就能回到旅館區了。沿途可欣賞豐富的山林景觀順便做檜木森林浴，在清新晨曦中漫步，更能有一種悠閒自然的體會。



↑ 阿里山日出名聞中外，遊客辛辛苦苦早早起床，摸黑上山，只為守候光芒乍現與太陽從雲間蹦出剎那間的痛快感受

← 日出的時間和位置因季節而變動。天候穩定的春夏較有機會目擊日出，而乾冷的秋冬比較容易見到雲海

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

周邊景點

達娜伊谷看國寶魚，奮起湖逛百年老街，
達邦、特富野體驗原住民風情。

景致從平原綠野，一路爬升到高山天水流長。

前 往阿里山如果只玩森林遊樂區，未免辜負了大老遠的這趟旅程及中央山脈群峰的壯麗山水。

阿里山公路從嘉義市區出發，編屬18號省道，過了阿里山、塔塔加之後接上玉山景觀公路，也就是俗稱的「新中橫」，穿過玉山國家公園中心點直下南投信義、水里，景致從平原綠野一路爬升到高山天水流長，視野層次上的急遽變化讓人心曠神怡，上百公里的漫漫旅程，一點都不覺困乏無聊。

順遊景點也很多。在山美村下轉產業道路拜訪達娜伊谷，或在石桌轉169縣道到奮起湖，深入阿里山原鄉風情。想體驗比阿里山更高、更開闊的高山風光，出了森林遊樂區大門後右轉接上玉山景觀公路，順著公路走，穿過台灣屋脊——玉山山脈，親身體驗東亞第一高峰的氣概宏偉。山越高，越是不見鳥蹤人跡，越能讓人享受化外的清靜與自在、孤獨與悠閒……。

阿里山周邊住宿情報

阿里山賓館	地址：嘉義縣阿里山鄉香林村16號 電話：(05)267-9811
新龜山別館	地址：屏東縣車城鄉溫泉村溫泉路106號 電話：(08)882-2738
阿里山閣大飯店	地址：嘉義縣阿里山香林村1號 電話：(05)2679611
櫻山大飯店	地址：嘉義縣阿里山中正村39號 電話：(05)267-9979
阿里山警光山莊	地址：嘉義縣阿里山中正村32號 電話：(05)267-9606
高山青賓館	地址：嘉義縣阿里山中正村43號 電話：(05)267-9988
高峰大飯店	地址：嘉義縣阿里山中正村41號 電話：(05)267-9739
文山賓館	地址：嘉義縣阿里山中正村40號 電話：(05)267-9627

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

周邊景點

- ① 天長地久吊橋
- ② 達娜伊谷自然生態公園
- ③ 伊谷咖啡民宿
- ④ 奮起湖
- ⑤ 大凍山日出
- ⑥ 玉山景觀公路



● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

1.天長地久吊橋

觸口村為阿里山公路的東端入口，是進入公路前的最大村落，特產、小吃店林立之外，還有一家通宵營業的便利商店，彷彿一處溫暖的山中驛站，遊客大多會在此下車舒展筋骨、補給飲水乾糧，順便到有名的「天長地久」吊橋上走走逛逛，瀏覽壯偉的八掌溪谷風光。

八掌溪將觸口村一分為二，由兩座規模宏長的吊橋聯繫村莊兩端，就是有名的「天長地久」吊橋。

→地久吊橋橫跨八掌溪上與公路並行，橋身宏長壯偉，結構之美令人讚嘆



地久橋橫跨八掌溪上與公路並行，天長橋則連接凍仔嶺、番路山兩座山頭，與地久橋遙遙對望，一前一後拱衛著小村，橋身宏長壯偉，結構之美令人讚嘆。



↑在觸口就買得到阿里山特產的高山茶

2.達娜伊谷自然生態公園

地址：嘉義縣阿里山鄉山美村達娜伊谷溪畔

電話：(05)251-3246

達娜伊谷海拔500公尺，達娜伊谷溪從山美村中潺潺流過，以險峻的巨石、溪潭和斷



←達娜伊谷溪從山美村中潺潺流過，以險峻的巨石、溪潭和斷崖遠近馳名

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

崖遠近馳名，近年則以溪中復育的台灣國寶魚——高山魚固魚受到各界矚目。

近年此處已成立自然生態公園。園區分為賞魚步道、觀景亭、風味餐廳、傳統小吃區及戶外歌舞廣場五大部分，走在山間步道上居高俯瞰，青翠山脈向遠處伸展，溪水反射出點點金光，幽靜溫暖。人氣最旺的賞魚步道採環狀設計，約2公里長，分為3個賞魚區，清澈見底的水域中，常常可以看見成群銀白色的魚固魚悠游其中，好一幅如畫世外桃源。



↑達娜伊谷的高山魚固魚在完善保護中進行復育，成績斐然

3.伊谷咖啡民宿

地址：嘉義縣阿里山鄉山美村達娜伊谷溪畔

電話：(05)251-3246

民宿這幾年在部落之間蔚為風潮，山美、達邦、特富野不下十來家，伊谷咖啡民宿是其中相當具有個人特色的。住在這裡可以深入體驗原住民鄉野生活的寧靜和純樸，晚上還可跟著老闆去抓溪蝦、搗小米麻糬，很有玩頭。

雖然是深山野地，民宿老闆對吃喝卻頂講



↑「伊谷咖啡民宿」連幢的小木屋整潔怡然



↑「伊谷」是相當具有個人特色的風味民宿



↑群山連峰中的阿里山晚霞，美得迷人

南東台灣

森林渡假情報

●全覽圖 ●周邊景點 ●特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

究。鄒族原住民的廚師一手研發出來的山野套餐，包括月桂葉炒蛤蠣絲瓜、鹹菜鴨、竹筒飯、咖啡馬拉糕等，創意的菜色和自然野味，比起阿里山公路兩旁專賣旅行團的特產餐廳，不知出色多少。至於招牌的康寶藍及愛爾蘭冰咖啡，更是都市人夢裡也嚮往的無上享受。

4.奮起湖



←阿里山鐵路曾買進20多部蒸汽火車頭便於輪班行駛，有些火車頭陸續退役後，就近存放在奮起湖車站旁的車庫

奮起湖是個典型的山間盆地，三面被大凍山、光崙山和摩天嶺環繞，稱為「湖仔」，早年盛產樟木，阿里山

森林鐵路通車後，奮起湖不但是鐵路入山起站，到來吉、瑞里等地買山產的商旅也都必須以此為中繼站，形成一個繁榮的山產市集和火車小鎮。

火車站前的「街仔」，是奮起湖商家最早聚集的地方，長僅百餘公尺的老街，全為紅檜木造建築，街道石階起落不平，密密的屋簷不見天日，有「小九份」之稱。老店櫛比鱗次，以鼠麴粿、公婆餅出名的「德銘餅行」，賣炭烤火車餅的「天美珍」、專售野生愛玉、山粉圓、山葵土豆的「竹梅軒」，還有專賣火車便當的「登山食堂」都不錯，喜歡台式傳統特產小吃的人一定要來逛逛。



←奮起湖老街長僅一百多公尺，街上老店櫛比鱗次



←在奮起湖火車站旁吃現做的鐵路便當，氣氛十足



↑公婆餅以手工炭烤，肉餡瘦多於肥，口感清爽

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

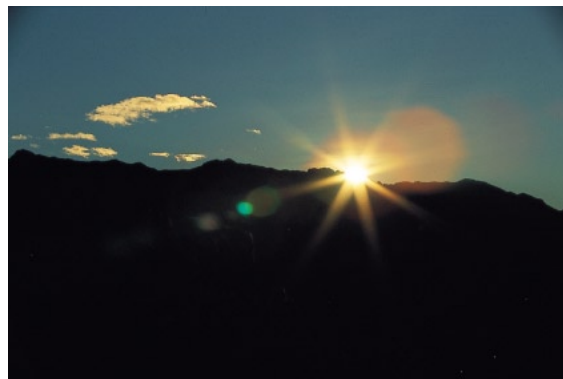
●富源

●知本

5.大凍山日出

大凍山海拔1,976公尺，是全奮起湖最好的觀日出據點，在地人都說，全省最能與阿里山風景媲美的日出，就數大凍山了。

阿里山日出從雲海中跳現，只有4秒時間，像是一枚「會跳的太陽」，眨個眼就躍上天頂了；大凍山則由於有草嶺、玉山群峰、大小塔山等前後參差屏障，在視覺誤差下，太陽爬上山頭的時間長達3分20秒，在



↑大凍山由於有草嶺、玉山群峰、大小塔山等前後參差屏障，在視覺誤差下，太陽爬上山頭的時間長達3分20秒

此看日出，不必緊張得目不轉睛深怕錯失美景，從容多了。

看完日出時間尚早，順著山徑上的指標走，會陸續抵達七星石、流星巖、明月窟等景點。流星巖與明月窟岩壁上嵌著魚鱗般的貝殼，有學者據此推斷，數百萬年前的大凍山極可能是海底，經大造山運動後才隆起成山，使迂迴曲折的海穴成了登山探險的所在，包括十八羅漢洞、飛龍洞、相思洞等，洞極度狹隘幽暗，迴身攀爬，步步驚險。



←初夏時節，楠溪林道入口紫花毛地黃盛開，1911年從日本引進，在阿里山、玉山山區已馴化野生

6.玉山景觀公路

原本預計一路打通至花蓮，宛如第二條中橫公路，故名「新中橫」，東西橫貫計畫終止之後，已正式改名為「玉山景觀公路」，連接至南投水里，全長97.6公里，曲徑通幽，高山深谷景致迷人，值得順道一遊。

玉山基盤廣闊，稜脈分歧，自成一個巨大



↑大凍山海拔1976公尺，是全奮起湖觀日出最好的據點

南東台灣

森林渡假情報

●全覽圖 ●周邊景點 ●特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

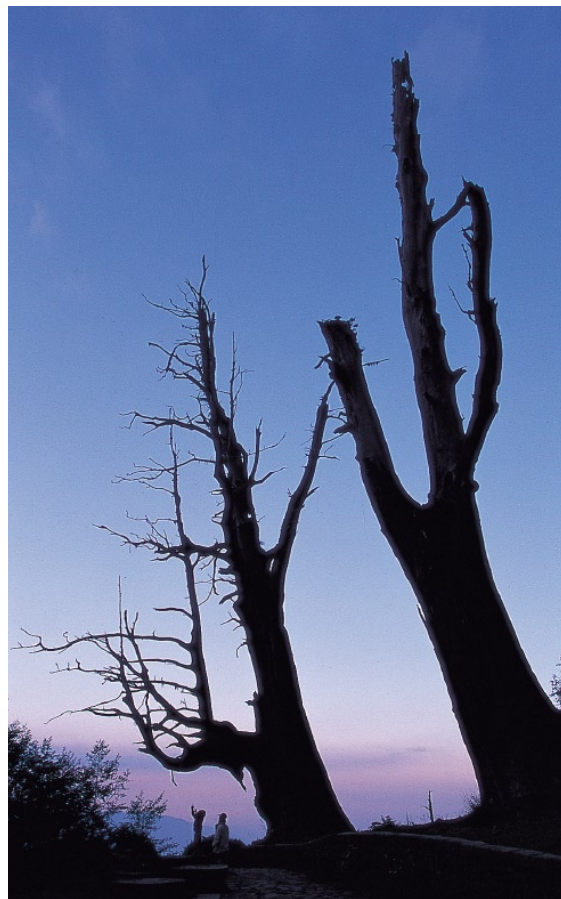
●富源

●知本

的山塊，加上東、西、南、北四峰及大小南山、南玉山、東小南山等環伺，層巒疊嶂遙相呼應，更顯得氣概雄偉、陣容堅強。登玉山的入口——楠溪林道就在公路旁，雖然不是每個人都有能耐登上東亞第一高峰，但在此能遙望雲裡的山巔，也夠叫人心滿意足了。

夫妻樹堪稱公路上最著名的景觀。民國52年發生玉山森林大火，這兩棵千年紅檜受到火燒摧殘，雖然外觀看起來依舊枝樑嶙峋，其實生機已盡，枯立於公路旁，彷彿夫妻相依偎，因而得名。要特別提醒的是，由於玉山景觀公路沿線地質岩層為青灰色砂岩與黑灰色頁岩所組成的互層，岩層受到板塊運動擠壓，產生非常發達的破裂面，容易崩塌，在此觀景時要特別注意。

→ 楠溪林道是登玉山的重要入口，從此而上塔塔加，展開一趟探訪高峰之旅



↑ 徒剩枯枝的夫妻樹，是森林火災的見證



↑ 夫妻樹旁漫地野生白花三葉草，據說只要能找到四葉的白花三葉草，就能得到幸福，是個有趣的植物故事

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

特有生物

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

台灣一葉蘭

台灣一葉蘭為台灣高山原生蘭，蘭科，一葉蘭屬，落葉多年生草本，為台灣稀有植物。原產於海拔1500至2500公尺空氣潮濕的山間雲霧帶，分布範圍很廣，北自桃園插天

山，南至屏東大武山，都可發現蹤跡。

顧名思義，一葉蘭本體由一個球莖及一片葉子構成，花色豔麗，盛花期在3月底至5月初。阿里山的一葉蘭族群在1909年林場開發後才被發現，通常著生於陽光充足的陡直岩壁並常有苔蘚相伴而生。最特別的是，台灣一葉蘭屬於台灣山地雲霧帶岩石表面早期演替的代表性植物，也就是說，一旦有其他植物入侵，族群數量便相對減少甚至絕跡，這也就是一

葉蘭生育地比別的植物更需要經常清理整治的原因。

阿里山最具規模的一葉蘭族群，出現在森林鐵路眠月線沿線兩側，初春時節的紫紅色花海，常令搭火車的遊客大為驚豔。為保存其野外族群及基因，已成立自然保留區，只可惜眠月線已在921地震中震毀，至今仍未修復，目前只能在貴賓館前的岩壁上及沼平車站附近，找到小面積群落分佈。



← 台灣一葉蘭本體由一個球莖及一片葉子構成，花色豔麗、花姿優雅，是全球著名的野生蘭花

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本



藤枝國家森林遊樂區

南台灣熱門的避暑勝地，
林下生態體系龐雜，以樟科、殼斗科為主，
還有囊括全台一半以上種類的秋海棠科家族。
這群植物就像不死的老兵，
是藤枝森林史上生動有力的活見證。

←樹海蒼蒼的藤枝，生態環境保存完整

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

位於高雄縣桃源鄉，雖在四時如夏的南台灣，但因地處海拔500.1,800多公尺的山間幽谷中，氣候清爽迷人，有「小溪頭」之稱，向來是南台灣熱門的避暑勝地。

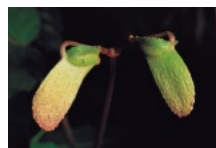
從六龜出發，沿著邦腹溪，經二集團到藤枝大門入口，車程長達25公里，雨後常有落石，加上民國72年林班伐木減少、客運停駛，如今上山端賴自行開車。

主要的天然林有楠木、烏心石、台灣櫟、

楓香、山黃麻。受到早期伐木及造林影響，舊有原始天然的常綠闊葉樹林面積銳減，取而代之的是富經濟價值的柳杉、台灣杉、日本扁柏、孟宗竹等人工林，間有天然次生林。但森林內天然闊葉林約403公頃，佔50%面積，是目前全台森林遊樂區中保存最完整的。林下生態體系龐雜，變異度高，以樟科的山肉桂、牛樟及殼斗科的青剛櫟、鬼石櫟等為主，還有囊括全台一半以上種類的秋海棠科家族。

雖然開放觀光後，不少敏感度高的動物陸續避入深山，但細心的話，仍不難發現冠羽畫眉、鳳頭蒼鷹、大冠鷲、赫氏角鴉、台灣藍鵲、灰林鴿的蹤跡。園區內規劃有數條步道，每條所需步行時間約40至60分鐘，是一窺藤枝森林生態之美最便捷的觀景窗。

← 瞭望台是全區最高點，眺望群峰，美麗如畫



↑ 樹大秋海棠蒴果



● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

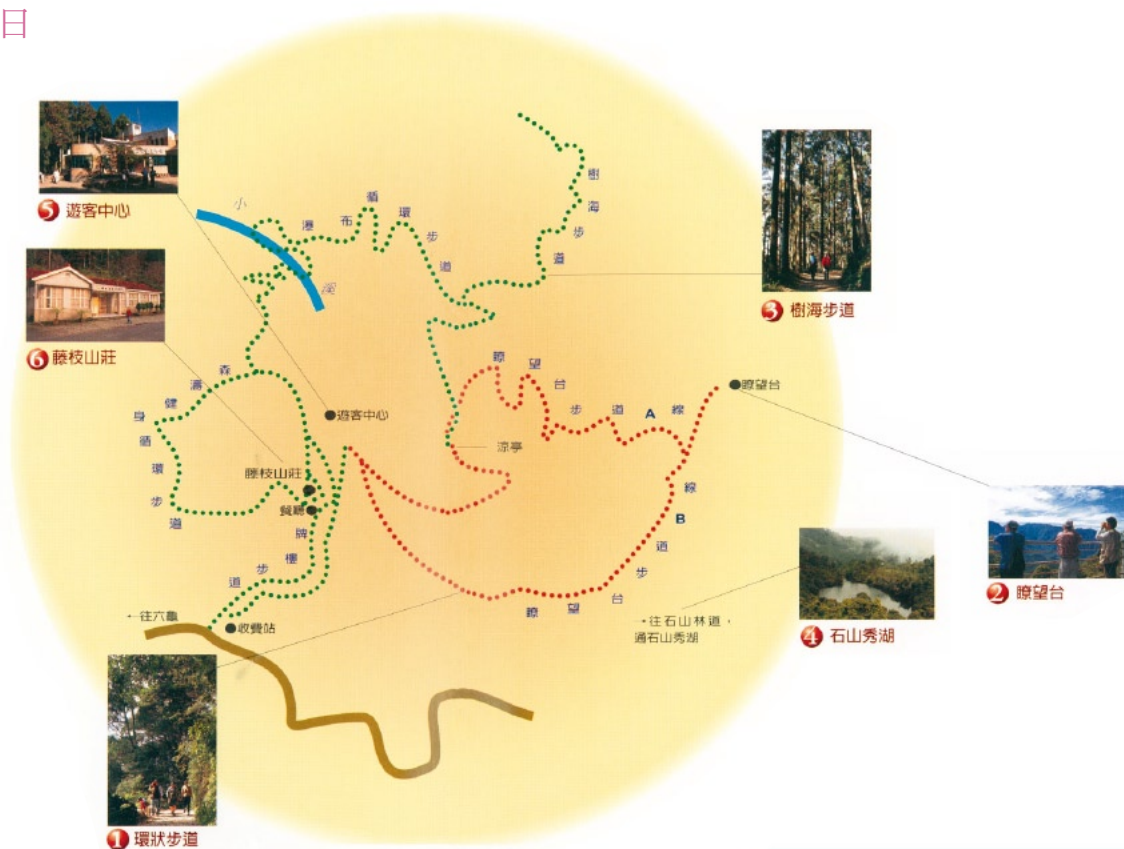
● 知本

藤枝森林遊樂區全覽

建議遊玩時間：1~2日

遊玩景點：

- ① 環狀步道
- ② 瞭望台
- ③ 樹海步道
- ④ 石山秀湖
- ⑤ 遊客中心
- ⑥ 藤枝山莊



南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

小 檔 案

位置：高雄縣桃源鄉寶山村

海拔：500~1,804公尺

氣候：年均溫18~21°C

自然景觀：天然闊葉林、雲杉、柳杉及台灣杉人工林、鳥類資源

人文景觀：檜木製牌、小木屋、瞭望台、氣象站、三等三角點

遊憩設施：森林浴步道、指示牌、解說牌、體能訓練器材、野餐桌椅

生態重點：天然闊葉林、人工針葉林、留鳥、候鳥、大型蛾類

適合活動：觀賞樹海、賞鳥、賞蝶、自然生態教育、森林浴

適合季節：全年

季節情報：1~2月山櫻花、梅花盛開，4~9月秋海棠科植物花開，夏季蝶類、蛾類紛飛，10月至翌年4月高山留鳥過境度冬，為熱門賞鳥季節

實用資訊

地址：高雄縣桃源鄉寶山村藤枝78號

服務電話：(07)689-3118、689-5123

開放時間：星期一至五8:00~17:00，例假日7:00-18:00（全年無休）

門票：全票假日120元，非假日80元；半票假日60元，非假日60元；優待票假日、非假日均為10元

停車費：大型車100元，小型車100元

交通路線

- 開車：1.從中山高速公路路竹交流道下，轉接184縣道經旗山、美濃、新威至六龜，在六龜大橋旁循指標轉入藤枝產業道路，開車約50分鐘可抵森林遊樂區入口。
- 2.從南二高下官田交流道，走84號省道（東西向快速道路）至玉井，接上20號省道，經甲仙至荖濃轉27號省道南下六龜，循指標轉入藤枝產業道路。

遊樂區住宿設施

藤枝森林遊樂區

大套房（可容納2人）假日1100元，非假日770元
中套房（可容納2人）假日880元，非假日660元
客房（可容納2人）假日660元，非假日550元

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

1. 環狀步道

從中海拔特有生物中心後方的小徑展開，一路通往最高點瞭望台。一般玩法是從A線出發，走B線繞回起點；前者以天然闊葉林相為主，後者以整齊的人工林相取勝，一條環狀步道，可體驗兩種不同森林風貌。

A線步道長約1.4公里，坡度平緩、路基穩定，林下植被種類眾多，極富原始氣息。

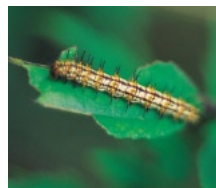
→ A線步道坡度平緩，沿途景觀以天然闊葉林相為主，與其他以人工林為主的步道相較，極富原始森氣息



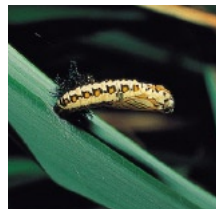
蕁麻科為優勢植物，以小葉冷水麻、冷清草、台灣蠍子草、烏來麻、長梗盤花麻最為常見。小葉冷水麻屬又稱小葉冷水花，大老遠從故鄉南美歸化到全球各溫暖地區，稍具濕氣的林蔭角落都能見到它的蹤跡，生命力過人。林下也常見冷清草大群落出現，這類森林下層地被植物全株密被短毛，單性花，多數小花簇生於葉腋，是一大特徵。

蕁麻科植物密集，經常吸引細蝶（苧麻蝶）及其幼蟲前來覓食，春夏時節成千上萬蝶舞翩翩，蔚為盛況。細蝶的幼蟲色彩鮮明，身上長著帶刺毛的小肉突，可以自衛，是一般蝴蝶幼蟲中少見會長毛的（一般的毛毛蟲多是蛾類幼蟲）。很有趣的是，細蝶不會在寄主植物上化蛹，而是爬到附近的植物或牆上。成蝶的正面翅膀為橙色底黑翅脈，背面則是淺黃色，外形纖細，全省從平地至1,600公尺左右山區極為常見。因身體細小，飛翔力弱，常停留在食草附近，易於觀察。

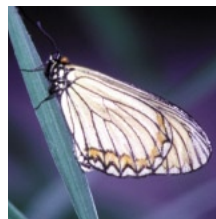
要特別提醒的是，也屬蕁麻科植物的台灣蠍子草和咬人貓，均為令人望而生畏的有毒



↑ 細蝶幼蟲寄主在密花苧麻上，身上有刺毛（攝影／黃昶憲）



↑ 細蝶會爬到附近的植物或牆上化蛹（攝影／黃昶憲）



↑ 細蝶身體細小，飛翔力弱，常停留在食草附近（攝影／黃子明）

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

植物，兩面及葉柄均密被如細針般的透明腺毛，生長型態近似，容易混淆。兩者在外觀上最大差異在於葉片，台灣蠟子草葉互生、長卵形；咬人貓葉為對生、廣卵形。不論是哪種，一旦不小心碰觸，都難逃皮膚灼熱、痛癢難耐，行走其間務必小心。

B線步道長約1.8公里，坡度陡，路基較不穩定，沿途植物群除了蓊鬱的柳杉、孟宗竹林外，林間還展示從前林業開發的遺跡，如木馬道。回程至涼亭小歇片刻後，可往南回到遊客中心，若還有體力，不妨往北上樹海步道，體驗另一種更為幽深壯闊的高山森林之美。

→B線步道沿途有蓊鬱的柳杉、孟宗竹林，還可找到從前林業開發的遺跡



2. 瞭望台

A、B線步道交會後，一鼓作氣再往上走約80公尺即可抵達瞭望台。此地為全區最高點，向北可眺望玉山群峰，南眺大武山，西南有大關山，東南為出雲山，山色靄靄，流雲蒼穹，美麗如畫。

觀景廊前一整片山櫻花林，除了隆冬時節繁花成海，纍纍果實加上合宜的氣候，使這裡成為各種候鳥與留鳥群聚覓食的據點，白頭翁、青背山雀、白頭鵯、花雀、冠羽畫



↑ 左邊是溪南山，右為石山。天氣晴朗時，視野遼遠

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物



↑ 咬人貓葉對生、廣卵形，葉緣具深重鋸齒，主脈有3至5條



↑ 台灣蠟子草葉互生、長卵形，整齊齒狀鋸齒緣，常呈3深裂，3條主脈十分明顯

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

眉、五色鳥、白耳畫眉、紅嘴黑鵯均經常在此出沒。

豐美的樹汁和腐果則吸引昆蟲和蝶類聚生繁衍。長臂金龜為全台最大最美的金龜子，雄成蟲前臂特長，花色鮮艷，是頗具觀賞價值的昆蟲，其他如獨角仙、兩點赤鍬形蟲也是討喜的大型甲蟲。

蝶類以斑蝶類的小青斑蝶、體色宛如黑色貴婦般的黑脈樺斑蝶，以及蛇目蝶科的玉帶黑蔭蝶、雌褐蔭蝶、樹蔭蝶、黑樹蔭蝶、紫蛇目蝶較常見。蛇目蝶科蝴蝶最大特徵是翅膀上的圓形眼狀紋，體色灰



↑ 瞭望台前一整片山櫻花林，初春盛放

暗，成蝶不愛飛行，喜食腐果樹液，經常停歇在樹幹、地面及林間陰暗處，深色斑紋和枯葉狀的翅腹成了天然保護色，具隱蔽效果，不仔細尋找，常常近在眼前卻視而未見。

其中的雌褐蔭蝶經常出現竹叢及禾本科植被環境中，後翅外緣有6個黑色眼紋斑點，外圍黃色為主要特徵。紫蛇目蝶則背面翅膀的顏色和樹幹、枯葉很接近，是天然的保護色。

3. 樹海步道

全長約4.3公里，目前僅開放遊客中心至樹海休息區這一段，長約2公里。一路緩坡，沿途景觀為日本柳杉、香杉、台灣杉為主的造林地。此地的台灣杉林是全台最早造林且面積較大的，也是藤枝最主要的針葉林景觀區，枝條層次分明、枝桿高大挺拔，煥發出人工林特有的整齊優美風貌。



↑ 紫蛇目蝶背面翅膀的顏色和樹幹、枯葉很接近，是天然的保護色（攝影／陳弘文）



↑ 雌褐蔭蝶後翅外緣有6個黑色眼紋斑點，為主要特徵（攝影／黃昶憲）

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

杉木主產於大陸江南，是中國南方地區佔首位的造林樹種，已有一千多年栽培歷史，木材產量高，約居中國商品木材五分之一；台灣杉木造林總面積達18,000公頃。台灣現有杉科杉木屬有四大品系：台灣山區特產的香杉、隨先民自福建漂洋過海而來的福州杉、枝葉被滿白粉的白葉杉，以及福州杉與香杉的交配亞種「大點雨」。杉木除了木材用途廣，

→ 樹海步道上的針葉樹枝條分明，煥發優美風貌



樹皮、葉均可入藥，堪稱「從頭到腳都有用」的超高價值經濟樹種。

林下植被層次豐富。特別引人矚目的是據說葉部有抗癌成分的曲莖蘭嵌馬藍、全年可見開花的大花曼陀羅，以及花色艷麗的倒地蜈蚣。

大花曼陀羅花期約3天，盛開時像朵朵大喇叭掛枝頭，夜晚散發強烈刺激性香味，常有小朋友摘下來當喇叭吹，或誤以為是百合花而採回烹調。但此花雖美，卻是蛇蠍美人，全株有毒，又以花和種子毒性最強，嚴重時有致命危險，千萬小心。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特有生物



↑ 倒地蜈蚣莖節處會長出不定根，牢牢「釘」在地表，再狂暴的風雨也難以將它連根拔起，又名「釘地蜈蚣」，是很好的水土保持地被植物



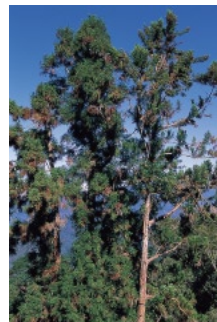
↑ 曲莖蘭嵌馬藍為台灣特種，夏秋開藍紫色筒狀花



↑ 大花曼陀羅幾乎全年都看得到開花



↑ 肖楠為台灣針葉五木之一，成材可供建築、傢俱、雕刻。此為幼株



↑ 日本柳杉樹形優美，是重要的造林與觀賞樹種

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

4. 石山秀湖

石山由遊樂區大型停車場前行至特有研究保育中心中海拔試驗站，接石山林道盡頭，海拔2,813公尺。山腰的秀湖標高2,500公尺，是名副其實的秀麗小湖。

秀湖原來的面積要比現在大上好幾倍，據說20多年前，曾有兩隻黑白天鵝悠游其中，被附近山區的布農族人視為秀湖守護神，



↑ 石山秀湖地處霧林區，午後常雲霧繚繞（攝影／鍾文萍）

沒想到後來盜林者砍光湖畔的大樹，還將大量廢木沉入湖底，不僅天鵝就此消聲匿跡，湖面也大幅縮減成現在的模樣。

但行到水窮處，這僻處山間的美麗湖泊還是令人驚艷。從湖邊高地

可眺望對面的卑南主山，陽光充沛、濕氣濃重的湖畔林間，遍佈根莖呈長匍匐狀的栗蕨、瓶蕨、華鳳丫蕨，間生大群落的石楠樹和小部分角桐草等。每逢農曆2、3月石楠花盛開時節，秀湖便成了一片香氣襲人的粉白世界，多數石楠樹根被崖薑蕨、伏石蕨等盤據，行走其間，宛如踩在綠毯上一樣柔軟舒服。夏季輪到角桐草花期，花冠碩大呈漏斗狀5裂，外側為白、粉紅、紫或黃色，內側有雌褐色斑，在幽暗的林下常蔚成一片花海，偶爾雲霧從花間流過，更添朦朧之美。



↑ 角桐草為台灣特有种，花冠呈筒狀



↑ 華鳳丫蕨為鐵線蕨科，葉脈十分明顯



↑ 栗蕨葉呈羽片對生，基部一對小羽片有如蝴蝶

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

5. 遊客中心

設有服務台、休息室、簡報室、醫務室、林業展示室、套房，提供旅遊資訊查詢服務、住宿及簡單的飲料乾糧，開放至晚上9點，是下榻藤枝山莊旅客最熱門的夜遊據點。中心前的路燈下，具有趨光性的各式飛蛾漫天狂舞，蔚為奇觀。夜裡，正是觀察昆蟲生態的最佳時機。

其中不乏大型美麗蛾類，尤其附近有樟樹、楓香、山櫻桃、九芎等樹種，經常吸引



↑ 藤枝遊客中心設施完善，提供諮詢服務

天蠶蛾科家族前來覓食，如齒輪天蠶蛾、台灣長尾水青蛾、長尾水青蛾、大綠目天蠶蛾等，這類飛蛾除了體軀龐大外，色彩更是豔麗異常。

其中長尾水青蛾是除了皇蛾以外，台灣產大型蛾類中最漂亮的一種，翅膀為淡淡的水青色，各翅中央有小眼紋，後翅尾狀突起，宛如鳳蝶。台灣長尾水青蛾的雌雄蛾顏色有顯著差異，雄蛾深黃色，雌蛾為水青色，

辨識容易，一年繁衍可達五代之多，不過族群數量仍然遠低於長尾水青蛾，台灣全島中低海拔山區都有分布，尤以中南部最常見。

蟬的族群也不少，包括熊蟬、蟋蟀、薄翅蟬、台灣爺蟬、油蟬



↑ 筆筒樹為台灣亞熱帶雨林的指標性植物



↑ 長尾水青蛾為大型蛾類（攝影／黃昶憲）



↑ 大本山梗菜也是步道兩旁常見的野生草本植物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本



↑ 水鴨腳秋海棠5~10月開花，果實為蒴果



↑ 夏秋是蟬類大合唱的熱門季節，圖為熊蟬（攝影／陳仰聖）



↑ 遊客中心前方花台的金毛杜鵑，朱紅色花朵引人矚目

等。台灣爺蟬在台灣南部低海拔山區相當普遍，最大的辨識特徵在於它的前、後翅底均為藍黑色中帶點綠色亮澤，前翅背面有黃綠斑紋，胸背為具有藍色光澤的淡綠色體紋，現已列入保育類昆蟲。蟋蟀、薄翅蟬夜間都具有趨光性，在山區路燈下很容易發現趨光的鳴叫個體。5至9月是蟬類合唱大熱門季節，到了10、11月，也還有寒蟬叫聲不絕，熱鬧非凡。

6. 藤枝山莊

房間數量不多，設備不算頂好，但每逢假日及熱門季節仍是一房難求。前庭花園設有桌椅，眺望遠山開闊綿延，視野極佳。

山莊前往牌樓的迷你步道上很難得地找到一株正在開花的牛樟。牛樟是有名的「闊葉五木」之一，樹形粗壯堅實，因此被稱為「牛」樟。原本台灣分布廣泛，從海拔200至2,000公尺山區都有，但因以往過度採伐，目前只有高山地區還有零星分布，且



↑ 藤枝山莊前庭花園設有桌椅，眺望遠山視野極佳



↑ 牛樟為台灣特有種，母樹受粉困難，也常因林下光線不足或枯枝落葉過厚、種子不易著床發芽，面臨絕種危機

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

多為高齡老樹，加上牛樟的花屬於黏質蟲媒花，母樹之間受粉困難，又大多開於樹冠頂端，易遭風襲，偶爾有種子，也往往在未成熟前便被鳥獸吃掉，繁衍不易。據估計，密度較大的牛樟天然林，每公頃數量也不超過兩株，是稀有植物。

爲了招蜂引蝶，山莊往遊客中心的原木步道兩旁，種有不少冇骨消、水麻、馬利筋、火炭母草等誘蝶、誘鳥植物。冇骨消於春至夏季開花，花序間藏有黃或橙紅色的杯狀腺體，像糖蜜罐子似的盛裝著蜜汁給昆蟲蝴蝶



↑ 冇骨消漿果成熟時為漂亮的橙紅色

吸食，藉以誘導蟲類幫忙傳遞花粉，是很理想的蜜源植物。至於火炭母草的嫩葉及果實是藍腹鷗及帝雉喜愛的食物，不過山莊周遭人來人往，即使美食當前，鳥兒們也很少冒險前來覓食。



→ 藤枝秋海棠被鑑定為新種，最具地域代表性



↑ 火炭母草的嫩葉及果實是藍腹鷗及帝雉的美食



↑ 停在冇骨消葉片上的盲蛛，步腳細長，頭胸部與腹部間不像蜘蛛有明顯分隔

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

周邊景點

走完藤枝，不妨到甲仙吃芋冰、去美濃吃粄條，或順路拐進南橫公路去梅山拜訪原住民風情，一窺公路沿線壯闊的山水盛宴。

高雄縣桃源鄉處於南橫公路（20號省道）入口，是布農族的重要聚落。以此為起點，往西到甲仙吃芋冰、看化石，或沿著184縣道往回走，到美濃吃粄條、買紙傘、逛夥房老街，體驗客家小鎮獨有的人文風情。

往東進入南橫公路山區，公路西起台南縣玉井鄉，向東跨越中央山脈南段，直達台東縣海端鄉，蜿蜒橫貫台南、高雄、台東三縣，從海拔46公尺的坡地進入3,000公尺以上高山地區，全線依山而建，167公里長的路線，包括亞熱帶、溫帶、寒帶氣候與林相，兼具丘陵、高山、峭壁、峽谷、湖泊、溫泉景觀，不僅有大自然的壯闊風景，也有人定勝天的浩大工程，令人嘆為觀止。玩南橫，可以到寶來泡溫泉、到梅山採梅子、大啖放山雞，拜訪雲深不知處的高山天池、大關山隧道。行程豐富，保證好玩！

周邊住宿情報

芳晨溫泉渡假村

地址：高雄縣六龜鄉寶來村中正路132號
電話：(07)688-2311

新寶來溫泉渡假村

地址：高雄縣六龜鄉寶來村新寶路1-1號
電話：(07)688-1700

醉月齋溫泉

地址：高雄縣六龜鄉寶來村竹林60-10號
電話：(07)688-2382

鴻來渡假山莊

地址：高雄縣六龜鄉寶來村中正路122號
電話：(07)688-1981

天閣SPA溫泉會館

地址：高雄縣六龜鄉新發村新開路63號
電話：(07)679-1155

青山溫泉渡假村

地址：高雄縣六龜鄉新發村新開路129號
電話：(07)679-1717

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

周邊景點

- ① 寶來溫泉
- ② 甲仙芋之鄉
- ③ 南橫公路西段之旅
- ④ 扇平森林遊樂區
- ⑤ 美濃小鎮風情



● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

1. 寶來溫泉

寶來位於高雄縣六龜鄉北端，是熱鬧的山中村落。小村的崛起全拜溫泉之賜，僅有的大馬路上，南來北往的雙層豪華大巴士，十有八九是慕溫泉之名而來的觀光客。



↑ 寶來位於高雄縣六龜鄉北端，是熱鬧的山中村落

寶來村裡溫泉密布，共有寶來溫泉、石洞溫泉及僻處深山的七坑溫泉三處。寶來溫泉屬硫化氫泉，可飲可浴，兼有理療潤膚的功效，溫泉源頭位於寶來村東方的寶來溪谷中，兩側如削的峭壁巍峨壯麗。近年大型溫泉渡假村紛紛崛起，芳晨、醉月齋、鴻來都是知名據點；新寶來渡假村位於荖濃溪畔，除了泡湯，夏季還能就近一睹荖濃溪泛舟的精采畫面，地點極佳。

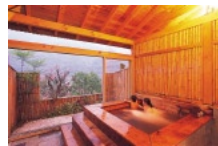
石洞溫泉距寶來村約6公里，從寶來溫泉山莊旁的寶來二巷接上美瓏林道，開車約半小時可抵。因坐落深山，較之市街的人聲雜沓，別有一番化外的清靜。

七坑溫泉更遠。距寶來村約10公里，循美瓏林道駕車歷經坎坷山路，約一小時抵達寶來溪上游，沿途鳥況、蝶況極好，但山徑錯



↑ 芳晨溫泉渡假村為寶來地區知名的大型溫泉渡假村

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物



↑ 芳晨溫泉渡假村半露天的湯屋可瀏覽窗外遠山

綜，很容易迷路，因此若沒有萬全準備及熟人帶路，最好不要貿然上山。

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

2. 甲仙芋之鄉

甲仙化石館

地址：高雄縣甲仙鄉和安村四德巷10之10號

電話：(07)675-3180

「台灣芋頭甲天下，甲仙芋頭甲台灣」一路玩到甲仙鄉，個頭大、質地鬆Q的「檳榔心芋頭」最讓人印象深刻。此地雖非台灣芋頭的最大產地，卻是第一個將芋頭美食發揚光大的鄉鎮，芋仔冰、芋仔沙琪瑪、芋酥餅、芋仔蛋黃酥、芋頭湯圓、芋泥餅……讓甲仙成為名副其實的「芋之鄉」。

甲仙地形狹長，以化石聞名。東邊是玉山山脈，西邊是阿里山山脈，地質層幾乎全是第三世紀中新世的海相沈積岩，在楠梓仙溪、白雲仙谷等地，掩埋了許多海相

→甲仙是聞名全台的「芋之鄉」



化石貝殼。想一窺珍貴的出土化石，可走一趟甲仙化石館。館內常態展出3,000多件化石，包括本地出土的200餘種、南台灣各地出土各世代化石200餘種，以及從國外進口的恐龍蛋、三葉蟲、菊石、魚類等化石，是座具有相當規模與特色的私人博物館。

想親自採集化石嗎？甲仙規模較大的化石產區有四德化石谷、白雲仙谷化石區、葡萄田化石區與牛埔化石區，除了前兩者為保護區或私人地而無法採集外，後兩者及坪溪二號橋下方、油礦山丘、十八灣附近山谷、小林化石區等地都可試試運氣，也許能找到呢！

3. 南橫公路西段之旅

公路西起台南縣玉井鄉，向東跨越中央山脈南段，直達台東縣海端鄉，蜿蜒橫貫台南、高雄、台東三縣，從海拔46公尺的坡地進入3,000公尺以上高山地區，全線依山而



↑鬆軟香甜的芋泥餅，令人回味無窮



↑南橫公路全線依山而建，大自然的壯闊風景令人嘆為觀止

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

建，167公里長，險崖惡壁不絕，橫跨亞熱帶、溫帶、寒帶氣候與林相，兼具丘陵、高山、峭壁、峽谷、湖泊、溫泉景觀，不僅有大自然的壯闊風景，也有人定勝天的浩大工程，令人嘆為觀止。

公路以大關山隧道為界，分為東、西兩段，西段自玉井、甲仙、梅山至隧道口，景觀以村落、溫泉和柔美的山谷草原為主，東段自關山連峰、向陽、利稻、初來至海端，觸目所及盡是雲海、瀑布、斷崖、峽谷，壯麗天成，是條兼具雄

→ 梅山以產梅著稱，夏季結果纍纍



↑ 天池是南橫線上知名的高山湖泊

偉景色與原住民人文風情的路線。

梅山位於公路110公里處，以種植梅樹聞名，春節前後滿山遍野梅花盛開，為高山賞花熱門據點。喜歡爬山的人，記得到天池走走。從梅山往東行約30公里抵達中之關，有條大眾化步道可直達南橫最知名的高山湖泊——天池。

這段步道全長3.5公里。日據時期，日本政府為了圍剿布農族殘餘勢力而興建關山越嶺古道，從高雄縣六龜鄉至台東縣關山鎮，全長170多公里，歷經10年才完工；如今古道年久失修，只剩下中之關至天池這段尚保持完整。沿途留有當年日軍征伐的遺跡，林相絕美，生態豐富，值得一探究竟。



↑「中之關-天池」古道是關山越嶺古道保存最完整的一段，沿途林相絕美

南橫上的嘉年華：布農族射耳祭

南橫公路是布農族部落的大本營，沿線的桃源、梅山、高中、利稻、關山都是。20世紀前，布農族已住到海拔1,500公尺左右的

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

高山地區，在台灣九大族群中，是最典型的高山民族。布農族人善戰，也善狩獵，每逢戰勝或穀物、打獵豐收時，便舉行盛大祭典感謝神靈恩賜，目前定期舉行打獵祭、撒種祭、小米豐收祭、除草祭、入倉祭、射耳祭等。祭祀是布農生活極為重要的活動。

其中最重要的是4至5月舉行的射耳祭。族人將獵到的鹿耳割下掛在樹幹上，讓少年及6、7歲男童以鹿耳為靶，用弓箭描射，最先射中者便是族裡的英雄。這段期間不僅是宗教的節期，也是布農社會、政治、教育、經



↑ 定期舉行的打獵祭、撒種祭、小米豐收祭、射耳祭，是布農生活極為重要的活動

濟活動大活絡的節期。男子們聚集在一起，切磋獵藝、吃烤肉，狂飲歡呼、徹夜不眠。布農族的祭典多少都有排他性，只有這個祭典歡迎異社群參加，對外地遊客是次珍貴難得的人文饗宴。

唱歌、喝酒，永遠是原住民祭典中最不可或缺的一環。在射耳祭典中，男士半蹲圍圈，一邊喝酒，一邊高歌報出打獵成績和獵取敵首的戰功，女子站在男子後方外圍一邊拍手跳躍，一邊應和。布農族的八部合音舉世聞名，清靈和諧的和聲媲美天籟，洋溢最生動原始的生命基調，動人心魄。



↑ 盛裝參加祭典的布農族女子

4. 扇平森林遊樂區

地址：高雄縣茂林鄉台灣省林業試驗所六龜分所

電話：(07)689-1648

位於茂林鄉與六龜鄉間的山坡地，海拔750公尺，日據時代是日本東京帝大的林業試驗站，如今屬林業試驗所六龜分所扇平

南東台灣

森林渡假情報

●全覽圖 ●周邊景點 ●特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

工作站，已規劃成森林浴場。園區內外滿栽國內外珍奇林木，包括旅人蕉、咖啡樹、藏柏、雨豆、香水樹、金雞納樹等，並有自導式解說牌。

其中以多達46種的竹類最出色，兼有溫帶型的散生竹類和熱帶型叢生竹類，本地土生的有石竹、玉山矢竹、八芝蘭竹、金絲大廣竹等，外地引進的馴化品種有墨竹、唐竹、布袋竹，國外進口的則有日本矢竹、非洲的金絲竹和琉球的紅鳳凰竹、印度巨竹等。

遠眺可見太原山全景，景色清

→ 扇平園區內外滿栽國內外珍奇林木，是觀察植物的樂園



麗。雖然扇平和藤枝同為南台灣著名的動植物觀察據點，但此地仍是林業工作站性質而非遊憩為主的大眾遊樂區，遊客不多，反而分外清閒寧靜。

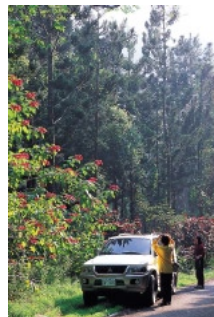
5.美濃小鎮風情

美濃位於高雄縣東北隅，是台灣第一大菸葉產地，也是保存最多客家文化的地方。探訪南台灣客家莊風情，此地向來是最理想的入口。

古老的客家夥房，在永安



← 美濃是全省第一大菸葉產地，鎮上處處是饒富歷史風味的古老菸樓



↑ 扇平森林遊樂區屬林業試驗所六龜試驗分所扇平工作站，已規劃為完善的森林浴場

南東台灣

森林渡假情報

●全覽圖 ●周邊景點 ●特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

路及博愛街上保存多而完整，尤其永安路是日據時代的商業街，除了傳統夥房，一些大戶的歐風建築更是華麗。

此地最具歷史價值的古蹟，非東門城樓和竹子門電廠莫屬。清乾隆20年，居民爲了防禦野獸及外族的攻擊，在庄東築樓架炮，至今已有230多年歷史。竹子門電廠建於清宣統元年，是台灣第一代及南台灣最早的發電廠，已列爲三級產業古蹟。

除了古蹟豐富、板條和紙傘特產有名之外，古老的小鎮也有豐富生態風景。黃蝶



↑ 竹子門電廠是台灣第一代及南台灣最早的發電廠，已列爲三級產業古蹟

翠谷因盛長淡黃蝶幼蟲最愛的鐵刀木，形成獨特的黃蝶生長區，所產蝴蝶曾經多達110種，銀紋淡黃蝶與無紋淡黃蝶更曾創下世界第一的紀錄，每年4到6月爲黃蝶大發生期，谷地裡到處充滿鮮黃的生命躍動，近年因環境變化太大，黃蝶有出走谷地的趨勢，偶爾



↑ 美濃東門城樓至今已有230多年歷史

可見牠們集體外移所形成的蝶道，連谷外的田野也是蝶影翩翩。



↑ 美濃的手工板條吃起來香Q帶勁，吸收濃湯精華的「湯板」尤其值得推薦

特有生物

●全覽圖 ●周邊景點 ●特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

秋海棠科家族

包括雜交種在內，遊樂區內的秋海棠科植物種類佔全省近半，包括武威山秋海棠、溪頭秋海棠、水鴨腳秋海棠、巒大秋海棠、台灣秋海棠、藤枝秋海棠等，尤其藤枝秋海棠因在藤枝被中央研究院植物所彭鏡毅博士鑑定為新種，最具區域代表性。秋海棠家族大多散生分布在園區步道兩側森林邊緣或岩石縫中，並不隱蔽，即使不善辨識植物的遊客，找來也毫不費力，很有成就感。莖葉是各秋海棠藉以辨識的最大特徵。如附表。

↓巒大秋海棠為多年生肉質草本，分布在陰濕林下



↓武威山秋海棠為台灣特有種，分布於中央山脈南部山區



中文名學名	莖的型態與長度	葉片型態	葉片長度與寬度
藤枝秋海棠 <i>Begonia tengchiana</i> Peng & Chen	地上莖粗厚直立，淡綠或紅褐色，光滑多汁，高約40~70公分	長柄卵形，基部歪心形，先端漸尖至銳尖，不規則鋸齒緣	長10~20公分，寬8~15公分
武威山秋海棠 <i>Begonia buimontana</i> Yamamoto	地上莖粗厚直立，淡綠或紅褐色，光滑多汁，高約70~100公分	長柄卵形或卵形披針形，基部歪心形，先端銳尖至漸尖，不規則重鋸齒緣	長8~20公分，寬4~8公分
巒大秋海棠 <i>Begonia laciniata</i> Roxb	地上莖被有鐵銹色絨毛，粗厚紅褐色多汁，高約50公分	長柄歪卵形，基部歪心形，先端銳尖有不規則缺裂，每一缺裂均具銳鋸齒緣	長10~15公分，寬9~12公分
台灣秋海棠 <i>Begonia taiwaniana</i> Hayata	地上莖分歧，光滑紅褐色，上部平展呈彎曲狀，高可達1公尺	長柄葉歪披針形，平展狀，葉面深綠色偶有白色斑點，葉緣不規則缺刻，疏鋸齒緣	長13~38公分，寬5~10公分
溪頭秋海棠 <i>Begonia chitoensis</i> Liu & Lai	地上莖高約45公分	葉歪卵圓形，細齒緣	長15~20公分，寬10~15公分
水鴨腳秋海棠葉 <i>Begonia formosana</i> (Hayata) Masamune	具橫走地下莖，莖節長不定根，並可由此繁衍	歪卵形，不規則疏齒或重齒緣，表面略被粗毛，有時具白斑	長15~21公分，寬8~18公分

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本



雙流國家森林遊樂區

位居楓港溪上游兩大源流交匯處，
水文景觀豐富多元，有溪流、山澗、瀑布及溫泉，
衍生的獨特生態和動植物，獨步全台。

←溪流、山澗、瀑布，構成本區最重要的遊憩特色

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

地如其名，此地正當楓港溪上游兩大源流交匯處，水文景觀有溪流、山澗、瀑布及溫泉，沿途可涉溪、戲水、觀魚、賞瀑，還能近距離欣賞水邊的蝴蝶、蜻蜓、蛙類族群，以及衍生出食物鏈中其他消費層次如螳螂、蛇類等生態。

園區地處中央山脈南端，為熱帶季風林，民國54年間將大部分原生林改造成人工林。當初的造林樹種如光蠟樹、黃連木、相思樹、楓香，台灣欒、桃花心木，以及外來種如木棉、白千層等，如今都已林木成蔭。殘存的季原生林僅沿著溪谷兩岸及山脊處有幹花榕、白榕、重陽木等，局部保留了原來的



←溪流所經之處設有親水梯道，山風挾著水絲撲面而來，感覺分外清涼

風貌，加上其他中下層灌叢以及地被植物如蕨類、苔蘚植物等，構成層次多元的美麗森林景觀。

水源豐沛、森林濃密覆蓋，提供鳥類與蛇類、蝴蝶理想的棲息環境。據調查，園區鳥類計有17科24屬25種，觀察到的毒蛇種類，囊括瀕臨絕種、已列入保育的台灣五大類代表性毒蛇：百步蛇、眼鏡蛇、龜殼花、雨傘節、青竹絲。並由於雙流具有谷地與溪流地形，加上林緣長穗木、木苧麻與特產的高氏馬兜鈴，為蝴蝶重要食草植物，記錄到的至少有130種蝴蝶，每年10月至翌年2月滿山蝶舞翩翩。

區內四大步道可供遊歷。包括領略溪谷風光的涉溪步道、全覽森林生態的景觀步道、最高峰的帽子山步道及通往排灣族石板屋遺跡的白榕步道，除了帽子山沿途略為陡峭，其他都是地勢平坦的大眾化步道，一路山水蝶鳥相伴，走來格外豐富熱鬧。



↑ 幹花榕的隱花果

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

雙流森林遊樂區全覽

建議遊玩時間：1～2日

遊玩景點：

- ① 遊客中心
- ② 親水梯道
- ③ 景觀步道
- ④ 帽子山步道
- ⑤ 白榕步道
- ⑥ 雙流瀑布



南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

小 檔 案

位置：屏東縣獅子鄉，中央山脈南端、楓港溪上游

海拔：150~650公尺

氣候：年均溫20.9℃

自然景觀：瀑布、溪流、山谷、人工林

人文景觀：地標石、遊客中心、石板屋、親水階梯

遊憩設施：森林浴場、休憩桌椅、親水步道、森林步道、陽光草坪

生態重點：本地種人工林、外來種人工林、瀑布溪流水生環境、蛇類、蝴蝶

適合活動：登山、認識植物、森林浴、賞鳥、賞蝶、觀察蛇類

適合季節：全年

季節情報：春、秋、冬季移棲性候鳥飛臨，4-10月蛇類、蜻蜒、豆娘出沒頻繁，10月至翌年2月蝴蝶滿山飞舞，為熱門賞蝶季節。

實 用 資 訊

地址：屏東縣獅子鄉

服務電話：(08)8701394、8701395

開放時間：8:00~17:00（全年無休）

門票：全票假日100元，平日80元；半票50元。

住宿：無

停車費：大型車100元，小型車100元

交 通 路 線

開車：1.走南二高從九如下交流道，接上3號省道續往南行，至萬丹後轉接27號省道經烏龍至東港，再轉17、1號省道到楓港，左轉進入9號省道，開車約30分鐘可抵雙流森林遊樂區入口。

2.從中山高速公路下高雄五甲出口，連接88號省道（鳳山—潮州快速道路）至潮州，接上1號省道往墾丁方向南下，到了楓港左轉進入9號省道，由此開車約30分鐘可抵雙流森林遊樂區入口。

搭車：在高雄南站搭乘往台東的國光客運，在雙流站下車，每半小時至1小時一班車。

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

1. 遊客中心

為各步道的起點，內部設有服務台、休息室、多媒體放映室，事先預約的話，也能在此享受解說服務，讓這場森林之旅更豐碩可期。

中心前方的大片樹林是園區面積最大的遊憩區，遍佈白榕、幹花榕、茄苳、大葉楠等，枝桠錯綜、樹蔭參天，為熱帶季風林型



↑ 白榕是一種常綠大喬木，樹幹上長出的氣根懸垂到地面後可獨立生長，粗大如樹幹，為季風雨林植物社會中相當特殊的樹種

的生態縮影。其中桑科榕屬植物是季風雨林植物組織中最重要的族群，特色在於以特殊的支柱根支撐枝幹並擴張版圖。

其中幹花榕植株高大，以板根支持主幹；白榕則氣根懸垂到地面後可獨立生長，粗大如樹幹，為相當特殊的樹種。這些粗壯的支柱根不僅穩定了森林水土生態，也成了小朋友們爬樹戲耍的最佳墊腳石。

茄苳又名重陽木，是季風雨林數量最多且相當優勢的樹種，屬大戟科落葉大喬木，生命力頑強，是常見的「長命百歲」型老樹，由於台灣民間深信「樹老必有神」，因此全省各地都有被尊為「神木」的茄苳樹，還有人為它蓋廟呢！

走完步道回到停車場可別忙著回家，傍晚時分，中心前的路燈成了唯一光源，觀察蛾類與昆蟲正是時候。尤其鍬形蟲和燈蛾、天蠶蛾、夜蛾科等家族都有趨光的習性，是標準的夜貓子，更是易於觀察。

鍬形蟲科的兩點赤鍬形蟲、鹿角鍬形蟲、鬼豔鍬形蟲常出現在海拔200~1,800公尺的山區，也是雙流園區的常客。燈蛾科中的苔



↑ 遊客中心有解說服務



↑ 閃光苔蛾體色鮮豔，是標準的夜貓子



↑ 兩點赤鍬形蟲外型獨特（攝影／黃昶憲）

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

蛾外型酷似瓜子，有些體色比蝴蝶更艷麗動人；且停在燈下、路面或路旁的植物葉片上的時候，並不易被人驚動飛走。

2. 親水梯道

楓港溪上游各大小支流流經園區之處，都設有步道，供遊客涉水過溪順便賞景。此處溪段尚未流出山區，河面開闊，水溫較高，水棲昆蟲及各種藻類繁生，魚類、蜉蝣生物種類豐富，也是溪澗鳥類如翠鳥、紫嘯鶇、鉛色水鶇經常出沒的據點。

→ 親水梯道是雙流森林遊樂區人氣最旺的遊樂設施，大人小孩邊走邊玩水，其樂無窮



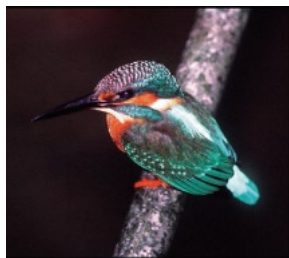
魚類以溪哥魚和台灣馬口魚為最主要族群。台灣馬口魚為台灣原生特種，全島西部各河川中、上游及小支流都有分布，善跳躍，生性貪吃；溪

哥則是相當熱門的溪釣魚種，也會躍出水面捕食飛蟲。所以每當有遊客丟下幾片餅乾麵包屑，便見魚群搶成一團，水花四濺，廝殺慘烈。

此地嚴禁釣魚、電魚，因此魚兒們的天敵不是人類，而是在一旁伺機而動的翠鳥。

翠鳥又稱魚狗、釣魚翁，顧名思義，它是一種以捕魚維生的鳥類，慣常活動在臨水的環境中，如湖泊、溪流、礁岩海岸。捕食時，佇立在水邊等待或在空中定點振翅，然後伺機衝入水中捕食小魚，飛行以直線方式前進，速度極快，少有失手。翠鳥對所居住的環境清潔非常敏感，河川一旦遭到污染或人為破壞，它們便離巢而去，是環境污染的

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物



↑ 翠鳥背至尾部為寶藍色，短尾長喙（攝影／黃子明）



↑ 皇蛾屬天蠶蛾科，成蟲約在5至9月出現，夜晚具有趨光性，是全世界體型最大的蛾類，展翅可達20.25公分（攝影／黃昶憲）



↑ 長花九頭獅子草二唇形的花冠像張著嘴巴的小獅子

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本



← 台灣的淡水蟹統稱為「屎蟹」，台灣特有種，是溪流生態監測的重要指標

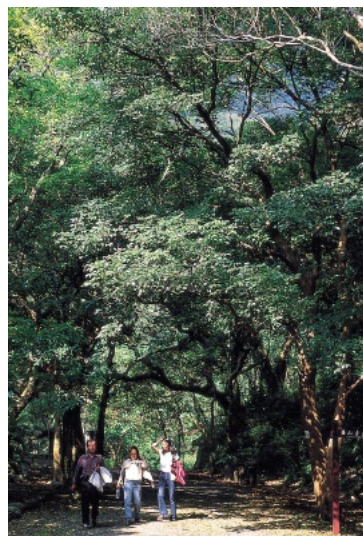
指標性物種之一。

扮演溪流及森林生態監測角色的，還有溪中的淡水蟹。翻開溪邊的石塊，躲在石下的幾隻「屎蟹」慌得四處逃竄。一般熟知的螃蟹都是海洋生物，台灣的淡水蟹因不具有食用價值，而被統一冠上「屎蟹」這樣輕賤的俗名。

屎蟹大多住在潔淨的活水區，由於台灣河川大多獨流入海，加上地形高低起伏甚大、遷移不易，因此族群分布多限於該河系流域，在長年的地形隔絕下，逐漸演化成陸封性的蟹類。它們不僅種類豐富、顏色多變，且皆為台灣特有種，由於環境變遷污染嚴重，數量日漸稀少，目前僅在食源豐富、水域清澈的溼地或溪澗中，尚有族群殘存。

3. 景觀步道

景觀步道由遊客中心沿著溪流至瀑布區為止，沿途有體能訓練場、休憩座椅、避雨亭，過了涉溪步道不久分為兩條：一是往上攀高的沿山步道，一是緣溪而行的河邊步道，各自走約2公里後再度合而為一。步道植群以人工造林為主，30多年前為了發揮林



← 瞭望台前一整片山櫻花林，春天花謝結果，成為吸引蝶類昆蟲的重要食源

地利用而栽種的經濟樹種，在沿線可以一窺全貌。

除了台灣產的光臘樹、相思樹、台灣



↑ 山芙蓉為頗具代表性的河川植物，約於農曆9月霜降期開花，又名「拒霜」



↑ 斑芝木棉灰褐色的樹幹上有瘤刺，可防止動物破壞樹皮

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

櫟，外來馴化的移民樹種如木棉、白千層、南美合歡在步道兩旁蔚然成蔭，頗有反客為主之架式。

木棉又稱斑芝樹，屬木棉科落葉大喬木，原產於印度，在17世紀中期引入栽植。它的生長過程很特別，2、3月葉落花開，之後花並不凋謝，而是在樹上結成果子，到了夏天，果實在陽光下噗地裂開，裡面黑色的木棉子嘩然飛起，尾部拖著一絲棉絮隨風飄散，可以飛到數公里之遠，然後在異地下種、抽芽，長成另一棵高大偉岸的木棉；

→ 斑芝木棉樹形高大，是南台灣十分常見的行道樹種



這飄散的木棉子一般稱為「班芝棉」，可替代棉花作為填充物使用。

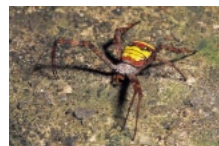
白千層原產澳洲、印度、馬來西亞，屬桃金娘科常綠大喬木，樹皮層次甚多，柔軟而富彈性，因而得名。常年枝葉翠綠花姿優雅，引進之後，是熱門的行道樹及防風樹種。

一般樹齡得看年輪，白千層則因為每年木栓形成層都會橫向長出新皮，並把老樹皮推擠出去，因此新皮、老皮便一層貼著一層的留在幹上，形成樹幹永遠是一幅層次分明卻「衣衫襤褸」的模樣。想推測樹齡很簡單，只要細數它那有如千層派的樹皮共有幾層就成了。

南美合歡屬含羞草科落葉性灌木，花蕊又多又長，花形酷似粉撲，又名「粉撲花」，花色鮮明且外形嬌嫩，夜晚來臨時，葉子會一片片閉合起來，好似在睡覺，十分有趣。



↑ 南美合歡的花形酷似粉撲，花蕊又多又長



↑ 林間偶然發現的中形金蛛，體色艷麗引人矚目



↑ 白千層又名剝皮樹，常年枝葉翠綠、花姿優雅

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

4. 帽子山步道

沿著步道一路登至海拔650公尺的帽子山頂，全程約2小時，這裡是全區最高點，也是最開闊的眺望景點。步道全長2,530公尺，前半段幾個山坳是越冬性蝶類渡冬的棲地，常見蝴蝶成群飛舞，為重要賞蝶據點。

入口附近的咸豐草和長穗木花叢密生，常見鳳蝶及活動較慢的黃蝶、小灰蝶，林下較陰暗處是蛇目蝶類活動的主要場所。續往上行，春末夏初澤蘭花開時，附近便聚集相當數量



← 帽子山步道是雙流最陡峭的一條步道，前半段山區是越冬性蝶類渡冬的棲地，為重要的賞蝶據點

的斑蝶類蝴蝶，如琉球青斑蝶、小紋青斑蝶、小青斑蝶、大白斑蝶等。再往上行至山腰處，有



← 雙流園區四季均可見青斑蝶的蹤影，圖為小紋青斑蝶（攝影／陳弘文）



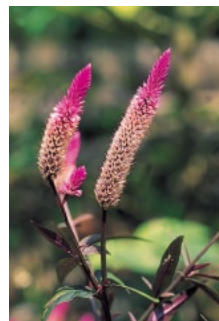
↑ 珊瑚樹3月會開聚生的白色小花

大片有骨消與火炭母草叢生，吸引黑脈粉蝶、淡紫粉蝶、端紅蝶、江崎黃蝶群來採蜜，除了各類粉蝶，鳳蝶、斑蝶的數量也不少，有時連難得一見的黃裳鳳蝶也會來湊湊熱鬧呢！

珊瑚樹的嫩芽及晶瑩剔透的果實除了吸引蝴蝶，也是鳥類與昆蟲喜愛的食物。屬忍冬科常綠中小喬木，原生於恆春半島一帶，又名早禾樹，白色小花聚生成大型的聚繖花序，果實成熟為深紅色，晶瑩剔透如珊瑚，果熟時節常見蛺蝶、粉蝶飛舞其間。葉片肥厚富含水分，是山野常見的防火樹種，由於對多種毒氣具有較強的抵抗力，也非常適用於都市行道樹。



↑ 端紅蝶前翅端有大塊橙色斑（攝影／陳弘文）



↑ 帽子山步道旁的裸露地常見開著紫色花穗的青箱因花形很像雞冠花，又稱「野雞冠」

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

5. 白榕步道

白榕步道半山腰上有一片排灣族的傳統石木屋遺址，由於僅剩下幾塊石板，加上除了入口處有原木棧道外，其餘均為僅容一人的山間小徑，訪客不多，是各步道中原始度最高的。

人跡罕至、森林濃密覆蓋，這樣的環境正是鳥類、蛇類活躍的天堂。鳥類中的烏頭翁、台灣藍鵲、樹鵲、翠鳥、五色鳥和台灣五大

→ 白榕步道的起點



常見毒蛇的百步蛇、眼鏡蛇、龜殼花、雨傘節、青竹絲在此均有記錄。夏季訪山最好避免行走草叢，並且記得帶根手杖隨時「打草驚蛇」，以免遭遇蛇吻。

出口附近一株綁著解說牌的欖仁舅，宣告步道終點的來到。欖仁舅為常綠喬木，分布在蘭嶼、花東及恆春半島一帶，位於頂生葉片間的大型直立托葉為主要識別特徵。

在蘭嶼，欖仁舅是與生活緊密相關的民俗植物；達悟族人稱之為「Itap」，樹皮和藤莖網在一起可做成戰鬥用的盔帽甲冑，遇水不爛的特質，也是拼造獨木舟的超優木材。

6. 雙流瀑布

瀑布位於景觀步道盡頭，距離入口處約3650公尺，為楓港溪上游兩大源流交匯點，也因此得名。激流在此遇上高落差的山岩峭壁直洩下沖，形成白練般的扇面瀑布，水勢磅礴。瀑布前方設有觀景台，沿著陡直木梯



↑ 山油點草是低海拔森林邊下及郊野路旁邊常見的植物，因葉片和花朵等部位具有紫色油點而得名



↑ 欖仁舅頂生葉片間有大型直立托葉

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

往下走，可直達苔綠濃重的瀑潭，邊上遍佈大大小小的礫石，坐在石上觀瀑，無論高度或角度都更恰到好處。

溪水流緩、水域清澈，春天至初秋期間，附近有機會找到一些常見的豆娘。大多數的豆娘雌蟲習慣停駐於水邊石塊或水面植物上產卵，夏日經常可見大量正在活動覓食或棲息的短腹幽蟴族群，它生活於海拔1500公尺以下溪流環境，是台灣分布最廣、數量最多的豆娘，十分容易觀察。偶而可見漂亮的白痣珈蟴停在水面植物的葉面上，成蟲翅膀為明麗的寶藍色，身體為金屬光澤的綠色，是台灣各類豆娘中體型

→ 楓港溪上游兩大源流交匯後直洩下沖，形成白練般的扇面瀑布，「雙流」之名也因此而來



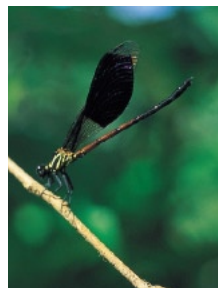
最大的一種。

到了萬物蕭瑟的深秋時節，瀑布前方幽暗的森林底層，獨見全年花期的長花九頭獅子草仍開得茂盛。此花屬爵床科、九頭獅子草屬，多年生草本，葉多花小，分布於南洋、華中至華南地區，台灣則常見於中南部中低海拔區域。雖然名字聽起來又長又凶悍，開出的小小紫花卻十分玲瓏可愛，在秋陽穿透葉隙灑落的次生林裡，二唇形的花冠像張著嘴巴的小獅子，格外醒目。

溪岸林間梭巡一回，身上衣物細縫處沾滿了咸豐草的蒴果，甩都甩不掉。這類菊科植物又名鬼針草，適應力超強，從平地到海拔兩千多公尺的山區都可生長，果實為黑褐色的蒴果，上端長有2至3條宿存萼，萼上長有許多倒勾逆刺，經常附著在人畜身上，當人們忙著拔除黏在褲管、鞋襪上的小刺時，咸豐草也藉此達到傳播種子、繁殖後代的目的。



← 咸豐草原產於琉球，已馴化野生，從海邊到2000公尺左右的山區都可見它的蹤跡



↑ 短腹幽蟴是台灣分布最廣、數量最多的豆娘（攝影／黃昶憲）



↑ 白痣珈蟴是台灣體型最大的豆娘（攝影／黃昶憲）

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

周邊景點

雙流森林遊樂區位於南迴公路旁，往東到台東或南下四重溪、墾丁，可以串成有吃有玩、逛草原、吃美食兼泡湯的行程，好不滿足。

南迴公路編屬9號省道，由屏東楓港向東蜿蜒經達仁、大武、金峰、太麻里、卑南直至台東市，全長107公里，是聯絡高屏與花東的主要幹道，也是雙流森林遊樂區周邊最重要的景觀公路。

不同的季節有不同的玩法。春暖花開的時節，往東到壽壽之後南下轉接199縣道，前往綠草綿延的旭海大草原，登上石門古戰場眺望水氣漸褪的台灣海峽風光，視野明遠，回程別忘了到車城吃一碗清涼退火的綠豆蒜。

天冷時，可續循199縣道往下串遊恆春半島外圍的著名風景點。去四重溪清泉溫泉山莊享受日本時代建造至今、饒富歷史的懷舊湯，去新龜山別館泡露天田野湯，到車城瞻仰全台最大的土地公廟—福安宮，有時間的

話，在墾丁天鵝湖溫泉飯店住上一晚，試試不同的溫泉風味，然後在屏鵝公路旁吃一頓熱辣有勁、阿扁總統也「歐樂」的羊肉大餐，好不心滿意足。

周邊住宿情報

清泉溫泉山莊	地址：屏東縣車城鄉溫泉村文化路5號 電話：(08)882-4120
新龜山別館	地址：屏東縣車城鄉溫泉村溫泉路106號 電話：(08)882-2738
旭海溫泉渡假山莊	地址：屏東縣牡丹鄉旭海村旭海路98號 電話：(08)883-0038
小墾丁綠野渡假村	地址：屏東縣滿州鄉中山路205號 電話：(08)880-2880
天鵝湖溫泉別墅飯店	地址：屏東縣恆春鎮墾丁南灣路500號 電話：(08)889-1234

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

周邊景點

- ① 旭海大草原
- ② 四重溪溫泉
- ③ 石門古戰場
- ④ 車城福安宮、綠豆蒜
- ⑤ 潘家莊台灣羊
- ⑥ 天鵝湖溫泉別墅飯店



● 全覽圖

● 周邊景點

● 特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

1. 旭海大草原

旭海村位於屏東縣牡丹鄉東側，瀕臨太平洋，是東部海岸線上的一個小村落，之前曾經是軍事管制區，除了村民，一般遊客不得入內，有著一份深居獨處的安祥靜謐；自從村裡綿延無盡的大草原及水量豐沛的溫泉開放觀光後，人潮四季不絕。

旭海大草原位於黑獨山上，海拔300多公



←旭海大草原終年潤濕碧綠，可俯瞰太平洋和牡丹灣之美

尺，面積達300公頃，向東綿延至海岸，由於海風的吹拂，草原終年潤濕碧綠，由此可俯瞰太平洋和牡丹灣之美。草原中央有一天然水池，是牛羊飲水的所在，池畔草坡偶而可見牛羊徜徉其間，牧野景觀至為悠閒。

從山下停車場到草原的山路崎嶇不平，要登頂有兩種選擇，一是步行，也可選擇搭乘當地業者的四輪傳動車上山，每人索價約100元。另一處草原規模較小，從公車總站北側入口進入，約40分鐘可以登頂，其間灌叢密生，草原反而成了配角，由此俯瞰圓弧形的牡丹灣，海色迷人。

旭海溫泉位於旭海國小旁，為無色無臭的鹼性碳酸泉，水溫約攝氏43度，泉水從山邊自然湧出，當地有少數小型溫泉飯店或山莊提供泡湯服務，也有公共澡堂，只酌收少許清潔費，雖然設備簡單，卻另有一番樸拙野趣。



↑旭海大草原之前曾經是軍事管制區，有一份深居獨處的安祥靜謐

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

2. 四重溪溫泉

清泉溫泉山莊：屏東縣車城鄉溫泉村文化路5號

電話：(08)882-4120

新龜山別館：屏東縣車城鄉溫泉村溫泉路106號

電話：(08)882-2738

位於屏東縣車城鄉，因地處四重溪旁而得名，早在清光緒年間即發現源頭，與陽明山溫泉、北投溫泉、關子嶺溫泉並列為全台四大泡湯名勝。昔日四重溪是漢人與排灣族人以物易物的中心，市集之日總擠滿了買貨換貨的商人和遊客。

此處屬鹼性碳酸泉，可飲可浴，水質含多

→ 清泉山莊是一家以日式風情取勝的老牌溫泉旅館



種礦物質，可治療胃炎、關節炎、神經痛及皮膚病。泉溫隨著季節更迭：夏秋約攝氏50度，春冬時節升高為攝氏61度，洗來熱氣蒸騰。

市街上溫泉旅館林立。日據時代皇太子曾經下榻的清泉山莊，是一家以日式風情取勝的老牌溫泉旅館；新龜山別館也是老字號，因應這幾年露天泡湯的風潮，老闆在旅館後方沿著水稻田，新闢了幾個泉溫不同的湯池，依著青山的粼粼倒影裸身入浴，暮色蒼茫，那感覺分外淋漓暢快。



↑ 四重溪溫泉與陽明山溫泉、北投溫泉、關子嶺溫泉並列為全台四大泡湯名勝



↑ 日本皇太子曾下榻使用過的澡堂，位於清泉山莊，現今僅供參觀

3. 石門古戰場

石門古戰場位於四重溪東北約3公裡處的石門村，海拔370公尺的虱母山和海拔450公尺的五重溪山斷崖夾峙，形成一處險仄山口，1871年曾在此爆發「牡丹社事件」，是台灣民族運動史上的著名歷史現場。

當年日本人意圖進佔台灣，藉口船員遭到

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

原住民殺害，對恆春半島發動征戰，在石門與當地排灣族人展開激戰，牡丹社和高士佛社原住民奮力抵抗，創下單日死傷日軍500多人的紀錄，戰果豐碩。後來日軍改打游擊戰，前後夾攻，領頭的阿祿頭目等20多人當場成仁，部份被俘的，也被割下頭顱帶回示眾。這種殘暴的行為激起全台憤慨，抗日活動陸續在各地蔓延開來。即為有名的「牡丹社事件」。

民國42年，後人在此題下「澄清海宇還我河山」勒石，用以悼念當年原住民抗日的英勇事蹟。遊客至此除了憑弔舊日往事，也可登上虱母山頂眺望，山下的四重溪、石門村街景和太平洋海色盡收眼底，景致開闊。

→遊客至石門古戰場除了憑弔舊日往事，也可登上虱母山頂眺望風景



4.車城福安宮、綠豆蒜

福安宮：屏東縣車城鄉福安村忠孝路199號

電話：(08)882-5301~2

黃家綠豆蒜：屏東縣車城鄉福興路10號

電話：(08)882-1214

位於車城的福安宮興建於清朝康熙年間，是座擁有300多年歷史的古廟，初始稱為「敬聖亭」，據稱神威遠播，嘉慶年間擴大規模改名為「福安廟」，民國40年再度集資改建，當時副總統陳誠賜名為「福安宮」至今。

福安宮供奉來自大陸泉州的福德正神神像，論規模，它是全台最大；論年代，它是台灣歷史最悠久的土地公廟，也是公認的祖廟，每年從這裡分靈出去的土地公約有300多尊，累計至今已超過1萬尊，範圍遍佈全球，說「有華人的地方就有祂」，可是一點也不為過。每年農曆8月15日是福德正神土地公聖誕千秋的日子，這天全國各地的土地公都會回到此地進香，盛況空前。



↑車城福安宮的金爐會自動「吸金」，至今仍令人嘖嘖稱奇



↑車城福安宮是全台最大的土地公廟，香火鼎盛

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

廟的右前方約10公尺，有一家車城最著名的小吃—黃家綠豆蒜，原本這是一道冬季熱食，將綠豆去皮熬至爛熟後，加入太白粉水勾芡作成甜點。一次老闆應客人要求，加入碎冰作成冰品，沒想到一炮而紅，成為另一道近悅遠來的地方美食。老闆另外還推薦自家做的手工粉條，軟中帶Q，滑溜順口，配上綠豆仁及碎冰，清爽解膩。

5.潘家莊台灣羊

地址：屏東縣獅子鄉竹坑村古苓巷2號

（屏鵝公路旁）

電話：(08)877-2269

枋寮往墾丁的1號省道旁，偌大的店面居高臨下氣勢非凡，店前廣場足可停靠30部雙層大巴士，對照戶外遼闊的巴士海峽風景，在這裡大啖「全羊大餐」。

「全羊大餐」的陣容包括：羊肉爐、三杯羊、涼拌羊肚、炒羊心、羊肉、羊肚、

羊柳。羊肉爐十分講究，分為「有皮有骨」及「有皮無骨」兩種。特選九個月至一年兩個月的放山羊現宰，因為毫無腥羶，因此不需像其他店得使用大量中藥材壓味。這裡的高湯是用青菜和藥草熬的，甘清恬淡，妥貼扮演配角的角色，將純正羊肉風味襯托得非常完美，皮脂豐富的羊肉加上特調的豆瓣辣醬，結合成難以抵擋的美味。

「三杯羊」更是驚為天人，較之常見的「三杯雞」、「三杯兔」，這道鐵鍋三杯肉並沒有讓九層塔搶去風采，上桌時熱氣四射，連皮帶肉的肉塊入口爽嫩，濃郁的香氣久久不散，絕對是一道值得不遠千里而來的上品料理。



←羊肉爐的高湯是用青菜和藥草熬的，甘清恬淡，在羊肉爐中妥貼扮演配角的角色，將放山羊肉的風味襯托得非常完美



↑綠豆蒜係將綠豆去皮熬爛後，加入太白粉水勾芡而成，清甜爽口



↑三杯羊濃郁的香氣久久不散，絕對是一道值得不遠千里而來的上品料理

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

6.天鵝湖溫泉別墅飯店

地址：屏東縣恆春鎮墾丁南灣路500號

電話：(08)889-1234

墾丁也有溫泉？不要懷疑，「天鵝湖」位在黃金海岸南灣前方，是一座夏威夷風格的溫泉別墅飯店，也是全台唯一擁有雙湖泊、

白沙灘及冷泉溫泉的飯店。當年興建開挖時，在地層深處發現珊瑚礁層，抽

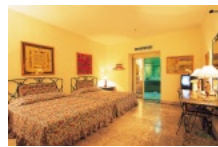
出清澈碳酸氫鹽冷泉，自此聲名大噪，有「墾丁第一泉」之稱。

泡湯正流行，如果能在野溪泡湯體驗戶外山水之美，那更是上上之選。此地以天然的蛇紋石為溪堤、麥飯石鋪底，建造出一條長達120公尺的人工野溪，攝氏43度的原湯

伴隨硫磺蒸氣傾湧而出，躺在溪底，原湯從身上快速流過，再利用下游湧泉讓全身漂浮，浸泡其中，有如身處露天野溪般快意。



←天鵝湖溫泉別墅飯店是全台唯一擁有雙湖泊、白沙灘及冷泉溫泉的飯店



↑天鵝湖溫泉別墅飯店的家庭套房溫暖舒適，住上一晚，像是回到自家別墅般自在

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

特有生物

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

青竹絲與青蛇

雙流茂密的森林中蛇類繁多，其中經常盤曲在樹枝或草叢間、體色同為青色的青竹絲和青蛇最容易混淆。

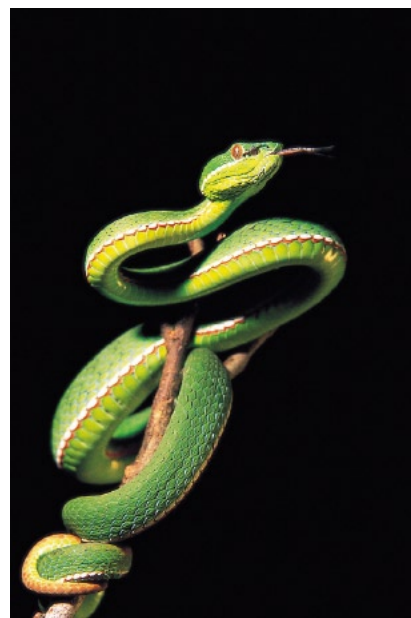
青竹絲是著名的「台灣五毒」之一，又名赤尾鮎，體長約60.80公分，是台灣分布最廣、數量最多的毒蛇。頭部呈大三角形，體背面為深綠色或淡黃綠，側面背腹交界處有上白下紅的雙線體紋，尾部為暗紅色。全身無光澤，具有頰窩，口部一對大管牙，可作為與青蛇快速鑑定的依據。由於身體為綠色，不易被發現，人從樹下經過或攀扶樹木時需格外小心，以免誤觸青竹絲而遭噬。青竹絲的毒性屬出血性毒，十分猛烈，即使大難不死，治癒後也會有運動障礙的情形發生。

青蛇又稱翠青蛇，體型中等，最長可達1公尺多，全身呈翠綠色，平滑有光澤，沒有斑紋，腹面為黃綠色或黃白

色，尾部細長，逐漸縮小，末端尖銳。青蛇動作迅速、性情溫和，並不主動攻擊人，甚至是頗受歡迎的寵物；但它在野外和青竹絲一樣常停棲於大型植物葉面或枝條上，且遇敵時經常仿效毒蛇的昂首姿態以自衛，因此常被誤認是有毒的青竹絲，而慘遭被人一棒打死的命運。



↑ 青竹絲是台灣分布最廣、數量最多的毒蛇，頭部呈大三角形



↑ 青蛇也常盤曲在樹枝或草叢間，常被誤認成有毒的青竹絲，而慘遭誤殺

南東台灣

森林渡假情報

●全覽圖 ●周邊景點 ●特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

南仁湖自然保護區

位於屏東縣滿州鄉長樂村的南仁山區，從壽卡循199縣道南下，過旭海一號橋後轉199甲縣道到旭海後接上先後26號省道及200號縣道即可抵達。海拔319公尺，是全省僅存的低海拔原始熱帶季風林。

湖的前身是水稻田，由於東邊出水口遭到早期移民築堤堵塞，天然雨水與泉水累積逐日增多，終致形成湖泊，目前僅剩下一戶人家，在水田淤塞之前，這裡的農戶以耕作為生，後來相繼撤離，南仁山區除了蟲鳴鳥叫，再也不見人聲喧嘩。

從管制站入口前往南仁湖的步道長約4公里，沿途林相為典型季風熱帶雨林，植物種類與鄰近的菲律賓頗為近似，維管束植物有一千多種，佔全島三分之一種類，其他常見的植物還有山林投、欖仁舅、長葉腎蕨、長穗木、珊瑚樹、恆春楊梅等，與中北部林相景觀大異其趣。

南仁湖湖面廣達28公頃，但因水位過深，

僅在湖邊出現毛蕨、荸薺、水毛花等濕生植物，深水域中只有小荇菜適應得最好，算得上是湖中最優勢的水生植物。

附近有不少沼澤、溝渠，常聚集蝶類駐足吸水。步道兩旁遍布長穗木，紫色的花穗又細又長，是蝴蝶、蜜蜂最愛的蜜源植物之一。由於長穗木開花並不同時開滿一穗，而是由下而上每次零零落落開上兩三朵，因此幾乎全年都能吸引蜂蝶，如玉帶鳳蝶、大白斑蝶、蜜蜂等，有時還會有黃裳鳳蝶等珍稀物種來訪。



↑ 南仁湖的前身是水稻田，因出水口遭築堤堵塞而形成湖泊



→ 南仁湖山區是全省僅存的低海拔原始熱帶季風林

● 阿里山

● 藤枝

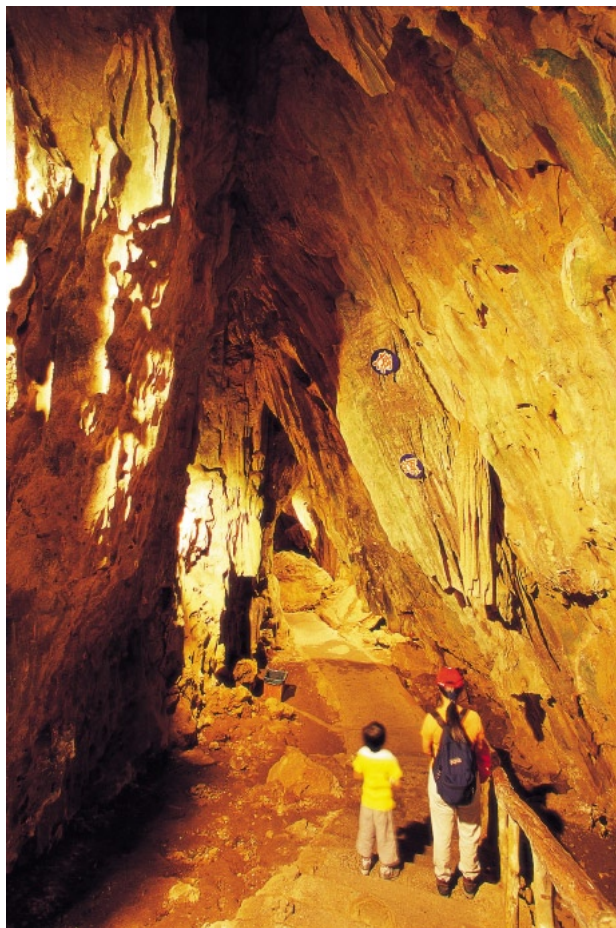
● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本



←著名的仙洞

墾丁國家森林遊樂區

這片豐富的綠色寶藏中，
熱帶雨林與海濱植物和平相處
因應海陸之間多方的環境變數，
孕育出多層次的植物社群……

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

地處恆春半島中央，最獨特之處，在於此地屬於更新世地層，步道兩旁的岩石，其實是隆起的珊瑚礁，由珊瑚蟲的骨骼、珊瑚藻、有孔蟲、苔蘚蟲與貝類共同組成。

珊瑚礁群約在8~12萬年前形成，9千年前，恆春半島地殼以每年3~2.5公釐的速度緩慢上升，礁群終至露出地表，在地質學上稱為「恆春石灰岩」。因長期受到風力與雨水侵蝕，形成奇特的地形景觀，這也就是園區中特多石灰岩洞穴、斷崖、峽谷的由來，為百萬年地殼運動史的鮮活見證。

此地原為台灣省林業試驗所熱帶植物試驗地，當年曾引進許多珍貴的熱帶植物實驗，如菲律賓貝殼杉、印度紫檀、南洋杉等，這些作客的植物逐漸發展成蔭鬱森林，成為全台唯一的熱帶植物園，也是全球八大實驗林場之一。園區現有植物一千四百多種，包括恆春原生植物、蘭嶼植物、藤本、蘇鐵、熱帶果樹、白榕、椰子、變葉木、樟科、豆科、殼斗科、海岸植物、熱帶樹種龍腦香科植物等。

海岸林邊的野生植物，則展現出墾丁特有的海濱風情。其中以素稱「墾丁之花」的棋盤腳最具代表性。抗旱、耐風、耐鹽分、成長快，為標準的熱帶海濱植物型態。其果實具有四個稜角，有人稱之為「墾丁肉粽」或「恆春大肉粽」，形容生動。

整個園區約400公頃，開放的只有六分之一，以兩條步道銜接兩大遊覽區、大大小小共16個遊覽據點。來到這裡，不妨閒步慢行，細細觀察在這片熱帶林、風化岩和珊瑚礁的故鄉中，高歧異度的熱帶雨林如何與海濱植物如何和平相處，看它們如何因應海洋與陸地變化多端的環境變數，而孕育出豐富多層次的植物社會……



↑ 棋盤腳的花



← 觀海樓為六層樓建築，登上樓頂，可以360度展望大尖山、石牛山、青蛙石、太平洋、巴士海峽

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

墾丁森林遊樂區全覽

建議遊玩時間：1~2日

遊玩景點：

- ① 鳳蝶復育區
- ② 情人步道
- ③ 白榕區
- ④ 銀葉板根
- ⑤ 望海台、仙洞、觀海樓
- ⑥ 一線天、棲猿崖



南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

小 檔 案

位置：屏東縣恆春鎮墾丁里、鵝鑾鼻半島中央地帶

海拔：200~400公尺

氣候：年均溫20~25°C

自然景觀：珊瑚礁、鐘乳石山洞、熱帶植物、季節候鳥。

人文景觀：觀海樓、牌樓、遊客中心陳列室、簡報室。

遊憩設施：森林浴步道、解說步道、觀海樓、眺望台、花樹。

生態重點：熱帶植物園、珊瑚礁奇景、季節候鳥、野生動物。

適合活動：觀賞各種奇特樹木、地質景觀、賞鳥、賞蝶、森林浴、健行、遠眺海洋風光。

適合季節：全年

季節情報：10~11月紅尾伯勞、灰面鵲鷹、赤腹鷹過境，為著名的候鳥嘉年華會。

實 用 資 訊

地址：屏東縣恆春鎮墾丁里

服務電話：(08)886-1213

開放時間：8:00~17:00

門票：假日150元，平日100元，半票75元

住宿：無

停車費：汽車100元，機車20元

交 通 路 線

開車：從中山高速公路小港交流道下，接上17號省道南下，至枋寮後續行1號省道，過楓港接26號省道，過恆春、南灣後即可在路左邊看到墾丁森林遊樂區大門。

搭車：1.在高雄搭往墾丁的國光客運，在墾丁森林遊樂區下車。2.搭火車至枋寮站下車，轉屏東客運前往。

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

1. 鳳蝶復育區

位於林務局工作站右側、情人步道起點。庭園規模不大，種了滿園的港口馬兜鈴，以提供鳳蝶幼蟲為食草，特別是瀕臨絕種的黃裳鳳蝶。

黃裳鳳蝶為台灣特有亞種，別名金章鳳蝶、黃裙鳳蝶，以大型且具金黃色斑紋的後翅著稱，展翅約9~11公分。主要分佈於在西部彰化田尾、大肚山、東部宜蘭烏石鼻、頭城及南台灣出雲山、恆春半島等低山地區，其中又以恆春半島數量最多。取食範圍很廣，台灣產的四種馬兜鈴屬植物，包括瓜葉馬兜鈴、港口馬兜鈴、蜂窩馬兜鈴、異葉馬兜鈴，都是黃裳鳳蝶幼蟲的最愛。

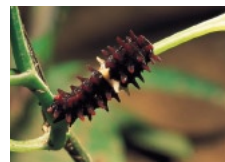
黃裳鳳蝶成蟲全年可見，大發生期在3、4月及9、10月間，多在晨間與黃昏時飛舞吸蜜；近年由於棲地破壞，加上飛行速度不快，經常遭到非法大量捕獵，數量銳減，已列入保育名單。雖然園區目前只發現紅紋鳳蝶、大紅紋鳳蝶等常見品種在此繁殖結蛹，



↑ 黃裳鳳蝶以大型且具金黃色斑紋的後翅著稱，展翅約9~11公分（攝影／陳仰聖）



↑ 鳳蝶復育區內已可見大紅紋鳳蝶的蛹（上圖）與紅紋鳳蝶的幼蟲（下圖）



不過仍然吸引不少喜歡生態觀察的遊客來此碰碰運氣，或能一睹風采呢！

除了幾株高大的棋盤腳特別引人矚目外，復育區通往情人步道的途中，另植有珊瑚樹、瓊崖海棠、台灣赤楠及過山香、細葉饅頭果、雀榕等蜂蝶喜愛的蜜源及食草食物，濃密樹叢中，琉球青斑蝶、玉帶鳳蝶、圓翅紫斑蝶、黑點大白斑蝶幾乎整年可見。尤其玉帶鳳蝶每年6、7月間有一次大發生，數百隻成蝶沿著森林邊緣綿延成隊飛翔；紫斑蝶類則在冬季來臨時，有集結群體越冬的現象，蝶況相當精采。



↑ 園區遍植鳳蝶幼蟲食草港口馬兜鈴



↑ 過山香是鳳蝶喜愛的蜜源植物



↑ 棋盤腳的果實碩大飽滿，看起來就像一顆方形大肉粽，恆春人均稱戲稱為「墾丁肉粽」或「恆春大肉粽」

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

2. 情人步道

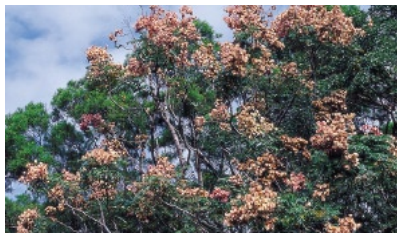
由林務局工作站經鳳蝶復育區，貫穿第一、第二遊覽區的白榕園、銀葉板根、觀海樓等景點，屬外圍步道。由於一般遊客大多直接循主步道至遊客中心及各景點遊覽，這條小路顯得格外僻靜，適合喜歡安靜觀察動植物生態的遊客和悠閒漫步的情人，因此得名。雖然路程較遠，來回至少需半天以上，但沿途林相豐富，人為干擾少，觀蟲、賞蝶都很理想。

步道兩旁的植被宛如墾丁森林遊樂區的縮小精華版。沿途可見熱帶海岸林與熱帶季風林群系共



↑ 大葉山欖是台灣海岸常見的喬木

→ 台灣欖樹在低海拔闊葉林中相當常見，台灣固有種，9至10月會開出金黃色花穗，花果能誘鳥，蝴蝶與鍬形蟲喜吸取其樹幹汁液



↑ 恆春哥納香為墾丁地區稀有植物之一



↑ 白色晶瑩剔透的多子漿果莢，是情人步道常見的植物

生共榮的景象：上層優勢木有白榕、茄苳、台灣欖樹、大葉山欖、大葉楠、山菜豆、光蠟樹等，中層林木有黃心柿、山柚子、毛柿、鐵色等，下層則以山棕和姑婆芋最多。

其中土肉桂、恆春哥納香、大葉山欖、台灣梭羅木、毛柿等均為墾丁地區稀有植物。誘蝶、誘鳥植物相當多，林中常見紅嘴黑



↑ 琉球青斑蝶（攝影／陳弘文）



↑ 情人步道沿途林相豐富，人為干擾少，觀蟲、賞蝶都很理想

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

鵲、綠鳩、畫眉、黑頸藍鵲等留鳥及端紅粉蝶、紅肩粉蝶、淡色黃蝶等梭巡其間，是山林中另一種無聲的熱鬧。

一路行來濃蔭覆蓋，夏天不必吹冷氣，也是涼意透徹。林下常見賽山藍、瑪瑙珠等自熱帶美洲引進栽培的熱帶嬌客。瑪瑙珠黃澄澄的果實十分吸引人，卻是全株有毒，切勿誤食。

↓紅嘴黑鵲全身黑色，唯有嘴尖與腳部呈珊瑚紅，又名為「紅嘴烏秋」（攝影／黃文欣）



↑瑪瑙珠全株有毒



↑賽山藍原產熱帶美洲，近年來已歸化於台灣南部

3. 白榕區



↑菲律賓榕又名島榕。葉革質，橢圓狀披針形，果實成熟時呈暗紅色



↑澀葉榕葉片表面佈滿粗硬的剛毛，觸感粗糙，因此得名

海岸林邊地薄土貧，爲了適應環境，植物往往以各種不同的形式存活；在墾丁森林遊樂區中，白榕和銀葉板根便展現了令人嘆爲觀止的求生本領。

桑科榕屬的植物是構成季風雨林植物社會最重要的特徵種類，白榕、澀葉榕、菲律賓榕、幹花榕都具有耐溼熱高溫、適應惡劣環境的能力。尤其白榕常生長在礁岩上或岩石裂縫內，支柱根分枝極爲發達，更是半島原始林的優勢植物之



↑長腳蜂與虎頭蜂同屬胡蜂科，性情卻溫和得多



↑瓊崖海棠樹別稱紅厚殼，為恆春、蘭嶼海邊常見的防風用材，冬天開花時，常聚集了滿樹的紫斑蝶

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

一。枝條下垂無數氣根，當氣根抵達地面後，能增粗形成支柱根，支柱根環繞在主幹周圍，相互交錯，宛如眾多樹幹而蔚為奇觀。早期排灣族原住民常利用其通直粗大的氣生根當作房屋棟樑，根幹的韌皮纖維則製成草鞋繩索。

爲了坐大，有些白榕會越界侵犯，垂下的氣根錯綜交纏，將其他植物纏勒至死，然後將地盤據爲己有，面積可廣達好幾甲

地；例如滿州鄉著名的白榕園，看起來是「一座」廣袤樹林，事實上只有一棵白榕母幹，其他都是它衍生出來的氣根。印度也有一棵白榕，樹冠直徑達1公里長，足見它的強勢與霸氣！墾丁園區內的白榕大多呈點狀分佈，只有此地形成優勢樹種，綿延分佈在數百公尺寬的平坦台地上，遠望垂絲綿密，桅柱連連，極爲壯觀。

區內昆蟲種類非常豐富。樹蔭下常見蛺蝶類停在步道上。蝴蝶的幼蟲多半具有狹食性，如圓翅紫斑蝶的幼蟲只吃榕屬植物，在菲律賓榕的葉片上很容易見到幼蟲及如金黃色的蛹。原木棧道兩旁有蜜源植物馬纓丹、紫花長穗木、大葉楠，吸引爲數眾多的蝴蝶和其他鞘翅目的叩頭蟲、吉丁蟲、



←白榕支柱根所形成的千根榕奇觀，環繞在主幹周圍，顯現出植物為適應環境所作的努力



↑白榕區對面坡地上有數棵台東漆樹，從前原住民經常取其樹液當作染料。春天果熟，呈暗紅色或黑紫色，果托富含肉質，常吸引鳥兒前來採食

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

金龜子、天牛等昆蟲，觀察叩頭蟲著名的「叩頭功」，是頗富趣味的親子遊戲呢！

蝨斯是夏日傍晚的常客，「唧—唧—唧」的叫聲不絕於耳；台東漆樹下方有數叢野生香蕉，6、7月間，常見其葉片被香蕉蝶的幼蟲整株曲捲包圍起來，十分有趣。冬天時，爲了尋找蘿藦科的歐蔓或芙蓉蘭食草產卵，琉球青斑蝶經常在附近出沒。白榕區林木森然，密密不見天日，盤桓的遊客不多，不過對於喜歡近距離觀察昆蟲的人來說，此地卻是整個園區中超讚的觀蟲天堂。

4. 銀葉板根

銀葉板根距離白榕區約10分鐘腳程。銀葉樹因葉背面呈銀白色而得名，樹齡已有400多年。

「板根」是樹木爲了適應熱帶雨林潮濕多雨環境所形成的一種現象。雨林區的水份充足、森林茂密，樹木爲了讓樹梢充分吸

收到陽光，必須往上生長得非常高大且直立，但地表的土壤層淺薄，又使得樹幹不易穩固，爲了避免傾倒，便演化出根部高高隆起、延展成板型樹根，以此加強抓地力和抓地面積來固定樹身，讓樹木能順利向上生長、增加呼吸



↑ 大葉楠是極具經濟價值的闊葉樹



↑ 為了擴展抓地面積，銀葉樹的根部向上隆起形成板塊，高壯碩大



↑ 蝨斯是夏日傍晚的山林常客，叫聲有如紡織機的運轉聲，俗稱「紡織娘」（攝影／陳仰聖）



↑ 大青叩頭蟲體色油亮，一旦被捉住下半身，便使出逃命絕活—用力猛動頭部並發出響亮的叩頭聲「叩頭蟲」之名不言而喻。（攝影／陳仰聖）

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

面積，還可以適度留住水份，避免根部水分流失過度或積水過多，「板根」之名由此而來，堪稱樹木求生最佳典範。

另一個季風雨林植物社會中的重量級成員，是樟科的大葉楠。同樣具有耐潮濕高溫的特性，它的出現通常代表所在的森林已進入演替成熟期，每年7~11月成熟的果實是松鼠相當喜愛的食物。同科的香楠，也是組成季風雨林重要的一員，生長習性與環境與大葉楠均極為相似。

5. 望海台、仙洞、觀海樓

望海台位於半山腰，解說牌上載明「此地可遠眺大尖山、青蛙石及突出海面的貓鼻頭，浩瀚海洋令人賞心悅目」，可是如今台前的山坡草長過人，已無任何視野可言，至為可惜。倒是周邊有欖仁樹、木棉、魯花樹、菜豆樹、琉球松、澀葉榕等密林環繞，不失為納涼歇腿的好地方。



↑ 望海台周邊綠蔭濃密，可供登山客納涼片刻

走過一小段台階抵達仙洞入口。此洞全長127公尺，另有支洞長30公尺，為台灣最長的石灰岩洞。珊瑚礁石灰岩主要成分為碳酸鈣，易與含碳酸質地的雨水化合成碳酸氫鈣溶液，流入地下岩層再從石灰岩洞中滲出時，碳酸鈣產生沈澱現象，由洞頂向下堆積似鐘乳的稱為鐘乳石，如滴下至地表、由下往上堆積的稱為石筍，上下相連即成石柱。

仙洞以洞壁的鐘乳石地形著稱，有好事者根據外貌形象分別命名為微笑老人、鐘乳瀑布、懸垂寶蕊、南極仙翁等別名。洞中燈火



↑ 觀海樓高27公尺，為墾遊樂區最高點

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

微亮，光影錯落狹長幽深，很有幾分探險的趣味。

觀海樓共有6層樓，高27公尺，最高樓為環形餐廳，可容納上百人同時用餐。走樓梯上至樓頂陽台，頂樓設有兩座望遠鏡，可遠望台灣最南端的鵝鑾鼻及巴士海峽、台灣海峽、太平洋環伺的恆春半島全景。天氣晴朗、海霧淡薄時，甚至可以眺見遠在海那一端的蘭嶼。冬天山夜來得早，五點多在此就可以看見海峽上方彩霞燒天的夕照景觀，和著名的關山落日比起來，這裡的全景視野不遑多讓。

6.一線天、棲猿崖

此地原本是一處位於海底的珊瑚礁，經造山運動上升為山，並在地殼變動中裂為兩半，形成只能容得下一人穿過的細狹通道，置身其中抬頭仰望天空，只見一線空隙，因此得名。



↑位於海底的珊瑚礁，經造山運動隆起成山，又在地殼運動中一分為二，成就「一線天」的奇特地景

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

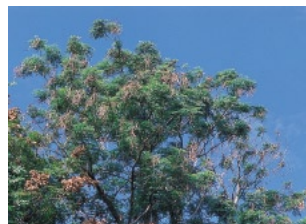
● 知本

稍一留神，會發現滿佈洞穴的礁岩表面，藏著一隻隻行動機敏的螃蟹，常見的有毛足圓軸蟹、紫地蟹和少數澤蟹如黃灰澤蟹等，一有生人靠近，便驚嚇得滿地亂竄。陸蟹全世界只有19種，在列入記錄的5千種螃蟹當中，算得上少數民族。所謂陸蟹，就是生活在陸地上的螃蟹，它們在山上生長，繁殖時到海邊產卵，因此位於海濱與山陸之間的墾丁，就成了它們回家的中繼站和重要棲地。陸蟹和潮間蟹習性十分類似，產卵、孵化成幼蟲、脫殼、覓食、交配、產卵，循環不息。不同的是，陸蟹在變成小螃蟹時就回到陸地上生活了。

黃灰澤蟹是墾丁地區最常見的大型澤蟹。每年夏天，雌蟹便會準備懷卵產子，由於豐富的卵黃可提供營養給幼體，因此不必像陸蟹一樣千里跋涉奔向大海產子，寶寶可直接在卵中發育，然後破殼出生。只是剛出生的小蟹仍需「掛」在母蟹腹部上接受撫育，就像袋鼠一樣。因此如在夏季繁殖期前來，不妨睜大眼睛找找，或能見到「母蟹帶小蟹」的有趣畫面也說不定呢！

棲猿崖距一線天僅數分鐘路程。此地為一片懸垂的峭壁，石窟中原有台灣獼猴棲息，登臨崖頂，大小尖山及滿州鄉境均可在望；如今遊客眾多，猿猴早已聞風遁入山中，徒留其名。不過此地生態原始度卻是全區最高的，除了滿地陸蟹，清晨與黃昏時，偶而可

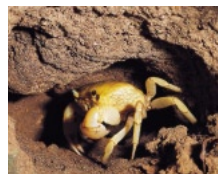
見山羌、果子狸等珍稀動物出來活動覓食。



↑ 菜豆樹又稱山菜豆，果實細長如菜豆莢



← 棲猿崖為一片懸垂的峭壁，登臨崖頂，大小尖山及滿州鄉境均可在望



↑ 台灣目前共記錄有澤蟹31種，黃灰澤蟹是墾丁地區特產的大型澤蟹，澤蟹屬，屬於島嶼性的淡水蟹



↑ 長花九頭獅子草性耐陰至半遮陰，大多生長在較陰暗的森林或海岸林底層。一線天、棲猿崖一帶林蔭深處均是觀察此類植物的理想據點

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

周邊景點

有綿延的海灣戲水衝浪，也有異國風情的PUB大街。
原始與現代、傳統與新潮的玩法兼容並蓄，
超級魅力無人能擋！

本遊樂區位於整個墾丁國家公園的心臟地帶，坐擁山海美色，可以順遊的景點多如繁星。

在這裡，你可以玩玩親近海洋的遊戲，浮潛、游泳、沙雕、衝浪、滑水，也可以選擇比較知性的玩法，採石、踏青、登山、單車，在山海的記憶裡自在遊走。

墾丁三面臨海，終年水色浩渺，陸地範圍西邊包括龜山向南至紅柴坑台地與濱海地帶，南面包括龍鑾潭以南的貓鼻頭、南灣、鵝鑾鼻，北至南仁山區，海陸面積達1萬7千多公頃。整體景觀來看，有發達的珊瑚礁地形，也有孤立山峰、水潭、草原、砂丘、熱帶森林和滋長其間繁茂的生物，兼具山海之勝和草原之美。無論什麼時節來到墾丁，湖泊、草原和海洋的旅行，都將帶給你全新的感受。

墾丁周邊住宿情報

墾丁悠活渡假村

地址：屏東縣恆春鎮萬里路27之8號
電話：(08)886-9999

夏都沙灘酒店

地址：屏東縣恆春鎮墾丁路451號
電話：(08)886-2388

歐克山莊大飯店

地址：屏東縣恆春鎮船帆路1000號
電話：(08)886-1601

墾丁凱撒大飯店

地址：屏東縣946恆春鎮墾丁路6號
電話：(08)886-1888

墾丁福華渡假飯店

地址：屏東縣恆春鎮墾丁路2號
電話：(08)886-2323

墾丁青年活動中心

地址：屏東縣恆春鎮墾丁路17號
電話：(08)886-1221

虹彩驛渡假中心

地址：屏東縣恆春鎮山海里紅柴路3~6號
電話：(08)886-9996

南東台灣

森林渡假情報

●全覽圖 ●周邊景點 ●特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

周邊景點

- ①南灣
- ②墾丁牧場
- ③龍鑾潭
- ④關山夕照
- ⑤白砂灣
- ⑥天鵝湖溫泉別墅飯店



南東台灣

森林渡假情報

●全覽圖 ●周邊景點 ●特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

1.南灣

地址：恆春鎮南灣里南灣路223號

電話：(08)889-2894

南灣是貓鼻頭和鵝鑾鼻伸入巴士海峽、兩處岬角夾峙所造成的曲形海灘，為台灣最南端的海灣。原名「大板埕」，又名金沙灣，「金沙白浪」曾是著名的恆春八景之一，如今馳名中外，號稱台灣的「蔚藍海岸」。每年夏天，來自全球各地的泳客湧進南灣，競相讚嘆：此地是全台少數兼具純淨美景與旺盛人氣的海水浴場。

此處可潛水、玩風帆，還有獨步全台的「海底漫步」活動。此地因有黑潮流經，海水溫度高而穩定，海底地形極富變化，水草茂密，非

→南灣腹地遼闊，倚山面水的視野好得不得了

常適合珊瑚生長，短短數百公尺內有兩、三百種珊瑚，是台灣沿海軟珊瑚生長最密集的地區，密度之高與種類之多，舉世罕見，並盛產各類熱帶魚、海索、貝類、海葵蝦等，尤其適合潛水，幾年前全國第一艘專屬潛水船在此正式啟用後，「南灣潛水」已成為旅遊墾丁的招牌行程之一。如攤販和水上活動業者的管理能更上軌道，南灣絕對是一處國際級的海灘休閒勝地。



↑南灣號稱台灣的「蔚藍海岸」

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

2. 墾丁牧場

地址：恆春鎮墾丁里牧場路1號

電話：(08)886-1341

原為漢人入墾墾丁的聚居所在，西元1904年，日本人有鑑於此地天候乾燥多風，不適合農耕，便開闢為牧場，成立至今已達百年。民國47年由省畜產試驗所恆春分所接管，以試驗牛羊育種推廣、疾病研究、牧場繁殖為主。牧場占地達1千多公頃，從墾丁海濱、大小尖山一直綿延到大圓山及龍仔埔



↑ 金黃暮色裡，一群群牛羊漫步在小尖石如波浪起伏的小丘上，美得像畫

地區，是全省面積最大的肉牛繁殖場。

一般遊客多鎖定小尖石放牧區黃昏固定的放牧時間，金黃暮色裡，一群群牛羊漫步在起伏的小丘上，美得像一幅北國曠野風情畫。在此除了欣賞草上風光，貓鼻頭到鵝鑾鼻間的天光海色也能一覽無遺。



↑ 墾丁牧場以試驗牛羊育種推廣、疾病研究、牧場繁殖為主，是全省面積最大的肉牛繁殖場

3. 龍鑾潭

地址：恆春鎮草潭路250巷86號

電話：(08)889-1456

龍鑾潭位於恆春往貓鼻頭途中，屬於典型的低窪濕地，也是南台灣知名的野鳥樂園。



紀錄中以秋冬時節大批過

← 龍鑾潭周邊是賞鳥和研究鳥類生態的殿堂

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

境或渡冬的雁鴨科最多，約佔百分之六十，每年11月至翌年3月是最熱鬧的賞鳥季節，運氣好的話，一天內就可以看到50種以上的鳥類！其次是留鳥、迷鳥和少數夏候鳥。墾管處在此設有室內觀鳥區，隔著透明度良好的大型落地玻璃窗，透過單筒望遠鏡，沼澤上的一靜一動歷歷在目，而不必全副武裝蹲在潭邊守候了。

4. 關山夕照



↑ 關山地勢高，成為欣賞墾丁落日的最佳據點

如果時間剛好，來到龍鑾潭可順路一探關山夕照勝景。關山舊稱「高山巖」，傍晚沿著指標前行，太陽正往路的盡頭處墜落。此地地勢高，展望極好，成為欣賞墾丁落日晚霞的最佳據點，每當太陽西下，海面上金光與彩霞織就一片瑰麗華錦，人潮一直到晚上都還流連不去。山頂有一間土地廟原名「高山巖」，廟前的雙層涼亭是欣賞夕照的最佳據點。

5. 白砂灣

地址：屏東縣獅子鄉竹坑村古苓巷2號(屏鵝公路旁)

電話：(08)877-2269



← 白砂灣沒了嘈雜的遊客和水上摩托車，風景顯得更清爽

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物



↑ 龍鑾潭設有室內觀鳥區，隔著落地玻璃窗，和單筒望遠鏡，可觀賞在潭面或岸邊休憩、覓食的水鳥



↑ 海面上金光與彩霞織就一片瑰麗華錦，吸引人潮一直到晚上都還流連不去

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

此地知名度沒有南灣那麼響亮。循指標穿過小椰林，灘上的砂粒在陽光下白得發亮，少了嘈雜的遊客和水上摩托車陣，空氣更清爽。

砂地由白沙和被海浪磨得晶圓的細小貝殼組成，漫步其間有如踩在晒穀場脫了殼的小麥堆裡，好不宜人。從台地下望，夾在藍色海水與綠色山坡間的海灣景致旖旎，海灣東側有台地屏障，阻擋東北季風入侵，因此當冬天各處海灘紛紛歇業的同時，白砂灣的水上活動仍可如常進行。尤其對於很多想趁盛夏來臨之前晒出小麥膚色的遊客來說，此地是冬季墾丁日光浴場的不二選擇。



↑ 白砂灣是冬季日光浴場的不二選擇

6. 貓鼻頭

其實是一塊從海崖上滾落的珊瑚礁岩，因外型有如一隻蹲伏在海上的貓而得名。此地是台灣海峽與巴士海峽的分界點，與鵝鑾鼻同為台灣最南端的岬角。起伏轉折的珊瑚礁沿著海岸發育，稱為「裙礁」。層層裙礁日夜受到海浪侵蝕，形成崩穴、壺穴、礁柱、層間洞穴等奇特地景，堪稱世界級的灘岩地形景觀。

想出海的話，貓鼻頭附近有全新的藍色公



↑ 貓鼻頭著名的「裙礁」地形



↑ 貓鼻頭是一塊從海崖上滾落的珊瑚礁岩，因外型有如一隻蹲伏在海上的貓而得名

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

南東台灣

森林渡假情報

●全覽圖 ●周邊景點 ●特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

路套裝行程可供選擇，地點在後壁湖港。目前有東、西兩條遊艇航線：一是繞過鵝鑾鼻岬到龍磐折返；另一條是繞過貓鼻頭北上到車城海洋博物館附近，建議不妨挑選下午出發的行程，從海上看落日，又是另一番嶄新的體驗。

7.恆春西海岸公路

恆春西海岸公路編號153鄉道，自新街經後灣、萬里桐、紅柴坑至馬鞍山，是恆春開發最晚的一條景觀公路，因此像是墾丁的「後花園」，同樣的蔚藍海洋，但情調寧靜得多，喜歡墾丁但不愛湊熱鬧的人可選擇這條路線兜兜風。

位於萬里桐的悠活渡假村是這條公路上最主要的景點。這是墾丁地區唯一山海相連的渡假村，師法國外地中海俱樂部（CLUB MED）或太平洋島渡假村（PIC）的經營風格，各式水陸休閒娛樂設施、養生館、兒童

俱樂部、健身房、婚禮小教堂、商店街、紅魔鬼西餐廳、山海漁村中餐廳、臨海自助餐廳、椰林海岸B.B.Q.、Sports Bar、KTV、沙灘排球場、腳踏車、滑艇等一應俱全，你可以什麼都不做，就躺在沙灘上全天日光浴，或是忙得很樂乎，每種設施都去試一試，玩它個不累不歸。

最特別的在於此地提供具有濃厚恆春特色的美食。當日進貨的蚵仁野海藻、現採的蘿蔔、梅汁入味的藕片、後壁湖漁船剛進港的新鮮魚貨、從車城送來的洋蔥，淋上特製魚乾醬汁做成白玉拌珍肝……當令特產的即鮮美食，最叫人傾倒！



↑ 悠活渡假村是恆春西海岸公路的住宿首選



↑ 悠活大廚這道「白玉拌珍肝」係將洋蔥切成細絲，淋上特製的魚肝醬而成，作法簡單但風味獨特，曾在屏東的「洋蔥嘉年華」中大放異彩



↑ 悠活渡假村是恆春西公路最主要的景點，吃喝玩樂一手包的玩法，讓很多不想為規劃行程傷腦筋的遊客趨之若鶩

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

特有生物

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

墾丁觀鳥

墾丁四季如春，加上背山環海的多樣性生態環境，是亞洲東部候鳥遷徙路線中相當重要的棲息站，每年均有大量候鳥過境或來此渡冬，累計野生鳥類紀錄達305種，其中遷徙性的候鳥便佔了三分之二。

每年9~11月間，紅尾伯勞、赤腹鷹、灰面鵟鷹相繼過境，數量動輒達數萬隻至十萬隻，形成本省規模最大、知名度最高的賞鳥熱潮；事實上，墾丁長年均有鳥類遷徙並構成固定週期，一年四季都有看頭。

墾丁候鳥季於每年5月底由開始南飛過境的家燕揭開序幕。7、8月上旬是主要過境期，每日黃昏至隔日清晨，都有數千隻以上的家燕停駐在電線上過夜，民國87年還曾創下27萬隻的驚人紀錄。

8月之後鵲科、鷺科等水鳥過境，數千隻牛背鷺及小白鷺所組成的白鷺群，每日傍晚浩浩蕩蕩在龍鑾潭邊會合後，趁著黑夜集體飛越巴士海峽到南洋群島一帶。8月底到9月中

旬紅尾伯勞過境，這種鳥習慣停棲在尖銳枝桠或木樁等高突點搜尋獵物，尾巴並不時抖動或劃圓圈，「嘎、嘎、嘎……」的叫聲粗啞且重覆不絕，成為這段期間恆春半島最常見的空中風景。

一進入9月，猛禽來了！時間持續約2個月，初期以赤腹鷹最多，有幾萬隻至十萬隻，高峰期在9月中下旬。再來是灰面鵟鷹，舊稱灰面鷲、南路鷹，這批過境猛禽英姿颯發，起鷹落鷹場面壯觀，往往成為鳥友望遠鏡和攝影機追蹤的焦點。根據調查，灰面鵟鷹來台的行程大致如



→紅尾伯勞為肉食性鳥類，領域性強（攝影／黃子明）

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

下：清早由日本出發，由宜蘭上空入境台灣，沿著溪谷飛至八卦山或阿里山一帶夜宿，第二天清晨往南飛到屏東滿州鄉附近再住一夜，第三天清晨飛離台灣。

灰面鵟鷹的數量最高曾達到1萬隻左右，由於經常在國慶日之後報到，因此又有「國慶鳥」之稱。牠們鼓著雙翼，乘著氣流迴旋滑翔，如果風向、天候合宜，南下的鷹群約在每天下午2時飛抵滿州，開始獵捕其他幼鳥及地面上的蚱蜢、老鼠果腹，如果黃昏才抵達，便在空中成群盤旋，直找到合適的過夜地點才逐一降落，一夜可有數千隻同時停棲的壯觀場面，這就是「落鷹」。次日一早，



↑ 赤腹鷹是秋天過境猛禽大軍的先頭部隊（攝影／黃文欣）



↑ 灰面鵟鷹屬中型的遷移性猛禽，背紅褐色，是台灣鷹科中最偏紅的。臉頰為灰色，因而得名（攝影／黃文欣）

鷹群飛到社頂公園集結，利用上升氣流飛至適當高度，一起往南飛去，這是「起鷹」。一日一夜間高潮不斷，鵟鷹飛行姿態傲然，盤旋時間也長，非常適合入門的鳥友觀賞。

秋天也是燕鷗類

的過境期，在龍鑾潭周邊水域最容易發現，以黑腹燕鷗、白翅黑燕鷗及小燕鷗為主。10月起白眉鴨開始過境，下旬澤鳧（鳳頭潛鴨）陸續抵達龍鑾潭，進入雁鴨渡冬的季節。

一般來說，12月及1月是鳥類種類及數量最多的時節，冬天的墾丁天候溫暖，除了過境鳥，也有許多陸鳥來此渡冬，較常見的是鵝科，最特殊的是八哥科的噪林鳥，經常在傍晚集結數千隻在同一處過夜，聲勢浩大。3、4月間，渡冬的雁鴨逐漸北返，觀鳥數量減少。3~5月，在南方渡冬的候鳥陸續北返飛回台灣或日本、西伯利亞等繁殖區，在墾丁停留的時間較短暫，同時大量出現的情況並不多。

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

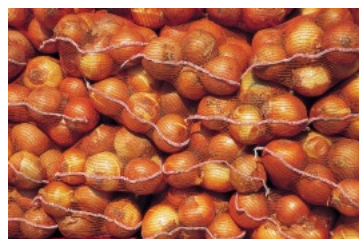
● 知本

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

恆春三怪與三寶



↑ 西瓜從前是「恆春三寶」之一，如今產量已經不如以前了



↑ 2、3月是洋蔥盛產期，紅得發亮的洋蔥品質冠全台，生吃或炒煮都很適宜

恆春三怪指的是落山風、檳榔和恆春民謠「思想起」，三寶則是為居民帶來財富的洋蔥、瓊麻和西瓜。

落山風：每年10月到翌年4月間，恆春半島上常有狂風怒號，有時持續一兩個小時，有時十天半月不停歇，漫天沙塵滾滾狂飆，就是有名的「落山風」。

在這半年之中，風的怒吼使居民和遊客都飽受折磨，冬春之際雨水稀少，地面乾燥，

風沙一揚漫天蓋地，開起車來搖搖晃晃，令人心驚膽戰，採洋蔥的工人經常被四散的蔥皮刮傷眼角膜，民航機不能低飛，否則容易撞山墜地，落山風不僅怪，還猛得不得了！

檳榔：早年的恆春民番雜居，居民大多承襲了原住民嚼檳榔的習性。此地所產的檳榔纖維比較粗硬，早上在福德路、中正路口的市場有批發，同時也是全省最大的檳榔零售市場，滿坑滿地的檳榔枝葉淹腳目。老闆提醒說，每年8至10月才有正港的「幼齒檳榔」，時間越往後顆粒越大，纖維也越粗硬，貨色差多了。

思想起：「思想起」是發源自恆春的民謠，數百年前，自大陸渡海東來的移民從西部平原輾轉到達恆春地區拓荒，離家背井的生活辛苦而寂寞，每當想起家鄉，就隨性唱起調子，由於一開頭皆以「思啊～思想起～」為引子，後來這樣的思鄉調便通稱為「思想起」。

當年在恆春，幾乎人人都會哼唱「思想起」，代表性的歌手陳達在民國60年被音樂界發掘後，再度喚起人們對於這種親切質樸民謠的懷念與重視，現在每年10至12月恆春文化季中都有這種恆春民謠古調的表演，喜歡人文之旅的人不要錯過！

洋蔥：恆春三寶之中，瓊麻已經停產，西瓜產量銳減，唯一還稱得上「寶」的，就只剩洋蔥了。恆春半島是洋蔥栽培的大本營，2、3月間，在恆春、車城、楓港、滿州，堆放得像座小山似的洋蔥沿著屏鵝公路，從楓港一路賣到滿州，成為公路一大奇景。

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本



池南國家森林遊樂區

地處東台灣的風景勝地，
坐擁鯉魚潭畔的好山好水好風光。
這片三面環山的淡水湖泊區，
有著繁多熱鬧的豐富自然資源。
來此避寒的水上候鳥，
尤為冬日一大特色。

←台灣原生的冰河期植物台東蘇鐵，棵棵高大肥碩，構成了池南的奇觀之一

南東台灣

森林渡假情報

●全覽圖 ●周邊景點 ●特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

位於花蓮縣第一大內陸湖鯉魚潭之南，因而得名。

本區地形為「河川襲奪」所造成，南方的荖溪和白鮑溪昔日原經銅文蘭溪匯入木瓜溪。後被花蓮溪支流所襲奪而改道，使得銅文蘭溪成為斷流，積水形成一天然內陸湖，是為鯉魚潭。

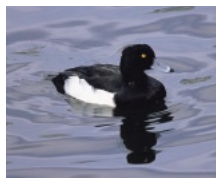
全區分為池南區和第98林班區，兩區特色互異，恰有互補。池南區小而美，園區設施完善，因位置接近高度開發區，大型哺乳類不易接近，但氣候潮溼，適合爬蟲類與蕨類生存。另亦廣植蜜源植物，吸引群蝶飛舞，此外台灣原生的冰河期孑遺植物台東蘇鐵，棵棵高大肥碩，是台東蘇鐵保留區之外難得一見的奇觀。

此外，只消花5～10分鐘，走完「好漢坡」階梯步道，便可抵達區內最高點的林業紀念碑，一眼望盡鯉魚

潭這個花蓮最大淡水湖的靈氣逼人。

第98林班則隔著花東公路，位於鯉魚潭南方的鯉魚山。面積廣大，人工設施少，主要為一條日字形的環山式森林浴步道。

沿途植群多樣，是典型的亞熱帶低海拔森林。雖然步道與原住民的農地接壤，但由於人跡稀少，不但植物較為原始茂盛，還常有機會在林道上與成群覓食遊玩的台灣獼猴或竹雞相遇。



↑澤鳧



←池南區小而美，園區設施完善，爬蟲類與蕨類都極為可觀

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

池南森林遊樂區全覽

建議遊玩時間：0.5～1日

遊玩景點：

- ① 林業陳列館
- ② 蹦蹦車
- ③ 林業設施遺跡
- ④ 林業紀念碑
- ⑤ 鯉魚山登山步道



南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

小 檔 案

位置：花蓮縣壽豐鄉池南村

海拔：140~601公尺

氣候：熱帶低海拔區，月均溫最高為七月27.6℃，最低元月16.1℃，年均溫22.1℃。

自然景觀：天然植群，湖光山色，人工植群。

人文景觀：林業紀念碑、林業紀念館、蒸氣集材機，運材火車頭、運材索道遺跡、森林火車頭、檜木標本

生態重點：台灣蘇鐵、低海拔鳥類、水鳥、兩棲類、蝴蝶、水鳥

適合活動：賞景、賞鳥、賞蝶、植物研究、森林浴、登山、團康活動

適合季節：全年

季節情報：全年賞鳥、11月至次年3月澤鳧至鯉魚潭度冬。4~10月賞蝶。

實 用 資 訊

地址：花蓮縣壽豐鄉池南村林園路76號

服務電話：(03)864-1594

開放時間：8:00~17:00（全年無休）

門票：池南區假日全票50元，半票25元，優待票10元；非假日全票40元，半票25元，優待票10元。（至2003年八月底前非假日免費入園）

住宿：無

停車費：大型車、小型車100元，機車20元

交 通 路 線

開車：1.從花蓮市沿9號省道，經南華、干城、文蘭，池南，行程18公里。

搭車：搭花蓮客運，花蓮往壽豐方向，每天11班次，至池南站下車，步行約1公里抵達。花蓮客運聯絡電話(03)833-8146。

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

1. 林業陳列館

國寶級紅豆杉的木材有何珍貴之處？香杉的木材到底有什麼特殊香氣？烏心石為何是最佳砧板材料？到陳列館裡面走一趟，就可以得到解答。

陳列館由昔日的總統行館改建而成，館內外有數塊樹齡500年以上、直徑約莫2公尺的超大台灣扁柏、紅檜木材實體所製成的解說屏風，充分說明了今日轉型後的教育性與服務性功能。

一樓是台灣主要樹種的展示室，介紹從海平面至海拔3,500公尺的台灣主要林型，提供實際木材樣品，舉凡針葉的台灣杉、香杉、紅檜與扁柏、台灣肖楠、紅豆杉，以及闊葉的烏心石、台灣欒木、牛樟等，都能讓人看得到、摸得到，甚至聞得到。搭配樹形的圖片與文字解說，可清楚掌握台灣森林主要樹種的生態與特色，另設有視聽室以多媒體簡報方式介紹本區生態。二樓的展示室則有各種伐木工具及木材生產過程的靜態展示

介紹。

展示館也兼具服務中心功能，一樓是販賣部和飲料販賣機，二樓設有簡單的用餐區。園區還提供腳踏車租借服務，提供遊客環鯉魚潭單車遊的另一種選擇。

展示館前方種植了一排蘇鐵，主莖上還密密麻麻附生著蕨類和苔蘚，其中以石葦長得最肥厚而搶眼。石葦屬於水龍科石葦屬，常附生生於大型樹幹或岩石上，中低海拔常見，葉面寬大，表面有類似草



←紅檜木材實體所製成的解說屏風



←台灣主要樹種的展示室，提供實際木材樣品，讓人看得到、摸得到



↑台東蘇鐵是台灣原生的活化石植物

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

質的光滑感，葉背則密佈孢子囊，根莖橫走，一出現就是一大片。

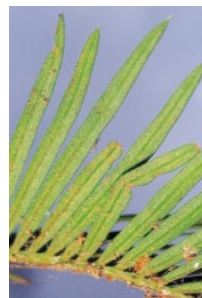
步下階梯通往蹦蹦車道的草坪上，除了遠處靠近停車場的一叢旅人蕉之外，最壯觀的就是一排高大肥碩的棕櫚狀植物，高度可達3公尺以上，這就是珍貴的台灣原生活化石植物——台東蘇鐵。這樣碩大的體型，估計至少應有四、五十年的高齡。

台灣各地雖也偶有零星移植的台東蘇鐵，但除台東紅葉村的台東蘇鐵自然保護區之外，能長到這麼高大的卻是難得一見。與一



↑ 蘇鐵其實每年都會開花，圖中樹頂的橘紅色，就是蘇鐵的雌樹開花

般蘇鐵最大的區別是：一般蘇鐵葉緣背面會朝葉軸反捲；而台東蘇鐵葉緣則是平的，不反捲。純粹目測或許難以辨認，但用手摸摸看，就能明顯感覺得出兩者的不同。展示館門旁所種植的雪茄花叢間，也常可看到與台東蘇鐵共生的東陞蘇鐵小灰蝶的身影。



↑ 台東蘇鐵的葉緣是平的

2. 蹦蹦車

昔日運送木材的森林小火車，現在成為觀光懷舊的娛樂設施。雖然路線很短，僅約200公尺，但卻是園區內最受歡迎的活動，



← 蹦蹦車是園區內相當叫座的設施



↑ 蘇鐵葉緣會反捲

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

每小時一班來回，免費服務。

蹦蹦車沿途經過的山壁上，遍生各種藤蔓、姑婆芋與卷柏、腎蕨、石葦、芒萁等蕨類；一路還可眺望不遠處的鯉魚潭和近處的闊葉人工林，主要以楓香、泡桐、溼地松、光蠟樹、樟樹、肖楠為主。

來回蹦蹦車道的路上，不妨放慢腳步，仔細聆聽蟬嘶或鳥鳴。這一帶的鳥類以五色鳥最為常見，夏秋之際亦常可見紅嘴黑鵯現身，還有綠繡眼、灰喉山椒（紅山椒）、黃胸薊眉（薊鳥）、山紅頭、烏頭翁、黑枕藍鶇、白鶇、山紅頭、翠鳥、環頸雉、何鳥等。

其中的烏頭翁與紅嘴黑鵯均屬鵯科，紅嘴黑鵯為台灣特有亞種，成鳥一身亮黑羽毛，僅嘴喙和腳是鮮紅色的，頭頂根根倒豎的冠羽好似時髦髮型，十分容易辨認，個性聒噪好動，夏秋繁殖季最常見。

烏頭翁則是台灣14種特有種鳥類之一，以往主要分布於天祥以南的東台灣，而近似的白頭翁則是與盤據西台灣和東北部，黑白各據東西、分庭抗禮。烏頭翁和白頭翁體型近

似，外貌也長得很像，都有灰褐色的背羽和胸部、白色的喉部和腹部，覆羽和飛羽則均為雜著灰色的濃黃。但白頭翁頭頂上有一塊大白斑；而烏頭翁的頭頂則是黑色的，且喙基部有一塊橘黃色的小斑點。

近年因為棲地急速縮減，加上不當的放生，使得兩種鳥類分據台灣東西的既有分界已逐漸被打破，白頭翁開始入侵東部，而西台灣也偶有烏頭翁現身。由於白頭翁習於人類環境且數量較多，來到東部遂成為優勢鳥種，與東部特有的烏頭翁雜交之下，出現了黑白冠羽斑駁的



↑ 烏頭翁是台灣特有種，有瀕臨絕種危機（攝影／黃文欣）



↑ 綠繡眼是低海拔常見的鳥類，叫聲細膩（攝影／黃文欣）



↑ 石葦葉片表面具有類似革質的光滑感

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

後代，亦使得烏頭翁亦面臨了生存的危機。有鳥類專家提出警告，若是情況持續，二十年內烏頭翁將會絕種。

烏頭翁現已名列農委會保育類動物第三級，即「應予保育之野生動物」。根據國際保育聯盟（IUCN）的「紅皮書」（Red List）於2001年評估公佈的最新資料，烏頭翁因自然棲地急速消失，加上雜交的干擾，因而名列易受害物種（vulnerable），指的是並未瀕臨絕種危機，但在不久的將來有野外絕種的高度風險。

3. 林業設施遺跡



本區原為花
蓮林區的貯木
場轉運站，面

← 集材機展示所在，是一片綠蔭蔽天的第倫桃林，成為觀察蕨類和蛙類的最佳自然教室

對林業陳列館右方的車道走去，沿路可以看到古老的蒸汽火車頭、蒸汽集材機，以及運材索道遺跡，成為台灣林業昔日繁榮的一頁見證。

集材機展示所在，是一片綠蔭蔽天的第倫桃林，成為觀察蕨類和蛙類的最佳自然教室。第倫桃是常綠喬木，原生於雲南至印度一帶，現常被用來當園林觀賞用樹，其葉子的側脈整齊明顯，葉緣呈鋸齒狀，夏季開白色花，秋後會結出有如淺綠色大饅頭的果實，為肥厚的肉質萼片所包覆而成。



密密包覆第倫桃樹幹上的蕨類，以伏石蕨最為可觀。伏石蕨又名抱樹蕨，屬於水龍骨科，適應力極強，從海拔0~2,500公尺之處均可見。伏

← 昔日運送木材的蒸汽火車頭



↑ 親水區是小朋友的最愛



↑ 第倫桃原產於雲南至印度一帶，現常被用來當園林觀賞用樹，夏天開花，秋後結果

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

石蕨是兩型葉的代表，分為營養葉與孢子葉，各司其職，外型 and 生長方向也不同。圓厚者為營養葉，負責行光合作用，製造養分，所以葉面迎光生長，以增加光合作用的機會，且在較乾燥的岩石環境時，葉背往往會緊貼岩面生長，好減少水分的散失。而孢子葉則長相瘦長，負責繁殖，兼行光合作用，孢子囊群分散在葉背的主脈兩側，葉片往往高舉，有利孢子的散布繁殖。



↑ 第倫桃葉子的葉脈明顯，果實為肥厚萼片包覆



↑ 池南原為花蓮林區的貯木場轉運站，留有不少機具遺跡，成為台灣林業昔日繁榮的一頁見證

4. 林業紀念碑

穿過林業展示館後方的花園，途經松柏亭，通過有「好漢坡」之稱的階梯坡道，便可達林業紀念碑。沿途不妨放慢腳步，欣賞在仙丹花、九重葛、軟枝黃蟬間飛舞的蝴蝶身影。此處最常見的包括端紅蝶、紅紋鳳蝶、石牆蝶、紫蛇目蝶、枯葉蝶、黃蝶、淡紫粉蝶等。

端紅蝶是亞洲最大的粉蝶，展翅可達9公分。上翅的翅端有橘紅色的三角形斑紋，雄蝶顏色偏紅，雌蝶則偏黃。其幼蟲以魚木為食草，成



↑ 紫蛇目蝶一身保護色，長得很像有毒的紫斑蝶類



↑ 端紅蝶是亞洲最大的粉蝶，飛行能力極佳



↑ 伏石蕨屬於兩型葉，圓而肥厚者為營養葉，瘦長者為孢子葉

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

蟲喜訪花或在溼地上溪水，除了冬天外，全年都可以見到，從低海拔到中海拔山區均廣泛分布。端紅蝶可以說是蝴蝶中的好動兒，飛行能力極佳，飛行高度和續航力均甚於一般粉蝶。

紫蛇目蝶也是低海拔分佈普遍的蝶類，其幼蟲的主要食草為棕櫚科植物，成蟲通身大致為茶褐色，展翅寬約6公分。雖屬蛇目蝶科，卻不像其他蛇目蝶有著眼睛狀的斑紋。但紫蛇目蝶除了一身近似樹皮枯葉的保護色外，還另有擬態求生高招，因為它長得很像有毒的紫斑蝶類，讓天敵看了就倒胃



↑ 青竹絲

口。此外，紫蛇目蝶雖然飛得慢，但飛行路線飄忽，忽高忽低難以預測，也是它的生存招數。

階梯坡道上，也常有機會看到蛇類的蹤跡，最常見的是南蛇，其次是有毒的赤尾青竹絲。赤尾青竹絲俗稱青竹絲、赤尾鮐，是台灣所產五大毒蛇中分布最廣、數量最多的一種，不過青竹絲主要在夜間活動，白天看到的機會不多。

林業紀念碑為紀念過往林務殉難人員所建，是池南區的最高點，視野遼闊，可遠眺潭的煙波浩蕩，靈氣逼人，夏秋還有許多鳥類與昆蟲熱鬧作伴。

5. 魚山登山步道

隔著花東公路，位於鯉魚潭東南方的鯉魚山，面積廣大，人工設施不多，主要為一條日字形的環山式森林浴步道，環山一圈約需時3~4小時，海拔最低處為140公尺，最



↑ 遠眺鯉魚潭煙波浩蕩，靈氣逼人



↑ 林業紀念碑是池南區的最高點，視野遼闊



↑ 鯉魚潭邊有許多自導式鳥類解說牌，介紹附近常見鳥類



↑ 鯉魚潭常吸引愛鳥人士前來觀賞水鳥



↑ 林間常可見到兩棲類，如圖中的盤古蟾蜍

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

高處亦僅601公尺，屬於入門級的登山客路線。森林浴步道最高點是觀景台，可俯瞰鯉魚潭及遠處的木瓜山。

鯉魚山旁的鯉魚潭，是花蓮觀賞水鳥的一大據點，尤其每年冬天吸引上百隻的澤鳧（鳳頭潛鴨）來此避寒，從11月停留至次年3、4月，吸引許多愛鳥人專程來觀賞。

澤鳧屬於雁鴨科，身長約40公分，雄鳥頭後方有一小撮飾羽，體色成黑白對比，雌鳥和非繁殖季時的雄鳥，則以黑、灰體色為主。澤鳧善潛水，以捕食魚介類為生。其他冬季水鳥還包括白鷺、蒼鷺、小鷺鶒、白腹



↑ 森林浴步道沿途植群多樣，是典型的亞熱帶低海拔森林

秧雞、鴛鴦等。

步道沿途植群多樣，是典型的亞熱帶低海拔森林，以大面積的天然闊葉林與人工林交織為主，林下蔓生著蕨類、姑婆芋、山棕等，雖然步道與原住民的農地接壤，但由於人跡罕至，不但植物較為原始茂盛，還常有機會在林道上與成群覓食遊玩的台灣獼猴或竹雞相遇。

竹雞與深山竹雞（山鷓鴣）均屬於雉科，兩者均個性害羞，棲息於中低海拔林木底層或灌木叢、草叢中。其中深山竹雞較為少見，為台灣特有的14種鳥類之一，已經列入第三級保育類動物，與竹雞最大的不同點，就是深山竹雞的腳為紅色，竹雞則為褐綠色。

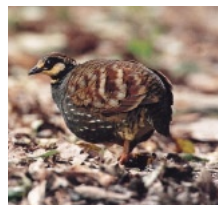
而雖然竹雞數量較多，未列入保育類動物，但因為獵人的捕殺，近年數量亦已銳減。



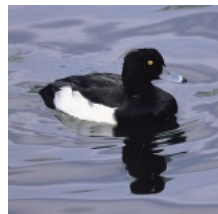
← 鯉魚山最高點瞭望台



↑ 山棕是非常實用的野生植物，葉軸可製繩索、葉片可製掃帚，嫩芽可食用



↑ 深山竹雞又名山鷓鴣，現已列為保育類動物



↑ 澤鳧雄鳥頭頂後方長著一撮小辮子，是最大特徵（攝影／黃文欣）

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

周邊景點

太魯閣峽谷的奇異風光，七星潭脫俗的藍海白浪，加上吉安鄉的四時燦爛花顏，花蓮市的著名小吃，都令遊人流連忘返。

來花蓮，第一個不能錯過的就是太魯閣峽谷的奇異風光，時而險峻，時而壯闊，還不時帶有秀媚詩意，令人讚嘆大自然的恩典。

出峽谷往南沿濱海193號縣道走，則可抵達七星潭，在此騎單車、觀海、散步、撿石，傾聽太平洋的起伏濤聲，心神開闊。

池南附近除了風景勝地鯉魚潭之外，附近

的吉安鄉是新興的花卉農場王國，也很值得一遊。無論蘭花、玫瑰、蓮花、向日葵、非洲菊，不但可以遊賞，還可以DIY採花、吃花卉大餐，選擇十分多樣。

而到了夜晚，則不妨進入花蓮市區，品嚐頗負盛名的各色小吃，順便帶包當地土產回家，為此行劃下完美句點。

池南周邊住宿情報

藍天麗池飯店	地址：花蓮市中正路590號 網址： http://www.azurehotel.com.tw/	電話：(03)833-6686
花欣蘭園民宿	地址：花蓮縣吉安鄉福興村福興6街51號 網址： http://huahsin.24cc.com/	電話：(03)853-9997
天祥晶華度假酒店	地址：花蓮縣秀林鄉天祥路18號 網址： http://www.grandformosa-taroko.com.tw/	電話：(03)869-1155

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 艮丁

● 池南

● 富源

● 知本

周邊景點

- 1 鯉魚潭
- 2 太魯閣峽谷
- 3 花蓮市區消夜
- 4 吉安鄉花卉農園
- 5 七星潭



南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

1. 魚潭

地址：花蓮縣壽豐鄉池南村池南路一段8號

電話：(03)864-1553

鯉魚潭位於池南村鯉魚山下，是花蓮最大的內陸湖泊，從地底湧出的泉水清澈見底，鯉魚山山色蒼鬱，襯得湖水更加迷人。潭面面積約104公頃，因四季水量榮枯而互有消長，有4公里長的環潭公路，曾是早期花蓮縣境內、唯一與太魯閣齊名的風景區。

現今東管處與縣政府沿著公路規劃了自



↑ 鯉魚潭環潭自行車道上，不時可遇見靜謐的角落

行車道，順著湖畔飆上一圈，20分鐘暢快淋漓。鯉魚山是花蓮頗具規模的飛行傘活動場，湖上可玩水上腳踏車、划船，四周平整的綠色草皮可供露營，登上湖邊高15.5公尺的涼亭，可俯瞰鯉魚潭的全貌。夏天的時候，螢火蟲四處紛飛，冬天湖面上歇著來自北方的澤鳧（鳳頭潛鴨）和鸕鶿。玩鯉魚潭，不僅動靜皆宜，而且老少咸宜。



↑ 鯉魚潭的各種水上娛樂活動發達，選擇多樣

2. 魯閣峽谷

從天祥到太魯閣，由立霧溪下切岩層的河蝕作用，形成了中外馳名的太魯閣峽谷，是拜訪花蓮絕對不能錯過的路線。

從國家公園的遊客中心前行至砂卡礑大橋，橋旁便是砂卡礑步道（舊名神祕谷步道）入口。這條步道位於立霧溪支流砂卡礑溪谷兩旁岩壁上，是日據時期所開鑿的明隧道小徑，寬約1公尺，一路經五間屋、攔砂壩，至三間屋，全長4.4公里，來回約需4小



↑ 砂卡礑步道是鑿在山壁上的明隧道，一路風景美絕

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

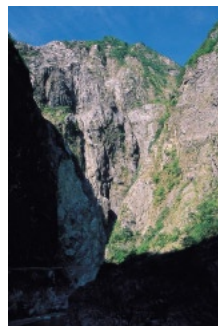


↑ 太魯閣峽谷終年溪水藍綠，兼具壯麗與秀媚

時。

在太魯閣原住民的語言中，「砂卡礑」意指臼齒，據說是因為此處開發時曾挖出臼齒。步道上動植物資源豐富，尤蕨類、蝴蝶最多，偶爾還可遇見台灣獼猴。約1公里處一片大理石為主的河段，是公認步道上景致最美之處，溪水溶解了大理石中的碳酸鈣，而呈現一片粉綠到濃藍的各層顏色，映照著有細密流雲般紋路的大理石岩壁與溪石，美得讓人忘路之遠近。

回到砂卡礑大橋，過西拉岸隧道往西接上9號省道，一路經過長春祠、溪畔沈沙池、布洛灣景觀步道入口，每個點都值得遊賞。接下來從燕子口經錐麓大斷崖到九曲洞、慈母橋，是太魯閣峽谷最為險峻、狹窄的經典路段，兩旁岩壁幾成垂直聳立，狹窄的公路迂迴彎曲，不時有明暗隧道，每至假日常常塞滿了遊覽車。晴日時舉頭而望，只有上方遙遙的一線藍天。燕子口景觀步道長約1公里，兩岸大理石峭壁上洞穴處處，春夏常引來燕子，故而得名，步道終點不遠處，經過被暱稱「印第安人頭像」的峽谷岩壁段，到



↑ 上為大理石的錐麓斷崖，左為片麻岩的福磯斷崖，從溪谷拔天而起，氣勢壯闊

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

錐麓大斷崖處，地勢稍為開闊，可停步欣賞近處的大理石錐麓斷崖與遠處片麻岩的福磯斷崖交會的奇景。錐麓大段崖從溪底拔地而起，聳立最高處達1,600公尺，長達1,200公尺，氣勢磅礴。

九曲洞現有新開的雙線隧道，舊有道路成為景觀步道，全長1,251公尺，沿路有解說牌，約40分鐘可以走完。

走過慈母橋後，前方的綠水有一條自導式的「綠水合流步道」，全長2公里，約45分鐘可以走完，走累的話，還可以在這裡的戶外咖啡屋歇歇腿，享受片刻難得的山中閒逸。



↑ 燕子口的峭壁上洞穴處

3. 蓮市消夜

花蓮的小吃頗負盛名，但很多人可能不知道，花蓮市的消夜也是個寶藏。雖然本地人口不多，但卻有特定的夜間消費族群，再加上觀光客人潮，多年來也匯聚出幾個熱鬧特色的夜市美食據點。

舊火車站附近的「溝仔尾」在自由街和明義街之間是老商圈，現已成為花蓮市最大的夜市，全長三百多公尺，擠滿了各式各樣的小吃和賣特產的商家，其中以海鮮最為



↑ 廟口紅茶物美價廉，24小時營業



↑ 老牌的「正品蚵仔煎」



↑ 公正街的「周家蒸餃」，深夜仍門庭若市



↑ 「周家蒸餃」的招牌料理，就是北方口味的小籠包

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

著名，尤其在地來自花蓮港的海產和來自西岸的蚵仔最受歡迎。其中的「正品蚵仔煎」從十幾年前的攤子發展到今天門庭若市的店面，用料實在、火候拿捏得正好，趁熱吃更是美味。

中山路、中正路、中華路交叉口，是花蓮著名的「金三角」，美食匯聚，入夜之後，也因為熙來攘往的人潮，而充滿「愈夜愈美麗」的韻味。其中最著名的，就是「周家蒸餃」。店內最有人氣的，就是蒸餃和小籠包，不同於台北正流行的上海式小籠包，這裡的是北方口味，皮較厚，內餡以豬肉青蔥



↑ 花蓮市區的藍天麗池飯店

為主角。

吃飽之後，如果意猶未盡，不妨到城隍廟旁的「鋼管紅茶」喝杯冷飲。這裡的「鋼管」毫無香豔成份，純粹指樓上輸送飲料下來的管子而已，招牌上真正的名字是「廟口紅茶」，店面雖不起眼，卻是三、四十年的老店，24小時營業，成為在地夜貓族匯聚的所在。真材實料的紅茶、杏仁茶、酸梅汁、花生湯，濃郁香醇，入口後齒頰留香，令人回味。

花蓮市區的「藍天麗池」是新興的商務飯店，設備舒適，價格也比觀光飯店實惠，並提供多種套裝觀光路線和諮詢服務，想買土產還可委託櫃台代訂，不必辛苦去排隊。

4. 吉安鄉花卉農園

吉安鄉近年發展花卉觀光農園，卓然有成，成為花蓮近郊最迷人景點之一。蘭花、向日葵、玫瑰、荷花……將這個小鎮粧點成

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物



↑ 城隍廟斜對面的「廟口紅茶」，酸梅湯、紅茶、杏仁茶，每杯15元



↑ 曾記麻薯是外地遊人絕對不會錯過的土產



↑ 花欣蘭園的石斛蘭

南東台灣

森林渡假情報

●全覽圖 ●周邊景點 ●特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

萬紫千紅的世界。

在處處民宿招牌林立的9號公路上，花欣休閒蘭園是成立最早的鼻祖之一。以種植石斛蘭為主，民宿原只是兼營性質，但以杉木為主建材的這棟優雅

建築和主人的親切好客，卻迅速傳出口碑，讓許多內行玩家寧可捨棄花蓮市區的觀光飯店，還接待過不少國外賓客。現在農園已規劃為小型生態農場，植物繁多，夏秋

還有蛙類、蜻蜓作伴。



←南華玫瑰園可DIY採花



←蓮園單車道



↑「蓮城」蓮花茶大罐裝，1200元



鄰近的光豐蘭園，則是專業培養蝴蝶蘭、自產自銷。蝴蝶蘭與石斛蘭最明顯的分別，就是葉子。蝴蝶蘭的葉子是長卵形肥厚狀，石斛蘭則是尖銳劍狀。兩者的花期都可長達2~3個月，品種繁多，顏色鮮麗，現在也

培養出小花型、適合放在辦公室的小型盆栽。

南華玫瑰園則種植玫瑰、向日葵、非洲菊、薑荷花等，提供遊客DIY採花。園內還有簡單的遊樂設備，供遊客釣魚、烤肉。

喜歡蓮花與水生植物、蛙類的人，則絕對不能錯過「蓮城」，園中栽植了六十多種蓮花，盛開時間早晚不一，每天3,000~5,000朵各色蓮花，從春天一直延續到深秋。園內

還有標本區介紹台灣原生的水生植物，蛙類則以貢德氏蛙、虎皮蛙、蟾蜍最多。園內還有清香蓮花茶和別出心裁的蓮花餐，也十分值得嘗試。



←光豐蘭園-蝴蝶蘭



↑花欣蘭園民宿



↑花欣蘭園民宿以柏木構築



↑蓮城蓮園

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

5.七星潭

位於新城北埔村的七星潭其實不是潭，早期是一大片沼澤地，其間零星散佈著數個小湖泊，有如北斗七星，因而得名，後來因大陸板塊與歐亞造山運動擠壓形成海岸，如今是一處以定置漁網興盛聞名的漁村。自從花

蓮自行車道延伸至七星潭之後，愛上花蓮騎車兜風的人就更多了。踩著單車前進，有時是綿延的草原風光，有時是波光粼粼的海灣景色，無入而不自得。

距離七星潭不遠的原野牧場，是一處以羊奶咖啡和原野景致的小型牧場，由於平地、草原、灌叢環境層次豐富，也是花蓮近郊野鳥最多的地區，常見的有小雲雀、褐頭鷦鶯、灰頭鷦鶯等留鳥，秋冬季節還有紅隼、藍磯鶉、黃尾鵪、紅尾伯勞等冬候鳥在此處過境棲息，鳥況可觀。



←七星潭其實不是潭，而是一處以擁有新月形海灣與定置漁網聞名的漁村



↑踩著單車前進，一路傾聽太平洋的起伏濤聲，心神開闊

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

特有生物

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

活化石植物：台東蘇鐵



↑ 蘇鐵的雄花秋來下垂，像一根尾巴

蘇鐵常被稱為活化石植物，是地球上最古老的種子植物之一。在地球的演化史上，與蕨類、銀杏、毬果類植物均是中世代（Mesozoic era，約2億3,500萬～6,500萬年前，也就是恐龍所出現的時代）的重要植群。之所以被稱為「活化石」，是因為至今仍有少數品種存在，模樣也跟兩億四千年前的祖先差不多。也就是說，我們現在看到的蘇鐵，就跟當時恐龍所看到的一樣。

根據古生物學家的考證，中世代的蘇鐵幼芽，應該是梁龍等植食性恐龍的重要食物來源之一。恐龍活躍的侏羅紀，因蘇鐵遍佈全世界，也常被稱為「蘇鐵時代」。細看蘇鐵，其樹皮硬如盔甲，樹頂中心的新芽雖然柔軟，但周圍維護著一圈老葉，葉鞘厚且有硬刺，可以想像當時梁龍的覓食手段必然非常高竿，才能躲過這些保護措施，大量採食這些看似難以接近的食物，填飽龐大的肚皮。

全世界現存的蘇鐵種類僅十餘種，均出現於熱帶和亞熱帶地區。台灣一般園藝常見的蘇鐵，主要是日本、琉球和大陸閩粵地區所傳來。至於台東蘇鐵則是台灣唯一的原生種蘇鐵，應是由於長年地理上的隔絕，保留了其物種的純粹度，現分布於台東的海岸山脈與紅葉村鹿野溪上游的台東蘇鐵自然保留區。

成語的「鐵樹開花」一詞，其「鐵樹」指的就是蘇鐵。由於蘇鐵性喜乾燥卻不耐寒，有陽光的地方更長得特別好；而

南東台灣

森林渡假情報

●全覽圖 ●周邊景點 ●特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

中國北方氣候較冷，蘇鐵不但少見，且可能終年不開花，才有這樣的成語。至於在溫暖的台灣，蘇鐵只要長到約10年，每逢夏季都會開花，深秋結果。蘇鐵為裸子植物，雌雄異株，公樹開的雄毬花為圓柱狀，長約半公尺，秋來下垂，加上尖尖的末端，好似拖著根長尾巴；母樹開的雌毬花則近似球錐形小山，結出的艷橘色扁心形果實表皮光滑，比五十元的硬幣還要大，是觀察裸子植物的最佳教材。

有蘇鐵的地方，就不難發現蘇鐵小灰蝶的蹤影。其中台灣特有亞種的東陞蘇鐵小灰蝶，與台灣蘇鐵有著長期演化上密不可分的共生關係。東陞蘇鐵小灰蝶屬於小灰蝶科，

產卵於蘇鐵新芽或嫩花序上，幼蟲即以此為食草，常啃得蘇鐵一副破爛相。羽



←蘇鐵雌花

化後的成蝶展翅寬僅2~3公分，翅膀正面是有金屬光澤的淡藍色，有黑色翅緣；背面則大致為灰褐色，下翅底部有黑心橙環的眼狀斑紋，還有擬態為觸角的翅突，棲息時會摩擦如觸角。許多小灰蝶都有類似擬態頭部的斑紋和翅突，遇到天敵如鳥類攻擊時，可以躲過致命的攻擊。

近年由於台灣大量引進外來的蘇鐵作為景觀植物，使得東陞蘇鐵小灰蝶與台東蘇鐵之間的生態平衡遭到破壞，也引發國內研究者對於生態平衡的諸多討論省思。



←蘇鐵種子比50元硬幣還大，是觀察裸子植物的活教材



● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本



富源國家森林遊樂區

素有「蝴蝶谷」之稱，
鳥類、蝶類種類之豐富，傲視東台灣，
亞熱帶雨林的氣候形態，
造就了豐饒的動植物社群，
是森林浴和生態觀察的最佳去處。

←富源瀑布

南東台灣

森林渡假情報

●全覽圖 ●周邊景點 ●特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

地處花東縱谷，原為清代橫貫中央山脈的理蕃道路「關門山古道」東段遺址所在，該古道的東段出口，正好位於遊樂區的入口處。

遊樂區主要由樟樹人工林和天然闊葉林組成，由於樟樹種植至今已達40年，歷經自然演替，使得喬木、灌木、附生植物、藤類植物、地被植物等各種植群十分豐富，顯得特別原始自然，也孕育了多樣的昆蟲、兩棲爬

蟲類和鳥類，因而成為東台灣首屈一指的賞鳥、賞螢、賞蝶據點，四季熱鬧繽紛。

本區有兩條環狀步道，一為北方臨山的散步道接環山步道；另一條則為南方臨溪的環溪步道接主步道，坡度都不大，屬於入門級的森林浴健行路線。年降雨量約2,100公釐，年平均降雨天數150天，溫暖潮溼的低海拔亞熱帶雨林中，不但物種繁多，而且生長得欣欣向榮。



境內富源溪所造成的瀑布地形和溪澗，除了讓生態環境更為多樣化之外，更吸引了多種水鳥來此定居或造訪。



←大紅紋鳳蝶（攝影／陳弘文）

←富源的生態資源豐富，是東台灣首屈一指的賞鳥、賞蝶去處

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

富源森林遊樂區全覽

建議遊玩時間：1~2日

遊玩景點：

- ① 散步道
- ② 環山步道
- ③ 遊客中心
- ④ 環溪步道
- ⑤ 主步道



南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

交通路線

開車：1.南下：從花蓮市循9號省道，經壽豐、鳳林、光復，沿路標達富源，行程約70公里。

2.北上：從台東市循9號省道，經關山、玉里、瑞穗，沿路標達富源，行程約125公里。

客運：搭花蓮往瑞穗、玉里方面班車，花蓮客運37班次，至富源村下車，步行3公里可達。花蓮客運(03)833-8146

鐵路：於花蓮火車站搭往富源之班次（普通車居多），每天7班次，至富源車站下車，步行3公里可達。



實用資訊

地址：花蓮縣瑞穗鄉富源村廣東路161號

服務電話：(03)881-1514

開放時間：8:00~17:00（全年無休）

門票：假日全票80元，半票40元，優待票10元；非假日全票65元，半票40元，優待票10元。

停車費：大型車、小型車100元，機車20元

小檔案

小檔案

位置：花蓮縣瑞穗鄉

海拔：225~750公尺

氣候：亞熱帶雨林區，屬東北部溫暖濕潤氣候，月均溫最高為七月28.4℃，最低元月17.3℃，年均溫23.4℃，年降雨日數150日

人文景觀：健康步道，森林浴步道，涼亭，各項遊樂設施，吊橋，小泰山遊憩區，休閒綠地

生態重點：蝴蝶、鳥類、人工樟樹林、天然闊葉林、螢火蟲

適合活動：賞鳥、賞蝶、森林浴、蕨類觀察、野花觀察、野營、健行

適合季節：全年

季節情報：1~3月梅花、櫻花盛開，4月螢火蟲大發生，5~8月大花紫薇盛開，3~8月賞蝶、賞鳥

遊樂區住宿設施

富源山莊

小木屋：每間2~5人，

平日1,090元，假日1,450元

小木屋房價包含2人份早餐

訂房專線：(03)881-1514轉501

餐飲：早餐10人份每桌600元，午晚餐10人份每桌1,500~3,000元

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

1. 散步道

經遊客中心直行，全線僅約661公尺，坡度起伏不大，步道也較寬闊，是一條適合親子共遊的路線。

路線雖短，可觀之處卻極多。這一帶多為天然闊葉林，植群豐富，血桐、火焰木、構樹、翅果鐵刀木、苦楝、桑樹、九芎、咬人狗、白榕、澀葉榕、茄苳、艷紫荊等喬木佔據森林上層，中下層則遍佈各種灌木和杪



↑ 川上氏月桃有著上翹的穗狀花序，果實為紅色



↑ 月桃葉有薑的香氣，早年常用來包粽子或製糰

櫟、筆筒樹、山棕、姑婆芋、川上氏月桃、月桃……，以及草本的野花、寄生植物等。加上群鳥啁啾，以及山澗間飛舞來去的蜻蜓，令人目不暇給。

其中的火焰木是原生於熱帶非洲的常綠喬木，現已成為常見的庭園樹木和行道樹，葉子為深綠色，一回奇數羽狀複葉，葉脈明顯。2~4月間，樹冠頂層會綻放一簇簇花朵，密生的橘紅色鐘型花冠，狀似火焰，充分展現南國熱情，遠望就好像樹頂著了



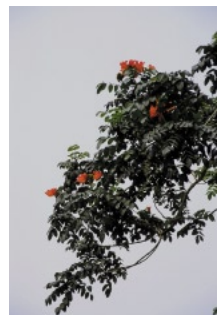
↑ 川上氏月桃的葉子背面摸起來就像絨布一般



↑ 月桃的球形蒴果，裡面的藍灰色種子可做為仁丹的原料



↑ 火焰木葉脈明顯



↑ 火焰木2~4月開花。遠看就像樹頂著火

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

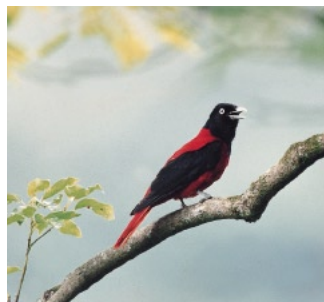
● 知本

火一樣。

在這條路上，也可以看到別處少見的川上氏月桃和較為普遍的月桃。兩者同屬於薑科，同科的常見植物還有野薑花（穗花山奈）、烏來月

桃、小月桃等，外型有許多近似處。月桃和川上氏月桃外表上最大的差異，就在於其花序，月桃是下垂的圓錐花序；川上氏月桃則是上翹的穗狀花序。川上氏月桃開花較早，大致在清明前；而月桃的花期則在春末至夏季。很有趣的是，川上氏月桃的葉背有細絨毛，摸起來完全就像絨布一般，而且新葉的絨毛感較老葉強。

多樣的植物社群，也造就了富源成為東台灣首屈一指的觀鳥處，計有上百種鳥類。不必往深山走，就可以輕易看到，尤其住宿山莊外幾棵苦楝、澀葉榕，每逢夏秋結



↑ 朱鷗被譽為台灣最漂亮的鳥（攝影／黃文欣）



↑ 樹鵲則是頗為常見的留鳥，黑色雙翼上有白斑是最大特色（攝影／黃文欣）

果期的清晨，往往吸引群鳥前來覓食，五色鳥、樹鵲、綠繡眼、灰喉山椒、鵲鴿、竹雞、紅嘴黑鵝、台灣藍鵲、小卷尾、小彎嘴畫眉

等，都是這裡的常客。而溪畔地帶則有眾多的繡眼畫眉、烏頭翁、黃胸薺眉、綠繡眼、小雨燕，以及鉛色水鵝、河鳥、鵲鴿等。

其中最珍貴的，就是花蓮縣鳥朱鷗。朱鷗生活於低海拔山區，紅黑分明的豔麗外型，十分搶眼，被譽為台灣最美麗的鳥。但也正因為一身漂亮的羽色，使得朱鷗成為捕鳥人的目標，被大量捕捉，加上繁殖成功率低、棲息地環境惡化，如今已列為瀕臨絕種動物，只有少數地區能夠看到。

相較之下，鵲科的樹鵲則是頗為常見的留鳥，身長約35公分，黑色雙翼上有白斑是最



↑ 中國穿鞘花的腋生花係穿出葉鞘而開花

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

大特色。樹鵲的適應力極強，從中海拔山區到都市地帶，都可以發現蹤跡，飛行方式呈波浪狀，常成群出現在闊葉林上層。山椒鳥科的灰喉山椒（紅山椒）也是性喜在闊葉林上層活動，雄鳥胸部以下大致為橘紅色，雌鳥則為黃色，雌雄同樣都有淺灰色的喉頸部。

2.環山步道

散步道盡頭的岔路，繼續往西可達巨石和瀑布源，但步道尚未修建完善；往東上山，則是長1,186公尺、坡度較陡的環山步道。

一路上層層疊疊的綠海，以天然闊葉林為主，高大的筆筒樹、台灣杪欏、蓮草、咬人狗，及草本的水鴨腳秋海棠、樓梯草、冷清草、火炭母草（剩飯藤）亦處處可見，水泥階梯步道間還密密鋪生著菁芳草，以及匍匐性的蛇莓、普刺特草、雷公根等。步道上常佈滿青苔，宜穿著有深溝紋的登山鞋。

一片綠意中，屬於茄科的刺茄、雙花龍葵所結出的鮮豔果實，往往令人眼睛一亮。刺茄又名癩茄，原產於印度、馬來西亞、爪哇等地，莖、葉、萼片上都密佈銳刺，開星狀白色或淡紫色小花，結出的橙色漿果是橢圓形，約莫10元硬幣大小，看來就像

小號的番茄。有趣的是，刺茄法文pomme d' amour，英文名love apple，意思都是「愛的蘋果」，聽起來浪漫，不過其實全株有毒，未成熟的果實毒性特別強。

雙花龍葵又名紅絲線、耳鉤草，其莖、葉、花看起來和龍葵很像。4~10月開星狀白色小花，成熟的鮮紅色漿果直徑不到1公分，由十裂的萼片托著，鮮嫩欲滴。雖名



↑ 雙花龍葵的紅色漿果由十裂的萼片托著，看來鮮嫩欲滴（攝影／陳弘文）



↑ 刺茄外觀像小番茄，有「愛的蘋果」之名，卻是全株有毒



↑ 環山步道上，一路層層疊疊的綠海



↑ 步道石縫間常密生著鮮綠可愛的菁芳草

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

「雙花」，其實它的腋生花通常1~3朵皆有，並不見得兩兩成對。步道旁留心注意，可以看到台灣原生的中國穿鞘花，屬於鴨跖草科，有封閉的管狀葉鞘包住莖部，最大特色就是腋生花係穿出葉鞘而開花，因而得名。另一種也屬於鴨跖草科的吊竹花，又名紫背鴨跖草、紅鴨舌草，原生墨西哥，現已在台灣山區馴化野生。很少植物能像吊竹花這般生長迅速又顏色多彩：綠銀條紋的葉面，深紫紅色的葉背，粉紅色的小花，且全年都會開花，是很受歡迎的盆栽與園藝植物。

一路爬坡到了登山步道中段的最高點，有木板搭建的觀景台，可在此小憩，俯瞰富源溪和馬蘭溝溪匯流處，視野極佳。另外也可就近欣賞觀景台旁樹木上附生的蕨類、藤本植物，如長達70公分的垂葉書帶蕨、環樹幹而生的崖薑蕨、羽裂狀的拎樹藤、狀如柚子葉的柚葉藤等，夏秋還常有紅紋鳳蝶在此訪花吸蜜。

運氣好的時候，步道旁的灌木叢中可以遇到小彎嘴出沒，這種屬於畫眉科的鳥，為台



← 小彎嘴頭部的斑紋看起來很像盜賊的面罩，又名「賊仔鳥」(攝影／黃文欣)

灣特有亞種的留鳥，身長約20公分，因為習性膽小謹慎，不太容易見到。小彎嘴最明顯的特徵除了細長的彎鉤嘴之外，就是黑色的過眼線和白色的帶狀眉斑，看起來很像盜賊的面罩，故又名「賊仔鳥」。小彎嘴不善飛行，常在灌木叢間跳躍覓食，活動範圍主要是平地和中低海拔山區的森林底層。

3. 遊客中心

環山步道的末端有一處三岔路，左邊地形開闊的是新闢的賞螢步道，右線則是環



↑ 吊竹花生長迅速，全年都開花，也是受歡迎的園藝植物



↑ 垂葉書帶蕨是高位著生的蕨類，長度可達70公分

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物



↑ 外型搶眼的孔雀蛱蝶



↑ 黃三線蝶



↑ 一般的成蝶都是白天活動，鳳蝶和斑蝶尤喜陽光充足處，如圖中的大紅紋鳳蝶（攝影／陳弘文）

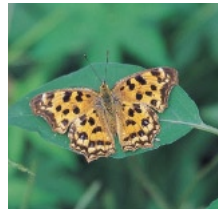
山步道的盡頭，兩條岔路都可通往遊客中心。本區水源潔淨、生態環境豐富多樣，因此螢火蟲復育成績斐然，尤以清明前後的大端黑螢最可觀，此時夜晚開車進入園區，在遊客中心前方的停車場，車燈一熄，便可見到點點流螢飄飛。

遊客中心內設有育樂資源和蝴蝶、螢火蟲生態展示室、視聽室、會議室。富源豐富的蝶況和螢火蟲資源，堪稱東台灣之冠。森林步道間以顏色較不起眼且體型較小的紫斑蝶、蔭蝶、枯木蝶、蛇目蝶、小

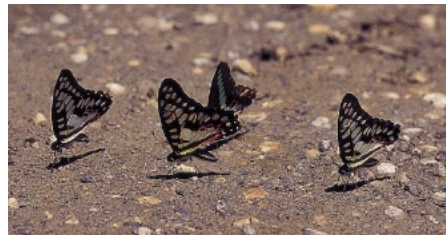
灰蝶，以及黃蝶較多。遊客中心周邊的蜜源植物，則常吸引顏色鮮豔的鳳蝶、斑蝶來訪。蝶況以3～9月最盛，直到11月都還熱鬧繽紛。

鳳蝶的體型碩大，色彩豔麗，是最被鍾愛的蝶類。鳳蝶後翅大半有尾狀突起，喜訪花，也有的會在溼地上吸水。園區內常見的鳳蝶包括大鳳蝶、紅紋鳳蝶、大紅紋鳳蝶、玉帶鳳蝶、黑鳳蝶、烏鴉鳳蝶、台灣鳳蝶、無尾鳳蝶等。

其中的大鳳蝶飛行速度緩慢，常流連於花叢間，頗易觀察。一般昆蟲和鳥類多是雄性比雌性鮮豔奪目，大鳳蝶卻是少數的例外：雄蝶一身黑中泛藍的金屬光澤，且無尾突；雌蝶後翅中央則有白色大斑點，有尾型的後翅外緣還有橙色斑塊。雌雄蝶的共同點，就



↑ 蝴蝶的觸角末端膨大如高爾夫球桿狀，如圖中一身豹斑的黃蛱蝶（攝影／陳弘文）



← 富源蝶況為東台灣之冠

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

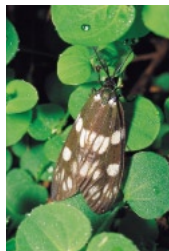
是前翅基部均有紅斑。

大紅紋鳳蝶亦屬於飛不快的大型蝶類，可乘氣流高飛，其頭胸腹部為紅色，有黑色斑點，後翅有兩塊白斑，下方圍著一圈艷桃紅弦月斑。尾突亦有明顯的紅色斑紋，是與紅紋鳳蝶最大差異處。

園區常見的蛺蝶包括樺蛺蝶、琉璃蛺蝶、紅蛺蝶、雌紅紫蛺蝶、琉球紫蛺蝶、細蝶、黑擬蛺蝶、枯葉蝶、孔雀蛺蝶、細蝶、小三線蝶、擬黑蛺蝶、眼紋擬蛺蝶……等。其中的黃三線蝶和黃蛺蝶，翅膀闔起時外型頗近似，體型均為4~5公分，且均為黃橙色底、上有黑褐線紋。展翅時則相當容易區分，黃蛺蝶翅膀表面為黃橙色，上有豹紋斑點，翅膀外緣有不規則凹凸；黃三線蝶則如其名，前後翅表面共形成三條橙色帶狀橫紋。



↑ 林間步道常可見到蛇目蝶（攝影／陳弘文）



↑ 富源的夜晚常可見到圖中的美麗燈蛾

亦屬蛺蝶科、黃橙色底的孔雀蛺蝶，外型更為搶眼，前後翅均有兩枚有如孔雀翅膀的大型眼紋，全年皆可見到。

4.環溪步道

繞過從遊客中心前方的小泰山體能育樂區，便可步上環溪步道，全長780公尺，沿富源溪上溯，中段靠近露營區的步道兩旁種

植梅花和大花紫薇，初春白色梅花盛開，夏日大花紫薇綻放淡紫紅色的花朵，為溪畔平添幾許柔情。

和大花紫薇同屬千屈菜科的九芎，是台灣原生植物，又名小果紫薇、猴不爬，兩者外型極為相似，但九芎開白花，葉子有



↑ 龍船花的葉子十分特別，4~10月會開出大紅色的花朵



↑ 九芎是水土保持能力最佳的樹種之一

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

短柄，且樹型較為高大。兩者的樹皮都是褐色，也都會每年脫掉老樹皮，露出光溜溜的新幹。九芎插枝的成功率很高，所以常植於山坡邊緣，用以鞏固沙土，是水土保持能力最佳的樹種之一。

有個很有趣的說法，以五種台灣植物比擬情愛人生，分別是相思樹、苦楝（戀）、合歡、百合、無患子，這些植物在園區內都可看到。其中苦楝屬於楝科落葉喬木，是台灣原生鄉土樹，抗風、耐旱、耐鹼土，生長容易，晚春時樹梢會開滿一簇簇粉紫色的小花，秋天結出成串果實，常吸引小卷尾前來覓食。

無患子是無患子科的落葉大喬木，秋天滿樹果實由綠轉黃，遠看像龍



／無患子的果實和龍眼大小相近，果肉富含皂素，早年是民間重要的洗滌原料

→無患子結實時乍看有點像龍眼

眼。其果肉跟茶樹子一樣富含皂素，去污力強，早年是民間主要的洗滌材料。種子則為黑色，是早年彈珠的代用品，更是製造佛珠的上好材料。

夏秋時期，在步道上都可以見到串串開著大紅色小花的龍船花。這個名字是因為原生浙江、福建一帶的這種植物，都在清明前後開花，伸出花外的四根超長雄蕊又頗像龍船的船槳。但來到亞熱帶的台灣，花期明顯延長，從4～10月都盛開。據說大陸移民來到台灣，看到花期如此異常，就取名為「瘋婆花」。龍船花的葉子十分特別，大致為心形或廣卵形，常作3～5淺裂。沿路還可見到台灣杪欏、白榕、羅氏鹽膚木、五節芒等。

5.主步道

環溪部道接近盡頭處，有指標岔路可繞往主步道。北側以人工樟樹林為主要植群，南側則是雜生的天然闊葉林。道路平直寬敞，



↑台灣杪欏的老葉會下垂形成樹裙



↑台灣及己又名四葉蓮

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本



↑ 苦楝樹秋來結出成串果實 (攝影／陳弘文)

是森林浴的絕佳場所。

在東部的山區野外，常可見到的棕櫚科植物，除了山棕之外，就是台灣黃藤了。仔細湊近看，其密佈莖部和葉鞘的銳利硬刺，是最大的特徵。

台灣黃藤又名省藤、紅藤，和山棕同樣是極具經濟價值的台灣原生植物。其纖維化的粗莖剝殼後便成為藤條，可用來製作傢具，還是早年體罰教鞭的代名詞。

別看台灣黃藤一身帶刺，它其實是阿美族的傳統野菜，味道雖微苦，卻有清火、降血

壓的功效。它的營養價值也在現代社會獲得青睞，一躍成為時髦的健康蔬菜，花東地帶許多農田均有種植。料理方式是選擇未纖維化的嫩莖，剝掉外殼，料理前才剝取裡層最嫩的藤心，切段煮湯或燒烤、炒食。

樟樹林下的陰溼處，偶可看到散生的台灣及己，其特色就是每株頂端4片鋸齒緣的卵形對生葉，故又名四葉蓮。每年初夏，會從莖部頂端抽出2.6條分支的稻穗狀乳白色花朵。



↑ 台灣黃藤的葉片外觀，看得出棕櫚科的特徵



↑ 密佈莖部和葉鞘的硬刺是台灣黃藤最大特徵



↑ 台灣黃藤遠觀，有點像一般棕櫚或竹子

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

周邊景點

花東縱谷間北段一連串溫馨小鎮，懷舊的林田山和光復糖廠，歷史悠久的瑞穗、紅葉溫泉，還有秋來滿山橙黃的赤科山金針花田，每一處都玩到讓你捨不得走。

富源森林遊樂區位於花東縱谷北段，南北沿著9號公路，有一連串極具特色的小鎮，每一站都令人流連忘返。

往北可走訪有「東部九份」之稱的舊日伐木基地林田山，享受寂靜山居的況味；下山後南下的路上，別忘了去光復糖廠吃根著名的冰棒，在保留完整的日式宿舍間，體會昔年糖廠風情。

往南則是以泛舟、泡湯、自行車道著稱的瑞穗，瑞穗溫泉、紅葉溫泉，都早在日據時代便已開發，名列花蓮八景之一，至今仍有許多日

本遊客來訪。鄰近的瑞穗牧場則可以親眼看到和廣告畫面相同的牧場風光，還可以享受頗具水準的咖啡和招牌點心鮮奶饅頭。

8~9月間來到這一帶，一定不能錯過台灣三大金針產區之一的赤科山金針花田，秋來滿山橙黃鮮麗，是近年新興的觀光新景點。

富源周邊住宿情報

光復糖廠招待所	地址：花蓮縣光復鄉大進村糖廠街19號 網站： http://www.hualiensugar.com.tw	電話：(03)870-5881
紅葉溫泉旅社	地址：花蓮縣萬榮鄉紅葉村188號	電話：(03)887-2176
瑞穗溫泉山莊	地址：花蓮縣瑞穗鄉紅葉村23號	電話：(03)887-2170

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

周邊景點

- ① 林田山
- ② 馬太鞍
- ③ 光復糖廠
- ④ 紅葉溫泉、瑞穗溫泉
- ⑤ 瑞穗牧場
- ⑥ 赤科山



●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

1. 林田山

地址：花蓮縣鳳林鎮森榮里林森路20號

電話：(03)875-1703

走入林田山，彷彿時光倒轉。一棟棟大和風味濃烈的日式沿著山坡井然排列，像是四、五〇年代的九份，寧靜美麗。

林田山原名「摩尼薩卡」，有「台灣檜木之鄉」之稱，為東台灣林業開發史上的重要據點，更是目前台灣存留至今最完整的伐木基地。民國28年，日本政府為了取得戰爭資源，成立新月株式會社，在林田山成立



↑ 當年風光一時的「蹦蹦車」和鐵道，已隨著林田山人的記憶走入歷史

砍伐事業所。開發以來人氣鼎盛，在林業最盛的民國四、五十年代，居住的人家多達數百戶，人口約有兩千人左右，大部分集中在森榮部落，有小學，幼稚園，中山堂、製材場、火車站、食堂、冰果室、洗衣部、理髮部、醫務室、福利社、消防隊、文化工作隊等，當時上林田山中山堂看一場免費電影，可是花蓮人最期待的「娛樂大代誌」。

民國61年3月，幾個伐木工人生火烤野鼠不慎，引發了台灣林業史上最慘重的森林火災，延燒面積廣達二千多公頃，時間長達1個月，這場空前浩劫宣告了林田山沒落的命運，不久林業政策改變，台灣全面停止伐木，林田山人口大量流失，熱鬧景象不復再見，只留下沿著河階台地、山坡、舊鐵道，用檜木建造的一百多幢日本式魚鱗瓦房仍完好如昔，供人懷想「小上海」時代的風華。

為了完整並展示林田山的歷史，居民們組成文史工作室，設有林業陳列館、林業生活館與消防陳列館、鐵道車庫的文字解說與義工導覽，帶領遊客進入林田山的過去及未來的展望。



↑ 康樂新村曾經擁有35家住戶，前幾年半夜的一場大火，幾乎將這個小部落燒光殆盡，如今絕大多數住戶都已遷出

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

2. 馬太鞍生態園區

馬太鞍位於光復鄉馬錫山下，三面環山，芙登溪從中蜿蜒而過，衍生出兩岸廣達12公頃的沼澤，是花蓮境內面積最大的溼地，沿著溪流、田埂、爛泥、田溝、棧道及產業道路，密佈著數十種水生動植物、陸生植物、蛙類、昆蟲、鳥類，儼然是沼澤生物的天堂。

良田沃土，先天環境優良，馬太鞍數年前開始發展荷花與自行車之旅，T形木棧道與



↑ 賞荷步道橫跨芙登溪南岸，是最熱門的賞荷據點

瞭望台橫跨芙登溪南岸，連接欣蓮橋、紅瓦屋美食餐廳、欣綠農園及中央產業道路左側的自行車道，是最熱門的賞荷路線。在棧道上散步，除了可以近距離賞荷之外，還可以觀察到多種水生植物，其中又以香附子、異葉莎草、短葉水蜈蚣等莎草科植物種類最多，還有水丁香、水荇、水芹菜、鴨舌草、鹿角苔等遍布其中。鳥況也很優，番鵲、烏頭翁、麻雀、黃小鷺啁啾不絕，熱鬧非凡。



↑ 到馬太鞍賞荷在這幾年蔚為風潮

3. 光復糖廠

地址：花蓮縣光復鄉大進村糖廠街19號

電話：(03)870-3906

台灣糖業曾在日據時代及光復後有過一段輝煌的歷史，隨著國際糖價長期低迷，加上國營企業民營化的趨勢，近年台糖積極轉型，多角化發展精緻農業、超市、土地開發等，還有近一年來成為流行話題的胎盤素和糖蜜米酒。



↑ 走過台灣糖業一頁繁華，現已轉型為觀光為主的光復糖廠

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

光復糖廠則是走向觀光化的成功範例。保留完整、數量眾多的日式建築宿舍，正陸續整修中，將規劃為民宿區。廠內有蘭花溫室、餐廳、庭園咖啡、扁食小吃等，其中最受歡迎的莫過於「飲冰室」，每個遊客幾乎人手一枝冰棒，靠在飼養錦鯉、吳郭魚的水池欄杆邊，邊吃邊欣賞池中的魚兒和水鴨。最受歡迎的口味首推清冰，其次是健素，走的不是花俏時髦路線，而是真材實料和一股濃濃的懷舊風。

夠絕的是，池中的錦鯉、吳郭魚也可以說是吃台糖冰棒長大的，只要有遊客把冰棒碎塊或冰淇淋扔進水裡，就可以看到群魚爭食廝殺。糖廠內也提供住宿的招待所，從簡樸的一般套房到豪華級的總統套房齊備。

→光復糖廠保留了眾多完整的日式建築宿舍，正規劃為民宿區



黃昏或清晨時分的糖廠，遊人稀少，糖廠大馬路上偶有汽車經過，日式房舍外的小庭園開出大紅的扶桑，電線上歇著一隻聒噪的小卷尾，那種小社區的寧靜之感，宛如時空倒轉數十年。

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

新開發口味月明冰，香草冰淇淋上頭加上花生和一顆新鮮的蛋黃，滋味濃純



台糖冰棒，一枝12元，來逛糖廠的人幾乎人手一枝

4. 瑞穗溫泉、紅葉溫泉

瑞穗溫泉山莊

地址：花蓮縣瑞穗鄉23號

電話：(03)887-2170

紅葉溫泉旅社

地址：花蓮縣瑞穗鄉紅葉村188號

電話：(03)887-2176

位處花東縱谷的瑞穗，由於位居秀姑巒溪泛舟的起點，夏日總是遊人不斷。而到了秋冬，就成了泡湯的天堂，近年更積極規劃自行車道，讓旅人的選擇更多樣。

南東台灣

森林渡假情報

●全覽圖 ●周邊景點 ●特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

以往瑞穗溫泉與紅葉溫泉所在的溫泉區，列為花蓮八景之一，名為「紅葉尋蹊」。瑞穗溫泉又稱外溫泉，民國8年便已為日本開發為警察招待所，建有公共浴場「滴翠閣」。溫泉湧出於紅葉溪下游，是全省唯一含鐵質的碳酸鹽溫泉，泉溫48度，呈淡黃濁色，略有鹹味及鐵銹味，據說強身治病之外，還能養顏美容。

紅葉溫泉則稱內溫泉，從瑞穗往西過了紅葉大橋後即達。紅葉溫泉屬於碳酸泉，水質清澈無味，泉溫47度，溫泉旅社還保有日式建築風味，紅頂白牆，除泡湯外亦有住宿，

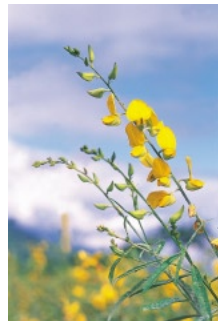
提供和式通鋪與套房、小木屋等多種選擇。

瑞穗溫泉附近，循自行車道而行，可以盡情享受寧靜田野的風光，沿途的菸樓遺跡，是以往菸農烘乾菸草的傳統建築設施。紅葉溪的堤防上常可見到活潑好動的白鵲鴿邊走邊上下晃尾巴的四處覓食，還有金黃色搶眼的五爪金鷹（王爺葵），吸引蜂蝶。沿途的農田每至休耕時節，往往會種上綠肥植物，如秋天的太陽馬，一月的油菜花。極目望去，一片燦金，襯著背景裡藍天、白雲、青山，加上遠方一抹搖曳的檳榔樹影，活生生就是一幅該登上月曆或明信片的經典鏡頭。

→ 紅葉溫泉旅社的建築，仍保有日式風味



← 瑞穗菸樓是昔日烘乾菸草的古蹟建築



↑ 綠肥植物太陽馬



↑ 自行車道旁的農田，秋天休耕季常種上綠肥植物太陽馬

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

5. 瑞穗牧場

地址：花蓮縣瑞穗鄉舞鶴村157號

電話：(03)887-3916

碧綠的草坪上一隻隻黑白斑紋的乳牛忙著低頭啃草，風起時飛來數十隻小白鷺停棲草上，遠處有紅頂白瓦的農舍。這是台北捷運站的「瑞穗鮮乳」燈箱廣告，也是你在瑞穗牧場可以親眼看到的畫面。



↑ 瑞穗牧場的美麗畫面，早已深入人心

牧場內有紀念品中心和乳香咖啡座，除了牛奶、咖啡等飲料之外，還有最叫座的鮮奶饅頭，兩種口味，蒸的有鮮奶的香醇，炸的另添薄脆饅頭皮口感。園區內種植許多蜜源植物，蝴蝶四季不斷，以黃蝶、青斑蝶最為常見。牧場邊還養了一隻鴛鴦，深受小朋友歡迎。



↑ 瑞穗牧場的鮮奶饅頭

6. 赤科山

赤科山因早年遍生赤科樹而得名。民國49年八七水災後，雲林、嘉義部分流離失所的災民越過中央山脈到此開墾，偶然發現此地土質非常適合種金針，於是開始大面積栽培，發展至今，栽培面積廣達160公頃，和花蓮六十石山、台東金針山並列台灣三大金針花產地。

此地金針為正宗台灣原生種，澄黃鮮麗，風味絕佳，農民用來製成乾金針和生鮮金



↑ 花農得趕在未開花前，下田摘下鮮嫩蕾苞，以保有金針最鮮美的風味

南東台灣

森林渡假情報

●全覽圖 ●周邊景點 ●特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

針，成為農產與觀光經濟的重要來源。每年8、9月間花季期間，金黃色的花朵爬滿整片赤科山谷，在陽光映照下，宛如一波波翻湧上升的海潮，藍天金浪，煞是好看。

採收後的金針，為了讓陽光中的紫外線將亞硫酸氫鈉蒸發掉，必須攤在陽光下曝曬，

另一方面可以保持金針鮮艷的金黃色澤。因此每逢產季，家家戶戶門前甚至大馬路上都是「遍地黃金」，成了赤科山的經典美景。山上農家提供民宿、營地及金針風味餐。金針有安神忘憂的作用，一般又稱忘憂草，所以金針大餐也稱「忘憂餐」。



→每年8、9月間花季期間，金黃色的花朵爬滿整片赤科山谷。



↑每逢產季，赤科山就是「遍地黃金」，成了此地的經典美景

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

特有生物

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

咬人貓與咬人狗

台灣北部與中部山區中，常可見到有毒植物「咬人貓」的蹤跡，但到了花東低海拔地帶，貓兒不再橫行，倒是常見高大的「咬人狗」攔路。

狗比貓大，植物的貓狗也一樣。咬人貓為草本，咬人狗則是常綠中喬木。兩者同屬荨麻科植物，咬人的「武器」也同樣是焮毛。

焮毛是一種突起狀如針頭的刺毛，會分泌似蟻酸的有機酸，當外力碰觸時，針狀焮毛就會刺進皮膚，分泌酸液，引起燒灼疼痛感，可持續數小時至一兩天之久。咬人貓全株均生有焮毛，咬人狗的焮毛則是長在葉面、葉背、花序軸、果柄等幼嫩部份。台灣同樣具有焮毛的有毒植物，還有台灣蠍子草。

不過大自然有現成的解藥，一物剋一物。凡是咬人貓或咬人狗生長的地方，鄰近處必然有姑婆芋，其地下塊莖含有植物鹼，可以用來中和焮毛的酸性。另外鹼性的藥品和小

便，亦均有療效，可以減輕痛苦。

富源林相原始，咬人狗生得特別高大，往往可達三層樓的高度；而姑婆芋也特別肥壯，高可達兩公尺以上。



← 咬人貓



← 咬人狗

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

台灣的鵲鴝

常出現在平地水畔的白鵲鴝、黃鵲鴝、灰鵲鴝均屬鵲鴝科，個子都小，比麻雀略大一些而已。三種鵲鴝的飛行方式都是上下的畫著大波浪，而且走路的姿勢相當不「端莊」，會邊走邊搖著屁股，上下打拍子，尤以黃鵲鴝為最。

鵲鴝對生態環境的容忍度很高，在城市地帶和不怎麼乾淨的河川下游都可以生存，因此數量頗多，相當容易見到。白鵲鴝一身黑白分明的羽毛，屬於留鳥和冬候鳥，台灣可以見到黑背、灰背、白面、過眼線四個亞種。早年農業時代，白鵲鴝喜歡停留在鄉村的牛糞附近，以尋找昆蟲和蚊蠅為食物，故又有「牛屎鳥」的俗名。

最有趣的是，國內外的研究都發現，白鵲鴝不僅能適應都市生活，冬季時甚至會群體棲息在街燈旁的樹上睡覺，台北、基隆、彰化都曾出現上百隻白鵲鴝夜晚群集行道樹的盛況，台北市仁愛路四段的行道樹，多年來

每至冬天夜晚，就會聚集兩百隻以上的白鵲鴝，開燈睡覺，蔚為奇觀。

灰鵲鴝和黃鵲鴝長得很像。兩者都是冬候鳥，僅少數灰鵲鴝是留鳥。繁殖季時，灰鵲鴝和黃鵲鴝的腹部都是鮮黃色的，但冬天來台灣避寒時，黃鵲鴝腹部的黃色會褪為灰白或僅略略帶黃，因此，灰鵲鴝變成黃的，黃鵲鴝反倒變成灰的，很容易被錯認。

此外，兩種鵲鴝的差異還是在於背部，灰鵲鴝的背部為灰色，叫聲為「唧唧—唧唧」，性喜獨來獨往；而黃鵲鴝的背部則是黃綠或黃褐色，叫聲為「唧—唧—唧」，喜歡集體行動。



↑ 黃鵲鴝走路時，尾部會不斷的上下打拍子（攝影／黃文欣）



↑ 白鵲鴝常在水邊出現，一身黑白羽色，極易辨識（攝影／黃文欣）

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本



知本國家森林遊樂區

位於知名的溫泉鄉，氣候溫暖溼潤，
人工林與次生林交織出複雜多樣的生態環境，
蝶類與鳥類繁多精彩，眾多的台灣獼猴更是一大驚喜。

←知本森林遊樂區的人工設施完善，春初植物園區的梅花開放

南東台灣

森林渡假情報

●全覽圖 ●周邊景點 ●特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

知本是東台灣最知名的泡湯去處，但很多人可能不知道，這裡也擁有得天獨厚的山水資源。

境內多為丘陵地，海拔110~650公尺間，知本溪從東南方流過，孕育了繁多的動植物社群，成為台東最佳賞蝶、賞鳥去處之一，同時也是台灣獼猴的大本營。



人工造林地的林相整齊優美，出現的動植物較為單純；次生林則因植物種類繁雜，提供多種食物來源，構成了複雜多層次的生態系。環繞境內成8字形的森林浴步道和榕蔭步道，是吸收天然芬多精的最佳所在。

由於交通便利，加上溫泉鄉的吸引力，使得本區終年遊人不斷，園區內

的人工規劃與導覽設施也十分完善，如藥用植物園區、植物園區、花園、水流腳底按摩步道、野餐區、集水治理區戶外示範教室等。下回到知本，除了泡湯之外，不妨抽空走一趟森林遊樂區，讓你的假期更健康充實。



←遊客中心周邊有許多人工栽植的植物，不時吸引端紅蝶、鳳蝶類來訪



● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

知本森林遊樂區全覽

建議遊玩時間：1日

遊玩景點：

- ① 藥用植物園區
- ② 千根榕
- ③ 森林浴步道
- ④ 榕蔭步道
- ⑤ 觀林吊橋



② 千根榕



④ 榕蔭步道



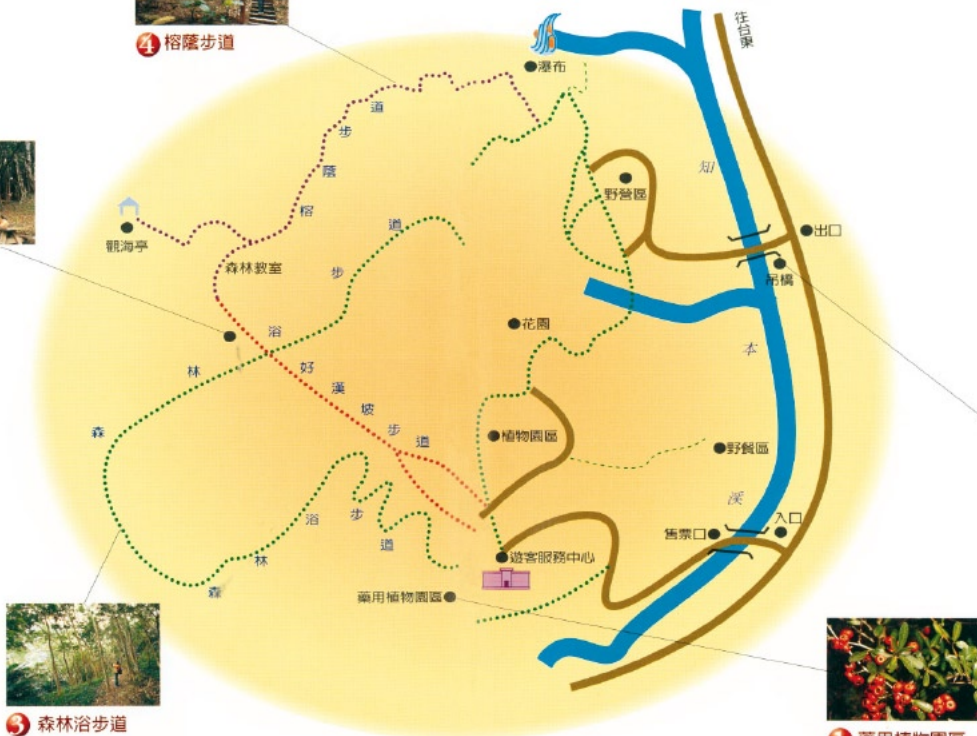
③ 森林浴步道



⑤ 觀林吊橋



① 藥用植物園區



南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

小 檔 案

位置：台東縣卑南鄉

海拔：110～650公尺

氣候：屬溫暖濕潤氣候，5～11月降雨較多，9～12月東北季風較大

自然景觀：瀑布、千根榕、熱帶雨林、大葉桃花心木森林

人文景觀：好漢坡步道、野餐桌椅、森林浴步道、榕蔭步道、水流腳底按摩步道、集水治理區戶外示範教室

生態重點：蝴蝶、鳥類、台灣獼猴、天然闊葉林、藥用植物、蛙類

適合活動：登山健行、森林浴、賞鳥、野餐、學術研究、賞景、攝影

適合季節：全年

季節情報：1～3月植物區櫻花開放，3～8月賞蝶，夏秋賞鳥

實 用 資 訊

開車：1.南下：從台東市循11乙省道接11號省道，或循9號省道，到知本後轉東58鄉道（樂山產業道路）到底即達。

2.北上：循9號省道北上至知本，轉東58鄉道（樂山產業道路）到底即達。

客運：由台東市搭鼎東客運山線，至內溫泉下車，往前300公尺即可到達，每日約10班次，查詢電話(089)328-269

交 通 路 線

地址：台東縣卑南鄉溫泉村龍泉路290號

服務電話：(089)510-961

開放時間：8:00～17:00（全年無休）

門票：假日全票150元，半票75元，優待票10元；非假日全票100元，半票75元，優待票10元。

無停車場，區外有民營停車場

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

1. 藥用植物園區

中國史前文化中，傳說神農嘗百草，因而獲得草藥的知識。其實世界各地的人類文明中，均有以草藥治療病症的累積智慧，後來也成為西方醫學開發新藥的寶庫。一般野外所稱的有毒植物因藥性較強，會引起身體不適，廣義來說都算是藥用植物。

在區內遊客服務中心旁的藥用植物區走一趟，就可大開眼界，不但可得知一般野外常見的植物原來具有醫藥上的療效，更可以親眼看到一些耳聞已久的草藥植物的真面目。園內收集兩百多種藥用植物，依季節隨時更替，保持在一百二十種左右。



↑ 蓖麻屬於大戟科，果實渾身帶刺，種子為製造瀉劑的原料

比方夏日消暑的聖品愛玉子、決明，中西方草藥中都廣泛使用為瀉劑的蓖麻，當紅的健康食物牛蒡，常用來當作香味添加劑的芸香、佛手柑，花草茶使用的馬鞭草科植物，以至人工甘味劑的原料甜菊，抗癌新藥的研究對象白鳳豆、金銀花……。

放在入口處的代表性植物，就是台東火刺木。屬於薔薇科的這種台灣原生植物，分布於東部海岸山脈溪流區，也是極佳的觀賞植物。小枝尖端常呈棘刺狀，3~5月會開一叢叢白色星狀花，彷彿滿樹覆雪，引來蜂蝶穿梭吸蜜；扁球形的果實成熟時數量龐大，又將枝頭染得一片豔紅，由於天然生育地狹窄，盜採嚴重，現在已大為少見。

而台灣民間廣泛用來作辟邪的抹草和海葵



↑ 當紅的健康食物牛蒡，就長得這個樣子



↑ 抹草常被民間用作辟邪的吉祥物



↑ 佛手柑屬於芸香科，是製作伯爵茶的關鍵香料之一（攝影／陳弘文）



↑ 芸香又名臭芙蓉、臭草，是應用廣泛的香料、藥用植物（攝影／陳弘文）

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本



← ↓ 金銀花屬忍冬科，全株都有藥效，現亦用於抗癌研究（攝影／陳弘文）



↑ 原生於東部海岸山脈區的台東火刺木，是極佳的觀果植物

← 貓鬚草的花如其名，根、莖、葉可治腎臟炎、高血壓

蓉，是一般人很熟悉、卻很可能未曾注意的民俗植物。海芙蓉就是端午節家家戶戶門口必插的艾草，又名白艾、蘄艾、芙蓉菊，除了辟邪和藥用外，也是相當受歡迎的戶外觀賞植物。而民間拜拜後常用其乾燥葉子加水



← 馬鞭草科的長穗木，是極受歡迎的觀賞植物，全草均有清熱解毒、利水通淋、行血活血的藥效

↓ 海芙蓉就是端午節門上插的艾草



↑ 白鳳豆曾因抗癌新藥研究而名噪一時，其種子可消炎、行血、通經

洗滌以驅邪的抹草，則是豆科植物，藥用功效為清熱、散瘀、殺蟲。

屬於菊科的五爪金鷹，一般又稱為王爺葵、樹葵、小向日葵，原生於中南美洲，現已在台灣山野隨處可見，其莖、葉具有消暑、利尿等藥效。有趣的是，五爪金鷹和俗稱惡婆花、瘋婆花的龍船花，都是低海拔山野中十分常見的植物，甚至被民間封為兩大「墓仔埔花」——植物生長不會挑風水吉凶，尋常冷清的墓地中，這兩種花往往開得格外茂盛。



↑ 五爪金鷹又名王爺葵，被民間封為「墓仔埔花」

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

2. 好漢坡步道

全長320公尺，792階，落差卻有150公尺，是通往千根榕的捷徑，也是挑戰級的上山路線，沿路常可看到有人數著拍子，爬得氣喘吁吁，園方亦建議身體不適或有心臟病者，切勿勉強。其實如果不貪快逞能，安步當車、隨時小歇喘口氣，這段路並不算太艱



難。

與森林浴步道的交口處的十字路口，有一株秋來結實纍纍的澀葉榕，常吸引鳥類前來覓食。其枝葉上皆有短硬剛毛，摸起來很粗糙，因而得名，又稱為糙葉榕、九重吹，是台灣原生海拔1,000公尺以下闊葉林的常見喬木。

過了十字路口，好漢坡盡頭處是由白榕眾多支柱根所構成的「千根榕」。

桑科的白榕又名白肉榕、垂榕，因為灰白色的樹幹與氣根而得名。白榕的氣根十分發達，一接觸地面即可快速生長，成為粗壯的支柱根，長年下來，眾多的支柱根就構成了這片奇觀。

千根榕所在處，設有野餐桌椅，並種植了一些觀花植物吸引蝴蝶。此處視野開闊，可以遠眺知本內溫泉、台東市，也是觀察猛禽的最佳據點。常出



↑ 屬於桑科的澀葉榕，枝葉上有短硬剛毛，摸起來澀澀的

← 好漢坡步道坡度大，是挑戰級的登山路線

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

現在知本的猛禽，以大冠鷲最為常見，其次是鳳頭蒼鷹，秋冬也有機會看到過境或來避寒的灰面鵟鷹、赤腹鷹、紅隼等。大冠鷲屬於鷹科，為台灣特有亞種，常單獨或兩三隻出現，利用山間氣流在空中盤旋，主要出現在中低海拔闊葉林帶，是最常見的猛禽之一。因為喜歡捕食蛇類，故又名蛇鷹。大冠鷲展翅時，黑褐色的翼下飛羽有一條明顯的白色橫帶，尾羽則有一道很寬的白色橫斑，是最明顯的辨識依據。

紅隼屬於隼科，體型比家鴿略大，屬於冬候鳥，每年9月至翌年3月飛來台灣度冬，



↑ 由白榕眾多支柱根所構成的千根榕奇觀

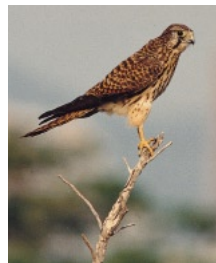
常出現於平地、沼澤、河口、山區湖泊等地帶，一身帶有黑斑的紅褐色，十分容易辨認。紅隼的飛行速度相當快，目光十分銳利，還有空中定點撲翅停留以搜尋獵物的習慣。

3. 森林浴步道

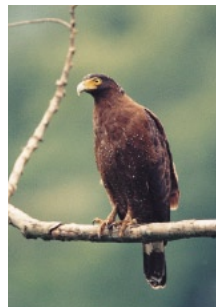


↑ 森林浴步道南段人跡較少，林相格外原始自然

森林浴步道以好漢坡交口為界，分為南北兩段，全長1.8公里，約1小時可輕鬆走完。坡度平緩，沿途林木茂盛，是森林浴絕佳場所。不想抄捷徑走好漢坡的人也可以循任何一段森林浴步道上山看千根榕。



↑ 紅隼一身帶有黑斑的紅褐色，冬季來台灣避寒（攝影／黃文欣）



↑ 大冠鷲是台灣中低海拔闊葉林帶常見的猛禽（攝影／黃文欣）

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

北段森林浴步道與眾多園區的人工設施、瀑布、露營區、榕蔭步道相接，遊客較多。相較之下，南段人跡較為罕至，但生態格外原始豐富。前面不到一公里處過了涼亭後，就是以台灣白蠟樹為主的人工闊葉林，這種木犀科的半落葉性大喬木又名白雞油、山苦楝、光蠟樹，

→大葉桃花心木的卵形蒴果非常碩大，約莫罐裝可樂瓶的大小



↑大葉桃花心木葉子



↑大葉桃花心木純林

是重要的造林數種。

熟悉昆蟲的小朋友應對台灣白蠟樹很熟悉，其具有雲形剝落痕的樹幹是獨腳仙的最愛，夏季黃昏常可看到威風凜凜的獨腳仙聚集在樹幹上採食樹汁，其他鍬形蟲如扁鍬、兩點赤等，在這一帶也十分常見。

不過這一帶最有看頭的動物就是台灣獼猴，數量龐大，一出動就是一整個家族，在中高層枝葉間身手矯捷的攀爬晃蕩，熱鬧的嬉戲或覓食。這裡的台灣獼猴以山果為主食，總是跟人類保持距離，遠遠旁觀，不會討食或攻擊，天氣好、遊客少的時候，台灣獼猴還會出現在遊樂區出入的兩條橋上，趁四下無人之際，大搖大擺的逛大街呢。

過了白蠟樹林，通過一道小木橋，便是一大片遼闊茂密的大葉桃花心木林，這種原產於熱帶中美洲的楝科常綠大喬木，是著名的裝潢傢俱用材，因木材為桃褐色而得名。台灣於1901年引進後，因生長速度快，適應能力強，成為廣大造林或庭園綠化樹種。大葉桃花心木夏季開黃色小花，

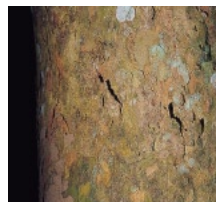
● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物



↑地生的海金沙在林間常可見到



↑蛇莓是分布廣泛的匍匐植物，鮮紅色的聚合果全年可見



↑台灣白蠟樹幹上的雲形剝落痕跡

南東台灣

森林渡假情報

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

秋冬結出的巨大黃褐色卵形蒴果，可大如罐裝可樂瓶，成熟時果殼基部會裂開，長著翅膀的種子乘風飛行，落地後生出新樹苗。靠近好漢坡附近，有幾片桂竹林，偶可見到山豬出沒拱地挖筍的痕跡。接上北段森林浴步道後，可經過溼地松、樟樹等人造林。

而常綠次生林和小面積的留存木如豬母乳、茄苳、大葉楠、山刈葉、白匏子、血桐、野桐、江某、咬人狗等，也自成一生態系，林木中下層有眾多灌木、攀緣、附生、地被植物，種類繁多，提供了鳥類豐富的食物。其中五色鳥、樹鵲、小卷尾、灰喉山椒、山紅頭、黑枕藍鶺鴒、紅嘴黑鵯、烏頭翁都相當常見。

4. 榕蔭步道

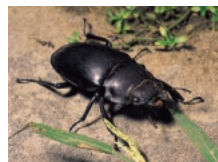
森林浴步道北端末段，可接上環繞園區西北外緣的榕蔭步道，全長2.1公里，步行費時約80分鐘，最高處標高455公尺，可遠

眺知本溫泉區。除了大片刺桐人工林外，沿途有17棵長著鬚根的百年老榕，此外還有樟樹、無患子、野桐、白匏子、構樹等眾多闊葉林木。

一路上可以觀察白榕纏勒附近林木，進行慢性的絞殺作用。森林中上層還不時可見到可愛的攀木蜥蜴身影，森林底層則為草本植物、蕨類、匍匐性植物、攀緣性寄生植物種類佔據。

知本的蝶類資源豐富，次生林帶常見蛇木蝶、蛺蝶、環紋蝶等。榕蔭步道起點靠近瀑布處一帶，則更是蝶類出入頻繁的蝶道，常可見到成群的鳳蝶、粉蝶、小灰蝶，偶爾還可見到少有的黃裳鳳蝶。

蝶類為完全變態類昆蟲，一生歷經卵、幼蟲、蛹、成蟲四種形態。由卵



↑ 鬼豔锹形蟲



↑ 柚葉藤的葉子長得就像柚子一樣



↑ 有骨消



↑ 白榕的植物纏勒現象

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

中孵出後，先以卵殼為食，幼蟲時期以蛻皮方式成長，每蛻皮一次，便增加一「齡」，蝴蝶幼蟲一般有五齡，少數也有四齡的現象。有趣的是，每一齡的幼蟲外表還可能不一樣，如柑橘鳳蝶幼蟲前三齡黑底有白斑，狀似鳥糞，可以躲過天敵攻擊；第4～5齡幼蟲則變為綠色，前方有眼睛狀花紋，可用來嚇阻敵人，頭上還有一對橙黃色臭角，危急時會釋放臭氣，趕跑敵人。

黃裳鳳蝶是保育類昆蟲，幼蟲相當挑食，寄主食物為港口馬兜齡，近兩年各地積極復育，數量漸增。幼蟲渾身黑褐色肉角，很不起眼，羽化後的成蟲下翅有金黃色斑紋，在知本的蝶道和花園區一帶，偶而可以見到其亮麗身影。



↑ 黃裳鳳蝶的生命史歷經（上起）卵、幼蟲、蛹、成蟲四種形態

5. 觀林吊橋

臨知本溪一帶，從遊客中心至瀑布為止，步行時間約45分鐘，一路平坦，沿途多為人工設施據點，包括植物園區、花園、水流腳底按摩步道、野餐區、集水治理區等，吸引眾多蝶類、蛙類，知本溪中還不時有水鳥造訪，是人氣最旺的地帶。

植物園區廣泛種植園藝造景植物，初春時步道兩旁開滿梅花，粧點成一片粉白世界。花園區則廣植香草類植物，羽葉薰衣草、仙



↑ 觀林吊橋是知本森林遊樂區的著名地標



↑ 集水治理區示範生態工法，極具知識性



↑ 知本瀑布



↑ 水流腳底按摩步道附近有很多蛙類

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

丹花等，吸引許多顏色鮮麗的黃蝶、粉蝶、鳳蝶來訪。水流腳底按摩步道附近則是蛙類天堂，如拉都希氏赤蛙、斯文豪氏赤蛙、艾氏樹蛙等，都常可見到蹤影，小朋友最愛在此戲水玩鬧。

通往野餐區的路上，有兩處集水治理區戶外示範教室，輔以解說牌介紹生態工法，十分具有教育性。野餐區有簡單的戶外休憩桌椅，林間的大葉桉上頭有移植的蝴蝶蘭，更高些可發現園方安置的鳥巢箱。旁邊的知本溪則是觀察水鳥的好所在。小白鷺、河烏、白鵲鴿、翠鳥、鉛色水鵪都是常客。紅色觀



↑ 鉛色水鵪是捕食昆蟲高手

景吊橋上常吸引愛鳥人駐足欣賞。

鉛色水鵪是活潑的溪澗鳥，體型比麻雀略小，一身鉛灰色，雄鳥尾羽為紅褐色，雌鳥的尾上覆羽為白色。出沒在溪流地帶



↑ 拉都希氏赤蛙（攝影／黃昶憲）



↑ 黃斑鐘蟋蟀



↑ 攀木蜥蜴

的牠們，以水上昆蟲為生，飛行迅捷，甚至會像直升機般的升空，掠食飛行中的昆蟲，效率極佳。

鉛色水鵪最有趣的特色，就是搖個不停的屁股，常張合尾部或上下擺動，尤以雄鳥為甚。不過牠們個性雖然活潑，卻不喜群居，領域性很強，會有爭奪地盤的行為，因此常獨來獨往或成對活動。



↑ 花園區的羽葉薰衣草，常吸引粉蝶來訪

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

周邊景點

除了溫泉之外，知本周邊還有許多不能錯過可惜的去處：
有全台最完善的關山環鎮自行車道，
有全台最長的一段筆直公路，
還有可品茗、賞景、遠眺的高台茶園，
以及奇石崢嶸的小野柳。

知本溫泉區只佔廣大台東縣的小小一隅，若是專程只來泡湯，

不去其他地方走一遭，你將不知道自己錯過何等精彩的旅遊經驗。

位於台東線北部的池上、關山，稻田面積廣大，水質優良，少有污染，近年以良質稻米聞名全台。關山更以全台規劃最完善的環鎮自行車道打響知名度，吸引國內外喜好自行車的人士前來體驗。

高台台地的茶園則是全台東最著名的茶鄉，以

「福鹿茶」聞名。台地最高點有飛行場，則是東台灣體驗滑翔翼和飛行傘的一大據點。

進入台東市區前，務必先在9號省道上來碗卑南豬血湯；然後繞到小野柳看奇特的海蝕地形和太平洋的透藍海水。回程還可在富岡漁港品嚐當地新鮮海產，讓這段行程更加充實豐富。

知本周邊住宿情報

知本富野渡假村

地址：台東縣卑南鄉知本村龍泉路30-2號 電話：(089)514-325
網站：<http://www.hoyaresort.com.tw/>

如意民宿山莊

地址：台東縣關山鎮新福里隆盛路69號 電話：(089)812-900
網址：網站：http://www.wish_hotel.ho.net.tw

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

周邊景點

① 關山自行車道

② 高台茶園

③ 卑南豬血湯

④ 小野柳

⑤ 知本溫泉

⑥ 初鹿牧場

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特有生物



●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

1.關山自行車道

關山自行車專用道全長12公里，寬約3公尺，騎程約60分鐘，現已成為全國最具規模的環鎮自行車道，假日常吸引國內外遊人來訪。

車道大多是獨立小徑，中間以紅磚線相隔，兩側以枕木為界，這是為了安全考量也具有美化景觀的作用。

車道由「如意民宿」前的小徑開始，一路沿著清淺的紅石溪、檳榔樹林和起伏的稻田



↑關山自行車道沿途景觀開闊，可以俯瞰阡陌縱橫的關山

前進，半個小時後經過一段陡峭的爬坡，紅石溪變成關山大圳，這一段地勢較高，鎮公所在這裡設了一座觀景涼亭，可以俯瞰阡陌縱橫的關山，景觀開闊。之後順著大圳到卑南溪岸為止都是下坡，尤其過了火車鐵道涵洞之後有段長達1公里的陡長下坡，幾乎不必使力，車子便如風疾駛，非常過癮。



←1、2月間，全省各地均可見用來作為綠肥的油菜花田，花東縱谷由於腹地開闊，花海也特別壯觀，被譽為全台第一油菜花勝地



↑自行車道的起點是一排整齊的檳榔樹，為這趟鐵馬之旅平添幾分旖旎的南國風情



↑冬春交替時節，關山裡外種滿了金黃色的油菜花，騎車遊逛好不愜意

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

2. 高台茶園

從關山到高台這段9號省道（花東縱谷公路），全長約12公里，雖然沿途沒有什麼風光，也不是什麼景觀公路，但卻有一個獨一無二的特點：這是全台灣最長的一段筆直公路，完全沒有任何彎曲，就跟你在地圖上看到的一模一樣！

花東縱谷公路向來路況良好，這段公路也不例外，所以特別好開。但因為中間的叉路頗多，為避免駕駛人飆車闖禍，仍設有60公



↑ 高台也是著名的飛行場，高空起飛場俯瞰龍田村的棋盤田野

里的時速限制。路雖然直，但還是隨著地勢有起伏，經過高處時，有機會不妨回頭看一眼這段超長筆直公路的難得奇觀。

花東縱谷有幾處種植茶葉聞名的茶鄉，鹿野的高台茶園就是其中之一，以「福鹿茶」聞名。最高處設有茶葉展售中心，外頭的景觀台有專供高空滑翔翼和飛行傘的起飛場。夏秋時節西南季風盛行時，每至假日往往吸引各地好手齊聚，一展身手。

台地上的景觀台視野極佳，可眺望下方龍田村的棋盤式街道，分割出一塊塊整齊有致的農田，顏色各自不同，有如可愛的方形小地毯鑲嵌在大地上，展現花東縱谷的另一種純樸之美。



← 高台是台東著名的茶鄉，台地最高點設有茶葉展售中心



↑ 高台茶園以種植烏龍茶為主，名之為「福鹿茶」

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

3. 卑南豬血湯

地址：台東市更生北路76號

電話：(089)229-043

位於9號省道東側的這家店很不起眼，卻是很多外地客聞香下車的所在。至今已有43年歷史，從小攤做到聞名全台的店面，不但在地人捧場，也讓很多南下到知本的遊人寧可捨棄9號乙省道的捷徑，拐彎繞進台東市來吃上一碗。

第二代的老闆侯福彬表示，店內的豬血來源講究，殺菌、加鹽後，切大塊以清水慢燉數小時，上桌前加上酸菜、切細段的韭菜，撒上一點細的白胡椒粉，滋味最完美。



→ 卑南豬血湯是很多外地客聞香下車的所在

店內其他的黑白切，也十分有特色。很有個性的侯福彬還給各種菜配上別具創意的名字，比方「天長地久」是豬脆腸綁上韭菜，取其諧音。

4. 小野柳

小野柳距台東市區約5公里，由於岩層走向與海岸線垂直相交，砂岩、頁岩與珊瑚礁抗蝕力差異甚大，加上長年風浪侵蝕，形成各式海蝕地形，奇特的景觀與台北野柳有異曲同工之妙，因而得名。

從東管處辦公室後方步道直下海濱，觸目所及是與海岸直交的海階平台。海浪沿著岩石薄弱處侵蝕而入，形成多條海蝕溝，並使濱台上發育出許多相互平行的小單面山，遠望有如一片片大型洗衣板。再往前行，蕈石、球狀風化地形林立，潮間岩石則因為海浪長期沖蝕穿孔，形成岩面滿布坑洞的蜂窩岩。最靠海的是一種紋理交錯、岩石破裂的



↑ 這碗大腸豬血湯傳了兩代，已有約40年歷史



↑ 卑南豬血湯店內的黑白切也頗有特色



↑ 草海桐性喜高溫、潮濕和陽光充足的環境，耐旱、耐寒、耐鹽、能抗強風，為非常典型的海濱植物

南東台灣

森林渡假情報

● 阿里山

● 藤枝

● 雙流

● 墾丁

● 池南

● 富源

● 知本

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特有生物

變形地質，稱為「節理」或「豆腐岩」。站在岩石上極目四望，藍色太平洋無邊無際，好不開闊。

→小野柳夏季常有暴潮，冬天受到東北季風影響，常有大浪排空的現象，到此遊覽、海釣，務必小心



5.知本溫泉

到了知本不泡溫泉，等於白來。一般所熟知的知本溫泉，是當地居民所稱的「外溫泉」，源頭位於知本溪河床溪南岸的山麓岩縫，「內溫泉」則位於知本森林遊樂區觀林吊橋下方，泉溫約攝氏90度，可飲可浴。這種無色無味、含有多種鹽類與礦物質的碳酸氫鈉泉，日本人稱為重曹泉，有軟化角質、癒合傷疤的療效，也稱為「美人湯」。

泡湯熱方興未艾，沿著知本溪興建的溫泉飯店越來越多，老字號的泓泉、知本大飯店固然牌子老、品質可靠，但為了出奇制勝，很多新興飯店無不精心營造不同的泡湯

風情，有日式風格的典雅細緻路線，也有啤酒屋的濃重菜色加上PUB開放氣氛的歐美風格，成為年輕或情侶遊客的時尚新選擇。

喜歡享受按摩美療之旅的人，千萬別錯過「富野渡假村」的SPA水療館。館中擷取知本溫泉發展出多樣的原湯水療，包括尼加拉瓜按摩浴、背式海洋按摩浴、海洋去角質浴；想泡湯的人有藥草湯、香精湯等。「東遊季養生溫泉」是隸屬台東縣農會的公營泡湯據點，擁有知本規模最大的露天溫泉、游泳池與水療館；「湯之知本」則擁有全知本最新的露天日式風呂，大和風味的木造亭台、石砌浴池、原石庭園，浴罷來一份日式定食套餐，有鰻魚、炸豬排、烏龍麵等，清爽恬淡，暢快至極。



←富野渡假村



↑喜歡享受按摩美療之旅的人，千萬別錯過「富野渡假村」的SPA水療館



↑「富野渡假村」的SPA水療館。館中擷取知本溫泉發展出多樣的原湯水療

特有生物

●全覽圖 ●周邊景點 ●特有生物

●阿里山

●藤枝

●雙流

●墾丁

●池南

●富源

●知本

大卷尾和小卷尾

大卷尾和小卷尾均屬於卷尾科，一身亮黑，外型相近，都有分岔而微微上翹的長尾羽。

大卷尾身長約29公分，又名烏秋，平地和低海拔樹林常見，常停棲在樹梢、電線上，甚至就築巢在電纜上頭。領域性極強的大卷尾也是許多校園的常客，個頭雖然不大，卻是赫赫有名的「空中打手」，尤其6月前後的育雛期間，攻擊性特強，憑仗著一身高超的飛行和打鬥技巧，打遍天下無敵手，連猛禽類如松雀鷹、大冠鷲都敢欺負，也會攻擊人類。

小卷尾個子略小，身長約25公分，一身黑羽泛著寶藍色光澤。主要出現在中、低海拔的闊葉林地帶，喜歡停在樹梢或竹桿頂這類突出物上頭，常混在灰喉山椒鳥群中，小卷尾可以替灰喉山椒鳥抵禦天敵，而灰喉山椒鳥則可幫助小卷尾覓食。



←小卷尾常出現在中低海拔的闊葉林地帶（攝影／黃文欣）



←大卷尾領域性極強，是赫赫有名的「空中打手」（攝影／黃文欣）