

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山



合歡山國家森林遊樂區

春夏可賞花，秋季有雲海，冬天能觀雪，
合歡山不僅是一座集合了自然野趣和人文風采的寶庫，
而且四季風情繽紛，山路走來一點都不寂寞。

←黃苑是合歡山極具代表性的野花之一，7~9月間盛開。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

在地處亞熱帶的台灣島上，合歡山最令人印象深刻的，首推隆冬時節的美麗雪景。

本區位於南投縣與花蓮縣交界，海拔3,400公尺。冬季寒流來襲時，由立霧溪引進的太平洋氣流與東北季風形成豐沛水氣，造成降雪，加上向風面的山坡平緩，山谷口呈袋狀，雪花能夠向上堆高，因而成為台灣唯一的滑雪場。

合歡山區是台灣主要河流——大甲溪、濁水溪與立霧溪的分水嶺。以合歡主峰為中心，東峰、西峰、石門山、北合歡山、石門

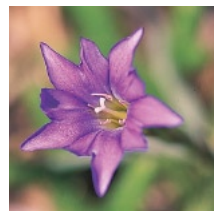


←合歡山的北國雪景，總在隆冬時節吸引大批人潮上山。

北峰、合歡尖山在四圍連成合歡群峰，峰峰相連到天邊，宏偉磅礴。這幾座原本需要數天才能登頂的巨山，由於中橫公路開通與霧社支線的連接，已經完全郊山化，開車就能直抵登山口，且稜線步道修建得極為完善，對喜歡登山的人來說，合歡山是最棒的入門起點。

由於交通便利，此地也成為觀察高山植物的最佳據點。台灣高山植物大多是冰河時期遺留下來的，為躲避平地暑熱，便逐漸往高海拔遷移，分據各方山頭，如冷杉、台灣杉、鐵杉等。而灌木及草本植物則為適應強風和嚴寒氣候，大多採低姿態，匍匐叢生在公路及步道兩旁的岩縫絕壁上，夏天為吸引昆蟲為媒繁衍後代並抵抗強烈的紫外線，野花色彩往往格外多彩斑斕，連綿成片的花海美不勝收。

●撰文／鍾文萍
●攝影／楊智仁



↑阿里山龍膽。

● 全覽圖
 ● 周邊景點
 ● 特別介紹

合歡山森林遊樂區全覽

建議遊玩時間：2日

遊玩景點：

- ❶ 合歡山莊
- ❷ 石門山
- ❸ 合歡東峰
- ❹ 合歡尖山
- ❺ 合歡主峰
- ❻ 武陵
- ❼ 昆陽



❶ 合歡山莊



❺ 合歡主峰



❼ 昆陽



❷ 石門山



❹ 合歡尖山



❶ 合歡山莊



❸ 合歡東峰

往清境農場、霧社

往梨山、華岡

往太魯閣

圖例	
車道	
步道	
河流	
遊玩景點	

中台灣

森林渡假情報



● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

小 檔 案

位置：合歡山群

海拔：3,000~3,500公尺

氣候：年均溫12℃

自然景觀：山脈、雪景、高山植物

遊憩設施：步道、觀景台、山莊

生態重點：高山草原植物、鳥類

適合活動：登山、賞雪、高山植物生態調查、健行、植物觀賞

適合季節：全年（12.3月為雪季）

季節情報：春夏交替之際為最佳賞鳥時節，4.9月毛地黃花開，5、6月玉山杜鵑、紅毛杜鵑，7月台灣百合花、阿里山龍膽，8、9月虎杖、高山沙參、玉山懸鉤子，入秋後適合登頂觀賞雲海、雲瀑，12月~2月高山雪季

注意事項

1. 颱風季節或雷雨有時造成道路短暫中斷，行前應先確定路況，行駛時宜小心落石坍方。
2. 冬季降雪頗豐，欲自行開車上山者應加裝汽車輪胎之雪鍊，小心駕駛。為因應雪季（約12月中旬至翌年3月下旬）擁入之大量遊客，於翠峰及昆陽兩地間實施交通管制，翠峰以上只容許小客車加鐵鍊通行，出發前務必先行確認最新交通狀況。
3. 合歡山海拔高度達3,000公尺，空氣稀薄，若有高山症現象應盡速下山。

實 用 資 訊

服務電話：(049)280-2732

開放時間：24小時（全年無休）

門票：免費

停車費：免費

住宿：3人套房2,650元，6人通鋪每人480元

餐飲：早餐：合菜一桌500元（10人份），客飯一份50元。

午晚餐合菜一桌1,650元（10人份），客飯一份100元

交 通 路 線

- 開車：1. 從中部出發／從王田交流道下高速公路，走14號省道經草屯至埔里，至霧社接上14甲省道經清境農場至合歡山
2. 從北部出發／走蘇花公路經清水斷崖、崇德隧道進入太魯閣，循8號省道（中橫公路）向西前進，翻過大禹嶺至合歡山
3. 從宜蘭出發／走7甲省道（中橫宜蘭支線）經梨山、大禹嶺至往合歡山

搭車：由埔里搭南投客運往霧社的班車，於翠峰站下車後再步行上山或搭叫價計程車。客運一天有3班，發車時間為7:10、10:20、14:00，時有變動，搭車前務必先電話洽詢南投客運：(049)298-4031

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

1. 合歡山莊

原屬救國團，重新整修裝潢後改由林務局管理，是最鄰近合歡山群峰、也是山區唯一的住宿和餐飲據點。前門是合歡東峰步道起點，後側為合歡尖山入口，距離石門山、合歡主峰、武嶺都只要10分鐘車程。

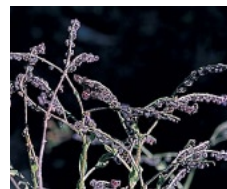
提到合歡山，大部分的人第一個聯想到的

就是「下雪」，其實此地夏、秋之際高山植物及雲海景觀洵美幽靜，迷人的程度絕不亞於雪景。整個山區都是高山植物大本營，山莊附近雖然人跡雜沓，難得的是植物群相仍十分完整，加上腹地寬廣停車方便，成為觀察高山植物重要據點。花壇中可以找到一枝黃花、高山倒提壺、台灣蕁麻、高山沙參、冷杉幼株等，公路旁的碎石坡散生著森氏杜鵑、森氏山柳菊等，至少囊括了合歡山三分

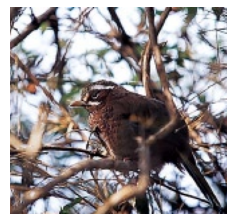


↑ 合歡山莊設備齊全，且距離合歡群峰都很近，每到旺季往往一房難求。

← 石門山步道全長約750公尺，登頂只需30分鐘。



↑ 高山倒提壺分布於海拔3,500公尺左右山區，屬紫草科，倒提壺屬，全株密披白色毛茸，7、8月為花期。



↑ 金翼白眉的飛羽為鼠灰色，眉斑、顎線白色，是最醒目的特徵。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

之一以上常見的高山植物。

其中一枝黃花為菊科植物，分布於海拔1,800~3,500公尺，少數散生於玉山箭竹叢中，抗污染力甚強，除了入藥，也是水土保持及觀賞用的熱門花材。

此地也是著名賞鳥景點。雖然位處高山，不過每年春夏交替的時節，有些天生耐寒的鳥類包括岩鵲、鷓鴣、灰頭花翼畫眉，以及山鳥如栗背林鴝、火冠戴菊、金翼白眉，會從海拔2,000公尺高度的越嶺而來，是最佳賞鳥季節。由於高山覓食不易，而山莊附近小吃攤販林立，食物的香氣與渣滓經常吸引野鳥們在此出沒，而且對人類並不太懼怕，甚至還會在一旁打量拍照的遊客呢。

2. 石門山

通常能夠名列「百岳」，必須是3,000公尺以上的高山，如有三角點則列為優先考量——石門山頂正有一顆三等三角點，就是它

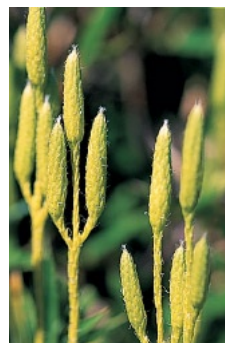
雀屏中選的原因。

步道全長約750公尺，由入口經中間鞍部至山頂只需30分鐘，全線坡度起伏不大，易於行走，屬於可及性極高的高山步道，山友常以此做為登百岳的第一或最後一站。

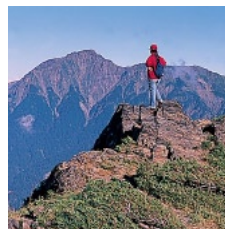
這條步道也正位於台灣屋脊——中央山脈稜線上，為大甲溪與立霧溪的分水嶺、花蓮南投的縣界，穿越短矮的玉山箭竹草原到山頂，天氣晴朗時，可看到奇萊主山至南湖大山間的中央山脈群峰，南北連峰達30公里遠，視野開闊。春、秋兩季，旭日東升於立霧溪出海口一帶，此地正好具有俯瞰溪谷的



↑ 阿里山龍膽是石門山步道兩側常見的野花，為約10種台灣高山龍膽中葉片最小、花朵最大的。



↑ 假石松屬蕨類植物的一種，小葉疏鬆，有分枝，通常每一直立枝具有10個以上的孢子囊穗。



↑ 站在石門山頂，與眾多高難度百岳平起平坐。

中台灣

森林渡假情報



● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

全景視角，「石門觀日出」因而成為遊合歡山的經典遊程之一。

步道沿線日晒當頭，完全沒有遮蔭，還好即使是夏季，此地白天溫度約只攝氏25度，不至熱得太難受。石門山一帶為玉山箭竹的天下，受到立霧溪豐沛上升氣流影響，箭竹高度約只在30~40公分，混生其中的植被相當豐富。

步道兩旁岩縫中經常密生著一種看起來像是小玉米的植物——假石松，為蕨類植物的一種，除了台灣中高海拔山區，中國大陸、印度等地也有分布。假石松孢子囊穗有柄，外型與日本石松近似，最大的差別在於前者常見於箭竹草原，後者則主要分布在森林中。

越接近峰頂風勢越狂，植物的姿態越加匍匐偃蹇，這類植物以玉山圓柏最具代表性。玉山圓柏為柏科植物，是高山上最高大的常綠針葉樹，但在峰頂及風口處常因雪壓及風剪作用，樹幹無法直立生長，便順著風勢在岩層表面盤繞成大片大片低矮的灌木叢，蔚為高山奇觀。



↑ 從步道入口仰望東峰，山頂似乎伸手可觸及。

3. 合歡東峰

以「拔地而起」之姿崛起於公路旁，山勢相當陡峭，海拔3,416公尺，有兩處登山口，一在合歡山莊門前，另一處在松雪樓後側。雖然從步道入口往上望，山頂似乎伸手可觸及，其實登頂至少得花上1個小時。

峰頂腹地開闊，天氣好的時候視野無垠，

中台灣

森林渡假情報



● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

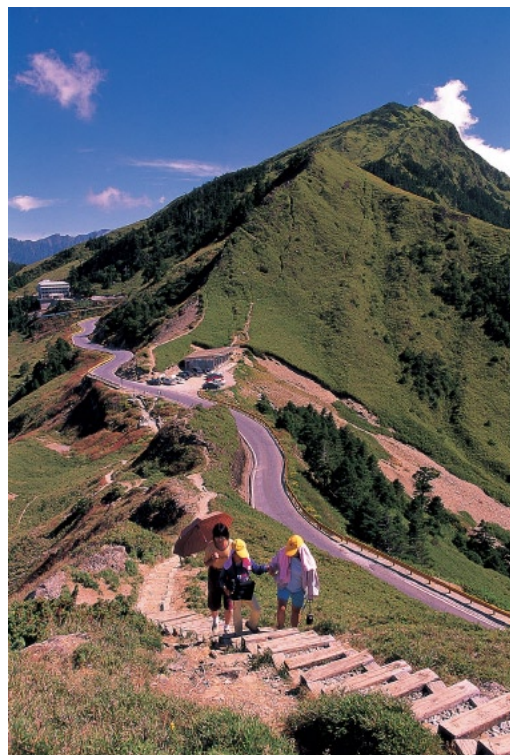
西側是歐式木屋林立的清境農場和霧社風景區，往南可俯瞰濁水溪谷和長年雲霧繚繞的玉山山塊，向北可遠眺雪山山脈。在合歡群峰中，東峰高度僅次於北合歡山，在此地看夕陽，霞光燒天的景象最令人難忘。

晚春時節登東峰，便能在東北側山坡看到盛開的玉山杜鵑，10~20朵呈繖狀花序叢生於葉梢頂端，有紅、白、淡黃、粉白等顏色，滿山姍紫嫣紅的美麗景觀，經常被報章雜誌用來作為代表台灣高山野花的經典畫面。不過玉山杜鵑盛花期只有2~4週，論生命週期，它遠遠不如多年生草本的虎杖。

虎杖堪稱合歡山生命最強韌、分布面積最廣的野花，花海叢生在公路兩旁或步道旁的裸露地、岩石地、崩壞地，幾乎無孔不入，花期從6月直至9月甚至10月，當其他野花陸續凋零之時，在松雪樓附近及東峰步道兩旁仍然可以見到虎杖迎風搖擺，成為夏、秋之際高山草原中最鮮明的色彩。

8、9月間，步道旁另外常見的是紫色或藍紫色的玉山沙參。玉山沙參為桔梗科，花朵通常生於莖頂，花冠五裂，像一串串的小鈴

鐺，11月至翌年4月為枯葉期，不過其肉質多汁的肥大主根，至初夏時節便能抽出新芽。



↑ 從石門山看合歡尖山，山形陡峭，但一鼓作氣的話，15分鐘就能攻頂。



↑ 台灣蕁麻葉兩面均具刺毛及密柔毛，是台灣中部高海拔地區的特有植物。



↑ 玉山沙參盛開時節，有如一串串藍色的小鈴鐺。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

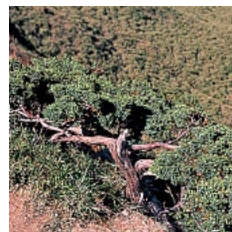
4. 合歡尖山

海拔3,217公尺，登山步道入口位於合歡山莊後方，坡度陡峭，但一鼓作氣的話，15分鐘就能攻頂，因此即使沒能名列百岳，依然登山者眾。山頂可環視360度無障礙的壯闊山景。

杜鵑花常見於高山森林界限以上，經常在

空曠的峰頂及山坡兩側次生，形成茂密的灌木叢，有時也生長在岩縫之間，合歡山區常見玉山杜鵑、紅毛杜鵑、森氏杜鵑，前二者常見於合歡東峰、主峰，合歡尖山步道附近則以森氏杜鵑較為密集。

森氏杜鵑屬常綠小喬木，與玉山杜鵑極為相似，但葉形較大且不反捲，4~5月高山雨季來臨時，正是花開時節，是高山杜鵑類最早開花的。花海中偶爾可見台灣蕁麻，這類



↑ 玉山圓柏於各地高山都有密集分布。

↑ 森氏杜鵑與玉山杜鵑極為相似，但葉形較大且不反捲。

← 合歡尖山海拔3217公尺，登山步道入口就位於合歡山莊後方。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

蕁麻屬植物的葉子兩面均有刺毛及密柔毛，是台灣中部高海拔地區的特有植物。

峰頂附近屬高海拔，氣候寒冷，只有夏季可見蝶類，且種類與數量都不多，如青帶鳳蝶、白紋鳳蝶、台灣紋白蝶等。青帶鳳蝶成蟲除了冬季之外，大多分布於平地至中低海拔山區，幼蟲的寄主植物為大葉楠、樟樹等樟科植物；台灣紋白蝶成蟲全年可見，不過以秋末至早春這段期間數量最為龐大。

合歡觀百岳

站在合歡山頭，放眼望去，四圍百岳並列，氣勢壯闊。

南湖大山：為台灣五岳之一（其餘四座為：玉山、雪山、秀姑巒山、大武山），百岳中排行第8，為中央山脈北段最高峰，山形雍容，登山界讚嘆為「帝王頭」，以冰河地形與高山植物聞名。

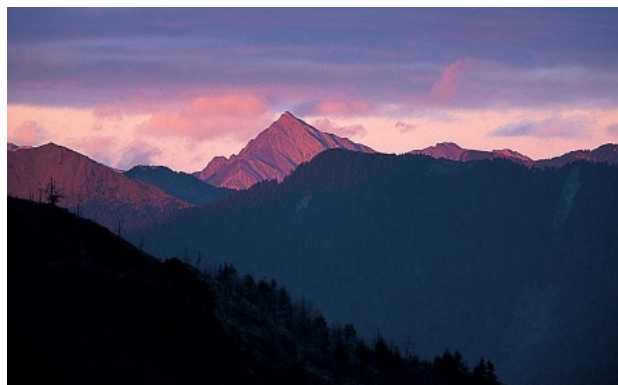
中央尖山：台灣三尖（其餘二尖為大霸尖



↑百岳通稱3,000公尺以上的高山，如果山頂有三角點，則優先列入考量，石門山就是最好的例子，許多山友都把此地當成第一或最後一座目標百岳。



↑一枝黃花在6月之後為盛開期，每每將山頭染成一片燦爛金黃。



↑中央尖山為「台灣三尖」之首，山形有如一把鋒刃直插天際。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

山與達芬尖山)之首,山形有如一把鋒刃直插天際,全台山岳無出其「尖」。

奇萊北峰、主峰：登山界常以「黑色奇萊」稱之,可能與山難事件頻仍有關。另有一種說法是,由合歡山區眺望奇萊連峰,上午太陽尚未越過稜線,午後天氣又經常轉劣,陽光少有機會直射岩壁,以致奇萊總以黑色岩壁的一面示人,因而得名。

所謂「百岳」,其實說法相當分歧。中華民國山岳協會百岳俱樂部選定3,000公尺以上的高山百座,為會員必須攀登的目標;台北市登山協會高山俱樂部則選定120座。其他民間個人或團體則把有三角點(註)的山岳也選入,達120座以上。

〔註〕三角點是測量上的名詞,用來作為大地測量及科學研究製圖的依據。1909年,日本陸地測量部在台灣實施正式三角測量,做為地形測量的基礎,共分為一等本點、一等補點、二等三角點、三等三角點、四等三角點。這些三角點幾乎全部位於山頂,因此成為登山界攻頂時最重要的依據和目標。

5. 合歡主峰

合歡主峰標高3,416公尺,原是遊客止步的軍事重地,這兩年部隊撤哨之後,迫不及待地整修起水泥步道並蓋起大型觀景台來,再不多久,連車子都能從霧社支線旁的登山入口直驅主峰頂;神祕的主峰峰頂,不再高不可攀了。

這樣的開發不由令人擔心對於生態環境的破壞。尤其附近台灣冷杉林,為台灣分布最高的常綠針葉喬木,有最優美的純林景觀,也是台灣保存最完整的原始林,人為破壞最少,常與玉山圓柏喬木混生,陰向坡密生地衣、苔蘚與蕨類,向陽坡林下則常密生著高大濃密的玉山箭竹,形成的豐富植被,是高山動物們賴以棲息的環境。而開發帶來的人潮與破壞,想來難以避免。

台灣冷杉特產於本省中央山脈海拔最高的寒帶林中,樹形峭聳,由於生育地氣溫低,小苗生長緩慢,30公分高苗木約需4~27年才能長成,而胸徑20公分的成熟母樹,樹齡



↑玉山抱莖薊常成群生長於高山岩屑地,又稱白花香青。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山



←合歡主峰是觀看雲海的極佳視角，向北甚至可以眺望狀似酒桶的大霸尖山。

大約在150～550年之間。由於分布在凸起的山頭頂端及高山稜線，容易遭受雷殛而演變成森林火災，焚毀後的冷杉便形成枯骨森森的白木林。

從步道入口往上走，有一片腹地極大的山凹處，經常聚集著爭看雲海夕陽的遊客。此地視野寬廣，遇上天氣好的時候，往南可遠眺直線距離80公里外的玉山群峰，向北可以看到直線距離35公里、酒桶狀的大霸尖山，

令人驚喜！

在向陽的岩壁上，常見玉山抱莖籜簫及尼泊爾籜簫比鄰而生，經常有人將兩者混淆，此地正好提供了比較的大好機會。

玉山抱莖籜簫及尼泊爾籜簫同屬菊科，籜簫屬，只是前者葉呈線形或線狀披針形，莖細長直立，白色頭狀花密生於莖頂，也稱白花香青，分布在1,500～3,950公尺的次生草生地或岩屑地；尼泊爾籜簫的葉子為匙形，



↑尼泊爾籜簫植株矮小，全身遍佈綿毛。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

全株密生著厚重綿毛，莖稍匍匐，莖頂萌發單朵白色花，為典型的菊科頭狀花序，又稱玉山簕簕，分布於海拔3,200~3,950公尺，為台灣典型的高山植物。



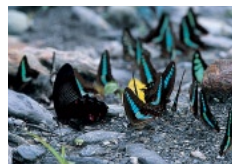
←台灣冷杉林分布於冬季雪線上，枝條常受到雪壓而呈下垂狀。

6. 武嶺

武嶺標高3,275公尺，位於合歡山主峰和東峰之間的鞍部，是台灣公路海拔最高點，也是東南亞地區公路最高點。每當合歡山降下瑞雪，武嶺也跟著成了一片銀白世界，因此又有「銀鞍」之稱，與「合歡觀雲」並列為合歡山兩大招牌美景。寒流來襲時，偶爾可以發現武嶺與合歡山之間有一段由瀑布凍結成冰柱的冰瀑，是難得一見的奇景。

爬上標誌牌後的觀景台俯視群山，眼前是合歡、奇萊群峰，遠方縹緲雲霧中的是玉山連峰，雲海奔騰其間，聲勢浩大。停車場旁的向陽坡地遍野密生著黃苑、虎杖、玉山飛蓬，開花的時候一片金黃花海，連淡紫色的美麗高山芒也為之失色。

黃苑多生長於路旁或台灣冷杉、鐵杉林的邊緣，為常見的多年生草本植物，11月至翌年4月為枯葉期，以肥厚多汁的地下莖掙扎



↑青帶鳳蝶成蟲除冬季之外，大多分布於平地至中低海拔山區，常與青斑鳳蝶群居。
(攝影／高世安)



↑高山芒花為圓錐花序，淡紫色或淡褐色，而一般所謂的「蘆花」，指的是高山芒的白色穎果。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

過冬，7月開花，花期可長達3~4個月，是合歡山花季的主角植物之一。

玉山飛蓬的舌狀花顏色多變，可能在南湖大山是紅色的，在玉山是粉紅色，到了雪山、合歡山又成了白色，大大的花朵生長在小小的植株上，像是高山野菊似的遍佈在陽光充足的步道旁，十分引人注目。

高山草原是高山芒的故鄉，又稱高山萱草或高山寒芒、高山鬼芒，分布十分普遍，



↑ 登山界常以「黑色奇萊」看待奇萊群峰，可能與山難事件頻仍有關。

常與玉山箭竹、台灣粉條兒菜、台灣百合混生。由於經常形成大面積的群落，且密密麻麻高度過人，行走其間，往往容易迷失方向。如果在濃霧其間誤入芒原歧途，葉片上凝結的水分很快就會溼透衣服，使得人體遍體生寒導致失溫，絕對是登山者要避免的恐怖大忌。

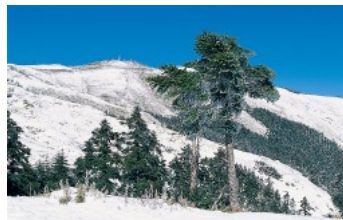


↑ 玉山飛蓬為多年生草本，性喜陽光直射，夏天開花。

↓ 雪後的武陵成了一片銀白世界，每每車滿為患。



↑ 黃苑7月開花，花期可長達3~4個月，是合歡山花季的主角植物之一。



↑ 合歡主峰原是遊客止步的軍事重地。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

7. 昆陽

海拔3085公尺，在地形上起伏大，西面為高聳的合歡山脊，因此此地主要觀景點皆向北及向東，可望見一片箭竹林夾雜著針葉樹林，是相當棒的觀景點。

停車場往公廁附近的岩坡上，常見五月艾與風輪菜密集叢生。五月艾外型變化極大，從草本至亞灌木都有，平地至高海拔均有分布。風輪菜最大的特徵則是一輪一輪的唇形花，中低海拔荒地及路旁有零星分布，由於花形十分可愛，經常引人流連欣賞。

昆陽一帶由於林相單純，棲息鳥種變化不多，並常會隨著季節變化作高度垂直的遷移。箭竹草原中常可見岩鷄、酒紅朱雀、鷓鴣、星鴉等。其中酒紅朱雀為台灣特有亞種，雄鳥全身酒紅色，有明顯白色眉線，色彩豔麗；雌鳥全身則為橄欖褐色，與雄鳥體型差異懸殊，因生性不怕人，可就近仔細觀賞。生活於森林上層的鳥類體型較小，但羽色漂亮，觀賞價值高，如火冠戴菊鳥、煤山雀、黃羽鸚嘴、紅頭

山雀等；森林底層則有大型鳥類，如帝雉。在大草原有時還可發現雪山草蜥的蹤跡，為台灣特有種，非常珍貴。



↑ 合歡山區缺乏完善飲食服務，只能由流動攤販來解決遊客的餐飲問題，以昆陽、武陵、合歡山莊附近最多，在別無選擇下，每一攤小吃都門庭若市。



↑ 台灣冷杉特產於中央山脈最高的寒帶林中。



↑ 風輪菜由於花形十分可愛，經常引人流連欣賞。



↑ 烤香腸、糯米腸兩支50元，有點貴，但寒天裡的熱食，滋味就是特別好。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

周邊景點

●撰文／鍾文萍
●攝影／楊智仁

以合歡山為中心，
向西連結清境農場風景區，
向東可以串遊太魯閣國家公園，
高山、草原、如削的峽谷、
綠色的山丘，這樣的行程，簡直就是超完美計畫！

合歡山周邊住宿情報

香格里拉 空中花園	地址：南投縣仁愛鄉大同村榮光巷8號 網站： http://www.shangrila-resort.com.tw	電話：(049)280-2166 傳真：(049)280-2169
見晴花園 渡假山莊	地址：南投縣仁愛鄉大同村定遠新村18-2號 網站： http://www.sunshine-villa.com.tw	電話：(049)280-3162 傳真：(049)280-3163
落鷹山莊	地址：花蓮縣秀林鄉富世村關原58號	電話：(04)2599-1005
天祥晶華 度假酒店	地址：花蓮縣秀林鄉天祥路18號 網站： http://www.grandformosa-taroko.com.tw	電話：(03)869-1155 傳真：(03)869-1160
福壽山農場	地址：台中縣和平鄉梨山村福壽路29號 網站： http://www.shineyou.com/fushou	電話：(04)2598-9205

●全覽圖

周邊景點

●特別介紹

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

周邊景點

- ①清境農場、清境小瑞士花園
- ②華岡、合歡溪步道
- ③福壽山農場
- ④大禹嶺
- ⑤太魯閣國家公園



●全覽圖

周邊景點

●特別介紹

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

中橫公路西起東勢，向西過霧中社、清境，翻過最高點武嶺，進入合歡山，然後海拔陡降，蜿蜒經過小吃店林立的大禹嶺，通過關原、碧綠、文山、天祥直至太魯閣，沿線景觀從綿延無盡的如茵草原，進入高山深谷、天水流長的峽谷景觀，不僅連結了中台灣幾個大風景區，太魯閣國家公園著名景點也是沿線密佈。

沿著中橫走，高山、草原、峽谷、綠色丘陵、溪澗飛瀑景觀盡收眼底，並有農場、山野咖啡館、高山果園、登山步道等遊憩設施，對於喜歡遊賞風景的人來說，是一條超完美的公路兜風路線。

如時間有限，可以將太魯閣國家公園排入串遊景點第一順位。這座境內近有六分之一面積被三千公尺以上高峰盤據、氣勢磅礴的峽谷型國家公園，就像一座巨大的天然山水雕塑。認識台灣後山的山水大美，太魯閣絕不叫你失望。

1.清境農場、清境小瑞士花園

清境農場地址：南投縣仁愛鄉大同村定遠新村28號

電話：(049)2801-988

網址：http://www.shineyou.com/chingsing/index_1.htm

清境小瑞士花園

地址：南投縣仁愛鄉大同村仁和路170號

電話：(049)2802-222

農場位於海拔1,700~2,100公尺的高坡地，原本以高冷蔬菜花卉種植與畜牧為主，近年往觀光業發展，周邊設施越加完善，小木屋、咖啡屋、休閒餐廳、觀景台、民宿街一字排開，連紐西蘭的招牌趕羊秀和羊毛脫衣秀都有了。

開車走中橫霧社支線，不必下車便能看到牛羊在兩旁綠色牧場高坡上徜徉的悠閒景觀，簡直是一幕太生動的活廣告！難怪清境在大地震之後能迅速翻身，成為中台灣人氣最旺的旅遊勝地。農場雖大，但仍以青青草原景觀最為迷人。穿過攤販吆喝的聲浪，以及「步步高昇」步道，來到草原最高點的壽



↑玉山假沙梨為台灣固有種，薔薇科，常分布於中高海拔的次生灌叢及高山草原中。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

山園，俯瞰原木步道迤邐穿越藍天牧野；車輛如小蟻般川流在公路上，很有幾分北國曠野的豪邁之感。

清境小瑞士花園距清境農場不遠，以鬱金香花海聞名，可以順道一遊。



←清境小瑞士花園的鬱金香花海，一到冬季蔚為盛況。

2. 華崗・合歡溪步道

華崗位於南投縣仁愛鄉，屬於合歡山系的延伸，中橫公路開通之後，退輔會在此成立農場種植高冷蔬果，高接梨、李子、水蜜桃果園密佈，一畦畦高麗菜更宛如合歡山群擺下的綠色玫瑰田，高地農耕景觀清新闊闊，真會讓人以為置身阿爾卑斯山美麗的歐洲鄉村。

合歡溪從華崗台地流過，成為重要水源。為了儲水灌溉，退輔會於農場成立之初便在溪谷中建造了一座小水壩，並牽引管路至華崗，這條「水管路」如今已被規劃成寬約1公尺、濃蔭蔽天的自然步道。步道沿著稜線開發，坡度平緩，走來十分輕鬆，前半段向陽坡地大多是紅檜、台灣二葉松、台灣華山松等經濟樹種，後段進入合歡溪流域，陽光漸弱，鐵杉林下常見玉山懸鉤子、玉山假沙梨、台灣繡線菊等高山植物。



↑清境農場近年成為中台灣人氣最旺的旅遊勝地。

● 全覽圖

周邊景點

● 特別介紹

●全覽圖

周邊景點

●特別介紹

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

3.福壽山農場

地址：台中縣和平鄉梨山村福壽路29號

電話：(04)2598-9205

網站：<http://www.shineyou.com/fushou>

營業時間：07:00～22:30

農場標高1,800～2,584公尺，和同為退輔會經營的武陵、清境農場比較起來，福壽山農場開發最早，雖然規模略小，但由於海拔高度最高，生產的近百種溫帶水果和高冷蔬菜品質也最為脆甜多汁，著名的有水蜜桃、



梨、蘋果、菠菜、梅、高山茶等。尤其是蘋果，福壽山自行研發生產的蘋果品種超過50種，還曾經嫁接一株含有37個品種的「蘋果王」，在市場上聲名大噪。

位於最高點有一處天然山中湖泊「天池」，是農場最重要的景點，水面雖不大，但池水清澈，終年不竭，四圍環繞著二葉松及台灣扁柏，更顯靈秀。農場有一項「認養蘋果樹」的玩法，也就是說，遊客付費認養蘋果樹，澆水除蟲施肥等瑣事均由農場照料，等到蘋果成熟時，便可上山採果，全樹的收成都歸遊客所有，聽起來的確比在路邊攤買水果，更加趣味加倍。



↑合歡溪步道沿線有綠蔭，清爽宜人。

←要看綿羊秀不必去紐西蘭，清境農場就有。



●全覽圖

周邊景點

●特別介紹

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

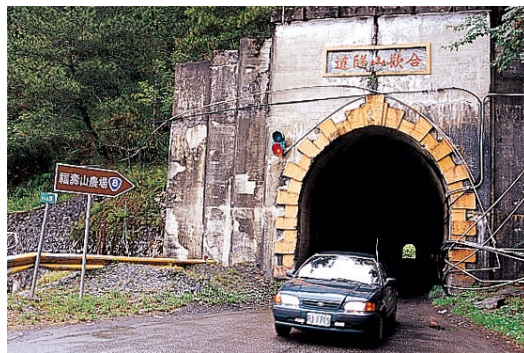
●惠蓀

●溪頭

●八仙山

4. 大禹嶺

出了狹隘難行的合歡山隧道右轉，眼前豁然開朗，此地是合歡山、太魯閣、梨山三大風景區的交界——大禹嶺，也是上山前的最佳裝備補給站。道路兩旁散置著鐵皮搭建的土雞城和麵飯小店，菜色不多，如炒高麗



↑合歡山隧道為中橫主線與支線的交叉點。



←華崗特有的高地農耕景觀，很有阿爾卑斯山區的鄉村風味。

中台灣

森林渡假情報



●全覽圖

周邊景點

●特別介紹

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

菜、炸香菇、金針湯、地瓜湯之類的山產，不過海拔高天氣冷，且曠野山區裡難得見到這麼一處人車密集的聚落，溫暖的人氣讓食物吃起來特別香。

自大禹嶺往南走3公里，來到紅豆坡，此地座落著合歡山區最大的民宿「落鷹山莊」。據說從前有隻老鷹啣了紅豆種子到山上歇息，種子落在土地裡，長成片片紅豆林，老鷹也跟著落腳於此，「落鷹」因此得名。現在雖然已經不見老鷹蹤跡，紅豆林卻



依然蓊鬱蒼綠，山莊老闆拿手的紅豆湯和牛肉麵，10多年來更是享譽合歡山區，無論登山客還是觀光客，到了此地，都忍不住想來上一碗紅豆湯，好熱騰騰地驅走一身寒意。



↑一畦畦高冷蔬菜，宛如合歡山群擺下的綠色玫瑰田。

←福壽山農場生產近百種溫帶水果和高冷蔬菜。



↑大禹嶺小吃店林立，也有高冷蔬菜零售，這顆高麗菜體積碩大，比頭還大上一倍，售價130元。

●全覽圖

周邊景點

●特別介紹

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

昔日的理番道路／現今的觀光大道

霧社事件（1930年）發生後，由霧社上山
的日軍急著要結束戰事，於是一邊開路，一
邊開闢了一條貫穿南投霧社到花蓮太魯閣的
「理番道路」，這條爲了征戰的道路完成於
昭和10年（1935年），標準路寬1.8公尺，
現今的中橫公路和霧社支線部份路段，就
是沿著這條古道開鑿的，成爲聯繫台灣東西
部的主要道路；當公路開通後，古道迅速荒
廢，現只剩部份殘留的路跡可供追尋。



↑ 當年日軍為了征伐而開發的理番道路，如今已經成為橫貫台灣東西部的觀光大道。

5 太魯閣國家公園

沿著中橫公路往東走，過了大禹嶺之後人
煙漸稀，沿途高山絕仞的景觀取代了連綿無
盡的草原，已經逐漸進入太魯閣國家公園的
景觀核心區域。

太魯閣範圍橫跨花蓮、台中、南投三個
縣市，範圍以立霧溪峽谷、中橫公路及其外
圍山區爲主，包括合歡群峰、奇萊、南湖中
央尖山連峰、清水斷崖、立霧溪流域及三棧
溪流域，面積九萬多公頃，僅次玉山國家公
園。

台灣百岳當中，就有27座位於太魯閣國家
公園內；高山幽谷是這座峽谷型國家公園最
著名的地形景觀。其中以立霧溪流域最爲發
達，百萬年來，發源自合歡、奇萊群峰的溪
水不斷侵蝕下切，鑿開了厚度超過1,000公
尺的大理石岩壁，加上大理岩層的風化與侵
蝕，相對於年年不斷隆起上升的地殼，山勢
越發高聳，峽谷也越加陡峭，尤其天祥至太
魯閣之間垂直壁立的U型峽谷，更是園區內



↑ 碧綠神木為戀大夏（香夏），樹齡超過三千年。



● 全覽圖

周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

最動人心魄的大自然傑作。

區內景點繁多，一路沿著公路東行，兩側高聳的岩壁掩拱成一片幽靜深邃的無盡長廊，非常適合駕車兜遊。

公路東段主要景點包括關原雲海、碧綠神木、豁然亭、文山溫泉、白楊瀑布，過天祥之後有綠水合流步道、錐麓大斷崖、燕子口、九曲洞、長春祠等。雖然是遊客眾多的著名風景區，還好國家公園幅員廣闊，稀釋了車水馬龍和人潮，整條路線遊賞起來，仍十分心曠神怡。



↑ 文山溫泉是太魯閣國家公園內唯一的野溪溫泉。



↑ 這標誌提醒你合歡山區屬寒冷高地，日夜溫差大，記得添衣以免著涼。

特別介紹

全覽圖
 周邊景點
 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

※高山草原生態系

昆陽至小風口地區向陽坡面連綿如毯的翠綠草坡，美得讓人很想上去打個滾兒，不過注意哦，草原上長的可不是柔軟的小草，而是玉山箭竹。

玉山箭竹屬禾本科植物，是一種小型竹類，桿的直徑絕少超過2公分，生命力特強，最大特色是植株高度會隨著海拔遞升而遞減——在背風面、土壤肥沃的林下可生長超過4

公尺；若生長在高海拔或風勢強勁的山坡上，就形成低矮如草的狀態，高度往往不及30公分。由於箭竹根系發達，緊密盤據，加上高山生長條件惡劣，其他植物不易侵入，形成大片豐茂的草坡，加上冷杉林聳立其後，構成了極為特殊之生態及視覺景觀，有「高地草原」之稱。

箭竹草原看似枯燥單調，其實蘊有繽紛熱鬧的生命氣息。除了偃蹇的圓柏、刺柏和箭竹，其餘如玉山杜鵑、玉山假沙梨、高山薔薇及龍膽、沙參、白花香青、野薄荷、台灣野百合、玉山佛甲草、一枝黃花、金絲桃、早田氏草莓等色彩豔麗的高海拔野花，燃亮了高山的夏天。

草原上棲息的多是小型動物如森鼠、高山白腹鼠、華南鼯鼠（黃鼠狼），鼠類以植物根、芽為食，黃鼠狼則捕食鼠類，形成一獨立的生物鏈，以此互動控制生物的族群與數量。



↑ 早田氏草莓有發達的匍匐走莖，粗齒葉緣，冬天時葉片會轉為紅黃色。



← 玉山箭竹為台灣分布海拔最高的竹類，生命力頑強。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山



奧萬大國家森林遊樂區

擁有全省面積最大的天然楓香純林，
還有櫟木、杉木林及松樹林等，
為全台最知名賞楓勝地。
而且林相豐富完整，
是體驗台灣中海拔森林四季之美的生態觀景窗。

←深秋楓紅是奧萬大最著名的景色。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

東臨馬軍山，西接萬大，北邊以馬海僕富士山為界，南臨萬大溪，全區面積約2,787公頃，其中佔地8公頃的楓香純林為全台面積最廣，從民國79年開放以來，每到深秋，便成為萬人爭睹的賞楓絕境。「賞楓之所欲，長在奧萬大」，遊客對於楓紅狂戀的程度，十幾年來未曾稍減。

日據之前，這裡曾經是原住民的墾殖區，後來因故荒廢棄置，任由植物入侵演替，形成目前的自然社群，孕育的動植物生態豐富完整，可看的絕不只是楓林而已。

整個園區以一條自導式步道貫穿，全長

約6公里。從遊客中心旁的主步道開始，經好漢坡、林間步道，過中繼服務站經楓林吊橋，抵達人氣最旺的楓林區以及全區最高點松林區。

沿途有台灣杉、水杉等冰河期便出現的植物；運氣好的話，樹林中可以瞥見台灣特有的翠綠色短肢攀木蜥蜴，及成群結隊的台灣藍鵲；尚有時間體力，回頭經過綠色山莊，可前往腦寮溪下切山壁形成的壯闊瀑布群。一路除松林區步道稍陡些，全程大半為緩坡，只消一日漫步，就可以把奧萬大生態與景觀精華輕鬆遊遍。

●撰文／鍾文萍
●攝影／楊智仁



←青楓的翅果。

←奧萬大僅有的三棵落羽松於綠色山莊前一字排開。雖名為「松」，其實是原產於北美的杉科落葉大喬木，別名美國水杉、美國水松，互生的葉片形態有如綠色羽毛。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

奧萬大森林遊樂區全覽

建議遊玩時間：1日

遊玩景點：

- ① 主步道
- ② 好漢坡
- ③ 中繼站
- ④ 楓林吊橋
- ⑤ 賞鳥步道
- ⑥ 楓林區
- ⑦ 松林區
- ⑧ 腦寮溪瀑布群



中台灣

森林渡假情報



● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

小 檔 案

海拔：1,100~1,600公尺

氣候：年均溫22.37°C

自然景觀：溪流、楓樹純林、飛瀑、山脈

人文景觀：台電調整池、台電揚水站

生態重點：楓香純林、變色葉植物、松林、高山留鳥

適合活動：登山、賞景、賞楓、賞鳥、賞蝶、研究生態、森林浴

適合季節：全年

季節情報：春節前後滿山楓紅；2、3月山櫻花開；3~5月櫟木、秋冬九芎變色；10月至翌年4月高山留鳥過境渡冬，為最佳賞鳥季節

遊樂區住宿設施

小木屋	4人套房假日2,200元，非假日1,200元
綠野山莊	4人套房假日2,200元，非假日1,200元 3人套房假日1,650元，非假日900元
楓紅山莊	4人通舖假日1,320元，非假日960元 8人通舖假日2,640元，非假日1,920元 20人通舖假日6,600元，非假日3,300元

註：1.住宿淡季非假日（3/1~9/30）套房5折，通舖7折。

訂房專線：(049)297-4511

2.區內附餐飲服務，早餐每10人800、1000元，午、晚餐每10人

實 用 資 訊

交 通 路 線

地址：南投縣仁愛鄉親愛村大安路153號

服務電話：(049)297-4511

開放時間：8:00-17:00（全年無休）

門票：3/1~9/30假日150元，非假日100元；
10/1~翌年2/29一律200元

停車費：大型車100元，小型車100元，機車20元

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

1. 主步道

這條水泥小徑從遊客中心前出發，長約800公尺，通往好漢坡、中繼站、楓林區等景點，坡度平緩，走來輕鬆。

奧萬大為水源涵養保安林，大多保有原生林的風貌，經營則以造林為主。早期造林大半經濟取向，因此主要造林樹種均為可供傢具、建築、枕木、造紙使用的，柏科植物如台灣肖楠、台灣扁柏，杉科植物如台灣杉、巒大杉（香杉）、落羽松，松科的台灣二葉

松、台灣五葉松，在這條主步道上具有具體而微的呈現。

其中台灣杉是冰河時期存留至今的植物，1906年小西成章在南投烏松坑地區首度發現，由日本學者早田文藏命名，因早期只在化石上發現過，故有「化石植物」之稱。因不怕水蟲、不易腐爛，曾是古時造船的最佳木料。

值得注意的還有路旁一棵土肉桂。許多人以為肉桂是西方的獨特香料，其實台灣也有原生肉桂，生長在全省中低海拔山區，聚繖圓錐花序，花小，黃或白色，濃烈的香氣常吸引斑鳳蝶前來覓食。

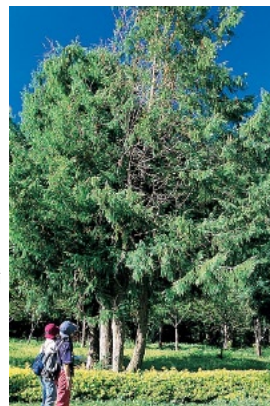


↑土肉桂除了作為香料，也是很好的庭園景觀樹，三條淡黃色的葉脈從葉的基部像叉子般各自分離生長，是最明顯的特徵。



→台灣杉樹幹筆直，枝條末端微微上揚。

←主步道是通往好漢坡、楓林區等景點的主要途徑。



● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

2. 好漢坡

步道全長約2,500公尺，步道平緩處為原始的泥土鋪面，陡峭處則有木樁階梯，一路下坡，全線濃蔭蔽天，因此「好漢坡」雖然聽起來唬人，走起來卻十分清涼舒適。

奧萬大原生的植物屬亞熱帶與溫暖帶雨林群系，以殼斗科與樟科植物為主，如栓皮

櫟、青剛櫟、香楠、霧社槿楠、五掌楠、瓊楠、屏東木薑子、樟樹、香葉樹等。原住民墾殖棄置後，任由植物大舉入侵，形成次生林，這類先驅植物包括台灣赤楊、台灣五葉松、野桐、血桐、山黃麻、九芎、櫟木等，在這段步道沿線可以明顯察覺兩者雜生的遺跡，為奧萬大植物社群世代交替的歷史見證。

其中的栓皮櫟為殼斗科櫟屬，果實上方的



←紅紋鳳蝶身上有明顯紅色圓斑，夏秋較常見。（攝影／黃子明）



↑青剛櫟是殼斗科植物，青剛櫟屬，堅果呈卵形或近球形，杯形殼斗是最大特徵。



↑馬兜鈴科植物的葉片是許多鳳蝶類幼蟲的主食。



↑栓皮櫟堅果上方的殼斗有粗刺狀鱗片，是一大特色。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

殼斗外有粗刺狀鱗片，是一大特色。其葉互生，葉脈延伸出鋸齒狀的葉緣，狀似睫毛，很容易辨認。栓皮櫟的樹皮可以用來製作軟木塞、防火材料、枕木等。

步道盡頭叢生著葉片已有啃嚙痕跡的港口馬兜鈴（又名呂宋馬兜鈴），是紅紋鳳蝶、黃裳鳳蝶、珠光鳳蝶幼蟲的主食之一，成蟲主要出現在3至11月。來到此地，只要季節對，就能與鳳蝶們不期而遇。



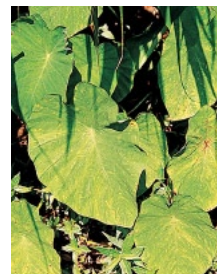
3. 中繼服務站

地址：南投縣仁愛鄉親愛村大安路153號

電話：(049)297-4576

營業時間：08:00~17:00

中繼服務站位於園區步道中點，提供簡餐、飲料服務，是汗流浹背的登山客引頸盼望的中途休憩站。



↑ 山芋地下莖曾是原住民主要糧食來源，葉子色澤較淺，葉脈較不明顯。



↑ 咬人貓全株各部位的披針刺狀腺毛均有毒。



↑ 飛龍掌莖葉上密生的小刺，是自衛最佳武器。

← 中繼服務站可欣賞周邊的楓香和青楓。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

木屋外種著幾棵高大的青楓與楓香，是秋冬賞楓的重點之一，也因此是被「蹂躪」得最嚴重的。賞紅葉季節，常有遊客搖撼樹木或爬上樹摘紅葉，當作「到此一遊」的紀念憑證，破壞嚴重的程度，數年前曾一度讓奧萬大閉園數月休養生息。其實服務站就有美麗可愛的楓紅紀念小品可買，實在不必破壞生態環境。

距離大門不遠處的崖壁上，密生著一種張牙舞爪的芸香科植物「飛龍掌血」，全莖有彎曲尖銳小刺，一旦不小心碰觸了，難免鮮血淋漓，因此得名；也就因為防衛能力過人，得以阻擋其他動物包括人類的踐踏破壞，保有相當完整的植物相，非常特別。到了夜裡，此地便是觀賞昆蟲和蛙類的好所在，如長臂金龜、獨角仙、台灣大蝗以及莫氏樹蛙、斯文豪氏蛙、日本樹蛙、梭德氏蛙等，此起彼落的窸窣呱呱聲，讓夜晚的奧萬大熱鬧非凡。其中的長臂金龜一般生活在中低海拔山區，成蟲出現在夏季，雖然數量不少，但由於是本省最大的金龜子，已列入保育類昆蟲。

4. 楓林吊橋

楓林吊橋跨越萬大北溪，是連結奧萬大森林公園與楓林區、松林區的主要途徑。萬大北溪與南溪在橋下交會，看起來一派小河淌水，但它向西一路與腦寮溪、清水溪、霧社溪等會合，最後卻匯流成台灣第一大溪流——濁水



↑台灣大蝗是本省體型最大的蝗蟲，秋冬在山區道路上經常可見。



←楓林吊橋上可以俯瞰萬大南北溪匯流景觀。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

溪，氣勢完全不可同日而語。密林中難得景觀開闊，吊橋上正是舒展視野的好所在。

吊橋附近林蔭寥落，主要分布著柳杉、白雞油、光臘樹等，林中野生著大片山芋。山芋的地下莖肥大厚實，從前曾是原住民主要糧食來源，缺乏食物時挖兩棵充飢，順手再將小苗種下，如此即可終年享用不盡，是山裡住民的生活智慧。後來在外圍蔓生了許多咬人貓，殺傷力不亞於飛龍掌血。不同的是，飛龍掌血以一身銳刺為武器，咬人貓則以富含草酸鈣、蟻酸、丁酸的披針刺狀腺毛，人體一旦遭到刺螫便痛癢難耐，因此即使山芋再腴美迷人，也再沒人敢越雷池一步了。



5. 賞鳥步道

奧萬大動物資源豐富，包括哺乳類、鳥類、兩棲類、昆蟲類、魚類、爬蟲類，其中以32科近120種的鳥類最多，包括少見的藍腹鵲、台灣藍鵲、大冠鷲，優勢鳥類則有灰喉山椒（紅山椒）、青背山雀、冠羽畫眉等，以及平地也很常見的五色鳥。在針闊葉混交林入口處、瀑布、溪流邊，鳥類出現的



↑ 灰喉山椒雄鳥全身呈鮮明黑色與橘色，喉部灰色，常飛行於森林之上，是常見的高山留鳥。

← 賞鳥步道入口設有解說牌，簡要的圖文對照可供入山賞鳥時參考使用。



↑ 台灣藍鵲為台灣特有種，性喜群居，往往十餘隻陸續出現，滑翔棲息於高層樹枝頂上。（攝影／黃子明）



↑ 五色鳥色彩斑斕豔麗，有人形容其叫聲像敲木魚，因此還有「花和尚」的別名。（攝影／黃子明）

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

種類及數量最多，步道沿線常可見的約有50種。

爲了吸引鳥類停駐，管理處特別建造了森林高級公寓——鳥巢箱，供鳥兒們棲息，並在原本的鳥類食用植物如楊梅、櫻花、紅柿、鹽膚木之外，另外種植了瑪瑙珠、稜果榕等食餌樹種，以供鳥類啄食孵育。一百多個鳥巢箱遍佈幾條主要步道及平台上，著巢的鳥類以青背山雀、棕面鷹、茶腹市鳥最多，運氣好還可碰見鳥兒從巢裡飛出呢！此外，每年秋天至翌年春天，常有大批候鳥、高山留鳥降落在奧萬大渡冬或過境，使得山谷間生氣勃勃。只要季節對了，清晨與黃昏都是最佳賞鳥時刻。

6. 楓林區

如果說大多數遊客都是衝著楓林來到奧萬大，其實一點都不誇張；除了楊梅、霧社槭楠等少數樹種穿插其中，這片楓香純林面積

爲全省最大，也是全台唯一整片集中的楓林地帶，難怪遊客趨之若鶩。

純林屬天然原生林，生長在約8公頃的大平台上，是奧萬大主要景觀區。樹幹挺直高大，每當秋冬來臨，滿山楓葉燃成一片紅海，是奧萬大的最大特色。尤其台灣一共有34種變色葉植物，只有楓香和山毛櫸有大面積純林，其餘都是零星散布，而山毛櫸屬稀有植物，不易見到，此地的楓香因此更顯珍貴可親。

爲了因應眾多遊客，林下特意設置了石桌



↑ 奧萬大楓香純林為天然原生林。



↑ 青楓和楓香為奧萬大知名度最高的變色植物。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

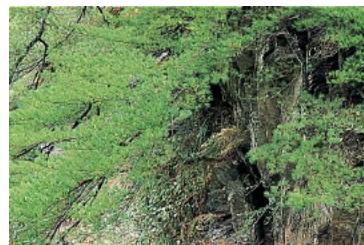
石椅，躺臥其上，涼風陣陣，仰望林蔭間篩落點點光斑，舒暢愜意。

楓林往松林區的步道則是最陡最急的一段，不妨徐步慢行，一路細品「站在高崗上」的舒放開闊感受。

滿地松針柔軟如毯。此地以台灣二葉松居多，間雜著台灣五葉松；前者樹皮縱向深溝裂，葉子二針一束，後者樹皮較光滑，葉子五針一束，因此即使不拿起葉子細看，遠遠望著，也能明顯看出五葉松的枝葉要比二葉

7. 松林區

松林區海拔1350公尺，為全區最高點，從



↑ 台灣五葉松一般生長在陽光充足的山脊上。

← 站在石門山頂，與眾多高難度百岳平起平坐。



↑ 松林區位居全遊樂區最高點，平台處可鳥瞰碧波萬頃的萬大水库。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

松濃密得多。

林中有小亭可供休憩，亭中是鳥瞰萬大水庫風光的好所在，天氣晴朗時，甚至連霧社、清境、合歡山都清晰可見，視野遼遠。

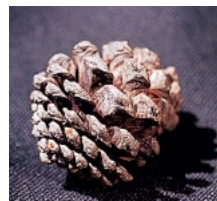
8. 瀑布群區

腦寮溪、清水溪、瑪谷溪、萬大南北溪在園區匯流交錯，因地殼快速抬升，水流從平坦溪床以近乎垂直的角度下切瀉落到另一段河段，形成各種不同型態的瀑布，是本區一大奇觀。

瀑布共分三段：飛瀑、雙瀑、連瀑。飛瀑位於腦寮溪上游，溪水穿過崖壁一瀉千里，雨季或豐水期時，行經飛瀑下方的小橋，澎湃的水花迎面襲來清涼透徹。湍急溪水續往下游流竄，在板岩間切出兩條水道，形成雙瀑；最後在拱曲地形中，形成五個小瀑布連成一氣的連瀑景觀，氣勢更是非凡。飛濺水霧產生大量陰離子，與揮發性的植物芬多精



↑ 腦寮溪一路下切，經過落差大的河段或崖壁便形成瀑布。此為飛瀑。



↑ 五葉松毬果為圓錐狀橢圓形或卵狀橢圓形，長約7~11公分，在松林區隨處可見。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

結合成清新空氣，對人體舒緩緊張、降低血壓相當有助益。

陽光幽微水氣豐沛，瀑布群附近成為蕨類聚生的大本營。林下常見細葉複葉耳蕨，葉呈五角形，集體密集生長；大星蕨則經常成群長在巨石上，孢子囊群整齊排列在葉片中軸兩側各一排，一片葉子上有上萬個孢子，為「多子多孫」型的優勢植物。葉叢中偶然會發現粉白花色的溪頭秋海棠，這類森林常見植物性喜陰涼潮溼的環境，因此在瀑布附近長得特好。



↑ 溪水在板岩間切出兩條水道，形成雙瀑。



↑ 溪頭秋海棠為台灣特有種。花單性，雌雄同株，因此雄花開花之時，雌花必定含苞，這是植物為了避免自花授粉、產生不良後代。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

周邊景點

●撰文／鍾文萍
●攝影／楊智仁

想賞玩遊樂的，有霧社公園、廬山、紅香溫泉；
想體驗人文風光的，有武界部落、曲冰遺址。
環繞奧萬大周邊山區，無處不是美麗的風景。

奧萬大周邊住宿情報

霧社山莊

地址：南投縣仁愛鄉大同村忠孝巷22號（霧社鄉公所後方）
電話：(049)280-2611
網站：<http://www.wise.com.tw/cyc/cyc06.htm>

老莫的家

地址：南投縣仁愛鄉大同村忠孝巷17號（霧社抗日紀念公園旁）
電話：(049)280-3431 · 0937553355
網站：<http://98.to/life888/>

廬山園游泳池大飯店

地址：南投縣仁愛鄉精英村榮華巷12號
電話：(049)280-2367

廬山蜜月館大飯店

地址：南投縣仁愛鄉精英村榮華巷46號
電話：(049)280-2355
網站：<http://www.rma-taiwan.com.tw/honeymoon/index.asp>

● 全覽圖
 ● 周邊景點
 ● 特別介紹

周邊景點

- 合歡山
- 奧萬大
- 武陵
- 大雪山
- 惠蓀
- 溪頭
- 八仙山



圖例	
車道	
步道	
河流	
遊玩景點	

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

以奧萬大為中心，與霧社、廬山、紅香到僻處深山的武界、曲冰連成的這條風景線，由於位居台灣中央地帶，海拔自北港溪流域400公尺一路遽升至奇萊山主峰3,599公尺，中間落差達3,100多公尺，四季分明：春天花開，夏天採果，秋天賞楓，冬天玩雪。不同的季節，不同的組合，可以串遊出各式主題玩法，選擇多多。

霧社以春天的櫻花與抗日紀念公園著稱，最近在公園旁新開一家民宿咖啡館，讓賞櫻之旅多了一點人文的趣味。



↑ 櫻花樹下喝咖啡，遠眺碧湖風光，悠然享受山野風光。

廬山溫泉號稱「天下第一泉」，溫泉游泳池大行其道之後，泡湯熱潮更是從冬天旺到夏天。喜歡山野風味的，則不妨花點時間走到武界部落和曲冰遺址，會另有一番遠離觀光塵囂、獨擁自然的深刻體會。



↑ 磚造平房原是日據時代霧社酋長的家。

1. 老莫的家

地址：南投縣仁愛鄉大同村忠孝巷17號

電話：(049)280-3431，0937-553-355

營業時間：07:00～22:00（視訂房狀況而定）

招牌美食：焦糖馬其哈朵咖啡100元，瑞士摩卡可可100元，鮮桔茶80元

「老莫的家」是一家民宿咖啡館，店主不姓莫，是因為店緊臨『「莫」那魯道』抗日紀念公園旁，才據此命名的。

此地的咖啡很平實、住房設備很普通，但房子典故很特別，是最吸引人的地方。這棟磚造花園平房建於日據時代，原為霧社酋長的住處，被店主買下稍經改裝之後，就成了古色古香氣息的民宿兼咖啡館。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

來到這裡，園子裡種著山櫻和楓香，春秋兩季是喝咖啡兼賞花、賞楓最好的季節。憑欄遠望，埔霧公路上車流洶湧，不遠處的碧湖風光盡收眼底，視野一流。景色之美好，會令你覺得咖啡也特別香醇呢。

2. 廬山溫泉

距離霧社約30分鐘車程，溫泉源頭位於塔羅灣溪與馬海濮溪交會的溪谷中，民國31年能高郡警察課長豐福安在此發現溫泉後，決定開發並修建警察招待所，半個多世紀下來，溫泉旅館林立，已是中部地區著名的泡



↑ 溫泉水療SPA一年四季都很受歡迎。

← 廬山園游泳池大飯店以清爽明亮的日式半露天浴湯，再創廬山溫泉新魅力。



↑ 莫那魯道抗日紀念公園遊客不斷。

中台灣

森林渡假情報



●全覽圖 ●周邊景點 ●特別介紹

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

湯勝地。

廬山溫泉屬鹼性碳酸泉，水溫高達攝氏87度，隨著季節溪水的豐枯而略有升降。泉水清澈，無色無臭，有治療風溼、神經痛的療效。

溫泉有新、舊兩處源頭。以廬山吊橋為界，右側較近的為新源頭，上游有煮蛋池，溪谷中還可捉蝦戲水；吊橋左側則是遍佈溫泉旅館的舊源頭，以新形態的日式露天浴湯、水療SPA、溫泉游泳池為號召，老溫泉新玩法，更添魅力。

3. 溫泉食品店

地址：南投縣仁愛鄉精英村榮華巷16號

電話：(049)280-1527

營業時間：06:00~20:00

招牌美食：綜合麻糬一盒90元，麻糬餅一個15元，豬油餅20元。

廬山到處可見賣麻糬的特產店，其中就屬於位於廬山吊橋旁的這家櫻花小米麻糬老店歷史最悠久、產品也最有特色。

開店34年，麻糬共有草莓、海苔、花生、椰子及黑白芝麻6種口味，麻糬餅則有山藥、梅子、櫻花、芋頭、綠茶5種，在色彩及風味的搭配上顯然都經過精心設計。

麻糬以小米、麥，融入櫻花蜜及山泉揉成米糰，撲上花生粉、海苔粉、椰子粉等，再以刀板切成指尖般大小製成，甜而不膩，純手工的口感尤其帶勁兒；麻糬餅體積大些，裹上麵皮烘烤後，以酥脆取勝。

特別的是，手工麻糬以竹片便當包裝，色澤大小搭配得恰到好處，賣相特好，很多人一帶就是好幾盒，當作最具廬山風味的伴手禮。



↑一袋雞蛋40元，煮近20分鐘，蛋白柔嫩如布丁。



↑廬山「溫泉食品店」位於吊橋頭，口碑極佳。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

4. 萬大水庫

從霧社循投83鄉道往奧萬大方向走，到萬大右轉進入村莊，即進入萬大曲冰風景線。萬大屬河階台地地形，四周群山環伺。



北側有萬大發電廠，南側以親豐產業道路銜接親愛村與萬豐社區，萬大溪從中切穿，將村莊一分為二，一邊是台電萬大廠的員工宿舍，一邊是村民聚落，當地互稱洞內洞外，之間以隧道和鐵橋相通，是個阡陌縱橫的美麗山村。

人稱「碧湖」的萬大水庫位於村落下方，湖色碧藍，宛如鑲在群山萬壑間的一塊碧玉，是村裡最負盛名的風景區，冬天時湖畔梅林怒放成海，更是美絕。



↑活潑可愛的親愛村村童。

←人稱「碧湖」的萬大水庫，湖色碧藍，宛如鑲在群山萬壑間的一塊碧玉。



↑廬山吊橋是廬山溫泉一大地標。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

5. 曲冰遺址

曲冰屬仁愛鄉萬豐村，為台灣最北的布農族部落。村裡有一條沿濁水溪開鑿的曲冰古道，日據時代遺留至今。如今柏油鋪設平直，還可通行單車。

遺址位於村落北方兩公里的玉米田裡，出土範圍約600平方公尺，是台灣高山地區



→曲冰遺址是台灣高山地區第一個發現的新石器時代聚落遺址。

第一個發現的新石器時代聚落遺址，距今約6500年。除了古代生活器物，也留有完整的建築遺跡，在台灣早期人口、文化、聚落社會組織的研究上，提供了不少具體有力的證據。

台灣山地部落大多有以石板為棺的習俗，遺址中發現的石板棺大大小小共有42具，長約130~40公分，據傳從前原住民在附近打獵時曾見到神祕矮人出沒，根據石板長度推



←曲冰遺址中石棺出土，使得矮人曾經存在的可能大為提高。目前現場已回填。



↑王爺葵原產於中美洲墨西哥等地，20世紀初引進台灣，已在中南部山野歸化野生，是園藝界的熱門花材。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

測，此地極可能是這個謎樣族群的集體葬身之地。

6. 武界部落

從曲冰往南約5 公里，抵達千卓萬山山麓、仁愛鄉與信義鄉接壤的武界，不到一個

小時的路程，所經吊橋多達7、8座，有橫跨濁水溪的長虹吊橋，也有深嵌於溪谷與峻嶺間的樸拙小木橋。沿途蔓生著大片野生的王爺葵，豔麗可人。此地曾是盤據北部山區的泰雅族及以南部山區為大本營的布農族停火議和的地方，「武界」因此得名，千卓萬山也因此成為兩族之間的楚河漢界。

從武界續往山裡行，已接近濁水溪源頭，除台電長年駐守的工作人員，此去已無人



←武界曾經是泰雅族及布農族人停戰議和的地方，因此得名。



↑武界水壩出口直通日月潭，利用水位落差來發電。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

煙。有興趣且有登山健行裝備的人，可在此循武界林道翻過山頭，到埔里東埔村麒麟國小返回平地，不過山路艱險，沒有經驗與萬全準備的人切莫輕易嘗試。

7. 紅香溫泉

從霧社循14甲省道往清境方向走，循力行產業道路岔路指標進入北港溪上游山區，約40分鐘後抵達部落。其實「紅香溫泉」是紅

香、溫泉兩個部落的合稱，雖然地處偏遠，但露天溫泉清澈宜人，加上秋天滿山楓紅的景致不亞於奧萬大，總能吸引遊客不遠千里而來。

溫泉自吊橋下的山壁湧出，為弱鹼性碳酸泉，露頭水溫高達攝氏80度，只能用來煮蛋



←紅香溫泉是紅香、溫泉兩部落的合稱，風情純樸。



←臨時搭建的公共浴池十分簡單清靜。

←帖比倫溪為北港溪支流，以峽谷風光著稱。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

不能洗浴，與北港溪支流——帖比倫溪水混合之後，才成為適溫的攝氏65度左右。當地設有簡單的公共浴池，室內浴池以石頭圍砌，野趣十足；浴室旁有露天溫泉，又寬又深，也有人把它當作溫泉游泳池玩水戲耍。秋冬時節四周楓樹全變了色，在此泡湯，很有日式山野溫泉的風味呢！

霧社事件

清光緒21年（1895年）中日甲午戰爭，清廷戰敗後簽定馬關條約，割讓台灣及澎湖列島，日本從此展開長達50年的統治。在日據期間，台灣地區抗日事件頻傳，漢人以「吧」年事件最為慘烈，山地原住民則以霧社事件最為悲壯。

莫那魯道1882年生於馬赫坡社，為霧社主力部落世襲頭目，素來不服日本「欲拓殖台灣，必先馴服生番」的殖民政策，加上日本人興建武德殿神社，大肆掠奪部落資源，

手段極盡殘忍無道，遂令他下定決心策動抗日。

1930年，霧社日本人為了慶祝據台35週年，在當地小學舉行運動會，日本長官雲集，莫那魯道率眾發動攻擊，當場格殺日本軍警一百多人。

戰事發生後，日軍從各地調來兵力圍剿，不久莫那魯道就轉攻為守，退居馬赫坡巖窟作困獸之鬥。日軍為了逼迫就範，燒殺霧社一帶部落，莫那魯道始終不肯屈服，最後彈盡援絕，戰友們或戰死、餓死或跳崖、上吊，最後全部殉難。是為震驚台、日及國際間的「霧社事件」。



↑ 霧社抗日紀念公園內有莫那魯道之墓及紀念碑。

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特別介紹

特別介紹

●全覽圖

●周邊景點

●特別介紹

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

※青楓與楓香

青楓和楓香同屬變色葉植物，一般不細看的話，常將兩者混淆。其實兩者可以從葉片、果實、樹皮的生長方式區分。

葉片即俗稱的「3楓5青」，青楓葉片為掌狀五裂，楓香三裂；青楓為翅果，葉片對生，樹皮較光滑；楓香為球形蒴果，葉片互

生，樹皮有縱向深溝裂。

至於楓葉變紅的原因，簡單的說，植物葉片均含有葉綠素，春夏之際，白天時部份葉綠素遞解，晚上又大量製造；秋天時白天光度甚強，促使葉綠素分解，到了夜晚氣溫降低，阻礙葉綠素合成。

也就是說，到了秋天，不僅葉綠素形成中止，原有的葉綠素也開始分解，此時留存在葉體中的其他色素才會逐漸顯現出來，若留存胡蘿蔔素較多，則葉片轉橙色或黃色；若花青素較多，則葉片便成為紅色。



←青楓葉片為掌狀五裂，且為對生。



↑楓香葉片為三裂，且為互生。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

※變色植物大集合

除了著名的青楓和楓香，奧萬大園區裡還有許多植物一到秋冬或早春時節，也會上演一場變裝秀，深深淺淺的紅好不美麗。

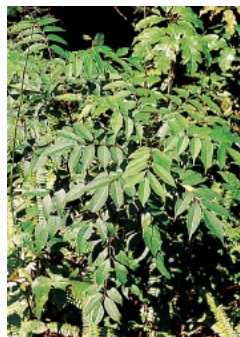
無患子為變色落葉喬木，主要分布在一千公尺以下的森林地帶，4至6月開花，11月至翌年1月間落葉，葉片呈金黃色，高大的扇形樹冠在枝葉落盡之後，姿態更顯優美。果皮富含皂素，去污力強，曾是古早時代最天然的肥皂替代品。

山漆別名木蠟樹，海拔1,500公尺以下的森林可找到蹤跡，11月至2月落葉期間，葉色由橘轉紅，老葉還未凋零，嫩紅的新葉已經上了枝頭，是除了楓香之外，台灣最常見的紅葉植物之一。

九芎也是秋冬變色植物的主角。由於樹皮會每年剝落換新，枝幹滑溜，因此又被稱為「猴不爬」、「猴滑溜」。冬天時全株葉片由綠色轉為紅褐，葉片落盡時則展現出縱橫

交錯的白色枝桠，另有一種蒼涼蕭瑟的美感。九芎由於抓地力強、生長快，也是最能夠對抗土石流的樹種之一。

奧萬大春天的變色葉植物則以櫟木最具代表性。事實上，櫟木的一生都充滿了斑斕的色彩變化。早春時節，剛冒出來的新葉將整株樹染成一片紅褐，到了夏天轉為黃綠色，再轉為綠色，進入秋冬再轉為黃色或橙色，極富觀賞價值。



↑山漆。



↑九芎。



↑櫟木。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山



武陵國家森林遊樂區

沿著森林步道，來到國寶魚櫻花鉤吻鮭的故鄉，一路貫穿武陵吊橋、森林浴場、桃山瀑布，充分體驗挑戰級的登山健行之樂。

←桃山瀑布為台灣著名的高山瀑布。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

雖然與武陵農場同屬台中縣和平鄉，且共用同一個出入口和收費亭，但兩者不僅範圍有別，連規劃方式和玩法也大異其趣。農場位於海拔1,740~2,200公尺之間，由退輔會管理，以休閒木屋、溫帶水果與廣袤的農場風光著稱；林務局轄下的森林遊樂區則以造林保林為主。

範圍自產業道路盡頭的武陵山莊起，沿著森林步道，穿武陵吊橋、森林浴場、桃山瀑布以及挑戰級的雪山、武陵四秀等著名百岳。海拔高度從山莊的1,800公尺，爬升至最高峰雪山3,884公尺，體驗的是另一種截然不同的登山健行樂趣。

園區北界為品田山，西界為雪山至雪山北峰山稜線所構成，南界為雪山東向支脈稜線，沿著七家灣溪鄰接武陵農場，其間形成廣大的河谷階地，桃山溪、無名溪、七家灣溪等橫貫切割，形成如綠寶石般的高山瀑布和湖泊，有「台灣九寨溝」之稱。清冷的七家灣溪中，存活著數百尾冰河期的孑遺生物——櫻花鉤吻鮭，是武陵最重要的生態資產。

植物相因高度不同而出現明顯變化。山莊往桃山瀑布這段人氣步道兩旁，大部份為造林地，主要樹種有台灣二葉松、華山松、紅檜、台灣杉、赤楊等；林下植物則以羊齒植物、台灣藜蘆、金絲桃及玉山石竹為主。闊葉林帶分佈於海拔2,000公尺以下，多集中於溪谷兩畔，大多是赤楊、青楓、栓皮櫟、樟科及殼斗科植物。除森林景觀蓊鬱宜人，也是全盤觀察台灣早期造林生態的理想所在。

●撰文／鍾文萍
●攝影／楊智仁



↑ 武陵吊橋橫跨桃山西溪，是觀察櫻花鉤吻鮭的唯一窗口。

● 全覽圖
 ● 周邊景點
 ● 特別介紹

武陵森林遊樂區全覽

建議遊玩時間：1日

遊玩景點：

- ❶ 武陵山莊
- ❷ 武陵吊橋
- ❸ 森林浴場
- ❹ 桃山瀑布
- ❺ 武陵便道
- ❻ 七家灣溪

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山



中台灣

森林渡假情報



● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

小 檔 案

地址：台中縣和平鄉平等村武陵路3-1號

海拔：1,700~3,800公尺

氣候：年均溫22°C

自然景觀：原始森林、櫻花、雪景、櫻花鉤吻蛙、瀑布、溪流

人文景觀：服務中心、人工造林地、苗圃

遊憩設施：森林浴步道、登山步道、吊橋、山莊、解說牌、涼亭

適合活動：登山、賞景、溪流、魚類研究、生態調查、健行

適合季節：全年

季節情報：3.5月公路兩旁盡是桃李花海，6.8月為高山蔬果收成季，11月~翌年1月滿山楓紅，為熱門賞楓季節

實 用 資 訊

服務電話：(04)2522-9696、2522-9797

開放時間：08:00~17:00

門票：全票150元（非假日70元），半票70元，優待票10元。

住宿：4人套房2,580元，6人通鋪每人480元

餐飲：早餐合菜一桌500元（10人份），客飯一份50元；午晚餐合菜一桌1,650元（10人份），客飯一份100元

停車費：大型車80元，小型車50元，機車10元

交 通 路 線

開車：由台中下中山高交流道，經省道台3及台14線至霧峰、翠峰，再走省道14甲線霧社支線經合歡山、大禹嶺、梨山，至武陵農場大門進入，沿著產業道路走到盡頭的武陵山莊，即抵森林遊樂區起點。

搭車：1.豐原客運自台中站至梨山站（發車時間：7:00、8:00、10:00）後，再轉搭往武陵支線（發車時間：6:30、10:30、13:00、14:00、16:30，後兩班星期六日停開）即可抵達。車程6小時，票價免費，惟車次均少，建議行前先以電話確認車次，豐原客運(04)2523-4175。

2.在宜蘭火車站前搭國光客運班車。班車時間：宜蘭→武陵07:00、12:40；武陵→宜蘭9:10、14:1。票價233元，車程2小時40分。

注意事項：中橫公路（台8省道）谷關至德基路段尚未修復，山區道路偶有濃霧，請務必小心駕駛。



● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

1. 武陵山莊

位於武陵產業道路盡頭，兩層樓的方正宅院，雖沒有豪華設備和精緻膳食，遇上武陵農場舉辦大型活動時還偶爾會跳電，不過因為是走訪森林浴場、桃山瀑布及登武陵四秀最近距離的落腳點，所以依然非常熱門；尤其夜晚廣場上經常露宿著一群群天未亮就

要整裝出發的專業登山隊，使得整個山莊更是人聲鼎沸。

屋外的兩棲類與爬蟲類一到夜晚也是格外活躍，如莫氏樹蛙、梭德氏蛙、麗紋石龍子、雪山草蜥等。路燈下的小水溝邊及草叢間最常見盤古蟾蜍，事實上，它也是台灣分布最廣、最容易觀察的蟾蜍。秋末至初春為繁殖期，體型肥厚碩大，不善跳躍，雨後的夜晚，經常可見它們無視於往來車輛行人在



↑ 盤古蟾蜍是台灣分布最廣的蟾蜍，體型巨大。



↑ 櫻花鉤吻鮭。

← 武陵山莊是著名登山落腳處。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

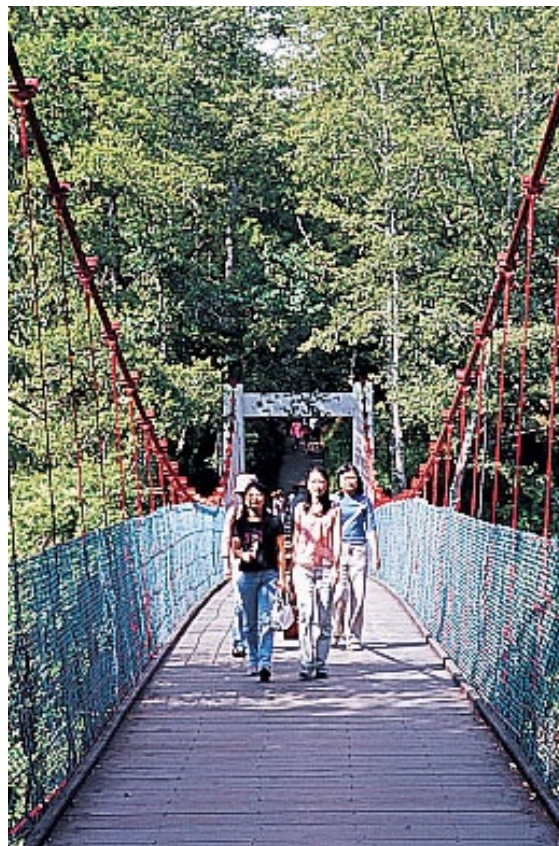
馬路上橫衝直撞，毫無懼色，十分驚險。

蛇類也不少。夜間活動以黃頷蛇科的紅斑蛇最常見，其體表有紅黑相間的紋路，十分醒目，經常出現在中低海拔的農墾地、林地及山區，棲地與分布都相當廣，以青蛙、蟾蜍與其他小型蛇類為主食來源，在遇到敵人時，會由肛腺施放氣體嚇阻，狀甚兇悍。

墾地附近常見的還有白梅花蛇，黃頷蛇科，性情較紅斑蛇溫和得多，體型細長，黑白環紋相間，猛然一看酷似雨傘節，但別被唬住了，白梅花蛇無毒，淡色斑紋邊緣呈粗鋸齒狀，不若雨傘節的線條流暢明確，尤其愈至身體後段，紋路更為模糊碎裂，為最重要的辨識依據。

2. 武陵吊橋

建於民國60年，橫跨桃山西溪之上，橋下密佈栓皮櫟、青剛櫟、山枇杷、冇骨消以及常被誤認為紅豆杉的威氏粗榧。與七家灣溪



↑ 武陵吊橋橫跨桃山西溪，是觀看「國寶魚」櫻花鉤吻鮭角度最清晰的所在。



↑ 紅斑蛇經常出現在中低海拔的農墾地、林地及山區。

(攝影／黃昶憲)

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

匯流處，綠樹覆蔭激流清澈，正是台灣「國寶魚」櫻花鉤吻鮭現存數量最多的地方。爲了爭睹這台灣特有珍稀動物的風采，短短數十公尺長的橋面，經常聚集了大批遊客憑欄往下望，也顧不得兩公噸的限重公告，十分驚險。

其實在武陵看不看得到櫻花鉤吻鮭，得憑運氣。鮭魚敏感脆弱又高度潔癖，習於生活在深潭與急流交接處，飛濺的水花提供了高



→ 威氏粗榧因外形與台灣人最愛的紅豆杉很像，常被誤認盜伐，現存數量已經越來越少了。

溶氧量，而有林蔭巨石爲屏障、掩蔽性高的深潭，則是休息產卵的好所在。由於農場過度開發，果園菜圃的農藥直接污染溪水；來自雪山冰涼的泉水在繞經果園菜園之後，無法維持原本清冽寒冰的攝氏16度低溫；更糟的是上游興建了數座攔沙壩，原本湍急的河床成了寬緩的溪流，在在直接衝擊鮭魚的生存環境。

壩與壩之間沒有魚梯設計也是問題。魚群被隔絕在單一區域中，近親交配的結果使得魚體同質化，容易產生基因突變，抵抗力越來越差，因此即使復育工作夜以繼日，仍無



↑ 山枇杷爲薔薇科，葉子有粗鋸齒緣，夏季為熟果期。



↑ 白梅花蛇長相很像兩傘節，其實無毒，可別被唬住了。
(攝影／黃昶憲)

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

益於魚群數量的穩定增加；甚至有學者大膽預言，現狀如不改善，櫻花鉤吻鮭絕種是遲早的事，更是令人擔憂。

3. 森林浴場

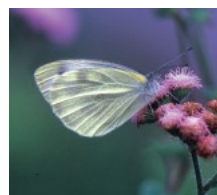
森林浴場入口處解說牌註明步行時間2小時，絕對不要輕信；以漫步賞景而言，往返山莊與桃山瀑布之間步道長4.5公里，至少要5、6個小時才夠充裕，記得帶著飲水乾糧上路。

森林步道呈之字形緩步攀升，沿途的展望也一路升級，雪山、桃山、池有山崢嶸可見，走來心曠神怡。

森林中動物資源豐富，從步道兩旁便可一窺堂奧。包括哺乳類、鳥類、兩棲類、爬蟲類及魚類等，其中以鳥類最多，根據調查及資料記載，區內曾出現77種鳥類，其中包含冬候鳥11種、夏候鳥3種，還曾經出現巨嘴鵝白色突變種，俗稱「白鳥鴉」，非



↑台灣杉樹幹挺拔通直，枝條下垂樹姿優美，有「最美的聖誕樹」之稱。



↑紋白蝶和台灣紋白蝶都常可在武陵見到。
(攝影／黃子明)

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

常少見，一度成為武陵山區炙手可熱的景觀鳥種。另外也有機會看到捕食昆蟲的黑枕藍鶇，為台灣特有亞種，雄鳥頭部與背部為豔藍色，頭後方有一塊黑斑，故名「黑枕」。

雪山沿線則以高海拔鳥類為主，種類及數量都不多，觀賞不易，但山莊及避難小屋附近則因人為堆積垃圾，常吸引朱雀、鷓鴣、灰鸞等前往覓食。

沿線也是造林重地，主要是台灣杉、香杉、台灣雲杉、台灣二葉松等高山經濟樹種，為了預防森林火災，另密植了台灣赤楊、栓皮櫟、木荷等防火樹種，日照充足的林地上偶而可見台灣藜蘆、台灣天南星等陽性植物。

值得特別注意的是，幾棵針葉樹幹上掛著一筒筒為了預防松材線蟲入侵而特製的「預防針」。

民國74年，台北縣石門鄉首次發現松材線蟲會引起松樹萎凋病。松材線蟲生活在松樹松脂管內，體積細小，原本危害有限，但經由松斑天牛的傳播，以野火燎原的速度迅速向南延燒，使得綠色山林一夕變色，從濱海

公路、北宜公路沿線一直到南橫山區、玉山國家公園都是災區，人工20年生的琉球松、黑松、台灣二葉松等針葉樹，幾乎全軍覆沒。

所幸武陵園區內至今仍沒有發現這類「蟲蟲危機」，為了防範未然，只好讓針葉樹們「吊點滴」，成了森林裡的人工奇景。



↑大紅紋鳳蝶夏季經常在右骨消花叢間出沒，飛行速度比較緩慢，是許多蝴蝶園最主要的景觀蝶種之一。



↑七家灣溪為櫻花鉤吻鮭最重要的復育中心，為了維持溪流原生環境，溪畔兩側均列為保護區，一般遊客不得輕易靠近。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

4. 桃山瀑布

位於步道盡頭，瀑長約50公尺，清泉倒掛在崖壁上，如一疋懸空的白練，沖入無名溪中，向下與桃山溪、桃山西溪匯合成七家灣溪，繼續往西奔流，在武陵農場與有勝溪會合之後，即為大甲溪。

此處標高2,200公尺，平均水溫只有攝氏13度，由於長年深鎖雲霧之中，只聞水聲不見瀑潭，因此又有「煙聲瀑布」之稱，為台灣著名的高山瀑布之一。

清冽瀑潭前，一整排台灣獼猴桃樹結實纍纍引人垂涎。奇異果原生於中國大陸長江流域一帶，台灣也有類似的變種，稱為台灣獼猴桃、台灣奇異果，多年生木質藤本植物，主要分布於中北部中海拔以下山區，和紐西蘭從大陸引進改良的奇異果（kiwifruit），同為蔓性灌木兄弟，但果實較小。

附近還有一種台灣山野的著名野菜——火炭母草，又名清飯藤、川七、烏炭子，嫩莖葉與果實可吃。頭狀花序排列成頂生的圓錐



↑ 桃山瀑布又名「煙聲瀑布」。隱匿於森林步道盡頭，如一疋懸空的白練倒掛在崖壁上，流泉瀑潭清澈寒冽，讓走得氣喘吁吁的遊人們頓時疲累俱消。



↑ 扁鍬形蟲是台灣分布最廣、最常見的鍬形蟲，在武陵也有很多機會看到。
(攝影／陳仰聖)

中台灣

森林渡假情報



● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

或繖房花叢，花為白色或淡粉紅色，花的形狀與大小都像飯粒一般，十分可愛。



↑ 黑枕藍鵲為台灣特有亞種，雄鳥頭部與背部呈青藍色。
(攝影／黃文欣)



↑ 台灣二葉松樹幹上吊著日本進口的特製「點滴」，是為了預防松材線蟲。



↑ 台灣天南星為台灣固有種，分布在1800公尺至2500公尺的步道及森林邊緣，7至9月間果熟，成串鮮紅色漿果非常引人矚目。



↑ 台灣赤楊為樺木科植物，由於燃點高、不易起火燃燒，是相當常見的防火樹種。圖為台灣赤楊的聚合果。



↑ 白鼻心以往是武陵常見的哺乳類動物，但現在已經減少許多。(攝影／高世安)

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

武陵四秀

雪山山脈中的品田、池有、桃山、喀拉業山並稱「武陵四秀」，在台灣登山界赫赫有名。名稱的由來，大約是因為鄰近武陵遊憩區，又是四連峰的關係，以眺望大霸群峰、雪山冰斗及中央山脈群峰的遼闊視野著稱。

登武陵四秀大多安排3天行程。一般來說，要上喀拉業山得先上桃山再下切稜線，非常辛苦，而且山頂視野並不如其他三座來

得好，因此很多登山客對此山興致不大，通常都等到前三座之後，再攻略拉業，完成攻頂四秀的完整行程。因此3天行程是這樣安排的：

第一天重裝從距武陵山莊2公里的登山口出發，約5小時抵達三叉營地，紮營一夜；第二天天一亮就出發，輕裝登上池有山和品田山，下午回到三叉營地，把裝備揹到桃山山麓營地紮營；第三天一早前往桃山與喀拉業山，然後重裝下山。



←桃山海拔3325公尺，以山形酷似桃尖而得名，山麓的營地建有鐵皮山屋，但屋頂和門已經損壞。



↑全省2,500公尺以下的山野荒地，幾乎都可見到火炭母草的族群成片成地繁衍，是台灣有名的野菜。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

周邊景點

這是一條「高山部落與農場」主題之旅。
逛完森林，換點新鮮口味，
買花、品茶、吃水果，
保證讓你玩到翻過來！

●撰文／鍾文萍
●攝影／楊智仁

武陵周邊住宿情報

武陵國民賓館	地址：台中縣和平鄉平等村武陵路3-1號	電話：(04)2590-1183～4
梨山賓館	地址：台中縣和平鄉中正路91號	電話：(04)2598-9501～5
聖心飯店	地址：台中縣和平鄉梨山村民族路46號	電話：(04)2598-9216，2598-9577
好望角飯店	地址：台中縣和平鄉民族路52號	電話：(04)2598-9512，2598-1513
逢春園渡假別墅	地址：宜蘭縣大同鄉松羅村玉蘭20號	電話：(03)980-1942

● 全覽圖
 ● 周邊景點
 ● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

周邊景點

- ① 武陵農場
- ② 梨山
- ③ 環山部落
- ④ 四季部落
- ⑤ 玉蘭茶園



●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

中橫公路雖是爲了連結台灣東西部交通而開墾，後來因榮民遷入及交通之便，沿線的高山台地、高山部落，幾乎都成了台灣最大的溫帶蔬果王國。

從宜蘭四季、南山越過思源埡口到環山、梨山、福壽山、大禹嶺，只要有台地，就有果園茶園，雖然嚴重破壞了山林地形與生態環境，但無可諱言地，這條公路卻也是台灣少數利用率超高、人氣超旺的景觀公路。

因此以武陵爲起點，周邊景點絕對可以串遊成一條「高山部落與農場」主題之旅。武陵農場、梨山、福壽山農場、環山部落、四季部落、玉蘭茶園……不但景致清幽，而且有吃、有喝、有得買，有茶、有花、有水果，喜歡邊玩邊吃邊採購的人，可要大呼過癮啦！

1. 武陵農場

地址：台中縣和平鄉平等村武陵路3-1號
電話：(04)2590-1259

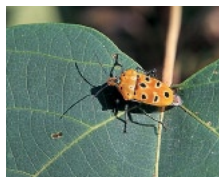
爲退輔會經營的高山農場，東有羅頁尾山，西邊有雪山、志佳陽大山，北側有武陵四秀，群山環伺擋住了東北季風與水氣入侵，冬不嚴寒，夏季平均溫度只有22°C，除了適合栽種各式溫帶水果，也是著名的避暑勝地。

近年武陵賞花也逐漸打響名號。3~4月間各種果樹陸續開花，粉紅色的桃花、白色梨花及李花、淡粉色的蘋果花依序綻放；4~5月是山杜鵑的季節；到了9~10月，遍地波斯菊花盛放，從兆豐橋至茶園步道及武陵路兩旁，隨處可見紅、白、粉各色波斯菊輕盈搖曳的姿態，是此地最招牌的花海景觀。

上農場不僅可採購蘋果、梨子、水蜜桃等高冷水果，現在還有武陵茶可買。茶產於山東麓海拔2,000公尺的武陵谷地中，七家



↑波斯菊雖是外來種，但在農場上數量最為龐大集中，每到秋日便開成連綿花海。



↑黃盾背椿象經常群聚在大戟科植物上，如野桐、血桐等，體色瑰麗多變，從黃色、白色到橙紅色都有。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

灣溪與雪山溪匯流其間，終年雲霧繚繞，經過四季雨霧滋養，葉片厚實溫潤，年僅收3次，手工焙製後，氣味芬芳喉韻甘潤，而且



↑武陵農場夏季平均溫度只有22°C，是著名的避暑勝地。

十分耐泡，為高山茶上品。

2. 梨山

屬台中縣和平鄉，本為泰雅族人聚落，因地處中橫公路與宜蘭支線交會處，加上附近農場盛產溫帶水果，因而成為中橫山區農產最大集散地，旅館、小吃店林立，是一處熱鬧繁忙的山中聚落。

以梨為名，可以想見此地的水梨有多出色。品種以廿世紀梨及新世紀梨為最大宗，是台灣最著名的水梨王國，其他還有蘋果、水蜜桃、梅、李、櫻桃等。經過農技改良，原本每年6、7月才盛產的水蜜桃及廿世紀梨，如今一年四季都有，供遠道而來的遊客們大快朵頤，公路兩旁的水果攤，生意好得不得了。

921大地震之後，受到中橫谷關至德基路段封閉的影響，失去了交通利基的梨山，遊客數量也正日漸下降；不過，恢復原貌的山

中台灣

森林渡假情報



● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

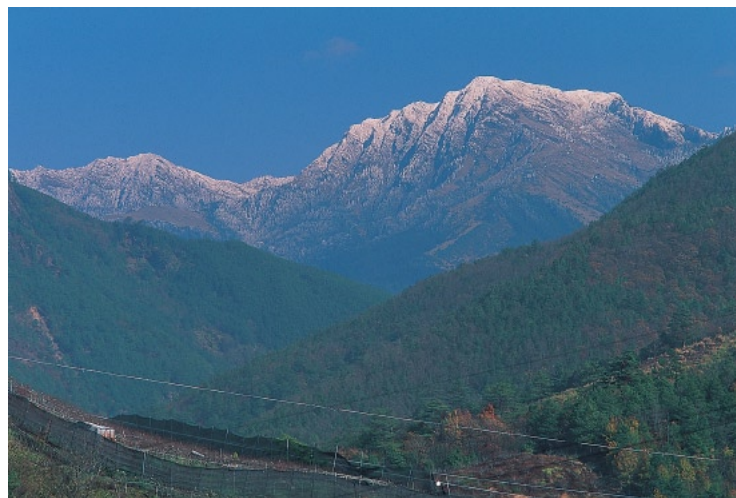
● 溪頭

● 八仙山

村，景致卻更美了。由梨山往福壽山方向有座梨山文物館，內部陳列著梨山與中橫公路開發史、泰雅族文物等，此地四圍群山環伺，是觀山景的最佳據點，雪山山脈、八仙大山、白狗大山、南湖大山相依相疊，尤其黃昏時，金光與山嵐交會，織就一場瑰麗夢幻，更值得盤桓片刻，體驗這壯闊的高山之美。



↑ 以梨為名的梨山，是台灣最負盛名的水果王國。



↑ 梨山是中橫山區農產最大集散地。

← 四圍群山環伺，是觀山景的最佳據點。圖為南湖大山。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

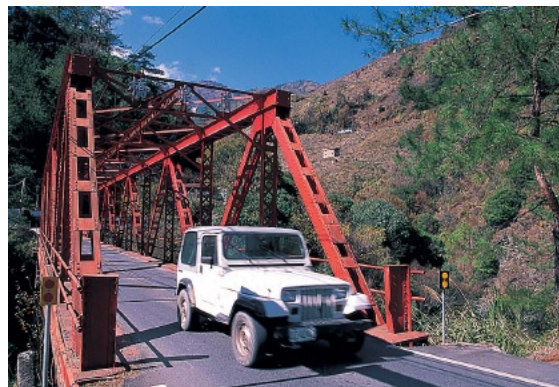
●溪頭

●八仙山

3. 環山部落

中橫環山站距武陵農場約18公里，沿著叉路指標下山谷，就到了部落，遊客到此大多匆匆而過，殊不知小小山村也十分有玩頭。

環山為一純樸泰雅族部落，村中遍植梨樹，一年四季花葉榮枯，為部落帶來了豐富優美的自然景觀。此地地處大甲溪上游，奔騰的溪水成了村童天然的水上樂園，除了觀瀑、戲水，還能溪釣，溪哥、虹鱒、苦花，魚況之豐富，總吸引不少識途老馬前來垂釣。



↑環山村景觀豐富優美。



←環山部落中的清泉橋跨越大甲溪上游，氣勢宏偉。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

4. 四季部落

位於宜蘭縣大同鄉，是個被綠林環繞的泰雅族村落，民國50年代，因北橫公路宜蘭至棲蘭線及中橫公路宜蘭至梨山線（即中橫宜蘭支線）的開通，溫帶水果風潮興起，小規模的農墾經濟開始進入部落，由於人文風采濃厚，現已列入馬告國家公園的計畫範圍之中。



↑逢春園位於玉蘭茶園風景區內，為規模最大、設備最高檔的五星級茶園民宿。



←四季部落群山環繞，山氣濃厚，時有雲靄飄過。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

村子不大，僅供給小型飲食，經由四季林道，可攀登海拔2320公尺、雲霧縹緲湖泊成群的加羅山，可遠眺聖稜線與南湖的氣勢風采；一般遊客如無經驗與裝備，則不妨登上四季國小眺望風景，暖暖陽光映照蘭陽溪曲流，山氣濃厚，時有雲靄飄過，是個美麗的山區迷你小學。



5. 玉蘭茶園

玉蘭茶園位於海拔400至700公尺山區，屬宜蘭縣大同鄉、蘭陽溪發源地，是宜蘭境內最重要的包種茶產區。其中又以青心烏龍與青心大有口碑最好。別說入喉後的甘味餘韻深沈，沖泡時散逸出一股濃郁茶香，讓人未嘗其味，先聞其香，也是許多愛茶遊客無法抗拒的魅力。

和一般茶園不同，此地特設有觀景台，方便遊客眺望賞景、體驗茶山風情。在此汲取山泉泡茶、品茶凍、吃茶餐，別有一番清新開闊的感受。

←玉蘭茶園位於蘭陽溪發源地，是宜蘭境內最重要的包種茶產區。

特別介紹

● 全覽圖
 ● 周邊景點
 ● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

※櫻花鉤吻鮭

梨山泰雅族部落有一首傳統迎賓歌歌詞是這樣的：「次高山下，蜿蜒著美麗的司界蘭溪，這裡有美麗的風景、跳躍的鮭魚和熱鬧的豐年祭……」

歌中所說的司界蘭溪，是大甲溪上游六條支流之一（其餘為有勝溪、七家灣溪、高山溪、南湖溪、合歡溪）；鮭魚，指的是背有圓形斑點、腹部銀白、裂鰭如鉤的櫻花鉤吻鮭。很久以前，整個大甲溪上游都有櫻花鉤



吻鮭的分布，但對於當時山裡的泰雅住民來說，牠只不過是一種易於捕捉、鮮美的溪中野味。

西元1917年，一名泰雅青年從溪裡抓了魚，下山到宜蘭兜售，被日警逮捕。當時一般人所吃的鮭魚，是由日本輸入醃漬的白雄鮭魚，俗稱「鹹鮭魚」，而生鮮鮭魚是領導階級才吃得到的貴族魚，非常珍貴，私售事件因此惹來輿論大嘩。為了追查魚的來源，日本總督府派遣技師青木越雄依循青年提供的路線，翻過思源啞口，來到大甲溪上游七家灣溪一帶勘查，發現在亞熱帶的台灣高山上，竟真存在著櫻花鉤吻鮭這種溫帶冷水魚類。消息傳開後，吸引了大島正滿、鹿野忠雄等學者先後組成探險研究隊深入雪山群峰及大甲溪上游，正式展開了台灣櫻花鉤吻鮭的研究。

鮭魚是一種思鄉魚，生長在寒冷大海中，成魚之後回到出生的溪流裡產卵，然後死去，孵化的幼魚再成群往大海出發，重蹈祖先們循游的路線和命運，生生不息。櫻花鉤吻鮭又稱梨山鱒、台灣鱒、三文魚，據推測它原本應是太平洋鮭屬的一種，歷經長時間的環境隔絕，才演化成為台灣特有亞種。

會出現在亞熱帶高山上，有一派說法是魚群由揚子江下海，滯留台灣地區，後來發生板塊運動，台灣與大陸陸塊分離，就此被困在大甲溪上游冰寒的溪水裡；另一種說法是它可能原生

← 櫻花鉤吻鮭生性敏感脆弱又高度潔癖，正是山林與溪流生態品質的最佳指標。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

於黑龍江上游的湖泊，在降海過程中順著海流分散到台灣，後來天氣轉暖，為了追尋冷水，便深入高山溪流，成為陸封性冷水魚。

櫻花鉤吻鮭現僅存於七家灣溪，僅剩下數百條，為冰河時期孑遺生物，是台灣高山溪流的「原住魚」，存活至今至少已有7、80萬年，堪稱「活化石」，七家灣溪則因此成為全球鮭魚生存的最南界。1938年，日本人明定櫻花鉤吻鮭為「台灣天然紀念物」，劃定七家灣溪兩岸300公尺為開發禁地，禁止砍伐森林、變更地形等行為，國內則名為「台灣國寶魚」，除了維持七家灣溪兩岸楊梅、赤楊、台灣胡桃雜生的原生林貌外，並在溪中積極進行復育。

※闊葉五木與針葉五木

在日據時代及台灣早期造林計畫中，素有「闊葉五木」及「針葉五木」的說法，前者指的是烏心石、台灣木察樹、檫木、牛樟、毛柿，「針葉五木」則為台灣杉、香杉、台灣檜木（紅檜與扁柏）、台灣肖楠與紅豆杉。

這十大樹種不僅環境適應力強，而且用途廣泛、品質超優、市場價值高昂，曾經是最熱門的造林樹種，這就是它們總在各森林遊樂區佔去最大面積的主要原因。

如今雖然經濟效益不再，且大多已明令禁止砍伐，但它們不僅是森林之旅當中最熟悉的綠色夥伴，在建築、傢具、造紙、船舶等工業上，也依然是台灣人傳頌不絕、名貴木材的不二代表。

→台灣杉材質勻稱，是十分耐用又名貴的建築用材。（攝影／高世安）



●全覽圖 ●周邊景點 ●特別介紹

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山



大雪山國家森林遊樂區

飄高的雲霧，在大雪山清閒遊走，滋養山林。
雲霧散去，但見明鏡般的天池、
蓊鬱蒼翠的山林以及星光閃耀的穹蒼。

←大雪山對面綿延高峻的山稜，氣象萬千。

●全覽圖 ●周邊景點 ●特別介紹

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

本遊樂區前身為大雪山林場，氣候涼爽，區內包括稍來山區、船型山區、鞍馬山區、小雪山區等據點，屬於高山型森林。

這裡的林相呈暖、溫、寒3種變化，包括暖帶闊葉林、溫帶闊針葉混合林及針葉寒帶混合林，迤邐綿延的青色山巒中，孕育種類豐富的動植物。沿大雪山200林道交通動線，有兩個適合一般遊客探訪的景點——鞍馬山區、小雪山區。



鞍馬山區與小雪山區海拔都在2,000公尺以上，周圍的森林位處雲霧帶，有紅檜、台灣扁柏、台灣鐵杉、華山松、槠櫟類、樟楠類、紅葉槭、青楓、山櫻等針闊葉林木。鞍馬山區為本區遊樂重心，通往小神木、連接船型山苗圃的森林浴步道，沿途森林密佈，山林叢野迴蕩著啁啾鳥鳴，是一條老少皆宜的親山路徑。

小雪山區設有小雪山莊，附近的天池、埡口觀景台、雪山神木步道，山勢較高，視野遼闊，是賞鳥、看山、觀雲海、森林浴、看日出、賞星星的極佳地點。

●撰文／莊璧仰
●攝影／高世安



←清晨觀晨曦、黃昏看彩霞，是旅遊大雪山最浪漫感性的時刻。

● 全覽圖
 ● 周邊景點
 ● 特別介紹

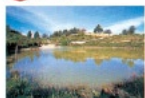
大雪山森林遊樂區全覽

建議遊玩時間：1～2日

遊玩景點：

- ❶ 小神木
- ❷ 200林道
- ❸ 埡口觀景台
- ❹ 天池
- ❺ 雪山神木
- ❻ 星座觀測場

❹ 天池



❺ 雪山神木



❻ 星座觀測場



❸ 埡口觀景台



❷ 200林道



❶ 小神木



往稍來山、收費站

船型山苗圃
 雪山派出所
 鞍馬山遊客中心
 大雪山賓館小木屋、餐廳、雪山莊、第二餐廳

圖例	
車道	
步道	
河流	
遊玩景點	

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

中台灣

森林渡假情報



● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

小 檔 案

位位置：台中縣和平鄉中坑村

海拔：2,000~2,996公尺

氣候：年均溫12℃

自然景觀：原始森林、神木、天池、雲海、日落晚霞、山脈、造林地

人文景觀：觀景台、涼亭、花園

生態重點：神木、針葉樹、鳥類、高山野生花卉、天文星象

適合活動：賞景、賞鳥、觀雲海、觀星、賞雪、賞楓、植物研究、森林浴、登山

適合季節：全年

季節情報：全年賞鳥、觀星，11月至翌年1月楓紅，2~4月山櫻花開，3~5月森氏杜鵑、台灣杜鵑花開，春夏季毛地黃、台灣百合等高山野花盛開，7月下旬~8月下旬英仙座流星雨，9~11月玉山假沙梨果熟，10~11月神木螢、台灣山窗螢大發生，11月下旬獅子座流星雨

實 用 資 訊

地址：台中縣和平鄉大雪山200林道43公里

服務電話：(04)2597-7901、2597-7902

開放時間：8:00~17:00（全年無休）

門票：全票平日150元、假日200元；半票平日、假日100元；優待票平日、假日10元

停車費：大型車、小型車100元，機車20元

交 通 路 線

開車：從豐原交流道下中山高速公路，走台10線至豐原市，然後轉台3線，經石岡至東勢東豐大橋，過橋右轉至河濱的台8線，前行約2公里處，見大雪山森林遊樂區指標，左轉走東坑路（200號林道）一路上行

搭客運：目前暫無公路客運班次抵達

遊樂區住宿設施

大雪山賓館	2人套房1980元
小木屋	2人套房1540元
第二賓館	2人套房1540元
雪山莊	7人團體房2460元

註：1.非假日住宿7折，寒暑假不打折。
訂房專線：(04)2587-7901、2587-7902
2.餐飲：早餐合菜一桌10人份500元、客飯1人份50元；午晚餐合菜一桌10人份1650元、客飯1人100元。訂餐專線：(04)2587-7911

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

1. 小神木

位於連接鞍馬山與船型山苗圃的森林浴步道上，從地勢較高的雪山派出所旁步道口進入，步行230公尺，遇到涼亭後，轉往小神木方向，沿途下坡漫步，並不費力。抵達小神木後，再往上步行，從200林道41公里處出來，穿越林道，步行2分鐘抵達船型山苗圃。

步道經過的天然溫帶林，林相原始，海拔高度正好位於「雲霧帶」，終年雲霧繚繞，水氣豐沛，是檜木生長的最佳環境，蘊涵充沛的綠色資源。途間多見槲櫟類、樟楠類等闊葉樹及檜木、鐵杉、松類、冷杉。森林中層為冬青、莢迷、杜鵑、灰木類、紅榨槭等小樹與灌木林。另外也可看到特產於台灣中高海拔的森氏杜鵑，是高山常見的杜鵑品種之一。全株光滑，3至5月綻放滿樹白中帶粉的花朵。

小神木為紅檜，附近還有多株自然長成的年輕檜木。沿途的青楓、台灣紅榨槭、楓



↑ 長在溪谷下坡的紅檜小神木。



↑ 長在森林底層的栗蕨，葉軸和羽軸的垂直交接處，有四片對稱的小羽片，有如蝴蝶。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

香，秋天葉片的簇簇紅暈，景色極美。

山林鬱閉潮濕，陽光微微透入，各式各樣的蕨類植物、菌類，靜靜等待霧氣雨水的滋潤。別看蕨類總躲在幽暗處，這種古老植物在地球上已有上億年的歷史，以孢子傳宗接代，捲曲的幼葉是其最大特徵。其中的栗蕨，葉軸和羽軸的垂直交接處，有四片對稱的小羽片，有如蝴蝶。另外也可以看到潮濕山區常見的普刺特草，春夏季開花，然後匍匐出一地的紫色小果實，非常醒目。



↑ 普刺特草的匍匐出一地的紫色小果實，非常醒目。



→ 特產於台灣中高海拔的森氏杜鵑，3-5月開花。

賞鳥裝備

大雪山是台灣頗負盛名的賞鳥據點之一，因森林樹種歧異度大，林相繁盛多樣性，孕育了一百多種鳥種，是台灣山鳥的樂園。山鳥警覺性高，人類若是太接近，馬上振翅飛走，讓賞鳥人望鳥興歎。因此，初入門賞鳥，想要清楚欣賞，裝備可不能少。

為怕驚擾山鳥、錯失賞鳥機會，最好用望遠鏡遠距離觀察。為了追逐鳥蹤、保持行動便捷，望遠鏡以重量輕、攜帶方便、7至10倍的雙筒望遠鏡為佳。

此外，山鳥種類多，想認識各種「鳥樣」，最好是透過鳥類圖鑑來對照。賞鳥者在圖鑑鳥名旁寫下第1次與鳥類相遇的地點、時間，或是以鳥類筆記本記錄個人觀察心得，將有助於認識鳥類。

賞鳥時，賞鳥人的服裝最好也必須掩飾，灰色、褐色、綠色等飽和度較低的服裝，可以形成自然的偽裝色，減少對鳥類的干擾。



↑ 賞鳥宜穿著灰、褐、綠等顏色的服裝，形成自然的偽裝色。



↑ 7至10倍的雙筒望遠鏡很適合賞鳥。



● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

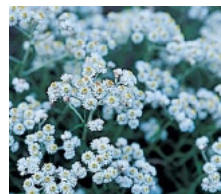
2. 200林道

貫穿本區的200林道是區內主要道路，兩旁迷濛幽靜的山林，野生動物活躍在其間，值得清晨或晚間前來探訪。

一大清早，金翼白眉、白耳畫眉、冠羽畫眉、青背山雀便乘著剛起的山風便車，在這裡享用晨光大餐。保育鳥類藍腹鵲、帝

雉（黑長尾雉），也有可能在晨霧未退時到此覓食。分布2,000公尺以上山區的金翼白眉，身軀微胖，有兩道醒目的白眉毛與白鬚子，以果實及昆蟲為食，在小雪山莊極為常見。而白耳畫眉則是有一道醒目的白色過眼線，叫聲有如機關槍掃射。

夏秋時，林道兩旁或岩壁，被高山野花灑了光燦的花彩。台灣百合別名高砂百合，6~7月開白花，常群聚生長在陽光充足處。



↑玉山抱莖類蕭性喜乾燥，是名符其實的「乾美人」。



←從200林道眺望山景，白狗大山、八仙山、玉山盡收眼底。

中台灣

森林渡假情報



● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

玉山抱莖籜簫別名白花香青，耐旱能力超強，整株植株的觸感就像乾燥花。台灣繡線菊雖花朵像菊，但屬於薔薇科，花瓣花蕊叢聚有如刺繡，故得其名，其外型顯眼、蜜源豐富，是專門服務高山蜂蝶們的「花蜜門市」。

黃苑的黃橙花顏，是秋天一抹明亮的色調。台灣澤蘭生命堅韌，適應台灣低、中海拔各種乾濕熱冷的氣候，到處定根生長。虎

杖則從春夏開花到秋天結果，從白色、粉紅色轉為紅色，燦爛耀眼。

山羊、山羌、山豬、白面鼯鼠、穿山甲、台灣獼猴等動物，更是把200林道當成運動場。白天，台灣獼猴出現在林道下方的森林。清晨或傍晚，路旁冷不防衝出山羌，跑跑跳跳。



↑台灣百合的高雅造型，最是吸引遊人目光。（攝影／黃子明）



←白耳畫眉有一道醒目的白色過眼線。（攝影／黃文欣）

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

3. 埡口觀景台

位於200林道48公里處的埡口，是鞍馬山、小雪山連稜向東延伸至平台山的狹長支稜，南臨鞍馬溪溪谷，北面小雪溪溪谷，視野寬廣，設有3樓高的觀景台，可觀賞群山景致。從出入口停車場，行走步道約20分鐘即可抵達。



← 登上埡口觀景台，360度環視的高山景緻，一覽無遺。

此處為向陽開闊地，密生玉山箭竹，偶有針葉樹林。步道有多處陡坡，路面多土石、無遮蔭，剛好適合酷愛陽光的高山白珠樹生長，也為喜歡在灌木叢活動的深山鶯、鷓鴣及栗背林鴝提供絕佳的隱蔽。

高山白珠樹春末夏初開花，吊鐘型小花精巧可人，果實如白珍珠般飽滿圓潤。躲在檜木林底下的肉穗野牡丹不太愛陽光，是中海拔的小花美女，夏季開花，4枚紫色花瓣中



↑ 盤古蟾蜍是台灣分布最廣的蟾蜍，體型巨大。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

有鮮黃花蕊，花小卻很搶眼，果實外型就像鑲在戒台上的紫色寶石。

4. 天池

位在小雪山南稜山坳處，海拔2,600公尺，早晨耀眼晨光灑落湖面，湖水從深夜黯



↑ 天池就像凝視穹蒼的大地眼睛。



↑ 原產於歐洲的毛地黃，鈴鐺狀的花朵豔麗碩大。



↑ 高山白珠樹的果實外層披有白色肉質花萼，多汁可食，聞起來很像撒隆巴斯喔。

沈轉為黎明光亮，就像凝視穹蒼的大地眼睛，捉摸不定的雲影、璀璨斑斕的光影、調皮眨眼的星子、掩臉羞澀的月娘和亙久運行的天體，都翩翩掠過這片池水。

天氣差的時候，濃濃厚厚的山嵐馬上現身，翩然略過湖面，湖陷雲霧，迷濛一片。寒冬時，白雪驟降，把天池染成一片銀白的寧靜世界。

前往天池可從小雪山山莊附近、200號林道49公里處，沿著步道指標進入，步道長300公尺，環繞天池。

步道上的玉山假沙梨，秋天果實成熟，果實先端有星狀凹陷，串



↑ 以白花迎夏的高山薔薇，秋天結出豔紅果實。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

串粒粒的紅，是附近山鳥們打牙祭的最佳點心。每年夏天，滿身細刺的高山薔薇也變溫柔，雪白花瓣與新綠嫩芽上了枝頭，秋天結出鮮紅果實，玲瓏小巧，雅致極了。秋天結果後，葉子遇冬即凋，只留光禿枝條，一派灑脫去過冬。

原產於歐洲的毛地黃，是有名心臟科用藥，引入之後，很能適應台灣中海拔的環境，儼然變成賞花主角，春夏開出串串又紫又大的長鐘型花朵，以盛大花姿搶奪台灣原生植物的丰采。

5. 雪山神木

雪山神木位於200林道49.5公里下方的山谷，由天池停車場循步道而下，兩旁盡是紅檜、扁柏、鐵杉、華山松、掌葉槭、裡白蔥木、鬼欖、台灣杜鵑、紅楠（豬腳楠）等針闊葉林，四時萌發的果實與嫩芽，為鳥類提供多樣的食物。



↑ 雪山神木在台灣巨木中排行第11。



↑ 玉山假沙梨的紅果實一團團頂生在枝梢。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

根據估計，約有100多種鳥類棲息這片山林，包括山雀科、綠啄木、栗背林鴉、星鴉等，均普遍常見，3～4月是鳥況最好的時候。

步道途間有一片台灣華山松林地，樹型優美的華山松，是台灣特有種，針葉5針1束，與台灣五葉松一樣，其成熟果實可達20公分以上，是台灣特有種松樹中果實最大者。華山松生長海拔比五葉松來得高，也是台灣松樹中海拔分布最高的。

步道彎曲直下，一路通往終點——台灣巨



↑紅檜、台灣扁柏的葉片，與中低海拔的台灣肖楠，有些相似。肖楠鱗葉（圖左）光滑且大，有皮革般的觸感與光澤；紅檜鱗葉（圖右）尖銳且小。

木排行第11名的雪山神木。這株紅檜神木高聳挺拔、枝葉蒼翠，胸高直徑4公尺，胸圍13公尺，樹高49公尺，樹齡約1400年。幸好樹形分叉，不具經濟價值，逃過一劫，如今在風聲、雲影、濛霧的陪伴下，崢嶸地向上盡情生長。另外地面上也常可看見玉山懸鉤子，生長於中高海拔森林邊緣的裸露向陽地，葉子到了秋天會變成紅色，結出漿果，多汁甜美。



↑玉山懸鉤子常見中高海拔森林邊緣的裸露向陽地，葉子秋天會變紅。

6. 星座觀測場

大雪山是台灣著名的高山觀星點，位於小雪山莊、200林道49公里岔路口的停車場，設有天文星象對照解說牌，附近無高山遮擋，也無光害，地形平闊安全，極適合夜間觀星。不過，大雪山夜間溫度低，觀星時，記得準備禦寒衣物，以免著涼。

人的視力有限，賞星最好準備望遠鏡、星座圖來觀察。觀星前，必須先確定四周東西

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

南北方位，以指北針定位最方便；或在傍晚時，等太陽西沉來定位。然後拿出星座圖，根據觀星當時季節，查閱當季星座。等繁星出現後，再一一對照認識。

每個季節都各有容易辨識的指標星座，例如春季的大熊星座（北斗七星）；夏季的天鷹座（牛郎星）、天琴座（織女星）、天鵝座所構成的「夏季大三角」；秋季的飛馬座所圍成的梯形四邊形；冬季則是獵戶座腰帶排成一直線的3星，或是獵戶座左下亮星與

大犬座主星天狼星、小狼座主星圍成的「冬季大三角」。



↑大雪山天文星象解說牌，繪畫春夏秋冬四季的星座圖，供遊客對照觀星。



↑華山松的成熟果實可長達20公分以上。



←大雪山是觀星的好所在，圖為星星移動的軌跡。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

周邊景點

東勢、石岡是樸實、恬靜的小山城，
大甲溪充沛的水氣滋養著這片滿眼蒼鬱的山野，
靈秀的山脈一路逶迤，守護這片純樸的土地。

●撰文／莊璧仰
 ●攝影／高世安

大雪山周邊住宿情報

若茵農場	地址：台中縣和平鄉中坑村雪山路1號 網站： http://140.113.73.1/ccnet/roll_in/	電話：(04)2597-1218
出雲山生態農場	地址：台中縣和平鄉大雪山200林道13公里 網站： http://www.cfarm.com.tw/main.htm	電話：(04)2597-1210
東勢汽車商務旅館	地址：台中縣東勢鎮正一街1號	電話：(04)2588-2218

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

周邊景點

- ① 若茵農場
- ② 東新觀光果園
- ③ 東勢牛稼莊
- ④ 樹之王觀光植物花園
- ⑤ 石岡傳統美食小舖
- ⑥ 食水料休閒農園
- ⑦ 東豐綠色走廊



●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

台中縣東勢鎮是個儉樸的客家山城，也是中橫公路西端門戶。早年因附近的大雪山林場開發，東勢樟腦業興盛，並成為木材集散地。後來中橫公路修建時，因居交通要津，也曾經繁榮一時。今日的東勢是台灣著名的水果鄉，因地形多坡地，居民多務農，以種植高經濟性果樹為主，其中最有名的當屬高接梨。這種以台灣梨樹接上日本梨樹枝條，所生長出來的梨子，碩大鮮嫩，甜美多汁，聞名全台。

東勢的西邊鄰居就是台中縣最小、人口最少的鄉鎮——石岡鄉。石岡也是個農業鄉鎮，居民以閩南人居多，最有名的景點就是石岡水壩。由於夾處東勢與豐原之間，交通人潮甚少停留石岡，加上居民外流，造成石岡發展停滯，不過也因此保留純樸而寧靜的農村景觀。

1. 若茵農場

地址：台中縣和平鄉中坑村雪山路1號

電話：(04)2597-1218

營業時間：8:00～23:00

網址：http://140.113.73.1/~ccnet/roll_in/

台灣大概沒有幾個農場能有這般極好的展望位置，能以海拔1,100公尺、270度視野，擁覽台灣的西海岸線、蜿蜒溪流、聚落燈火，以及翻騰的雲海。

此處位居石頭山山頭，從大雪山200號林道15公里處大棟派出所左轉後，經過一片竹林隧道，即可到達。這裡最被稱頌的是居高臨下、毫無遮蔽的山林景色，開闊的視野右達台中三義，左至彰化、南投，山底下優美景色的石岡水庫、東勢林場，極目遠眺的大甲溪、大安溪，都盡收眼底。

這裡每季、每月、每天的景致，都變化萬千。早晨與中午，陽光撒落，天空清朗，視野開闊而清楚；到了下午，雲霧爬上了山，



↑若茵農場的咖啡座擁有270度廣角視野，居高臨下，視野遼闊。



↑喝咖啡，覽美景，話悠閒，每人最低消費100元。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山



↑ 農場附近產業道路上的竹林隧道，僻靜無擾，信步其中，獨享山中悠閒。

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特別介紹

縹緲翻騰的雲海就在腳下；晚上有時朦朧、有時清透，夜空繁星與萬家燈火連成一片。春夏油桐花開、螢火蟲飛舞，秋冬雲海騰騰、星空明亮，讓人流連忘返。農場內提供餐飲、住宿，販售園藝花卉，有不少中部民眾喜歡晚間上山，喝咖啡，看夜景；或是一早到此，享受晨間寧靜風光。



↑ 高接梨顆顆碩大，皮滑肉嫩，汁多脆口。

2. 東新觀光果園

地址：台中縣東勢鎮詒福里東關街456-2號
電話：(04)2585-2560，2588-5960，0937-706-646
營業時間：8:00~17:00]

成立於民國76年，是東勢第一家觀光果園，出產的水果都通過吉園圃認證，讓消費者吃得安心。

位於東勢林場下方，佔地3公頃，園內種植梨樹、桃樹、柿樹、橘樹，全年都有水果盛產，包括每年3~4月的甜桃，6~10月

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

的高接梨、橫山梨，9～10月的甜柿，12月至翌年3月的椪柑、桶柑，全年都可前來採果，享受田園樂趣。

園主劉阿其是個客家阿伯，每天早上與太太來到果園照顧果樹，因管理技術好，園內果樹結出的水果，顆顆甜美多汁，品質極佳。許多外地熟客定期來此摘採樹頭鮮的水果，回家享用。遊客前來採果，不收門票費，採收的水果論重計價。園主阿伯很大方熱情，現場準備新鮮水果切盤，供遊客免費享用，試試甜度。果園還備有可容納50人的會議室，可供團體免費使用。

3. 東勢牛稼莊

地址：台中縣東勢鎮新豐街7號
電話：(04)2587-3488，2588-7753
營業時間：11:00～20:00

全台灣敢端出「全牛大餐」這樣大陣勢的餐廳，並不多見，東勢牛稼莊以精庖牛肉而

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特別介紹



↑ 東新觀光果園。



↑ 哪顆好吃？哪顆可以摘？請教園主阿伯採果秘訣，一定採得粒粒甜美。



↑ 東勢牛稼莊。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山



↑台灣本地牛肉為材料，加上客家的調味與烹調手法，創出許多獨門菜。



↑牛雜湯是牛稼莊的招牌，濃稠不油膩，1碗60元起。



↑牛脾臟切片油煎，以醋、醬油重調味，很適合下酒，每道250元。

聞名中部四十餘年，堪稱是全牛大餐的翹楚。

台灣光復後，東勢因大雪山林場開發而成為伐木業重鎮，加上又是中橫公路必經之地，湧入大量的伐木工人、外省榮民。這些外地人口帶來了牛肉料理，在這個以農業維生的客家小鎮發揚光大，成為中部牛肉料理的招牌鄉鎮。

老闆李枝榮的父親積極研究牛肉、不斷創



↑作忘膳房前的木造露台，可鳥瞰整個石岡鄉。

造新吃法，融入客家菜的調味特色，把牛稼莊的名聲打得響亮，一身好手藝和烹調秘訣現在傳到兒子手裡，獨創18道全牛料理。全牛大餐一桌3,500元，可供10~12人享受。

店內採用本地牛肉，除牛角、牛毛外，牛的全身從頭到尾，都可以入菜。善用九層塔、芫荽、薑絲、醋等客家人愛用的調味料，加上客家炒法，賦予牛肉酸、香、嫩的客家風味，口味獨步全台，僅此一家。



↑花園內種植各種花草樹木，圖為巴西野牡丹。

● 全覽圖
● 周邊景點
● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

4. 樹之王觀光植物花園

地址：台中縣石岡鄉明德路105號
 電話：(04)2582-1796、2572-1499
 營業時間：08:00～20:00
 網址：<http://www.treed.com.tw/>

位於石岡鄉茅坪山上，園主羅能業擅長園藝、造景、建築，將原是園藝植物花園的樹之王，規劃成生態體驗的休閒農園，成了都市人紓解壓力的最佳渡假處，也是目前石岡鄉最新的旅遊景點。

進入園區，園藝植物分列兩旁，四季花開燦爛。沿著棧道往下走，蝴蝶生態館的網室、溫室改建的坐望膳房餐廳、木造歐式建築散落林木間，綠意滿眼。順著林中石頭步道穿梭，盡情吸收森林芬多精，讓人神清氣爽。

除了園藝花木外，園主還蒐集栽植台灣原生種植物以及復育蝶類、蓋斑鬥魚，光是肉桂樹，就蒐集5、6種品種，另亦有數量眾多的蕨類、蘭花植物，筆筒樹高約兩層樓，



← 以溫室改建而成的作忘膳房，利用蕨類植物、桃芝風災崩落的石頭，佈置一座筆筒樹森林，很有野趣。



↑ 「樹之王」自栽自製的花草茶，每壺120～140元。



↑ 樹之王觀光植物花園。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

頗有侏儸紀公園的架勢。

這裡開放遊客免費入園，提供藥膳餐飲、下午茶、生態解說服務。園內的坐望膳房餐廳是最受歡迎的地方，屋內被佈置成一個筆筒樹森林，來自植物的清涼滿盈四周。樓上的望月樓以透明玻璃為牆，夜晚也別有一番情調。

5. 石岡傳統美食小舖

地址：台中縣石岡鄉豐勢路889號

電話：(04)2572-1490

營業時間：9:00~18:00

網址：<http://portal.921erc.gov.tw/html/20020204/community/shigan/index.htm>

由一群東勢、石岡921災區婦女創立的小店舖，秀出客家婦女的拿手廚藝，製作客家米食、點心販售。

小舖媽媽們平時多以外燴為主，店內只提供蜂巢蛋糕、雜糧餅乾、杏仁瓦片、小月餅等點心商品，供遊客選購。

假日時，增加供應熱騰騰的客家餐點，包括梅干火空肉、筍乾火空肉等菜餚以及當日製作的米粿。

除了傳統美食，也有許多創意新口味，例如把客家發財糕加以改良，以麵粉加煉乳、蜂蜜，用打發糕的做法，烤成蜂巢蛋糕，口感軟綿爽口而不甜膩，有獨特的蜂蜜奶香，值得細細品嚐。



↑ 雜糧餅乾，每包40元。



↑ 蜂巢蛋糕是小舖的招牌甜點，每盒80元。



← 石岡傳統美食小舖由一群婆婆媽媽經營。



← 石岡傳統美食小舖。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

6. 食水料休閒農園

位於石岡鄉九房村食水料溪畔，90年底開放，是石岡鄉旅遊新景點之一。

從豐勢路轉進山下巷，有一座紅色原木拱橋跨越食水料溪。這座木橋以美國進口原木架設，又稱「情人橋」，橋下溪岸有野生的野薑花，隨風送香，傍晚時分常有戀人們攜手漫步渡橋，享受溪岸休閒的情調。

過橋後進入水車花園，巨大的水車矗立眼



↑ 情人橋以原木搭建，是食水料溪最美的景點。

前，溫室花卉區、觀光採果區、石農咖啡園繞水車周圍。平日到訪，遊客不多，偷閒到石農咖啡廳，點杯飲料，可享受無人干擾的田園寧靜。

假日時，遊客如潮水般湧入，石岡鄉農會在此推出「牛車之旅」，乘坐一趟的費用50元。以復古牛車載客遊園，沿著田間小路漫步，欣賞農村風光，頗受遊客歡迎。園區後方有一條步道通往火燒坪五福臨門神木、客家文物館，階梯坡度陡峭，據說爬上一回，瘦身效果一級棒。



↑ 偷閒午後，到石農咖啡廳喝杯咖啡，享受悠閒情調。



↑ 自行車道旁種植繽紛花卉，景色美麗。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

7. 東豐綠色走廊

地址：石岡鄉豐勢路

網址：<http://www.taichung.gov.tw/agr/skaa/g.htm>

這是一條由廢棄東豐鐵路（東勢線）鐵道改建為自行車道的腳踏車專用道，全長11公里，沿途小鎮風光明媚，田園靜謐，綠蔭夾道，在悠悠清風中騎乘，好不快活。

東豐鐵路是為運送大雪山林所砍伐下來

的珍貴林木而興建，起自豐原、迄於東勢，民國48年通車。隨著大雪山林木資源開發殆盡，這條鐵道也逐漸沒落，80年結束營運，後改建為腳踏車專用道的東豐綠色走廊，成為台中縣假日休閒新去處。

來到石岡，可以先到石岡水壩附近出租腳踏車、協力車的商店租車，租金每台100元，限騎3小時。然後沿著東豐綠色走廊，慢慢騎乘閒逛至東勢折返。



↑三層樓高的水車建築，明白昭告石岡鄉是個農業鄉鎮。



←東豐綠色走廊。

特別介紹

●全覽圖

●周邊景點

●特別介紹

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

※台灣的迷霧森林

台灣雲霧上升的極限高度區域是海拔1,800至2,500公尺，來自地面、山谷的水氣，在此高度凝結成霧氣繚繞，甚至形成雲海，因此這個高度的山區被稱為「雲霧帶」，是全台濕度最高的地區。

每天上午，被日照蒸發的水氣逐漸上升、冷卻；到了午後，飄忽不定的山嵐霧氣開始聚集中海拔山區，帶來豐沛的水氣，形成檜木成長的最佳環境。直挺昂首、孤傲美麗的檜木，是雲霧帶主要樹種，也有「霧林」之稱。

檜木在植物分類上屬於裸子植物、柏科、扁柏屬，是長壽樹種，樹齡可達三千多年。全世界有7種檜木，分布在環太平洋的台灣、日本、加拿大、美國，而台灣就有2種——紅檜、台灣扁柏。

紅檜、扁柏非常相像，紅檜樹皮較薄，呈灰紅色，俗稱「薄皮仔」；扁柏樹皮較厚，呈黃褐色，以長條狀剝落，又叫「厚殼仔」、「黃檜」。但一般人單從樹皮外觀分

辨，困難度極高，通常有經驗的林務人員要削開樹皮，才能判別。

植物學家通常以葉片、毬果形狀，區分兩者。紅檜與扁柏的葉片，像魚鱗般疊接且扁平，稱為「鱗葉」。鱗葉有4枚，2枚左右對生的側生鱗葉，中間夾著緊貼的兩枚，都呈三角形，有尖端。紅檜鱗葉比較尖銳，觸摸有粗刺感，枝條略下垂，毬果橢圓形；扁柏鱗葉葉尖鈍，摸起來柔軟，枝條平展，毬果為球形。由於葉片極為相似，加上目前出現紅檜與扁柏雜交的檜木，即使是專家，也往往必須拿放大鏡，仔細比對葉片，才能區分。

紅檜生長海拔高度約1,000～2,100公尺，扁柏生長海拔高度比紅檜高，約1,300～2,800公尺。因此在中海拔森林中，下坡段多是紅檜，海拔較高的上坡段是扁柏，若海拔高度再高一些就是台灣鐵杉。扁柏和鐵杉常一起生長，但在某些地區，這三種樹種也會同地混生。



→檜木樹齡多達3000年，目前台灣所存活的神木，都是檜木中的紅檜與台灣扁柏。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

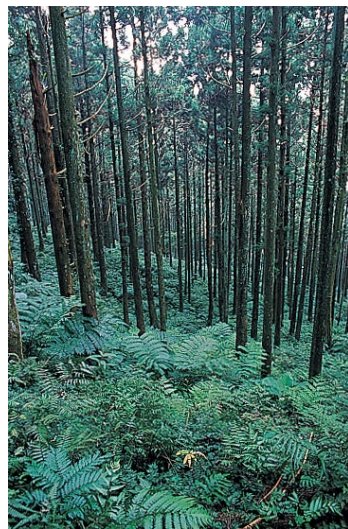
●溪頭

●八仙山

※森林是大自然的水庫

大雪山檜木林所在的海拔高度，擁有台灣最大降雨量，有許多條溪流發源此處，因此檜木林又有「大自然水庫」之稱。

檜木林地區是一個針闊葉混合林，紅檜與台灣扁柏為主要優勢樹種，並有台灣杉、巒大杉（香杉）、台灣黃杉、台灣鐵杉、華山松、台灣二葉松、台灣五葉松等多種針葉樹，構成最上層的林冠。而樟科、殼斗科為主的闊葉林，株高較矮，則成為檜木林的中層；緊接著就是最底層的灌木叢、草本植物、蕨類、地衣。



↑台灣早期中海拔山區造林，以柳杉為主。

降雨時，雨水依序進入最上層的針葉林樹冠，接著是闊葉林層，最後落入灌木叢、草地，流進土壤裡。水分一路被植物攔截，再被土壤裡的泥土、樹根吸收，並滲透到地層岩石淨化，變成地下水，緩緩注入溪流、河川。

整座森林就像是一塊巨大的海綿，吸收大量的水分，功能就像一座水庫，可以儲蓄水分，並透過逕流，四季不竭地將水分釋出到溪流河川裡。

檜木生命長、根大且紮根深，可牢牢抓住山坡土石，守護台灣土地，孕育豐富的動植物，對於生態相當重要。



↑雨水落入森林，被樹木、土壤吸收後，再被慢慢釋放回河川。



●全覽圖

●周邊景點

●特別介紹

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山



惠蓀國家森林遊樂區

靜聽樹葉落、蟲鳥蛙鳴，
嗅聞咖啡味、森林花香，漫步綠波樹海，
品味惠蓀之美，令人感動。

← 惠蓀林場林相蒼鬱、景色秀麗、設施完備。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

位於南投縣埔里鎮東北方，北臨北港溪，南接合歡山西南支脈，是中興大學農學院4大實驗林之一，擁有佔地85%比例的原始天然林，濃濃綠意鋪抹在山巒野地，涵蓋溫、暖、亞熱帶三種氣候，孕育豐富多樣的動植物，宛如活潑有趣的大自然教室。

遊樂區中修建餐飲服務中心、度假山莊、咖啡展示中心、營火場、步道等設施，設備十分完善。尤其擁有全台灣最大的咖啡園，加上台灣雨量多，結實季因此特別長，夏秋季都能親眼看到紅紅綠綠的咖啡果實結滿枝頭的景象。

惠蓀原名能高林場，民國55年中興大學校長湯惠蓀到此攀登場內最高點、海拔2,419公尺的守成大山，不幸過世，為了紀念湯校長而將林場改為今名。

區內腹地廣大開闊，西北與東北邊被北港溪與關刀溪強力的溪水，切割出山高谷深的雄偉景觀。從入口收費處進入的前半段，有北港溪畔的峰巒峭壁、台灣原生樹種園、咖啡園，沿途車道修建完整，但林蔭不多，怕曬的旅客不妨以車代步。

然後，經過凌雲斷崖，至區內後半段，步道、景點都集中此地。松風山、青蛙石、杜鵑嶺、山嵐小徑4條步道，適合體力好的遊客健行登山，漫步林間、揮灑汗水，感受奔放恣意的生命活力與原始自然之美。

另外也可循著車道，前往大草原、營火場、蘭花教育館、涉水步道遊玩，躺躺林間吊床，與台灣藍鵲、美麗蝶姬、可愛青蛙來個生態約會。

●撰文／莊璧仰
●攝影／高世安



→杜鵑嶺步道沿途除針葉樹外，還有許多野生杜鵑。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

惠蓀森林遊樂區全覽

建議遊玩時間：1～2日

遊玩景點：

- ① 台灣原生樹種園
- ② 咖啡園
- ③ 松風山步道
- ④ 青蛙石步道
- ⑤ 大草原
- ⑥ 山嵐小徑
- ⑦ 杜鵑嶺步道



● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

中台灣

森林渡假情報



● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

小 檔 案

位置：南投縣仁愛鄉新生村

海拔：450~2,419公尺

氣候：年均溫21℃

自然景觀：森林、咖啡園、奇石、溪流、山巒

人文景觀：涉水步道、林間吊床

生態重點：咖啡樹、台灣藍鵲、台灣原生樹種、台灣蘇鐵蕨、螢火蟲、蛙類、蝴蝶

適合活動：森林浴、認識植物、賞花、賞鳥、賞螢、賞蝶、觀星、登山健行、戶外教學、戲水

適合季節：全年

季節情報：全年賞鳥，12月至翌年1月楓紅，2~3月山櫻花開，3~5月台灣杜鵑、埔里杜鵑花季，4~6月油桐花季，4~5月螢火蟲大發生，8~12月咖啡果成熟

實 用 資 訊

地址：南投縣仁愛鄉新生村山林巷1號

服務電話：(049) 294-1041

開放時間：7:00~20:00 (全年無休)

門票：全票平日120元、假日150元；團體票平日100元、假日120元；優待票平日80元、假日100元；特優票(殘障、老人、兒童)平日40元、假日50元

停車費：大型車100元，小型車50元，機車10元

交 通 路 線

開車：1~南下者：從中港交流道下中山高速公路，接中彰快速道路(台74線)往彰化方向，然後至快官轉接台14線經芬園、草屯，至國姓柑子林左轉133縣道續行，從葉厝右轉台21線，在下梅子林根據惠蓀林場指標，東接往惠蓀林場的聯絡道路，約行14公里即抵2~北上者：從王田交流道下中山高速公路，往芬園方向，走台14丙線，然後接台14線經芬園、草屯，至國姓柑子林左轉133縣道續行，從葉厝右轉台21線，在下梅子林根據惠蓀林場指標，東接往惠蓀林場的聯絡道路，約行14公里即抵達客運：可至埔里搭乘南投客運「埔里-惠蓀林場」班次，每日兩班，8:50、14:15發車。仁友客運則在週六、日從台中行駛「台中-惠蓀林場」班次，8:20、14:30發車。

洽詢電話：南投客運(049)298-4031，仁友客運(04)2225-5166

遊樂區住宿設施

惠蓀林場
生態渡假村

雙人套房1,400元、3人套房1,800元、4人套房2,200元、10人套房2,500元；小木屋3,200元、7人通舖1,120元；14人通舖2,240元。

註：以上房價平日8折優待。訂房專線：(049)2941-1041~3
餐飲：早餐1人份50元、1桌500元起；午晚餐1人份100元、1桌1,500元起。訂餐專線：(049)2941-1041~3

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

1. 台灣原生樹種園

位於惠收費站側後方，原本是堆置原木的土場，1992年起，場方每年在此陸續栽植台灣中低海拔的原生樹種，10年來累積100多種，並規劃建造腳踏車步道，貫穿園區，目前部分路段已經完工。

園區每一棵樹木前，都設有解說介紹牌，



讓遊客享受森林浴的同時，還可自導認識每一棵樹木，甚至可以近眼看、伸手摸、用鼻聞，加深對樹木的印象。例如，摸摸澀葉榕的葉片，滿佈硬剛毛的葉片就像菜瓜布一樣粗糙；搓一搓山胡椒的葉子，聞聞刺激的辛辣氣味。

這些樹木的花朵果實，也是山鳥、松鼠喜愛的食物。入口附近種植小西氏石櫟、栓皮櫟、青剛櫟等殼斗科植物，每到熟果期，滿



↑ 盤古蟾蜍是台灣分布最廣的蟾蜍，體型巨大。



↑ 入口處的金毛杜鵑，是台灣常見野生杜鵑。

← 台灣原生樹種園鋪設自導式解說牌，供遊客認識樹木。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

樹長出像栗子般的堅果，讓赤腹松鼠、白面鼯鼠等齧齒動物飽餐。殼斗科植物特徵，就是果實苞片（果皮）木質化，果實連接枝條的基部外罩一層淺硬殼杯斗。

小實孔雀豆俗稱相思豆，色澤紅艷的雞心形果實逗人喜愛，想看看相思豆的真面目，不妨把握機會。



2. 咖啡園

面積約12公頃，是台灣規模最大的咖啡園。來到這裡可以看得到、摸得到、嘗得到咖啡的新鮮果實。

惠蓀的咖啡樹為阿拉比卡(Arabica)品種，不喜陽光直接照射。因此，林場嘗試在相思樹林下層種植咖啡，獲得不錯的收穫後，相思樹成



↑ 惠蓀咖啡取自產豆子烘焙研磨，味道回甘香醇，每杯100元。



↑ 咖啡園採有機管理栽培。

← 咖啡展示中心陳列有許多咖啡生長的實物和烘焙器具。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

了惠蓀咖啡園最好的遮蔭樹冠，遊客散步園中，也能感到遮蔭所帶來的舒適涼意。

咖啡樹每年2~3月就開始會開花，白色的花朵長滿枝條，有清爽的花香。夏季便開始陸續結果，果實從綠色轉為成熟的紅色，10~12月採收。由於而台灣的雨季較長、雨量較多，開花時間並不集中，咖啡果成熟的時間也拉得特別長，一年甚至可採收四次。因此夏秋季來到惠蓀，都有機會看到結實纍纍的滿園咖啡樹。

咖啡果的果肉很薄，嚐起來甜甜的，果肉包著的大顆種子就是咖啡豆。果熟期間，枝葉茂盛的咖啡樹綴滿成串紅豔豔的咖啡果，也吸引來往的鳥雀啄食。咖啡園內設有咖啡廳和展示中心，介紹咖啡的生態、特色與歷史，以及烘焙的器具，當然也供應自產的咖啡冷熱飲。

咖啡園隔著北港溪，與震懾壯觀的凌雲斷崖對峙，也是不可錯過的景點。倚著欄杆旁的黃連木大樹，眺望疊石纍纍、谷深水急的北港溪。斷崖千仞的崖壁氣勢磅礴，震撼人心。



↑ 大自然變動的力量，為凌雲斷崖與北港溪注入氣勢磅礴的美。



↑ 小西氏石櫟的果實非常堅硬。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

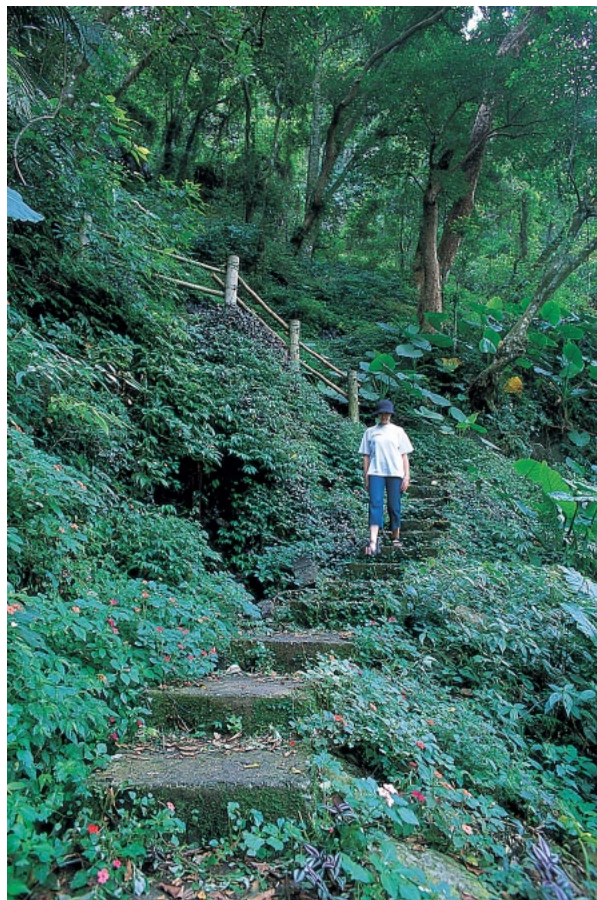
3. 松風山步道

這條步道長短適宜，一路緩坡蜿蜒而上約2~5公里，兩個小時就可環繞松風山一圈。從學生實習館旁進入步道，可先至隔壁的蘭花教育館溫室，欣賞難得見到的原生野生蘭花，包括平地熱帶雨林的蝴蝶蘭、石斛蘭，及高海拔的拖鞋蘭等。

步道的初段沿途多台灣二葉松、台灣五葉松、楓香、台灣杜鵑等樹種，林蔭夾道，微風送爽。秋天時，楓香葉子轉紅，飄落滿地的詩意；春天時，台灣杜鵑則以盛大熱情的花姿，迎接春神降臨。

松風山頂在2001年曾經發生森林大火，循著步道往上，接近山頂處，林相突然變得稀疏，陽光直射灰灰黑黑的林地，原本被燒得焦黑的台灣蘇鐵蕨，重新長出新個體，以綠意妝點石塊裸露的山坡，大樹只剩台灣二葉松屹立不搖。

台灣蘇鐵蕨外觀與蘇鐵長得非常相似，台灣只分布在惠蓀林場。分辨兩者的不同，可



↑ 松風山步道初段，林蔭夾道。



↑ 水錦樹的嫩葉是單帶蛱蝶幼蟲的食草。



↑ 台灣二葉松樹幹樹皮厚，可以躲過小火而存活。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

從葉片觀察。台灣蘇鐵蕨屬於蕨類植物，以孢子囊繁衍後代，因此葉片背面有咖啡色的孢子囊；蘇鐵則是裸子植物，葉片背面無孢子囊。此外，蘇鐵在莖部頂端、叢生葉片中央處會長出圓錐狀雄毬花或皇冠狀雌毬花，靠風力授粉結種子；而台灣蘇鐵蕨是蕨類，不會開花，莖部頂端、叢生葉片中央處只長暗褐色、線狀有鱗毛的嫩莖。

二葉松雖然枝條飽含油脂，容易引火，但也因樹幹樹皮厚，較不怕火燒，燻黑的樹幹有時會長出新枝條，在中海拔大火燒過的林地，最常見到它們。

4. 青蛙石步道

繞完松風山，一路下坡朝向終點販賣部。體力好的人，還可接往梨園山莊後面的青蛙石步道續行，挑戰曲折陡峻的路徑，一睹這塊位於北港溪畔、外形像大青蛙的白色石英石。

來回約需1~5小時，步道初段循著石階，一

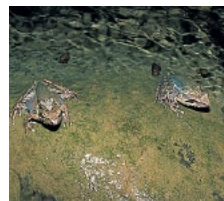
路上行轉折林間，接著後段切往北港溪谷，之字形步道彎曲下行，常常讓膝蓋不好的人，走到腿軟。雖步行艱辛，不過沿途林花鳥蝶的生態，相當精采，值得慢慢走、細細瞧。

步道沿途的森林為台灣杉、柳杉、台灣肖楠人造林混合闊葉天然林，森林中層有水錦樹、九芎、泡桐、楓香以及樟科的楠木、殼斗科的櫟等；林下草本植物欣欣向榮，紫花霍香薊、馬櫻丹、非洲鳳仙花終年開花。

植物種類多，四時交替開花、結果，讓鳥類、赤腹松鼠與蝴蝶食物來源不虞匱乏。地上不時可以發現被啃食剩下的殼斗科果實；



↑ 青蛙石位於北港溪畔。



↑ 梭德氏赤蛙繁殖時會遷居至溪流。
(攝影／黃昶憲)



↑ 拉都希氏赤蛙體側有許多黑斑。
(攝影／黃昶憲)

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

茜草科的水錦樹嫩葉被啃得破破碎碎，大半是單帶蛱蝶幼蟲的傑作。

越靠近溪谷，水聲越響，蜻蜓、豆娘也越多，路旁還長群聚吸水的斑蝶、粉蝶；林間也常有五色鳥、藪鳥（黃胸藪眉）、紅嘴黑鵯、赤腹山雀等出現。赤腹山雀為台灣特有亞種，長得一張「黑白臉」，胸腹為紅褐色，背部則為深藍，色彩鮮豔長遭獵捕，現已列入保育類動物。

位於北港溪畔的青蛙石，是一塊白色石英石，長期被溪水冲刷後，形似面溪而坐的青蛙，是代表惠蓀林場最知名的圖像。而溪畔水邊的兩棲類也很多，如梭德氏赤蛙，眼下有一塊四角形的深色斑，秋冬之交繁殖期會遷居至溪流。而拉都希氏赤蛙繁殖時則較偏好靜水環境，體側的黑斑是特徵之一。



↑ 紹德春蜓常出現在低海拔山區的溪流環境。（攝影／黃昶憲）

5. 大草原、台灣杉林

惠蓀林場腹地廣大，若是不開車，光以走步道連接各景點，必須有排序恰當的動線，才不致浪費過多體力、路程與時間。從北邊的松風山、青蛙石步道歸來，不妨越過車道，至大草原、營火場旁邊的台灣杉造林地休息，然後到涉水步道戲水，接著走山嵐小徑回餐飲服務中心、生態度假村，用餐住宿。

綠草茵茵的大草原，最適合奔跑、滾草地，感受大地的氣息。此外體力不佳、無法勝任行走松風山、青蛙石步道者，不妨前往大草原內側的台灣杉林，乘涼休息。

台灣杉林下掛有多張利用疏伐木製成的吊床，躺在上



↑ 赤腹山雀長得一張黑白臉。（攝影／賴聰智）



↑ 水杉的葉片對生，排列成羽毛狀，冬天會掉落。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

面小憩一下，林間微風輕吹，陽光微透，暢快愜意。台灣藍鵲常成群來到杉林的高部滑翔棲息，「嘎！嘎！」的叫聲刺耳引人注意。

從台灣杉林間小路，朝向涉水步道，途經水杉、孟宗竹林。水杉與銀杏都是古老的樹種，也是植物的活化石。水杉化石出現在距今1億多年前的中生代白堊紀地層，野生水杉只生長在中國四川、湖北、湖南，但因樹形優美，被栽培為庭園觀賞樹木。

6. 山嵐小徑

離開營火場來到涉水步道，到圓石鋪成的流水台階戲水，享受溪水的清涼，踩踏圓石按摩腳底，舒暢又健康。

從涉水步道進入山嵐小徑，沿途是台灣二葉松、台灣五葉松、台灣杉、福杉造林地混合闊葉樹的次生林。步道一路爬高，可眺望整個林場，並與對面的松風山、杜鵑嶺相對望。



↑ 山嵐小徑沿途混雜針葉造林與闊葉次生林。



↑ 台灣五葉松樹形高大漂亮，常生長在突出的稜脊上。

中台灣

森林渡假情報



● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

清晨或下午、天氣略差的時候，山嵐水氣聚積林場，從山嵐小徑望去，白茫一片，形成雲海景觀。對面的松風山因火災之故，山頂植被突然變稀疏，與下部蓊鬱森林產生界線，看得特別明顯。

循著步道走，途經一片火焚後新生地，任由自然演替。許多不怕裸露地惡劣環境的先驅植物如浴火重生後的台灣蘇鐵蕨及杜鵑科植物、二葉松、山胡桃等，以先鋒英雄的姿態，發揮盎然生機，安然穩固這片易崩落的山地。



夜宿惠蓀的夜晚，可以到涉水步道附近出門找蟲探蛙，靠近車道邊的土堆，住著幾隻台灣大蟋蟀。這群蟋蟀白天躲在地穴，晚上出來覓食。有蟋蟀居住的地穴，地面洞口外有蟋蟀撥出的細沙土。夏季交配期，雄蟋蟀晚上會站在洞口，頭朝內、屁股朝外，摩擦翅膀，發出震耳欲聾的唧唧愛之聲，引誘雌蟋蟀來配對。

涉水步道旁邊的草叢，螢火蟲也不甘示弱，閃閃發光找愛侶。此外，春秋兩季是斯



↑ 涉水步道溪水清淺，適合大人小孩戲水。

← 山漆也是變葉植物，到了秋天會落下紅葉。



↑ 台灣大蟋蟀是台灣所有蟋蟀中體型最大的一種。



↑ 盤古蟾蜍是台灣分布最廣的蟾蜍，體型巨大。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

文豪氏赤蛙的「愛之季節」，在戲水區常有機會看見，求偶的雄蛙會發出「啾！啾！」如鳥啼的叫聲。

7. 杜鵑嶺步道

坡度平緩，繞行一圈2公里，約花2小時。步道兩旁的樹木除了台灣二葉松、台灣五葉松之外，還有數量極多的埔里杜鵑、台灣杜鵑。

從度假村旁的小木屋區左轉，進入步道，入口處有幾株大頭茶，在秋冬盛開大如碗口的白花。被取了「大頭」這樣憨俗名字，全因它的花朵尺寸是台灣野生山茶科家族最大的一種，白色花瓣中間綴上鮮黃色花蕊。秋的美麗不止於此，山漆、楓香的紅葉，也是很有看頭。

林地森林底層長滿芒萁、腎蕨、筆筒樹等蕨類，靠近邊坡岩壁則有台灣金狗毛蕨牢牢攀附著生，活躍的綠色，填滿每個林下空隙。芬多精香味與滿地綠意，讓人的嗅覺、

視覺得到自然滋潤，神清氣爽。

杜鵑嶺以埔里杜鵑、台灣杜鵑最有名，這兩種杜鵑都是喜歡陽光、生長在中低海拔的台灣原生種杜鵑，2~5月開花，花朵聚集長在枝條頂端。

埔里杜鵑花朵淡粉紅色，每朵花有5枚雄蕊，雌蕊花柱長有細毛；葉片像紙般薄脆，形狀長橢圓形，葉片上下密生細毛。台灣杜鵑的花色，白中帶暈紅，雄蕊較多，每朵花有10~12枚；葉片像皮革般厚硬，葉柄無毛，葉形細長，葉表光滑，葉背卻長有灰褐色毛茸。



↑ 入口處的金毛杜鵑，是台灣常見野生杜鵑。



↑ 有「尖鼻赤蛙」之稱的斯文豪氏赤蛙，叫聲像鳥啼。



↑ 白額樹蛙。

合歡山

奧萬大

武陵

大雪山

惠蓀

溪頭

八仙山

周邊景點

埔里的水質甘美，素負盛名，
以往是公賣局的釀酒重鎮之一，
近年更積極發展有機栽培農業和生態旅遊觀光景點，
好吃好玩的地方更多了。

●撰文／莊璧仰
 ●攝影／高世安

惠蓀周邊住宿情報

泰雅渡假村

地址：南投縣仁愛鄉互助村清風路45號
網站：<http://www.atayal.com.tw/>

電話：(049)246-1311

梨北港溪溫泉山莊

地址：南投縣國姓鄉北港村北原路34-1號

電話：(049)246-1028

牛耳藝術公園渡假木屋

地址：南投縣埔里鎮中山路4段1號

電話：(049)291-2432、291-2248

台一生態教育農園

地址：南投縣埔里鎮中山路1段176號
網站：<http://www.taii.com.tw/>

電話：(049)290-1346

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

周邊景點

- ① 埔里酒廠
- ② 台一生態教育農園
- ③ 台光香草園
- ④ 埔里鎮農會旅遊服務中心
- ⑤ 大雪山有機農場
- ⑥ 豐年農場
- ⑦ 金都餐廳



●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

位於台灣地理中心的南投縣埔里鎮，四面環山的盆地地形，冬不嚴寒、夏不酷熱、水氣沛然、土質肥沃，從史前時代開始，即有人類遷居此地，長達3000年的族群融合歲月中，埔里處處洋溢兼容並蓄的文化光采，以及滿畦濃綠繽紛的綠蔬鮮花、滋味醇香的美酒。

因此，water（水）、wine（酒）、weather（氣候）、women（美女）及flower（花卉）的「4W1F」，長期以來一直是小鎮最自豪的地方特色，包括酒廠、生態觀光園、休閒農場、美食餐廳、文化藝術等各個景點，也都值得遊客拜訪再三。

1. 埔里酒廠

地址：南投縣埔里鎮中山路3段219號
電話：(049)290-1649
營業時間：8:00~17:00
公休時間：無
網址：<http://www.plwinery.com.tw>

民國84年開放參觀，並設立台灣第一座以酒文化為主題的博物館「酒文化館」，現已成為埔里的旅遊重鎮，湧進大量觀光人潮，也帶動當地的觀光產業。

酒文化館分為三部分，位於大門口是酒廠商品特賣中心，販售紹興酒、愛蘭白酒、愛蘭薑酒、吟釀清酒及點心。遊客到此可以品飲埔里酒廠釀製的各項酒品，以及紹興酒口味的冰品、米糕、酒蛋、蛋糕、鳳爪、酒梅等點心。

文化館二樓有中國歷代的酒器、原住民酒文



↑埔里的酒文化館是台灣第一座以酒文化為主題的博物館。



↑埔里酒廠。



↑以紹興酒泡製的「不老蛋」，蛋中散發紹興酒香，兩粒30元。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

化、埔里酒廠產業發展史、公賣局的沿革等主題展示區；後方走廊兩側另有九二一震災的歷史照片、埔里酒廠與製酒過程影片播放。

出口盡頭連接一座樓梯陸橋，跨越過中山路至北側廠區。循著樓梯往上，樓梯間兩旁懸掛台灣從日據時代至今的酒標貼，從早期的日文到「反共抗俄」、以及後來的「三民主義統一中國」，對照今昔，十分有趣。北側廠區的前半有公園、以酒甕為牆的酒窖區，並設有餐飲區。



↑ 台一農園的小木屋區位於睡蓮池邊，詩情畫意。



↑ 台一農園的蝴蝶生態館中蝶類翩翩起舞。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

2. 台一生態教育農園

地址：南投縣埔里鎮中山路1段176號

電話：(049)290-1346

營業時間：8:00～17:00

網站：<http://www.taii.com.tw/>

結合農業生產、文化教育、生態保育及休閒遊憩。園區佔地廣大，設置DIY押花教室、水上花園餐廳、花神廟、戲水區、水生植物生態區、仙人掌生態教學區、花卉栽培區、蔬菜苗圃區、花廊、休閒木屋區、夢幻



↑ 薰衣草綻開小巧可愛的紫色花朵。



↑ 台一農園的彩色甜椒，碩大甜美，可以DIY採果。

中台灣

森林渡假情報



●全覽圖 ●周邊景點 ●特別介紹

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

花屋品茗區、蝴蝶生態館、有機栽培區、百香果區等。全園採歐式庭園建築風格，滿園怒放的花朵，是園內最佳親善大使。

一進入農園，走廊上方鮮活的綠色爬滿整個樑柱，有蕨類的清涼，也有珠簾藤的飄逸；非洲鳳仙花、秋海棠、仙客來、松葉牡丹等園藝花卉爭豔。架上蓮花水池上、被眾花園繞的水上花園餐廳，環境佳、菜色好，別具特色。

越往裡走，驚奇越多。有機栽培區內結果纍纍的彩色甜椒，可讓遊客以享受採果之樂；蝴蝶生態館內，有滿空飄飛的蝴蝶，也有機會認識蝴蝶幼蟲的寄主植物。

3. 台光香草園

地址：南投縣埔里鎮中山路1段241-2號
電話：(049)299-1930
營業時間：9:00~18:00
網址：<http://tkherb.nantou.com.tw/>

香草風熱吹台灣，香草花園近兩年人氣旺盛。這裡以經營園藝花卉苗圃的基礎，引進香草植物進行培育，民國88年成功推出羽葉薰衣草盆栽，吸引熱愛園藝的年輕族群，並設置香草花園、餐廳、DIY教室、盆栽區、特產區、栽培區。

一踏進香草園，就能嗅到芬芳的香草味，花園種植了各色薰衣草、迷迭香、鼠尾草、荷蘭芹、羅勒等，還有各式迷你盆栽可以買回家。走進歐式小木屋，空氣瀰漫香草的味道，耳朵聽的、眼睛看的、鼻子聞的、嘴裡



↑台光香草園。



↑使用新鮮薰衣草製作的薰衣草奶茶，1杯30元。



↑羽葉薰衣草是可食用的薰衣草品種，葉片可以泡薰衣草茶、做糕點。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特別介紹

吃喝的、手上玩的，都跟香草發生關係。

這裡的工作人員熱愛香草，時常跟遊客解說動人有趣的香草生態與歷史故事。園內有各式各樣的香草盆栽、香草生活用品，琳瑯滿目。喜歡自己動手做的人，還可參加香草DIY課程，學習製作製成香草書籤、藝術香皂、果凍蠟燭、手帕，或是採新鮮香草，自己提煉香草精油，費用50~250元。此外，這裡也供應香草料理午間套餐，下午茶部分則有奶茶、餅乾等香草口味糕點飲品。

民發展精緻、趣味的休閒農業，成立旅遊服務中心，提供遊客有關埔里的旅遊諮詢、代訂民宿、農特產介紹及銷售、深度旅遊行程規劃等服務。

位於埔里鎮中山路安七街的埔里鎮農會旅遊服務中心，全年無休，隨時提供旅遊諮詢。一樓設置旅遊資訊服務台、農特產品展售區、產業文化展覽館、資訊室、簡報室、休息室，來這裡可以取得埔里鎮相關旅遊摺頁外，服務人員也會提供諮詢，並為遊客安



↑ 明日葉是台灣近年當紅的保健植物，有抗菌、抗癌、抗病毒、利尿、降血壓功效。



↑ 長在森林底層的栗蕨明日葉茶包，1罐500元。



↑ 明日葉100%濃縮果汁，每瓶400元。

← 埔里鎮農會旅遊服務中心，推展埔里休閒農業。

4. 農會旅遊服務中心

地址：南投縣埔里鎮大城里安七街56號

電話：(049)291-0771，291-0761

營業時間：9:00~17:00

公休時間：無

網址：<http://pulifarm.org.tw/>

結合農業生產經營、農村文化、田園生態、鄉土風情的休閒農業，是埔里鎮農業的新契機。鎮農會並整合農業產銷班，輔導農

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

排埔里深度田園之旅。

此外，埔里鎮農會在蓮影處處的鯉魚潭休閒園區，經營水上風味餐廳，供應埔里鄉土菜、風味餐。來此用餐，不僅可以吃得到產自埔里最新鮮的蔬菜外，還可欣賞鯉魚潭靜謐秀麗的湖畔風光。

5. 大雪山有機農場

地址：南投縣埔里鎮中山路1段208-1號

電話：(049)299-3866，298-4086

營業時間：須預約參觀

這是一處專門種植明日葉、刺五加、七葉膽、香藥草等保健植物的有機農場，場主林雪芬從事有機農業多年，在場內闢設大雪山青草生態教育農園，讓更多遊客認識有機栽培，並透過農作物生態解說導覽，帶領遊客享受生機盎然的田園風光。

農場的主園圃內，明日葉、刺五加、七葉膽整齊有序地展露綠意，其中還穿插種植幾株難

得一見的「花魔芋」蒟蒻。這種植物只有一片葉子，莖葉長滿斑點，地下莖磨粉加水，就是市場面販售的高纖低熱量的蒟蒻食品。

隔著馬路對面的香藥草苗圃，是農場與國中啓智班建教合作的成果，園內有薰衣草、檸檬天竺葵、迷迭香、鼠尾草等植物小盆栽，滿園馨香氣味。林雪芬將場內的保健植物透過食品研發加工，製成20多種保健食品與沐浴用品，其中有多項獲得中華民國優良食品評鑑金牌獎。到此參觀的遊客不僅可以試吃試喝，還可以優惠價格購買回家當伴手禮。



↑ 鹿角蕨外型優美，是熱帶庭園常用的造景厥類。



↑ 農會的水上風味餐廳位於風光秀麗的鯉魚潭畔。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

6. 豐年農場

地址：埔里鎮東潤路58號
 電話：(049)292-6359，292-6633
 營業時間：須預約參觀

埔里冬不嚴寒、夏不酷熱的溫和氣候，是食用菇類生長的好環境。此處原是供應全省菇寮椴木栽培香菇、白木耳、木耳母菌的菌種場，近年來發展栽培靈芝、柳松菇、猴頭菇、珊瑚菇等各種菇類，製造相關農特產品，並配合埔里產業觀光，開放遊客預約參



↑ 豐年農場。

觀農場內食用菇類製造、栽培實況，品嚐菌類相關茶飲及菇類小吃料理。

進入農場，庭院四周種植高大的綠樹，樹幹上種植一株比一株大的鹿角蕨，蕨葉分岔如鹿角，一片片懸垂而下，隨風搖曳，營造熱帶雨林的氣氛。一旁的菇棚以塑膠黑網搭建，裡頭陰暗多濕，棚架上的太空包長滿不同生長期的黃色靈芝。

靈芝自古被中國人視為珍貴的滋補品，有增強免疫系統、抑制癌細胞的現代醫學功能。遊客到此，若有機會遇上新鮮靈芝成熟時，不妨仔細觀察靈芝的菌摺，會噴出細如



↑ 香藥草苗圃內，育有多種香藥草盆栽。



↑ 由靈芝提煉製成的靈芝錠，方便現代人食用。



↑ 以太空包栽培的新鮮靈芝。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

粉末的黃色孢子到空氣中，把整座菇架給薄薄覆蓋，可別誤以為是黃土飛揚的結果。

7. 金都餐廳

地址：南投縣埔里鎮信義路236號

電話：(049)299-5096

營業時間：11:00~12:00、17:00~21:00

網址：<http://kingdom.nantou.com.tw/>

把當地的藝術文化與農產品，透過廚師的廚藝、創意，交融出一道道細膩美味的好菜，研

發紹興宴、邵族宴、百花宴、筊白筍宴、香草宴等鄉土菜，充分展現地方特色和文化。

這裡的菜餚素材，堅持取自埔里，料好實在，每桌2500~5000元。菜色開發上，也都圍著埔里土地孕育而生的農特產，食材新鮮，菜餚自然好吃。例如香草宴使用的香草都是當地農場栽培，搭配筊白筍、鮮鱒魚、土雞、鹹豬肉、牧草心，把西洋料理中國化，詮釋出齒頰留香的美味。

此外，菜餚的盤飾也很埔里，像「宣紙蔗香扣肉」這道菜，以埔里手工宣紙包裹甘蔗心燉梅花肉，紙上毛筆提寫菜名，再蓋上紅印，以麻繩捆綁，如同一份包裝精美高雅的禮物。



↑小土雞以香草醃漬，用荷葉、麵糰包裹、烘烤成「浴火新鳳凰」，是主廚的功夫菜。



←金都餐廳。



↑牧草心搭配醬筍，引出鮮甜味。



↑「紫綬耀榮尊」以紫蘇葉為高山鱒魚提味去腥。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

※好水釀好酒

在埔里愛蘭台地無污染的土壤下，伏流著一道甘美泉水，讓埔里酒廠釀出遠近馳名的紹興酒、愛蘭白酒、愛蘭薑酒與吟釀。

日據時代，日本人在埔里西側的愛蘭台地，發掘了這道泉水，因水質清澈甘甜，被譽稱「天下第一釀酒名泉」，並成立埔里第一個民間酒廠「埔里製酒株式會社」，釀製米酒、清酒等酒類。

光復後，埔里酒廠以愛蘭天然泉水試釀中國江南名酒紹興酒成功後，一舉打開知名度。在蔣中正總統時代，埔里酒廠儼然總統府的御用酒廠，負責釀製總統生日及國宴慶典宴客用的「呈獻酒」。

每當酒廠接獲指示、進行釀製呈獻酒時，酒廠被總統府的警衛人員嚴密包圍，如同大考闈場，製酒師傅必須留在酒廠，不得外出。等到釀酒完成後，釀酒師傅必須喝下自己經手製作的呈獻酒，確認飲用安全無虞後，這些酒才被安全人員點收押送回總統府。

埔里酒廠不只紹興酒出名，近幾年推出的愛蘭白酒、愛蘭薑酒也有極好的評價。其中，喜味濃濃的愛蘭薑酒，更獲陳水扁總統第一家庭的青睞，指定為女兒陳幸妤婚宴專用酒。新推出日本清酒類的玉泉吟釀，風味清香，入口柔順，適合冷藏飲用。



←愛蘭白酒是公賣局蒸餾酒中的極品，口感醇厚綿軟、甘潤爽口，每瓶0~7公升450元。



←玉泉吟釀是埔里酒廠鎖定高價位清酒市場推出的新產品，每瓶0.5公升200元。



↑喜氣的愛蘭薑酒，以蓬萊米、糯米、小麥釀製，每罇1~2公升600元。



↑特級陳年紹興酒，酒質香醇高雅，每罇1~2公升600元。

特別介紹

●全覽圖

●周邊景點

●特別介紹

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

※台灣咖啡

來自熱帶、原產衣索比亞的咖啡，最適合生長的環境以地球赤道為中心，向下、向上各推進南北緯度25度以內的高山地區，也就是所謂的「咖啡帶」（Coffee Zone、Coffee Belt）。世界知名的咖啡盛產地，如非洲衣索比亞、阿拉伯半島南部、中南美洲、加勒比海國家、東南亞的印尼，都是位處咖啡帶內。

咖啡帶地區的氣溫約15~25℃，平均年降雨量1,500~2,000公釐，有明顯的乾雨季，日夜溫差大；山坡排水佳，有些地區的高山為休眠火山或死火山，具備肥沃的火山土，是種植咖啡的最佳環境。

台灣是目前全球咖啡栽植區緯度最高的國家，事實上，台灣春天多雨，並不符合咖啡樹開花期所需的氣候條件。咖啡花為蟲媒花，在世界知名的咖啡產區，咖啡樹開花期都在乾季，沒有雨水干擾咖啡花授粉，咖啡果實產量穩定，採收時間集中。

但是，台灣咖啡樹2~4月開花，正好遇上綿綿春雨。咖啡花被雨淋數日後，沒有授粉就直接落花。咖啡樹本著傳宗接代的自然使命，只好不斷再冒出花苞開花，把花期延長，看看能否遇到幾天的晴天好日子，順利授粉、結果。此外，台灣春末梅雨季、夏季雷陣雨與颱風，雨水過多，也會影響結果後的果實品質。

因氣候條件的關係，台灣咖啡樹即使是同一株，開花、結果時間都無法一致，致使台灣咖啡園果熟期無法集中，對於



↑咖啡樹適合生長在乾溼季明顯的地區。



↑成熟的咖啡果實。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

採收、後製等烘焙過程，往往造成人力浪費，增加成本，因此也無法像盛產降低管理成本，可以大量栽培、大量輸出。

台灣咖啡樹的引進，可追溯到19世紀末，英國商人在台北三峽試種咖啡樹。到了日據時代，日本人在惠蓀林場栽植阿拉比卡品種，企圖馴化咖啡樹適應台灣氣候，大量栽植、生產。不過，受到二次世界大戰開戰、日本人戰

敗，緊接著台灣光復，栽植咖啡的計劃受到當時局勢的影響，無疾而終。於是，惠蓀這批日據時代種植的咖啡樹，便留做教學展示、實驗栽培，種植面積為台灣最大，之後開始嘗試烘焙少量咖啡豆販賣，稱為中興咖啡。

後來，台灣興起咖啡熱，惠蓀林場也搭上風潮，推廣咖啡，將咖啡園開放民間業者承包管理、採收、烘焙，委外經營咖啡廳，跟著咖啡流行熱潮，打出「惠蓀咖啡」的台灣咖啡在地品牌。



↑咖啡園內的咖啡展示中心，採用虹吸式煮法。



↑惠蓀咖啡強調豆子的新鮮度，採深度烘焙，1磅400元。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山



溪頭國家森林遊樂區

竹林幽幽，迷霧朦朧，
溪頭的詩意美景素負盛名。
加上得天獨厚的自然環境，
孕育出豐富的動植物生態，
成為中部最受歡迎的森林渡假區之一，
人氣始終居高不下。

←晨間循著步道漫步溪頭，在靜謐氛圍中，彷彿聽得到群木的呼吸聲。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

隸屬於台灣大學實驗林的溪頭，因地處北勢溪的源頭而得名。南倚鳳凰山麓，東西山巒圍繞，北勢溪往北奔流。山間午後總有霧氣繚繞，水漾漾地滋潤著溪頭的蟲魚鳥獸、樹草花卉。

溪頭歷經日據時代砍伐，經過台大實驗林管處造林復育，因具備絕佳的氣候條件與肥沃土壤，始終保有生機蓬勃的動植物生態，於民國59年成立森林遊樂區。

要體驗溪頭之美，可先花一個下午和晚上的時間，參觀森林自然生態展示中心，步行前往竹類標本區、銀杏林、神木、竹廬，來趟沁人心脾的森林浴；晚上不妨夜探大學池的蛙蛙歌唱秀與螢火蟲飛舞會，夜宿溪頭。

隔天起個大早，花多一些點時間與體力，走遠路前往瞭望台賞鳥，跟群山大喊早安，讓心與自然更貼近。

→大學池池水清碧，風景秀麗，30多年來吸引無數的國內外觀光客，前來親炙這個人間仙境。



●撰文／莊璧仰
●攝影／高世安



● 全覽圖
● 周邊景點
● 特別介紹

溪頭森林遊樂區全覽

建議遊玩時間：1日

遊玩景點：

- ① 森林自然生態展示中心
- ② 竹類標本區
- ③ 銀杏林
- ④ 神木
- ⑤ 竹廬
- ⑥ 大學池
- ⑦ 瞭望台



圖例	
車道	
步道	
河流	
遊玩景點	

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

中台灣

森林渡假情報



● 全覽圖 ● 周邊景點 ● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

小 檔 案

位置：南投縣鹿谷鄉內湖村

海拔：1000~1700公尺

氣候：年均溫17°C

自然景觀：森林、竹林、巨石

人文景觀：森林自然生態展示中心、大學池、觀景台、涼亭、花園

生態重點：銀杏林、藪鳥、螢火蟲、孟宗竹、蛙類、蝴蝶

適合活動：森林浴、賞花、賞鳥、賞螢、賞蝶、觀星、觀日出、登山健行、戶外教學

適合季節：全年

季節情報：1~12月賞螢，2、3月山櫻花開，6~8月銀杏翠綠濃蔭，夏季賞蛙，清明、中秋前後細碟大發生

遊樂區住宿設施

別墅	2~8人每棟3,100~13,700元
紅樓	4~5人套房3,800元
漢光樓	雙人房2,600元
國民旅社	雙人房2,600元；3人房3,100元；4人房3,500元

· 以上房價包含2人份早餐、2張入園門票；加床每床300元、加被每床50元；2002年9~12月住宿平日6折、假日8折。訂房專線：(049)261-2345溪頭餐廳旅社·餐飲：早餐每人平日100元、假日150元；午晚餐2~5人客飯500~1,100元，合菜2,000~3,000元起，宴席4,000~6,000元起。訂餐專線：(049)261-2111轉8020、8019

實用資訊

地址：南投縣鹿谷鄉內湖村森林巷9號

服務電話：(049)261-2111

開放時間：7:00~17:00（全年無休）

門票：全票平日100元，假日150元；團體票平日100元、假日120元；優待票平日80元、假日100元；學童票平日、假日50元；公務人員特約優待票平日、假日100元

停車費：大型車100元，小型車50元，機車20元

交通路線

開車南下：從中港交流道下中山高速公路，沿中彰快速道路（台74線），接台14號公路往芬園、草屯方向，過芬園至草屯轉入中二高速公路（國道3號）草屯交流道，走中二高在竹山鹿谷交流道下，往延平方向，至延平左轉151縣道續行，進入鹿谷鄉，順著溪頭指標即抵

開車北上：從王田交流道下中山高速公路，往南過大度橋，朝芬園方向，先後接上台14丙、台14甲省道，過芬園至草屯轉入中二高速公路（國道3號）草屯交流道，走中二高在竹山鹿谷交流道下，往延平方向，至延平左轉151縣道續行，進入鹿谷鄉，順著溪頭指標即抵

搭客運：從台中後火車站的原台汽南站或干城車站，搭乘台中客運、彰化客運、員林客運之聯營公車「台中—溪頭」線，直達溪頭。洽詢電話：台中客運(04)2225-5539、彰化客運(04)2722-5111、員林客運(04)2832-1141

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

1. 森林自然生態展示中心

這座兼具生態教育與自導功能的展覽場所，2002年8月開幕啓用，上下兩層樓區隔為四大展示區。

一樓的多媒體中心定時播放溪頭生態影片；電腦資訊區則供遊客自行瀏覽生態影音檔案影片；展示區內的迴廊通道，介紹各種

低、中、高海拔動植物；生態圖書館內還蒐集了國內外的生態相關書籍。

二樓有木製家具、竹藝品展示區，蒐集造型古樸的木製、竹工藝品，表現地方產業特色；鳥類標本園區則與國立鳳凰谷鳥園合作，陳列珍禽標本。

值得一提的是展示中心外對面的庭院，有竹子搭建的圍欄，頂端竹筒長年積水，是艾氏樹蛙產卵育子的家，可別忘了去瞧瞧。



↑ 路旁積水的樹洞或竹筒，常躲著艾氏樹蛙。
(攝影／黃昶憲)



↑ 一樓展示區靜態展示台灣各種低、中、高海拔動植物。

← 閒坐竹亭中，涼風習習。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

艾氏樹蛙是台灣蛙類中唯一會照顧卵及蝌蚪的青蛙，通常會選在有水的樹洞或竹筒內交配、產卵，由雄蛙照顧卵粒，待小蝌蚪孵化後，便改由雌蛙餵食養育，直到小蛙獨立離家為止。

2. 竹類標本區

本區蒐集台灣與世界50多種竹子，從入口處拾階而上，沿途具觀賞價值的江氏孟宗



竹、方竹、葫蘆麻竹、鳳凰竹、金絲竹等，羅列種植。罕見的則有世界最大的泰國巨竹，光是一根嫩筍，便與成人的大腿差不多大小；另外還有紫黑油亮的墨竹，好似浸過墨汁、從水墨畫中長出來一般。

步道中間設置以刺竹、桂竹、孟宗竹為建材的涼亭，本區後半部坍塌未修，步行至此區域，必須折返。



↑ 巨竹是全世界最大的竹子。



↑ 木製家具、竹藝品展示區，有地方特色。

← 2樓鳥類標本園區，展示難得一見的國內外鳥類標本。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

3. 銀杏林

溪頭在日據時代栽植一百多株的銀杏，成為台灣最具規模的銀杏林。

銀杏有著長柄的扇形葉片，就像展翼的蝴蝶，隨山風飄舞，且四季變妝。春夏時，宛若成千上萬的發亮綠蝴蝶停駐枝幹；秋風起則成了自由飛舞的金黃蝶，飛離即將蕭索的枝條，飄落地面。



↑ 八星虎甲蟲的成蟲身長約2公分，身上有6個白斑，前端另有2個，顏色魅艷。（攝影／黃昶憲）



↑ 白痣珈蟪交尾。雄蟲翅膀是藍色，雌蟲翅膀是深褐色，喜常出現在溪流旁，其腹部長達5公分餘，是台灣體型最大的豆娘。（攝影／黃昶憲）



↑ 江氏孟宗竹的竹桿顏色泛黃，有一道明顯的綠色縱紋。



↑ 步道兩旁常見的倒地蜈蚣，全年開花，藍紫花朵下花瓣比上花瓣大而長，被昆蟲當作採蜜用的「停機坪」。

← 銀杏林四季景觀變化豐富，為溪頭譜下令人著迷的風情。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

看靜止時翅膀是否闔起：闔起者大半是豆娘，張開的則是蜻蜓。

溪頭可以看見的蜻蛉類很多，包括白痣珈蟏、細勾春蜓、粗勾春蜓、紹德春蜓、綠胸晏蜓、樹穴蜻蜓、霜白蜻蜓、鼎脈蜻蜓、侏儒蜻蜓、猩紅蜻蜓、善變蜻蜓……等。另外甲蟲也是溪頭的「特產」之一，常有機會看到，如台灣大鍬形蟲、扁鍬形蟲、紅圓翅鍬形蟲、鬼艷鍬形蟲、薄翅天牛、八星虎甲蟲等，當然也有最受小朋友歡迎的獨角仙。

4. 神木

從銀杏林沿著神木林道走，越過北勢溪源頭支流的小涼亭，即可見到溪頭神木高高挺挺地矗立在山邊。這株神木胸圍17~3公尺、直徑5~51公尺、樹高38公尺，是一株2,800歲的紅檜，在台灣巨木排行榜上位居第4名。

神木所在的位置原是雲霧籠罩的針、闊葉



↑紅檜樹幹巨大，包括溪頭神木在內的台灣巨木，樹種多半是紅檜。



↑長尾水青蛾展翅可達13公分，幼蟲以楓香、樟樹、九芎等葉片為食。（攝影／陳仰聖）



↑青芳草葉片像飽滿的綠色小甜心，葉片對生；花小、不起眼，花梗有腺毛，可讓果實攀附人畜，以便播種。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

林，長有通直偉碩的紅檜。日據時代，檜木是日本人眼中的綠色黃金，砍伐輸往日本。溪頭神木因樹心腐朽，無經濟價值而被留下，存活至今。

每天早晨，溪頭數量眾多的藪鳥（黃胸藪眉），最愛到神木林道上覓食。藪鳥生性活潑機警，常成群活動，常在闊葉林或灌木林下、步道間半飛半跑，讓人誤以為是山老鼠跑出來，又因為數量多，而有「溪頭老鼠」之稱。

5. 竹廬

藏在孟宗竹裡的竹廬，是一棟以竹材裝潢的建築物，曾為蔣介石的行館，以往是溪頭最熱門搶手的住宿處，目前因年久失修而關閉。

竹廬周遭靜謐的竹林，頗受情侶遊客的青睞。從神木通往竹廬的神木步道和台階邊緣常累積青苔、多濕滑，行走時要留意，最好



↑ 竹廬周遭氣氛靜謐。



↑ 苧麻科的糯米團，一團團黃白花貌似蒸熟糯米。



↑ 皇蛾展翅可寬達20公分以上，是全世界最大的蛾類。（攝影／黃昶憲）

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

穿著鞋底有紋路的鞋子，並避開滑溜溜的步道邊緣。

孟宗竹高大修直，屬於溫帶性竹類，喜歡一桿桿從土中獨立冒出來，用濃密的葉片及挺挺高高的竹桿，把天給遮蓋住，獨創清幽雅緻的氣氛。竹林邊緣靠近步道石階的陰濕地方，長滿綠油油的菁芳草、糯米團。菁芳草是陰濕地區指標植物，越曬不到陽光、越潮濕的地方，它們越喜愛居住。芋麻科的糯米團，一團團黃白花看似蒸熟糯米，其葉片是細蝶幼蟲的食物。



6. 大學池

大學池是溪頭最著名的景點，原是日據時代人工挖掘用來浸泡木材、去除害蟲、防止材質乾裂用的水池，後因溪頭屬台灣大學管轄而得名。

大學池上的孟宗竹弓型竹橋，每年重新搭造，橋面窄小，每位遊客必定上橋走上一遭，以表紀念。池邊種植馬櫻丹、貓兒菊等園藝花卉，吸引細蝶、環紋蝶、台灣紋白蝶、大紅紋

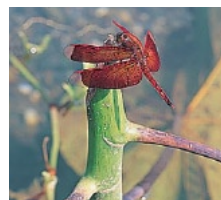


↑ 紅邊黃小灰蝶後翅有類似觸角的突起，覓食會挪動摩擦翅膀，把尾突偽裝成頭部，讓敵人注意，減少對頭部攻擊。

← 竹橋橫跨的大學池，是溪頭最著名的景點。



↑ 原生美國佛羅里達州沼澤的落羽松，葉片質薄柔軟，排列如羽毛，秋冬變橙褐色，連同小枝脫落，如羽片飄落。



↑ 善變蜻蜓生活於緩淺溪流或池塘，大學池一帶可以發現其蹤跡。
(攝影／黃和憲)

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

鳳蝶、小灰蝶、台灣麝香鳳蝶來此覓食。

大學池下方的親水池旁，長著一株美國落羽松，別忘觀察落羽松突出地面的呼吸膝根。春天時，池邊山櫻花綻放艷紅花姿，清晨時常吸引冠羽畫眉、翠鳥、白耳畫眉、鉛色水鶉也常來此覓食。

夏日夜晚，滿池螢火蟲飛舞，還有蛙聲蛙語，梭德氏蛙、莫氏樹蛙、盤古蟾蜍、面天樹蛙、艾氏樹蛙等都可在看到。

7. 瞭望台

從神木往鳳凰山瞭望台的鳳凰林道，山路蜿蜒而上，是一條需要體力與時間行走的健行步道。不過一路好山好水，動植物繁多豐富，走來一點都不無聊。

途中有一塊921地震震落下來的巨石，高約兩層樓，園方還修建了石階步道，做為震災教育新景。

林道沿途多為台灣杉、柳杉、青楓、山櫻

等針闊葉混合林。溼氣重，林下多生蕨類，以假蹄蓋蕨最多，成群成片現蹤影。開藍紫花的倒地蜈蚣也很會搶地盤，處處可見。

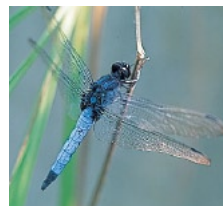
抵達鳳凰山瞭望台入口階梯，頂端有一座木造涼亭以及天文台，可望遠群峰、觀星看月。



←園方留下這塊翻落的巨石，完成護欄鞏固措施、石階步道，將巨石納入溪頭美景之列，做為921震災教育新景。



↑鳳凰林道兩旁坡地多植台灣杉，其葉片摸起來有硬刺感。



↑鼎脈蜻蜓雄蟲，在步道兩旁的緩流的溪邊可看見。(攝影／黃昶憲)

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

周邊景點

鹿谷是歷史悠久的茶鄉，
茶園遍佈的凍頂山、水光粼粼的麒麟潭，
還有幽幽竹海的小半天，無處不是好風光。

●撰文／莊璧仰
●攝影／高世安

溪頭周邊住宿情報

溪頭青年活動中心

地址：南投縣鹿谷鄉內湖村森林巷15號
電話：(049)261-2161

鹿鼎莊

地址：南投縣鹿谷鄉凍頂巷10-18號
電話：(049)275-0100
網址：<http://ludin.nantou.com.tw>

鹿谷鄉農會竹林休憩中心

地址：南投縣鹿谷鄉竹林村光復路95-21號
電話：(049)275-5005、275-1962
網址：<http://www.fcic.org.tw/280/index.html>

● 全覽圖
 ● 周邊景點
 ● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

周邊景點

- ① 凍頂山、麒麟潭
- ② 鹿谷鄉農會茶業文化館
- ③ 鹿鼎莊
- ④ 天鵝湖自然生活園
- ⑤ 小半天竹海
- ⑥ 田媽媽田園料理館



●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

鹿谷鄉昔日山羌、水鹿群集，舊稱「羌仔寮」，後來改稱「鹿谷」。在清朝屯墾的時代裡，此地是台灣第一條東西橫貫公路八通關古道的重要隘口，先人闢荒山、墾家園、植茶樹、挖竹筍的故事，深深埋在舊屋牆角、茶園小徑、密密竹林中。

鹿谷日日湧起的雲霧，似乎將開墾歲月的歷史記憶，模糊淡去。今日的鹿谷，以凍頂茶、孟宗竹、溪頭森林聞名，縹緲的霧氣依

舊在茶園流動。漫步竹林，欣賞山谷間的秀媚景致，靜謐中品味鹿谷，如同那盅金黃甘醇的凍頂茶湯，令人回味再三。

1. 凍頂山、麒麟潭

凍頂山是鹿谷凍頂茶最早的產地，海拔



↑ 凍頂山沿著凍頂巷兩旁遍佈茶園，一派田園風情。

← 麒麟潭三面環山，景色優雅朦朧。

中台灣

森林渡假情報

● 全覽圖
● 周邊景點
● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

743公尺的獨立山頭，四周開闊，雲霧瀰漫，地形、土質與氣候條件宜於茶樹生長，是台灣歷史悠久的老茶園。

沿著凍頂山直上的凍頂巷，兩旁遍佈茶園，景觀遼闊，山頂仍存有清朝鹿谷舉人林鳳池從武夷山攜回鹿谷的老茶樹。

凍頂山下的麒麟潭，舊名大水堀，原是附近永隆村民在150年前利用三面環山的地形，築堤蓄水的水壩。從凍頂山流下的泉水，終年不竭，注入湖中，晨昏薄霧籠罩，意境優雅朦朧。前總統蔣經國到鹿谷視察，覺得大水堀的湖面狀似麒麟，才改為今名。

凍頂山與麒麟潭是鹿谷鄉最著名的景點，想一覽這兩處雲霧縹緲的絕佳景色，一可從凍頂山頂的為仁製茶所旁的巷子進入，到底左轉至盡頭的茶園，園內有條直下通往麒麟潭的小步道，眺望茶園與麒麟潭。二從鹿谷鄉仁義路沿著麒麟潭邊的嶺邊巷進入，環潭一周，觀賞潭景與凍頂山。

麒麟潭邊的仁義路有一座香火鼎盛的「開山廟」，別看這座廟規模小，清代所有經過此廟的文武百官，都必須「文官下轎、武官

下馬」。在台灣廟宇中，也只有孔廟、旌表的牌坊與皇帝敕封的廟宇，才享有這樣的威風尊榮，小小的開山廟到底有何能耐，讓清代官民如此敬重呢？

開山廟原建於清光緒年間，奉祀的主神是一位不知姓名、跟隨鄭成功來台的福建漳州人士。這位佚名人士來到鹿谷大水堀莊（永隆村的舊稱）後，開闢道路，造福莊民，逝世後被崇祀祭拜，稱為「莊開山公」。

牡丹社事件發生，日本人覬覦台灣的野心暴露，促使清代政府正視台灣開發的重要性，並從西台灣關建道路通往東台灣。清光



↑「文官下轎、武官下馬」石碑。



↑開山廟雖小，卻是香火鼎盛。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

緒元年（西元1875年），總兵吳光亮開鑿由竹山經鹿谷到花蓮玉里的八通關古道，是台灣第一條東西橫向公路。

在清代，鹿谷開山廟前的道路是進入八通關古道的重要隘口，路面狹小，所有前往古道的轎子、車輛、馬匹、文武百官，到了此地必須下轎、下車、下馬，慢慢通過，並且向「莊開山公」祈禱旅途順利，不會遇到搶劫或意外，遂成為「文官下轎、武官下馬」的慣例。



2. 鹿鼎莊

地址：南投縣鹿谷鄉凍頂巷10-18號

電話：(049)275-0100

營業時間：08:00～22:00

網址：<http://ludin.nantou.com.tw>

位於凍頂山上的閩南式磚造建築，莊主多年前在鹿谷找到天然陶瓷土，將自己蒐集日據時代拆棄的清代城牆磚塊、八卦磚等台灣



↑提供鹿谷特有鐵砂陶土，讓遊客玩土捏陶，每人250元。

←鹿鼎莊坐落於凍頂山頂，視野遼闊。



↑夜探鹿鼎莊庭院內的小水塘，水芙蓉上頭蹲著復育的腹斑蛙。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

古建材，運到凍頂山上，建造鹿鼎莊與凍頂窯，經營陶藝教室、餐廳、咖啡廳、民宿。

這裡擁有鹿谷最佳視野，而且是一百八十度的無障礙視野，白天可以盡覽山谷中的濃濃綠意，夜晚則遠眺台西平原的萬家燈火。來到這裡，除可品嚐鄉土風味餐、捏陶玩土外，還可上2樓喝咖啡，享受獨飄茶鄉的咖啡醇味。

此外，後院中還搭起棚架，種植了百香果、絲瓜，和一些鳳蝶的寄主植物，成為天然頂篷；前院邊的小池塘周邊，則有復育的蛙類、蜻蛉、螢火蟲活躍。天氣好的夜晚，



↑ 茶業文化館是認識茶文化的旅遊充電站。

棚架下是喝茶聊天看夜景的好所在，伴著熱鬧的蛙鳴聲，享受城市所沒有的田園情趣。

3. 茶業文化館

地址：南投縣鹿谷鄉彰雅村中正路1段231號

電話：(049)275-1962

營業時間：平日08:00~16:30、假日09:00~17:00

(除夕、春節初一公休)

網址：<http://www.fcic.org.tw/280/index2.htm>

鹿谷鄉農會經營的茶業文化館，是認識中



↑ 茶業文化區介紹凍頂茶與中國茶源流歷史，蒐集製茶相關器具。



↑ 狗尾草根熬土雞，湯頭甘美，很受歡迎，每道200元。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

國茶演進的知識充電站。館內一樓為農特產品展示中心、茶葉門市部，展售農特產品、凍頂茶、茶葉相關產品。

二樓的茶葉文化區，靜態展示凍頂茶與中國茶葉的源流演進等主題。旁邊的簡報中心備有幻燈片播放與解說，茶藝教室舉辦茶藝研習活動，供參觀團體預約使用。三樓則是農林文物展示中心及田園藝廊，展覽鹿谷地區古老農具、農屋及鄉內藝術家作品。

農會在竹林村設有休憩中心，提供住宿房間，並規劃「茶鄉竹韻」一、二日遊自費行程，帶領遊客鹿谷玩透透。



↑凍頂茶澄清香醇，韻味無窮，馳名中外。

凍頂烏龍茶溯源

凍頂烏龍是台灣茶的翹楚，追溯其歷史源流，則是源於一位清代舉人的報恩之舉。

鹿谷人林鳳池在清朝道光21年（西元1855年）前往福建應試，由於家貧，鄉人爲他集資旅費，讓他順利赴試。中了舉人後，他爲了報答鄉人幫助，自武夷山攜回青心烏龍茶苗36株，回鄉交由鄉人種植。最後只有種在凍頂山上的12株茶樹存活，繁衍成片，成爲鹿谷重要的謀生產業，後來此地所產的烏龍茶便被稱爲「凍頂茶」。

鹿谷地區的氣候受到地形、海拔的影響，午後雲霧繚繞，陽光直接曝曬茶樹的時間短，霧氣增加茶樹生長的滋潤度，因此茶葉香氣足。經焙火製成的凍頂茶，屬於青茶類半發酵茶，茶葉外觀新鮮墨綠，茶條呈緊實的半球型。泡出來的茶水，金黃澄清，香氣撲鼻，滋味醇厚，韻味無窮。冬天採收揉製後的冬茶比較清香，而春茶韻味重。

由於凍頂茶葉緊實，泡茶時，茶葉份量只



↑凍頂山多雲霧、排水佳，滋養出香氣足、品質好的茶葉。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

需茶壺的三分之一或四分之一即可，留有適當空間給茶葉在熱水中舒展，才能泡出好茶味。泡熱茶的水溫，必須在攝氏90度以上，沖泡時間第一泡約50秒，往後每泡增加15秒。

4. 天鵝湖自然生活園

地址：南投縣鹿谷鄉和雅村愛鄉路97-6號
 電話：(049)275-1397
 營業時間：08:00~20:00
 （竹筒餐須三天前預約）

→以凍頂茶醃漬的凍頂茶梅，酸甜的滋味中帶有茶香，每盒149元。



藏在濃密孟宗竹林中，是個栽植茶花、杜鵑花聞名中台灣的苗圃，蒐集300多種的珍稀茶花品種，園名取自白色茶花品種「天鵝湖」。

每年10月到翌年4月的茶花花季，為青青山野增添幾許嬌豔。園藝品種的杜鵑花也四季綻放。遊客4、5月間來此，還可在園內的山坡地上觀賞螢火蟲大發生的熠亮螢光。

配合當地竹子產業，提供竹砲迎賓、竹燈籠DIY、竹筒餐料理，供遊客體驗有趣的竹子生活文化。值得一提的是竹筒餐，以麻竹或孟宗竹盛裝食材放在火上燒烤，將竹子的



↑春天茶花盛開，是天鵝湖自然生活園最美的時候。



↑天鵝湖自然生活園坐落於竹林茶園中。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

清香逼入料理中，滋味鮮美，不可不嘗，須事先預約。

5. 小半天竹海

「小半天」指的是鹿谷鄉西南方竹林村、竹豐村與和雅村，舊稱「大竹湖」。此處擁有台灣最大面積的孟宗竹林，面積佔全台的

二分之一。

從鹿谷鄉中正路往溪頭，過茶業文化館大樓後右轉光復路，然後左轉直行愛鄉路不遠，進入長約1公里、高竹夾道、涼爽靜謐的竹林隧道。沿途可見愛在竹林飛舞的蔭蝶，五色鳥叫聲也不絕於耳。

沿著愛鄉路續行過鶴山廟，就在路旁「大石公」後方，又是一片壯觀繁茂的竹林。走步道健行而上約40分鐘，有一座3層樓涼亭，可登高遠眺溪頭地區的風景。



↑園內提供孟宗竹材料，教導遊客DIY製作竹燈籠。材料50元、成品100元。



↑竹林夾道的綠色隧道，幽靜清麗。



↑大石公後方的竹林步道，一路穿越竹林陡上。



↑野炊竹筒餐菜色豐富，每人200元。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

竹砲

原是台灣先民使用的嚇阻性砲筒，如今已成極富民俗與歷史意味的節慶道具。

製作時，須先挑選粗大堅固的老孟宗竹筒，打通內部所有的竹節，然後放入電土（即碳化鈣）。在竹筒末端挖個小洞，注入少許水後，電土遇水會產生白色煙霧狀的乙



↑ 竹砲利用電土遇水產生乙炔原理，產生巨響。

炔氣體，從小洞中冒出，此時以火點燃，即會爆出震耳欲聾的砲聲。

竹砲其實只是個空心砲，只聞其響、不見威力，早期的台灣漢人與原住民都利用來嚇阻敵人或是入侵農園的山豬、獼猴，後來竹砲更演變為迎娶慶典使用，製造熱鬧氣氛。



↑ 以粗竹筒為砲管的竹砲，原是台灣先民用來嚇阻敵人、山豬、獼猴的嚇阻性砲筒。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

6. 田媽媽田園料理館

地址：南投縣鹿谷鄉彰雅村中正路一段231號

電話：(049)275-1962

(須預約訂餐，除夕、春節初一公休)

網址：<http://www.fcic.org.tw/280/index2.htm>

凍頂烏龍茶、竹筍是鹿谷最知名的兩大特產，鄉內各大餐廳以這兩種素材，設計茶香筍嫩的茶筍餐宴，成為鹿谷鄉特色美食。各家餐廳的茶筍餐菜色內容，相差不遠，最知名的包括筍香火空肉、茶酥里肌、三杯茶鳳、竹葉香筍飯。

農會附設的田媽媽田園料理館，位於茶業文化館後方，由農會輔導訓練當地家政班茶家婦女，習得一身辦桌好廚藝，專攻茶筍餐製作，採用農會出產的凍頂茶為材料，設計出60多道菜色，讓消費者享用鹿谷最新鮮道地的茶筍佳餚。訂餐採預約制，每桌有10道菜色，包括5道茶餐、5道筍餐，售價3000元。



←筍香火空肉用鹿谷盛產的筍子與梅花肉一起燉滷，肉軟筍香，十分下飯。



↑三色茶卷以里肌肉包裹茶青、紅蘿蔔、蔥段酥炸，蘸上酸甜桔醬食用，滋味清爽。

特別介紹

●全覽圖

●周邊景點

●特別介紹

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

※銀杏：活化石植物

在3億5000萬年前的古生代石炭紀，氣候潮濕而溫暖，巨大的蕨類幾乎佔據整個陸地，銀杏以裸子植物的身分，利用毫無周密保護的身分，延種裸露種，子，延續族群，延種卻能從濃密茂盛的蕨類森林中，掙得小小的生長天地。



到了2億8000萬年前的中生代侏羅紀時代，恐龍成為動物界的主宰強者，而銀杏也不遑多讓，在北半球的森林區欣欣向榮，是當時最強勢的植物之一。

天賜的強大生命力，讓銀杏熬過了地球環境千億年的無情變化，安然度過寒冷結凍的冰河時期，依然保持它最原始的模樣，子遺存活至今，成為目前地球上殘存的最古老植物之一，更是生物演化學上的「活化石」。

全球已無野生銀杏，幾乎都是人為種植。銀杏樹高可達3、40公尺，樹型挺拔擎天，雖然生命力驚人，卻生長緩慢，從祖父年輕時種下樹苗，要等到孫子時代才會開花、結果，又稱為公孫樹。

銀杏的果實、葉片都有藥效，果實剝除有毒外皮後的種仁，稱為白果，有定喘止咳、抗氧化的功效與豐富的營養素。葉片含有的化學物質，則可治療血液循環疾病，減緩老人癡呆症。



↑ 古老的銀杏，生命力強韌，有植物活化石之稱。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

※溪頭螢火蟲

溪頭一年四季都能看得到螢火蟲，大學池、神木區、苗圃是最佳的賞螢地點。小小螢火蟲就像插電的燈泡般，掛在草叢、樹枝上。

溪頭的螢火蟲種類有12種，根據每種螢火蟲不同的大發生時間（最大量破蛹成蟲的時間），分別是3～6月春夏之交的黑翅螢、大端黑螢、紅胸黑翅螢、紅胸窗螢、赤腹窗螢、北方踞角螢；6～10月夏秋之際的端黑螢；10～12月初冬的台灣山窗螢、雙色垂鬚螢、雲南扁螢；11～3月的神木螢、踞角雪螢。

螢火蟲在生物分類上屬於昆蟲綱、鞘翅目、螢科，全世界約有2,000種，台灣目前已發現40多種。

螢火蟲為完全變態的昆蟲，生活史分為卵期、幼蟲期、蛹期及成蟲期。幼蟲長相有點可怕，頗像蜈蚣，而且覓食行徑殘酷，跟吸血鬼不相上下。

依據幼蟲的生長環境，大致分為陸棲、水陸棲、水棲。陸棲幼蟲體型大，以蝸牛為食

物；水棲體型小，取食螺類；水陸棲體型居中，蝸牛、螺類兩者皆可食。幼蟲通常以大顎咬住蝸牛或螺類，將麻醉物質注入獵物體內，麻痺獵物，讓獵物在安詳中死亡，再分泌唾液將獵物分解成細漿狀流質肉汁，慢慢吸吮。

不過，成蟲後的螢火蟲，就完全變成素食主義者，以露水、樹汁為食，成蟲壽命大約只有10天，以傳宗接代為第一要務。

成蟲與幼蟲都有發光能力，有的種類連卵也會發光，發光目的是為了警告敵人，切莫接近或當做求偶訊號；有時情緒緊張時，也會發光。

發光的原理導因於腹部末端存有發光器，內有螢光素，經過螢光酵素催化後，與空氣接觸，發生氧化發光的反應。發射出來的光是冷光，只釋放極少的熱能，不會灼傷。



↑螢火蟲對於生長環境要求嚴格，不能有污染、光害與干擾，圖為山窗螢。（攝影／黃子明）



↑螢火蟲的幼蟲也會發光，圖為陸棲型的山窗螢幼蟲。



●全覽圖

●周邊景點

●特別介紹

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山



八仙山國家森林遊樂區

擁有中台灣最佳蝶況，

加上春夏季盛開的山櫻花、油桐花，

萬物衆生以燦爛閃耀的姿容，盛讚自然。

←竹林是八仙山著名的景點之一。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

與阿里山、太平山同列台灣早期三大林場，位於雪山山脈西行的尾稜，和白姑大山連稜相接。海拔2,424公尺，折合舊日尺（台尺）為八千尺，在日據時代原擬稱「八千山」，但有人覺得此名不妥，便改稱今名。

此地屬於中海拔多雲霧的檜木林帶，孕育台灣扁柏、紅檜、鐵杉、雲杉、五葉松、二葉松等針葉樹種。日據時代為了開發豐富



的針葉林材積，從豐原鋪設森林鐵路進入八仙山區。伐木盛期，曾有眾多伐木工人居住此地，並興建學校、招待所、辦公廳、神社等，儼然一個小社區。

到了民國50年代，林場結束伐木，拆除索道與森林鐵路，朝向森林遊樂區方向經營。歷經極度砍伐，八仙山終於重回大自然的安靜懷抱，倚靠自發生長的次生林木，恢復到現在的滿山蒼翠。

十文溪與佳保溪流貫此區，早期以溪流景色著稱。桃芝風災受創後，河床堆疊岩石、漂流木，飛泉深潭、清淺溪流的美景已不復見。不過，八仙山依然很有看頭，擁有中台灣最佳蝶況及春夏季盛開的山櫻花、油桐花，都值得遊客入山林、享幽靜、賞美景。

●撰文／莊璧仰
●攝影／高世安



←遊客中心、小木屋所在位置的佳保台，曾獲選日據時代台灣八景之一。

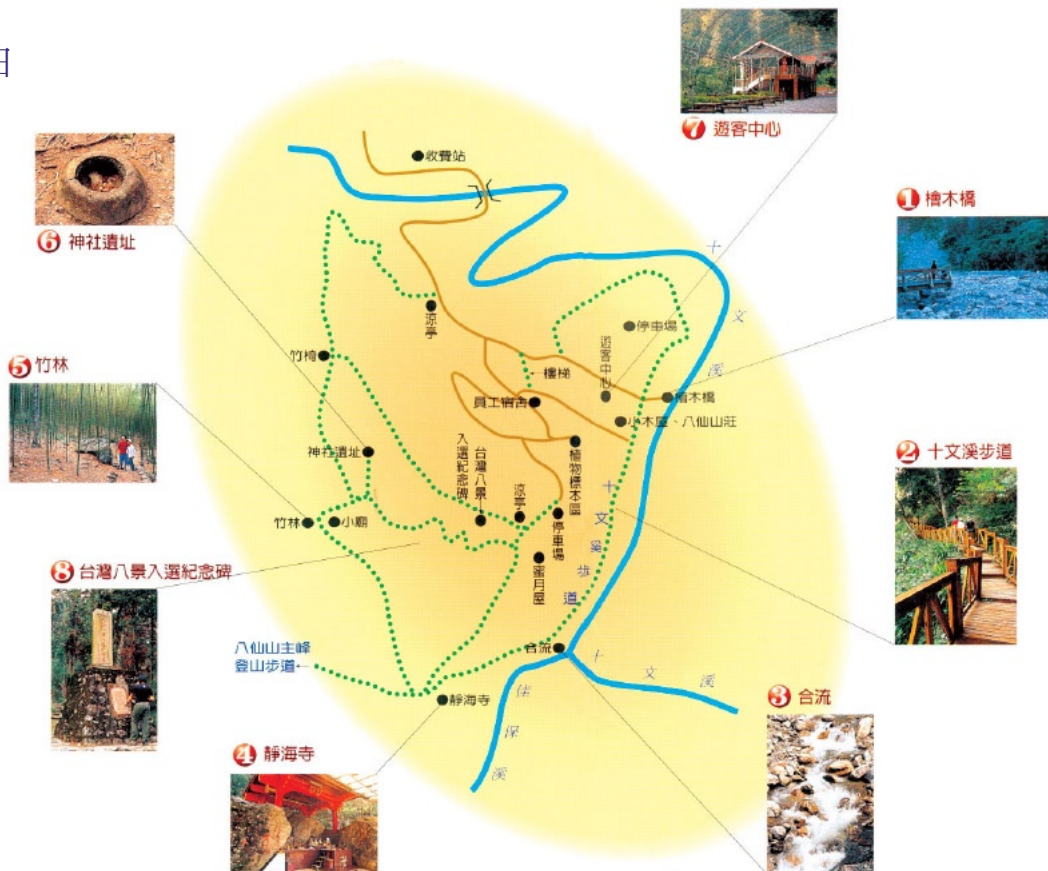
● 全覽圖
 ● 周邊景點
 ● 特別介紹

八仙山森林遊樂區全覽

建議遊玩時間：1日

遊玩景點：

- ① 檜木橋
- ② 十文溪步道
- ③ 合流
- ④ 靜海寺
- ⑤ 竹林
- ⑥ 神社遺址
- ⑦ 遊客中心
- ⑧ 台灣八景入選紀念碑



● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

小 檔 案

位置：台中縣和平鄉

海拔：750～2424公尺

氣候：年均溫18℃

自然景觀：溪流、森林、奇石、竹林

人文景觀：台灣八景紀念碑、神社遺址等伐木時期設施

生態重點：溪流景觀、蝴蝶、孟宗竹、鳥類、油桐花、山櫻花

適合活動：登山、賞景、賞鳥、賞蝶、認識植物、森林浴

適合季節：全年

季節情報：全年賞蝶、賞鳥，2～4月山櫻花季，4～6月油桐花季

遊樂區住宿設施

小木屋	4人套房2640元
蜜月屋	2人套房1760元
八仙山莊	16、36人通鋪團體房每人220元

註：非假日住宿7折，寒暑假不打折。訂房專線：(04)2595-1214
 · 餐飲：早餐合菜一桌10人份500元、客飯1人份50元；午晚餐合菜一桌10人份1650元、客飯1人100元。訂餐專線：(04)2595-1214

實 用 資 訊

地址：台中縣和平鄉八仙山事業區林班第110號

服務電話：(04)2595-1214

開放時間：7:00～17:00（全年無休）

門票：全票平日100元、假日150元；半票平日、假日75元；優待票平日、假日10元。

停車費：大型車、小型車100元，機車20元

交 通 路 線

開車：1.南下者：從豐原交流道下中山高速公路，走台10線至豐原市，然後轉台3線，經過石岡，至東勢東豐大橋右轉台8線，循台8線續行，過天冷至谷關篤銘橋，右轉往八仙山即抵

2.北上者：從王田交流道下中山高速公路，往南過大度橋，朝芬園方向，先後接上台14丙、台14線，經芬園、草屯、國姓至柑子林，左轉國姓橋接上133縣道續行，到葉厝左轉台21線抵天冷，右轉台8線續行至谷關篤銘橋，右轉往八仙山即抵

搭車：豐原客運由台中、豐原、東勢往谷關的班車，於篤銘橋下車步行前往。豐原客運台中站(04)2222-3454，豐原站(04)2524-6603、東勢站(04)2587-2043

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

1. 檜木橋

原是跨越十文溪的檜木橋，因2001年桃芝風災，造成大量土石流沿著佳保溪、十文溪沖刷下來，對面山壁也塌陷崩落，損毀橋樑，只剩半截的橋首部份，作為風災紀念。

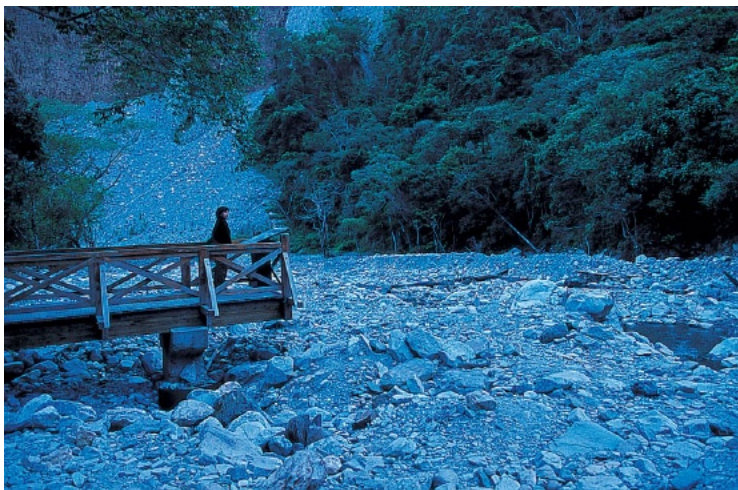
站在橋上，往前望去的十文溪岸，原本青綠蒼翠、飛泉緩流的河岸景緻，已不復見，風災帶來大大小小的岩石，把河床墊高數公尺，河

道崎嶇，漂流木堆積，水路變得湍急渾濁，為大自然無法捉摸的善變力量留下見證。

河鳥、鉛色水鶇等溪流鳥類，仍一派悠閒地在溪床活動、覓食，其中鉛色水鶇常見於台灣中低海拔溪流地帶，喜歡站在溪邊石頭、欄杆等突起物上，展開尾羽搖屁股。附近第一停車場的油桐林，每年春夏綻開一樹繁花似雪，地面亦鋪滿落花片片，花景動人，油桐花白亮亮的花朵簇生枝梢，像是在綠樹頂堆出無數撮細雪，風吹繽紛輕落，又



↑ 油桐花白亮亮的花朵簇生枝梢，像是在綠樹頂堆出無數撮細雪，風吹繽紛輕落，又稱為「五月雪」。



↑ 鉛色水鶇最喜歡站在溪邊石頭、欄杆等突起物上搖屁股。（攝影／賴鵬智）

← 檜木搭建橫跨十文溪的橋樑僅剩橋首部份。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

有「五月雪」的雅稱。

2. 十文溪步道

沿十文溪往佳保溪合流處的沿溪步道，原是區內山最令人稱頌的景點，經過921地震、桃芝風災後，沿岸景觀已經改變，從以往的青翠蒼綠、秀麗靜謐，變為現在的疊石疊壘、湍流切切，另有一種震懾壯觀的感受。



↑ 合流附近原本有幾處深潭，現已被石礫埋沒。



↑ 沿著十文溪岸的步道散步，一路上充滿涼意。

步道沿途的山坡，盡是青楓、山漆、九芎、無患子以及樟科、殼斗科的闊葉林木，溪流水氣充足，清涼陣陣沁人心脾。林層底下的草本植物也不甘示弱，盛夏8、9月開花的土人參，以五瓣粉紫小花與深紅小果實，在步道旁招搖爭豔。

馬齒莧科的土人參，原是庭園觀賞植物，引進台灣後，適應低海拔的山野、荒地，族群數量龐大，因根部膨脹有如人參而得名。



↑ 土人參繁殖力強，低海拔山野、居家庭院都有它的蹤跡。

3. 合流

大甲溪的兩條支流十文溪與佳保溪匯流點，貫穿全遊樂區。因人跡罕至，未被污染，清澈充沛，終年不竭，水質極佳，水溫清涼，被譽為台灣兩大名泉之一（另一條為花蓮清水溪），目前遊樂區的水源，即引自佳保溪。

這兩條溪流匯流處的所在位置「佳保台」，是一塊沖積台地，海拔900公尺，昔

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

日山翠巒青、鳥鳴水聲不斷，山光水色，美景天成，是日據時代盛名大噪的台灣八景之一。在當時的伐木盛期，佳保台被當作集材用的土場，居住眾多的伐木工人，另國小分校、招待所及辦公廳也都設在此地。



4. 靜海寺

跨越合流至佳保溪左岸的步道在整修中，步道路徑改往佳保溪右岸高繞，直通靜海寺。供奉佛祖的靜海寺，是由一名居住台中的陳姓民眾捐錢修建。據說相當靈驗，香火鼎盛，佛祖保佑人，也庇護八仙山這片山林。

靜海寺往上走，步道分為兩條路，上行往八仙山主峰的登山口，下行到竹林。有



↑ 豆科的血藤因莖會流出淡紅汁液而得名。



↑ 十文溪與佳保溪在此匯流。



↑ 林蔭下的靜海寺。

← 桃芝風災過後，水石間激盪交會的變動力量，讓十文溪又回到遠古初始的地貌。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

體力、時間的民眾不妨挑戰約6公里長的八仙山登山步道，來回行程8小時，登頂海拔2,424公尺的八仙山主峰。

這裡附近山區是賞鳥景點之一，活潑好動的紅頭山雀，穿梭低矮的灌木間；黑枕藍鶺「回、回」的輕快鳴聲及五色鳥類似老和尚敲木魚聲，不絕於耳。青背山雀也常見到，顧名思義，其背部和飛羽、尾羽是青藍色，臉頰有塊明顯的白斑，個性較膽大不怕人。

登山步道兩旁的森林也有蛇類出沒，以龜殼花為主。不過別擔心，龜殼花主要在夜間活動，白天遇到的機會恐怕不多。

5. 竹林

這片竹林種植孟宗竹與桂竹，都屬於單稈散生的竹子，林相整齊優美，步道曲徑通幽，漫步其中，毫無塵囂攪擾，安靜得連竹葉落地的聲音都聽得見。

竹子其實是一種很小氣的植物，根部具

有毒他作用，會釋放毒素，毒死其他植物的根，避免土壤養分、空間被佔據，拒絕其他植物當它們的鄰居。而且竹子落葉量大，常常在地面堆積厚厚一層，連最懂得在夾縫中求生存的雜草，也幾乎無法攻城掠地。



↑ 單稈散生的孟宗竹、桂竹林，整齊優美的竹林景色，很受遊客歡迎。



← 漫遊竹林，有時還可發現剛冒出土的竹筍。



↑ 琉球青斑蝶一身黑底，上有水藍色斑紋。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

6. 神社遺址

八仙山曾遍山檜木，日據時代日本人鋪設林場鐵路進入山區，加上伐木危險性高，造成工作人員多死傷，因而修建神社，撫慰犧牲的亡魂。

光復後，神社被森林火災所毀，原址修建一座以石頭為地基的茅草屋，於921地震倒塌後，目前改建涼亭，供遊客歇腳。遺址僅剩下神社鳥居（牌坊）樑柱一對基座孔穴與淨盆處的洗手台。

涼亭周圍有多株高大的二葉松、五葉松，

由於葉子長在高處，加上樹底下這兩種松樹葉子混雜，無法輕易辨識，遊客可直接由樹幹開裂的紋路，辨識這兩種松樹的差異。二葉松樹幹有明顯而深刻的溝紋，樹皮龜裂成大塊；五葉松樹幹溝紋淺，龜裂情況較不嚴重。

離開神社遺址，朝向環區公路出口的方向，穿過針闊葉林地，林間血藤纏掛，台灣獼猴常攀爬其中，當作來往樹冠的通行步徑。春夏之時可聽見台灣騷蟬扯大嗓門鳴叫，大紅紋鳳蝶、細蝶、青斑蝶等眾多蝶類，也在森林底層覓食產卵。途間的山櫻花林，春天一片紅豔花海，常吸引白耳畫眉、



↑台灣野生花卉多，整年開花不斷，為蝴蝶提供豐沛的花蜜來源。



↑八仙山神社遺址目前興建起一座涼亭，供遊客歇息。



↑神社鳥居樑柱的基座孔穴。



↑粉蝶科的淡黃蝶吸蜜也吸水，喜歡集體活動，遇到有水的潮濕地，常常停飛落地，密密麻麻排在地上吸水。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

冠羽畫眉前來享用花蜜大餐。山櫻花朵每一朵花有細長的花梗連接枝條，待花苞完全綻放，花梗完全不敵地心引力，只好讓花容往下開顏。

7. 遊客中心

遊客中心前的九重葛花棚下盆台栽植馬纓丹、非洲鳳仙花、長穗木。繁茂的花叢儼然當地蜂蝶最上乘的餐廳，常吸引蜂、蛾及鳳蝶、斑蝶前來大啖花蜜。



↑ 遊客中心前的花棚，是蜂蝶蛾類的美食餐廳。

眾多的花蜜饕客中，要屬長喙透翅天蛾最特別。這種天蛾拍翅的頻率極快，飛行可以定點滯空，翅膀透明、身體黃色、腹部有咖啡色條紋，懸空飛在花朵上方，把長喙深入花中吸蜜，外觀與動作常讓人誤認為蜂鳥（其實台灣並無蜂鳥）。

從遊客中心旁順著馬路上行，經過員工宿舍區，有一處階梯通往植物標本區，栽植有毒及食用植物，作為教育展示。居家常見的聖誕紅、孤挺花都是有毒植物，聖誕紅枝葉的乳汁有毒，皮膚沾到後會發癢紅腫，誤食則會引起食道燒灼、腹瀉。另外曾是新聞焦點的大花曼陀羅則是蛇蠍美人，全株有毒，



↑ 山櫻花朵每一朵花有細長的花梗連接枝條。



↑ 大花曼陀羅是蛇蠍美人，全株有毒。



↑ 薄翅蜻蜓是台灣分布最廣、數量最多的蜻蜓，秋天時常成群飛翔空中。

● 全覽圖

● 周邊景點

● 特別介紹

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

以種子、花朵毒性最強。誤食後，會產生心律不整、中樞神經麻痺。

8. 台灣八景入選紀念碑

日據時代，台灣北部發行量最大的報紙「台灣日日新報」，舉辦民眾票選，選出台灣八景，八仙山以青巒疊翠、溪流清澈的景觀，被獲入選。獲此殊榮後，當地的林場單位便豎立「台灣八景入選紀念碑」日文本牌，以表紀念。光復後，木牌被遭破壞，改建石碑，銘記這段紀錄。

紀念碑位於遊客中心上方，鄰近第二停車場，前面設有林間教室、涼亭，供民眾使用。紀念碑後方的步道，通往神社遺址。每天早晨，停車場前方山坡上空都有一大群薄翅蜻蜓飛翔，也吸引赤腹山雀、白鵲鴿、灰鵲鴿、小卷尾、洋燕等鳥類來此覓食。



↑台灣八景入選紀念碑附近區域，鳥況極佳，每天清晨鳥鳴啾啾。



↑八仙山的蝶況居中部山區之冠，圖為黑條樺斑蝶。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

周邊景點

藏在山巒碧水裡的谷關，
大甲溪水流在山石之間穿流，
氤氳溫泉從地表岩石汨汨竄冒，
石依水、水繞石，
搓摩出這個山水之谷鮮明通透的自然風貌。

●撰文／莊璧仰
●攝影／高世安

八仙山周邊住宿情報

龍谷觀光大飯店	地址：台中縣和平鄉東關路一段138號 網站： http://www.dragonvalley.com.tw/	電話：(04)2595-1369
皇家木屋山莊	地址：台中縣和平鄉東關路1段溫泉巷9號 網址： http://royal.citylife.com.tw/	電話：(04)2595-1177
伊豆湯泉	地址：台中縣和平鄉東關路1段谷關分校巷5號 網站： http://www.e-daw.com.tw/	電話：(04)2595-0315
松鶴泰雅民宿	地址：台中縣和平鄉博愛村松鶴三巷 網站： http://www.aborigine.org.tw/	電話：(04)2595-1746

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

周邊景點

- ① 龍谷觀光大飯店
- ② 皇家木屋山莊
- ③ 伊豆湯泉
- ④ 泰雅山之味餐廳
- ⑤ 古拉斯部落泰雅文化休閒營
- ⑥ 松鶴社區泰雅民宿



●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

谷關位於台中縣和平鄉博愛村，擁有迤邐綿延的青山、汨流不竭的溫泉、燦爛旖旎的樹容花姿、活躍豐富的鳥蝶生態、濃厚的泰雅原住民風情。雖然921地震造成中橫公路從谷關至德基路段崩毀，但谷關幸運地保有秀麗無缺的景緻，當地溫泉業者也紛紛改進住宿悠閒設施、營造精緻泡湯風格，重振溫泉鄉之姿，打造谷關泡湯新風情。

除了溫泉有名之外，谷關因鄰近八仙山，也

有良好的蝶況與鳥況。到處可見迷人的蝴蝶，群聚在花叢水灘邊覓食；鳥類以山鳥、溪鳥為主，清晨時，早起的鳥兒四處在谷關溜達，熱鬧的鳥鳴成了早晨最佳的「醒腦」音樂。

谷關附近的松鶴，是個泰雅族、閩南、客家、外省族群聚居的小社區，近年來以泰雅文化營建社區新風貌，並結合觀光，推出泰雅民宿、文化休閒營。



↑ 龍谷觀光大飯店是谷關地區最大的飯店。

← 能量溫泉館的半露天風呂，可眺望大甲溪畔美麗風光。泡湯不限時間，每人600元，住客300元。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

1. 龍谷觀光大飯店

地址：台中縣和平鄉東關路1段138號

電話：(04)2595-1369

營業時間：住宿24H；泡湯、遊樂區09:00～22:00

網址：<http://www.dragonvalley.com.tw/>

位於東西橫貫公路谷關風景區牌樓旁，擁有溫泉套房、遊樂區、溫泉館、大型會議中心、美食餐廳，是谷關地區最大的溫泉飯店。

1樓的n.e.c.風呂是台灣第一座以天然水



↑ 新裝修的溫泉套房，採原木裝潢格調，套房定價2400～5200元。

晶、北投石為訴求的能量溫泉館，設置風呂、運動健身器材、原木蒸氣室、紅外線烤箱等設備。半露天湯池分男女兩湯，以大甲溪石砌建。按摩休閒區環置水晶、北投石等具能量磁場的礦石，搭配溫泉，達到保健養生效果。

250間客房24小時供應天然溫泉水，並陸續重新裝修，提供嶄新舒適的住宿環境。此外，還可從飯店旁的紅色吊橋，步行至對岸大甲溪畔的遊樂區，在松林環立的溫泉泡湯游泳池中，溪流水聲與蝴蝶飛舞。從靠溪邊的松溪泡湯池，往下眺望，溪床上時常有數



↑ 大甲溪畔的龍谷天然遊樂區，除泡湯外還可賞蝶、聽松濤。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

量眾多的鳳蝶、青斑蝶徘徊此地吸水，值得觀賞。

2. 皇家木屋山莊

地址：台中縣和平鄉東關路1段溫泉巷9號

電話：(04)2595-1177

營業時間：住宿24H；露天庭園溫泉、室內溫泉養生水療館09:00~21:00

網址：royal.citylife.com.tw/



↑ 皇家木屋山莊。

谷關唯一一家木屋建築的溫泉山莊，採用美國猶他州松柏實木搭建，室內充滿森林芬多精的清香味道，別具悠閒自然的度假氣氛。值得一提的是業者對於住宿環境的經營極為用心，套房的寢具選用鵝絨被褥、美國席夢思床鋪，裝潢陳設簡潔雅致，每間客房都有觀景陽台，頗受好評。

皇家木屋山莊有多個溫泉池，採用大甲溪

石砌造，有水療設施、按摩池，分別設在戶外露天庭園溫泉、室內溫泉養生水療館。位於大甲溪畔的露天庭園溫泉，庭園造景花木扶疏，浸泡泉湯中，聽著野鳥美聲獻唱，擁攬整山蒼翠的綠景，與大自然含蓄內斂的情致相



↑ 以美國松柏木裝潢的住宿套房，設備、環境不輸觀光飯店。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

遇，總教人沉溺其中，久久不想起身。

若遇冬日起霧，彷彿躲在雲霧中洗澡，身體浸沉在溫泉活水潺潺注入的浴池中，享受溫暖，又是一種油然紓放愉悅的感受。至於怕冷的，則可進入室內溫泉養生水療館泡湯，使用水療按摩身體，消除四肢百骸的疲憊。

3. 伊豆湯泉

地址：台中縣和平鄉東關路1段谷關分校巷5號

電話：(04)2595-0315

營業時間：泡湯週日至週四09:00～24:00，週五、六24H。

網址：<http://www.e-daw.com.tw/>



↑伊豆別館的「登別」泡湯套房，有專屬大型的檜木按摩湯池。

←在露天庭園溫泉泡湯，沒有塵囂嘈雜、世俗庸擾，只有悠閒的度假步調。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

位於谷關博愛國小谷關分校上方，為谷關溫泉區最有日本風味的泡湯旅店，提供溫泉園區、湯屋別館、住宿等服務設施。

溫泉園區包括露天風呂裸身泡湯的男湯、女湯及室外大眾露天溫泉、冷泉設施，充滿濃濃日本風。溫泉園區旁的住宿小木屋區，屋內除了寢具設備外，另闢套房專屬的露天溫泉池，以竹子牆籬圈圍，池邊的山櫻花、青楓也大方獻出紅花紅葉，飄落整池的浪漫。



↑伊豆湯泉。

湯屋位於新啓用的伊豆別館，規劃13間以日本名字取名的「鴛鴦池」湯屋，以及2間泡湯住宿套房，空間格調簡約俐落。「鴛鴦池」湯屋只供泡湯，有湯池、床舖、植物造景的小花檯。為了怕泡湯鴛鴦的竊竊情語被別人聽到，設計流水道巧妙地在館內流動，發出潺潺水聲，剛好製造自然的環境聲來掩蓋。2間取名為「登別」、「函館」的泡湯住宿套房，房間空間大，還有專屬的大型檜木按摩湯池。



↑室外大眾露天溫泉，假日24小時營業。泡湯不限時間，成人200元、兒童100元。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

4. 泰雅山之味餐廳

地址：台中縣和平鄉東關路1段龍谷立體停車場商店街1樓

電話：(04) 2595-1369

營業時間：11:00~20:00

網址：<http://www.dragonvalley.com.tw/>



↑ 2人份鮭魚大餐，包括鱒魚雙吃、白斬雞、雙味山苦瓜、鹽酥溪蝦、清炒高麗菜、水果，定價1,000元



↑ 雙味山苦瓜的苦味回甘及清脆口感，很受歡迎。



↑ 以土雞烹調的白斬雞。

谷關地區規模最大的餐廳，以當地山野特產料理為招牌菜式，人氣最好的菜餚當屬鱒魚。

谷關山區有多家鱒魚養殖場，飼養虹鱒、鱒龍魚等冷水性魚類，供應谷關地區的餐廳。虹鱒肉質鮮美無土腥味，骨軟刺少，蛋白質和脂肪含量比一般魚類高，利用新鮮虹鱒烹調出來的料理，都能吃得到魚肉的細緻美味。

以山之味2人份鱒魚大餐為例，新鮮鱒魚剖半，一半拿來清蒸、一半煮味噌湯。使用破布子、調味料、蔥薑提味的清蒸鮭魚，滋味清爽，肉質鮮嫩。用味噌煮鮭魚湯，口味家常，但因鮭魚新鮮，湯頭有魚湯的甜美味。



↑ 虹鱒肉質甜美，無腥味、無小骨刺，含豐富的蛋白質，脂肪含量低。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

5. 古拉斯部落泰雅文化休閒營

地址：台中縣和平鄉博愛村松鶴三巷17號
 電話：(04)2595-0386、2595-0387、2595-0389
 營業時間：09:00～17:00

位於松鶴部落，由一群泰雅族原住民開設，提供山訓、原住民體能趣味活動與傳統技藝，供遊客體驗學習。



休閒營區設有營火場、山訓場、攀岩場、泰雅文化教室等設施，提供山訓（攀岩、垂降、彈跳）、漆彈射擊、野外求生、夜間生態觀察、登山健行、野外求生、溯溪野炊、部落巡禮、營火晚會、編織、搗米糕、口簧琴製作等自費活動。由專人帶領，體驗都市學不到的山訓技能、大自然活動與原住民傳統技藝。

這裡還備有泰雅原味的「頭目餐」與谷關



← 攀岩挑戰性高，近年來在台灣非常熱門。

← 漆彈運動安全性高卻驚險十足，有專人解說帶領遊戲，提供槍組、護具、頭盔等防護裝備，每人子彈40發300元。



↑ 山壁垂降可培養膽量、體能。山訓活動每人300元。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

特產的五葉松汁、小米露。「頭目餐」食材都取材自谷關，並跟隨季節變化菜色，以谷關地區的山產、野菜、鱒魚為主，有竹香山竹雞、鱒魚派、酒燒溪魚、岩燒山羌肉、山椒排骨湯、五香石板鱒等菜餚。有些菜的烹調方式很復古，按照原住民的古法，把溪石燒熱，丟進食材中直接燙熟，保持最原始的風味。多樣化的遊程活動與泰雅美食，都須事先預約。



6. 松鶴社區泰雅民宿

地址：台中縣和平鄉博愛村松鶴三巷
電話：(04)2595-1746松鶴部落重建教室
洽詢時間：09:00～16:30
網址：<http://www.aborigine.org.tw/>

位於谷關附近的松鶴社區，早期是泰雅族的「德芙蘭」部落，日據時代八仙山林場開



←松鶴泰雅媽媽們重新拾起祖先的編織技藝，手工製作泰雅風味的編織品。

←泰雅竹屋內設備一應俱全，還可自行攜帶食物烹調。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

發經營，湧入閩南、客家伐木工人在此定居。此地連同谷關所在的區域，日據時代舊稱「久良栖」，原意係指「林密水多而肥沃的土地」，但泰雅族人又以當時原住民頭目「古拉斯」為部落名字。台灣光復後，改名「松鶴」，中部橫貫公路興建完工，一些修建中橫的退伍榮民也遷入居住，群族多樣，卻相處融洽，是一個很特別的小村落。

居民以栽種五葉松、梅子及果樹維生，在921地震後，谷關觀光產業下滑，居民生

計也受到影響。為重建生活，社區民眾成立「部落重建教室」，發展泰雅族文化特色，希望吸引遊客前往松鶴旅遊、消費。

目前居民在自家土地，以竹子搭建12棟「泰雅竹屋」民宿，提供出租。每棟竹屋有廚房、衛浴、客房、飯廳、客廳、家電、小花園等設備，就像一個家，可容納6.8人居住，每棟每晚住宿房價3,000元。民宿冬暖夏涼，社區人情味濃厚，住宿在此，可以享受鄉野樸實的生活情調。



←松鶴的泰雅竹屋，用竹子蓋成。

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

谷關溫泉

谷關在日據以前，原是人跡罕至的泰雅族久良栖部落，明治40年（西元1907年）日本人在此發現溫泉，命名為「明治溫泉」。不過，因此地交通不便，而且又是叢林荒野，要等到20年後的昭和2年（西元1927年），才興建浴場，供當時來往八仙山林場的日本人使用。

谷關溫泉屬於碳酸泉，水質清澈，沒有臭味，可浴可飲，水性溫和，可以緩解胃腸病、關節炎、偏頭痛、風濕症、神經痛、皮膚病等症狀。

當地有個傳說，日本明治天皇夫婦曾來此泡湯，返國後就傳出弄璋之喜，因而博得「生男湯」之名。不過，考據台灣歷史，明治天皇未曾來過台灣，因此這個傳說並不真實。

民國49年中部橫貫公路完工通車後，中橫貫穿而過，猶如大甲溪溪谷的一道關卡，才將久良栖這個舊地名改為「谷關」，並且

拜公路交通帶來旅遊人潮，谷關溫泉因此出名，成為觀光勝地。



↑谷關溫泉泉質溫潤，可浴可飲，泡完後皮膚光滑，是台灣有名的好泉之一。

特別介紹

●全覽圖

●周邊景點

●特別介紹

●合歡山

●奧萬大

●武陵

●大雪山

●惠蓀

●溪頭

●八仙山

※蜜源植物：蝴蝶的美食餐廳

蜜源植物是指能為昆蟲提供花蜜來源的植物，在八仙山森林遊樂區內，蜜源植物群落相當多，發散誘人的花蜜香味，招引蝴蝶「投懷送抱」。

八仙山森林遊樂區的蝴蝶品種之多，在台灣數一數二。區內水源乾淨無污染、山林野地植物種類多樣、氣候適中，是蝴蝶生長的最佳環境。

山裡有各種蝴蝶的蜜源植物，包括人工栽植的長穗木、馬纓丹、非洲鳳仙花，以及野生的紫花藿香薷、昭和草、咸豐草、澤蘭、冇骨消等。其中，以菊科植物的花朵最受蝴蝶歡迎，尤其是四處可見的咸豐草，花蜜堪稱是蝴蝶的「家常蜜」。而且不只蝴蝶喜歡，連蜂、蛾、螞蟻也都愛。

在蜜源植物旁守候，很容易欣賞到蝴蝶前來用餐的婀娜飛姿。不過，並不是所有的蝴蝶都很愛吃花蜜，整日只會留連花叢。

有些蝴蝶偏偏不愛吃花蜜，例如環紋蝶、

蛇目蝶、蛺蝶科的蝴蝶，喜歡在積臭水、糞便、尿的灘地或腐爛的水果上徘徊、取食，天生特愛臭味，吃發臭的水果汁、樹汁以及動物的糞便、尿液。

所以，找尋蝴蝶時，千萬別只注意花叢，路邊的幽暗角落、最具「味道」的地方，也常常發生臭臭的美麗相遇。

蝴蝶和蛾的成蟲都有3對腳，翅膀的透明翅膜上，密布彩色鱗粉（又稱鱗片，屬於翅膜細胞的附屬構造，很容易脫落，沒有毒性），構成繽紛多彩的斑紋，被歸為節肢動物的



↑冇骨消的小花不產花蜜，而是小花旁邊的黃色杯狀腺體會泌出蜜汁。

←終年開花的馬纓丹，花朵雖然有澀青腥臭的怪味道，但其花蜜很受鳳蝶、斑蝶的喜愛。

● 合歡山

● 奧萬大

● 武陵

● 大雪山

● 惠蓀

● 溪頭

● 八仙山

蝶與蛾



↑ 紅邊黃小灰蝶的觸角細長、前端膨大、呈棒球棍形狀，僅在白天活動。



↑ 蛾的觸角為針狀、羽毛狀，圖為螟蛾科的蛾類。



↑ 蝴蝶身上的彩色鱗片無毒，圖為孔雀蛱蝶。



↑ 擬態高手斜綠天蛾，一身保護色。(攝影／黃子明)



↑ 黑鳳蝶的幼蟲，膨脹的胸部有類似蛇眼條紋的假眼，裝成凶悍的小蛇，讓敵人不敢接近。



↑ 大部分的蛾是夜貓子，晝夜間活動，如圖中的長尾水青蛾。(攝影／黃祖憲)

鱗翅目昆蟲。

蝴蝶與蛾外觀相似高，唯一最大的不同就是頭部觸角。蝴蝶頭上的觸角細長、前端膨大、呈棒球棍形狀，蛾的觸角則為針狀、羽毛狀，這是分辨兩者最容易的特徵。以幼蟲來分，蝴蝶幼蟲身體像蠶寶寶一樣無毛（仍有的品種長有少許的毛、硬刺、軟軟肉角），而蛾的幼蟲身體滿佈密密長長的毛，也就是一般人所稱的「毛毛蟲」。不少人將蝴蝶寶寶稱為「毛毛蟲」，其實是錯誤的觀念。

蝴蝶無毒，而有些品種的蛾，如燈蛾、毒蛾的毛毛蟲或成蟲具有毒刺，會引起人類皮膚過敏。相較之下，蛾的幼蟲天生具有嚇走敵人的毛刺，蝴蝶幼蟲就比較吃虧，得利用各種偽裝招數來欺敵。

蝴蝶寶寶很忙碌，除了不停地啃葉子，吃飽趕快長大外，還要躲避鳥類的捕食，避免被寄生蠅、寄生蜂下卵在身上，成為寄生蠅、寄生蜂幼蟲的糧食。

有的蝴蝶寶寶會利用偽裝的本領，以保護色將自己變妝，擬態假裝成鳥類頭部、鳥糞、蛇類等，嚇唬、欺騙敵人。有的則是吃苦味、有毒成分的草，變成「臭臭蟲」，讓敵人食不下嚥。鳳蝶寶寶們能主動展開自衛架式，一旦與敵人狹路相遇，牠們會翻出胸部的臭角，發散強烈酸味，嚇退敵人。