

台灣觀光



2024 4-6

Vol 594

李敏勇
林華慶
徐銘謙
陳志東
連俞涵

編輯室的話

在這個匆忙的時代，我們常常渴望一個能夠遠離塵囂的地方，放下手機，遠離繁忙的城市生活，讓心靈得到片刻的寧靜。一起走入森林，獲得療癒吧！

台灣的森林資源非常豐富，多元的生態系統在這片土地上共存著。森林生態旅行，與一般的旅行有著截然不同的體驗，在森林裡我們不僅是在觀光，更是在與大自然的對話中尋找心靈的棲息地。

這一期的封面故事要走進台灣苗栗南庄的賽夏部落，一窺賽夏族人如何充滿自信地分享他們回歸部落的心路歷程，及背後深厚的文化底蘊。探索賽夏秘境中鮮為人知的台灣特有種植物，聆聽部落長老傳承已久賽夏文化的精神。透過這次旅行，感受森林所散發的魔幻、療癒力量。

近年，農業部林業及自然保育署也積極推動森林療癒，這樣的概念究竟是什麼呢？森林到底有著怎樣的神奇力量，能夠治癒我們的心靈？這些問題，在農林業及保育署林華慶署長的專訪中或許能夠提供一些線索。當然，也不能錯過台灣第一位原住民族森林療癒師—根瑋晨的訪問。我們期待從不同的角度出發，為讀者向森林指引一條道路。

演員連俞涵於「From My Table to Yours」中以真誠的文字談家中的日常料理，分享她從閱讀中挖掘出簡單樸實卻成為友人來訪印象最深刻的料理—奶油飯，邀請讀者一起來試試這道簡單卻溫暖深刻的食譜。

「Formosa Talk」由台灣千里步道協會徐銘謙副執行長，介紹澎湖南方四島手作步道深度漫遊探秘，讓我們跟著文章一同走在海之上；另有旅遊記者陳志東深入探訪曾文水庫遊船之旅，展現水庫在水利功能外的生態魅力！

專欄收錄國家級詩人李敏勇老師的《花蓮港》，將鄉土與詩意融入旅程當中；新活水專欄則來到鹿港，一起看看在地人推薦的下角散步策略，一同感受古鎮的美麗。

出刊前夕遇到台灣25年來最大的地震，花蓮太魯閣的搜救作業和災損復原，都在政府與民間各界支援下持續進行中，世界各國的朋友們陸續對台灣捎來關懷。雖然仍有些微的餘震，台灣人的生活如常。期盼世界旅人們，將對我們的愛和支持轉化為行動，持續來探索台灣這片美麗的土地。

CONTENTS

01 編輯室的話

From My Table to Yours

04 奶油飯
連俞涵

Cover Story

魔幻之森 Whispers of the Forests

06 南庄賽夏族重返山林之路
李宜潔

12 與山林共存的賽夏文化與傳說
高妍妮

16 加里山生態詩篇：霧繞林梢下的寶藏
張仲宇

19 關於參訪苗栗南庄蓬萊賽夏部落，
我想說的是……
TVA

20 南庄賽夏秘境中的可愛植物圖鑑
林家棟、戴宜光

22 自然放鬆新解方！來趟森林療癒之旅吧！
林業及自然保育署林華慶署長專訪
林華慶、編輯室

26 台灣首位原住民森林療癒師 根瑋晨專訪
陳婷妤、戴宜光

Formosa Talk

28 曾文水庫遊船
群鷹飛舞遇見山豬
陳志東

34 走在海之上的手作步道
澎湖南方四島深度漫遊探秘
徐銘謙

Column

42 島嶼詩歌 Formosa Verse
花蓮港
李敏勇

44 《Fountain 新活水》專欄
鹿港的下角散步策略
王麒愷

News

46 Events 各地觀光、活動資訊

48 New Members

 **TAIWAN**
VISITORS ASSOCIATION
財團法人台灣觀光協會

會長 葉菊蘭

副會長 蘇成田、凌瓏、莊豐如

發行人 葉菊蘭

總編輯 簡余晏

編輯 鐘逸寧、陳婷妤、戴宜光、張仲宇

行銷宣傳 李宜潔、高妍妮、劉宇庭

插畫 林家棟

視覺設計 黃耀霆

製版印刷 紅藍彩藝印刷股份有限公司

發行所 財團法人台灣觀光協會

地址 台北市忠孝東路四段285號8樓之1

電話 02-2752-2898 傳真 02-2752-7680

網址 www.tva.org.tw

本刊為財團法人台灣觀光協會會刊

1959年創刊 / 第594期 2024年4月發行

中華郵政北台字第1692號執照登記為雜誌交寄

郵政劃撥 0004968-7 號

訂價每本 150 元

山中苔蘚 (攝影 | 蘇盈臻)

奶油飯

文、圖

連俞涵

看了平安壽子的小說《調味戀愛》，才開始認識奶油飯，在那之前，並不知道一碗熱騰騰的白飯有這樣的吃法。

飯食和麵食，我屬於中間，並不偏好於哪邊，也許是由於我媽愛吃麵，我爸愛吃飯，於是從小這兩種主食輪著吃，並沒有偏向哪邊。媽媽的口味偏重，喜歡吃辣，爸爸口味清淡，注重養身，不過量八分飽就好。

全家人一起吃飯，除了每個人的口味不同，還有我們家三個小孩都是挑食的，我最難伺候，很多東西不敢吃，但喜歡吃的，卻可以專一旦單純的一直吃，不變換口味也無妨。

像是爸爸一早喜歡做的茶油麵線，只是麵線燙熟，撈起淋上茶油，什麼料都沒有，就是一點麵線的鹹和茶油的香，我租房子住外面，懶得想要吃什麼時，可以一週每天都吃，煮碗麵線比等外送或去外面吃，快多了，是我最方便最日常的早餐。

偶爾變換點花樣，加一盤黑豆，撒一點新鮮的蔥花，切幾片山藥當小菜，總之可以很清淡簡單，無變化的一直吃同一種口味。也可能來自於爸爸的習慣，每次煮好茶油麵線，總是會跟大家說，茶油顧胃，每天補充一點茶油對身體好。

也許是我一早就能吃麵食的關係，有次幫室友一起準備早餐，想說多用點心，拿出了日曬的手作麵條，切了蔥拍了蒜，加上一點辣椒片爆香，然後做了一個傻瓜乾拌麵，算是我媽平常愛吃的那種重口味，鹹香辣一樣不少，還有裹著陽光溫暖的新鮮麵條，總覺得吃完這碗麵，可以有精神一整天。

沒想到室友一臉吃驚，面對我的熱情，她

嘗了幾口，吃了半碗就不行了，說一早吃這麼辣，她胃都痛了，我才發覺，原來不是大家都可以一早吃麵的，大部分的室友好像都是吃一些三明治烤土司，或是豆漿燒餅，好像只有我家才會這樣，一早吃碗麵當主食，而且從極清淡的茶油麵線，到嗆辣版傻瓜乾麵，都是我家的常態，走在兩個極端，我卻都吃得津津有味。

晚餐我們家喜歡吃飯，只要有白飯，什麼菜配起來都香。挑食的我，遇到不敢吃的菜也沒關係，白飯加什麼有味道，我拌著吃都可以吃得很開心，最喜歡的是滷肉湯汁拌飯，什麼都不加，我就可以單吃掉一碗飯。

去外婆家，桌上總是放著一鍋滷肉，隨時餓了，打開電鍋，總有一鍋白飯，直接淋上滷肉汁，就很滿足。

搬到租屋處之後，不像在家裡和外婆家，隨時有一鍋滷好的湯放在桌上，隨時可以熱一碗滷肉飯來吃。

看了《調味戀愛》這本小說之後，發現奶油飯和我記憶中的湯汁拌飯，有差不多的療癒效果。

只要挑選好吃的米，在電鍋蒸好飯，所有蒸氣聚集，從電鍋冒出來的時候，盛好半碗飯，在中間放上一塊奶油，再盛上半碗飯，把奶油夾在中間，最上面淋一點醬油膏，以及一塊小一點的奶油點綴。

要吃時，均勻地攪拌一下，每顆米粒都像被打光一樣，透出美麗的琥珀色光澤，融合了西式加鹽奶油，與台式的甜醬油膏，鹹鹹甜甜組成的溫潤滋味，在口中融合在一塊，真的是口感最剛好的拌飯了。

當然這是我自己調整了許多次比例後，抓出的口味，大部分奶油飯會用無鹽奶油跟醬油，

不過由於我喜歡濃郁一點的氣味，搭配起來更下飯，吃奶油飯就是要享受飽足感，完全沒有在客氣與節制，讓熱量與罪惡感一起被融化，於是我改用濃郁的醬油膏和鹽奶油。

最近問朋友們，來我家吃過的東西中，印象最深的是哪一道料理，沒想到他們竟然都回答說奶油拌飯，因為他們都是在我這裡，第一次品嚐到。

雖然下山以來，在廚房裡實驗了各式各樣的料理，也複製了自己家中的一些口味，但沒想到看篇小說，從家中冰箱翻出醬油膏和奶油，蒸好一鍋飯，也能讓租屋處的生活，充滿了家的味道。

有些朋友會說，來我家很像回外婆家，因為我會煮東西給大家吃，也會要他們拿一些蔬菜或食材回去，很怕大家餓到的感覺。

總覺得能用居家簡單食材，讓大家好好的吃飽、放鬆，露出笑容，就是最有家裡味道的料理，每個有緣一起吃飯的朋友，都是我在城市裡的家人。🍴



連俞涵

台北人，小雪出生，目前演戲與創作並行。
喜歡書籍、喜歡戲劇
把所有的喜歡，集結成自己生活的模樣。
希望可以把我熱愛的都分享出去，讓這個世界充滿喜歡的心情。

出版過詩集《女演員》
散文集《山羌圖書館》
圖文隨筆《一邊夢遊，一邊鎌倉》
經營閱讀頻道「山羌閱覽室」podcast

Whispers of the Forests
魔幻之森

在高壓繁忙的生活中，放下手機、遠離人群可能是許多人心之所向，過度疲勞的狀態下，我們總在尋找能夠療癒身心靈的慰藉。台灣森林面積廣佈，深受國際及台灣山友喜愛，走入森林的生態旅行跟一般的旅行有什麼不同？這期請跟著編輯室走一趟苗栗南庄賽夏部落，看他們如何充滿自信地分享重回部落的心路歷程，認識賽夏文化與永續精神，一探賽夏秘境中珍貴的多元生態與物種，聽部落長老說賽夏文化與永續精神的扣合。而林業保育署正在大力推動的森林療癒究竟是什麼？森林有什麼魔幻力量能夠療癒人心？

01

南庄賽夏族重返山林之路



林務局新竹林區管理處112年-南庄事業區第10林班地之伐區木材標記
 標記編號 第1批
 樹種：樟杉 CNS-標準 原木未切 材長
 柳 1-2 中原木 14m以上 3.6m
 末徑 30cm
 伐區編號：林班 3084 樹木 120-11-004
 標記日期：民國112年08月08日

整齊堆疊的柳杉木材
 (攝影 | 陳婷妤)

談起苗栗南庄，多數人心中的關鍵字大概是客家庄、南庄老街、東方美人茶、桂花釀，相對少人知道的是，南庄也是賽夏族與泰雅族的生活範圍。

在飄著細雨的清晨，編輯室夥伴們搭乘高鐵抵達新竹，轉乘方便穿梭山路的9人座車。在一個多小時的車程後，抵達苗栗南庄蓬萊部落賽夏工作室。山裡的溫度驟降，林業及自然保育署林華慶署長及苗栗南庄賽夏部落根誌優長老貼心的問候著，配著溫暖的薑茶，署長與長老為我們導覽林業保育署在這片土地上與賽夏族人從過去對立走向和解的過程，也預告我們今天將走進一段守護山林、重新找回自信與驕傲的故事，步入須由族人引路才能踏進的賽夏秘境。

我們都不知道接下來的這一天，我們會帶著滿滿的感動下山。是什麼原因讓林業保育署決心與賽夏族人和解？是什麼吸引了越來越多的族人重返山林？森林有什麼魔幻力量足以療癒人心？森林療癒是什麼？編輯室試圖從接下來的文章與讀者分享當日撼動我們的這些人與那片森林。

與魔鬼和解，攜手推動山林共管

當天的第一站是苗栗南庄事業區10林班地的國有林場，這片永續林場道路兩側整齊地堆滿各種杉樹木材，並架設纜繩來吊掛砍下來的木材，讓豐富的植被得以被完整保存。能有這座永續林場，得從林業保育署與賽夏族部落，由長年的對立走向和解開始說起。

對於南庄賽夏部落族人來說，林業保育署過去是如同魔鬼般的存在，由於缺乏溝通，長期的誤解讓族人與政府間的關係十分緊張。根長老回憶起童年住在林場附近的日子，政府為了開闢道路，迫使根長老和爺爺、奶奶流離失所，在村裡輾轉流浪一年之久，這段經歷加深了他們與政府間的隔閡。

面對部落發展停滯，年輕人紛紛向外尋找機會，如根長老便在19歲時離開故鄉到台北闖蕩。直到2018年，在因緣際會下，賽夏族人與林業保育署由對立走向和解，於立法院簽訂夥伴關係，共管山林，當時林務局遵循傳統賽夏文化，在南庄橋下殺豬「SaSiyoS (和解)」。為了振興部落產業發展，根長老說服族人放下過去的心結，帶領族人與林業保育署簽訂夥伴關係，從林下養蜂開始合作的第一步。

薄霧迷茫的永續林場像走進魔幻之森 (攝影 | 陳婷妤)

起先，雙方還在相互懷疑下合作，經過一年多的磨合，族人深刻感受到林業保育署的用心與誠意，無私地幫助族人，才終於逐漸卸下心防，建立彼此信任的合作關係。2019年，原為管制山林的辦公廳舍轉型為推廣展示空間「森林小站」，林署長與根長老攜手種下了一棵牛樟樹，牛樟為部落重要傳統醫樹，用以治療疾病傷痛，象徵著撫平歷史傷口，與彼此成為一家人，承諾攜手共護山林。

重建自信，年輕人重返山林部落

2018年根長老回到部落後從養蜂開始建立林下經濟基礎，隔年成立「有限責任苗栗縣賽夏族原住民林業暨勞動合作社」，透過種植段木香菇、飼養土雞等多元發展林下經濟，更組織「賽夏森力軍」森林巡守隊協助巡山。山區本為原住民的傳統領域，族人保護森林的同時，也重新走回山裡，認識自己的土地與文化。2020年成功打造「里山賽夏 PakaSan」品牌，建立部落品牌識別，推動生態旅遊、森林療癒，創造許多工作機會。

有了多年的信任基礎，林業保育署在2022年將原先發包給承包商的伐木與植樹工作，首度改由原住民林業合作社承接大規模伐木作業，寫下台灣林業史的新篇章。這塊土地對一般人來說或許僅是用來計算產值的林地，但對於當地部落族人而言，這裡是他們的家，正因為是家，族人更懂得如何細心保護家園。2023年，這片永續林場獲得永續林業 FSC 認證，合作社也獲准加入國際里山倡議夥伴關係網絡 (IPSI) 會員，部落逐漸從在地走向國際。

隨著合作社經濟收入漸趨穩定，透過口耳相傳，根長老逗趣地形容那些散落各地打拚的部落青年就像是消息靈通的「包打聽」，聽到部落發展越來越好，合作社還有分紅機制，讓他們對部落產業未來發展更具信心。族人們都不敢相信自己的部落也能走上國際舞台，因此找回自信，吸引更多年輕人重返部落。



養蜂成為蓬萊部落發展林下經濟的基礎 (根瑋農提供)



賽夏族根誌優長老講述原住民族文化 (林業保育署提供)

守護山林，走向世界

合作社剛成立時只有7人，短短不到5年間，已擴大到有140多位社員，由多位社員擔任不同項目的CEO，管理各項林下經濟產業，合作社依循部落的傳統，公平、公正、公開地運用及分配資源。在勞務報酬外，社員們還可以獲得盈餘分紅，合作社也成立急難救助金，協助部落遭遇意外或貧困的家庭。

對於合作社未來發展的藍圖，根長老表示終極目標是將南庄賽夏推向世界舞台。除了與林業保育署的合作、健全在地組織、共享部落經濟，合作社也逐步發展生態旅遊，讓民眾更深入了解部落文化及生態，認識在地、尊重在地。他期待更多部落孩子充滿自信地返鄉，一同延續賽夏精神，守護、推廣山林，讓部落的未來更加亮眼。📍



與山林共存的賽夏文化與傳說

賽夏族的泛靈信仰與祭祀儀式

賽夏族為傳統「泛靈信仰」，他們認為天地萬物、自然界現象、祖靈等皆有其靈，也將崇敬虔誠的心貫穿日常生活。

入山前，我們在族人的帶領下，手持裝滿酒的竹杯、串上豬肉的竹籤，並祭上糯米糕（賽夏語：tinawbon），於一塊矗立12根竹子的空地上，由根長老與部落耆老以族語敬告祖靈一行人即將入山，祈求此行平安順利。隨後長老解釋，12根綁著五芒草的竹子在賽夏族的信仰體系中象徵著12位天神（賽夏語：samiyan），竹上的芒草不僅乘載著山靈的庇佑，更有避邪用意。

因此每當獵人進入山林，都會從竹子上取下一葉芒草隨身攜帶，作為護身用途，等到狩獵完畢要返回部落途中，會再回到12根竹子前，向天神道謝，取下新的芒草綁回竹子上。這些傳統的祭祀儀式是賽夏族文化的核心所在，彰顯對自然、祖靈和傳統價值的深刻理解。

「達葛悶」成年禮

隨後，我們進入了這片賽夏族世代恪守的聖地，這裡不僅是台灣罕見的低海拔山地霧林，擁有極高的多樣性，更是部落孩子們進行「達葛悶」成年禮的試場。

賽夏族的成年禮以「達葛悶」為名，其中「達」代表考驗，「葛」象徵團結，「悶」則表示自己，族人對於大自然的敬畏與依賴，忠實地體現在這個獨特的儀式中。長老說，當孩子年滿10歲時，便會被蒙上雙眼帶入這片被族人稱作是「沒有門的地方」。男孩們必須找出5種藥用植物，而女孩們則需分辨出5種可食用的植物，靠著自身的力量辨認方位，走出這片霧氣繚繞、容易迷失方向的原始林。

透過成年禮，族人對山林植物的熟稔、對曲折山徑的熟悉、對千變氣象的熟諳，是一種與山林共存、與山林相繫的儀式，更是一場鼓勵孩子勇敢面對、保持清晰視野與洞見的考驗。

百年老樹猴歡喜是蓬萊部落的爸爸樹（根瑋晨提供）

賽夏民族植物與口述教育

一路上，我們聽著根長老講起一個又一個的傳說與故事，彷彿也一起經歷那些他與爺爺在這片薄霧繚繞的林地共度的時光，因為在很久很久以前，爺爺就是這樣說給他聽。

在賽夏族的歷史與文化中，故事將過去和日常生活串聯在一起。這些故事不僅是歷史的見證者，是生活的指南書，也反映了族人對於傳統領域、民族植物和祭典文化的深厚認識。透過口述教育和祭典儀式，將生活智慧與價值觀代代相傳。長老說，每個故事爺爺總會先講兩遍，而每天晚飯過後，則是故事驗收時間，換他講給爺爺聽。正因為有爺爺當年的嚴厲抽考，現在他才得以把這些遺失的故事記錄下來。

對於住在中低海拔山區的賽夏族，山林裡處處都是寶藏。這裡的每一種植物、樹木，賽夏族都能善加運用。在中高海拔森林中常見的冷清草（樓梯草）被用來治療傷口，具有消炎的效果；水鴨腳秋海棠是過去族人潤髮、美容的聖品，而嘗起來酸鹹的嫩莖還是止渴良方；有「訂親花」、「情人花」之稱的山胡椒（瑪奧）不僅枝葉可蒸餾成保濕純露，還可以將果實採收後曬乾，研磨成辛香料；而綻放著紫紅大花的血藤，雖然只有短短七天的花期，卻是心血管疾病的藥材。

迷霧森林裡的神話傳說—生命樹、爸爸樹與苔蘚兄妹

植物既是賽夏族生計所需，也是部落神話的繫緣，每位族人信手拈來都是故事。我們緊緊跟隨長老的步伐，沿路採集遍野的故事。長老指著一旁的參天老樹說道，牛樟是最常被盜伐的樹種，因為從樹根、樹幹、樹皮到葉子，都能做成藥引或藥，是被天祝福的「生命樹」。而且過去當逢族人因病逝世、遇戰而亡，都會被抬到生命樹下，讓惡終的亡靈得以安心離世。

走著走著，我們來到了森林深處的河谷，這裡有一棵被視為精神象徵的百年老樹猴歡喜。長老告訴我們，當年因為有位男孩破壞規矩，晚上偷偷跑到山林裡打獵，誤射山神徒弟，因此被山神懲罰收為徒弟，並固定他的雙腳，漸漸地，男孩變成了一棵大樹。此後，族人進入森林打獵或採集時，總會帶著食物來探望，說要去看爸爸、和爸爸聊聊天，因此又被稱為爸爸樹。



秘境中的苔蘚（攝影 | 恩維）



（攝影 | 陳婷妤）



12根綁著五芒草的竹子在賽夏族的信仰體系中象徵著12位天神（根瑋晨提供）

長老提到，我們沿途見到的各種苔蘚都是賽夏生活文化中，不可或缺的重要存在。過去他們會把曬乾的苔蘚放進衣物與棉被中禦寒保暖，他笑著說羽絨衣的概念簡直就是賽夏智慧，跟賽夏族以苔蘚做衣服內裡保暖的用法雷同。苔蘚在賽夏文化中有一段傳統神話故事，從大海登上陸地的苔蘚兄妹阿道和都外，進入森林沿著溪流踏上未知冒險，幫助路上遇見的各式動植物，兄妹在石頭上，緩解雨水的侵蝕作用，被覆在樹幹上，替受傷的樹木修補傷口，拯救了在成年禮考驗中失溫遇險的賽夏族少年亞洛，教導他如何以苔蘚生火取暖、製作禦寒衣物。

這些故事勾勒出賽夏族與自然共生、共好的和諧關係，對於生態保育、平衡的尊重，長老語重心長地說道，「森林中不是只有會走動的才有生命，所看到的都有生命。不論是人、動物、植物，每個生命體都相互依賴、相互受惠。賽夏族的孩子，世代都要敬畏山林，尊重生命，要懂得如何共生、共存，永續山林。」

這趟旅程我們藉由根長老的解說認識了賽夏族的傳統領域，像是打開一本植物圖鑑有聲書，因為每一種植物背後都擁有獨特的故事和意義。這些故事彰顯了族人對自然界動、植物的深刻理解，也反映出人們與自然環境的共生共存之道。賽夏族人肩負著周而復始的傳統祭典儀式，和口述相傳的神話故事，藉由傳承守護了族群獨特的信仰體系，也讓文化得以延續。📍

延伸閱讀

繪本《苔蘚兄妹》



（林業及自然保育署提供）

台灣杉幼苗



文 | 張仲宇 編輯 | 陳婷妤、戴宜光

位於世界少有的霧林帶 造就生態多樣與原生物種

走進南庄賽夏秘境，雨一陣陣地下，我們隨著長老與署長的腳步走走停停，聽沿路上各種植被的故事。迷霧覆蓋在森林上，視線範圍隨著霧的濃薄延伸或限縮，微涼潮濕的空氣中，充滿森林裡泥土與各種生機盎然的氣息。我們睜大雙眼觀察各種不同的樹木、植物、藤蔓、苔蘚、真菌，用手感受苔蘚、常被誤會為牛樟芝或靈芝的猴板凳，擁抱秘境中的猴歡喜爸爸樹。

造就賽夏秘境生態多樣的主因，不僅仰賴歷代族人守護家園與森林的決心，另一個重要原因即是這片森林為世界少有的霧林。這片世界級的森林秘境中，除了上述提及的植物外，也孕育著許多台灣原生植物，如台灣杉、牛樟、南庄橙，同時為石虎、藍腹鵲、山豬、帝雉、山羌、台灣獼猴的棲息地。

Editor's Notes



(根璋晨提供)

霧林小百科

全世界只有1%的森林可以稱之為霧林，重要的山地霧林分布區域為中南美洲、東非、婆羅洲、新幾內亞等等。台灣位於亞熱帶、熱帶交界，面積雖小卻擁有極為豐富的山地霧林分布，台灣的霧林帶分布1,000～2,500公尺山林中，由於氣候的差異，以及地質史及植物地理學等因素，台灣的山地霧林擁有極高的多樣性，是島嶼最珍貴的森林地帶，是世界難得的生態瑰寶。能在乾季保存2倍以上的降水量，即使在雨季也能增加10%的森林蓄水量，扮演重要的「調節者」角色。



南庄橙—被譽為台灣送給世界的禮物

「南庄橙」為台灣特有種芸香科柑橘屬植物，最早文獻記載，是在1926年由日籍植物學家於現今南庄鄉蓬萊村地區發現，故發命名為「南庄橙」。隨著淺山森林的開發利用，南庄橙已幾乎絕跡於原發現地。南庄橙的珍稀程度被國際自然保育聯盟 (IUCN) 列入 IUCN 紅色名錄，屬極度瀕危 (CR) 等級之物種。因此復育南庄橙，具有保育珍稀種源、恢復原生森林生物多樣性等重要意義。

我們在這次的參訪中，有幸參與南庄橙在原發現地的復育。根誌優長老也跟我們分享更多南庄橙的故事，賽夏族人稱之為「嘎達釉」，在賽夏文化中更有著獨特地位，為賽夏族重要的生活必備植物，可作為零食，也應用於醫療與祭典等。

2023年「世界柑橘果醬大賽」中，台灣果醬職人柯亞將南庄橙製成「純粹南庄橙」及「蜂蜜南庄橙」兩種風味果醬，2支果醬榮獲1金2銀，將南庄橙推上世界舞台，大賽裁判長 Dan Leopard 更讚賞：「這是台灣送給世界的禮物」。南庄橙不僅是世界生態多樣性的重要物種，傳承賽夏文化，也是台灣與世界以味蕾建立橋樑的美味食材。



(林業保育署新竹分署提供)

森林蜜：來自「追蜂人」的甜蜜禮物

當林華慶署長與根長老討論永續經營的林下經濟時，森林蜜的提議立刻就獲得長老的贊同。在賽夏歷史中，曾經有一群賽夏族人以「追蜂人」的身份，與蜜蜂建立獨特的關係，在追蜂人發現野蜂時，便會暫時禁止進入這片區域，因為這代表著周遭植物繁茂，動物種類也相對豐富。只要等後續觀察到蜂群繁衍茁壯後，才會再次前往這片區域進行採集和狩獵，同時也會將蜂巢帶回部落管理。根長老表示爺爺總是說：「跟著蜜蜂走，就有東西吃」。如今追蜂人的養蜂技術已失傳，族人在林業保育署的協助輔導下，重新學習養蜂。

森林蜜的成分不同於普通蜂蜜，細數冬天的山櫻花、春天的桃花、李花、山胡椒，到夏、秋的樟樹、楠木、檫木，還有酸藤、九芎、百香果、肖楠、茶樹等，豐富的生態確保了全年不斷的蜜源與風味。經過幾年來的學習、調整，新一代追蜂人已掌握了這門技藝，森林蜜現為森林小站的熱銷商品之一，也成為連接傳統與現代，人與自然之間的甜蜜紐帶。



森林蜜現為森林小站的熱銷商品之一，也成為連接傳統與現代，人與自然之間的甜蜜紐帶。(根璋晨提供)



賽夏族人與森林的共生樂章

在林業保育署與賽夏族人的合作下，除了守護賽夏秘境的生態外，更延伸至與自然共存的永續林場經營與林下經濟，共同打造一個生態平衡與多樣性共生的理想。



段木香菇 (攝影 | 陳婷妤)

永續林場：管理的不僅是山林，更是永續的理念

數十年前，台灣全面禁伐天然林，終結了當時以拚外匯為主的大伐木時代，這一決定雖然保護了生態多樣性，卻也讓台灣山村經濟陷入低谷，帶來轉機的便是「永續林場」。「永續林場」不僅是一種經營理念，更是對林業的重新定位，以碳匯為出發點，透過定期伐採與造林，確保林地不僅能提供可持續的木材，更發揮固碳的環保功能。林業保育署長林華慶說：「南庄賽夏是全國第一個成功的山林共管案例，透過國際永續管理標準 (FSC™ 認證)，成為守護台灣山林大地的典範。以永續環境的方式經營林業，對地球是友善的。因此，重啟林業、活化林地的生產價值，是台灣森林經營的當務之急。」

段木香菇：國產材上的嘎妞

賽夏族人稱段木香菇為「嘎妞」，走進菇場，看見排列整齊且豎立的木材上，充滿著密密麻麻的圓孔。由族人們歷經選材、鑽洞、填菌、封蠟，再到倒木、立木、走菌，最終採菇，每一個步驟都需要耐心與智慧。據根長老所說，段木香菇需選用硬質木材，如杜英、楓香與相思樹等，為香菇賦予多樣風味，據說直接烤過的風味最佳，若搭配油炸、煮湯入菜都很適合。值得注意的是，段木多來自於附近林場疏伐作業後的廢棄木材，透過這種方式充分利用資源，不僅展現了賽夏族對於自然的尊重和智慧，也體現了林下經濟在環境永續發展中的重要價值。📍

推薦遊程

賽夏秘境生態旅遊

採全預約制，設有人數上限，全程體驗由在地專業嚮導帶路，詳情可洽 02-2773-8913，或至里山賽夏臉書粉絲專頁預約洽詢。

森林小站

地址：苗栗縣南庄鄉蓬萊村7鄰紅毛館93-1號
Tel: (02)2773 8913

里山賽夏 PakaSan 臉書專頁



林下養蜂體驗活動 (林業保育署提供)



森林小站 (林業保育署提供)

04

關於參訪苗栗南庄蓬萊賽夏部落，

整理 | 陳婷妤、戴宜光 插畫 | BebeeDrawing

我想說的是……

賽夏秘境的魔幻力量難以言喻，來看看同行夥伴分享的收穫與感動吧！

小刀



去年有機會參與原住民族旅遊高峰會，過程中聽到加拿大、美國、紐西蘭、澳洲等許多國家原住民分享自己的文化，很多動人的文化故事中傳遞的精神，其實跟當天聽根長老說的話不謀而合，是全球共通的。回到自己的土地上，找回話語權，用自己的語言說自己的故事。珍惜土地和大自然，保護自然生態，從植物與生態中可以找到很多生存知識，持續互助共存，為自己的出生地與文化感到驕傲，積極維護文化與生態的同時，也不忘與時俱進，積極學習以實踐永續發展。上述精神完全就是與林業保育署和賽夏部落和解、共生的現況，非常感動。

YASIR



永續可以是一句口號，也可以是一種商業行為，但在這裡，我真正看到了人們對永續的祈願與實踐，期望這些美好事物，能被更多人看見。

妍妮



由賽夏族的泛靈信仰中所窺探到的文化價值、宇宙觀及民族知識，或是由爸爸樹對族人的叮嚀，「當你們進到森林裡，你們的祈求我都聽得到，但我沒有辦法回答你們」，這樣與山林共生的緊密關係，都讓人不禁反思，現今社會中所充斥的各種傲慢態度。

思維



從賽夏秘境入口處的山神祭拜環節便引起我的興趣，有幸能一窺該族的宗教宇宙觀以及對大自然的敬畏心。在大家回到入口處發現最初祭拜山神用的祭品已經不見時的驚訝更是將一路上長老分享的神話故事串起，增添整個路程的色彩以及神聖感，心中不禁產生對大自然的敬畏之心，以及將這份大自然的禮物傳承下去的使命感。

小邱



本次在根長老的介紹下，認識了賽夏族與林業保育署從不理解到合作的過程，並帶著我們深入林場、秘境，用賽夏族的視角述說他們的生命故事，一字一句皆流露著對鄉里的愛和驕傲，在這個充滿不安與碎片的時代，如此真摯的話語和深刻的體驗，無疑是相當珍貴的回憶。

當日幾乎都是大霧的狀態，因水氣折射的光暈加上茂密的樹海，為秘境增添了幾分神秘氣息，聽著根長老的分享，深入山林的同時也進入了賽夏的民族哲學。如果用現代科技比喻，虛擬實境中我們追求真實的錯覺，並努力仿製現實的一切，而這裡你只需凝視與聆聽，便能感受到無數夢境般的瞬間。

Shiang



走進山林裡真的是一件很療癒很療癒的事。

姍姍



對於林業保育署對地方部落山林經濟文化的技術協助及互助合作政策，並且成功提升地方創生及里山核心概念感到佩服。長老口中所述，賽夏族與林業保育署之間多年心路歷程，從敵對到合作、從猜忌到信任，看到雙方為了下一代更美好的未來，放下彼此身段及偏見，共同為這座山林奮鬥，讓人動容。

筑鈞



行程中最感動的是原住民的傳承、故事與山林共生、共享... 更感動的是國家能夠真的讓原住民在他們生活的土地生存、讓流失的青壯年族群回到部落，讓他們在自己所生長的土地安居樂業！

05

南庄賽夏秘境中的 可愛植物圖鑑

整理 | 戴宜光、陳婷妤 插畫 | 林家棟

編輯室團隊此行被森林裡的各種植物迷得神魂顛倒！雖然族繁不及備載，也有很多遺珠之憾（例如品種眾多的苔蘚），我們還是努力精挑細選了8種植物。一起來看看這些生長在賽夏秘境中的可愛植物圖鑑吧！



南庄橙 *Citrus taiwanic*

為台灣特有種芸香科柑橘屬植物，日治時代湯本矢太郎於今苗栗縣南庄鄉發現，並由柑橘專家田中長三郎與植物研究人員島田彌市，在1926年發表為新種。

南庄橙是賽夏族的民族植物，賽夏族語稱為「嘎達釉」。(katayoe)，過去是賽夏族的日常飲食、民族醫藥，更是儀典的祭品。



水鴨腳秋海棠 *Begonia formosana (Hayata) Masam.*

台灣特有種植物，分佈於中、低海拔陰溼環境，在溪谷或步道旁很容易看到，歪狀葉子加上不規則的鋸齒葉緣，形似水鴨腳掌而命名，葉柄和莖含有鐵酸及水分，味道酸酸鹹鹹的，被暱稱為野外的酸梅汁，可作為野外解渴的植物。

台灣杉 *Taiwania cryptomerioides*

1906年由日本植物學家早田文藏在台灣發表，以台灣之名來命名這個屬，是全球唯一以「台灣」的拉丁文發音當作屬名的植物，為台灣特有種樹木。台灣杉樹高大、莖直、枝葉茂密，可高達50米以上，在台灣發現最高的一株有72.9公尺高，魯凱族的原住民稱它為「撞到月亮的樹」。主要生長於中海拔的山區，是從冰河時期存活至今的樹種，與台東蘇鐵、台灣穗花杉、台灣海棗同樣都是經過百萬年大自然洗禮，迄今仍能屹立不搖，因此被稱為「台灣四大奇木」。



冷清草 *Elatostema lineolatum*

在台灣的山區或潮濕的陰涼地帶，低至中海拔 200~1,800 公尺地區之陰濕林下均有，尤其是在石階和岩石縫隙中，可見其蹤跡經常小族群聚集生長。



牛樟樹 *Cinnamomum kanehirae*

為台灣原生特有樹種，因為樹形粗狀堅實，所以被稱為「牛」樟。樹高可達30公尺，徑30~60公分或更粗，樹皮茶褐色，粗糙，常有縱裂。在全島海拔400~2,000公尺的山林中生長。目前牛樟在台灣有三大集中地：苗栗南庄大湖一帶、南投東埔和社一帶與台東關山富里一帶。牛樟樹為蓬萊賽夏族人的生命樹，不僅可做藥引保健身體，也可淨化往生者靈體，因此也成為了族人們重要的結婚聘禮之一。



血藤 *Mucuna macrocarpa*

多年生木質藤本，莖具有攀緣性，莖蔓延長達20公尺以上，莖蔓飽含水分，切開會流出紅色汁液，而有「血藤」之名。每年3、4月為開花季，因花期僅7天左右，傳說看見血藤花會帶來幸福。種子呈黑色扁平，質地堅硬，像是圍棋用的黑子，早年孩童會把血藤子在磨石上磨熟，拿來捉弄人，俗稱「電火子」。

山胡椒 *Litsea cubeba*

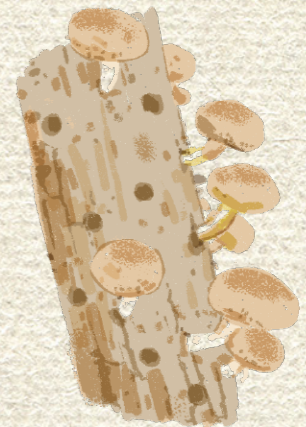
在台灣常使用台灣原住民族泰雅族語「Magao」音譯為「馬告」，而太魯閣語稱做「Mqrig」、賽夏語稱做「Mae'aew」。山胡椒全株皆會散發出特殊的香味，味道類似胡椒與薑的綜合，其根、葉、果實全株皆可食用，被廣泛應用於料理中，為食物增添獨特的香氣和風味。是台灣原住民料理中不可或缺的香料，也是過去蓬萊部落年輕男性送給情人之花，表達男性的情感。



段木香菇

分佈於台灣各地，尤其在具有豐富林業資源的山區，採用自然倒下或修剪後的樹木段材為生長介質，在森林的自然環境下緩慢成長，透過吸收木材中的養分而發展出其獨特的香氣和味道。作為台灣林下經濟的重點項目，段木香菇的栽培模式有效利用自然資源，有助於維持生態平衡。

※ 香菇是真菌不是植物喔！



06

自然放鬆新解方！來趟森林療癒之旅吧！ 林業及自然保業署 林華慶署長專訪

文 | 林華慶 影像提供 | 林業保育署 採訪整理 | 陳婷妤、戴宜光

現代快速的生活節奏中，人們越來越渴望抽離都市喧囂，尋求與自然和諧共處的生活方式，森林療癒一詞開始逐漸興起，但森林療癒確切是什麼？為什麼林業保育署要推動森林療癒發展呢？編輯室特別專訪林業保育署林華慶署長，來幫大家解開這個謎團！

什麼是森林療癒？為了推動森林療癒做了什麼事？

森林療癒涉及場域、活動、人三大核心要素。為推動森林療癒發展，林業保育署以此為核心，陸續遴選了國內優先適合發展森林療癒的場域，包含太平山、八仙山、阿里山、奧萬大、富源、雙流、東眼山、知本國家森林遊樂區等共8處。針對所屬各分署承辦人員、國家森林遊樂區、自然教育中心人員進行增能教育訓練，學習活動規劃和引導的能力。更培訓和國際接軌的森林療癒師，發展具有台灣本土特色的森林療癒。

林業保育署推動森林療癒，是期待在優質且完善規劃的森林環境中，透過專人引導，讓參與者運用身體的五感體驗自然，吸收芬多精，感受森林生命力，藉由與環境因子深度結合（如聆聽自然風聲、鳥鳴等），達到身心靈放鬆與自然接軌，同時也能重新認識和尊重自然環境，提高社會大眾對於森林生態系多元服務價值與生物多樣性保育的認同，進而響應與支持自然保育及永續發展。

為什麼要推動森林療癒？

森林療癒亦可促進林地活化與多元運用，山村、部落社區居民尤其適合擔任森林療癒師，除了能運用最熟悉的自有與週邊林地規劃作為森林療



林業保育署林華慶署長於賽夏族秘境

癒活動場域，與體驗者分享山林四季的精華與感動，還能藉此帶來收益，提振經濟，使山村發展與森林保育得以共生共榮。因而森林療癒不僅為促進國民身心健康的活動，更是台灣自然保育和永續發展的重要助力之一。

森林療癒 VS. 森林生態維護是否會相互衝突？

宜人的森林療癒基地須具備良好的生態環境與優美景觀，始能讓參與者透過視覺、聽覺、味覺、嗅覺與觸覺等五感與自然連結，並配合專業療癒師設計的靜心放鬆與情感分享活動，讓身心靈得到療癒。森林療癒為深度體驗式的慢活旅遊型態，為讓參與者獲得良好的體驗，故活動均有合理人數上限，因此不致對森林環境造成過大擾動，甚至經營者為讓參與者能獲得更好的體驗，還會悉心維護或優化園區的生態與景觀，形成相輔相成的正向回饋關係。而林業保育署推動森林療癒產業，也期待藉此為山村創造綠色工作機會，提振部落經濟。

從事森林療癒活動，除優質的森林生態與景觀外，帶領民眾進行體驗活動的療癒師是最重要的關鍵。森林療癒師必須具備動植物與自然生態專業知識、身心靈療癒技能以及熟知台灣山林文化，才能規劃符合市場需求及具在地特色的療癒活動。林業保育署推動的森林療癒師認證制度，其目的除確保國內森林療癒活動的專業與品質，也希望未來能對接國民旅遊、保健醫療等需求，進而成為具台灣山林特色的綠領產業。

如何確保森林療癒的服務品質？

為確保森林療癒服務品質，需要考慮以下面向：培訓與資格認證、活動設計與執行、參與者保護與安全、評估與追蹤森林療癒服務的效果、制定相關的倫理規範和專業準則。

臺灣森林療癒發展仍屬起步階段，目前林業保育署透過森林療癒師認證與培訓作為品質管控之工具，未來積極爭取相關部門（勞動部、衛福部等單位）共同推動，森林療癒人員職能基準已於2023年12月由勞動部公告，預計2025年底森林療癒人員職能導向課程可取得勞動部 iCAP 認證，林業保育署將逐步健全相關規範與體制，達到森林療癒產業化之目標。📍

Editor's Notes

森林療癒一場域

符合森林療癒標準的場域需要遵循三項基本原則：森林環境要大於0.5公頃的土地，有高於10公尺的樹，且樹冠覆蓋度大於10%。

森林療癒一活動

療癒活動應具有明確的目的性，設計針對特定參與者和治療目標的活動。

森林療癒一人

由經過專業培訓的森林療癒師或修業中的引導員負責活動的規劃和引導。



戶外五感體驗



植物染手作體驗



精油基礎認知體驗



賽夏族秘境探訪



澳洲森林療癒與樹對話



澳洲森林療癒體驗



澳洲森林療癒心靈感受坐墊

森林療癒師制度在台灣發展的背景與現況

- 2010-2012年** ● 林業保育署委託馬偕醫學院「森林益康評估準則之建立與示範推動工作之研析與規劃」，發現鳩之澤及太平山深具發展森林益康的環境與潛力。
- 2017年起** ● 林業保育署林華慶署長擘劃森林療癒整體發展策略暨行動計畫，與台灣森林保健學會合作，陸續推出國家森林遊樂區森林療癒健康促進推廣計畫、森林療癒師認證發展及培訓平臺營運計畫、以及森林療癒產業化推動計畫等，審慎規劃，穩建執行，為台灣森林療癒之發展逐步奠定基礎。
- 2021年3月30日** ● 推出「林務局森林療癒師認證培訓平臺」。
- 2023年10月24日** ● 林業保育署辦理國內首批森林療癒師授證儀式，獲證森林療癒師的專長與聯繫方式公告於森林療癒師認證平台與林業保育署網站。奧萬大、八仙山、阿里山等國家森林遊樂區也持續配合推出森林療癒活動，民眾報名亦相當踴躍。
- 2023年12月** ● 勞動部公告農業部森林療癒人員職能基準。
林業保育署於2023年起亦將持續辦理森林療癒師與旅遊業者之媒合工作，逐步為森林療癒產業化奠定基礎。
- 預計2025年底** ● 森林療癒人員職能導向課程可取得勞動部 iCAP 認證，最快2026年將考選出第一批得到勞動部認證之森林療癒人員。

截至2024年4月3日：

森林療癒師認證培訓
平臺註冊人數達

4831人

性別男女比約

4:6

年齡分布為



已有 **45** 位註冊者取得森林療癒師認證。

世界各國森林療癒師推動的進度及概況

德國

德國自然療法以「克奈圃療法」最為知名，包含水療、森林活動等，為當地健康保險制度認可的醫療形式。

日本

日本的森林療癒師培訓由政府機構或民間組織提供，2000年後多位學者發表相關研究成果，民間團體開始推動森林療癒師資格、森林療癒基地的認證制度，目前全國有64處森林療癒基地。

美國

在美國，森林療癒嚮導協會 (ANFT) 提供森林療癒師的培訓課程，涵蓋理論和實踐；完成培訓課程後，可以通過考試獲得森林療癒嚮導的認證。

中國

中國森林療癒較為特殊的是結合中醫理論，以儀器檢測穴道作為健康指標。中國的森林療癒師培訓由相關政府機構或專業組織提供。

澳洲

澳洲最早一場的森林療癒健走活動首見於2018年墨爾本舉辦，此後邀請國際自然與森林療癒聯盟、政府官員、非營利組織、醫學、學術等機構建立合作夥伴關係，將療癒活動推廣至國家公園場域。2023年本人曾率員拜會國際自然與森林療癒聯盟 (INFTA) 代表 Dieter 與 Susan，並了解森林療癒在澳洲的公共衛生領域，以及崛起中的醫療健康與旅遊產業，都會扮演越來越重要的角色。而 INFTA 也與政府在運用森林療癒作為公共衛生學門之一的實踐培訓、研究與推廣等方面密切合作。

韓國

韓國自1980年代起推動森林遊憩，2015年頒布《森林福利促進法》，2016年於山林廳轄下增設「森林福利院」，除國家森林療養中心外還劃有7處國立療養林。韓國「森林福利」概念包括森林教育、森林療癒，為社會福利一環，由樂透彩挹注經費，韓國的森林療癒師培訓通常由相關政府機構或大學提供。森林療癒師的認證由政府機構或相關專業組織發布。

07

台灣首位原住民森林療癒師 根瑋晨專訪

採訪、文 | 陳婷妤、戴宜光

台灣現有 45 位已取得認證的森林療癒師，根瑋晨為目前唯一獲得森林療癒師認證的原住民。35 歲的根瑋晨本是一位賽夏族都市原住民，在台北長大，卻常在都市與部落之間的身份感到掙扎和迷失。他參加森林療癒師的課程，不僅是希望深入介紹家鄉的自然美景給更多人，也是為更多想回歸部落的原住民青年提供一條新的道路。

森林療癒？真的假的？！

與根瑋晨見面的那天，我們開門見山地問，森林療癒究竟是什麼？是抽象、撫慰心靈的感覺嗎？身為電台主持人的他表示，很多同事都跟他說，身體出狀況去看醫生時，醫生給的解方是要「放輕鬆」，但現代人生活工作壓力大，自律神經中的交感神經會讓身體器官處在備戰狀態，產生血壓上升、心跳加快、肌肉收縮緊繃等生理激發現象，長期下來，難以真正放鬆休息。而森林療癒經眾多科學研究證實，對人體健康有正面影響。森林環境中的負離子、芬多精以及自然景觀，有助於調節自律神經系統，減少壓力與焦慮感。

成為森林療癒師

在森林療癒師的培訓過程中，根瑋晨了解到森林療癒科學的一面，才與成長過程中，定期回山上部落的療癒感串聯起來。森林療癒師是怎麼練成的？根瑋晨認為培訓課程相當紮實，內容分為核心課程、活動和實習課程。他在工作之餘，努力抽空於線上修習包括森林療癒、森林科學、心理健康與解說、身體健康與戶外課程等四大類別課程。每位森林療癒師略有不同的專長，也會因此多加強不同領域的課程，如芳療、環境教育、五感體驗、手作體驗等。

平時就在部落協助導覽的根瑋晨，與大多數培訓學員最大的不同不是身分，是實習課程比核心課程更快完成。他說經過森林療癒師的培訓，他可以以更專業、具科學與知識的角度解說，為特定參訪對象規劃森林療癒活動。擁有賽夏血統的他，成為第一個獲得森林療癒師認證的原住民，意義非凡，能夠回到部落，充滿自信地把家鄉這片森林的故事、動、植物分享給更多人。相信根瑋晨在帶領森林療癒團的過程中，不僅能夠幫助團員放鬆，對他而言，也是一步步尋回自我身分的一種療癒方式吧。



根瑋晨提供

森林療癒行程哪裡找？

隨著林業保育署一步步推廣森林療癒，根瑋晨表示，在很多地方都能夠看見標榜著森林療癒關鍵字的相關活動，但實際上並非森林療癒的行程。因此他建議大家可以到森林療癒師的官網上，確認行程中的療癒師是否為已取得認證的森林療癒師以確保森林療癒品質。

想像未來的森林療癒師

對於森林療癒師未來的發展，根瑋晨期待或許可以向國外一樣開放醫師開立處方籤，讓不知如何放鬆的人透過森林療癒走進自然。甚至可以像韓國將森林療癒師制度化為公務人員，不僅能提升森林療癒師的正當性與專業度，也為許多與根瑋晨一樣的原住民青年提供更多的機會與可能性，讓他們在守護、推廣文化的同時，為更多人提供身心健康的支持，也為維護森林和促進社區永續發展做出貢獻。📍

Formosa Talk

曾文水庫遊船

群鷹飛舞遇見山豬

文、攝影 | 陳志東

水庫遊船不稀奇，但可以在遊船過程遇見山豬、聽歌劇，還能合法釣魚並近距離觀賞老鷹、蒼鷺、白鷺鷥等大型鳥類在水面掠食飛舞，就讓人充滿驚奇，而這正是位於台南與嘉義山區間的「曾文水庫」近來大受歡迎的遊程。

曾文水庫是台灣第一大水庫，完工於距今50年前的1973年，目前整體蓄水量約5億685萬噸，比第二名的大台北翡翠水庫3億4645萬噸，跟第三名桃園石門水庫的1億6024萬噸分別大上2、3倍。

事實上，曾文水庫不只蓄水量驚人，更重要在於它是「一套系統」。簡單來說，曾文水庫是烏山頭水庫的「備用電池」，而烏山頭水庫就是嘉南大圳的心臟，沒有這顆心臟與嘉南大圳灌溉系統，就沒有如今嘉南平原的富足。



曾文水庫觀景台，是俯瞰水庫最佳景點

台灣最大糧倉與水利工程

嘉南平地勢廣闊平坦，但最大問題是「旱澇兩極」，每年夏天7、8月經常豪雨成災，到了2月最需用水的春耕播種時卻完全乾旱，空有沃土卻無法耕作。

西元1930年，由日本水利技師八田與一主持的烏山頭水庫及嘉南大圳新建完工，這才讓嘉南平原有了穩定水源，現今台南與嘉義小吃能夠如此精彩，都與這水利工程讓此地成為台灣糧倉息息相關。

烏山頭水庫最讓人嘖嘖稱奇是它只靠著58公尺的高低水平落差，就讓嘉南大圳的灌溉水源在沒有任何機械動力情況下往前奔流1萬6千公里，相當於繞了地球1/3圈，且使用至今100年依舊順暢，是極富世界遺產潛力的水利工程。但這系統因為烏山頭水庫蓄水量僅8千萬噸，就像一支電池容量不高的手機，而曾文水庫角色就是一個超大容量的行動電源，隨時支援。



每天下午2、3點起風時，坐在釣魚平台就可見許多老鷹、白鷺鷥、夜鷺、蒼鷺等鳥類在水面飛舞掠食

老鷹峽谷湖面飛舞

曾文水庫面積廣闊，且水源主要來自阿里山，煙波浩瀚的綿延山水，四季各有不同美景，除了環湖公路景色優美，搭船遊憩更是最受歡迎行程。

曾文水庫遊船超過20人即可包船隨時出發，散客則固定於每天下午1點半啟航，假日票價700元，首站前往山豬島，接著前往老鷹峽谷，最後抵達釣魚平台，一趟航程約2小時，沿途由解說員介紹曾文水庫。最受歡迎是釣魚平台的老鷹起降。根據調查，全台目前共有老鷹800多隻，並分成三大聚集區，數量最多是東北角與基隆，其次是屏東三地門，再來就是曾文水庫，估計約有近百隻。曾文水庫老鷹主要棲息在「老鷹峽谷」，此處地勢險峻從水面拔起，加上峽谷風勢有助於起飛滑翔，因此成為老鷹喜愛築巢撫育下一代的別墅精華區。

曾文水庫中共有鯉魚、草魚、琵琶鼠、泥鰍、魚虎……等20多種魚類，早年居民會非法釣魚、但因取締不易且常引發抗爭，最後開放合法釣魚，以管理代替取締，反而因此減少誘餌污染水源等情況。目前設有三處釣魚平台，其中一處就在老鷹峽谷附近，每天下午2、3點起風時，經常可見老鷹、白鷺鷥、夜鷺等鳥類在此飛舞捕魚，愈是年輕的雄性老鷹，飛翔時特別喜歡耍帥與快速迴旋，常看得釣客驚呼連連。



Formosa Talk



曾文水庫遊船行程，會安排體驗釣魚行程，水庫魚多，很容易有小魚上鉤

拜訪山豬島



同樣受歡迎的還有山豬島，這是自然野生在此並曾與麝香豬雜交的一個山豬群，平常20多隻，春天繁殖期可達3、40隻，在曾文水庫開放遊船後，船東刻意每當靠近時就放起帕華洛帝的「公主徹夜未眠」，並給予少量地瓜、麥片等零食避免影響野生覓食習性，久而久之，這群山豬每次聽到歌劇響起就會飛奔而來，有小豬時特別可愛。

船長說，其實最早以前是鳴笛，但根本沒有野豬賞臉，後來改放帕華洛帝的歌劇，沒想到野豬們聚集傾聽，就此形成這個放歌劇慣例，甚至疫情期間沒有遊客時，他們也天天來播放歌劇幫野豬們解悶。

曾文水庫山豬島其實不是島，後面與群山相連，山豬在此自由覓食繁衍



曾文水庫旁大埔街上的砂鍋魚頭火鍋，湯頭鮮美且價格合理



曾文水庫觀景台設有座位區，提供飲料、簡餐、伴手禮等服務



曾文水庫遊船搭乘處就在觀景台附近，每天下午固定有一班2小時行程的遊船，假日上午下午各加開1小時的遊程

大埔活魚

曾文水庫較為偏遠，想前往搭船遊湖，自行開車較方便，並建議結合台南白河關子嶺溫泉、嘉義檜意森活村等台南嘉義等地景點，規劃2天1夜慢慢遊。

也不要錯過曾文水庫活魚火鍋美食，水庫旁大埔街上的佳香、大立都是老字號名店，用大臉盆當鍋具，加入大量的白菜、魚丸、肉片等材料，還有酥炸過的魚頭與蛋酥，湯頭鮮美且價格合理。📍



曾文水庫育樂遊船官網



西拉雅國家風景區管理處

如何抵達曾文水庫？



建議搭乘火車到「善化車站」下車後 →
 出站步行到「善化轉運站」轉搭大台南公車（興南客運） →
 搭乘【橘幹線】路線 →
 至「興南客運玉井站」下車 →
 轉程【綠24】路線 →
 前往曾文水庫風景區內景點。



陳志東

有隻貓，就能玩一下午；有台相機，就能看見平凡事物中隱藏的深深人情。一個喜歡跑農地、牧場跟漁港看食材生產過程的獨立記者。

Formosa Talk

走在海之上的手作步道

澎湖南方四島深度漫遊探秘

文 | 徐銘謙 影像提供 | 台灣千里步道協會、吳明翰、林芸姿、涂正元

很少人知道，在澎湖的望安與七美兩個知名觀光小島之間，還有四個名字兩兩對稱、地理位置也相互映照的、更小的島：東吉島、西吉島；東嶼坪、西嶼坪，簡稱為「南方四島」。這是台灣2014年才新成立的國家公園，範圍當然還包括四島周邊很多美麗的無人小島。「南方四島國家公園」原本就是以保育豐沛的海洋生態資源為定位，然而在過去兩年多的疫情期間，國人因為無法出國，紛紛在台尋求「偽出國」的旅遊地，此處也變成澎湖跳島旅遊的觀光秘境。

東嶼坪的蜂巢田層層疊疊，有「海上馬丘比丘」之稱。

既然是「跳島」遊程，大部分的觀光客上島只有短短的一小時，而且大多集中在每天午間前後三四小時內，瞬間爆量的遊憩行為為島上本來就緊缺的淡水、電力，以及困難的垃圾處理問題帶來新的壓力。島上原本沒有特意規劃的步道，遊客任意行走踩踏、走捷徑，造成原本就因「鹹水煙」特性而不易生長的植被消失，缺少植被保護的山坡土壤沖刷等環境課題。

海洋國家公園為了處理步道衝擊，並希望推動友善環境的生態旅遊，2020年起陸續委託台灣千里步道協會，引進永續、低衝擊的「手作步道」，結合招募志工參與工作假期，每次以三天兩夜的時間，住宿在地民宿，既能深度認識島嶼生活，同時也就地取材，修護步道、設置動線指引。至2023年完成了東嶼坪前山步道、東吉北岸步道與南岸步道，為小島社區提供能發展另類觀光的深度漫遊解說路徑，如今疫情趨緩，島上短期觀光壓力紓解，喜歡慢速樂活的旅人，正好可以體驗小島晨昏最美的時光，行走步道盡賞360度環海的風景。

撞見海上馬丘比丘——東嶼坪前山步道

雖然現在從台灣的角度，澎湖是邊陲的離島，但是在漫長地質歷史上，澎湖群島其實比台灣島更早出現，而東嶼坪是距今820萬年前、澎湖最後一波火山噴發中形成的，台灣島則要到650萬年前板塊造山運動才浮出水面。這樣的地質特性，造就澎湖群島有著與台灣不同的玄武岩地景。夏季從馬公搭船出發，約一個多小時的船程中，沿途礁島上聚集成群的十幾種燕鷗和其他零星候鳥，在岩壁間休憩、覓食，數量之多在台灣絕無僅有。

2020年當我首次登島，船隻進港的時候，首先映入眼簾的是一座形似關公的小丘，在港口正前方突起一座小方山，東嶼坪嶼從海上看似平坦，但島上海拔61公尺的後山為南方四島中的最高峰。島形狹長，有



「風林」是東吉嶼的特色景觀



經過手作步道修築的之字形路線已清晰好走



島上仍可見舊建築與居民生活情景



羊群穿梭在高地砌石間



暴量遊客人潮造成島嶼衝擊

南、北兩座方山，一般來說稱南方的高地為前山，北方則為後山，島嶼僅約48公頃的面積狹窄，方山更顯拔地而起的陡峭，在方山之間的山坳谷地稱為沙溝仔，在沒有河流的小島上，山谷低地是重要的地表水匯聚之處，島上聚落建築群主要集中在島嶼西側窄長的濱海低地，北起山谷出口螺仔角附近，南迄島西南側漁港附近。

前山步道就是從港口這個拔地而起的方山稜線上去，從港口經過島上信仰中心池府王爺廟，後方即是昔日島上國小改建而成的國家公園遊客中心，遊客中心後方的蟾蜍石，是前山步道的起點，也是昔日島民通往坪頂以及後山田地的路徑。原本沒有特定的步道規畫，遊客直覺跟隨水管攀爬而上，落差很大，不易行走，同時也會因過多踩踏造成沖蝕溝，特別是往下走的時候，石頭滾動險象環生，後來經過手作步道的規畫，將動線改成之字形緩坡，以現地玄武岩施作砌石階梯，改善行走的安全性與困難度；同時因為繞到西側的平台，多了一個展望景點，可以看到鄰近的香爐、鐘仔小礁，甚至遠方的西吉、東吉島。

上到坪頂以後，豁然開朗，寬闊的平台上竟然有很多人為砌築的石牆遺跡，一路向前延伸，後山的砌石牆沿著山坡層層疊疊，頗為壯觀，乍看會聯想到馬雅文化的馬丘比丘，只是這裡不用遠渡重洋，也不用上升到會產生高山症的高度，而且舉目四望還被海洋環繞。細究之下才知，原來因為澎湖群島由玄武岩組成，土壤貧瘠之外，強勁季風颳起陣陣的海面水霧鹽分含量高，猶如「鹹水煙」一般日夜浸淫陸地，可適應生長的農作物有限，島民就近在聚落附近砌石強檔風耕作蔬菜是為「菜宅」，而日治時期統治者為了擴大農耕，動員島民在坪頂高地砌石圍種旱作，當地人稱為「園仔」、「山園」，而今傾頹草長，活躍的羊群穿梭其間，在強風吹襲與羊群跳躍踢踏之下，原本疊砌的石牆也崩落，現時透著一種廢墟的美感。



東嶼坪聚落群前的海中有廣大的珊瑚礁群

穿梭範圍廣大的傾頽石牆，常會找不到前行的方向，因此在坪頂之上，特別採借澎湖當地常見的鎮風石塔的風土建築形式，以砌石在遼闊的地平線上，於步道轉彎處豎立石堆，只要跟著石堆，就可以看見下一個石堆，順利經過金龍塔回到聚落，當你這樣跟著石堆循跡的時候，就像希臘神話中帶著公主的毛線球從米諾斯迷宮中順利離開的忒修斯，而東嶼坪的山海之景，像極了愛琴海上的島嶼。

走回昔日風華的古道—東吉島北岸與南岸步道

對於以前來往台灣海峽的航海船隻而言，東吉島是澎湖水道上重要的節點。來自赤道的黑潮暖流在往北的途中，在澎湖與廈門之間會與北方南下的中國沿岸流交會；同時黑潮在此形成支流，會在東吉與台灣之間北上，加上海底南寬北窄的海槽地形，以及強勁的東北季風，這一西一東的「黑水溝」水流變化多端，對航海人來說是令人懼怕的天險，而位居兩個黑水溝之間的東吉，就成為渡海人校準休整的據點。1694年《台灣府志》就記載，「彼東西二吉，渡海者，風無論南北，船無論往來，必知由是路始能入是門；是東吉、西吉，又入台之指南車也」。由此可知，東吉島上那座黑白條紋的燈塔之重要性。

東吉在國際貿易或閩台對渡的地位如此重要，明清以來就陸續有很多移民，島上最多人口曾達到一千多人。在日治時期，日本人不只在東吉島上興建燈塔，還在燈塔附近興建了一處大型兵厝，在島上進一步構築防禦工事與戰備耕地，形成了砌石矮牆的「風林」景觀，具有類似擋風種植的效果，遇到空襲的時候也可以掩蔽。如今上島的遊客，通常都會循著已經鋪就水泥的道路通往燈塔，再沿著海濱道路通抵兵厝，跳島趕路的遊客，往往會租機車原路往返以節省時間；而喜歡徒步的遊客，也只能循同樣的水泥道路前往，水泥路上感覺特別反射熱氣，而且還要與快速的機車共用道路，行走的感受實在不好。



近年南方四島採取永續、低衝擊的「手作步道」作為維護路徑的方法



步道志工堆置指引方向的石堆



東吉嶼信仰中心——啟明宮

2022年千里步道協會在調查階段，發現在1921年日治地形圖上有一條從聚落通往兵厝的古道，經過訪談社區發展協會許光輝理事長、守燈塔的人，以及沿線居民口述，確認在水泥道路之前，居民都是走這條古道，越過島嶼中間最低的經溝積水區，很快就可以抵達兵厝，實地勘察的時候，沿途還有很多標示路徑的路緣石，走在草地的體驗更佳，沿途經過舊聚落、水井，羊隻沿著地形起伏移動，還會經過1987年空難但全員倖存的飛機殘骸與防空洞、縱橫交錯的風林等，景觀變化豐富，這些都是水泥道路上看不到的風景，最重要的是，沿著古道逐步爬升，看見兵厝正面在地平線上出現的景觀，在空間感上有一種說不出的宏偉感，使兵厝與瞭望台的配置，竟然有如中國羌族碉樓的神祕感。

區分南北岸步道的就在舊聚落的中心點，從島上信仰中心一啟明宮往舊聚落逐一細細探看，舊建築保存清

代傳統合院建築與日治時期之洋樓建築特色，主要建材體現了在地風土，根據《澎湖紀略卷》，其「牆壁俱用老古石所砌。其石乃海中鹹氣所結，取出時石猶鬆脆，迨風雨漂淋、去盡鹹氣，即成堅實；價廉而取便，澎之房屋悉用之」。不只是房子，四島常見的菜宅、水井、宮仔常取用來自海裡的、由珊瑚礁體形成的咾咕石，甚至是墓地，墓葬的代表性的石塊，甚至還有大型的碑礮貝裁切而成。

通往南岸的步道，就是會通往東宮的墓地區，以及美麗的珊瑚礁海岸，目前許多潛水的遊客會走在積水的經溝、穿越墓葬區直達海岸，其實這對於島上先民不太尊重，而且根據澎湖縣政府公告，此區已經劃設玄武岩自然保留區，不能隨意進入潛水。透過訪談與現勘，同樣找到了舊聚落通往南岸的古道，避開最低的經溝，越過今日的中華電信機房，穿過仙人掌群往下，以手作步道的方式，沿途佈設了風土石堆，以及

在稍有落差處砌石，重整昔日風林浮築的舊道，指引旅人得以順利經過東宮，取墓區上一層的平台銜接南岸，再回到港口與聚落。

手作步道因地制宜、就地取材，尊重傳統工法與維持歷史人文地景的作法，使得旅人不會感到步道的刻意存在，卻能直覺地跟著仿如大地給予的線索循跡探索，完成的南岸與北岸步道與原本既有的水泥道路形成一個8字型的步道系統，不同的是，手作步道不會有惱人搶道的機車，更重要的是，如果你願意多留幾日，聯絡島上戮力發展生態旅遊的社區發展協會，由當地人帶路走上這條古道，你才會真正深入東吉的時光隧道，看見更多隱藏的地景故事。📍

徐銘謙

台灣千里步道協會副執行長、資深步道師，也在清大通識中心兼任助理教授，興趣廣泛、喜歡旅行，曾赴美國阿帕拉契山徑等地當步道志工，返台倡議手作步道，建立步道學體系、步道師認證。



Hualien
Port

台 TAIWAN 灣

《花蓮港》

來去台東
來到花蓮港
彼時台東調從楓港唱未歇
一路唱到這

人講後山
從前花蓮港廳
有港口的城市
迎向太平洋

鯨豚浮游跳躍於東方海面
賞鯨人群歡呼
遊客穿梭於城市街巷
洋溢店家的笑聲

後山日先照
光的觸撫從此開始
翻山越嶺
東台灣在中央山脈的另一方



李敏勇

台灣屏東人，1947年生於高雄，
以文學為志業，為著名詩人、文
化評論人及翻譯家。



Formosa Verse

攝影 | 莊凱傑

鹿港的 下角散步策略



鹿港龍山寺



「想問，鹿港可以去哪裡玩呀？」

住在觀光區附近的我，時不時就會收到類似的訊息，每次都好想回答：「這裡真的很無聊，沒什麼好玩欸……」畢竟在我們的成長歷程中，要追求所謂好玩、或者想拓展人生經驗，那些事物都不會發生在家鄉，鹿港就是一處生活的地方，是一個連在菜市場吃麵線糊鄰座都可能是親戚朋友的地方。正當我還在疑惑為什麼有那麼多遊客想來鹿港時，不知不覺，常吃的幾家路邊攤都要排隊了，騎摩托車變得要留意忽從巷子竄出的觀光三輪車，導遊正用麥克風講著不知哪聽來的開港史，而常走的巷子又有一棟老房子拆掉，坐在門口曬太陽的阿嬤也好久沒看到了。大街不知何時又掛上一批新的節慶燈飾，廣場上搭著活動帳篷準備迎接連假的滿檔活動，最後發現，對鹿港最陌生的竟然是我。為什麼鹿港變成那樣啊？這座古鎮好似為了吸引更多人，塗上過濃的妝，卻讓人認不得。為了抵抗這種莫名其妙的格格不入，我想構思一套散步策略，讓鹿港的生活感重新成為主體，但首先，想請各位腳步放輕一些，談話輕聲，我們先從下角開始吧。



將港鎮理解成一條魚

什麼是「下角」？既然有下角，那就有所謂「頂角」，這是鹿港在地人用來辨別城鎮南北區域的指稱。我們可以將這座古老港鎮理解成一條魚，昔日的不見天街（中山路）是魚的脊椎骨，以脊椎為核心東西延伸的肋骨是各種形態的巷子，巷子連結著數十個緊湊相鄰角頭（community），這是構成城鎮的單元體，如同魚的細胞，維持城鎮的活力。輸送能量的心臟是昔日鹿港市街的交易市集「六路頭」，這裡顧名思義四通八達，如今是鹿港人稱呼的「早市」，這裡是港鎮的中心，也是頂、下角的起點。

下角泛指早市以南的鹿港市街，這個區域很奇妙的總是遠離民間的市集商圈或者官方的活動場域，雖然有些下角人會為重北輕南的觀光發展打抱不平，這裡卻因此保留十足的生活感，素樸的街景更接近我們孩提記憶一些些，如果想認識鹿港，那麼我會推薦從這個區域開始。

這會是另類的旅行路徑，雖然遠離熱鬧，卻充滿故事。鹿港這條海魚同時存在著熱鬧的頂角和生活感的下角，這樣蠻好，能夠滿足各種人們的觀光期待，畢竟青菜蘿蔔各有所需，於是我會反過來問來訪鹿港的朋友：「所以，你們喜歡哪裡呢？」

散步路線

- 六路頭菜市場
- ↓
- 玉渠宮
- ↓
- 金盛巷
- ↓
- 杉行街
- ↓
- 書集喜室
- ↓
- 龍山寺

走過這段港鎮的歷史

嗯，來散步吧！

散步如果是音樂的話，我覺得節奏上由鬧走向靜或許不錯。找個平日午後，先到六路頭菜市場吃碗麵線糊，這是在地人的點心，簡簡單單，吃飽可以順道附近的玉渠宮走走，這是車埕的角頭廟，主祀田都元帥，我們可以從廟宇彩繪上看見當地人的生活形貌。這裡過去匯集了六路頭的牛車馬車，維修的打鐵鋪因此群聚，聽說更早以前這裡就是河岸碼頭，施姓族人來此定居生意，這裡曾是冒險創業的樂土。

接著我們走進蜿蜒的金盛巷，這是大街的後巷，時不時會聽見煮菜聲聊天聲，隨著不同時間的光影轉折，這裡藏著許多生活的秘密。光是散步在金盛巷，我們就會穿越好幾個角頭，鹿港自古就是人神共存之境，如果留意電線竿旁的竹符，上面書法字寫著角頭廟名及營位，下方的彩色紙馬是天兵天將的坐騎，這不是什麼恐怖的陣法，而是角頭廟神力保護的四方邊界，境內住民因此受到庇護，世世代代。

慢慢走到杉行街，這個昔日的杉木商行的聚集地如今只剩下手工製香的芳味，經過王爺廟後，我們來到獨立冊店書集喜室，這裡是古鎮知識的渡船口，從歷史學到人類學，我們有了眺望的視角來關照自己的生活世界。也可以在此喝杯茶歇息，聽著木窗上的風鈴聲發呆，感受時光。

古鎮的幾條巷弄最後都會收攏在龍山寺，這裡是下角地區的信仰生活中心，也是港鎮工藝的巔峰之作，觀音媽在此靜靜聽著人們的煩惱與訴說，榕樹下是許多在地人兒時的留影處。這裡特別適合傍晚抵達，在廟門闔上前，靜謐的氣氛無需任何言語，一切終將釋懷。

很簡單的一趟下角散步，但我們已經走過一段港鎮的歷史，也在這樣的路徑上穿梭進在地生活的各種面貌。徐徐的風吹來，我們崇敬這座古老的城鎮，在這裡，也找回了自己。●



金盛巷電線桿旁的竹符。



書集喜室。



車埕的角頭廟——玉渠宮。



王麒愷

出生於鹿港鎮郊的許厝埔橋頭庄，持有福興和鹿港的兩地認同。臺大城鄉所畢業，現職人文地理學研究工作，業餘是阿愷之聲 Podcast 的台長兼主持，嘗試用鹿港腔講萬事萬物，致力成為台語界的 ICRT。

※ 原文刊登於新活水雜誌 2023.11月號 /39期

「絕版再來 OOPs! Lost in Editions (out-of-print-works)」

Events 2024/4-6

各地觀光 活動資訊

02/13-05/18	台中媽祖 國際觀光文化節	
02/23-05/11	TIFA 台灣國際藝術節	地點 國家兩廳院
03/14-06/02	竹子湖海芋季及 繡球花季	地點 台北市北投區陽 明山竹子湖
03/17-05/05	光復馬太鞍濕地—— 螢饗	地點 花蓮縣光復鄉大 全街60號
03/23-05/05	寶藏巖光節	地點 台北市中正區 寶藏巖聚落
03/30-04/28	南庄花卉節	地點 苗栗縣 南庄鄉
03/30-05/12	宜蘭綠色博覽會	地點 宜蘭縣 蘇澳鎮 武荖坑風景區
04/01-04/30	大鵬灣帆船生活節	地點 屏東縣 東港鎮 濱灣碼頭
04/20-04/28	桃園客家桐花祭	

04/26-04/30	台北時裝週	地點 台北市松山文創 園區
05/02-07/30	澎湖國際海上花火節	地點 澎湖縣馬公市觀 音亭親水遊憩區
05/02-09/01	從拉斐爾到梵谷： 英國國家藝廊珍藏展	地點 台南奇美博物館
05/05	長濱雙浪金剛馬拉松	地點 台東縣長濱鄉長 濱國小
06/01-09/01	台灣仲夏節	
06/21-09/20	東海岸大地藝術節 暨月光·海音樂會	地點 台東縣成功鎮 阿美族民俗中心
06/01-06/30	台北霞海城隍文化節	地點 台北市大同區台 北霞海城隍廟
06/16	秀姑巒溪泛舟 鐵人三項	地點 花蓮縣瑞穗鄉秀 姑巒溪遊客中心
06/26-11/17	《瞬間—— 穿越繪畫與攝影之旅》	地點 高雄市立美術館 101-103 展覽室

※ 自行車旅遊節、野柳石光 - 夜訪女王、客家桐花季、桃園龍岡米干節，截至截稿日前活動時間尚未定案，歡迎讀者持續關注相關消息喔！

New Members



Metro Taipei

104216 臺北市中山區中山北路2
段48巷7號
02-2536-3001

「一流捷運，美好臺北」

臺北大眾捷運股份有限公司於1994年7月27日成立，為臺灣第一家捷運公司。1996年臺北捷運第一條路線通車，迄今營運路線計有文湖線、淡水信義線、松山新店線、中和新蘆線及板南線等5條路線，路網長度達131.1公里。除捷運系統及附屬事業，經營場域亦包含貓空纜車、兒童新樂園、臺北小巨蛋，及北投會館捷之旅。

臺北捷運路網遍布臺北都會區，是觀光客到訪臺北運輸工具首選。為行銷推廣捷運觀光旅遊，臺北捷運公司持續與國外交流合作（如：近鐵別府纜車、靜岡鐵道、新加坡地鐵等）。臺北捷運公司自主開發「台北捷運Go」APP，與飯店、旅行社等旅遊業者合作，提供會員專屬優惠及優質服務。臺北捷運以運輸本業為基礎，發展多元服務，落實共享理念，盼提供民眾更豐富的旅遊服務。



彰化縣旅遊產業協會

505029 彰化縣鹿港鎮工業東三路6號
04-7812018

彰化縣旅遊產業協會係由經彰化縣政府於2015年輔導成立的觀光團體，目前已有來自彰化縣各鄉鎮市的觀光工廠、休閒農場、旅館民宿、餐飲業、交通、遊樂園、博物館、伴手禮、觀光旅遊支援服務等各領域會員，其中觀光工廠家數全國第3，是彰化縣境內最具規模之觀光推廣組織，亦是地方與中央政府及各縣市地區觀光單位的主要對接與交流窗口。

彰化縣有許多豐富多元的觀光資源與活動，如彰化扇形車庫、鹿港老街、田尾公路花園、鹿港慶端陽、王功漁火節、鷹揚八卦、月影燈季、卦山大縱走、田中國際馬拉松、二水跑水節等，吸引了近3,000萬人次的旅遊人潮，顯示彰化縣的旅遊潛力與吸引力。

