正本

檔　　號：
保存年限：

農業部林業及自然保育署　函

地址：10050臺北市中正區杭州南路一段2號
聯絡人：游蕙慈
電話：(02)2351-5441#354
傳真電話：(02)2341-3246
電子信箱：00a243@forest.gov.tw

106
台北市大安區忠孝東路四段285號8號
樓之1

受文者：財團法人台灣觀光協會
發文日期：中華民國113年8月29日
發文字號：林育字第1132450527號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：如主旨

裝

主旨：檢送林業及自然保育署113年9-12月「秋冬療癒季活動行事曆」1份，惠請參考運用，請查照。

說明：

訂

一、本署所屬國家森林遊樂區等森林育樂場域，業規劃本(113)年9至12月份秋冬療癒季活動，敬請轉知貴會會員踴躍推廣。

二、本署持續規劃森林育樂場域之相關活動，活動詳情請參閱「台灣山林悠遊網（https://recreation.forest.gov.tw）」；若欲瞭解活動細節或提出合作構想，請逕洽本署暨各分署森林育樂場域活動規劃人員。

線

三、旨揭活動行事曆電子檔，可至http://drive.forest.gov.tw/8BD55552下載(密碼：events)。

正本：中華民國旅行商業同業公會全國聯合會、中華民國旅行業品質保障協會、台北市旅行商業同業公會、新北市旅行商業同業公會、桃園市旅行商業同業公會、新竹市旅行商業同業公會、苗栗縣旅行商業同業公會、臺中市旅行商業同業公會、彰化縣旅行商業同業公會、南投縣旅行商業同業公會、雲林縣旅行商業同業公會、嘉義市旅行商業同業公會、臺南市旅行商業同業公會、高雄市旅行商業同業公會、屏東縣旅行商業同業公會、台東縣旅行商業同業公會、花蓮縣旅行商業同業公會、宜蘭縣旅行商業同業公會、金門縣旅行商業同業公會、澎湖縣旅行商業同業公會、財團法人台灣觀光協會、台灣入境旅遊協會
副本：本署各地區分署、林鐵及文資管理處、本署森林育樂組(遊憩發展科、設施管理

科、軌道營運科、經營服務科)

署長林華慶

本案依照分層負責授權單位主管決行

裝

訂

線

森療・身療

東眼山 國家森林遊樂區

9/14-9/15
癒見森林：森活療癒力－青蛙王子的約會(過夜型)
預約報名

聽覺 Hearing　觸覺 Touch　視覺 Sight　味覺 Taste　嗅覺 Smell

9/28
癒見森林：森活療癒力－森林裡的瑜珈課
預約報名

10/5
癒見森林：森活療癒力－林下原食
預約報名

10/19、10/26
癒見森林：手作苔球
預約報名

奧萬大 國家森林遊樂區

11/16-11/17
森林療癒工作坊
預約報名

漫步綠森林
電話預約

奧萬大散策
電話預約

觸口 自然教育中心

11/2
隨森所遇
預約報名

手作體驗 親子活動

池南 國家森林遊樂區

9/7
奇幻森林
預約報名

9/21
蛙sī月桃
預約報名

9/28
冰箱上的小樹屋
預約報名

10/19
蕨無僅有
預約報名

11/2
微光森林-樹皮夜燈
預約報名

11/3
聖誕花圈
預約報名

觸口 自然教育中心

10/26
打造陽臺小菜園
預約報名

奧萬大 國家森林遊樂區

10/5-10/6、10/10-10/11
10/12-10/13、10/19-10/20
森林星空帳篷體驗活動-森林好好chill~
預約報名

林業及自然保育署 廣告

音樂活動 在地文化

大農大富 國家森林遊樂區

9/7-9/8
2024 Pangcah 生活節
現場參加

9/28
花蓮星光音樂會【森之音】
現場參加

9/14
打包森林：築巢派對
預約報名

雙流 國家森林遊樂區

10/5、10/6
魚米之鄉-楓港溪的漁撈記憶
預約報名

池南 國家森林遊樂區

10/16（上午）
古今本草智慧－原生植物二三事
預約報名

10/16（下午）
古今本草智慧－大師說月桃
預約報名

林業及自然保育署 廣告

森林環境教育
雙 流
國家森林遊樂區
9/11、9/12
夜探雙流
預約報名
9/21、9/22
森日快樂
預約報名
10/16、10/17
攀上樹「碳」險趣
預約報名
觸 口
自然教育中心
9-12月團體預約
森活好去觸
預約報名
11/16
寶庫阿里山
預約報名
iNaturalist
林業及自然保育署 廣告

森林育樂場域
國家森林遊樂區
平地森林園區
林業文化園區
烏來台車
太平山蹦蹦車
阿里山林業鐵路
滿月圓
東眼山
內洞
拉拉山
羅東
太平山
觀霧
武陵
東勢
大雪山
八仙山
合歡山
奧萬大
池南
阿里山林業村
及檜意森活村
阿里山
林田山
大農大富
鰲鼓
富源
向陽
藤枝
知本
林後四林
雙流
墾丁
台灣山林悠遊網
林業及自然保育署 廣告

113年9-12月林業保育署活動行事曆

編號	主題	活動名稱	活動日期	內容	地點	報名方式	聯絡窗口
1	森療・身療	癒見森林：森活療癒力－青蛙王子的約會(過夜型)	9/14-9/15	東眼山的自然生態，蘊藏豐富蛙類資源。臺灣38種蛙類有各自的特色，課程將能夠認識園區常見的青蛙特徵、棲息環境與鳴聲，並於溪澗溝邊、山林樹叢間探索夜間的東眼山生態，並夜宿東眼山林一晚，於隔天早晨可以自由參與定向運動，每個定向樁皆設計森林探索小任務，運用不同感官認識東眼山。 活動資訊： https://recreation.forest.gov.tw/Education/Course?id=DYS-C1315	東眼山國家森林遊樂區	預約報名 (山林悠遊網)	東眼山自然教育中心：(03)382-1533 FB：東眼山自然教育中心－環境教育/戶外學習
2	森療・身療	癒見森林：森活療癒力－森林裡的瑜珈課	9/28	東眼山國家森林遊樂區為林業及自然保育署規劃之森林療癒場域基地，本活動由專業瑜珈師資帶領於林下進行瑜珈練習，舒展身體，加深呼吸，學習關照自我身心，沉浸於森林環境，沉澱修復身心。 活動資訊： https://recreation.forest.gov.tw/Education/Course?id=DYS-C1315	東眼山國家森林遊樂區	預約報名 (山林悠遊網)	東眼山自然教育中心：(03)382-1533 FB：東眼山自然教育中心－環境教育/戶外學習
3	森療・身療	癒見森林：森活療癒力－林下原食	10/5	「馬告」、「竹筒飯」是泰雅族原住民日常食材與料理，也是他們與山林相處的文化體現。此活動與復興區卡普部落的「桂竹協會」合作，以原住民的「食」文化為主題，邀請部落夥伴帶領民眾認識泰雅族傳統美食，活動中也安排簡易料理DIY體驗，如竹筒飯製作，還有自製竹杯和生態解說，加深大家對於本地原民文化與食當令、吃當地之連結與認識。 活動資訊： https://recreation.forest.gov.tw/Education/Course?id=DYS-C1315	東眼山國家森林遊樂區	預約報名 (山林悠遊網)	東眼山自然教育中心：(03)382-1533 FB：東眼山自然教育中心－環境教育/戶外學習
4	森療・身療	癒見森林：手作苔球	10/19、10/26	活動運用東眼山所見之蕨類植物動手製作苔球，讓前來的人們將東眼山的綠意盎然帶回家，親手替居家環境增添植感。透過手作過程，感受土壤與植栽觸感，並跟著我們一同漫步森林，感覺森林的溫度，靜心聆聽自然蘊藏聲線、觸摸山間紋路，靜心沉澱，深入感受發掘森林之美。	東眼山國家森林遊樂區	預約報名 (山林悠遊網)	東眼山自然教育中心：(03)382-1533 FB：東眼山自然教育中心－環境教育/戶外學習
5	手作體驗、親子活動	森林星空帳篷體驗活動-森林好好chill~	10/5-10/6、10/10-10/11、10/12-10/13、10/19-10/20	森林星空帳篷活動將結合森林療癒的活動內容，帶領學員透過五感探索森林、升起營火烤著蛇麵、還有躺在帳篷區欣賞的秋季的星空傳說，好好的chill一下~ 活動資訊： https://recreation.forest.gov.tw/Education/Course?id=AWD-D1306	奧萬大國家森林遊樂區	預約報名 (山林悠遊網)	奧萬大自然教育中心： (049)297-4499 FB：奧萬大自然教育中心
6	森療・身療	森林療癒工作坊	11/16-11/17	近年來森林療癒逐漸受到社會大眾的關注，也越來越有人有興趣體驗與瞭解森林療癒活動的方式，因此奧萬大自然教育中心將邀請園藝治療協會的小烏老師，透過園藝治療結合森林活動的方式，規劃一場森林療癒工作坊活動。	奧萬大國家森林遊樂區	預約報名 (山林悠遊網)	奧萬大自然教育中心： (049)297-4499 FB：奧萬大自然教育中心

113年9-12月林業保育署活動行事曆

編號	主題	活動名稱	活動日期	內容	地點	報名方式	聯絡窗口
7	森療・身療	漫步綠森林	電話預約	本活動為團體訂房之森林療癒動專案，活動需搭配園區住宿。活動將以健行至松林區之路線為主，帶領學員放慢腳步，探索森林中各種美妙的事物，最後在松林區透過練習呼吸與放鬆的技巧，讓自己好好的沉澱與放鬆，感受著奧萬大的絕美秘境。 活動資訊： https://recreation.forest.gov.tw/Education/Course?id=AWD-D1303	奧萬大國家森林遊樂區	預約報名(電話(049)297-4499)(山林悠遊網)	奧萬大自然教育中心：(049)297-4499 FB：奧萬大自然教育中心
8	森療・身療	奧萬大散策	電話預約	本活動為短時間的森林療癒體驗行程，活動約為2小時的時間，帶領學員漫步在奧萬大的核心區域，認識奧萬大的森林環境，並赤腳在草地中緩步移動，感受著森林與人的關係。	奧萬大國家森林遊樂區	預約報名(電話(049)297-4499)	奧萬大自然教育中心：(049)297-4499 FB：奧萬大自然教育中心
9	手作體驗、親子活動	打造陽臺小菜園	10/26	我們將學習在有限的陽台空間裡巧妙種植蔬菜的設計技巧，並透過模擬自然生態的運作方式，讓您在家中也能享受輕鬆種菜樂趣，並隨時供應新鮮蔬果，無需受價格波動影響。這不僅是一堂課，更是將綠意帶進生活的開始！ 活動資訊： https://recreation.forest.gov.tw/Education/Course?id=CK-D1309	觸口自然教育中心	預約報名(FB粉絲專頁)	觸口自然教育中心：(05)259-0211 FB：觸口自然教育中心(Chukou Nature Center)
10	森療・身療	隨森所遇	11/2	阿里山的清新的空氣及美麗針葉林，每次漫步在巨木森林中總能讓人感覺到渾身舒暢，讓在地居民引領我們認識阿里山的前世今生、沿著舊鐵道思古情懷，在千年巨木下體驗舒緩瑜珈、學習筋絡按推的手法，讓身體、心靈都得到休息。 *活動主要動線為姊妹潭-香林服務區及水山療癒步道，還是會有一點爬坡，建議學員評估自身體力狀況是否合適	觸口自然教育中心	預約報名(FB粉絲專頁)	觸口自然教育中心：(05)259-0211 FB：觸口自然教育中心(Chukou Nature Center)
11	森林環境教育	寶庫阿里山	11/16	阿里山是台灣最負盛名的森林遊樂區，神木群除了創造了林業與觀光，也孕育豐富的動植物生態，卻不為熙攘的旅人們所知。跟著我們一起拜訪阿里山，記錄觀察到的動植物及自然環境的變化，彙整在愛自然app專案當中，實踐公民科學家的精神，並透過阿里山林業的歷史，了解現代林業發展、人工林的管理及永續林業的意涵。 *活動主要動線為登山健行，需有連續步行6小時及負重5-10公斤登山基礎體力。 活動資訊： https://recreation.forest.gov.tw/Education/Course?id=CK-D1310	觸口自然教育中心	預約報名(FB粉絲專頁)	觸口自然教育中心：(05)259-0211 FB：觸口自然教育中心(Chukou Nature Center)
12	森林環境教育	森活好去觸	9-12月團體預約	森林的回憶有時就像童年的故事，有多久沒回到森林的懷抱了呢?帶著家裡的長輩及小孩，感受森林裡充滿活力的自然力量!利用森林裡當季的果實及野菜、採摘螺旋香草菜園，並使用修枝作為燃料的節能燃燒爐烹煮森林風味的香草茶! 活動資訊： https://recreation.forest.gov.tw/Education/Course?id=CK-C1301	觸口自然教育中心	預約報名(FB粉絲專頁)	觸口自然教育中心：(05)259-0211 FB：觸口自然教育中心(Chukou Nature Center)

113年9-12月林業保育署活動行事曆

編號	主題	活動名稱	活動日期	內容	地點	報名方式	聯絡窗口
13	森林環境教育	夜探雙流	9/11、9/12	夜晚的雙流很精彩，來到夜間的雙流可以看到蟋蟀、螢火蟲、蜘蛛、蝸牛、青蛙以及有毒或沒毒的蛇類，這些是晚上來雙流可以看到的「基本款」。如果夠幸運，甚至可以看到貓頭鷹、食蟹 獴及白鼻心等「典藏款」，一起來夜晚森林的小旅行吧！ 報名資訊： https://recreation.forest.gov.tw/Education/Course?id=SL-C1302	雙流國家森林遊樂區	預約報名 (山林悠遊網)	雙流自然教育中心：(08)870-1499、(08)870-1241 屏東分署：(08)723-6941#323 FB：雙流自然教育中心
14	森林環境教育	森日快樂	9/21、9/22	今年適逢雙流自然教育中心15年，中心初次舉辦全日型攀樹、森林育樂元素課程，期待以親樹體驗、森林五感課程將森林育樂功能分享給學員，並體認到森林、樹木資源是需要管理的。	雙流國家森林遊樂區	預約報名 (山林悠遊網)	雙流自然教育中心：(08)870-1499、(08)870-1241 屏東分署：(08)723-6941#323 FB：雙流自然教
15	音樂活動、在地文化	魚米之鄉-楓港溪的漁撈記憶	10/5、10/6	楓港溪流域，從上游到下游，在地的居民依靠著溪流所產的漁獲繁衍下去，一代又一代，發展出屬於自己的漁撈文化與技藝，讓我們一同體驗文化內涵，也找回自己與溪流那份血脈相連的感動！	雙流國家森林遊樂區	預約報名 (山林悠遊網)	雙流自然教育中心：(08)870-1499、(08)870-1241 屏東分署：(08)723-6941#323 FB：雙流自然教
16	森林環境教育	攀上樹 「碳」險趣	10/16、10/17	一起攀上樹，但課程中可不是只有攀樹，一起生活行為與碳的關係，並在過程中幫樹木測量樹木高度跟腰圍，藉由與樹木的親近，以及測量出的數值，讓我們與森林的距離更接近吧！	雙流國家森林遊樂區	預約報名 (山林悠遊網)	雙流自然教育中心：(08)870-1499、(08)870-1241 屏東分署：(08)723-6941#323
17	手作體驗、親子活動	奇幻森林	9/7	白露時節秋高氣爽，由夏入秋之際，走進千變萬化的森林探訪種子的世界，種子有如生命的開始，充滿愛與希望，園區推出『奇幻森林・種子樹』手作活動，邀請種子達人薛老師，陪同民眾體驗與認識生活中息息相關的植物及種子，於森林中一同創作專屬個人風格的獨特作品。 報名網址： https://forms.gle/YVqgBSXqBDPRtgoC9	池南國家森林遊樂區	預約報名 (Google表單)	池南國家森林遊樂區：(03)864-1594#13 FB：池南國家森林遊樂區
18	手作體驗、親子活動	蛙sī月桃	9/21	您知道有哪些動物喜歡躲在月桃裡呢? 邀請您一同尋找躲在月桃的住客們，認識月桃在人們生活中的妙用。再偷偷告訴你，月桃的香氛也能療癒身心，快來把月桃香氛蛙蛙帶回家，感受大自然帶來的喜悅。 活動資訊： https://recreation.forest.gov.tw/Education/Course?id=CN-D1306	池南國家森林遊樂區	預約報名 (山林悠遊網)	池南自然教育中心：(03)864-1594#15 花蓮分署：(03)832-5141#271 FB：池南自然教育中心

113年9-12月林業保育署活動行事曆

編號	主題	活動名稱	活動日期	內容	地點	報名方式	聯絡窗口
19	手作體驗、親子活動	冰箱上的小樹屋	9/28	邀請大家來親手打造一間你心中的小木屋！結合強力磁鐵，就蓋在你家的冰箱上，小木屋的每一塊材料都獨具特色，是製作中大型木作後剩餘的小小料，為提升每棵樹的碳匯效益，使用收集起來的餘料可實踐環境永續，更有意義喔！ 在池南森林遊樂區裡體驗手工鋸木的手感、溫度和香氣，讓我們用手鋸裁切、粗磨、膠合、作出木屋的主結構，再發揮創意，為每一間小木屋貼上門窗、屋頂，設計出自己專屬的樣式，把每一塊餘料都運用到極致，一起延長木材的小小碳循環！享受被森林療癒的各種可能。 報名網址： https://forms.gle/TGJddQbqUZkX6veA6	池南國家森林遊樂區	預約報名(Google表單)	池南國家森林遊樂區：(03)864-1594#13 FB：池南國家森林遊樂區
20	音樂活動、在地文化	古今本草智慧－原生植物二三事	10/16 (上午)	你每天路過的野花野草，可能就是古人用來治病保健的天然秘方！本場活動特別邀請到林試所的曾彥學所長，帶我們一起探索原生植物的魅力以及潛在的藥用價值，並了解如何保護這些隱藏在大自然中的瑰寶！ 活動資訊： https://recreation.forest.gov.tw/Education/Course?id=CN-C1307	池南國家森林遊樂區	預約報名(山林悠遊網)	池南自然教育中心：(03)864-1594#15 花蓮分署：(03)832-5141#271 FB：池南自然教育中心
21	音樂活動、在地文化	古今本草智慧－大師說月桃	10/16 (下午)	月桃除了能包粽子、墊糕粿和製成編織品，還是潛力無窮的保健藥用植物，有許多神奇妙用值得我們深入了解。本次活動特別邀請林試所的曾彥學所長，帶大家探索不同種月桃的獨特之處，並了解各族群如何巧妙的運用月桃於生活之中。 活動資訊： https://recreation.forest.gov.tw/Education/Course?id=CN-C1308	池南國家森林遊樂區	預約報名(山林悠遊網)	池南自然教育中心：(03)864-1594#15 花蓮分署：(03)832-5141#271 FB：池南自然教育中心
22	手作體驗、親子活動	蕨無僅有	10/19	蕨類主要棲息地是森林，也是人類的發源地。本次活動結合文藝與森林創作，對於喜愛植物苔球創意的你，不妨親手創作屬於你個人特色的植物容器。創作過程也很療癒喔。	池南國家森林遊樂區	預約報名(FB粉絲專頁)	池南國家森林遊樂區：(03)864-1594#13 FB：池南國家森林遊樂區
23	手作體驗、親子活動	微光森林-樹皮夜燈	11/2	它被稱為噹噹樹、鈔票樹與鹿仔樹，究竟是誰有著這麼有趣的名稱呢? 我們將拜訪它，學習祖先的智識，敲打構樹皮，製作獨特樹皮夜燈。想像一閃一閃的燈光，在夜晚時刻，從美麗的樹皮紋理散發，就像微光森林，伴您整個夜晚。 活動資訊： https://recreation.forest.gov.tw/Education/Course?id=CN-D1307	池南國家森林遊樂區	預約報名(山林悠遊網)	池南自然教育中心：(03)864-1594#15 花蓮分署：(03)832-5141#271 FB：池南自然教育中心
24	手作體驗、親子活動	聖誕花圈	11/3	迎接歡樂耶誕佳節，繽紛的聖誕花圈掛滿街，園區推出季節限定的『歡樂森林・聖誕花圈』活動，運用山野藤木及各式各樣的種子，陪同大眾一起巧妙地認識生活中與森林息息相關的自然素材，並創作出獨樹一幟、專屬個人風格的作品，亦藉此寓教於樂的活動親近大自然、增進親子關係。	池南國家森林遊樂區	預約報名(FB粉絲專頁)	池南國家森林遊樂區：(03)864-1594#13 FB：池南國家森林遊樂區

113年9-12月林業保育署活動行事曆

編號	主題	活動名稱	活動日期	內容	地點	報名方式	聯絡窗口
25	音樂活動、在地文化	2024 Pangcah 生活節	9/7-9/8	結合太巴塱部落族人發起「Pangcah生活節」，從在地生活脈絡出發，結合屬地性的生活文化與儀式信仰，並邀請音樂團體與藝術家一同參與音樂創作，重新詮釋太巴塱原住民傳統歌謠與舞蹈，藉此主題性音樂建立偏鄉部落特色藝術活動，促進花蓮中區大農大富平地森林園區之藝文發展。 FB粉絲專頁活動資訊：https://www.facebook.com/pangcahfestival/?locale=zh_TW	大農大富平地森林園區	現場參加	花蓮分署：(038)325141#272
26	音樂活動、在地文化	打包森林：築巢派對	9/14	花蓮分署以國產木竹材料設計製作大農大富藝術裝置《築巢VII -台灣野豬》，當日辦理啟用記者會，結合馬遠部落及周邊社區地方飲食習慣，認識森林食飲的多樣性與我們生活之間的關係，以禪柔、茶席、森林療癒等療癒體驗與森林音樂演出，邀請民眾一同參與打包森林活動。	大農大富平地森林園區	預約報名(林小姐0963-017515)	花蓮分署：(038)325141#272
27	音樂活動、在地文化	花蓮星光音樂會【森之音】	9/28	「花蓮星光音樂會」匯集音樂、天文和自然地景，美麗星空下欣賞樂曲，聆聽天文老師星空導覽，享受滿天星辰的浪漫氛圍。 官網活動資訊：https://www.meteor-hualien.tw/about-5	大農大富平地森林園區	現場參加	花蓮分署：(038)325141#272