



TAITUNG

nice trip

發現台東新視野



來台東，感受太平洋的純淨呼喚

徜徉於如詩如畫的田園與山海風景，深入離島探訪世外桃源，
隨心所欲寫下屬於自己的台東旅日記。

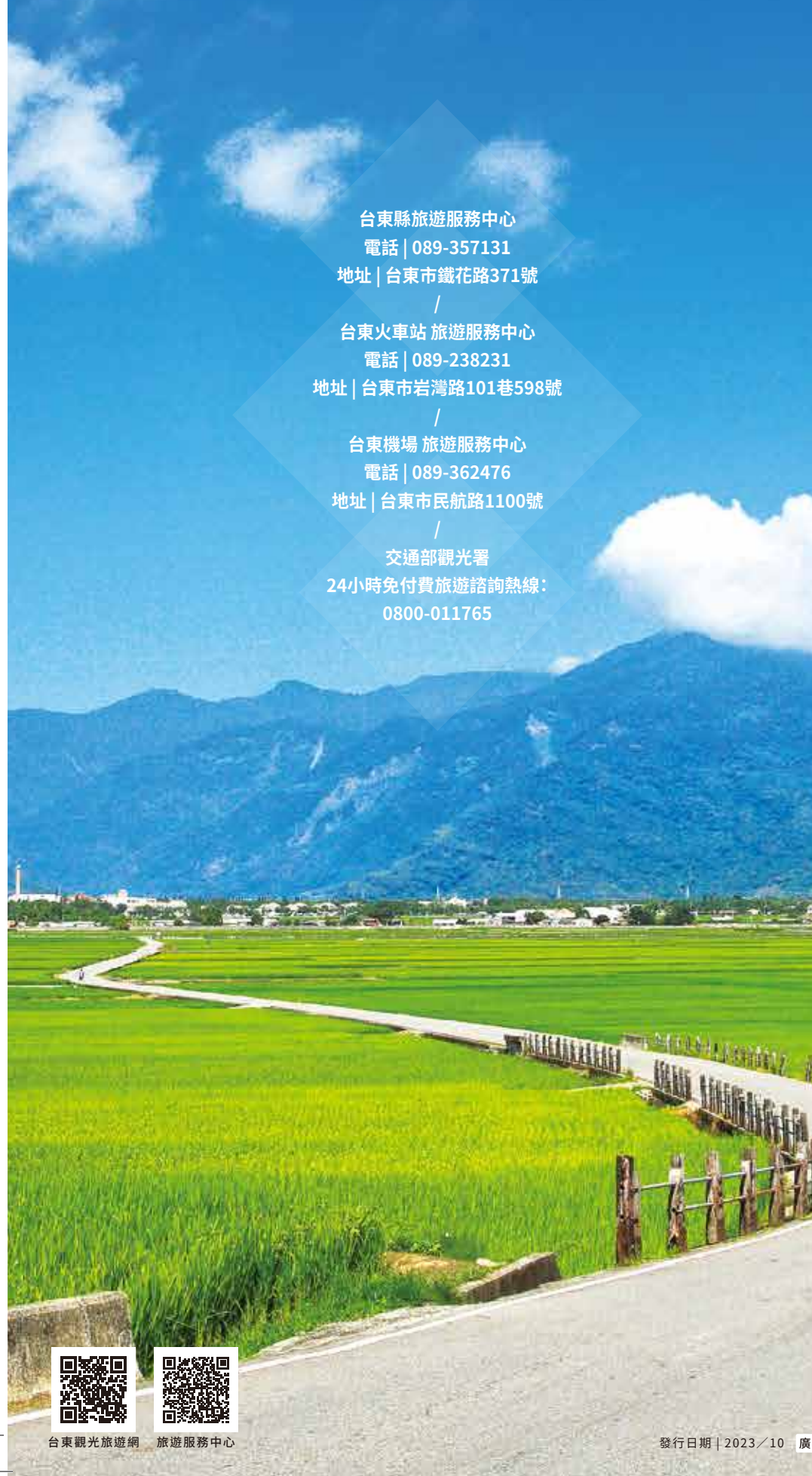
臺東縣政府
Taitung County Government

台東縣旅遊服務中心
電話 | 089-357131
地址 | 台東市蓮花路371號

台東火車站 旅遊服務中心
電話 | 089-238231
地址 | 台東市岩灣路101巷598號

台東機場 旅遊服務中心
電話 | 089-362476
地址 | 台東市民航路1100號

交通部觀光署
24小時免付費旅遊諮詢熱線：
0800-011765



台東觀光服務網 旅遊服務中心

發行日期 | 2023/10 廣告

海之悠遊 X 海岸線

沿台11線蔚藍海岸暢意吹風，體驗SUP、衝浪、馳聘太平洋、感受海的野性呼喚。



戶外體驗 SUP

◎三仙台風景區

因海水侵蝕造成的離岸島嶼，透過八拱跨海步橋相連，堪稱海岸地質博物館，在三仙台迎接台灣本島第一道曙光是幸福的體驗。



◎八仙洞

數座高達10公尺以上的宏偉海蝕洞連綴，考古學家也在這裡發現距今3萬年前的舊石器時代遺跡。



◎長濱金剛大道

展望金色稻浪及藍色太平洋的絕美坡道，是東海岸熱門鐵馬路線，搭配道路旁阡陌相連的梯田，四季景色千變萬化。



◎比西里岸社區

裝飾繽紛壁畫的阿美族漁村，可以欣賞並體驗寶抱鼓和原民工藝。



◎都歷海灘

號稱台版「天空之鏡」的打卡熱點，退潮後平緩沙灘與淺水面就像一面大鏡子，映照藍天白雲與夢幻倒影。



◎金樽陸連島

台灣唯一正在形成的陸連島，退潮後可步行到神秘「貓洞」打卡IG美照，鄰近的金樽浪點更是世界長板及短板總冠軍賽場地，吸引國內外衝浪選手前往競浪。



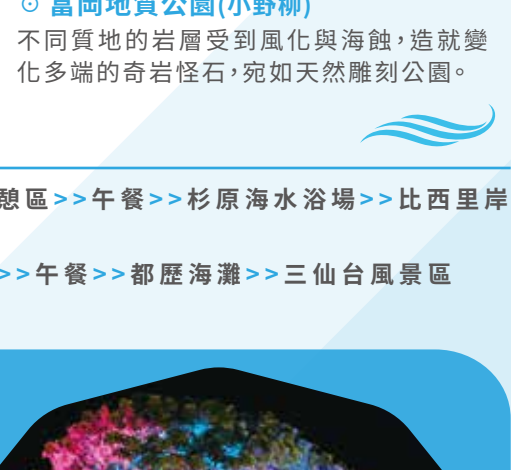
◎富山漁業資源保育區

珊瑚礁潮間帶生態有如自然教室，可參加潮間帶解說、釣蟻蟲及挖沙蟹等體驗。



◎杉原海水浴場

又稱杉原灣，海水清澈、沙質細緻，是東海岸唯一可戲水的沙灘，適合漫步海灣聽濤踏浪觀賞日出。



◎富岡地質公園(小野柳)

不同質地的岩層受到風化與海蝕，造就變化多端的奇奇怪石，宛如天然雕刻公園。

【海洋放風1日遊】

路線1 富岡地質公園(小野柳)>>>加路蘭遊憩區>>>午餐>>>杉原海水浴場>>>比西里岸社區>>>八仙洞

路線2 富山漁業資源保育區>>>金樽陸連島>>>午餐>>>都歷海灘>>>三仙台風景區>>>長濱金剛大道

FUN節慶

東海岸大地藝術節

在這場擁抱太平洋的藝術盛會中，邀請藝術家沿著台11線駐地創作大型戶外作品，期間還會舉辦藝術市集、月光海音樂會等，自然與藝術的和諧對話。

每年舉辦時間：6-9月

山海溫泉鄉 X 南迴線

在金針花開滿山的季節，徜徉於依山傍海的秘境桃花源。



◎多良車站

從月台可眺望蔚藍太平洋，山海交織的獨特景色被譽為是「台灣最美的車站」。可到鄰近的向陽薪傳木工坊欣賞漂流木工藝。



◎知本溫泉

清澈無色、富含礦物質的碳酸氫鈉泉從綠意盎然的山谷湧出，早在日本時代就以溫泉名聞遐邇。



◎知本國家森林遊樂區

園區內巨大鳳蝶飛舞、白榕盤根錯節，完善的步道讓民眾親近豐富生態。



◎太麻里金針山

春季櫻花、初夏繡球，還有楓葉、賞螢，四季美景如畫，而每年8~9月金針花季節，滿山遍野綻放的金針花更是美不勝收。



◎太麻里(櫻木)平交道

位於太麻里火車站旁，結合海天一線的鐵道風光，彷彿重現日本漫畫《灌籃高手》中的場景。



◎嘉蘭天空步道

從步道可眺望拉灣橋及嘉蘭村，欣賞鬼斧神工的濱山峭壁與山巒風光。



◎大武之心南迴驛

以燈塔為意象的南迴遊地標，販售琳琅滿目的在地特產、產地直送美食料理，還有海景咖啡廳可供遊客休憩賞景。



◎阿塹壹古道(南田)

連接台東南田與屏東東海的古道未經人為開發，擁有完整的鵝卵石礫石海灘景觀，以及海岸原始森林動植物生態，探索古道需由在地導覽人員帶領。

【南迴巡禮2日遊】

DAY1 知本溫泉>>>知本國家森林遊樂區>>>午餐>>>太麻里金針山>>>太麻里平交道

DAY2 嘉蘭天空步道>>>多良車站>>>午餐>>>大武之心南迴驛>>>阿塹壹古道(南田)

田野交響曲 X 縱谷區

自行車、熱氣球、區間慢車，以不同交通工具感受如畫的田園風景。



◎鹿野高台

海拔約350公尺，四周高山屏障等特殊地理條件，除了是全台數一數二的優良天然空域活動場地，也是產茶基地，搭乘飛行傘或熱氣球，可俯瞰周遭田野、茶園，以及卑南溪谷景色。



◎嘉明湖

坐落於海拔3,310公尺，是台灣第二高的高山湖泊，澄澈湖面映照藍天白雲，被譽為「高山的藍寶石」，需申請入山許可，建議規劃3~4天行程。



◎栗松溫泉

一處未開發的野溪溫泉、弱鹼性碳酸泉從山壁傾流而下，在壁面沈積斑斕色彩，需專業領隊帶領，溯溪後方可到達。



◎池上伯朗大道

優美田間小路因廣告拍攝而聲名大噪。騎單車沿茶樹、天堂路等景點半日悠遊，徜徉稻香與田園風光。



◎天堂路

相較起筆直的伯朗大道，天堂路更帶點迷人風韻，如畫般的黃澄澄無際稻浪，每年秋季舉辦的池上秋收稻穗藝術節，以稻田為舞台，進行精彩的戶外展演。



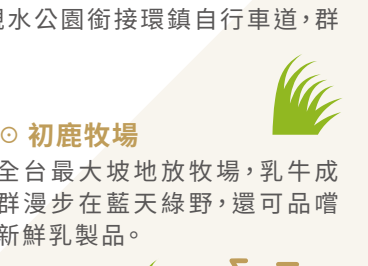
◎台東原生應用植物園

台灣唯一原生藥草生態園區，培育兩百多種台東珍貴原生種藥用植物，園內規劃步道、餐飲與親子牧場等設施，兼具教育與休憩功能。



◎關山親水公園(環鎮自行車道)

全台首座環鎮自行車道，關山可說是自行車愛好者的天堂，親水公園銜接環鎮自行車道，群山、稻香、油菜花與鐵道相互交織。



◎初鹿牧場

全台最大坡地放牧場，乳牛成羣漫步在藍天綠野，還可品嚐新鮮乳製品。

【縱谷田野1日遊】

路線1 台東原生應用植物園>>>初鹿牧場>>>午餐>>>關山親水公園(環鎮自行車道)

路線2 鹿野高台>>>午餐>>>池上伯朗大道>>>天堂路

FUN節慶

臺灣國際熱氣球嘉年華

在純淨自然中舉辦的熱氣球嘉年華，是一年一度、夏季的空中盛會，活動內容包含熱氣球自由飛行及光雕音樂會、造型球展演、緊留體驗等。

每年舉辦時間：6-8月

人文漫步 X 台東市

在國境之東，徜徉溫泉與美食的風格旅行，愛上東部慢生活。



◎鐵花新聚落

舊台東火車站文創轉型，發展為結合手作、美食和音樂演出的文化聚落。假日推出手作與小農產品的慢市集，彩繪熱氣球為熱門拍照點。



◎利吉惡地地質公園

緊鄰卑南大溪的利吉惡地，板塊撞擊隆起後地表泥沙岩經風化與冲刷，形成尖銳參差有荒漠之美的特殊地形，是國際學者研究板塊移動的活化石。



◎國立臺灣史前文化博物館

研究並展示以台灣史前文化、南島族群為主的台灣自然史。鄰近的卑南遺址公園，展示台灣考古史上最具完整聚落，以及最大石板棺墓葬群。



◎台東糖廠文創園區

舊糖廠建築與大型藝術結合，並邀請部落工藝等文創產業進駐，不定期舉辦各種展覽和體驗。



◎臺東森林公園

位於台東市郊，為「琵琶湖」、「霧簾湖」以及能夠舉辦各項水域活動的「活水湖」組成的森林公園。騎乘自行車，穿行在遼闊樹林與豐富濕地生態間，感受與大自然零距離，這裡也是著名的國際鐵人三項活動競賽場地。



◎海濱公園

在市區就可以看海！融合地景與裝置藝術，除了遼闊無際的太平洋海景，也是賞曙光、夜景的好去處。

【台東市區凱走1日遊】

海濱公園>>>臺東森林公園>>>午餐>>>台東糖廠文創園區>>>國立臺灣史前文化博物館>>>利吉惡地地質公園>>>鐵花新聚落

台東必吃必買

釋迦

台東最具代表的農特產，產量冠全台，每年的農曆春節與中秋節是盛產期。

米苔目

台東代表人氣小吃，使用在地稻米做成的米苔目，香Q彈嫩，搭配肉燥菜湯頭香濃美味。

原住民風味餐

台東最具代表的原民料理，包括小米包入月桃葉的「阿拜」，及原民香料做成的馬告烤豬肉、刺蔥雞湯等。

海鮮

太平洋帶來豐盛漁獲，成功新港旗魚捕撈量更是全台灣第一。旗魚生魚片、酥炸魚頭刀等料理都是必吃美食。

炸雞

台東人從小吃到大的在地炸雞，雞肉使用獨門香料醃漬，再以中式濕粉漿酥炸，汁多肉嫩帶來爆漿口感。

洛神花

台東的洛神花產量居全台之冠，製作成蜜餞或乾燥花茶，果醬酸甜可口。

肉包

台東有幾間肉包老店隨時大排長龍，剛出爐的包子外皮鬆軟、內餡豐富多汁，實惠的銅板價也是人氣的原因。

封仔餅

熱銷80多年的傳統中式餡餅，有白豆沙、綠豆沙、紅豆沙、芋頭和肉餅等多種口味。

紅烏龍

水源純淨、日夜溫差大等優勢的鹿野為東部茶鄉，所產的紅烏龍，蘊含烏龍茶的香氣與紅茶的甘甜。

台東米

花東縱谷生產的池上米、關山米、鹿野米及埤南米等在海內外獲獎連連，在長濱也有優良無毒的八仙米及金剛米。

手工麻糬

選用台東在地米製作而成的彈牙麻糬，包入百分百天然內餡，是極佳的伴手禮。

咖啡

北起長濱、南到達仁，吹著太平洋海風、孕育果香豐富、蘊含土地生命力的高品質咖啡，也是原鄉的重要物產。

寒單餅

取名自台東元宵傳統祭典「地炸寒單爺」，中式酥皮包入小米麻糬和台東紅薯、綠豆沙餡，香酥可口。

琪瑪酥

將傳統琪瑪化為一口一個小金磚，並設計11種口味，一嚐成為超人氣伴手禮。

地瓜酥

以地瓜薄片沾上特製糖蜜酥炸，爽脆順口，是老少咸宜、受歡迎的古早味。

