# 二、解說實戰營

# (一)解說主題

大自然賦予縱谷這座隱身中央山脈和海岸山脈間的狹長綠色谷地, 珍貴的農作物產、神奇的川流地貌和豐富的觀光資源,呈現多元的旅遊 主題,田野風光、農園牧場、花海稻田、單車悠遊、鐵道環遊、人文史 蹟,編織成這片沃土最精彩的故事,藉由花東縱谷的主題介紹,將能讓 遊客在有限時間內迅速認識花東縱谷地區重要資源景觀。

# 雙鐵旅行

# 解說要點:

如果只跟著旅行團或團體參訪,大多只能參觀大衆化的景點,停留時間也因而受限,所以若能運用最新旅遊概念「鐵馬+鐵路」的雙鐵旅行模式,不但節能減碳,還可細細賞玩縱谷每個區域的特色風光。

因此,本主題的解說重點,在於提供遊客一項新訊息,讓他們瞭解 花東風采可以透過雙鐵的結合打破距離限制,讓點與點之間形成環狀旅 遊線,再踩著鐵馬連接旅程,仔細品味山野無盡風情,輕鬆遊玩縱谷, 驚點發現以往所忽略的美景。

# 鐵馬一單車

近幾年來,由於響應綠色環保、節能減碳的概念,健康的單車旅遊蔚為時尚流行,縱谷內已規畫了7條特色自行車道,各自呈現湖泊風情、自然生態、鐵道懷舊、泡湯踏青或是越野體驗等不同的觀光主體。除了各具風采的自行車道,每年也會舉辦環花東自行車節、鐵馬奔騰關山行、全國自行車公路錦標賽等國內外賽事,行銷推廣縱谷的美好山水。

台鐵為因應全台的「自行車」熱潮,推出台北至花蓮、台東區段間「雙鐵共乘」列車,設計自行車專用車廂,延伸自行車族旅遊觸角,享受鐵馬慢遊,體驗花東的生活步調、自然生態、人文涵養。

7	條	自	行	車	道	特	色
1	壽豐鄉	· 鯉魚潭自行車	道一鯉魚	覃生態、原	住民文化		
2	光復鄉	·光復自行車道	一馬太鞍灣	溼地、糖業	文化、阿美	族文化	
3	瑞穗鄉	・瑞穂自行車道	1一牧場、清	🖴 宗、賞櫻	<b>夏</b> 風光		
4	玉里鎮 ·	·玉富自行車道	一舊鐵道物	喪舊			
5	池上鄉	·池上自行車道	1一水圳、氵	也上米產區	<u> </u>		
6	關山鎮·	·關山自行車道	一環保親ス	水公園、稻	邰田景緻、╽	」水風光	
7	鹿野鄉 .	·龍田自行車道	一移民村工	文化、小葉	<b>賃攬仁綠色</b> 隊	遂道、茶園匠	礼光

雙 鐵	列 車	資訊・	一詳細	列車	時	間	請	參	閱	台	鐵	網	站
車 種	車次	經 由	起一	訖 j	沾	備							註
自強	1000	Ш	二水-	-花蓮									
自強	1016	Ш	高雄-	-花蓮									
自強	1030	Ш	屏東-	一花蓮									
莒光	63	_	樹林-	−臺東									
莒光	67	_	花蓮-	−臺東									
莒光	75	_	樹林-	−臺東	j	逢週;	六至	日行	駛				
莒光	40	海	彰化-	−臺東									
莒光	42	Ш	臺中-	−臺東									
莒光	57		樹林-	−臺東									
普快車	199	_	花蓮-	臺東									

# 鐵路-火車

沿著北迴鐵路連接花東縱谷鐵路,一邊是高聳的山岳、一邊是遼闊的海洋,火車奔馳在藍綠交融的迴旋舞曲,東北角海岸線橫貫狀麗的北迴鐵路。來到花東縱谷的美麗山野,可以停靠9大車站,並以車站為起迄點,進行周邊景點串連旅遊,不但能完成一趟花東縱谷車站建築藝術之旅,也能針對不同風俗民情有深刻體驗,最適合推薦給背包客。

# 各車站延伸旅遊:

- 壽豐站一池南國家森林遊樂區、鯉魚潭、東華大學、豐田移民村、立川 漁場。
- 鳳林站一新光兆豐休閒農場、林田移民村、林田山林業文化園區、箭瑛 大橋、鳳凰瀑布、菸樓文化、客家文化。
- 光復站―馬太鞍濕地生態園區、花蓮糖廠、太巴塱部落、大興瀑布。
- 瑞穗站一秀姑巒溪泛舟、瑞穗牧場、瑞穗·紅葉溫泉區、富源森林遊樂區、掃叭石柱、北回歸線標誌公園、舞鶴觀光茶園。
- 玉里站—赤柯山、安涌温泉、南安温泉。
- 富里站一六十石山、羅山遊憩區(泥火山、瀑布)。
- 池上站一大坡池、、池上桑蠶休閒農場、池上牧野渡假村、霧鹿部落、 砲台、利稻部落、池上大圳、霧鹿峽谷、池上飯包博物館。
- 關山站--關山親水公園、環鎮單車。
- 鹿野站一鹿野高台觀光茶園、紅葉少棒紀念館、龍田社區、初鹿牧場、 布農部落。



# 城鄉風光

#### 解說要點:

「福爾摩沙」是對台灣之美的讚許,而寶島東部縱谷因山脈阻隔, 所以形成一片大自然淨土,居民世代在此過著安居樂業的生活,即使農業條件無西部平原富足,但適地而耕的智慧在縱谷平原綻放豐富多元的 城鄉風采。

花東縱谷涵蓋花蓮縣9個鄉鎮和台東縣6個鄉鎮,秀麗山水孕育出獨特的人文物產特色,15鄉鎮各自擁有精彩的資源與風光,此主題可著重在藉由地方特色文化與鐵路、自行車道的連結,並運用地名典故的解說引發游客探索後花園的意願,介紹花東縱谷得天獨厚的純樸風光。

#### 花蓮縣:

- 秀林鄉(太魯閣族文化)
- 壽豐鄉(風景秀麗優美、移民村文化)
- 鳳林鎭(客家風情、林田山林業、移民村文化)
- 萬榮鄉(太魯閣族文化)
- 光復鄉 (溼地生態、糖業懷舊、阿美族文化)
- 瑞穗鄉(鮮乳、茶葉、文曰、泛舟、溫泉)
- 玉里鑓 (波斯菊、油菜花海、金針花海、溫泉)
- ●卓溪鄉(布農族文化)
- 富里鄉(金針花海、金黃稻穗)

# 台東縣:

- 池上鄉(池上米產區、油菜花海)
- 關山鎮(環鎮鐵馬、油菜花海)
- ●海端鄉(自然美景、布農族文化)
- 鹿野鄉(飛行活動、茶葉、移民村文化、泛舟)
- 延平鄉(少棒、溫泉、布農族文化)
- 卑南鄉(溫泉、原住民文化)

# 活力休閒

#### 解說要點:

#### 1. 溪流泛舟

秀姑戀溪發源於中央山脈,峽谷曲流蜿蜒,是體驗泛舟刺激的最佳 水域,從瑞穗大橋起點至長虹橋終點,22公里的水路挑戰著遊客的體能 極限和智慧耐力,同時也能欣賞兩側山綠峭壁地形。

卑南溪泛舟在民國99年5月啓航,航程起點從寶華橋開始,至終點-鸞山大橋共12公里長,河道落差約100公尺,湍流湧急,沿岸風光秀麗,有22處急流、5處峽崖及多處天然巨石,水量適中,非常適合泛舟。而「卑南溪泛舟服務中心」於民國97年在鹿野公園成立,會於泛舟季節提供相關服務。

#### 2. 步道健行

步道健行是體驗自然、享受健康的熱門休閒活動,漫步縱谷鯉魚潭、富源蝴蝶谷等森林步道呼吸芬多精、探索生態,可以增進身心健康,體驗川水壯闊。

# 3. 飛行傘

鹿野高台特殊地理條件加上縱谷風力充足,每年夏、秋是飛行傘旺季,藉由飛行帶領雙眼從高空一覽縱谷美麗、綠野阡陌、茶園風光。

(F)

# 遊客安全叮啶

- 從事戶外運動前應叮嚀遊客評估自我體能狀況,聽從專業教練指示,穿著安全救生裝備再進行活動。
- ■宣導維護環境整潔,勿隨意棄置垃圾。

# 稻田花影

#### 解說要點:

無污染的清澈水源、適宜的氣候溫差和養分充足的土壤,讓縱谷平原孕育出優質稻米,成為台灣最大的米倉,一片片綠色稻田或金黃稻浪給人舒適的感官享受。每年冬天第二期稻收割後,農民會在輪作期間種植油菜花,作為綠肥植物涵養地力,近幾年本處及各農會、機關更融入波斯菊花海、向日葵花海、白色百日草花海的栽植,使得農曆年節期間的花東縱谷成為令人驚豔的花花世界,綿延花海在縱谷拼畫美麗圖景。



# 溫泉泡湯

# 解說要點:

歐亞大陸板塊與菲律賓海板塊的推擠作用,造成地殼產生斷層裂縫,一股股暖流從地心岩層向上竄流,天然豐富的溫泉資源在縱谷形成獨樹一格的泡湯文化。著名溫泉由北而南分別有瑞穗溫泉區、紅葉溫泉區、安通溫泉區、霧鹿溫泉等,不同風格的溫泉區是放鬆心情、洗滌疲勞的溫暖園地,在享受泡樂趣之餘,也可欣賞地質地形的變動奧妙;本處配合全國溫泉美食嘉年華,也結合觀光、人文、美食於10~12月舉行活動,展現縱谷的溫泉特色。

# 遊客安全叮

- 泡湯前須做暖身運動,或以毛巾沾水拍打全身 適應水溫,避冤因為溫度急遽變化,引起身體 不滴。
- 泡湯時間不宜太長,應適時休息與補充水份, 皮膚若出現不適,應立即起身用清水沖洗。
- 孕婦、身體虚弱、睡眠不足、空腹或剛吃飽, 皆不宜泡湯。



# 文化探索

# 解說要點:

史前遺址、歷史古蹟、多元族群、寺廟文化上,呈現極具深度的文 化風采,是花東縱谷珍貴的人文資源。

掃叭石柱、公埔遺址印證了三千多年前史前人類一原住民文化的存在:豐田移民村、霧鹿砲台、菸樓文化聚落、林田山林業文化園區闡述著歷史更替的痕跡:6大原住民族群部落、漢人、外省族籍和諧共存拓墾,呈現縱谷多元文化:豐田碧蓮寺、光復保安寺、富源保安宮、瑞穗青蓮寺、玉里協天宮、鹿野崑慈堂、關山天后宮則是地區居民重要的信仰中心,解說時可輔以廟會歷史和建築藝術的故事。

# 生態饗宴

#### 解說要點:

花東縱谷因地處亞熱帶及熱帶氣候帶,溫暖潮濕的天氣、寬闊的 天然山林和繁密的溪流水路蘊含豐富生物種類,在鯉魚潭、池南國家森 林遊樂區、林田山林場、富源蝴蝶谷、馬太鞍溼地、大坡池等地,蝴蝶 (台灣紋白蝶、環紋蝶、斑鳳蝶)、蛙(澤蛙、日本樹蛙、莫氏樹蛙、 斯文豪氏蛙、小雨蛙)、鳥(朱鸝、臺灣藍鵲、紅山椒、樹鵲、五色 鳥、鉛色水鶇、紅嘴黑鵯)、螢火蟲(黑翅螢、黃脈翅螢、山窗螢)、 植物(柚香花、油菜花、箭筍、金針花)等輪番展現生命力,營造多樣 化的生態環境。



<b>一</b>
用 三
CHE. J III J BIRW. BERT 700 II.
日
'E
AECTION III III III III III III III III III
节氏樹蛙