

(三) 想樂20問



花東縱谷國家風景區和東部海岸國家風景區管轄範圍有何差異？

No.01

花東縱谷國家風景區：

位於中央山脈和海岸山脈之間，是一穿越花蓮、台東兩縣的狹長谷地，橫跨亞熱帶與熱帶氣候，西側高峻的中央山脈與東側海岸山脈平行排列。

管理範圍南北貫串花蓮、台東兩縣，南北長達**158**公里，轄區包括花蓮縣秀林鄉、壽豐鄉、鳳林鎮、萬榮鄉、光復鄉、瑞穗鄉、玉里鎮、卓溪鄉、富里鄉，及台東縣池上鄉、關山鎮、海端鄉、鹿野鄉、延平鄉、卑南鄉，共計**15**個鄉鎮。

東部海岸國家風景區：

屬於花蓮縣、台東縣的濱海部份，綿延海岸山脈東側和太平洋之間，沿台**11**線省道北起花蓮溪口、南至小野柳風景特定區，海岸線長達**168**公里，包括秀姑巒溪瑞穗以下泛舟河段和綠島。



縱谷有哪些特色景點？

No.02

北區

- **休閒**—鯉魚潭、池南國家森林遊樂區、立川漁場、林榮休憩區、新光兆豐休閒農場、鳳林公路公園、鳳凰山莊、箭瑛公園、鳳林遊憩區、馬太鞍濕地生態園區、大興瀑布紀念公園。
- **文化**—豐田移民村、菸樓文化聚落、林田山林業文化園區、校長夢工廠、花蓮糖廠、太巴塢部落（阿美族）。

中區

- **休閒**—富源蝴蝶谷、鶴岡文旦觀光果園、瑞穗·紅葉溫泉區、瑞穗泛舟服務中心、瑞穗牧場、吉蒸牧場、北回歸線標誌公園、舞鶴觀光茶園、赤柯山、南安瀑布、安通溫泉、六十石山、羅山瀑布暨泥火山、小天祥。
- **文化**—富源保安宮、瑞穗青蓮寺、掃叭石柱、玉里協天宮、馬立雲部落（撒奇萊雅族）。

南區

- **休閒**—大坡池、六口溫泉、霧鹿峽谷與霧鹿溫泉、池上牧野渡假村、池上桑蠶休閒農場、關山親水公園、鹿野高台、布農部落休閒農場、鹿野觀光茶園、脫線休閒牧場、台東縣紅葉溫泉、初鹿牧場、台東原生應用植物園、利吉惡地及小黃山。
- **文化**—池上飯包博物館、霧鹿砲台、天龍吊橋、龍田社區（移民村）、鹿野崑慈堂、紅葉少棒紀念館。



可以推薦幾處縱谷地區的自行車道嗎？

為響應綠色環保、節能減碳的概念，縱管處規畫了7條特色自行車道，規劃相當完善，可以體會不一樣的縱谷景色，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、洄瀾單車節等國內外賽事，您可以考慮參加，詳細資訊請參考花東縱谷國家風景旅遊資訊網 <http://www.erv-nsa.gov.tw/>

No.03

7	條 自 行 車 道 特 色
1	壽豐鄉・鯉魚潭自行車道—鯉魚潭生態、原住民文化
2	光復鄉・光復自行車道—馬太鞍溼地、糖業文化、阿美族文化
3	瑞穗鄉・瑞穗自行車道—牧場、溫泉、賞櫻風光
4	玉里鎮・玉富自行車道—舊鐵道懷舊
5	池上鄉・池上自行車道—水圳、池上米產區
6	關山鎮・關山自行車道—環保親水公園、稻田景緻、山水風光
7	鹿野鄉・龍田自行車道—移民村文化、小葉欖仁綠色隧道、茶園風光



 「洄瀾」一詞有什麼特別涵義嗎？

花蓮古稱「奇萊」、「哆囉滿」，由於花蓮溪水東流注入太平洋時，水流與海浪相互接觸激盪，水流形成迴旋浪花，所以又稱為「洄瀾」，後人取其諧音而稱為「花蓮」，所以「洄瀾」是花蓮的別稱。

No.04

[illegible]



紅葉溫泉是位在台東還是花蓮？

台東和花蓮皆有紅葉溫泉，所以縱谷共有兩處紅葉溫泉，一處是在花蓮縣萬榮鄉紅葉村，另一處在台東縣延平鄉紅葉村，泉質為弱鹼性的「碳酸氫鈉泉」，水質清澈無味，對促進血液循環、滋潤皮膚、改善風濕關節炎的疼痛均有助益。

No.05



花東縱谷有哪些主要溫泉資源？

花蓮縣有「瑞穗・紅葉溫泉區」（萬榮鄉）、「安通溫泉區」（玉里鎮）；台東縣有「霧鹿溫泉」（海端鄉）、「紅葉溫泉」（延平鄉）等，都是享受泡湯的好去處。

No.06



我想瞭解花東縱谷有哪些原住民族群文化？

花東縱谷的原住民文化主要有阿美族、布農族、卑南族、撒奇萊雅族、太魯閣族、賽德克族6大及其他少數原住民族群，各自擁有不同的族群文化，也形成多元的慶典祭儀；其中，太魯閣族原本被歸為泰雅族，於西元2004年（民國93年）1月獲得政府認定，正名成為台灣第12個原住民族群；撒奇萊雅族原本被歸於阿美族，於西元2007年（民國96年）1月獲得政府承認，正名成為台灣第13族原住民族群；賽德克族原被歸類為泰雅族，西元2008年（民國97年）04月23日正名為台灣第14族原住民。

No.07



金針花主要產區在哪些地方？

每年7、8月是高山金針的主要產期，花蓮縣赤柯山、六十石山和台東縣太麻里金針山，是台灣三大金針產區，而花蓮縣玉里鎮赤柯山與富里鄉的六十石山是縱谷主要的金針產區，會舉辦盛大的主題花季和系列產業休閒文化活動，是遊賞金針花的最佳地點。

No.08



縱谷年度重要節慶典有哪些？

No.09

活動名稱	舉行月份
花東縱谷國際超級馬拉松	2、3
柚香花季	3、4
箭筍季	3~5
環花東自行車節	4
螢火蟲生態之旅	4、5
國際鐵人三項精英賽	5
想飛的季節	7
金針花季	7、8
鐵馬奔騰關山行	8
全國自行車公路錦標賽	8
池上竹筏季	8
迴瀾單車節	10
溫泉美食嘉年華	10~1
花海季	12~2
台東釋迦節	12~2



聽說花蓮有火山豆腐，它的由來為何？

花蓮縣富里鄉羅山村的泥火山是罕見的泥火同源奇觀，火山豆腐是早期村民利用取自泥火山的鹵水加以沈澱過濾後，做為豆漿凝結劑所製成的豆腐。這一項技術失傳已久，近幾年在居民推動「羅山有機村」社區總體營造的活動中，重新被發掘傳承，因火山鹵水有助於凝結作用，再融入當地的有機黃豆，讓火山豆腐成為深具特殊風味的在地特產。

有別於一般用石膏做為凝結劑製成的豆腐，它的口感十分紮實，還帶有一股濃濃的豆香，非常健康，目前只有在羅山有機村內體驗農家民宿的遊客才有機會體驗。



縱谷為什麼會有利吉惡地地形？

花東縱谷的利吉惡地，即為卑南鄉卑南溪畔一大片佈滿雨蝕溝的山壁，有「台東地質國寶」之稱。利吉惡地在地質學上的正式名稱為「利吉混同層」，主要分布在海岸山脈南端，並沿著海岸山脈的西緣向北延伸。

它原本是堆積在海底的泥層，因菲律賓海板塊與歐亞大陸板塊互相推擠而露出地表，不過真正的成因和地質演變過程，學術界尚未有最終定論。主要由顆粒極細的泥岩所組成，其中混雜許多黏質礦物，滲水性、透氣性差，因此雨水只能沿著地表侵蝕沖刷，形成一條條的雨蝕溝、峽谷地形，長時間地持續作用後造就這種崎嶇難行也不利農耕的特殊惡地面貌。



No.11



有適合親子同遊的休閒牧場嗎？

花東縱谷許多休閒牧場規劃非常完善，以下資訊提供您做參考：

* 新光兆豐休閒農場

已融合農、林、漁、牧特色，成功地轉型為一座生意盎然的大型休閒渡假園區。

* 花蓮縣瑞穗鄉—瑞穗牧場

近十年來瑞穗牧場也與統一企業合作，以「統一瑞穗鮮乳」品牌而行銷全國。

* 花蓮縣瑞穗鄉—吉蒸牧場

獲得「花蓮縣無毒農業」標章和酪農業最高榮譽「五顆梅花」標章，並以65℃最低溫殺菌製產「秀姑巒黃金鮮乳」，是一創新鮮技術。

* 台東縣池上鄉—池上牧野渡假村

引進具有蒙古文化意象的文物與設施，設立了做為住宿空間的數十座蒙古包，營造出一股濃濃的塞外牧野風情。

* 台東縣鹿野鄉—脫線休閒牧場

資深藝人—脫線在台東鹿野地區經營起養雞場，是一座結合美食、住宿、生態、人文的休閒牧場。

* 台東縣卑南鄉—初鹿牧場

牧場裡主要種植大面積的溫帶苜蓿草作為乳牛食草，由於苜蓿草是品質較佳的牧草，所以成為「初鹿牧場」鮮乳產品的品質保證。



縱谷夏天有什麼特殊休閒活動？

一、溪流泛舟

秀姑巒溪發源於中央山脈，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團隊默契，同時也能欣賞兩側山巒峭壁風光。

「卑南溪泛舟服務中心」於民國97年在鹿野公園成立，卑南溪泛舟則在民國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。

二、飛行傘

每年7月舉行的「想飛的季節」飛行傘活動是花東縱谷年度盛事，特殊地理條件加上每年4月~10月間所吹行的南風，讓鹿野高台已成為東部一處優良的天然飛行傘運動場地。

三、單車競賽

鐵馬奔騰關山行

每年8月以推廣關山鎮綿延12公里沿關山大圳興建的環鎮自行車道為主，活動內容結合關山米等農特產、美食展售和闖關活動。



哪些時間來縱谷最適合賞花？

No.14

花季名稱	月份	賞花地點推薦
柚香花季	3、4	花蓮縣瑞穗鄉鶴岡村、北回歸線地標附近、花蓮縣壽豐鄉、玉里鎮和縱管處附近道路
金針花季	7、8	花蓮縣玉里鎮赤柯山與富里鄉的六十石山
花海季	12~2	北起花蓮縣新城鄉、壽豐鄉、南至台東縣鹿野鄉，綿延台9線省道的縱谷花海廊道



縱谷有哪些重要茶區？

縱谷區內主要茶葉產區有兩處：

一、舞鶴觀光茶園—舞鶴台地

位於由瑞穗鄉紅葉溪與秀姑巒溪造就而成的河階台地上，為了紀念當年對茶葉改良研發貢獻最多的錢天鶴博士和農發會主委李崇道先生，將舞鶴地區生產的茶命名為「天鶴茶」（青心烏龍茶），舞鶴村也成為天鶴茶的故鄉。此區生產的茶葉以烏龍茶系為主，包括青心烏龍茶、金萱茶、翠玉包種等茶葉，茶葉厚嫩，風味絕佳。

二、鹿野觀光茶園—鹿野高台

鹿野高台除了是一處優質飛行傘基地，也擁有廣闊的茶園風光。由於日夜溫差大、土質肥沃、高度足、排水性佳，成為台東最著名的茶區，以「福鹿茶」（福祿茶）聞名，屬於烏龍茶系品種（佛手茶、金萱茶及翠玉茶等）。

民國71年4月時任省主席的李登輝先生蒞臨此區視察，對於茶湯的色香味讚許有佳，在農民的請求下將茶葉命名為「福鹿茶」。



請推薦值得前往參觀的珍貴史前遺址？

建議可前往參觀花蓮縣瑞穗鄉舞鶴台地上的巨大掃叭石柱，它們是兩根相鄰的巨大石柱，高度分別為5.75公尺及3.99公尺，石柱上的刻痕也因年代久遠和受風化作用影響，已模糊不清楚。

依據考古學者根據附近出土的文物來研判，掃叭石柱應是屬於新石器時代晚期的「卑南文化」遺跡，距今約有三千年之久，也是台灣唯一的史前巨石文明遺跡，內政部已將掃叭石柱指定為國家第三級古蹟。不過，這兩根重達數噸的石柱究竟從何而來？是什麼人、用什麼樣的方式將它運送到這裡？這些問題依然是個謎。

No.16



阿美族聯合豐年祭什麼時候舉辦？

阿美族約在每年6月至10月各地部落會開始輪流舉行豐年祭，台東縣通常在6月~9月舉行，花蓮縣則於7月~10月舉辦。

此外，台東縣和花蓮縣也會分別舉辦「馬卡巴嗨文化觀光季」和「花蓮原住民A DA WANG 聯合豐年節」大型聯合豐年祭典，活動非常熱鬧。詳細活動內容可向台東、花蓮縣政府詢問或上台東縣政府原住民族全球資訊網、花蓮縣政府原住民行政處網站查詢。

No.17



我了解有關日治時期移民村的文化，可以給我一點建議嗎？

日治時期，台灣總督府曾在花東一帶進行大規模的「移民政策」。

從1911年到1924年間，在東台灣建立了數處頗具規模的移民村，如吉野（花蓮縣吉安鄉）、豐田（花蓮縣壽豐鄉）、林田（花蓮縣鳳林鎮）、瑞穗（花蓮瑞穗鄉）、鹿野（台東縣鹿野鄉）等共十餘處移民村。這些日本移民多來自日本北海道、四國等農村地區，來到東台灣建立起「大和民族模範村」，而這些在日本接受了西方文明洗禮後所發展出來的移民村落，成為日本在台灣建立農業經營模式的規範，也為台灣的文化發展留下不小的影響。

因此，建議可前往壽豐鄉的豐田移民村（是目前保存較為良好的一處）、鳳林鎮菸樓文化聚落和鹿野鄉的龍田村、崑慈堂參觀，相信能讓您對移民村有更深層的認識。



若不是自行開車，應如何前往縱管處呢？

可搭乘往花蓮瑞穗的火車班次，再轉乘計程車或客運抵達縱管處；鼎東客運山線和花蓮客運停靠點較多，可事先洽詢各站班次時間。

活 動 名 稱	舉 行 月 份
鐵路局—24小時免費服務電話	0800-765888
國光客運—台東站	089-322027
鼎東客運—山線站	089-333023 089-328269
花蓮客運—總站	03-8338146~8
瑞穗站	03-8872489

No.19



請問花東縱谷有哪些特色美食或伴手禮嗎？

花東縱谷獨特的地理氣候、低污染的空氣、水源、土壤栽植出優質農特產，加上原住民、閩、客、外省籍等多元族群的飲食差異，在美食上也呈現出迥然不同的特色滋味。

No.20

較具特色的美食、伴手禮有：花蓮薯、麻糬、鯉魚潭水產、原住民風味餐、花蓮糖廠冰棒、鶴岡文旦、柚花茶、新鮮鮮乳（瑞穗牧場、吉蒸牧場、初鹿牧場、新光兆豐休閒農場）、茶葉（天鶴茶、福鹿茶、蜜香紅茶）、金針（赤柯山、六十石山）、玉里羊羹、優質稻米（池上米、關山米、富麗米、光復紫米、玉溪米、福鹿米）、釋迦、釋迦冰、鳳梨等，記得要親自品嚐其中滋味！
