

# 蘇澳·南方澳

## 慢慢走 更好玩

Relaxed Travelling in Su'ao and Nanfang'ao



## 交通資訊

- **自行開車：**
  - (1) 國道5號於蘇澳交流道下，續接台9線進入蘇澳市區；或續往南方澳方向約10分鐘抵達南方澳。
  - (2) 沿台9線，經羅東抵達蘇澳，進入市區；或續依指標前往南方澳。
  - (3) 沿台2線向南行，進入蘇澳後可於蘇東北路右轉蘇東中路，過白米橋後進入中山路一段。或可沿台2線續行至江夏路，可抵南方澳遊客中心。
- **大眾運輸：**

搭乘台鐵至蘇澳站下車，即可步行進入市區。  
續往南方澳可轉搭1766、1791、紅2、綠28線公車及121宜蘭勁好行免費接駁公車。
- **GPS帶路：**
  - (1) 蘇澳火車站：N24.595012·E121.851339
  - (2) 南方澳遊客中心：N24.584456·E121.864367

### 南方澳遊客中心

電話：03-995-3885 傳真：03-995-1120  
地址：宜蘭縣蘇澳鎮南正里2鄰江夏路85號



交通部觀光署  
東北角及宜蘭海岸國家風景區管理處  
電話：02-2499-1115 傳真：02-2499-1170  
地址：228新北市貢寮區福隆里興隆街36號  
網址：https://www.necoast-nsa.gov.tw

消費者保護專線：1950

台灣觀光巴士：https://www.taiwantourbus.com.tw



### 白米木屨村及碧涵軒帝雉生態館

白米木屨村舊名「白米鑿」，將傳統木屨注入文化創意概念研發各項商品讓木屨不僅能穿在腳上，還能拿來彩繪、裝飾、欣賞等。「碧涵軒帝雉生態館」位於白米村山林深處，專門展示鳳凰、帝雉、角雉等稀有絕種鳥類羽毛，以及翼類蛋殼標本、飾羽圖片等，運氣好的話還可一睹國寶級保育鳥類「臺灣帝雉」的風采。



### 武荖坑風景區

位於冬山鄉和蘇澳鎮交界，新城溪水域河道在此進入平原，山水交融風光綺麗，溪流清澈泉水甘醇，以「武荖林泉」之美名獲選為「新蘭陽八景」名勝，當地所產茶葉清香甘甜、名聞遐邇。武荖坑規劃開發為風景區後，成為戲水、泛舟、露營、野外活動等多元遊憩功能的理想場域。



蘇澳地形三面環山、東面太平洋，

擁有全球極為稀有的冷泉資源，

在每年6-8月的冷泉季帶來觀光熱潮，

珍貴的深海珊瑚也是聞名全台。

南方澳漁港是台灣「鯖魚的故鄉」，  
每年9-11月舉辦的「鯖魚祭」活動

已經有超過20年歷史，

周邊還有豆腐岬、內埤海岸等優質景觀，

加上知名的「金身媽祖」及「珊瑚媽祖」，

值得您深度旅遊探訪。



### 無尾港水鳥保護區

無尾港位於蘭陽平原東南方，北看龜山島、南眺七星嶺，1993年公告設立為全台第一座水鳥保護區，全區佔地102公頃。除了長年棲息區內的留鳥之外，每年9月到3月間還有數千隻候鳥來此度冬覓食，紀錄中曾出現的鳥種超過170種，成群鷹斑鶴、花嘴鴨、尖尾鴨往來湖泊海面間，隨浪飛翔起伏的畫面，充分展現極致生命之美。

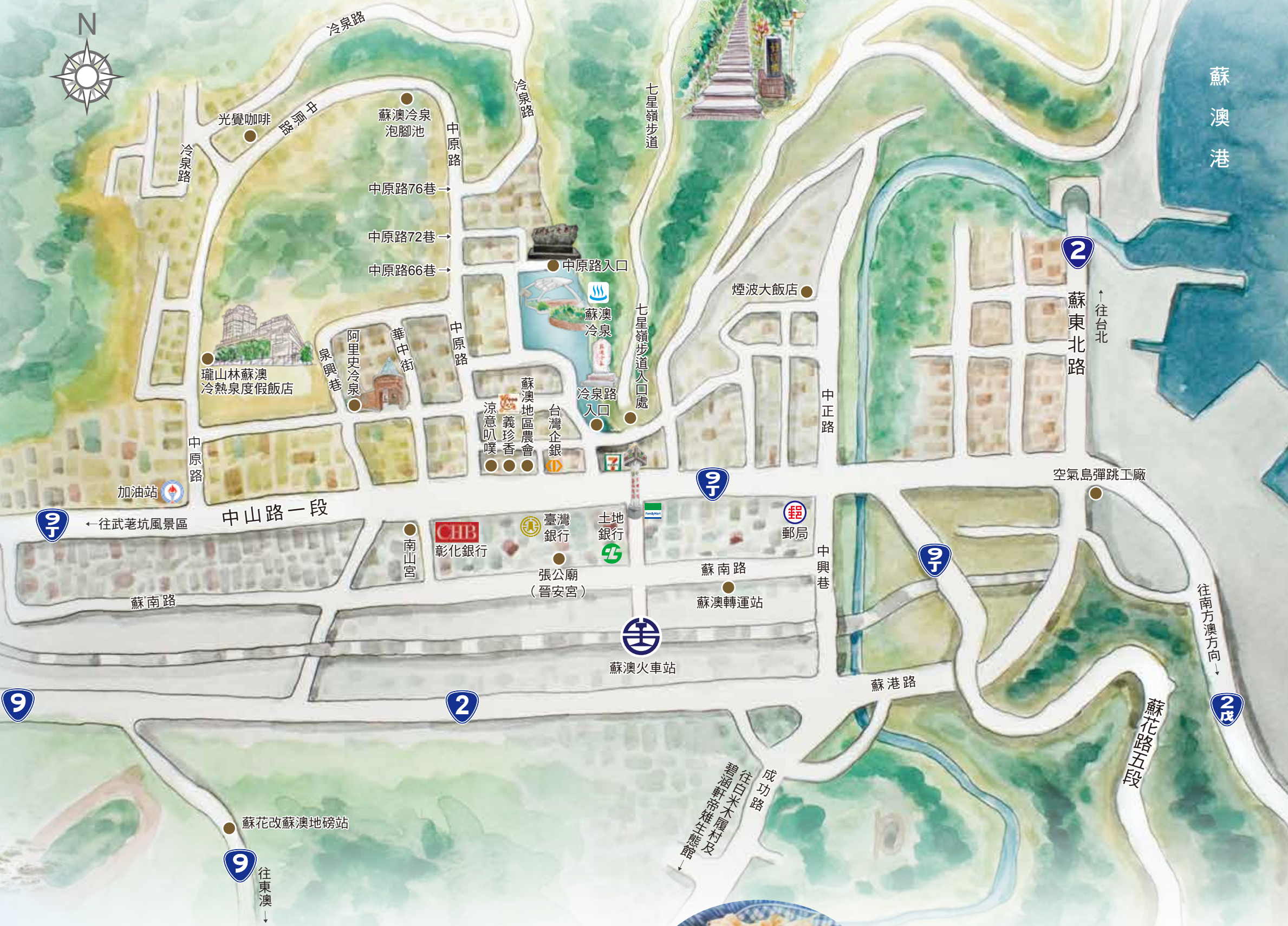


### 宜蘭傳藝園區

隸屬於國立傳統藝術中心的園區之一，佔地24公頃，以「傳藝333—三館、三街、三建築」為主軸打造生動活潑的親子共遊園地，可以體驗傳統工藝、欣賞傳統戲曲；逛市街聚落吃美食、買特產、玩DIY；認識傳統建築的特色格局與建築工藝美感。此外，也經常舉辦台灣頂尖工藝藝人展、邀請傳藝職人進駐市街，園區還可搭乘小船遊河至冬山河親水公園。



## 蘇澳地區：冷泉之鄉



### 阿里史冷泉

位於中原路上，與蘇澳冷泉系出同門，阿里史冷泉也是21°C純碳酸泉質，全世界只有義大利及台灣蘇澳有這樣的泉水。除了裸湯區及戲水區之外，一牆之隔還有洗衣區供居民清洗衣物，也可以用於泡腳，蘇澳區市民可免費使用。



### 蘇澳冷泉公園及七星嶺步道

蘇澳地區雨量豐沛，加上地層中石灰岩蘊含的大量二氧化碳，孕育出21°C的碳酸冷泉，為當地最重要的天然觀光資源。七星嶺步道入口位於蘇澳冷泉旁，全長約4,750公尺，步道最高點為海拔230公尺的七星嶺公園，沿途可遠眺蘭陽平原與無尾港之地景風采，以及蘇澳港至南方澳漁村之人文景觀。



無尾港水鳥保護區

### 蘇澳冷泉商圈

商圈內聚集許多在地美食及地方特產店，如宜蘭牛舌餅、冷泉養生豆腐、魚雜料理等，近年還有許多工藝職人進駐經營手工藝品店，以及返鄉青年開設的特色餐飲店、老屋咖啡館、文青雜貨店.....是您打牙祭、買名產伴手禮的好去處。



### 蘇澳港

蘇澳港港灣北有七星嶺山丘延伸而出的北方澳，南為南方澳陸連島，兩側長岬伸入太平洋，猶如一對蟹螯環抱寬闊的水域，形勢天成，雄偉壯闊。彎曲伸入海中的北方澳，是一座高大的天然防波堤，可抵抗強勁的東北季風，是蘇澳成為天然良港的最佳屏障。



## 南方澳遊客中心

南方澳遊客中心在規劃時即導入綠建築的概念，設置雨水回收系統，大量引進自然採光，保留良好通風路徑，善用天然資源達到節能減碳的效果。建築內部則重視多層次佈局，保留視線的穿透性，讓室內空間與海岸風光融為一體，創造一個與山海共呼吸、服務機能完善的現代風格建築。



## 金媽祖與珊瑚媽祖

南方澳有兩座知名媽祖廟，位於第一漁港對面的「南天宮」為當地居民信仰中心，廟中的「金媽祖」神像遠近馳名，以總重200公斤純金塑造而成。緊鄰遊客中心的「進安宮」有一尊「珊瑚媽祖」神像，頭部與手部皆以寶石珊瑚打造，外部再以珊瑚研磨成粉加黃金粉塗妝，費時兩年才完成雕工精細、莊嚴慈祥之媽祖神像。



## 珊瑚法界博物館及蜡藝蜡筆城堡

館內珍藏許多來自南方澳海域的珍貴紅珊瑚，以及細膩生動的珊瑚藝術創作，妥善保存了南方澳地區的海中珍寶。蜡藝蜡筆城堡是宜蘭首家完成進階輔導的觀光工廠，活動包括彩繪塗鴉、蜡筆與彩色筆DIY、人體彩繪等，適合家庭親子同遊。



## 南方澳海產街

南方澳漁產豐富、種類繁多，一年四季都能吃到最新鮮的當令海產，漁港路上各式海鮮餐廳與快炒店林立，發展為遊客如織的觀光海產街，不僅保證新鮮、價格實惠，許多業者更研發各種獨門料理手藝，絕對讓您大呼過癮！



## 廟口小吃

南天宮旁的廟口匯聚了當地最知名的美食小吃，經營逾半世紀的米糕，拌入新鮮魚鬆與肉燥，再配上爽脆的醃黃瓜滋味無窮；當日手工現做的白皮肉丸與肉羹、綿綿冰老店、三色花生捲冰淇淋，都很值得推薦。另外，飛虎魚丸是用新鮮飛虎魚（又名鬼頭刀）打漿製成，做成生魚片更是風味絕佳。手工精製的「黑糖糕」為低糖素食，鬆軟口感中帶有嚼勁，常有遊客購買進獻「南天宮」、「進安宮」媽祖娘娘祈福保平安，也是遊客伴手禮的熱門選擇。



# 南方澳地區：鯖魚的故鄉

台灣鯖魚年捕獲量約4萬公噸，其中九成來自南方澳，故被喻為「鯖魚的故鄉」。

鯖魚為四季漁獲，但以歲末年終之際最肥美，每年冬季南方澳均盛大舉辦鯖魚節慶典活動。



東北角及宜蘭海岸國家風景區  
Northeast and Yilan Coast National Scenic Area

## 南方澳漁港、跨港大橋

南方澳漁港位蘇澳港內，鄰近漁場漁產豐饒，為全台三大漁港之一，加上蓬勃的珊瑚漁業、海鮮美食及當地人的熱情，讓南方澳成為深具漁村特色的觀光港口。2022年底完工通車的南方澳跨港大橋，造型融入鯖魚與海浪元素，並設置與車道分離的人行道，遊客可步行走上兩側的觀景台俯瞰漁港景色，啟用後已成為南方澳打卡新地標。



## 豆腐岬遊憩區

位於南方澳漁港東側的沙頭岬地形，因特殊的豆腐狀海蝕礁岩地形而得名，現已規劃為遊憩區，可以進行戲水、浮潛、SUP立槳等水域遊憩，也可漫步海岸步道觀潮聽浪；日出時分浩瀚的太平洋金光閃耀，夕陽西下時晚霞映照海上漁船歸帆，日夜不同風情都讓人沉醉！

## 南方澳第一拍賣魚市場

2023年正式開幕的全新拍賣魚市場，建築造型猶如大船入港，營造漁業豐收意象，內部除了卸魚拍賣區外，一樓的魚貨賣場不僅寬敞明亮，更借鏡日本魚市場實施「殺養分離」，杜絕血水與腥味，讓遊客可以在舒適衛生的環境盡情選購；因為是產地地銷，保證新鮮便宜！

## 三剛鐵工廠文物館

創立於1962年，是一家專門為漁船提供維修服務的鐵工廠，至2004年歇業，是當地保存歷史最久的漁船維修廠，為傳承相關產業文化轉型為文物展示館。文物館一樓展示機械工作母機，二樓展示五十年代漁村零件裝置藝術，三樓為地方藝文展覽室，四樓可眺望南方澳港口景觀，為深具地方特色的懷舊人文參訪點。



## 渾然天成的陸連島一筆架山

南方澳南側的海岬與沙灘，是全台規模最大、最知名的沙頭岬地形。從山邊望過去可見一列小丘橫臥海上，海拔高度不到100公尺，在地形上有明顯的鞍部，右側三丘排列宛如筆架，所以當地人稱為「筆架山」。



## 彎月型內埤海灣

沿著內埤路環繞漁港到底，再轉彎沿巷上坡，有一大片面對太平洋的沙丘景致，可以看到海蝕與海積兩種地形，這裡的海灘呈現弧狀，猶如彎月的造型也很特別。此處背山面海，是欣賞日出、觀浪的熱門景點，因常有情侶攜手漫步沙灘，所以還被稱為「情人灣」。



## 南方澳觀景台

位於蘇花公路108公里處，是花蓮進入東北角及宜蘭海岸國家風景區的第一個景點，由原本的停車場擴建而成。這座木棧道觀景台位於一處視野遼闊的斷崖上，可俯瞰南方澳漁港、內埤海灘、筆架山、豆腐岬等，天氣好時甚至可遠眺至蘇澳港、龜山島，常有攝影愛好者專程前來取景拍攝。



# Nanfang'ao