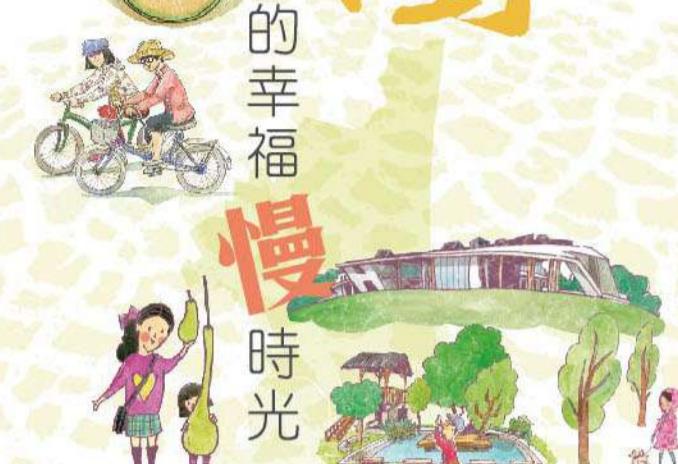




壯圍



從樂活休閒農場、鐵馬御風行
到DIY美食手作、人文廟宇巡禮
美好慢遊提案，就從壯圍這裡開始……

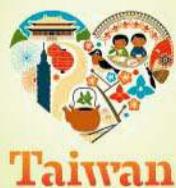
東北角
NEYC
臺灣東北角暨宜蘭海岸國家風景區管理處

交通資訊

- 搭乘火車：
可於宜蘭站下車，另轉客運前往。
- 搭乘客運：
1. 台灣好行：壯圍沙丘線 18
2. 宜蘭勁好行路線 791、793
3. 國光客運路線 1812、1787 及 1788
- 台灣觀巴：龜山島登島、壯圍濱海生態之旅。
- 自行開車：
由國道 1 號（中山高）至汐止系統交流道或由國道 3 號（北二高）至南港系統交流道轉走國道 5 號，過雪山隧道至宜蘭壯圍交流道下，接 192 線往壯圍方向，抵台 2 線右轉至 149.3k。

旅服資訊

- 壯圍沙丘旅遊服務園區
03-9382420 宜蘭縣壯圍鄉壯濱路二段 196 巷 18 號
- 南方澳遊客中心
03-9953885 宜蘭縣蘇澳鎮南正里 2 鄰江夏路 85 號
- 大里遊客中心
03-9780727 宜蘭縣頭城鎮濱海路 7 段 11 號
- 福隆遊客中心
02-2499-1210 新北市貢寮區福隆里興隆街 38 號



交通部觀光局東北角暨宜蘭海岸國家風景區管理處

電話：02-2499-1115 傳真：02-2499-1170

地址：新北市貢寮區228福隆里興隆街36號

website : www.necoast-nsa.gov.tw

免付費服務電話：0800-091-115

消費者保護專線：1950

台灣觀光巴士：taiwantourbus.justaiwan.com

107.04. 5.000 幣告

壯圍小檔案

鄉鎮名：壯圍鄉
面積：38.4769平方公里

地名由來



壯圍是宜蘭地區廟宇最多的鄉，也是溪北地區最遲、也最難開發之地。受海岸沙丘影響，水流難以滛洩，盡是水鄉澤國之地。當時召募漳州籍鄉勇，建立武裝拓墾基地，故取地名為「鄉勇圍」，又稱「民壯圍」，後簡化稱其為「壯圍」。

人文歷史



原為平埔族噶瑪蘭人在溪北最大根據地，清嘉慶初期(19世紀初)，吳沙之子吳光裔承父志開墾土地，此處無天險可守，為加強防禦，選力壯青年擔任防守，現今還留有壯一、壯二、壯五等地名。早期居民多以捕魚、牽罟為生。

地理位置



位於台灣東北部宜蘭縣境內，東經 121 度 47 分，北緯 24 度 45 分之間。地處蘭陽平原海岸中心，是欣賞「龜山朝日」最佳地點。北臨頭城鎮，南與五結鄉為界，西與礁溪鄉與宜蘭市為鄰，東面太平洋。

觀光特色



地勢平坦，沙質土壤排水良好，日照充足，稻米產量名列台灣三大米倉之一，更適合各式瓜果生長，尤以香甜多汁的哈密瓜最受歡迎。依時令展現四季不同的田園景觀：春蔥、夏瓜、秋鳥、冬蒜，搭配蘭陽溪口野鳥保護區等景點，是國人休閒觀光的重要熱區。

田園風情



綠園有機農場
宜蘭縣壯圍鄉壯濱路三段 71 號

曾獲台灣十大傑出青年農民殊榮的黃姓農場主人，原任職電子公司，20多年前返鄉開啟健康、無毒、零農藥的有機蔬菜種植，農場內栽培許多新鮮蔬菜，如紅鳳菜、地瓜葉等，其中尤以嬌豔的綠色山苦瓜最吸睛，為了開發山苦瓜產品，還曾遠赴沖繩考察，將山苦瓜的果、藤、葉切碎烘乾製成山苦瓜茶包，冷泡後口感意外甘甜，成為一大亮點。園區也與宜蘭當地多家民宿旅館合作，提供有機天然的綠色蔬菜，成為民宿旅店的重要行銷賣點。遊客參訪之餘，還可認養菜園，體驗親自種蔬菜盆栽、操作耕耘機，體會農人的辛勞，並可將蔬菜種於盆栽內，便可帶回家體驗都市農夫的樂趣，一個月光景便可收成。

旺山休閒農場

宜蘭縣壯圍鄉新南路 106-11 號

位於宜蘭縣壯圍鄉的旺山家族，以 30 多年的務農背景，成功打造宜蘭南瓜觀光產業，園區現約有超過 500 種的瓜果品種，一年四季隨著季節更替，可見如南瓜、扁蒲、冬瓜、絲瓜、蛇瓜、百香果、蕃茄等各式瓜果，品種來自世界五大洲，像是東洋南瓜、西洋南瓜、美國南瓜，黑子南瓜及觀賞南瓜等等，每年端午節前後是盛產期，吸引許多國內外遊客前來觀賞。為了調節南瓜的生長期，增加產量，農場參考國內外經驗，嘗試引進「滴灌養液種植」技術，以軟管提供植物根、莖、葉、花與果實養份，並適時給予滴灌，不但節省水量，並可加快成果速度，再加上特殊「籃耕栽培」技術，將南瓜放在籃子裡離地栽培，可減少病害傳播，更因籃中土壤介質鬆、養分多，成長速度更快，品質更好，讓旺山全年都有南瓜收成，成為全台唯一可整年觀賞的南瓜王國。

打卡熱點



壯圍沙丘旅遊服務園區

宜蘭縣壯圍鄉壯濱路二段 196 巷 18 號

園區位於台 2 線濱海公路 149.3K 旁，面積約 4.5 公頃，為宜蘭國際魅力新景點。園區由名建築師黃聲遠，採用綠建築概念，以「空出谷地，看見沙丘」為核心概念規劃設計，融合宜蘭地方自然元素呈現沙丘地景風貌及沙穴建置空間營造。走出園區，一旁是寧靜的鄉村田野，一旁是池水倒映著天氣變化和綿延的林投樹樹梢，綠色天然景致襯托出壯圍沙丘旅遊服務園區的建築之美，廣闊沙丘景色盡收眼底，讓人不自覺放慢腳步，與天地共生息。

廊後社區

宜蘭縣壯圍鄉壯濱路二段 267 號

原本是個沒落的濱海小漁村，後經社區總體營造規劃，現成為「社區營造標竿」參訪觀摩的熱門景點，近來嘗試建置人工生態浮島，在河湖水域利用植物的根系吸收水中營養物質，減輕因為封閉或自循環不足帶來的腥臭味或僵化現象，淨化水質的同時，栽種或菜園也可吸收水中養分，為社區增色不少。此外，也積極保存「牽罟」文化，每年舉辦「牽罟」活動，重溫「海洋教育課程」。社區可遠眺美麗太平洋，遊客不但可盡享視野極佳的壯闊海景，夏天還可耙文蛤，冬天可抓鰻苗，相當適合閑家遊憩。

後埤社區

宜蘭縣壯圍鄉壯濱路二段 50 號

宜蘭海岸縱從北邊竹安到南邊無尾港，都有牽罟文化，其中又以廊後社區全村總動員的牽罟活動最具特色，每當牽罟的螺聲響起，村裏居民大大小小都會放下手邊的工作，集結海邊牽罟。這裡同時也是蘭陽八景中龜山朝日的最佳觀景點。舊稱加留沙浦的壯圍廊後地區，近年引進許多藝術造鎮新亮點，民國 105 年舉辦國際地景藝術創作活動，邀集了來自英、日等國的藝術創作者進駐廊後社區創作，運用沙與漂流木等地素材，用創意讓地方與全球連結，重燃廊後社區生命力，為壯圍引入更多設計、創意與藝術的種子與人才，翻轉老舊社區，轉型為年輕人實踐創意的新擂台，未來將進一步規劃設立漂流木處理廠。社區內有全台首座的「漁師廟」，是當地居民的信仰中心。

官老爺休閒農場

宜蘭縣壯圍鄉新南村霧罕路 3 號

引進高架栽種法，並施以有機肥，盛產多種水果，如番茄、小黃瓜等，其中尤以草莓最知名，每年 12 月至隔年 4 月為草莓季，總吸引許多遊客前來品嘗草莓新鮮採的酸甜滋味，而當地特產「冷太陽」，則是將盛產季的新鮮草莓以梅粉及獨家配料醃製後加以冷凍，一口咬下可嚐到梅粉特有的酸甜與草莓的微酸滋味，相當特殊。農場內並設有田媽媽金益園美食坊，特製各式健康料理及客家餐點。園區除了草莓盛產季開放採果外，全年皆有販賣冰品及特製農產品，如哈密瓜盤瓜，還有可現炒現吃的「炒冰」DIY 體驗，哈密瓜生態解說與果園導覽及水生資源介紹等。最特別的是，園區後方另闢地勢低窪的農田為汪潭區，水深約 30-40 公分，非常適合親子共同進行划秧船與竹筏活動。

旺山休閒農場

宜蘭縣壯圍鄉新南路 106-11 號

位於宜蘭縣壯圍鄉的旺山家族，以 30 多年的務農背景，成功打造宜蘭南瓜觀光產業，園區現約有超過 500 種的瓜果品種，一年四季隨著季節更替，可見如南瓜、扁蒲、冬瓜、絲瓜、蛇瓜、百香果、蕃茄等各式瓜果，品種來自世界五大洲，像是東洋南瓜、西洋南瓜、美國南瓜，黑子南瓜及觀賞南瓜等等，每年端午節前後是盛產期，吸引許多國內外遊客前來觀賞。為了調節南瓜的生長期，增加產量，農場參考國內外經驗，嘗試引進「滴灌養液種植」技術，以軟管提供植物根、莖、葉、花與果實養份，並適時給予滴灌，不但節省水量，並可加快成果速度，再加上特殊「籃耕栽培」技術，將南瓜放在籃子裡離地栽培，可減少病害傳播，更因籃中土壤介質鬆、養分多，成長速度更快，品質更好，讓旺山全年都有南瓜收成，成為全台唯一可整年觀賞的南瓜王國。



後埤社區

宜蘭縣壯圍鄉壯濱路二段 267 號

原本是個沒落的濱海小漁村，後經社區總體營造規劃，現成為「社區營造標竿」參訪觀摩的熱門景點，近來嘗試建置人工生態浮島，在河湖水域利用植物的根系吸收水中營養物質，減輕因為封閉或自循環不足帶來的腥臭味或僵化現象，淨化水質的同時，栽種或菜園也可吸收水中養分，為社區增色不少。此外，也積極保存「牽罟」文化，每年舉辦「牽罟」活動，重溫「海洋教育課程」。社區可遠眺美麗太平洋，遊客不但可盡享視野極佳的壯闊海景，夏天還可耙文蛤，冬天可抓鰻苗，相當適合閑家遊憩。



鐵馬順遊

宜蘭縣壯圍鄉永鎮路上，永鎮廟後方

位於濱海公路旁永鎮廟後方，有壯圍著名的海濱風光，並設有涼亭供民眾休憩，擁有細柔的沙灘及多種海濱植物，夏日時節蔓生成一片綠色沙丘，綠意盎然。園區內植物屬海岸型，具有防風定沙的功能，是民眾踏浪、散步、遠眺龜山島的絕佳去處。此處位於蘭陽溪與宜蘭溪口間，繁盛的植物生態與鳥類聚落，讓人可親身感受大自然的脈動。



美味地圖

宜蘭縣壯圍鄉壯濱路二段 277 號

自製水果千層蛋糕、肉桂捲、綠葡萄派等

懷石養生手惑料理

西魯肉海鮮羹、國宴三寶（糕捲、肉捲、芋頭酥）、藥膳白斬雞、旭蟹米粉火鍋

純正放山土雞製成甕缸雞、宜蘭煙燻鴨、雞油燜竹筍、曼波魚凍等

板鴨、割稻仔飯、西魯肉、糕渣等

碳烤澎湖蚵仔、烤螺肉、墨魚香腸

碳烤澎湖蚵仔、烤螺肉、墨魚香腸



大福補天宮

宜蘭縣壯圍鄉壯濱路六段 279 號

補天宮主祀女媧娘娘，每年農曆 5 月初 9 為女媧娘娘聖誕，是當地最隆重的祭祀與酬神節日，都會舉行盛大的慶典。補天宮緣起於道光 8 年（西元 1828 年），當時村童在海邊戲水時，拾獲海上漂來的一尊神像，神像底刻有「浙江女媧娘娘」六字（即現今奉祀之大娘神像），經過眾議奉祀於大福村一處草寮之上，後興建木造廟宇奉祀。現有廟宇建於清咸豐元年（西元 1851 年），後來於民國 11 年及 53 年兩度修補興建，並於民國 64 年增建兩廂牌樓及鐘鼓樓，再於 79 年增建後殿，始完成現今規模。民國 91 年為提供香客賓旅、住宿服務，於廟旁興建香客大樓，積極推展在地信仰文化、教育和急難救助之用。

永鎮廟

宜蘭縣壯圍鄉壯濱路四段 382 號

位於台 2 線濱海公路旁，歷史悠久，香火鼎盛，自清乾隆 9 年（西元 1744 年）由漳州迎來漳州開漳聖王祖廟分靈金身，作為守護神，而後為求神靈護鎮、保平安，定廟名為永鎮廟，兩百多年來歷經數度整修擴建，是宜蘭縣相當珍貴且維護良好的古蹟。每年農曆 2 月 15 日由永鎮廟分身或分香出去的神像，都會趕回祖廟團聚，信眾也會由四面八方擁而來，讓一向寧靜的濱海小村熱鬧起來。當日廟埕右方會矗立一座黑色金字塔，將燒紅的火炭堆積成 1.5 公尺高，為過火儀式中著名的「火炭山」，信眾堅信只要心存虔誠，便能通過考驗，永保平安。



東港榕樹公園

宜蘭縣壯圍鄉的東港碼頭旁

位於宜蘭河、蘭陽溪出海口，也是宜蘭濱海自行車道北線的南端出口。因榕樹茂盛得名，樹下有座大眾爺廟。榕樹公園外可見昔日簡易碼頭，捕魚盛況雖已不在，但仍保留濃厚的漁村味道。東港出海口鋪滿了細緻沙粒，是民眾散步、賞鳥的好地方，不但有自行車道、歇腳設施、賞景平台，還能品嚐當地特色小吃。每逢中秋佳節，這裡就會成為當地民眾賞月的最佳據點。

食聚 Gather cafe

03-9385868 宜蘭縣壯濱路二段 333 巷 1 號

炒魚膘、魚卵、米燙小捲、翻炒車魚

古亭村烤青蚵

03-9301028 宜蘭縣古亭路 48-11 號

烤鮮蚵、烤風螺、烤鮭魚下巴、清燙鮮蝦

海世界複合式碳烤

03-9373885 宜蘭縣古結路 49 號

烤紅目鯛、烤赤鯡、綜合魚湯、綜合火鍋、招牌烤雞翅