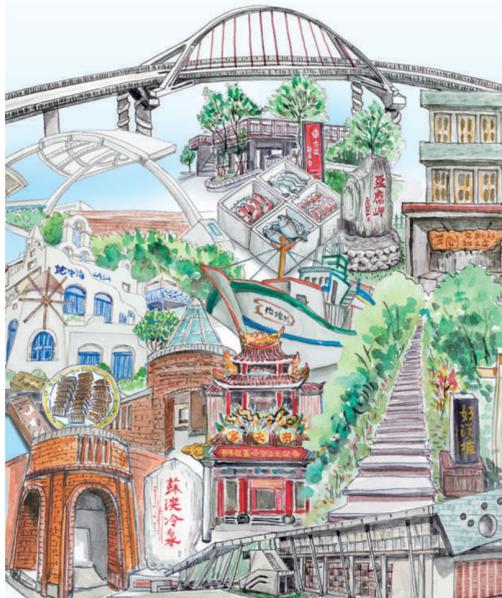


# 蘇澳·南方澳

## 慢慢走 更好玩

Relaxed Travelling in Suao and Nanfangao



### 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十分鐘抵達南方澳。
  - (2) 沿台9號，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線向南方，進入蘇澳後可於蘇澳北路右轉蘇澳中路，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121宜蘭勁好行免費接駁公車。
- GPS帶路：
  - (1) 蘇澳火車站：N 24.595012 · E 121.851339
  - (2) 南方澳遊客中心：N 24.584456 · E 121.864367

#### 南方澳遊客服務中心

電話：03-995-3885 傳真：03-995-1260  
地址：宜蘭縣蘇澳鎮南正里2鄰江夏路85號



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：http://taiwantourbus.justaiwan.com



#### 傳統藝術中心

位於冬山河風景區，佔地 24 公頃，中心有露天舞台供展演用，另有傳統工藝與音樂戲曲陳列室。可乘小船遊河至冬山河親水公園。傳統中心二樓並提供國宴級的蘭陽美食，善用蘭陽在地蔬果，結合養生概念，滿足遊客的味蕾。



#### 頂寮生態公園

位於蘇澳新城溪口北岸，園區內有涼亭、賞鳥亭、步道及釣魚平台等遊憩設施，及大片濕地，生態資源相當豐富，吸引候鳥棲息，也是宜蘭騎海自行車道溪南段的終點；公園旁也有一個檳榔公園，大檳榔樹根錯節，奇景可觀。



#### 無尾港水鳥保護區

無尾港位於蘭陽平原東南方，北觀龜山島，南眺七星嶺，1993年劃定「無尾港水鳥保護區」，是全台第一座水鳥保護區，佔地102公頃，每年9月到3月有數千隻冬候鸟來此覓食，鳥種超過170種；每年來此度冬的鸕鶿、花鵝、尖尾鴨等，往來湖泊海面間，隨浪起伏，展現極致生命之美。



#### 碧涵軒羽羽陳列館及白米木屨村

位於白米村山林深處的碧涵軒羽羽陳列館，專門展示稀有鳥類如鳳凰、帝雉、角雉等稀有絕種鳥類羽毛，以及翼類蛋殼標本、節羽圖片等，運氣好的話還可一睹台灣帝雉的芳蹤。白米木屨村，舊名白米墾，將傳統木屨注入文化創意商品概念，使木屨不僅能穿在腳上，還能拿來彩繪、裝飾、欣賞等。



#### 武荖坑風景區

舊有「武荖林泉」之稱，位於冬山鄉和蘇澳鎮交界，新城淡水域河道在此進入平原，故有山水交融的綺麗風光，擁有「新蘭陽八景」的名勝稱號。當地坡地適合茶葉種植，茶味特別清香甜美。區內適合戲水、泛舟、露營，是多元的休憩場所。



## 蘇澳地區：冷泉之鄉



三面環山、一面環海的蘇澳，擁有全世界稀有的冷泉，每年6-8月為冷泉季，更有聞名全台的珍貴深海珊瑚。南方澳漁港，素有「鯖魚的故鄉」之美名，每年9-11月為鯖魚祭，除了豆腐岬、內埤海岸等優質景觀，加上知名的金身媽祖及珊瑚媽祖，更具深度旅遊價值。



#### 蘇澳冷泉公園及七星嶺步道

蘇澳冷泉來自豐沛雨量加上地層中石灰岩蘊藏的大量二氧化碳，孕育出攝氏21度的單純碳酸泉。以冷泉製作的羊羹和汽水也成為當地兩大特產。七星嶺步道入口位於蘇澳冷泉旁，全長約4750公尺，步道最高處為七星嶺公園，高230公尺。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。



#### 阿里史冷泉

與蘇澳冷泉系出同門的阿里史冷泉，成份一樣是攝氏21度的單純碳酸泉，全世界只有義大利及台灣蘇澳有這樣的泉。位於中原路上，分為採湯區及戲水區，一牆之隔還有洗衣間，供居民清洗衣物，也提供泡腳使用，蘇澳區市民可免費。



#### 蘇澳冷泉商圈

商圈內多家美食小吃及特產享譽全台，如Q彈滑嫩的百年羊羹(以冷泉水加入石花菜及砂糖煮熟，加入麥芽糖調和，最後加入豆沙濃縮而成，質地細滑，是蘇澳最著名的觀光名產伴手禮)、香酥脆又不黏牙的牛舌餅、冷泉養生豆腐、肉脯、米粉羹、手擀麵、擔仔麵、新鮮魚雜料理、養生冰品等。



#### 蘇澳港

蘇澳港有二海岬伸向太平洋，北有七星嶺山丘延伸而出的北方澳，南有南方澳陸連島，兩岬環繞就像被一對蟹殼所環抱著，形勢天成，雄偉壯闊。北方澳為板岩，彎曲伸入海中，成為天然高大的防波堤，可抵抗強勁的東北季風，造就蘇澳成為天然良港。

### 南方澳遊客中心

南方澳遊客中心是一個具有機能活化、與環境融合、善用天然資源而達到節能減碳效果的現代親和空間。綠建築的設施有風力發電與雨水回收系統，以多層次、穿透性為原則，大量引進自然採光、及良好通風路徑，呈現一個可讓視線穿透的空間，讓室內空間與海岸風光融合為一，創造一個與山海共呼吸的綠建築。



### 金媽祖與珊瑚媽祖

南方澳有兩座知名媽祖廟，一是採南式宮殿造型的南天宮，座落於港口、採南式宮殿造型，以總重200公斤純金打造的「金媽祖」聞名，是當地居民信仰生活的中心。另一則是第三漁港對面的進安宮，宮內的珊瑚媽祖費時兩年完成，神像的頭部與手部皆以寶石珊瑚打造，外部再以珊瑚研磨成粉，加上黃金粉塗妝，於民國98年安座。



### 珊瑚法界博物館及蠟藝彩繪館

館內珍藏許多來自南方澳海域的珍貴紅珊瑚，以及如豆腐般細膩、生動的珊瑚作品，妥善保存了南方澳地區的海中珍寶。蠟藝彩繪館是宜蘭首家完成進階輔導的觀光工廠，活動包括彩繪塗鴉、蠟筆與彩色筆DIY、人體彩繪，很適合親子同遊。



### 南方澳海產街

南方澳漁產豐富，冬季有鯊魚、旗魚，夏季盛產鯖魚，全年都有鯖魚。漁港路上海鮮餐廳雲集，是一條別具觀光特色的臨港海產街。這裡不但能吃到當令海鮮，也可自行前往南寧魚市選購魚貨，再請餐廳代為料理。



### 廟口小吃

位於南天宮旁的廟口小吃是當地人的最愛，像是經營逾半世紀的米糕，在上新鮮魚鬆與肉燥，配上爽脆的脆黃瓜；以及當日手工現做的白皮肉丸與肉羹；還有綿綿冰老店與三色花生捲冰淇淋。另外，飛虎魚丸是用新鮮飛虎魚（又名鬼頭刀）打漿製成，除做成魚丸，還可當生魚片吃，口感極佳。特色產品黑糖糕為手工精製、低糖素食，口感軟鬆帶有嚼勁，成為向「南天宮」、「進安宮」的媽祖娘娘祈福保平安或作為伴手禮的新美味選擇。



# 南方澳地區：鯖魚的故鄉

鯖魚為四季漁獲，但以歲末年終之際最肥美，全台產量四萬公噸，南方澳就佔九成，故稱鯖魚的故鄉，每年冬季還盛大舉辦鯖魚節慶典。



暨宜蘭海岸國家風景區  
North East and Yilan Coast National Scenic Area



### 南方澳漁港與白色跨港大橋

南方澳位蘇澳港內，為全台三大漁港之一，港內有第一、第二及第三漁港，漁產豐饒。運動的珊瑚漁業、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。南方澳跨港大橋是亞洲首座單樑懸吊式鋼橋，白色橋身、圓弧設計、造型簡潔具現代感，是觀光重點。



### 三剛鐵工廠文物館（南方澳文史工作室）

位於海產街上的三剛鐵工廠，原為漁船修理廠，現改為文物展示館，也是一處文史工作室。昔日絡繹的修繕名單，至今依稀可由斑駁牆上的粉筆字痕中窺見。文物館二樓展示五〇年代漁村零件裝置藝術，三樓則展示當地藝文人士的創作。遊客自館內購買明信片，投遞至館內的室內郵筒，傳達來自南方澳的美好感受。

### 鬼斧神工豆腐岬

豆腐岬位於南方澳漁港東側的防波堤，是天然的豆腐岩海蝕地形。豆腐岬又稱「沙頭岬」，現已規劃為風景區。遊走於海岸步道，於長亭觀望浩瀚的太平洋，天水融為一體，在夕陽輝映下，一幅永恒而綺麗的海景畫就在眼前。

### 南寧魚市場

魚市場位於南寧路海洋管制所旁，每日中午開始營業，海產新鮮且便宜。市場裡也有代客料理的小攤，現買現煮現吃，無論是新鮮生魚片或蒸炒熟食，味鮮色美，經濟實惠。



### 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、最著名的沙頭岬地形。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，尤其是右側三丘，宛如筆架，所以當地人稱之為「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，是一大片面對太平洋的沙丘景致。海灘成弧狀，地形有海蝕與海積兩種，非常特殊。此處背山面海，是欣賞日出、觀浪的熱門景點，假日常見到情侶漫步沙灘的身影，所以也被稱為「情人灣」。



### 南方澳觀景台

位於蘇花公路108公里處，為花蓮進入東北角暨宜蘭海岸國家風景區之第一個景點，除提供停車休憩空間外，更可綜覽蘭陽美景，欣賞南方澳漁港、內埤海灣、豆腐岬，遠眺蘇澳港景致。觀景效果極佳，常被攝影愛好者推薦為必遊之處。



# Nanfangao