

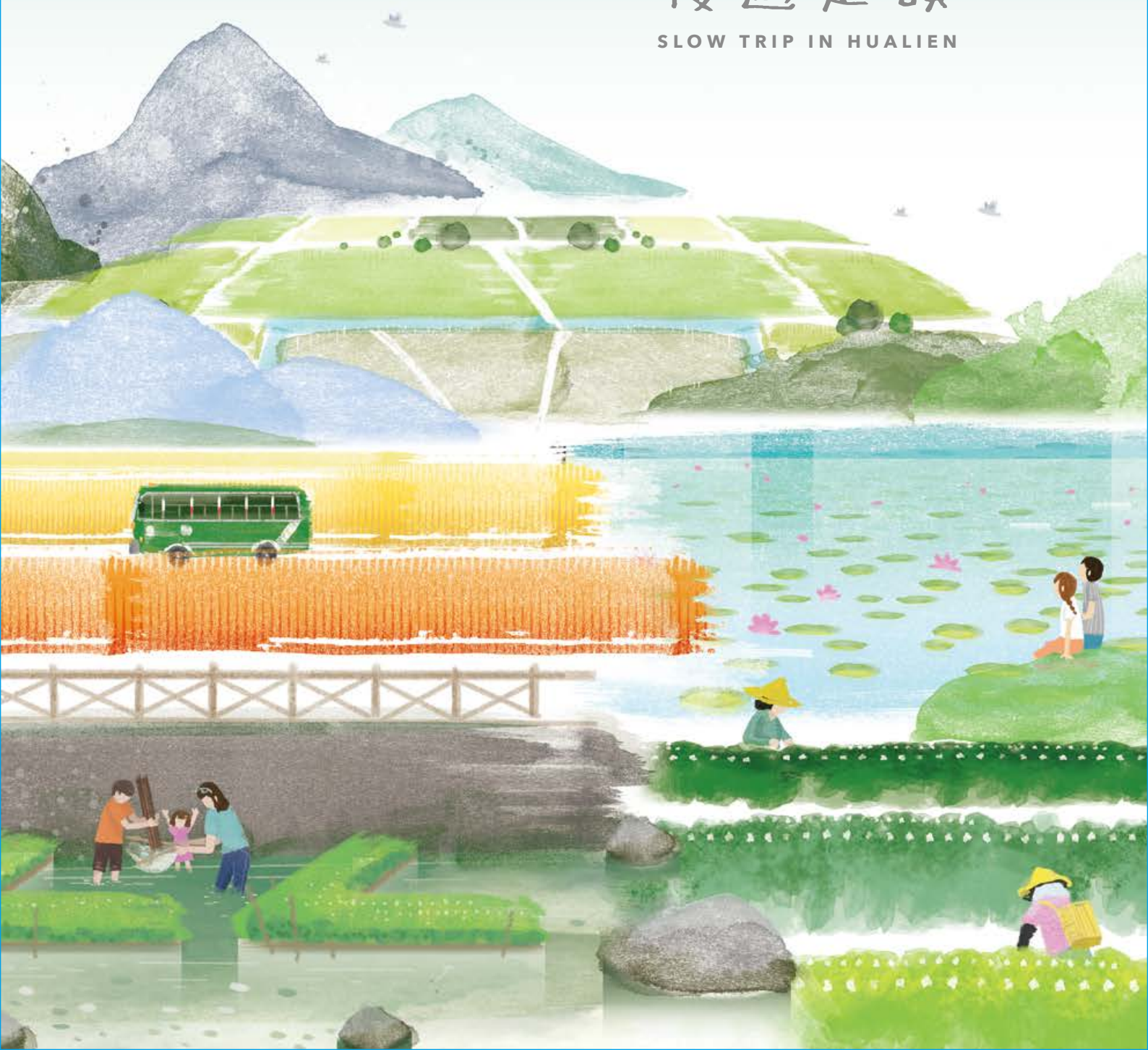
HUALIEN

走入花蓮休閒農業區，
感受在地的多元樂趣

MAGAZINE OF RECREATIONAL
AGRICULTURAL AREA

花蓮 慢遊走讀

SLOW TRIP IN HUALIEN



CONTENTS

目錄

花蓮休閒農遊
行前指南

02



壽豐休閒農業區

04



馬太鞍休閒農業區

14



舞鶴休閒農業區

24



東豐休閒農業區

34



羅山休閒農業區

44

花蓮農遊趣
休區跨域遊程推薦

54

花蓮Q

慢遊走讀

SLOW TRIP IN HUALIEN

特色農遊場域認證

- 01 達基部落屋－農
- 02 迴遊吧食魚體驗館－漁
- 03 多羅滿賞鯨－漁
- 04 櫻田野養生休閒農莊－農
- 05 君達休閒農場 (秧悅美地度假酒店)－農
- 06 奇萊美地有機農場－農
- 07 立川農場股份有限公司－農、漁、牧
- 08 如豐休閒農場－農
- 09 花蓮縣壽豐鄉壽豐休閒農業發展協會－漁
- 10 心宿體驗農園－漁
- 11 馬太鞍欣綠農園－農、漁
- 12 宇還地有機農場－農
- 13 木日光文旦驛站－農
- 14 Ba-Han-Han-Non 好茶咖啡工作室－農
- 15 東豐拾穗農場－農
- 16 益順休閒農莊－農
- 17 花蓮縣富里鄉農會－農
- 18 羅山大自然體驗農家－農

休閒農業區

- 01 壽豐休閒農業區
- 02 馬太鞍休閒農業區
- 03 舞鶴休閒農業區
- 04 東豐休閒農業區
- 05 羅山休閒農業區

休閒農場

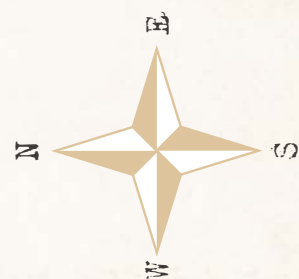
- 01 函園休閒農場
- 02 君達休閒農場
- 03 立川農場休閒農場
- 04 如豐休閒農場
- 05 新光兆豐休閒農場
- 06 櫻之采休閒農場
- 07 謙謹 (土木技師) 休閒農場





農再社區

- | | |
|-----------|-----------|
| 01 新佳民社區 | 21 豐禾社區 |
| 02 七星潭社區 | 22 富源社區 |
| 03 國福社區 | 23 富興社區 |
| 04 國強社區 | 24 鶴岡社區 |
| 05 福興社區 | 25 瑞美社區 |
| 06 南華社區 | 26 舞鶴社區 |
| 07 初英山社區 | 27 春日社區 |
| 08 干城社區 | 28 宮前社區 |
| 09 光華社區 | 29 赤科山社區 |
| 10 豐山社區 | 30 高寮社區 |
| 11 樹湖社區 | 31 東豐社區 |
| 12 米棧社區 | 32 樂合社區 |
| 13 水碓社區 | 33 東里社區 |
| 14 中興社區 | 34 達蘭埠社區 |
| 15 大榮二村社區 | 35 六十石山社區 |
| 16 北林三村社區 | 36 竹田社區 |
| 17 南富社區 | 37 羅山社區 |
| 18 馬佛社區 | 38 石平社區 |
| 19 大全社區 | 39 學田社區 |
| 20 大興社區 | |



壽豐

休閒農業區

Shoufeng Recreational
Agricultural Area

從花蓮站漫遊出發，往南30分鐘的旅途中，會進入東部三縣市最大的平地鄉，「壽豐」。

在這片無邊際的視野中，天然湧泉與生態多樣性交織而成的魚米之鄉，是進入壽豐後的第一印象，這裡是花蓮縣第一個推動無毒農業生產的鄉鎮，也是昆蟲、動物的天堂，鳳蝶、黑翅螢、鍬形蟲、甲蟲等隨處可見。潭中香水蓮花隨風搖曳，點點陽光灑落下的剔透泉水，魚群悠遊自在的姿態清晰可見，來到這裡可以體驗摸蜆、補抓龍蝦，入夜後，活力四射的蛙鳴齊響，每一個景色都讓人感受到生命力的真諦。

四季農產季節：

項目	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
洛神花										●	●	
香水蓮花							●	●	●	●		
薑黃	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
咖啡	●	●	●							●	●	●
美人柑												●
香草植物	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
有機蔬菜瓜果	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
台灣鯛	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
黃金蜆	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
鱸魚	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
淡水龍蝦						●	●	●				

交通方式



開車

1. 從北部出發：

國5 — 台9 — 花19 鄉道 — 193 縣道 — 11 丙
壽豐鄉位於花蓮縣中段的位置，從北部出發，
從國5(雪山隧道) 接上新蘇花改(台9線)，約3
個多小時的車程即可抵達。

2. 從南部出發：

台9 — 台11 — 台11 丙

由南部出發，沿著有著綠色公路之稱的台9線
行駛即可到達。若行駛途中想以海景為主，則
可以在台東美和轉往台11線接上台11丙，與
行駛台9線相比車程約多20分鐘。

大眾運輸

1. 火車：

包含普悠瑪號、自強號、莒光號、區間車，一天
會有40 班左右停靠壽豐站。

2. 公車：

〔花蓮客運〕

1121 花蓮火車站—光復
1122 花蓮火車站—瑞穗
1128 花蓮火車站—月眉—東華大學
1139 花蓮火車站—壽豐

〔太魯閣客運〕

301 花蓮火車站—東華大學
303 花蓮火車站—大農大富平地森林園區

〔華聯客運〕需預約

304 迴瀾東海岸線郵輪式公車

休區 好好玩



壽豐農業生態館-可洽詢休區體驗活動



農事
體驗活動



農場
導覽解說



各式DIY
體驗活動

來到了壽豐休閒農業區，您可以盡情享受各種豐富的農事體驗活動，從農場導覽解說、蔬果採摘植栽、左手香膏DIY、蓮花杏仁脆餅DIY，到咖啡食農體驗，每一項活動都能親近感受大自然所給予的生命力與溫度感。若想親水玩水，也有摸蜆、抓龍蝦等活動，讓您在炎炎夏日中消暑又充滿樂趣；另外，也可以進行磨玉，讓您更加深入地體驗這片土地的文化底蘊和人情韻味，讓您的心靈得到真正的滿足和富足。

立川魚場 農村小廚房

立川魚場是全球黃金蜆唯一製造原廠，透過導覽員的解說，讓遊客了解立川魚場無毒的養殖環境。親自下水體驗漁民生活，再親自料理黃金蜆，感受零距離的產地到餐桌。

體驗步驟：

- 1 導覽解說
- 2 農事體驗
- 3 美食料理
- 4 美食品嚐



在清澈湧泉體驗摸蜆兼洗褲



農村小廚房炒蜆料理

體驗管理人介紹：

桂鳳姊是一位極為溫和的大姐，輕聲溫暖的解說口吻，令人如沐春風，然而，看似纖細婉約的她，其實還是一位運動健將，休區雙鐵小旅行領騎者、路跑領隊可都是她呢！

店家資訊介紹：

聯絡電話：0800-007-111

03-865-1333

地址：花蓮縣壽豐鄉魚池45號



小雨蛙

生態教育農場



以現代化溫室的精密控管種植環境中，進行當季蔬果的食農教育，帶領民眾由產地到餐桌，製作專屬於自己的三色麵疙瘩。

食農教育 三色麵疙瘩體驗



從產地到餐桌親手採摘喜愛時蔬

體驗步驟：

- 1 不彎腰農園導覽
- 2 採摘時令蔬菜
- 3 製作三色麵疙瘩
- 4 烹煮麵疙瘩及三道風味料理
- 5 美食品嚐



體驗管理人介紹：

陳威良夫妻是全國十大傑出青年得主，當提到生態永續與農村經營，在他們神彩奕奕的談論之間，言語中透露出對於這片土地的熱情與活力。

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-865-3808

地址：花蓮縣壽豐鄉豐山村魚塘路36號



不彎腰

體驗農園

泥巴到嘴巴



從混土開始一步步完成蔬果植栽

以現代化溫室的精密控管種植環境中，進行當季蔬果的食農教育，帶領民眾由產地到餐桌，製作專屬於自己的三色麵疙瘩。

體驗步驟：

- 1 認識土壤
- 2 調配植物適合的土壤
- 3 種植作物
- 4 教導植物照顧技巧



體驗管理人介紹：

從外表看來是鋼鐵般壯碩巨漢的陳維勵，真正相處後就會知道他是一個又有點靦腆的幽默青年。在導覽解說過程中，富含知識與趣味口吻，定讓你在歡笑聲中滿載而歸。

店家資訊介紹：

聯絡電話：0978-315-193

地址：花蓮縣壽豐鄉豐山村魚塘路21號



心宿 體驗農園



抓龍蝦
體驗活動



穿著青蛙裝體驗手抓龍蝦樂趣

穿上可愛的青蛙裝親自下池體驗抓龍蝦，深入了解淡水龍蝦養殖生態及相關知識。以簡單料理方式製品嚐它們的鮮美滋味，完成這別開生面的體驗。

體驗步驟：

- 1 導覽解說
- 2 體驗抓龍蝦
- 3 美食料理
- 4 美食品嚐



體驗管理人介紹：

心宿農園的主人是平腰農園的姑姑與姑丈，他們為了讓遊客更好吸收生態知識，更結合平腰農園推出龍蝦堡體驗，在強化吸睛程度外更達到了飲食均衡。

店家資訊介紹：

聯絡電話：0937-976-076

地址：花蓮縣壽豐鄉豐山村魚塘路35號



如豐 休閒農場



左手香香



採摘新鮮左手香製作天然香膏

在香草園中，我們將帶領遊客認識各種香草，並親自體驗採收左手香和精華萃取的樂趣，最後加上檸檬香茅精油創造屬於自己的香氛產品－左手香膏。

體驗步驟：

- 1 導覽解說、採摘香草
- 2 了解香草精油萃取過程
- 3 左手香膏體驗

體驗管理人介紹：

如豐第二代美如姊是位對於產品美感與品質有著極高的追求，在她細心、高質感在香氛體驗引導下，能讓遊客的身心靈得到放鬆，並將這一份美好的能量帶回家。

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-865-2323

地址：花蓮縣壽豐鄉豐山村中山路405號



休區 好好食



體驗限定三色麵疙瘩



完全在地取材親手製作龍蝦堡



天然湧泉養殖而成的黃金蜆饗宴

小雨蛙

生態教育農場

三色麵疙瘩

在台灣有一種經典的麵食料理「麵疙瘩」，如果愛好這項美食的民眾絕對不能錯過這裡的三色麵疙瘩。

將生菜、紅蘿蔔等季節農產打成汁加入麵團之中，搭配不同原料的彩色軟Q麵疙瘩帶著多層次香氣，搭配多種新鮮蔬菜熬煮而成的清爽甘甜湯底，每一口都是驚豔著味蕾的饗宴。

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-865-3808

地址：花蓮縣壽豐鄉豐山村魚塘路36號

心宿

體驗農園

現抓的龍蝦堡

在這裡除了可以品嚐鹽焗或炭烤的澳洲淡水龍蝦外，還有另一種可以事前預約的「龍蝦堡」隱藏版吃法。在親手抓完龍蝦後，前往不彎腰農園栽採新鮮生菜。之後將鮮甜多汁的龍蝦連同菜放入美味的手工麵包，配上龍蝦精華和香料的醬汁，味道濃郁又香醇，一口咬下就讓人欲罷不能！

店家資訊介紹：

聯絡電話：0937-976-076(需提前預約)

地址：花蓮縣壽豐鄉豐山村魚塘路35號

立川魚場

農村小廚房

天然湧泉的黃金蜆

立川魚場以天然湧泉養殖而成的黃金蜆，個個體型飽滿、味道鮮甜，富含蛋白質、鐵質及鈣質。

在這裡，你能品嚐各種黃金蜆料理，如快炒、清燉、醃製、煨湯或是入菜，味道豐富多變。除此之外，還有鹽烤活力鯛、清蒸貴妃魚等特色料理可以選擇，能讓你大快朵頤享受一頓難忘的美食饗宴！

店家資訊介紹：

聯絡電話：0800-007-111 / 03-865-1333

地址：花蓮縣壽豐鄉魚池45號

休區 好好買



集玉石與香草產品於一處的如豐休閒農場



培植四年才能收成的有機食用百合



後山回甘山苦瓜茶

香草產品

如豐休閒農場

如豐休閒農場以友善種植的香草植物，萃鍊成解放身心靈的香氛產品，主要產品有手工玉皂、左手香防蚊膏、按摩油、香草茶包、純露等。而其中具特色的產品是手工玉皂，他們將花蓮特有豐田玉放進手工皂裡，讓民眾香皂用完之後能獲得一塊台灣玉石，每一塊都有不同形狀與驚喜。

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-865-2323

地址：花蓮縣壽豐鄉豐山村中山路405號



有機食用百合

江玉寶有機農場

曾兩度入選總統國宴食材的有機食用百合，是農場中的明星商品，具有清肺止咳、養顏美容等作用。食用百合是一種多年生的球根植物，適合在乾燥、涼爽季節以及半日照環境中生長，養護方式複雜且技術性高，培植四年才能收成，是相當嬌貴的作物，時常供不應求，相當受歡迎。

店家資訊介紹：

聯絡電話：0953-224-856

地址：花蓮縣壽豐鄉豐裡村四維路49號



山苦瓜茶

奇萊美地 有機農場

以「用愛呵護生態，生態孕育好菜」為出發點，種植營養高的山苦瓜花蓮2號為農場特色作物。因全果切片烘乾後，泡煮茶飲喝起來有股回甘滋味，而取名「後山回甘」，山苦瓜對身體有多種好處，清熱解毒、強身健體，讓身體保持清爽窈窕，且不含咖啡因，適合在享用美食後搭配飲用！

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-866-3311

地址：花蓮縣壽豐鄉平和村豐坪路
三段1411巷36弄52號



休區 好好住

小雨蛙 生態教育農場



生態良好的小雨蛙生態教育農場

來到小雨蛙住宿，可以享受花蓮民宿自然的田園風光，觀賞野鳥與山水構築的豐富生態，在夜幕低垂時，跟著威良哥的脚步，來一場富含教育且刺激的夜間生態觀察，也可以和親友享受採收蓮花樂趣，了解製作有機蓮花茶的奧義，想親近自然，擁抱生態的朋友們，小雨蛙生態教育農場絕對是你不可錯過之地。



店家資訊介紹： 聯絡電話：03-865-3808 地址：花蓮縣壽豐鄉豐山村魚塘路36號

米拉夢地 民宿



米拉夢地一樓空間



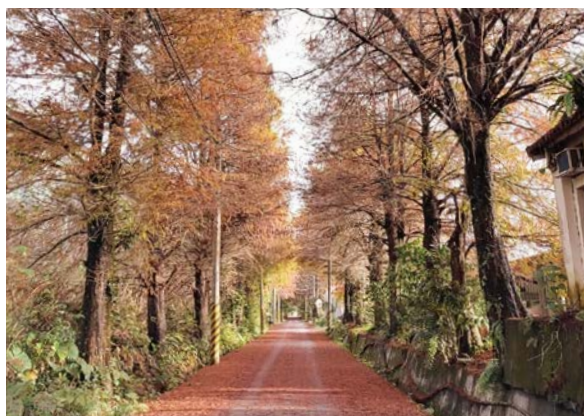
米拉夢地四人房空間

米拉夢地是義大利文『MIRAMONTI』意指看見山的地方，由於多年後，鄰居家的樹長大了，米拉夢地從看見山的地方，變成看見夢想的地方。與其他民宿截然不同也讓人意想不到的地方是，米家全家人全部都生活在這裡，若是你願意，米媽、米爸相當願意與您分享他們的真實故事。



店家資訊介紹： 聯絡電話：0986-038-389 地址：花蓮縣壽豐鄉牧場161號

休區 好好拍



壽豐落羽松秘境大道



壽豐農業生態館蓮花池秘境



壽豐生態館吉祥物與鳥居

落羽松秘境

冬天的壽豐，有三個隱藏在山水間的金色落羽松秘境，每一個都有不同的魅力和風情。第一個是雲山水夢幻湖，在人工湖泊中排列著整齊如豆腐般的跳石步道，是最熱門的網美景點。第二個是鈺展苗圃，繽紛色彩的落羽松搭配著湖面，每個角度都像是畫布中才有的夢幻景色。而最後一處是小雨蛙生態教育農場旁的產業道路，排列在道路兩旁的落羽松，營造出別具特色的美麗大道。絕對值得你花上些許時間，去體驗充滿著自然氣息與浪漫氛圍的美麗風景。

地址：

雲山水夢幻湖 / 花蓮縣壽豐鄉豐坪路二段2巷201弄18號

鈺展苗圃 / 花蓮縣壽豐鄉中華路2段196巷35弄35號

壽豐落羽松秘境 / 花蓮縣壽豐鄉魚塘路36號

蓮花池秘境

夏日在農業生態館後方以及心宿體驗農園中，你可以看到一朵朵蓮花綻放在清澈的湖水中，在這裡可以聽到輕風吹過蓮葉的沙沙聲，飛鳥暢快的啾啾聲，這一刻，蓮花池和周圍的山峰、稻田景觀相互輝映，形成了令人心醉神迷的美景。趁著夏日的良辰美景，來這裡讓自己放鬆身心，沉浸這片寧靜和詩意的世界裡。

地址：

壽豐農業生態館 / 花蓮縣壽豐鄉豐山村魚塘路78號

心宿體驗農園 / 花蓮縣壽豐鄉豐山村魚塘路35號

壽豐裝置藝術

在壽豐，裝置藝術已成為另一道亮麗的風景線，這些裝置藝術作品分佈在遊客中心與店家等多處場所，展現了地方獨特的美學和創意。如小雨蛙生態教育農場的竹編裝置藝術，壽豐農業生態館的吉祥物、鳥居裝置藝術以及散佈於休區各處的藝術品等。下次就讓我們跟隨著這些裝置藝術，一起探訪壽豐的美好！

地址：

壽豐農業生態館 / 花蓮縣壽豐鄉豐山村魚塘路78號

SHOUFENG

長壽、豐沛，樂活

Longstay!

春季 spring

3月~5月

主題：香水百合

特色介紹：壽豐鄉是花蓮縣第一個推動無毒農業生產的鄉鎮，在春暖花開的季節中，採摘最鮮甜天然的果實，享受來自大自然的饋贈。

行程內容：壽豐農業生態館→江玉寶有機農園(食用百合採摘體驗)→午餐(主婦之家)→如豐休閒農場(左手香香)→走尋豐田村→賦歸

夏季 summer

6月~8月

主題：夏採蓮花趣

特色介紹：在香水蓮花綻放的季節，由烘焙蓮花脆餅起，帶領走入沁涼的泉水體驗摸蜆兼洗褲的樂趣，一邊消暑一邊享受大自然的氣息。

行程內容：壽豐農業生態館→小雨蛙生態教育農場(蓮花脆餅DIY)→立川漁場(摸蜆兼洗褲)→午餐(五餅二魚餐廳)→奇萊美地(農事體驗)→賦歸

秋季 autumn

9月~11月

主題：羽落秋楓

特色介紹：在橙黃桔綠的季節中，漫遊於壽豐隱藏版落羽松大道，體驗新鮮龍蝦的鮮甜與天然香草的舒壓香氛，享受秋高氣爽的午後。

行程內容：壽豐農業生態館→如豐休閒農場(左手香香)→午餐(主婦之家)→心宿體驗農場(抓龍蝦體驗)→漫遊壽豐生態園區→賦歸

冬季 winter

12月~2月

主題：酸甜酸真促味

特色介紹：身處冬季的自己烘一杯手作咖啡豆，採摘想吃的水果，煮上一碗熱騰騰的三色麵疙瘩，坐在日治時期建物前，享受冬日和煦的慢活午後。

行程內容：花蓮火車站→採果體驗→午餐總鋪師(三色麵疙瘩 DIY)→走尋豐田村→西麓武嗨法拉斯有機咖啡休閒體驗館(想入啡啡)→賦歸

遊程預約資訊

壽豐休閒農業區

服務時間：08:00a.m-05:00p.m

電話：03-865 1365

預約時間：4人成團，一週前預訂

花蓮

慢遊走讀

SLOW TRIP IN HUALIEN

馬太鞍

休閒農業區

Fata'an Recreational
Agricultural Area

坐落於光復鄉馬錫山腳下，有一處天然湧泉沼澤地，與蜿蜒曲折的芙登溪共同構築成一幅幅壯麗而富有生命力的桃源景象，近百種動植物在這片土地上綻放著迷人的光彩，這裡是令自然的旅途者沈醉之地「馬太鞍休閒農業區」。

馬太鞍是阿美族群的聚居地，其族語意指「樹豆」，滿山遍野的樹豆是族人的主食，搭配野菜、巴拉告生態捕魚法，演變出最具特色的飲食文化，此外，阿美族還有一個趣味的外號「吃草的民族」，我想這是對於將大自然資源運用得出神入化而給出最崇高的讚嘆。

四季農產季節：

項目	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
水生植物	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
樹豆										●	●	●
友善黃豆							●	●	●			
有機黑豆							●	●	●			
水稻							●	●				
芋頭									●	●		
荷花					●	●	●					
茭白筍					●	●	●					
野菜	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

交通方式



開車

1.走台9線：

沿著花東縱谷東路(台9線)前往光復鄉大全街,於大全街(花47鄉道)向右轉,至馬錫山環山道路再向右轉,即抵達目的地。

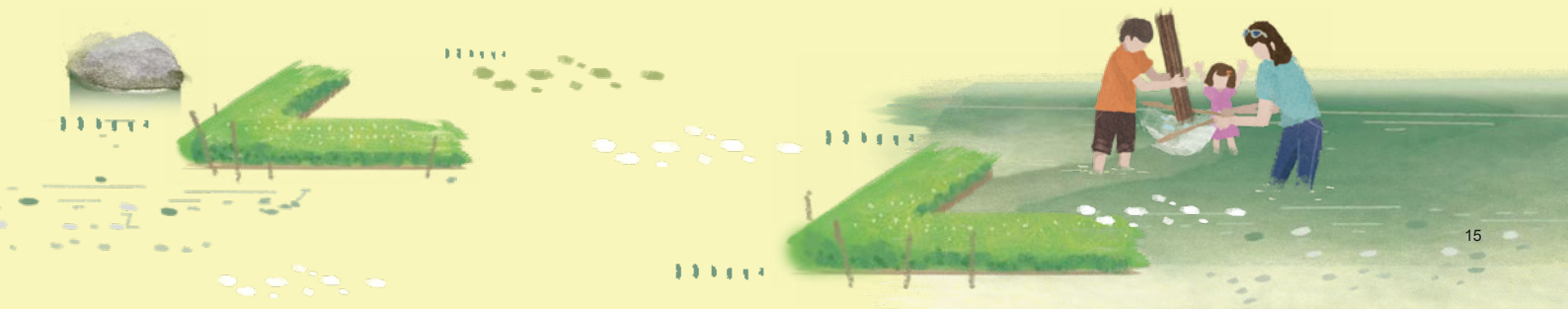
大眾運輸

1.火車：

搭乘火車至光復站下車，轉乘計程車(車程5分鐘、步行30分鐘)，或於鄰近商家租借腳踏車遊覽。

2.公車：

從花蓮火車站轉乘花蓮客運1121、1122 車次，於光復站下車。





以在地特有野菜文化成就美味阿美族風味料理

休區 好好玩



農事
體驗活動



農場
導覽解說



各式DIY
體驗活動

原來世外桃源可以距離市區如此的近，當進入馬太鞍時，彷彿來到了一個以生態、水資源為主的國度，一望無際的綠色美景是那麼地震撼。作為古老阿美族人的居住地，這裡提供了豐富的文化體驗，包括巴拉告生態捕魚法、豐年祭舞蹈、紅糯米釀酒、野菜採摘、竹筒飯DIY以及石頭火鍋等傳統體驗；還可以聆聽國家級濕地生態導覽解說，感受浩瀚的自然生命力。如果想進行深度的生態和農業之旅，這裡也提供了多種活動選擇，例如農事、植栽、黑豆茶、夜間觀察等等，絕對讓你流連忘返。

香煙繚繞
與草木共好

靜之坊

小熊農田

在與自然共好的友善園區，依照季節種植當季作物，學習如何運用植物達到多面向循環運用，在這樣環境中，嘗試著與自然和平共處之道。

體驗步驟：

1

園區導覽

2

植物採摘
與處理

3

植物的應用

4

成品帶回



在友善耕作園區中採摘新鮮時蔬製作一份創意pizza點心



體驗管理人介紹：

以永續觀念管理友善園區的靜怡姊，是一位多才多藝且學識豐富的工作者，憑藉著靜怡多方涉略，總是能給予前來體驗的學員們充實且難忘的回憶。

店家資訊介紹：

聯絡電話：0910-283183

地址：花蓮縣光復鄉大進村大進街4巷

經緯度：23°39'22.7"N 121°25'37.2"E



欣綠農園

樂農灶咖

透過在地導覽員解說馬太鞍濕地及阿美族野菜文化，教導如何分辨野菜、採摘，親手在樂農灶咖動手做料理，與大家共食共享。

體驗步驟：

- 1 生態導覽
濕地走讀
- 2 農職人採集
野菜認識
- 3 樂農灶咖
動手做料理
- 4 共食共享



體驗管理人介紹：

二代接班人湘榕將新思維與現代旅遊趨勢加入現有旅遊服務中，帶動起地方新生力量，熱愛用實際行動來玩轉出充滿地方文化且創意的特色體驗。

欣綠農園其他體驗服務：

生態類：巴拉告生態捕魚法、濕地導覽、夜間觀察
農育類：種子DIY、野菜鬆餅DIY、植栽DIY
文化類：舞蹈表演及互動教學、石頭火鍋體驗、搗麻糬體驗

欣綠農園體驗特色：

由回鄉二代朱湘榕與其創始人父親朱進郎一同經營，將新穎創意帶入農園，如流水席餐桌、螢饗體驗等，同時也將被譽為最懂得採集野菜食用的民族「阿美族」優勢發揮的淋漓盡致，利用自家產品與周圍野菜加入鬆餅DIY中，讓遊客在用餐之餘可以就近認識菜餚的植株原貌，達到教育同時亦充滿特色創意。



在馬太鞍濕地採摘豐富多樣的野菜



以野菜與樹豆腐乳創造在地專屬鬆餅

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-870-1861

地址：花蓮縣光復鄉大全村大全街55號



餐桌上的
部落旅行

太巴塢

紅糯米生活館

跟著導覽員進行部落巡禮，走入光復野菜市場，和夥伴完成一桌道地的阿美族風味美食。餐後，走訪古井及信仰中心，深入了解太巴塢的歷史與文化，讓這趟旅程不僅是味蕾的冒險，更是地方文化的洗禮。

體驗步驟：

- 1 野菜市場尋寶
- 2 阿美廚藝教室
- 3 部落文化巡禮
- 4 紅糯米餐桌



體驗管理人介紹：

太巴塢紅糯米生活館充分傳遞著阿美族對待賓客的熱情、大方，讓參與體驗的遊客在歡樂、趣味的氣氛中認識部落文化。

太巴塢紅糯米生活館其他體驗服務：
太巴塢半日遊、阿美廚藝教室玩美味



透過體驗教學一步步完成製作味道甘甜香氣濃郁的紅糯米露

太巴塢紅糯米生活館體驗特色：

阿美族太巴塢部落，tafalong在阿美族語是白螃蟹的意思，代表著海岸山脈的灰甲澤蟹，是台灣最大的原住民部落，也是全台唯一的紅糯米產地。

而「太巴塢紅糯米生活館」，則是讓更多人認識部落及紅糯米的場域，提供部落觀光導覽、農作與紅糯米收割體驗，還可以品嚐、選購紅糯米相關產品，如DIY紅糯米酒釀、紅糯米麵包及享用太巴塢當地的風味餐。

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-870-3419

地址：花蓮縣光復鄉富愛街15-1號



休區 好好食



以在地新鮮食材搭配傳統石煮料理方式創造絕佳風土滋味



走入光復傳統市場採購當季材料製作成道地風味手捲

欣綠農園

樂農灶咖

鹽烤鮮魚、山野雙拼、石煮鍋

欣綠農園擅長阿美族野菜文化的詮釋，選用盛產的時令野菜，每一道菜都展現出野菜的鮮甜和營養，每一口都讓人讚不絕口。

鹽烤鮮魚：以炭火慢烤，外皮香脆，肉質嫩滑，沾上胡椒鹽或檸檬汁，更能提升魚肉的鮮美，讓人一口接一口停不下來。

山野雙拼：結合經過醃製和炸製的山豬肉和口感清爽而帶點苦味的木鱉子料理，兩者搭配起來相得益彰，讓人品嚐到山林的風味。

石煮鍋：利用溫度極高的石頭讓竹筒內的湯瞬間煮熟，湯裡有新鮮的魚肉、薑絲、野菜和溪蝦等食材，沒有過多的調味，就能享受到清甜而滋補的原汁原味。

店家資訊介紹：聯絡電話：03-870-1861

地址：花蓮縣光復鄉大全村大全街55號



太巴塢

紅糯米生活館

紅糯米餐桌

位於花蓮光復鄉太巴塢部落之中，擅長運用當地特產「部落寶石」的紅糯米，以及在地時令野菜組成特色阿美族風味大餐。

紅糯米手捲：這是一道用紅糯米做成的薄餅皮，包裹著新鮮的野菜和花生粉，口感清爽，一口接一口停都停不下來。

紅糯米飯：用紅糯米、黑糯米和白糯米混合製成的飯菜，只用簡單的鹽巴和油調味，彈牙香甜，健康又營養。

酒釀烤雞：將雞隻塞入自製的紅糯米酒釀和七葉蘭後浸漬入味再做烘烤，雞肉吸收了酒香和草香，香氣四溢，肉質也更加嫩滑多汁。

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-870-3419

地址：花蓮縣光復鄉富愛街15-1號



休區 好好買



以有機黃豆循傳統工法製作而成的原味及樹豆口味豆乳



口感酥脆香氣濃郁的米香餅是下午茶絕佳搭配



走入光復傳統市場採購當季材料製作成道地風味手捲

欣綠農園

在欣綠可以了解到地方濕地生態、阿美族文化和美食特色外，還有相當多在地農特產品所製作而成的伴手禮，讓遠方的親朋好友都能品嚐到花蓮的生活味。

丈母娘ㄟ豆乳：以花蓮當地農民契作的黃豆為原料，私房古早配方搭配傳統工序，還有融合在地特產的樹豆版，回甘不死鹹的口感受到許多老饕一再回購！

洛神花：是阿美族人常用的食材和藥材，具有清熱解毒、降血壓、美白等功效。洛神花可以用來泡茶、做果醬、調味或製成排骨等料理，味道酸甜可口。

欣綠米香餅：由紅米與黑米為原料，加入芝麻堅果等佐料，做成口感酥脆的米香餅，可搭配茶或咖啡，是老少皆宜的健康零食。

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-870-1861

地址：花蓮縣光復鄉大全村大全街55號



太巴塢 紅糯米生活館

營養價值比糙米更高且富含維他命和蛋白質的紅糯米，是太巴塢當地特有的作物，絕對是來到當地必帶好物。

紅糯米：當地傳統作物，可以混合其他米一起煮飯，顏色漂亮，口感香甜彈牙，也可以用來釀酒或做成醬料。

紅糯米露：這是用紅糯米發酵而成的酒釀，顏色深紫，香氣濃郁，味道甘甜。紅糯米露可以當做飲料喝，也可以用來下菜或做成甜點。

酒釀辣椒：這是用紅糯米酒釀和七葉蘭製作的特色辣椒醬，將雞心辣椒浸泡在酒釀中發酵，味道香辣而微甜，適合沾醬或拌飯。

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-870-3419

地址：花蓮縣光復鄉富愛街15-1號



休區 好好住

欣綠

石頭屋民宿

欣綠石頭屋是一對兄弟築夢踏實的地方。他們堅持採用當地溪流中的片岩石建造一棟會呼吸的旅店，可以調節室內溫度和濕度，住得舒適又健康。而兩兄弟也深深的將生態保育和原民文化傳承的理念貫徹到他們的經營理念中，與所有來往的旅客分享，讓前來的旅客在這裡不只是住宿，而是一趟豐富又充實的旅程。



以當地溪流片岩石建造而成的綠色民宿是一棟會呼吸以及能調節溫度與濕度的建築



店家資訊介紹： 聯絡電話：0932-656-080 地址：花蓮縣光復鄉大全街60號

花蓮 觀光糖廠



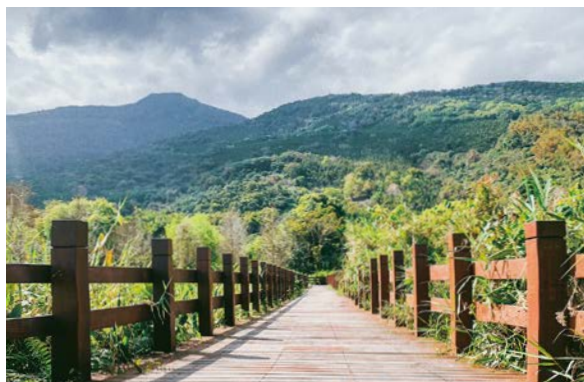
以糖廠舊建築改造而成住宿空間充滿著濃濃的日式風情

花蓮觀光糖廠在日治時期是民營【鹽水港株式會社】其中的一個糖廠，民國91年停工後搖身一變，成充滿故事與日式風情的觀光景點。這裡的木屋旅館原本是糖廠職員宿舍，按照當時的『台灣總督府官舍建築標準』而建，保留了日式的細節與特色；住宿其中，能享受檜木香氣、柔和的色調與燈光、傳統的榻榻米地墊，還有復古的家具與擺飾，當融入在這樣氛圍與空間時，會彷彿穿越了時空，來到了一個寧靜而美麗的日本小鎮。



店家資訊介紹： 聯絡電話：03-870-5881 地址：花蓮縣光復鄉糖廠街19號

休區 好好拍



結合阿美族建築文化與自然生態的全齡友善馬太鞍濕地木棧道是被譽為花東最美棧道



在地特產與特色料理結合成螢光餐桌的味覺享受



享受在濕地被螢火蟲圍繞的的茅草屋中進行螢餐餐桌



馬太鞍濕地是東部觀賞螢火蟲地點之一

濕地木棧道

被譽為花東最美的馬太鞍濕地棧道，擁有清澈剔透的水質供水生植物棲息、無邊際的青草綠茵孕育近百種生態，是東部絕佳的賞鳥景點；而長達621公尺，強調濕地可親性且適合全齡的友善步道設施，結合阿美族傳統文化的「家屋」格局設計，更榮獲「110年優良農業建設工程獎」的肯定。遊客來到這邊可以飽覽濕地生態，感受自然的療癒、體驗阿美族獨特「巴拉告」生態捕魚法，以及地方特有的野菜文化與石煮鍋，是親子、生態迷、戶外咖錯過的地方！

地址：

花蓮縣光復鄉大全村大全街55號

螢餐茅草屋

在花蓮光復鄉的馬太鞍濕地，有一座隱藏在水域中的茅草屋，它保有阿美族人的傳統建築風格，是一處拍照秘境，也是一群年輕人實現夢想的地方。他們結合當地的生態與文化特色，以茅草屋為地點，規劃出令人難忘的餐桌體驗「螢餐—馬太鞍濕地螢光餐桌」，讓您在這裡品嚐到馬太鞍的風土滋味，感受到濕地的生態魅力。在螢光晚餐的餐桌上，點點螢光在周圍穿梭飛舞，營造出了浪漫唯美屬性。

地址：

花蓮縣光復鄉大全村大全街55號

FATA 'AN

濕地生態保平衡

文化創藝享樂活

春季 spring

3月~5月

主題：螢螢春風

特色介紹：春天是最適合踏入大自然的季節，點點螢光隨著大自然響樂婆娑起舞，為馬太鞍濕地勾勒出最浪漫的視覺饗宴。

行程內容：光復火車站→靜之坊陶藝(香煙繚繞，與草木共好)→午餐(良億複合式餐廳)→欣綠農園(種種生活手作DIY)→螢餐(戶外螢光餐桌、夜間賞螢導覽)→夜宿石頭屋

夏季 summer

6月~8月

主題：源源不絕

特色介紹：Nga'ay ho!來到馬太鞍感受著各式阿美族文化風采，最後來上冰冰涼涼的冰品消暑，超級享受!

行程內容：光復火車站→馬太鞍濕地生態文化導覽→欣綠農園(巴拉告生態捕魚法)→午餐(原住民風味餐)→幸運頭飾編織及原民舞蹈互動→糖廠文化巡禮+冰品品嚐→賦歸

秋季 autumn

9月~11月

主題：秋風徐徐

特色介紹：踏入馬太鞍溼地與大自然親近，自製個人風味黑豆茶，午後享用親手搗出來的麻糬及DIY手作小物，慢慢欣賞秋天繪出的美麗濕地風景。

行程內容：光復火車站→馬太鞍濕地生態文化導覽→瑪布隆農場(黑豆茶DIY)→風味午餐→欣綠農園(搗麻糬體驗+種種生活手作DIY)→賦歸

冬季 winter

12月~2月

主題：冬遊光復

特色介紹：體驗農作採收的喜悅，將採集的產物化作美味的佳餚以及療育的手作小物，成為冬季到訪馬太鞍濕地的美好回憶。

行程內容：光復火車站→馬太鞍濕地生態文化導覽→欣綠農園(樂農造咖-戶外廚房體驗)→風味午餐→靜之坊陶藝(香煙繚繞，與草木共好)→賦歸

遊程預約資訊

馬太鞍休閒農業區**服務時間：**09:00a.m-05:00p.m**電話：**03-870 1861**預約時間：**請洽詢馬太鞍休區line@**預約 ID：**@099qirkb

舞鶴

休閒農業區

Wuhe Recreational
Agricultural Area

舞鶴台地就像是紅葉溪與秀姑巒溪交織的壯麗畫作中，由菲律賓海板塊及歐亞大陸板塊共創而出的點睛紋理；在北回歸線與富含氧化鐵土壤等獨特資源條件下，就連近年名聲大噪的天鶴茶、舞鶴咖啡起源之地，也是由此而起。

踏進這片遼闊而線條分明的無邊綠茵之中，陽光灑落，微風輕拂，葉蟬輕鳴。此時，茶與咖啡的香氣在空氣中交織而出的清新氣息，讓人沉醉其中。來到這裡，你可以品嚐到果香濃郁的蜜香紅茶、阿拉比卡咖啡源頭之一的鐵比卡、滑順而細膩的瑞穗鮮乳，以及充滿神秘面紗的掃叭頂石柱，感受大自然的恩賜和人與自然和諧相處的美好。

項目	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
茶	🌿	🌿	🌿	🌿	🌿	🌿	🌿	🌿	🌿	🌿	🌿	🌿
咖啡	☕	☕	☕	☕							☕	☕
文旦								🍋	🍋			
南瓜			🍂	🍂	🍂	🍂	🍂	🍂	🍂	🍂		
玉米									🌽	🌽	🌽	
花生	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱	🌱
					🌱	🌱	🌱					

交通方式



開車

1.走台9線：

沿花東縱谷公路台9線大約
276~278k 兩側。

大眾運輸

1. 鐵路：

搭乘火車至三民或瑞穗火車站，轉乘計程車至舞鶴休區約 6-8 分鐘車程(步行約1 小時)

2. 公車：

1122 花蓮火車站- 瑞穗
1137 光復- 富里
1142 光復- 玉里

2.幸福巴士：

2020 年瑞穗「幸福巴士」共有4 條固定路線

路線1「鄉公所至富興村辦公處」

路線2「鄉公所至奇美村辦公處」

路線3「鄉公所至鶴岡村辦公處」(有經過梧繞聚會所)

路線4「鄉公所至舞鶴村迦納納部落」

●外也提供奇美、富興、鶴岡與舞鶴迦納納部落民眾預約搭乘，建議在3天前提早電洽瑞穗鄉公所辦理預約搭乘。

休區 好好玩



採摘一心二葉茶葉的採茶人



農事
體驗活動



農場
導覽解說



各式DIY
體驗活動

踏入舞鶴的山間小徑，滿眼皆是茶園和咖啡林，伴隨清晨的霧氣，在這裡彷彿置身於香氣四溢的空間之中，每口呼吸都能品味到蜜香紅茶與百年咖啡的清香餘韻。近年舞鶴加入了柚子、芭樂、蜂蜜等物產，豐富了體驗服務的趣味性，你可以在果園的樹陰下，享用一場充滿質感的下午茶，感受自然間的能量，在芬芳與美味的加持下，靜靜品味著豐富的味覺層次和靈魂的滿足。

百年咖啡採果趣

舞鶴茶園

公主咖啡

公主咖啡所種植阿拉比卡體系源頭之一的鐵比卡樹種已有百年歷史，在這將邀請你一同到園子採摘，在勞作與咖啡花香氣之中，感受著採果的趣味。

體驗步驟：

1

瑞穗地帶
文化介紹

2

舞鶴蜜香
紅茶品茗

3

百年咖啡
採果趣

4

咖啡沖煮
DIY

5

大地餐桌



用阿拉比卡體系源頭之一的鐵比卡沖泡百年咖啡香



在公主咖啡看風景體驗咖啡奶昔

體驗管理人介紹：

二代主人廖英旭與陳韻庭常笑說「我們的水果是野生動物最愛食物，雖然樂於與牠們分享，但時常一沒注意就被吃的半點不剩，一點也不懂得節制！」，充分體現了他們與大自然和諧共處的態度，讓人不自覺地感受到愉悅和快樂。

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-887-0222

地址：花蓮縣瑞穗鄉舞鶴村
中正南路2段336號



宇還地

有機農場

花蜜
味覺之旅



透過與蜜蜂的零距離接觸，了解生態及蜂蜜採摘流程，最後進行花蜜五感體驗。

體驗步驟：

- 1 蜜蜂生態導覽
- 2 與蜜蜂零距離接觸
- 3 蜂蜜採摘流程
- 4 花蜜猜一猜



以花蜜猜一猜與民眾大玩五感體驗



體驗蜂蜜採集樂趣

體驗管理人介紹：

溫廷舜與王紫菁夫妻是永續實踐者，以理工專長投入有機農業行列，精進田間管理技術，打造著心中的夢想果園。來到這裡，如對於有機與永續有興趣，不妨與舜哥來場深度交流，包準收穫滿滿。

店家資訊介紹：

聯絡電話：0920-027-347

地址：花蓮縣瑞穗鄉富民村38-2號



紅心土芭樂

農場農務
與茶席餐桌體驗



在芭樂園中進行天地茶席品鑒

在農園中，帶領遊客展開自然農法與草生栽培的農事之旅，在美感的佈置氛圍下，進行一場食農教育與味蕾享受的餐桌體驗，充分感受著自然力量的美好。

體驗步驟：

- 1 農務體驗
(依照時節規劃體驗)
- 2 天地茶席品鑑



體驗管理人介紹：

擁有設計師背景的志賢因心繫漸漸年長的父親，與其一同來到瑞穗種植起父親懷念的紅心土芭樂，喜愛利用設計專長，翻轉出令人驚豔的美學果園與體驗。

店家資訊介紹：

聯絡電話：0986-187-386

地址：花蓮縣瑞穗鄉民生街86號



舞鶴咖啡迷霧之旅

Ba-Han-Han-Non 好茶咖啡工作室



體驗管理人介紹：

瑋翔是茶與咖啡的職人，返鄉多年的他，仍時時在思考如何將地方文化元素能更好融入體驗之中，推廣食農教育，換一種方式，再次的讓人們感受土地的脈動。

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-887-3289
地址：花蓮縣瑞穗鄉中正南路二段74-4號

體驗步驟：

- 1 咖啡及周遭生態導覽
- 2 與小綠葉蟬零距離接觸
- 3 走讀說故事了解當地文化脈絡
- 4 咖啡選製流程
- 5 咖啡品茗及盲測遊戲



好茶工作室以盲測遊戲引導民眾認識咖啡

走讀舞鶴的環境生態與文化脈絡，解說在地咖啡的友善有機環境與物種多樣性，並教學如何選製、品茗咖啡，在盲測的趣味互動中，收穫著這一門知識。

柚遊自在沐日光

木日光文旦驛站



體驗管理人介紹：

傳承自父親文旦園的木日光三姐妹，打破原本文旦既定印象，開發出多樣特色的產品、體驗服務及文旦特色餐，在三姐妹巧手下，包準100%顛覆您對文旦印象。

店家資訊介紹：

聯絡電話：0958-266196
地址：花蓮縣瑞穗鄉北一路121號

體驗步驟：

- 1 果園導覽
 - 2 柚香淺嚐
- (備注：特色餐暫不單賣，需搭配體驗採購)



一頂斗笠一個茄子袋一把剪刀整裝待發採柚去

利用地景及天文時令解說文旦的生態、生活及飲食，使在地的的美好與豐饒之意淋漓展現，讓每位體驗者都能在文旦的芬芳中，體悟著悠活自在的生活態度。

樵葦有限公司

26e-Touch-23.5° n

低碳 易踏趣



體驗管理人介紹：

易踏趣是一款針對電動輔助自行車旅遊的品牌，再加上《樵葦_易踏趣》專業的團隊，能讓旅客毫無後顧之憂的在花蓮《慢、慢、遊》補充心靈正能量。

店家資訊介紹：

聯絡電話：0910-775324
0978-583656
地址：花蓮縣吉安鄉華城路一段376-5號

體驗步驟：

- 1 電動輔助自行車騎行
- 2 掃叭石柱、公主咖啡導覽體驗
- 3 北迴歸線巡禮
- 4 互動式午餐享用
- 5 柚子園導覽
- 6 有故事的土地公廟
- 7 百年瑞穗溫泉



搭配電源的電動輔助自行車協助民眾輕鬆騎乘漫遊

利用松騰、文顯創新科技「電力輔助單車」突破現有花蓮深度旅遊模式，並發展互動式旅遊導覽內容，藉此行銷花蓮之美。

休區 好好食



以65度低溫殺菌技術製作而成的鮮乳被稱為鮮乳界勞斯萊斯



外酥內軟兼具濃郁奶香的炸饅頭一直是吉蒸牧場的人氣商品之一



皮多餡多的韭菜水餃是店內招牌料理

吉蒸牧場

單一乳源

鮮乳界的勞斯萊斯

吉蒸牧場是一家以生產高品質的鮮乳和乳製品聞名，被稱為鮮乳界的勞斯萊斯。除了提供新鮮美味的鮮乳、優格、奶酪、冰淇淋、牛奶火鍋、鮮奶饅頭、炸饅頭等特色美食外。如提前預約，也體驗到如鮮奶布丁、乳牛相框、彩繪牛等活動，讓你學習農場的知識和技能，更加深入的探索這個充滿生命力和歡樂的地方。

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-887-5588

地址：花蓮縣瑞穗鄉中山路三段230號



撞牆水餃

超人氣無菜單料理的隱密名店

撞牆水餃是一家隱藏在掃叭頂民宿內，以越南風味菜色融入台灣特色的無菜單私廚餐廳。其中招牌料理就是皮薄餡多的韭菜水餃，香氣四溢，一咬即化。此外，如檸檬魚、越南烘蛋、萬壽無疆、親愛的蝦等，都讓人驚艷不已。如果你有機會來到花蓮瑞穗，不妨來試試看這間好吃到撞牆或是吃不到會撞牆的撞牆水餃吧！

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-887-1378 / 0910-552-019

地址：花蓮縣瑞穗鄉211之1號

(須提前預約，午晚餐僅各接待六組客人，最少四人才能訂位)



休區 好好買



茶產業在舞鶴休閒農業區內佔比最大，來到這裡，您隨時都可以品嚐到新鮮的茶葉和茶品。其中最具名氣的蜜香紅茶，是以大葉烏龍為原料，經過小綠葉蟬吸吮而發酵成紅茶，散發出甘甜的蜜香和花香，入口溫潤生津，獨特的風味聞名全臺。

嘉茗茶園

嘉茗茶園是一座擁有蜜香紅茶故事館與體驗區的知名茶園，由「神農獎」得主的高肇昀先生所創立，茶園曾奪下國際「天下第一名茶大賽」紅茶組金牌獎殊榮。其內除販售蜜香紅茶外，還有其他多種精選的茶品和飲品，如毫香碧綠茶、鶴岡紅茶、柚香茶、雲端咖啡等，每一款都是用心製作的好滋味。

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-887-1325

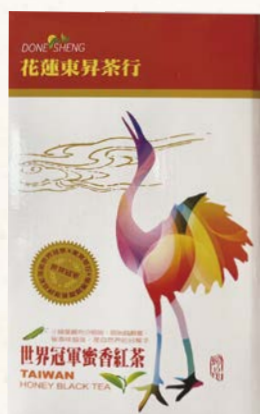
地址：花蓮縣瑞穗鄉舞鶴村一鄰65號



天下第一茶紅茶金牌獎得主嘉茗茶園
不僅產品眾多更設置故事館普及民眾茶葉知識

東昇茶行

曾榮獲2006年及2010年世界紅茶比賽冠軍的東昇茶園，是台灣紅茶的驕傲。他們的招牌產品是蜜香紅茶，經由小綠葉蟬吸吮後，經過全發酵，讓茶香更加濃郁、甘醇的產品。此外還有如烏龍茶、金萱、綠茶、薑紅茶等。除了茶葉外，茶園也有種植咖啡，若您想品嚐到花東風情的好滋味，絕不可錯過這裡。



東昇茶行世界冠軍蜜香紅茶

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-887-1878

地址：花蓮縣瑞穗鄉舞鶴村13鄰中正
南路二段256之1號



休區
好好住

山下的厝 溫泉民宿



山下的厝露天黃金湯讓遊客一邊仰望星看一邊享受愜意報湯時刻

依山而建的山下的厝溫泉民宿，前身是純樸的客家老宅，在Terry和Alma的努力下，將它改造成美輪美奐的純白色的建築，不僅戶外公共露天湯池，每間客房也都有半露天風呂。夜伴星空，潺潺流水搭配蟲鳴鳥叫，一邊體驗原汁原味的「黃金湯」，一邊感受山林恬靜的芬多精，體驗愜意悠閒的幸福。



店家資訊介紹： 聯絡電話：03-887-0203 地址：花蓮縣瑞穗鄉溫泉路三段137號

瑞穗天合 國際觀光酒店



瑞穗天合國際觀光酒店以歐洲城堡外觀結合溫泉，並提供高規格住宿體驗服務，貫穿「享溫泉 遊莊園」的主題



瑞穗天合國際觀光酒店設計室內按摩水療區療癒旅人身心靈

瑞穗天合國際觀光酒店坐落於花蓮瑞穗鄉，占地兩萬坪，為天成飯店集團旗下頂級度假飯店品牌，以南歐莊園風格為主，建築有著歐洲城堡的外觀，結合星級觀光飯店、格蘭別墅、親子別墅、溫泉黃金湯以及SPA等多元休閒設施，獨具優越條件的自然風情、秀麗山水，將在地的美景盡收眼底。



店家資訊介紹： 聯絡電話：03-887-6000 訂房專線 02-89786688 地址：花蓮縣瑞穗鄉溫泉路二段368號

休區 好好拍



舞鶴水土保持戶外教室是結合教育與生態的24小時全年無休園區



舞鶴水土保持戶外教室是結合教育與生態的24小時全年無休園區



自2017年開始火車經過已裁撤的舞鶴號誌站畫面因鐵道路線切換至新自強隧道新線而成為珍貴歷史回憶

舞鶴水土保持 戶外教室

是花蓮唯一的水土保持教室，總面積約47公頃，這裡擁有對環境低衝擊工法打造完整的水土保持互動式設施，包括栽培25種茶樹標本區、土壤沖蝕觀察區、超過5種的護坡工法、桂花園區、誘鳥植物、野生動植物觀察區等，結合生態與教育，園區24小時，全年無休，一年四季都有不同景觀，提供民眾接近大自然的機會。

地址：

978花蓮縣瑞穗鄉中正南路二段255號

掃叭隧道及 舞鶴車站

掃叭隧道是台東線鐵道歷史最悠久的隧道，開鑿始於1914年，在東拓之前是沿線唯一的鐵路隧道，也是最早以原住民語命名的隧道。然而，隧道於1984年正式停用後，南北兩端都被紅磚封閉，隨著時間的推移，逐漸被自然所覆蓋，如今已形成一個神秘而靜謐的濕地生態秘境。

舞鶴車站成立於1957年，當時是一座小而精美的木造車站。然而，隨著時代的變遷和現代科技的進步，到1987年，舞鶴車站正式停止營業並被裁撤；其中較為可惜的是，1982年執行東拓時台東線木造房都改造為現今形式站房，鐵道迷現在只能從舊照片一睹當時風采

東拓：

東線鐵路拓寬工程計畫縮寫，早期花東線鐵道屬於特窄軌（同台糖及阿里山鐵道），屬於 762mm 的軌距，1977年台鐵為了讓全線區間的列車相通而展開拓寬工程，至1982年才全線都更改為 1067mm。

地址：

花蓮縣瑞穗鄉舞鶴村馬立雲4鄰94號

WUHE

元氣舞鶴，共享生活

春季

spring

3月~5月

主題：春暖花茶開

特色介紹：在柚花綻放的季節，片片白花鋪滿綠葉，讓果園多了一層浪漫屬性，你可以漫遊在滿是茶香、花香的舞鶴台地上，享受這裡的慢活午後。

行程內容：花蓮火車站→紅心土爸樂園(農場農務與茶席餐桌體驗)→木日光文旦驛站(賞柚花、騎乘電輔車)→午餐→採茶體驗(東昇茶園、嘉茗茶園、吉林茶園、清風茶園皆可做體驗)→自行車環舞鶴台地輕鬆行→賦歸

夏季

summer

6月~8月

主題：蜂擁而至

特色介紹：與蜜蜂零距離接觸，了解蜂蜜的最深秘密，享受在溪水中急流泛舟的樂趣，並淺嚐來自在在地特產柚子的美味。

行程內容：宇還地有機農場(花蜜味覺之旅)→秀姑巒溪泛舟→午餐→木日光文旦驛站(柚遊自在木日光)→瑞穗牧場→賦歸

秋季

autumn

9月~11月

主題：秋風起舞

特色介紹：騎乘自行車來回穿梭果園之間，享受著迎風而來的草木氣息，最後在茶職人帶領下手作特色的茶珍珠，完美這趟五感之旅。

行程內容：花蓮火車站→木日光文旦驛站(騎乘電輔車)→午餐→北回歸線公園→彌勒果園(果園咖啡樂園)→好茶咖啡工作室(茶珍珠體驗)→賦歸

冬季

winter

12月~2月

主題：暖冬感溫季

特色介紹：在冬季的低溫中，用擴香石DIY為日常創造生活溫度感，用一杯有故事的咖啡溫暖著心靈，在煙霧繚繞的溫泉中，犒勞著奔波的身體。

行程內容：花蓮火車站→宇還地有機農場(戀戀香氛)→掃叭石柱→午餐→公主咖啡(咖啡體驗)→夜宿山下的厝溫泉民宿

遊程預約資訊

舞鶴休閒農業區

服務時間：10:00a.m-06:00p.m

預約時間：請致電洽詢預約

電話：03-887 3289

花蓮

慢遊走讀

SLOW TRIP IN HUALIEN

東豐

休閒農業區

Dongfong Recreational
Agricultural Area

在通往東豐的193縣道上，隨著季節的變化，道路兩旁的景色也不斷地變換。金黃色的稻浪與阿勃勒、火紅色的鳳凰花以及綠油油的田園風光，總是能帶給遊客無盡的驚喜與美好的回憶

在東豐，你可以享受到高品質的環境、有機豐饒的物產以及濃郁的人情味。置身其中，彷彿回到家中一樣輕鬆自在，感受著溫暖舒適的氛圍，無論你是來體驗東豐三寶、欣賞東豐八景、或是品嚐來自有機友善栽種的甜美果實，你可以在這裡放慢腳步，散策在寧靜的鄉間小路上，細心感受四季的變化。

四季農產季節：

項目	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
有機米						●	●				●	●
文旦柚									●			
有機小麥						●						
有機蕎麥												●
有機大豆						●						●
咖啡	●	●	●	●								●
砂糖橘	●											●
愛玉									●	●	●	
有機檸檬	●						●	●	●	●	●	●
紅藜	●	●	●							●	●	●
火龍果							●	●	●	●	●	
茶葉	●	●	●	●	●						●	●
小油菊	●	●										●



位於花蓮縣玉里鎮東豐里，沿花東縱谷公路台
9 線，轉入樂德公路 /193 縣道約 109K 處。

由台東經台 9 線→富里→玉里（在玉里大橋前右轉接 193 縣道）→東豐里。

1.玉里火車站→花蓮客運站（火車站左前一百公尺）→搭經樂德公路往瑞穗 車班（車班較少）。

2.公車1135 線樂德路段公車路線經過東豐地區，並設立坪頂、鐵份、東豐、上 石光、下石光等站，站牌也設立 在休區業者周邊，如幸福司康、七里霧民 宿、東豐拾穗、幸福打氣站、東豐露營區等點位。



休區 好好玩



因花東縱谷氣候與溫差特色讓東豐休閒農業區能培育出多元且優良的農產



農事
體驗活動



農場
導覽解說



各式DIY
體驗活動

來到東豐休閒農業區裡，就像進入一個種滿各種多樣化作物的天堂，裏面可以找到愛玉、火龍果、紅藜、文旦、檸檬、咖啡、柑橘以及有機米等，相較於其他產區只種植單一作物的單一風貌，這裡的農業產品綜合性極高，成為獨樹一格的一大特色。其中，透過特產相互搭配的體驗模式，大大提升了體驗商品的創意性和多元性，不管你是想品嚐到更多元的口感或更豐富趣味的搭配，這裡都是一個非常值得一去的地方。

清優嶺 農特產品行



在友善的種植環境中，親手採集自己喜歡的果實，將先前搜集而來的材料進行自由搭配，創造出獨一無二的特色茶品，盡情展現出自己的創意。

自己的風味自己作主，
調配茶品體驗



共有六種材料可以互相調配出專屬於自己的風味茶

體驗步驟：

- 1 園區導覽
- 2 農事體驗
(依各個作物時間做調整)
- 3 調配自我風味茶品
- 4 多樣式茶品分享
- 5 農產品選購

體驗管理人介紹：

10年前回鄉之初的黃文政夫婦，立志著要種出能保護環境又有益健康的農作物，而踏上了一段從0到1的農業知識之旅，慢慢打造出屬於自己的無毒農園。

店家資訊介紹：

聯絡電話：0988-685-219

地址：花蓮玉里鎮觀音里3鄰高寮72號

經緯度：23°22'47.3"N 121°21'39.6"E



烘咖啡 咻 嘰

古林咖啡

取用自家栽培的有機認證及綠色保育標章雙認證咖啡豆，引領大家進入咖啡的品味學，手把手引導大家烘出屬於自己的咖啡豆，成為您的專屬紀念物。

體驗步驟：

- 1 田區介紹
- 2 咖啡生長過程及後製處理簡介
- 3 咖啡烘豆體驗
- 4 製作咖啡掛耳包
- 5 品咖啡



體驗管理人介紹：

古林咖啡，是一間由哥哥古青福與弟弟林菁川攜手打造的台灣精品咖啡店。他們熱愛於分享園區新發現以及咖啡知識，有空時不妨點上一杯古林咖啡，來場香氣之旅。

古林咖啡介紹：

其實古林並非一開始就是種植咖啡，而是在一次的莫拉克救災任務中兩兄弟看到自然與作物對於環境的衝擊，意識到山坡地水土保持的重要性，而決定以「土地永續」的理念，轉型種植咖啡，同時通過有機認證與保育標章，更獲得2019年的花蓮縣咖啡評鑑特等獎的鼓勵，讓他們對永續發展信念更加堅定不移。

古林咖啡其他體驗服務：

木燻咖啡豆、烘豆、石貼盆栽DIY、園區導覽



想要什麼樣的香氣需要自己掌握的手作烘咖啡體驗

店家資訊介紹：

聯絡電話：0925-825-123

地址：花蓮縣玉里鎮觀音里七鄰高寮159之1號



范家 愛玉園

愛玉食饗，
食農教育

認識台灣唯一物種「愛玉」，了解愛玉與愛玉小蜂互利共生的特性，並從有機愛玉園之中，學習如何與自然相互尊重及生態保護的重要性。

體驗步驟：

1

2

3

4

5

洗愛玉體驗

認識愛玉

園區導覽

品嚐愛玉

真假愛玉
的介紹



愛玉從外形及剖面都可以明顯看出公母果差異



加上配料淋上冰鎮檸檬汁即可完成冰涼可口
愛玉凍

體驗管理人介紹：

原本在外商公司擔任地區總經理的海哥，深知不管多微量的化學原料，都會對人體造成影響，進而堅持以最天然方式進行有機管理，將最健康的產品分享給大家。

店家資訊介紹：

聯絡電話：0919-108-609

地址：花蓮縣玉里鎮樂合里新民45號



青蛙有善 自然農園

有機檸檬
果醋 DIY

在檸檬園中摘取成熟有機檸檬親手加工，等待三個月即可收穫一瓶天然又健康的果醋。檸檬果醋不僅可以解渴消暑，還可以美容養顏，增強免疫力。

體驗步驟：

1

2

3

檸檬介紹及種
植方式分享

檸檬醋製作

學習檸檬知識及檸檬
延伸產品教學



完成檸檬醋後放置三個月才會達到最佳飲用風味



用工具將切出厚度適中的檸檬片準備做成檸檬醋

體驗管理人介紹：

富有風趣幽默性格，總是能神來一筆是園主王擎華的標誌，園區不僅有香水檸檬，還有紅藜等作物，每到熟成季節，景色美不勝收，絕對是網美照片的絕佳秘境。

店家資訊介紹：

聯絡電話：0933-483-922

地址：花蓮玉里鎮觀音里八鄰高寮188號



休區 好好食



顏色繽紛外型亮眼的米饅頭都是用天然原料調色而成



阿婆樂超大份客家簡餐讓你所有特色美食一次滿足

幸福饅頭

造型米饅頭

如果你想品嚐用米製作的饅頭，那你一定要來東豐的幸福饅頭。這些擁有可愛造型的饅頭是利用當地自產的米穀粉及麵粉製成的麵糰發酵而成，只用天然的食材如地瓜、南瓜、胡蘿蔔、菠菜、紅麴、竹炭粉等來調色，老闆娘說做饅頭就像做藝術一樣，要有創意和堅持，才能讓顧客們品嚐到感動和快樂健康。

店家資訊介紹：

聯絡電話：0919-680-917

地址：花蓮縣東豐里5鄰6-2號



阿婆樂餐廳

隱藏在一般民宅
的客家美食

紅糯米餐桌

位於玉里東豐露營區旁，隱藏在一般民宅之中，是一家充滿溫馨氛圍的客家料理餐廳，他們極擅長利用自家種植的蔬果或採購在地的特產進行醃製、加工，烹調出美味的客家特色料理及佐醬，如扣肉、烤雞、筍乾、酸菜湯、蒜苗等，都是香氣四溢，讓人垂涎三尺。

扣肉：用五花肉切成厚片，經過汆燙，再用老抽、冰糖、八角和自製的梅乾菜增加風味。肉質肥而不膩，入口即化，搭配白飯或饅頭，更是美味無窮。

筍乾：用新鮮筍子切成絲或片，曬乾後再用油炒過，加入肉絲、香菇、辣椒等食材一起拌炒，口感爽脆彈牙。

烤雞：將肥嫩的水煮雞搭配親自調製的沾醬「客家桔醬」來享用，吃起來帶有桔醬的微酸和香氣，清爽不油膩

店家資訊介紹：

聯絡電話：0937-976-021

地址：花蓮縣玉里鎮東豐里1鄰11之1號

休區 好好買



古林咖啡堅持使用自家有機咖啡豆烘焙出幸福的滋味酸酸甜甜又帶點咖啡苦澀的豐富風味層次感焦糖檸檬薄片一直是古林咖啡熱門點心



清優嶺販售有多款乾燥加工農產也提供豐富有趣的體驗服務



東豐拾穗農場新禮盒組將當地特色農產一次收錄其中

古林咖啡

坐落於花蓮玉里鎮的古林咖啡，堅持使用自家有機咖啡豆，經過精心的烘培和沖調，在層層淬煉把關下，讓每一杯咖啡都成為幸福的泉源。另外，來到古林咖啡還有一道必嚐的美食-焦糖檸檬薄片，以檸檬片撒上砂糖後用火烘烤，再撒上咖啡粉，酸酸甜甜的檸檬風味帶上一點咖啡苦澀，成為極具魅力的人氣美食。

店家資訊介紹：

聯絡電話：0925-825-123

地址：花蓮縣玉里鎮觀音里七鄰高寮159之1號



清優嶺 農特產品行

清優嶺農特產品行深信無毒耕作方式，是對自然與人體最佳方式。店內販售老薑、竹薑、漸層色火龍果、小油菊、茶葉、香水檸檬等農產品以及乾燥的加工品，每種產品都保留了原料的天然風味和營養價值，適合泡茶或做料理。而其中的明星商品是具有漸層色的粉紅火龍果，兼具了紅肉的甜味，又有白肉的脆度，既夢幻又美味，令人著迷。

店家資訊介紹：

聯絡電話：0988 685 219

地址：花蓮縣玉里鎮72號

經緯度：23°22'47.3"N 121°21'39.6"E



東豐拾穗 農場

東豐拾穗農場以水旱輪作的方式養地力、復興本土雜糧，種植出各式各樣優質的稻米、大豆、小麥、苦蕎等健康無污染的有機農產品。除了一級生產之外，東豐拾穗也開發出多元的二級加工品，像是有機米、有機黃/黑豆、晴豆初開有機黑豆茶、蕎麥拉麵、花蓮地產豆漿、蜜漬柚皮糖、文旦牛軋糖、但是柚何奈精釀啤酒等，別具風味，讓您一次搜羅花蓮特色地產。

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-888-0181

地址：花蓮縣玉里鎮東豐里棟芬71號之3

東豐拾穗農場-花蓮中華門市

電話：03-888-0668

地址：花蓮縣花蓮市中華路96號



休區 好好住

七里霧 民宿



在精緻別墅般的七里霧民宿住宿可與一望無際的田園縱谷美景相伴

老闆和老闆娘是土生土長的在地人，因父母年邁返鄉耕作因為發現這裡有非常多的遊客，但住宿的地方很少所以才經營民宿。在這裡，你可以欣賞到美麗的山景和田園風光；也可以租借自行車，在193縣道上騎行，感受稻浪的清新和山嵐的如畫風景，享受到完全不同於都市的放鬆，並分享在地居民的喜樂。



店家資訊介紹： 聯絡電話：0905-320-688 地址：花蓮縣玉里鎮四鄰石崗53-1號

山鄰山林 青年文旅



以五十年台式老宅新生而成的共享空間與您共同分享小鎮日常

山鄰山林青年文旅前身是鎮上的老招牌「新新大旅社」，一棟50年的台式老宅。與Muji Renovation合作設計改建，除了延續旅館的價值與時代記憶，賦予老旅新生，建立共享x交流x平等 的友善關係，營造舒適自在的感受！若想要逃離城市喧囂，非常適合來這裡享受慢活小鎮的日常，會發現，真的很有意思。



店家資訊介紹： 聯絡電話：03-888-7228 地址：981花蓮縣玉里鎮大同路228號

休區 好好拍



鐵份瀑布是地人才知道的消暑秘境

鐵份瀑布

在花蓮玉里鎮東豐露營區後方，走一段石階和攔砂壩可通往鐵份瀑布。也被稱為石公瀑布，高達26公尺，垂直落差大，流水聲如雷霆般的宏亮，從高聳的山壁傾瀉而下，散發出如銀色白練般的閃亮光芒，讓人不禁讚嘆大自然的神奇鬼斧神工。沿途可以欣賞到美麗的溪流和山景，享受這份無與倫比的寧靜。

地址：

花蓮縣光復鄉大全村大全街55號

行動郵便車

花蓮玉里有一座無全台唯一的「行動郵局」，它每天都依循著固定路線穿梭在193線道上的德武、春日、松浦、觀音、東豐、樂河6個里，為居民提供最貼心的郵務服務，更值得一提的是，它提供了「玉里一汽」的郵戳，是郵票迷絕不可錯過的蒐藏品。東豐行動郵便車不僅是一個普通的交通工具，更是鄉民和世界之間的一座重要橋樑。

地址：

花蓮縣光復鄉大全村大全街55號



已退役的第二代行動郵車定點停放在玉里鎮璞石閣公園公民眾參觀合照



DONGFENG

樂享東豐石光，品味自柚生活

春季

spring

3月~5月

主題：柚花檸檬香

價格：一日遊1499元/人

特色介紹：在春暖花開的季節中，佇立在柚花飄飄的果樹下，製作屬於自己的柚花香皂，並親手採摘檸檬，製作一罐酸v阿酸v的天然檸檬醋。

行程內容：花蓮火車站→賞柚花→東豐拾穗農場(柚香手工皂DIY)→午餐-在地風味餐→青蛙有善自然農園(檸檬醋DIY)→板塊交界處→賦歸

夏季

summer

6月~8月

主題：金黃 193

價格：一日遊 1500元/人

特色介紹：夏日是阿勃勒與稻米的季節，唯美如畫的金黃大道映入眼簾，漫遊其中，一邊品嚐著在地專屬的鹹愛玉，一邊細品著東豐人文歷史。

行程內容：花蓮火車站→河東天使導覽解說→古林咖啡(烘咖啡啪噠啪噠)→客家花布便當→阿勃勒黃金雨→范家愛玉園(愛玉食餐，食農教育)→賦歸

秋季

autumn

9月~11月

主題：柚稻秋收

價格：一日遊 1399元/人

特色介紹：柚到收成的季節，讓我們用當季柚子製作米香點心，在親手調製一杯屬於自己風味的茶品，帶到松浦的美麗稻浪旁，來一場悠閒下午茶。

行程內容：花蓮火車站→東豐拾穗農場(柚香麥到爆 DIY)→客家花布便當→清優嶺農特產品行(調配茶品體驗)→玉里天堂路→賦歸

冬季

winter

12月~2月

主題：石在柑甜

價格：一日遊 1950元/人

特色介紹：冷冷寒冬是砂糖橘與咖啡的盛產季，也是到安通泡溫泉的好季節，採摘柑橘、烘炒咖啡，在溫泉與特色體驗中，療癒一整天。

行程內容：花蓮火車站→石貼壁畫導覽→古林咖啡(烘咖啡啪噠啪噠)→客家風味餐→莊稼緣(砂糖橘採果體驗)→安通溫泉→賦歸

遊程預約資訊

東豐休閒農業區

服務時間：08:00a.m-06:00p.m

電話：0927-313388

預約時間：10人成團，7天前預訂

花蓮。

慢遊走讀

SLOW TRIP IN HUALIEN

四 維山

休閒農業區

Luoshan Recreational
Agricultural Area

在羅山，你可以與山丘竹林為伴，與溪畔泥火山為鄰，置身在砌石田埂間的稻浪中，隨意站在一角落都可眺望遠方翠綠連綿的中央山脈及橫越山頂的白雲，與近處的田園景緻交織成一片令人感到心曠神怡的美景。

這裡不僅擁有豐富的地質景觀及紀錄逾300種動植物資源，更有廣袤的竹林，是羅山永續循環利用資源的重要場所。他們是全國第一個有機農業示範村，也秉持著貫徹「永續」核心價值的里山精神。在這裡，你不僅能夠享受到前所未有的寧靜與舒適，更能貼近大自然，感受到它的真實與美好。

四季農產季節：

項目	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
有機米	●	●										●
桂竹筍			●	●								
梅子				●	●	●						
葡萄柚										●		
桶柑						●						●
蓮霧	●	●	●	●								●
黃豆	●					●						
咖啡				●	●	●						
愛玉子									●	●	●	
荷花					●	●	●					
金針								●	●	●	●	

交通方式



開車

1. 南下路線：

從台9線南下，於花79鄉道處左轉。

2. 北上路線：

從台9線北上，於花79鄉道處右轉。

大眾運輸

1. 搭台鐵 抵達富里車站，再乘坐交通工具或是自行租車前往（富里火車站到遊客中心計程車資一般為150元，隨時有調整；街上機車店可租用機車代步）

2. 北部旅客 也可以選擇在玉里站下車（車次較多）

3. 各車站由北到南距離羅山村的里程：
玉里車站-20公里，富里車站-4公里，池上車站-12公里。

2. 客運路線 搭客運在富里鄉羅山站下車。

休區 好好玩



羅山竹林步道串接了休閒農業區各處重要景點，讓旅人盡情沈浸於里山環境之中



農事
體驗活動



農場
導覽解說



各式DIY
體驗活動

羅山，一個隱藏在花東縱谷與海岸山脈之間的秘境。在這裡可以漫步在竹林綠蔭的清涼步道，還有欣賞泥火山噴發的壯觀奇景，沉浸在這如夢似幻的美景之中，讓大地平靜你的心靈。你可以親身體驗羅山的在地文化，用泥火山的水製作出紮實香滑的豆腐、採摘新鮮有機的農作物、利用天然介質創造出精緻可愛的多肉盆栽、用竹子發揮你的創意做出各種小物，以及炒米香、稻草編織、手工香皂等體驗DIY，讓你在羅山帶回充實又特別的回憶。

田中先生

多肉植物 (田中先生鄉村民宿)

多肉植物養護教學



共有六種材料可以互相調配出專屬於自己的風味茶

體驗管理人介紹：

田中先生的創辦人-黃英明，是一個斜槓民宿管家、多肉植物園丁、影像創作者。希望別人稱呼他為「興趣使然的多肉植物達人」，夢想是建造一個自己心中理想的多肉植物園

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-882-1710

地址：花蓮縣富里鄉羅山村4鄰羅山115號

體驗步驟：

- 1 多肉植物導覽
- 2 多肉換盆實作
- 3 多肉養護教學
- 4 享用飲品



美勝華

果園體驗農家



以草生栽培而成的環境，種植著最健康的有機芭樂，引領遊客認識草生栽培所帶來的體驗樂趣與有機水果的好處。



Go go
拔樂趣！



旅人可以坐在草生栽培的蓬鬆草地上吹著微風，享用親手採摘的香甜芭樂。

體驗步驟：

- 1 果園介紹
- 2 採果教學
- 3 果園風光拍照
- 4 採果體驗及技巧分享



體驗管理人介紹：

擁有豐富農業經驗與知識的翠玲姐，擅長用輕鬆且活潑的口吻進行最淺顯易懂的解說，同時，帶你一同在舒服的草生栽培草地上，喝茶、吃水果、說故事。

店家資訊介紹：

聯絡電話：0936-450-932

地址：花蓮縣富里鄉萬寧村8鄰朝寧1號



大自然

體驗農家



泥火山豆腐

利用羅山泥火山，噴發出來帶有鹹味的滷水，做出來的豆腐口感Q彈、豆香濃郁。來到這裡，可以親自體驗用在地特色傳統技法，完成獨特的泥火山豆腐。

體驗步驟：

- 1 體驗石磨磨豆
- 2 熬煮豆漿
- 3 泥火山水點滷凝結成豆腐腦
- 4 將豆腐腦勺至木模，壓製成豆腐
- 5 外觀古樸、豆香濃郁的泥火山豆腐製作完成



羅山泥火山產出的滷水是當地居民早期料理的天然材料。



用泥火山滷水做成的豆腐口感Q彈香味濃郁。



體驗管理人介紹：

泥火山豆腐以前因為人口變少加上機械化操作，導致傳統手藝差點消失了。如今好不容易找回技藝，就應該將豆腐背後所蘊藏的歷史故事與傳承意涵傳承而下。

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-882-1352

地址：花蓮縣富里鄉12鄰58號



休區 好好食



學喜的家田園風味客家菜



豆奏會擅長用有機黃豆創造出夢幻又美味的饗食佳餚

學喜的家

農村客家菜

一個藏身在羅山村金黃色稻田之間的私廚 - 學喜的家。時常會有引人垂涎的美食香氣，從座樸實古樸的三合院古厝散發出，引動著饕客的味蕾。他們以主人翁親手種植有機米飯和自製的桔醬所料理的客家菜為主要特色。這裡享受一頓溫暖而美味的鄉村佳餚，能讓您深入感受羅山村的風土人情，體驗主人的熱情好客。

店家資訊介紹：

聯絡電話：03-882-1020

地址：花蓮縣富里鄉羅山村4鄰113~3號

豆奏會

Dozohuei

有機黃豆餐食

位於羅山遊客中心旁的豆奏會Dozohuei，是一家以自家種植的有機黃豆（花蓮1號）融合當地節令食材，創造出各式各樣的美味佳餚的特色店家，如泥火山豆腐、豆渣鬆餅、川味豆花、豆漿水果奶酪等，皆讓過往的遊客好評不斷，讚不絕口。

泥火山豆腐：利用泥火山水凝結豆漿而成的豆腐，口感綿密扎實，帶有天然鹹味，不必蘸醬就能入口。

豆渣鬆餅：以有機黃豆渣和米穀粉烘焙而成的鬆餅，外皮酥脆，內裡柔軟，搭配自製的桑椹果醬或豆腐起司，甜鹹交織，令人回味無窮。

川味豆花：這一特色小吃和甜豆花不同的是，川式豆花是直接蘸著辣椒蘸水吃，再配上酸豇豆，吃起來過癮又下飯

店家資訊介紹：

聯絡電話：0920-923-327

地址：花蓮縣富里鄉9鄰東湖39號



休區
好好拍



在羅山竹林步道中在地取材設置的竹製涼亭既環保又能與美景融為一體

里山竹林散步道

里山竹林散步道，是一條隱藏在花蓮富里鄉羅山村，貫穿廣大竹林並連接著五處美麗秘境的秘密小徑。包含包括氣勢驚人的羅山瀑布、全台聞名的泥火山豆腐原料起源地－羅山泥火山、具有百年歷史的羅山土埆厝、景色優美的羅山大魚池以及全台僅有三處的鬯蕨生態景觀。走在「羅山竹林步道」上，你將會找到一份平靜與寧靜，也將會發現自己與自然之間的連結和共生。

經緯度：

23.186435327265702, 121.28617364418044

羅山休閒農業區 梯田景觀

羅山的水梯田會隨季節變幻帶來令人讚嘆的風貌，春天時，水梯田如鏡面般綻放出美麗的光澤；夏天時，水梯田長出了青翠的稻苗，隨風搖曳，如同一幅動感的畫作；秋天時，水梯田變成了金黃色的稻穗，彷彿一片金色的海洋。冬天時，水梯田收割後留下了稻草和泥土，展現出一種質樸和純粹的美感。走進這片綠色的秘境，你可以感受到大自然的神奇力量和人類與自然和諧共生的美好，帶來一份心靈的平靜與滿足。

地址：

花蓮縣富里鄉4鄰羅山115號



羅山梯田與縱谷互相映襯形成美麗倒影光景

👍 休區
好好買



羅山休閒農業區

悠活里山，竹之藝域，產業新生與地方活化



隨風搖曳的桂竹林是羅山新興活化的竹產業資源

富里鄉羅山村曾是竹產業重鎮，擁有60公頃的竹林，產量更曾經創下斗笠出產第一村的紀錄。但隨著時代的變遷，竹產業便逐漸退出羅山村的日常生活，而經濟重心也轉向了水稻有機農業的生產上。在107年，羅山在富里農會及產官學資源的協助之下加入IPSI，透過地方資源的再循環和有效的利用，逐步打造符合「里山精神」的生物多樣性環境，其中，竹林因擁有比樹木更為優秀3至6倍的固碳能力，碳匯潛力巨大，被視為緩解氣候暖化方案之一，也能提供食用、工業和民生用品等多重效益，讓羅山迎來了竹林活化與創新契機。

竹產業的活化透過文化的培訓、建築的實作和多元操作等，成功發展出相當多的特色竹制產物，包括文化創意十足的竹編小物、充滿藝術氛圍的竹建築社區裝置藝術和竹炭、竹醋液、竹香水、手編小斗笠等產品。將羅山竹編文化傳承以現代美學升級，塑造花蓮在地竹品牌新形象，開啟富里竹美學新篇章。



竹醋液與竹編藝品是羅山休閒農業區近年極力推動的創新活化產業

竹醋液是竹子經過高溫炭化後，收集其所產生的醋酸蒸氣而製成的液體，含有豐富的有機酸和微量元素，具有抗菌、除臭、美容、保健等多種功效。您可以將竹醋液稀釋後，運用在家中各處角落和花園或盆栽之中，都能擁有優異的效果。

竹炭是由羅山竹經過高溫炭化後製成的固體物質，具有強大的吸附力和遠紅外線放射能力，可以調節水質和空氣品質。你可以將它放在家中的各個地方，也可以放在水壺或水杯中，淨化其中雜質，讓你擁有更加健康和舒適的生活品質。

竹香水「君子之心」，是一款由出生在富里鄉的國際香水大師潘雨晴所設計的竹香水，她將羅山村的竹林精油提煉後，並添加如茉莉、檸檬、薰衣草等天然成分，創造出一種清新而不失溫暖的香氣，讓人聞之心曠神怡。

羅山竹製手編是繼承了在地傳統竹編技藝，並賦予新的生命和風格的時尚創新商品，他們將斗笠縮小成可愛的吊飾，或是製成燈具、杯墊、遮光簾等實用品。每一個細節都是手工精心打造，它們不只是一件商品，更是一份文化和記憶。

註：
固碳能力是指植物通過光合作用，將大氣中的二氧化碳轉化為有機碳，並儲存在植物和土壤中的能力。竹林固碳能力之所以高，主因為竹子生長快速，更新頻繁、壽命長等特點，可以在短時間內達到成熟高度，並每年都會長出新竹筍和竹杆，形成密集竹群。

店家資訊介紹：

富里鄉農會

聯絡電話：03-882-1705

地址：花蓮縣富里鄉9鄰東湖6號



羅山休閒農業區

聯絡電話：店長 0976-533-205

旅遊諮詢 尹小姐 0913-539-099

地址：花蓮縣富里鄉9鄰東湖39號



LUOSHAN

環抱森川，悠活羅山

春季 spring

3月~5月

主題：梅嘆梅嘆農遊趣

特色介紹：三到五月為梅子收成的季節，在這裡可以參與到梅子的所有生產過程，並走訪羅山的各處特色景點。

行程內容：花蓮火車站→午餐-心蓮蕊田媽媽餐廳→台九線無毒農莊(梅子生態解說、採梅體驗、梅醋加工體驗)→羅山泥火山→大自然體驗農家(豆渣鬆餅DIY)→富里鄉農會→賦歸

夏季 summer

6月~8月

主題：荷你憶起

特色介紹：帶領採摘芭樂的豐碩果實，坐在大魚池旁觀賞著荷花與魚共舞，最後停留在充滿時代感的柑仔店，回憶這一場趣味十足的旅行。

行程內容：花蓮火車站→樺勝美果園體驗農家(go go 拔樂趣!)→午餐(富麗便當)→田中先生民宿(多肉植物養護)→羅山大魚池→有機村柑仔店(旺昇號商店)→賦歸

秋季 autumn

9月~11月

主題：悠活布稻

特色介紹：梯田水稻在秋風吹拂下婆娑起舞歡迎你的到來，午後漫步於羅山瀑布步道吸收芬多精與聆聽鳥鳴蟲叫的交響樂。

行程內容：花蓮火車站→田中先生民宿(多肉植物養護)→午餐(富麗便當)→雞鳴園(客家炒米香DIY)→羅山瀑布→富里鄉農會→賦歸

冬季 winter

12月~2月

主題：黃豆生南果

特色介紹：在草生栽培的大地地毯中體驗採果樂趣，午後來到柑仔店品嚐兒時零食，細聽歷史悠久的建築說故事。

行程內容：花蓮火車站→樺聖美果園體驗農家(go go 拔樂趣!)→午餐(心蓮蕊養生餐坊)→大自然體驗農家(泥火山豆腐體驗)→土塙厝參觀→有機村柑仔店(旺昇號商店)→賦歸

遊程預約資訊

羅山休閒農業區

服務時間：08:30a.m-05:30p.m 電話：03-882 1352

預約時間：只要在三天前預訂，一個人也歡迎

羅山的里山實踐



羅山里山地景

什麼是里山

「里山」一詞源自日文，發音為satoyama，傳統上來說指的是如定期輪伐的橡樹林、松樹林、竹林等次生林，以及可作為覆蓋屋頂、牲畜的飼料與堆肥等用途的草地。

里山地景是由人為經營的環境所組成，因當地的居民從事農耕及林業而產生並維持之，亞洲許多國家常見的里山地景類別有：(一) 次生林地、(二) 稻田、(三) 灌溉用的池塘和溝渠、(四) 牧場與草原

何謂里山倡議

《里山倡議國際夥伴關係網絡(以下簡稱IPSI)》，提出里山倡議指的是高山與平原之間，森林、社區與農業生態系構成的地景，是實現社會與自然和諧共生的理想，以永續利用的方式來管理土地和自然資源，達到兼顧生物多樣性維護與資源永續利用的願景。

羅山的里山實踐

羅山村位於海岸山脈西側的花蓮最南端，為一山坡丘陵地形發達的村落。因三面環山的天然地勢造就獨立生態，是台灣有機農業發展的先驅，也是富里鄉有機耕作的核心區域。

在107年，為貫徹里山精神「永續」的核心價值，著重於林業資源的永續利用，藉由逐步盤點、學習，將羅山的林業資源加以「產業化」、「永續化」、「系統化」，同時增加在地的就業機會及收入，並透過產官學三方的合作，加入國際里山倡議夥伴關係網絡(IPSI)，逐步建立能自主管理、永續共存的里山生物多樣性環境，讓羅山能夠成為一個與環境和諧共處、永續發展的農村。

這幾年來，除了例行性的山林巡守工作，更結合了當地的自然人文景觀，修繕及開發了里山散步道、羅山瀑布生態步道等遊程，對於社區的廣大竹林地，也透過竹藝文化的培訓、竹建築的實作、竹炭設施的運用等等，試圖讓竹材成為水稻以外，成為羅山村第二個可以永續循環利用的資源。

花蓮農遊趣HUALIEN

觀光迴瀾X幸福花蓮

春季 spring

3月~5月

主題：春花滿天下

特色介紹：在充滿生命力的春季，感受來自花蓮的「花」式體驗，讓你沈浸在這充滿鳥語花香的饗宴中。

行程內容：Day1 玉里火車站→東豐拾穗農場(賞柚花、柚香手工皂DIY)→午餐→北回歸線公園→晚餐／住宿-瑞雄溫泉旅館

Day2 樂活早餐→宇還地有機農場(花蜜味覺之旅)→欣綠農園(搗麻糬體驗)→漫遊壽豐生態園區→午餐→賦歸

夏季 summer

6月~8月

主題：夏水游憩趣

特色介紹：帶你走進花蓮清澈湧泉與溪水之中，用清涼趣味的體驗帶走酷暑的灼熱，享受專屬於花蓮的沁涼夏日。

行程內容：Day1 富里火車站→樺勝美果園體驗農家(go go 拔樂趣!)→阿勃勒黃金雨→午餐→瑞穗牧場→欣綠農園(巴拉告捕魚體驗)→晚餐／住宿-小雨蛙生態教育農場

Day2 樂活早餐→立川漁場(摸蜆兼洗褲)→鯉魚潭(天鵝船遊湖)→午餐→賦歸

秋季 autumn

9月~11月

主題：秋楓落羽松

特色介紹：楓葉轉紅的季節，歡迎來到花蓮有機城市，欣賞馬太鞍的楓紅、壽豐的落羽松廊道，享受花蓮帶給你不一樣的秋天。

行程內容：Day1 光復火車站→靜之坊陶藝(香煙繚繞，與草木共好)→午餐→糖廠文化巡禮+冰品品嚐→楓紅自由行→法拉斯有機咖啡休閒體驗園區(想入啡啡)→晚餐／住宿-小雨蛙生態教育農場

Day2 樂活早餐→如豐休閒農場(左手香香)→漫遊壽豐生態園區→午餐→賦歸

冬季 winter

12月~2月

主題：寒冬溫暖你的心

特色介紹：在冬季，沐浴在花蓮的溫泉中，品嚐著來自於特色泥火山與當季農產的創意美味，這一刻身心都溫暖了起來。

行程內容：Day1 富里火車站→大自然體驗農家(豆渣鬆餅DIY)→午餐-富里鄉農會→安通溫泉→范家愛玉園(愛玉食餐，食農教育)→掃叭石柱→晚餐／住宿-瑞雄溫泉旅館

Day2 樂活早餐→紅心土爸樂園(農場農務茶席餐桌體驗)→馬太鞍濕地生態導覽→午餐→賦歸

旅行手札



發行單位 | 花蓮縣政府

發行人 | 徐榛蔚

地址 | 花蓮縣花蓮市府前路 17 號

連絡電話 | (03)8227171

執行單位 | 紫鉸整合行銷有限公司

照片攝影 | 咻咻拍電影廣告、Yoti 薛 (薛永廷)、時光土場



HUALIEN

花蓮。

慢遊走讀

SLOW TRIP IN HUALIEN



廣告