2023 花東鐵馬行-行程規劃

一、活動日期：112 年 6 月 27、28、29 日。

6 月 27 日：花蓮火車站➔新城半天紅麻辣館餐廳(午餐)➔長春祠➔七星潭➔太平洋公園➔三樂創生園區(住宿)➔主婦之家(晚餐)。

6 月 28 日：三樂創生園區➔米棧➔鳳林➔光復➔春日米 86 部落(午餐)➔玉里➔原鄉商旅(住宿)➔ 竹園漁鮮餐廳(晚餐)。

6 月 29 日：玉里➔富里➔池上➔悟饕池上飯包文化故事館(午餐)。

二、行程概述：

日期/時間	地點	單站里程	累計距離	備註
27 日 10:20	花蓮火車站 (410 車次 10:15 到站)	0	0	集結/拍照
11:30	新城半天紅麻辣館餐廳	22	22	午餐(便餐)
13:30	長春祠	4	26	休補/拍照
15:30	七星潭	20	46	休補/拍照
16:00	花蓮學習指導中心	3	49	休補/拍照
16:30	太平洋公園	10	59	休補/拍照
18:00	三樂創生園區	21	80	住宿/晚餐(便當)
28 日 08:00	三樂創生園區	0	0	早餐
09:00	米棧(193 縣道)	14	14	休補/拍照
10:00	鳳林(193 縣道)	13	27	休補
11:00	光復(193 縣道)	13	40	休補
12:30	春日(193 縣道)	26	66	午餐/拍照
15:00	玉里(義珍企業社)	20	86	休補
16:00	客城鐵橋	3	89	拍照
17:00	歐亞板塊	3	92	拍照
18:30	玉里(竹園漁鮮餐廳)	5	97	晚餐
20:00	玉里(原鄉商旅)	500 公尺		住宿
29 日 08:30	玉里民宿(原鄉商旅)	0	0	早餐
10:30	富里鄉農會(稻草藝術季)	18	18	休補/拍照
12:00	悟饕池上飯包文化故事館	12	30	休補/拍照午餐
13:30	池上火車站	500 公尺		拍照/賦歸

三、景點簡介：

1. 長春祠



長春祠供奉著中橫公路興建工程殉職的 225 位築路人靈位，唐式風格建築依地勢嵌入山壁間，清新的泉水自山壁湧出，形成一道飛瀑，如同一幅秀麗的國畫圖像。

2. 七星潭



七星潭富有詩意的名稱，據說是位於花蓮師範學院和花蓮機場一帶，早年有零星湖泊散佈，後來因建設需要而填實。現在一般稱七星潭，是指美崙工業區和花蓮機場以北的地區，有斷層形成的海峽與優美的弧形海灣，具有豐富的自然人文景觀。在七星潭，可以遠眺清水斷崖，夜間還可以欣賞新城和崇德地區的燈火，區內更有許多景點，提供休憩和知性之旅。

3. 太平洋公園



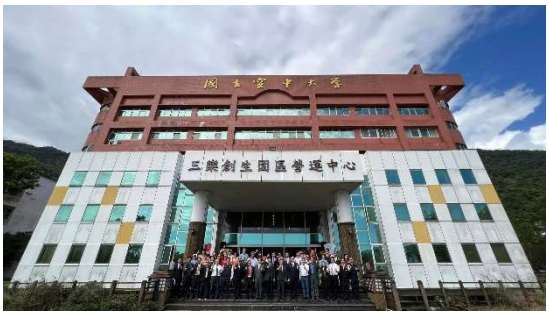


位於海邊的太平洋公園，分為南濱段和北濱段。北濱段（原北濱公園）主要特色:有超生動的海洋 3D 彩繪地景讓你美拍個不停，而沙灘的腹地也比較大，可以到岸邊堆小石頭，附近還有超療癒的冰品店，夏天來的話一定要到浪花丸清涼一下；南濱段（原南濱公園）靠近岸邊有著一條長長的海堤，能在海邊悠閒的騎著腳踏車欣賞海景，海盜船大沙坑與新建的一系列海盜船遊具，還有好玩的滑索也是孩子們很愛的遊具，在這裡玩半天都不是問題。太平洋南濱公園距離有名的東大門夜市也是相當近喔。來花蓮市區不想往七星潭跑的朋友，太平洋公園也是看海、觀浪、大玩特玩的好地方喔。

4. 三樂創生園區



壽豐校區未來的經營策略，定位為建立地方創生產業園區、發展產學合作及辦理教育研習活動為主，未來將引用促參的理念與作法，結合民間產業及非營利組織的力量，活化現有臺灣觀光學院校園校舍，規劃將壽豐校區形塑成三樂創生園區，包含樂活、樂學、樂養三大園區，樂活、樂學以教學及產學合作為主，辦理環保教育、生命教育及樂齡教育，樂養則以發展養生、安養、照護服務為主。壽豐校區將以創新育成的理念，輔導在地產業進駐創生產業園區，並辦理教育研習活動，空大陳校長期許空大壽豐三樂創生園區能提供國人更多元的終身學習機會。



5. 米棧



米棧之名，據說是因為挑夫將米堆放在此處，等待花蓮溪上的渡船而得名。這樣一條古道擔任著兩個村落之間的連結，一兩百年間，這條路徑上挑夫川流不息，從他們的腳上長出了路，一直到 1970 年代這條翻越山脈的古道功能逐漸被公路取代為止。

6. 鳳林鎮



位在中央山脈與海岸山脈的鳳林鎮，是以客家人為主的客庄小鎮，從以前便是學風鼎盛，擔任各校校長的人數近百名，堪稱全台校長密度最高的小鎮，因此也被稱為「校長的故鄉」。獲得國際慢城認證的鳳林，有著樂活悠閒的氛圍，每年皆會舉辦西瓜節、百鬼夜行等有趣的活動，而小鎮中的老樹、菸樓、老屋、農家田野風光，平價實惠的小吃、麻花捲與客家美食，讓人不自覺放慢旅遊的腳步，拋開日常倉促的生活步調，體驗獨特的緩慢旅遊，感受客家小鎮的慢城魅力。

7. 光復觀光糖廠



花蓮觀光糖廠位於花蓮縣光復鄉大進村糖廠街，恰在花東縱谷公路和光豐公路交岔點，是花東旅遊民眾重要的休憩站；花蓮觀光糖廠是台糖系列的觀光糖廠之一，又可稱作「漪漣園」，專業化及多元化的經營策略下，花蓮觀光糖廠致力於蔗糖資源的推廣和應用，舉凡乳品、糖果、肉品、冷凍食品和冰品等等，都讓來到花蓮觀光糖廠旅遊的民眾在此度過最美好的歡樂時光。

8. 春日-米 86 織羅部落





在織羅的大腳印稻田中，品嘗一桌盛宴。來自這塊土地耕作的自然滋味，代表織羅部落的三種作物：稻米、葛鬱金、金多兒筍，吃著食物原味，感受作物的靈魂。料理，幫我們開啟一扇門，通向織羅部落文化生活的精神。

※除稻田腳印餐桌外，部落另有提供風味餐

9. 玉里



玉里鎮位於台灣花蓮縣南部，花東縱谷平原中段，介於中央山脈與海岸山脈之間，北鄰瑞穗鄉，東鄰豐濱鄉、臺東縣長濱鄉，西鄰卓溪鄉，南接富里鄉。全鎮面積約 252 平方公里，為全臺灣面積最大的鎮，鎮境內有秀姑巒溪及其支流豐坪溪、卓溪、拉庫拉庫溪（樂樂溪）、清水溪流經。



玉里鎮是東臺灣的地理中心，地處花東公路中段，是位居花東縱谷平原北端花蓮市與南端臺東市之間的最大城鎮，並設有玉長公路可穿越海岸山脈通往另一側的長濱鄉、成功鎮，為東台灣的中樞。

10. 客城鐵橋

客城鐵橋緊鄰玉里車站是攝影人熱愛的攝影點之一，兩道拱形好似彩虹的形狀所以又被玉里當地人稱之為彩虹橋，客城鐵橋地理位置得天獨厚背有藍天白雲及雄偉山群，前依節氣時有青青稻草或金黃稻穗，有時更有水田倒映火車曼妙身影，每當火車行經大紅色的客城鐵橋之時無不成為追逐的焦點。



11. 歐亞板塊

一個亞洲唯一、世界唯二的超級景點《歐亞板塊與菲律賓板塊交界處》，而且這個《歐亞板塊與菲律賓板塊交界處》還可以實際到紀念碑處上一腳踩在歐亞板塊、一腳踩在菲律賓板塊，拍一張打卡景點照也是一件很酷的事喔。其實這個《歐亞板塊與菲律賓板塊交界處》剛好就是跨越秀姑巒溪上，也剛好在玉富自行車道上。



12. 富里鄉農會稻草藝術季

富里稻草藝術季以「動物謎蹤－海底世界」為主題，邀請在地藝術家、社區居民與青農以稻草打造巨型裝置藝術，吸睛作品吸引旅客搶拍。



13. 悟饕池上飯包文化故事館

光復初期花蓮到台東搭車要 8 小時，最早的池上便當就是為了讓搭火車的旅客在旅程中享用而製作的，位於台 9 線的悟饕池上飯包文化故事館是集山企業於民國 89 年合併老字號的池上飯包老店後開設，規劃了兩層樓免費讓大家參觀，一樓竟然直接有一整台火車在月台邊，除了販售有名的木盒便當搭配池上米的飯，是相當多人記憶力的回憶，二樓則是介紹池上飯包歷史沿革的飯包博物館，還有規劃乾淨的洗手間，是一個很不錯的休息站用餐景點。



四、住宿：

第一天：三樂創生園區
第二天：玉里原鄉商旅

五、餐飲：

第一天午餐(新城半天紅麻辣館餐廳)、晚餐(主婦之家便當)
第二天早餐(三樂創生園區)、午餐(米 86 織羅部落)、晚餐(竹園漁鮮餐廳)
第三天早餐(原鄉商旅)、午餐(悟饕池上飯包文化故事館便當)

六、經費說明：

本活動之各項支出皆以參加者自費為主，於活動後由本校依各身分類別予以補助，說明如下：

(一)教職員工：以出差方式核銷，不足部份自行支付。

(二)111 學年度下學期有選課繳費學生：以學生事務處核定的出差方式支付，不足部份由學生自費。

(三)111 學年度下學期無選課繳費學生：全額自費。

(四)校友：全額自費。

(五)保險費用：於活動前代為投保 200 萬意外險暨 20 萬醫療險。
保費由參加者自行負擔。

七、其他

1. 補給物品：香蕉、運動飲料、水、餅乾、醫藥箱、單車簡易維修工具、打氣筒、輕便雨衣。
2. 補給車：1 台
3. 收容車：1 台
4. 領騎 1 人
5. 殿後 1 人

2023年~花東鐵馬行活動--報名表

活動條件	☐ 限定曾騎行 60KM 以上之自行車活動者方能報名 ☐ 111下學期有選課學生：本校予以補助（請檢附選課卡） ☐ 111下學期無選課學生、校友：全額自費		
身分別	☐ 教職員工 ☐ 學生(學號：_____)		
單位名稱	☐ _____學習指導中心 ☐ 校本部單位：_____		
姓名		性別	☐ 生理女性 ☐ 生理男性 ☐ 其他
身分證字號 （保險用）		出生年月日 （保險用）	民國　　年　　月　　日
電話(辦公室)		行動電話	
緊急聯絡人 姓名		緊急聯絡人 電話	
E-MAIL信箱			
飲食習慣 (請勾選)	☐ 葷　☐ 素　☐ 特殊需求_____		
住宿意願 (請勾選)	☐ 由主辦單位安排室友。 ☐ 已協調同房室友如下：姓名_____		
車輛狀況	☐ 自備 ☐ 27速平地公路自行車 ☐ 電力輔助車		

※本報名表紙本惠請於112年5月9日(週二)前送交至本校校長室彭瑞蓮小姐處完成報名。