



友善臺灣 好好玩

#通用化旅遊景點指南



來，伸出你的手！

喔熊組長
帶全家人出去玩

快樂的阿公阿媽
行動不便的朋友

看看大山大海壯闊臺灣
品味道道地小吃美食

通用化旅遊就想讓大家
好好喘口氣，換個心情
日子就有了繼續好好過下去的力量

把全家人心重新緊緊連結在一起

友善臺灣好好玩 **Let's go!**





友善臺灣好好玩

#通用化旅遊景點指南

你一定有過這樣的經驗，身邊朋友家人熱烈討論想去戶外踏青，可是又想到行動不便的老人家或朋友及身心有礙的家人，甚至有坐嬰兒車小 baby 都會多想一下去哪玩？

要去哪裡？才能夠方便、安全、開心？還要很特別、很好玩呢？這本指南就是交通部觀光局為您全家人準備的最佳指南！

臺灣由北玩到南，有 13 處國家級風景區（包括離島的澎湖跟馬祖），通用化旅遊不只是無障礙步道和廁所，重點要溫泉泡腳、拈花惹草、手搖自行車、賞鷹看沙雕、坐坐熱氣球、原住民文化、沙灘輪椅戲水（帶狗狗也可以唷），各式各樣友善精彩的獨特旅遊體驗，全都是我們想跟家人留下的難忘幸福回憶。

這本小指南同時也介紹觀光局的「臺灣通用化旅遊資訊專區」，輕鬆上網，用手機電腦就能找到 30 條遊程和 150 個景點旅遊資訊和現場通用設施照片，更有無障礙交通指引的復康巴士和無障礙計程車，配合臺灣好行低地板車輛服務，方便大家規劃友善的旅遊路線。

讓旅行成為跟家人永遠聊不完的話題～
跟著喔熊組長，我們出發吧！

交通部觀光局局長 **周永暉**





全臺**150**個通用化旅遊景點
資訊一手掌握～陸續增加中～



🏠 > 觀光 Attraction > 景點快搜 Quick search

搜尋

類別
Type

全部 **無障礙旅遊** 旅遊景點 溫泉好湯 藝文展館 夜市老街
Accessible Travel

古蹟寺廟 遊樂區 特色車站

區域
Area

全部 北部地區 中部地區 南部地區 東部地區 離島地區

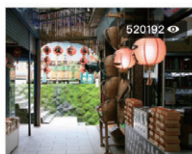
關鍵字
Keyword



野柳地質公園
#地質奇觀 #打卡熱點
#拍婚紗 #無障礙



日月潭國家風景區-向山遊客中心
#無障礙 #拍婚紗
#單車漫遊 #觀景平台
#國家風景區



奮起湖風景區
#生態體驗 #逛老街
#無障礙



福隆海水浴場
#水上活動 #夏天戲水
#無障礙 #輕曙光

濱灣公園

屏東縣 無障礙旅遊

點擊檢視本網站使用鍵盤操作相關說明：



參考照片

資訊

電話：08-8338100

地址：屏東縣東港鎮鵬灣大道五段50號

經度/緯度：120.47736/22.436592

網站：濱灣公園 相關網站介紹

景點資訊



無障礙廁所：4間



無障礙車位：汽車2格、機車2格

無障礙服務

話題標籤

Hash Tag

#無障礙 #水上活動

無障礙交通資訊 Traffic Information

(交通資訊常有變動，出發前請先向各交通場站確認。)



大眾運輸：

1.搭 **高鐵** 至左營站下-轉搭 **台灣好行** 墾丁快線(低地板)至大鵬灣站下，
詳細班次請參照台灣好行旅遊服務網。

2.搭 **臺鐵** 至林邊站下-轉搭 **高雄客運** 9117路線(低地板)至大鵬灣二站下，
詳細班次請參照高雄客運集團官網。

無障礙計程車：屏東縣政府城鄉發展處

復康巴士：屏東縣政府社會處

詳盡 **無障礙交通資訊** 還有
無障礙設施的現場照片，讓你在
規劃行程時，預先看看是否合用
讓老阿公跟你一樣放心出門～

友善指引 Friendly Tips



無障礙廁所外觀



無障礙廁所內部



無障礙斜坡



趣哪裡



走農村、逛博物館、觀光工廠
樂趣多、國家公園好好玩、更
還有全臺13個國家風景區，
全都等你去體驗～



帶著走





10 新北宜蘭
舊草嶺隧道



50 屏東
大鵬灣



90 彰化
八卦山脈生態遊客中心



95 臺東
鹿野高台

18 基隆
和平島公園

58 臺東
小野柳



91 嘉義
圓潭生態遊客中心

96 馬祖
南竿遊客中心

26 臺中
谷關溫泉公園

66 花蓮
鯉魚潭



92 臺南
關子嶺



34 南投
日月潭

74 花蓮
玉富自行車道

93 臺南
北門婚紗美地

42 嘉義
觸口、牛埔仔

82 澎湖
林投公園、隘門沙灘

94 高雄
新威森林公園





新北 NewTaipei



觀光局



風景區



舊草嶺隧道

自行車必來體驗 # 看沙雕展無障礙 # 坐火車上下車都要吃便當

搭上火車，我們來去東北角最著名的福隆火車站，品嚐古早味福隆便當，來看國際沙雕藝術季，還有百年歷史「制天險」的舊草嶺隧道。我們一起騎上單車、電動車，還是手搖自行車，聽著隧道內的童謠丟丟銅仔歌謠聲，還有隆隆火車聲，一秒穿越新北宜蘭，遠眺龜山島，迎向臺灣東北角一片滿滿蔚藍色大海的懷抱。

叮噠叮噠。東北角的火車、美食、自行車全都在召喚你，聽到了嗎？



去哪玩

怎麼玩

玩什麼

友善 Tips

喔熊推



身為海洋控、鐵道迷、便當迷、自行車迷的你，絕不能錯過舊草嶺隧道。舊鐵路化身的自行車隧道裡，不僅冬暖夏涼，地面上鐵路軌道遺跡，還有隧道頂上懸掛的油燈燈罩，濃濃復古風味，騎過彷彿穿越時空，更是跨越了兩個縣市—新北市及宜蘭縣。來到這裡，千萬別忘了在代表縣市交界的指示牌打卡點拍照留念唷。



新北市貢寮區福隆街
02-2499-1115
週一～週日 08:30-17:00
6至9月延長至 17:30
假日延長至 18:00



新北・舊草嶺隧道



改善前



改善後



舊草嶺隧道—鐵馬樂活趣

原先廢棄火車隧道在重新整修鋪平路面，以及考量許多燈光和安全設施之後，不僅常見到許多輪椅朋友和陪伴者推輪椅漫步，假日更有不少家庭帶著老人家全家出遊，在隧道裡快樂騎乘。特別提醒出發前可先去戰地迷彩塗裝的鐵馬驛站補充水分，上個廁所，再輕鬆享受涼爽的隧道，有段路可以邊騎邊聽臺灣童謠丟丟銅仔，真是讓人覺得超級有意思！

- # 一起來搖自行車～
- # 電動車也好但要注意安全
- # 特別的迷彩風格
- # 童謠丟丟銅仔
- # 懷舊指數 100 分！



一望無際的東北角海岸過去是重要國軍防線，因此隧道的南口及北口可以見到融合軍事元素的迷彩塗裝，還有碉堡造型的無障礙洗手間（全國唯二迷彩塗裝的無障礙廁所，另一個是在戰地馬祖的大砲連陣地，還有碉堡式無障礙廁所）讓你連去個廁所，都想狂拍照打卡，大大添加了出來玩的趣味～



隧道內絕對不能錯過的就是新北宜蘭的交界立牌，一秒來回穿越兩個縣市。想停車拍照打卡，務必注意前後來車，小心第一，保護自己也保護別人唷！

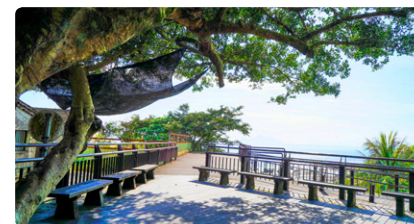
- # 隧道內記得不要爭先恐後互相禮讓依序前進最安全
- # 多翻翻這本指南東臺灣還有厲害的交界打卡點
- # 快去找找看找到沒有提示在花蓮

體驗舊草嶺隧道，一般都是由北口靠福隆這一端開始，一路到南口靠宜蘭的另一端。

出了隧道，推薦你一定要來到這個休息平台的樹蔭下喘口氣。這裡往前有個平緩的坡道，通往向大海延伸的瞭望平台。稍停一下，阿公阿嬤全家人會大大開心唷！

這個平台可讓你的視野變得更加清楚，天氣好的時候，遠眺望著龜山島（長得像烏龜的那個島）美景在眼前，令人心情大好！

- # 這裡就是大合照的好地方
- # 石花凍是在地經典飲料





福隆海水浴場 — 臺灣知名國際沙雕藝術季

夏天是東北角福隆最精彩的季節，每年國際沙雕藝術季時，沙灘會特別鋪上一條寬闊的無障礙步道和轉彎會車平台，讓推著娃娃車的爸爸媽媽，或是行動不便坐輪椅的朋友都能一起來品味藝術。無論在彩虹橋遠觀沙雕，還是沿著步道與家人近距離欣賞世界國家沙雕藝術家的精雕細琢，讓每個人都能開開心心，回憶滿載而歸～

北臺灣最有名的國際沙雕藝術季

各種沙雕讓你嘆為觀止～

跨過沙洲的彩虹橋坡度較陡建議有陪同者協助並倒退下來最安全

龍門露營區—來去海邊睡一晚親近大自然

想要感受東北角海邊夏天夜晚的清涼？龍門露營區是絕妙選擇～不僅可以沿著園區步道欣賞美景，還有各種好玩的體驗活動呢！

若是與行動不方便的家人朋友出遊，建議你可以選擇租借雙屋的無障礙營位，他們的無障礙廁所跟衛浴設備都很方便。目前龍門露營區有 5 個無障礙營位，類型都是屬於雙屋營位，有平台和屋頂遮就不怕下雨，價格親民 1200 元一天，一家 4 口住一晚帳棚同樂，超有意思的啦～



**客運**

基隆客運 791 線至福隆站下車

**臺鐵**

至台鐵福隆站下車

**臺灣好行**搭乘**黃金福隆線**，皆為低地板公車

特別留意舊草嶺隧道週一至週五開放步行，推著阿公阿媽坐輪椅亦可進入隧道；假日考量大家的安全只限騎乘自行車可以進入隧道。



隧道北口的鐵馬驛站，不僅有自行車充電，還有無障礙廁所與飲水機，出發前，不妨在這好好補充元氣吧！



借用手搖自行車請至舊草嶺隧道北口，需要提前一天預約，電話 02-2499-2397。租借免費但需要自行辦理保險，另建議使用手搖自行車需要有人陪伴，假日時陪同者須騎腳踏車，星期一公休借不到手搖自行車喔！

**福隆海水浴場**

海洋音樂祭、福隆國際沙雕藝術季是東北角福隆海水浴場知名的年度活動。每年 4 月展開，不只能夠欣賞藝術、玩音樂，更是拍照打卡、粉絲追星的必排行程，展演和活動場次建議你提早至官網看看，規劃好滿滿的歡樂行程～

新北市貢寮區福隆里福隆街 40 號
02-2499-2381

**福隆遊客中心**

遊客中心就在福隆海水浴場的入口處，第一站來這裡除了能先上個廁所輕鬆休息外，你一定要玩玩看介紹東北角、龜山島的 VR 體驗區，喜歡藝術的朋友可以到木雕館欣賞那化腐朽為神奇的木雕作品。附近的福隆街，有很多家的福隆便當店，按在地人說法，是來這裡必吃國民美食！每一家都別有風味呢～相揪來挑戰每家都吃吃看，成為超級福隆便當達人吧！

新北市貢寮區福隆里興隆街 36 號
02-2199-1210



基隆 Keelung



景點網站



觀光局



國家風景區



和平島公園

海蝕地景 # 大船入港 # 親子沙灘 # 輪椅戲水池跟瞭望台 # 浪漫看夕陽

跟家人一起來和平島公園玩吧！眺望遊輪大船出港、欣賞千萬年歷史宛如月球表面的海蝕地景、還有世界級的日出和絕美的夕陽，不僅如此，你還可以跟家人、甚至心愛的毛孩一起跳進藍海水池裡，和魚群悠游，享受大海的環抱。絕對不要錯過這裡的生態、地質、文化導覽活動，讓我們一起守護每一個臺灣人的原鄉——海洋。

快來和平島公園，我們一起感受海洋的無窮魅力！



去哪玩

怎麼玩

玩什麼

友善 Tips

喔熊推



和平島公園是臺灣欣賞遊輪進出港的絕佳賞景點之一。沿著公園內的步道，你可以輕鬆地遠眺基隆嶼，尋找園內神秘的十大守護岩，如海兔岩、人面獅身岩，課本上的海蝕景觀，在這裡一次認識，就像大自然的博物館。也可以帶著小朋友、狗狗跟家人一起來，體驗天然的海水泳池，安全的感受海水及小魚在身邊穿梭的喜悅。最特別的是，這裡有免費借用的親水輪椅，讓每一個人都能享受玩水的樂趣。



基隆市中正區平一路 360 號
02-2463-5452
05/01-10/31 08:00-19:00
11/01-04/30 08:00-18:00
GPS: 25.160790/121.76383





沐春眺台—全台最近離島快來看

你知道嗎？和平島是全臺灣最近的離島。在和平島上，還有離島中的離島！島中島是和平島公園裡獨樹一格的景觀，帶著行動不便或是坐輪椅的阿公阿嬤也可以到特別設計的沐春眺台與島中島做近距離的接觸，不遠的前方就是世界級的日出觀測點的阿拉寶灣。

離島不離島

全區深度環境解說 5-9 月開放預約才能進入阿拉寶灣喔～～

天使向海步道—海景一覽無遺

和平島公園令人感動的貼心設計第一個就是無障礙的觀景平台，向外延伸至大海的天使向海步道，彷彿把你領向海中央，360 度的絕佳視野，讓爺爺奶奶、小朋友和輪椅朋友能全家人一塊兒貼近大海、拍攝美麗的日落、靜靜地欣賞繁忙的基隆港船隻進出、聆聽海洋的聲音，真的是加溫感情的最佳步道。

360 度任你欣賞漂亮海景

來這邊一定要拍一張漂亮合照

不知道怎麼拍就看右邊囉！



西班牙式遊客中心—秘密觀景點

外觀仿西班牙聖薩爾瓦多城設計的遊客中心風情別具，一樓有許多令人驚艷的島嶼精選文創商品。搭電梯上二樓至三樓，可以發現風味別具的特色無障礙餐廳和咖啡廳，不僅有多元豐富的餐飲選擇，更全都搭配著無敵海景。特別推薦，推著嬰兒車的媽媽與爸爸與寶寶一起坐在三樓戶外觀景咖啡座，傍晚時分眺望大型遊輪進出基隆港，一家人賞美景、饗美食，開心出遊留下滿滿回憶。

超酷西班牙風格

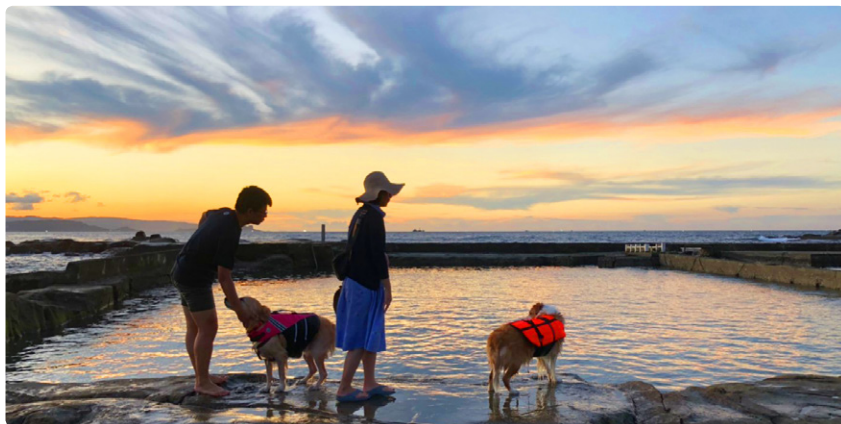
不用出國也能體會國外風情

好看好吃又好買趕快來唷～

輪椅朋友也暢行無阻！

還不快找三五好友來一探究竟





帶狗狗下海游泳作伙玩就是這裡

你想和狗狗一塊游泳嗎？園區內最令人驚艷的是有個友善寵物海水池，可以完成你的願望。位於海水池左側的友善寵物海水池，不僅寵物可以下水盡情玩耍，和主人共享美好的戲水時光。玩完水後還有專屬的寵物洗澎澎區，超棒的！

- # 藍海水池
- # 帶寵物出門好好玩
- # 特別給毛小孩的泳池
- # 玩水後還可以開心洗澎澎
- # 是不是超級貼心呢？
- # 快帶毛小孩一起來玩～



親子共游—和平島真促咪

園區還特別引海水至幼幼水道，相鄰一旁的是孩子的天堂「留夏沙灘」，爸爸媽媽可牽著寶寶和小朋友的手一同玩水蓋沙堡。水深 60 公分約到膝蓋的親親水池，讓小朋友們能親近海水。特別重新鋪設的斜坡，更方便推著娃娃車陪伴小朋友，是一個大人放心、小孩開心安全戲水的樂園。

- # 親親水池與留夏沙灘
- # 一起度過美好親子時光



漂浮輪椅—讓我們一起玩水去

好多輪椅朋友都說沒有下海玩水過的經驗，所以和平島公園特別貼心設計了寬大方便的斜坡，通過步道後即可到達水池，兩旁還有植栽遮蔭綠化。行動不方便的朋友可以先來電預約租用漂浮輪椅喔，一起用觸覺感受大海的溫度，有夠舒服！



體驗樂趣多

到和平島公園可以事先在官網預約各種精彩有趣的環境教育活動。聽導覽解說美麗的海蝕地景、體驗一日海女在潮間帶工作情形，去趟漁市場認識如何買魚等，透過親身參與動手做的體驗中，深入認識海洋資源及和平島的人文和歷史。





臺鐵

至台鐵基隆站轉乘 101 號公車。

臺灣好行

T99 濱海奇基線全線並非皆為低地板公車
可事先向**基隆市公車處**預約包車
聯繫電話：02-2422-6276



潮境公園



園區內知名的大型裝置藝術魚群雕像掃把救星，發揮自身創意拍攝獨一無二的照片！

基隆中正區北寧路 369 巷
02-2469-6000



湖海灣



介於大武崙澳底沙灘與新北市萬里區之間的湖海灣，海岸礁岩千奇百怪，沿著自行車步道行走，推薦與家人傍晚時欣賞彩霞聆聽海浪聲音放鬆一下。

基隆市中山區湖海路一、二段（協和街）
02-2428-7664



國立海洋科技博物館



想要更認識基隆的漁村文化及風貌推薦你來海洋科技博物館，輪椅朋友可以近距離觀看擬真雕像，彷彿近身體驗處理魚貨、市場賣魚等。另外這裡還有固定場次的導覽，讓你眼見耳聽、收穫滿滿！



基隆市中正區北寧路 367 號
02-2469-0731

1

第一次到和平島公園的輪椅朋友，以下推薦大家最佳動線：從入口沿無障礙步道，漫遊羅盤廣場（注意看地面很好玩唷），再往留夏沙灘，這裡有溜滑梯跟美麗的裝置藝術，或可到藍海水池玩水，再順著無障礙坡道，登上天使向海步道眺望無敵海景，最後到遊客中心吹涼涼、逛展覽買文創，品嚐在地特產唷。

2

園區內提供多項導覽及外語解說，請至和平島官方網站預約，另外也有提供語音導覽 APP 唷～

3

免費定時導覽解說服務時間（散客）於遊客中心報名，上限 20 人。
平日：PM02:30 假日：AM10:30、PM2:30

4

戶外水池會因季節及氣候影響暫停開放，建議先電話洽詢。另外池邊及池底有礁石，下水注意別摩擦池邊及池底避免割傷。



臺中 Taichung



觀光局



國家風景區



谷關溫泉公園

溫泉 # 吊橋 # 泡腳 # 原住民文化

不管是輪椅族、老人家、親子行，全家人快來谷關玩吧。捎來吊橋和步道逛一逛，再到溫泉公園，雙腳給他放進去，聞著那種熱騰騰感覺，一整個都給他放鬆下去，還要讓溫泉魚親親我的腳指頭呢！整個人暖了，心也暖了。你說，這是不 是開心又快樂的一天呢～

走！我們去谷關，空氣好、花兒香的地方，全家大小泡腳超愜意～



怎麼玩

玩什麼

友善 Tips

喔熊推

去哪玩

捎來，據說不僅是泰雅族頭目的名字，更代表全家人來谷關，就會捎來好運。很多人都不知道，遊客服務中心的日式風格後花園好美，泡一下溫泉，散散步，這裡直接通到捎來吊橋和步道，近距離親近自然生態，感受大甲溪潺潺流水聲。



臺中市和平區東關路一段 102 號
04-2595-1496
全區開放時間：08:30-17:30
GPS：121.00677/24.203326



谷關遊客中心—溫泉文化館

谷關溫泉（日本時代叫做明治溫泉）從 1907 年被發現到今天已經有超過 110 年的悠久歷史口碑，什麼是中性碳酸氫鈉泉呢？到益智互動區翻閱電子書，認識認識你泡的湯吧！

谷關遊客中心

最有趣的益智互動區小遊戲！

有電梯有無障礙空間

放心來玩，認識溫泉小知識



谷關是泰雅族的原居地，因此這裡特別提供遊客免費的泰雅族服飾穿戴，記得要詢問導覽人員，正確的服裝、頭飾和穿戴的方法，老人家、小朋友、全家人一起體驗泰雅文化風情。千萬別忘記，在這裡要跟全台唯一「溫泉泡湯版喔熊組長」合影唷。

想體驗原住民的風情嗎？

泰雅族服飾

遊客中心免費租借服飾

全家大小一起拍張照留念



自然風景—捎來吊橋

秋天來谷關，除了享受泡腳樂趣，還可欣賞楓紅，無障礙步道直達捎來吊橋，推輪椅和嬰兒車都方便，還可在橋上欣賞大甲溪風光。不論是勇腳的樂齡族，還是需要攙扶的阿公阿媽，都很推薦到捎來步道來個芬多精的森林浴。



谷關溫泉公園—通用溫泉泡腳池鬆一下

搭乘遊客中心無障礙電梯至地下 2 樓，就可以進入遊客中心好美的後花園。陪著阿公阿媽，輕鬆沿著無障礙步道散散步，綠蔭、櫻花、楓紅，美景盡收眼底，真是好舒服。



但最特別的就是這裡的溫泉泡腳池，注意看，有高有低的通用化設計，搭配兩旁大小不一的扶手，這不僅讓輪椅朋友能依照適合的高度，將身體移上到池邊，轉個身，跟大家一起歡樂泡湯，更重要的，連小朋友跟老人家下水，也有安全的支撐，全家人一起泡個腳，享受小魚 SPA，實在太幸福了。



改善前



改善後



體驗文化—原住民手工藝 DIY

記得詢問導覽人員，參加一下這裡的原民主題活動，最特別的就是其實有許多的盲人朋友會來這裡體驗泰雅族傳統口簧琴。不僅能經由導覽人員解說，還有親手製作的過程中，更認識原住民特有的樂器。

現場聆聽口簧琴演奏，一整個就沈醉在泰雅族美好文化啦～遊客中心不定期辦理 DIY 和體驗活動，帶領大家認識泰雅族傳統文化，建議可事先至參山國家風景區網站「活動快報」查詢唷！



客運

搭乘豐原客運 153 線
可事先向**豐原客運**預約
聯繫電話：04-2524-6603



1

行動不方便的朋友使用溫泉泡腳池建議最好能有陪伴者，泡湯請評估自身體力和健康狀況，不要泡湯過久。另使用溫泉泡腳池前，請先清洗腳過後再泡溫泉水，建議自行攜帶毛巾擦腳。

2

無障礙溫泉泡腳池，設有兩種高度的座位及扶手，大家可依據身高或是輪椅高度等等，自行選擇適合的高度入池。

3

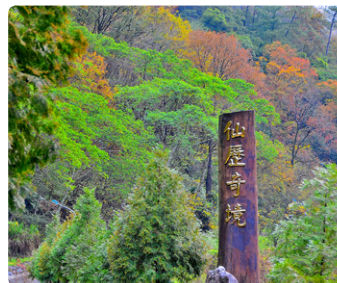
遊客中心 1 樓有提供輪椅充電座。谷關溫泉公園設有無障礙步道及坡道，可以連結至捎來吊橋入口處；通過吊橋後有階梯，輪椅使用者需要有陪同者協助。

4

遊客中心提供原住民族服飾體驗，三五好友想一起變裝的話建議先洽電遊客中心預約。

5

一日遊的家庭可先到谷關遊客中心認識溫泉小知識及文化，再到溫泉公園泡腳與裝置藝術拍照，最後去捎來吊橋走走觀看溪水景色。



📍 八仙山國家森林遊樂區

長者可至八仙山健行選擇不同難易度的步道，感受森林裡的鳥語花香。步道前半段坡度較陡，後半段稜線後路況平緩。

臺中市和平區東關路一段 200 之 8 號
04-2595-1214

📍 溫泉飯店住宿

住宿谷關，若有無障礙客房需求，目前有谷關大飯店（2 間）、明治溫泉大飯店（1 間）和統一谷關養生會館（1 間）可供選擇，各飯店無障礙客房形式不一，建議您事先上網，或電話聯繫飯店確認。



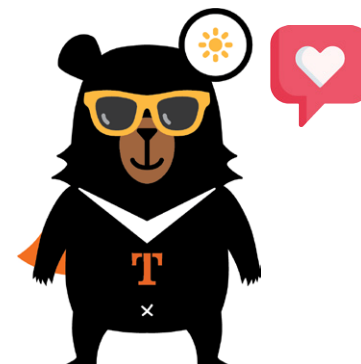
谷關大飯店
電話：04-2595-1355



明治溫泉大飯店
電話：04-2595-1111



統一谷關養生會館
電話：04-2595-0000





南投 Nantou



景點網站



觀光局



國家風景區



日月潭

手搖自行車 # 生態旅遊 # 步道漫遊 # 無障礙遊船和眺望臺

群山環繞的日月潭在不同的時間、季節，總能呈現千變萬化的樣貌，來這裡可以選擇漫步在湖邊享受湖光靜謐的氛圍，或是騎著自行車，享受自然沁涼微風吹拂臉上的舒爽，也可以坐上遊艇一探湖光山色，或搭乘纜車俯瞰整個日月潭，享受專屬你跟家人好友的悠閒時光。

日月潭，到這裡一同感受波光粼粼的美妙潭景吧！



去哪玩

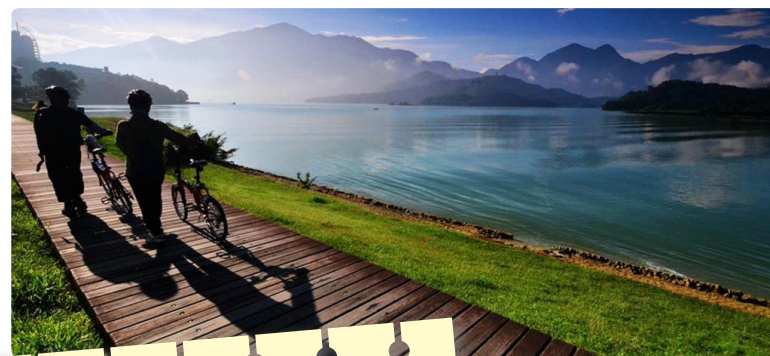
怎麼玩

玩什麼

友善 Tips

喔熊推

日月潭著名的向山遊客中心設計以「環抱日月潭」為建築意象，外形就好像用雙手環抱日月潭般，展現人與大自然的共榮與和諧。厲害的可不只外觀哦～這裡在整體規劃上也充滿體貼，原清水模建築雖然簡潔具有細緻美感，但部分磁磚及水泥步道遇水易滑倒，因此遊客中心貼心的將鋪面改為粗糙的石板以避免濕滑，不論是小朋友或老人家、甚至推著娃娃車的爸爸媽媽都能安心遊玩～



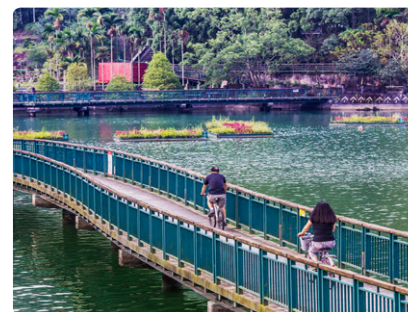
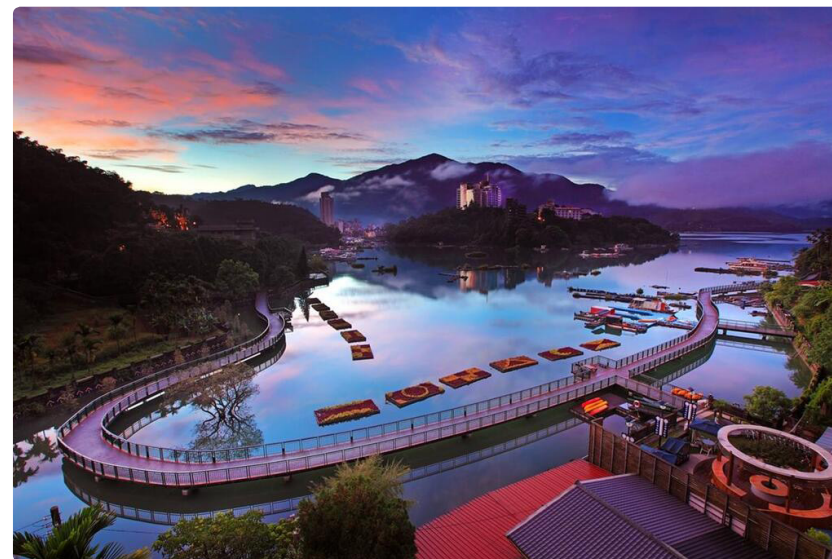
南投縣魚池鄉中山路 599 號
049-285-5668
週一至週日 09:00~17:00
GPS : 120.90303/23.852166



旅遊達人才知道的清幽小徑—涵碧步道

日月潭最佳賞潭景點的梅荷園旁，隱身在涵碧樓後方小巷，這裡就是最新推出的無障礙步道。步道總長約 1.5 公里，沿途不僅綠意盎然，曲境通幽，更能盡情欣賞日月潭湖光山色，對推娃娃車或使用輪椅的朋友來說相當便利。

涵碧步道不是因為涵碧樓才叫這個名字，是因為這裡正是涵碧半島，沿著步道，會經過一個幽靜美麗的碼頭，木造材質的步道加上高掛的紅色燈籠，就彷彿古裝劇般的情境，相當詩情畫意。推薦在傍晚來，日落前欣賞暮色、夕陽、湖水與碼頭相互輝映的美麗景象。



乘風而行—向山自行車道

從向山遊客中心出發，看是想要散步或是騎自行車（可免費借用手搖自行車）前往水社碼頭。向山自行車道全長約為 3 公里，其中還有 0.4 公里是緊鄰水面，被人稱之為「水上自行車道」。平緩的無障礙路面，不只自行車愛好者熱門騎點，更吸引了許多樂齡族、親子團，還有使用電動輪椅的朋友從世界各地前來體驗日月潭的美好。

- # 湖面吹來的風好舒服
- # 一起騎單車御風而行
- # 親子健康運動好時光



美景盡收眼底—向山眺望平台

很多人都不知道，沿著遊客中心後方的步道走，你會發現有一個「270度」的無敵湖景眺望平台。

這裡沒有會令人爬得氣喘吁吁的階梯，只有寬敞舒適平坦的通路連結著步道，讓小朋友和老人家都能輕輕鬆鬆，好像走到湖面上一樣，遠眺水社壩、拉魯島、玄光寺，美景一覽無遺。無論是第一次來？第N次來？這裡絕對是應該一來再來的景點！

懸臂式景觀台環湖視野一級棒！

水社碼頭

來到日月潭，你一定想搭船吧？別擔心，這裡有無障礙的遊船，而且還是電動唷！在船上賞潭景就是不一樣！你可搭乘遊艇前往伊達邵碼頭，坐纜車、到玄光島買阿婆茶葉蛋，最重要是能和三五好友觀賞藍潭秀色。每一個碼頭在無障礙動線規劃上，都能感受到用心，如無障礙電梯、斜坡板等，讓輪椅族、或是推著嬰兒車的家庭都能暢行無阻。

碼頭無障礙真的不容易因為水位會改變還有飄移

電動遊船環保又不吵搭起來真的很酥胡



高處鳥瞰日月潭之美—我們去坐纜車吧

日月潭纜車不能錯過，尤其是透明水晶車廂，可以從高處往下看，超美的潭景盡收眼底啊！

它連結了伊達邵碼頭及九族文化村，讓你在玩完遊樂區，就能乘著纜車到充滿原住民特色的伊達邵商圈，體驗原住民美食、手工藝、還有各種特色體驗活動！輪椅朋友可搭乘有專屬閘門通道，工作人員協助透過斜坡板進入車廂，方便安全，一定要試試看。

搭日月潭纜車在湖面上方拍照的成就你解開了嗎？

懼高的你乖乖坐一般車廂也是很好玩唷～





臺灣好行

搭乘日月潭線 6670 線，低地板公車需預約。

詳情請洽電**南投客運**

聯絡電話：049-298-4031#18



涵碧步道有部分路段因坡度較大，高齡長輩及輪椅使用者在行走時建議最好有協助者。建議下午時段前往，但日落後較為昏暗，需注意安全。



水社碼頭、伊達邵及玄光碼頭皆為無障礙碼頭，附近停車場也都設有無障礙停車位。



向山遊客中心有提供手語導覽人員服務的預約，若有團體參訪和導覽需求，請提前致電預約：049-285-5668。



遊客中心提供無障礙手搖自行車 2 台可憑身心障礙手冊免費借用；輪椅 2 台可憑證件借用；其他還有手語宣傳影片播放、電動輪椅充電、嬰兒車、老花眼鏡借用服務。



無障礙遊船：南投渡船遊艇商業同業公會 049-285-6428

日月潭纜車：電話 049-285-0666#9

營業時間 10:30~14:30

去哪玩

怎麼玩

玩什麼

友善 Tips

喔熊推



玄光寺

從無障礙的玄光碼頭後方道路可直達玄光寺，這是紀念玄奘法師的地方，同時也是遠眺慈恩塔和欣賞日月潭的好地點。推薦阿婆茶葉蛋是造訪這裡的必吃小吃。

南投縣魚池鄉日月村中正路 338 號
049-285-0325



林班道體驗工廠

你是 DIY 控嗎？這裡有近百種木作品 DIY 體驗活動，無論活動書架、木馬搖椅等，跟好友、家人、小朋友一起手做的溫度，一起完成作品的感覺，真的就是不一樣。

南投縣水里鄉車埕村民權巷 101-5 號
049-277-5976



車埕木業展示館與貯木池



車埕是臺灣林業的重要歷史據點，園區留了過去產業的各種遺跡，透過舊廠房的改造、文物的展示，這裡讓我們能更了解當時車埕木業發展的盛況；特別跟大家推薦園區旁貯木池的環池小徑，貼心設計的無障礙步道，無論是帶著行動不便的老人家，或推著小寶寶嬰兒車，清晨或傍晚散步，都是最美的風景。

南投縣水里鄉車埕村民權巷 110-2 號
049-287-1791





嘉義 Chiayi



觀光局



風景區



觸口・牛埔仔

阿里山現在最流行浪漫文創 # 牛埔仔愛情大草原

你知道，阿里山不是一座山嗎？它是由大塔山、萬歲山、祝山等 18 座主要山巒所組成的「阿里山脈」。

快來這裡，我們一起體驗鄒族文化、感受山脈壯麗，品嚐臺灣好茶好咖啡，回味林業歷史，沿著美麗步道與森鐵小火車合影，再到愛情大草原吃酸甜鳳梨酥，感受愛情滋味，創造你我最浪漫回憶。

阿里山除了看日出的新玩法，你知道幾種呢？



去哪玩

怎麼玩

玩什麼

友善 Tips

喔熊推

提到阿里山，腦海浮現的可能是看日出、雲海、鐵路、森林、晚霞，但其實阿里山還有好多種不同的玩法，可以體驗到不同的浪漫風情。從高鐵嘉義站或嘉義市區出發，只要半小時，你就會到不能錯過的熱門打卡點觸口遊客中心，還有牛埔仔愛情大草原與造型裝置藝術合影。快來玩，享受專屬於你和全家人的幸福之旅吧！



嘉義縣番路鄉觸口村車埕 51 號
05-259-3900
週一至週日 08:00~17:00
GPS : 120.90303/23.852166



嘉義・觸口、牛埔仔

觸口遊客中心—阿里山玩什麼？快來這裡搞清楚

這是個很美的遊客中心，除將阿里山特色融入建築設計外，更利用神木意象形塑森林氛圍。走進二樓展示館，彷彿來到山林中。

其中最特別的是通過賞鳥介紹區走道時，陣陣鳥鳴聲圍繞耳邊，還有壁面上的拼圖遊戲、貼心的高低觀景窗設計，無論坐輪椅的老人家或小朋友都可以充分體驗。對臺灣木雕和原民文化有興趣一定要來這裡探索精彩豐富的產業和文化。

山林裡面充分領受森呼吸

你聽得出是哪種鳥在叫嗎？



觸口遊客服務中心的戶外空間毫不馬虎，方便的無障礙廁所和步道，讓你可以自在輕鬆地欣賞品味各種裝置藝術。搭配後方山林的自然美景，陪阿公阿媽愜意漫步，或推著娃娃車沿著步道散散心，不用大老遠開車上山，就可以輕鬆在這裡和阿里山最具代表性的火車頭合影，也可以在鄒族涼亭小憩，享受山林美景氛圍。

阿里山森鐵世界知名

火車頭是必拍團照點

無障礙步道貼心遊園區

上山前一定要先上無障礙廁所

玩什麼



牛埔仔愛情大草原—18 號愛情絲路

阿里山打造了一座以「愛情」為主題的草原，這是近年熱門景點。順著鋪面平坦的無障礙步道，無論是發揮創意跟周遭有趣的大型裝置藝術自拍，或是沿著斜坡到涼亭賞景眺望遠方的山林雲霧繚繞，阿公阿媽、爸爸媽媽推著娃娃車帶寶寶一起來重溫浪漫愛情。天氣不錯的話推薦可以到這裡野餐唷，呼吸阿里山的新鮮空氣，全家人一起享受好時光，幫小朋友好好放放電。

愛情主題草原有來過嗎？

跟家人一起漫步草原

沒有來過趕快來朝聖！

還有涼亭可以休息唷～

漫步結束後一起到愛情圖書館，粉嫩以愛情為主題的立體書，打卡留下愛情見證。來館內必吃酸甜交織的土鳳梨酥搭配鳳梨果茶，極力推薦這個你可能不知道的景點－就是全家人可以一起搭乘電梯到二樓，這裡有個秘密的觀景陽台，就讓我們坐下來好好休息一下，吹吹風、賞美景、來個下午茶，一起鬆一下吧！

好吃的土鳳梨酥一定要嚐嚐！

二樓吃鳳梨酥眺看後方山景

還有必拍網美打卡牆

快來拍照發文給朋友看～





客運

搭乘 **7216 路線**

低地板公車要於前 1 日電洽**嘉義客運**

聯絡電話：05-275-0895



臺灣好行

搭乘**阿里山線**，非每班次為低地板公車

建議先至官網查詢



觸口遊客中心裡有火車頭展示區，遠道而來的行動不便老人家和輪椅朋友可在這裡使用方便舒適的無障礙廁所外，一樓的木雕藝術品和商品展示經常讓人逛得忘記時間。



在大草原上品茗阿里山的高山茶，享用點心，是到阿里山不可錯過的體驗，可洽遊客中心聯絡預約。



高齡、身障或特殊需求遊客團體若想參與團茶 DIY 及咖啡 DIY 請提前向店家預約。參考聯絡方式：
優遊吧斯阿里山鄒族文化部落 05-256-2788
旭隆製茶 05-258-6366。



圓潭自然生態園區

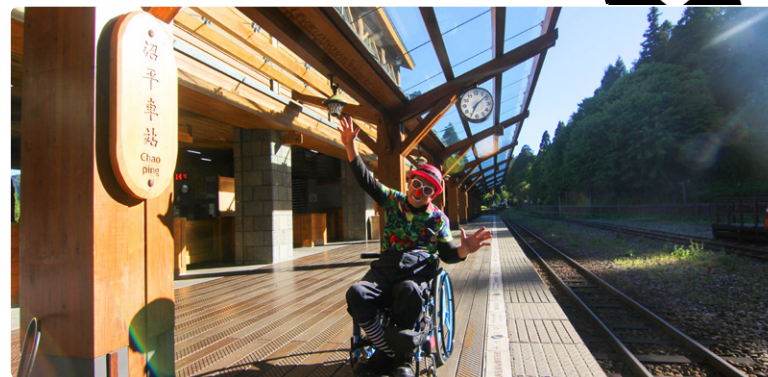


圓潭的生態環境多樣，四季呈現美景各有風味，這裡還會不定期舉辦茶席活動，園區裡還有一條緊鄰溪畔的無障礙步道。

嘉義縣竹崎鄉仁壽村交力坪 84 號旁
(瑞里一號橋)
05-250-2026



阿里山國家森林遊樂區



森林小火車、神木、雲海、日出與櫻花為旅人前來不可錯過的體驗，用檜木打造的沼平車站、櫻花季熱門賞櫻地點櫻之道，這些都是輪椅暢行無阻的地方，最讓旅人期待的當然是前往祝山觀日平台，欣賞阿里山世界級的壯觀日出。若跟森林遊樂區申請，還可特別開放無障礙車輛，帶著坐輪椅的老人家上祝山觀景台唷。

嘉義縣阿里山鄉 2 鄰 17 號
05-267-9917



頂湖自然生態園區



行動方便的長者可沿著環湖步道健行，觀賞當地的竹林及茶園，輪椅朋友與家人適合先預約茶席在此品嚐阿里山的好茶。

嘉義縣阿里山鄉
05-259-3900





屏東 Pingtung



觀光局



風景區



大鵬灣

我愛鮪魚與海鮮 # 夕陽好美 # 沙灘輪椅 # 台灣燈會紀念館

大鵬灣玩什麼？騎自行車、手搖車，迎著海風，欣賞全台唯一跨海開啟橋的開橋秀和夜間燈光秀；濱灣公園體驗沙灘輪椅，泡水漂浮好愜意；全家人坐遊艇，看夕陽倒映海灣大美景；更別錯過台灣燈會 30 周年紀念館，12 生肖主題花燈讓你看透透，超過癮的啦。

果然大鵬灣，海路雙拼真正大享受！



去哪玩

怎麼玩

玩什麼

友善 Tips

喔熊推

大鵬灣是臺灣最大的潟湖，你可以在這欣賞紅樹林特有的動植物，時間對運氣好看得招潮蟹爬來爬去，千萬不要錯過，日本大師福田繁雄特別創作的黑鮪魚雕塑就在大鵬灣遊客服務中心，直看是「鮪」字、橫看是「鮪魚」，寓意深遠，妙趣橫生，跟大家招手（不對是魚兒甩尾），快來跟鮪魚拍照打卡啦！



屏東縣東港鎮大潭路 169 號
08-833-8100
平日：09：00 ~ 18：00
GPS：120.47880/22.456418





映霞橋亭—秘境觀景去

輪椅朋友騎著手搖自行車，阿公推著娃娃車帶孫子散步，這裡是騎車、散步最佳休息站，喜歡自然的你與我們一同靜待候鳥飛翔，來一場歲月靜好的生態之旅。



開心散步好去處

輪椅娃娃車都可以走



跨海大橋—必看開橋秀及光雕秀

大鵬灣跨海大橋連結環灣道路，開啟內外海相連。開橋秀展開時宛如跨年般炫麗。推薦大家拍照最佳位置，在青洲遊憩區，尤其落日晚霞染紅天際的時刻，拍跨海大橋開橋最漂亮，還會結合光雕秀，愛拍照的你一定要來捕捉最美的瞬間。

來大鵬灣一定要去跨海大橋的啊！

光雕秀也太漂亮了吧～

台灣燈會 30 週年特展紀念館 —主燈演變一次看

自 1990 年台北燈會至 2018 年嘉義燈會，過去 29 年臺灣各地燈會的 29 座主燈模型都在這裡。十二生肖最齊全，還可以看到設計呼應當時社會文化的轉變過程。



崎峰濕地—生態探索

推薦大家，清晨、傍晚來崎峰溼地散步。九曲橋、賞鳥亭，捕捉珍稀候鳥倩影。大白鷺、中白鷺、黃頭鷺、金斑鴿、彎嘴濱鵲、高蹺鴿、黃小鷺，我們一起來點點名唷。



乘風破浪出遊去—沙灘車與遊船

大鵬灣玩什麼？參加各種水上活動沁涼一下，準沒錯！輪椅朋友建議可事先聯繫大鵬灣遊客中心，預約現場免費借用無障礙沙灘車（但建議要有陪同者，並自行保險），體驗玩沙戲水的感受。



在潟湖上看跨海大橋的感覺不一樣，大鵬灣特別設置無障礙碼頭，大家都可以便利搭船。由於潟湖是內海，就是比較風平浪靜，不太會暈船，所以特別推薦給輪椅朋友、老人家，還有帶小朋友的你們一家人唷！



水上活動最重要就是注意安全



自行車道—騎乘快感

大鵬灣騎單車跟手搖自行車，清早跟下午傍晚最迷人，推薦路線可以經過落日灣、映霞橋亭，欣賞候鳥飛越、海天一色的風景。若體力好，去騎乘支線體驗更多大鵬灣的人文特色與自然景觀。



大鵬灣水上驛站

這是遊客中心的隱藏景點，特別設計的無障礙通道，觀景平台，讓輪椅朋友們在退潮時刻，就能輕易靠近安全柵欄，近距離觀賞招潮蟹、彈塗魚、水筆仔、海茄冬，充分享受與親近自然。



臺灣好行



墾丁快線無障礙低底盤公車 (限屏東客運)

特定班次電洽**屏東客運**：0800-777767

或至台灣好行官網得知詳細資訊。



1

跨海大橋開橋秀，要欣賞開橋秀需要將車輛停在橋下停車場，再步行上橋，因為會管制交通，務必要提早就定位等待。

- 夏季時間 (3 月 - 9 月)：每週一至週日 17:00
- 冬季時間 (10 月 - 2 月)：每週一至週日 18:30

2

跨海大橋光雕秀，每天皆可以欣賞光雕秀。

- 夏季時間 (3 月 - 9 月)：每週一至週日 19:00~22:05
- 冬季時間 (10 月 - 2 月)：每週一至週日 18:00~21:05

3

欣賞大鵬灣夕陽夏季最適合是下午五點半以後，冬季則建議下午四點來等待落日。

4

來大鵬灣可以到濱灣公園體驗遊船，建議先行向業者預約。

鵬福觀光遊艇有限公司 洽詢電話：08-835-5999、09-63515930
仁鵬有限公司 洽詢電話：08-833-6805、08-832-2777

5

遊客中心提供租借手搖車，出發前建議先在遊客中心補充水分。騎手搖車的朋友可以選擇騎大鵬灣環線主線，長度 11.7 公里，約騎 1.2 小時可環繞一圈。

主要景點：落日灣、映霞橋亭、跨海大橋等。



東隆宮



到東港在地信仰中心除了參拜王爺，廟門前的黃金牌樓是拍照打卡的最佳之處。

屏東縣東港鎮東隆街 21-1 號
 08-832-2374



崎峰濕地



體驗濕地動植物生態，傍晚到這九曲橋散步是最棒的體驗，推薦大家事先預約導覽服務。

屏東縣東港鎮朝隆路 39 號
 08-833-9969
 導覽請洽許小姐 08-833-8100#163



華僑市場



距離大鵬灣車程 10 分鐘，逛市場大啖海鮮，聆聽攤販熱情叫賣聲，購買最鮮生魚片及品嚐在地小吃三寶「雙糕潤、肉粿、旗魚黑輪」。

屏東縣東港鎮朝隆路 39 號
 08-833-9969





臺東 Taitung



景點網站



觀光局



國家風景區



小野柳

海蝕地景 # 步道 # 夜訪小野柳 # 觀海平台 # 露營區

這裡是美麗臺灣東海岸絕佳地質教室，一整個就像是座大自然的雕刻公園。鹹鹹海風、壯麗礁石、鬼斧神工的豆腐岩，讓人流連忘返。不想走？那麼晚上來試試在太平洋邊露營的滋味，還有夜訪小野柳的奇妙體驗唷。

跟著寄居蟹，一同探索小野柳的自然奧妙。



去哪玩

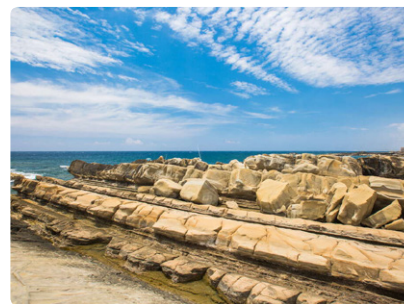
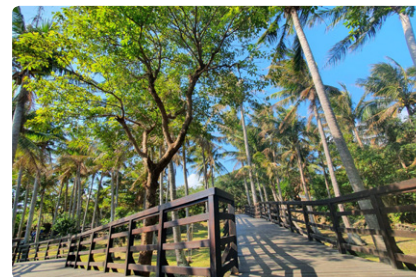
怎麼玩

玩什麼

友善 Tips

喔熊推

小野柳是個白天黑夜都能玩的景點，緊鄰富岡漁港。這裡因壯闊海蝕景觀酷似北海岸的野柳而得名，各種景象綺麗的奇岩怪石如：單斜脊、蜂窩岩、龜陣岩、豆腐岩等美不勝收。天氣晴朗時，還可遠望 32 公里外的綠島呢～



臺東縣臺東市松江路一段 500 號
089-28-1136
週一至週日：08:30~17:00
GPS：121.19462/22.794342



臺東・小野柳



遊客中心體驗館—知識補給站

小野柳就像一個海洋知識補給站，貼心為大小朋友準備了互動電子書，讓你輕輕一碰就可瀏覽。放大字體讓眼睛不吃力，還有中英文兩種語言，讓外國朋友也能認識臺灣東海岸的生態演進變化。另外，這裡還有仿造海蝕地景的景觀，乘坐輪椅的爺爺與小孫子不用擔心去岸邊危險，這裡就能親手摸摸看壁面，感受海蝕地景的獨特。

第一站就先去遊客中心長知識



觀景平台—奇特景觀盡收眼底

這是特別設計延伸至礁岩區的觀景平台，讓行動不便的輪椅族，還有大小朋友能近距離感受海洋的壯闊，跟蔚藍太平洋靠得更近，近距離欣賞小野柳的特殊地景。來跟家人一起拍張照，我們留下跟小野柳的專屬回憶。

- # 無障礙看海暢行無阻
- # 貼心設計不阻擋生物動線
- # 貼近自然的感覺就在這裡
- # 漫步悠遊好時光

林間步道—生態滿滿愛心滿滿幸福滿滿

小野柳特別設計了兼具環境保護及休閒遊憩功能的無障礙木棧道，架高空中步道不僅保護了潮間帶生物，像是寄居蟹的穿越動線，讓推著娃娃車的爸爸媽媽，還有行動不方便的朋友也能開心地沿途欣賞林投、茄冬等濱海植物，漫步在清涼的樹蔭下，聆聽悅耳蟲鳴鳥叫，感受屬於全家人的幽靜！

- # 激推海邊林間步道
- # 超漂亮又不曬太陽的賞景路線
- # 全程無障礙輕鬆散步
- # 愜意的漫步著欣賞林景
- # 還不快點來拍張照上傳打卡





夜訪小野柳—獨特的夜間體驗

來小野柳你一定要參加夜訪的活動。每年 5 月至 10 月時，專業的志工精彩導覽帶領你我於夜晚時分，認識東海岸的星空、夜間動植物生態。導覽活動針對不同需求客群做友善設計，讓坐著輪椅的奶奶與兒孫，一家三代都可以參加。

- # 不只白天可以來
- # 晚上也可以來
- # 來感受夜間探險刺激感
- # 星空生態樣樣有
- # 全家大小都來玩！
- # 記得先預約報名唷～



寄居蟹平台—零距離觀看寄居蟹換殼

你看過寄居蟹換殼嗎？絕對不能錯過小野柳的寄居蟹平台。平台的高度設計讓小朋友和輪椅朋友都能剛剛好可以看到寄居蟹爬上平台，換來換去為自己挑選合適的新家。小野柳公園也持續發起為寄居蟹募集螺殼的活動，讓我們一起提供牠們一個溫暖的家。

- # 快來親眼看看寄居蟹換殼
- # 近距離的親密接觸～
- # 小朋友、輪椅朋友都方便喔！



小野柳露營區—海浪聲伴你入眠

玩了一整天還是捨不得離開？就讓我們來住住看堪比五星級的小野柳露營區！除了一般營位還有提供 2 個無障礙營位。夜間觀看星空、賞月，參加夜訪活動，聽陣陣海浪聲，清晨漫步看晨曦點亮海岸，遠離都市塵囂，享受全家人在一起露營的甜蜜時光 9453 啦！

- # 真的是沒看過這麼貼心的
- # 伴著太平洋海浪聲的露營
- # 東海岸滿天星光美好夜晚
- # 遠離城市找回幸福好地方





臺灣好行

東部海岸線有低地板公車
需事先向**鼎東客運**預約搭乘服務
聯繫電話：089-333-443



去哪玩

怎麼玩

玩什麼

友善 Tips

喔熊推



水往上流



你一定要在「奇觀」的石碑合影，看完水往上流後，輪椅朋友可沿著遊憩區向上，到市集逛逛，感受原民部落風情。

臺東縣東河鄉台 11 線約 148 公里處
089-841-520



阿美族民俗中心



世界知名的阿美族杓打擊樂團就在這裡，每日提供兩場表演，還有射箭體驗區、阿美族傳統家屋等你去參觀，可以讓你深度體驗阿美族文化的激推景點，千萬不要錯過。

台東縣成功鎮信義里新村路 25 號
089-841-520



三仙台



來三仙台在橋下與八拱橋合影留念，目前無障礙動線已延伸到上橋前的觀景平台，輪椅朋友可在這裡近距離欣賞八拱橋。

台東縣成功鎮三仙里基羅路 87 號
089-85-4097



都歷遊客中心



瞭解整個東部海岸哪裡好玩，一定要來這裡。園區無障礙設施完善，有多媒體互動設施，大推衝浪體驗、激流泛舟等，都很適合輪椅朋友及大小朋友一起遊玩，

台東縣成功鎮信義里新村路 25 號
089-841-520



夜訪小野柳活動需提前申請，提供不同的導覽路線，行動不方便的朋友可在申請時提出說明，另外提醒夜間活動照明，留意動線安全。



小野柳最特別的是晚上住在露營區，提供 2 個無障礙有頂營位，平日 1000 元、假日 1200 元，無障礙廁所和淋浴間各 1 間，園區內晚上的活動皆可參與，如：夜訪活動、導覽解說。



小野柳園區定期舉辦兩種環境教育課程（1）大地雕塑家地質探索（2）來看看環保小尖兵寄居蟹，非常適合親子參與，請事前致電小野柳遊客中心預約。若有行動不便的朋友，也可在遊客中心內免費借用拐杖椅、輪椅等輔具使用。



若搭乘台灣好行進行一日遊，建議可安排二至三個景點，需要使用低地板公車建議請提前致電預約，非常推薦午後來小野柳漫步、看海景，晚上住在露營區，深度體驗小野柳。



花蓮 Hualien



觀光局



國家風景區



鯉魚潭

環潭步道 # 手搖自行車 # 龍舟板 # 獨木舟 # 螢火蟲

鯉魚潭是花蓮人的秘境，由於河川襲奪及淤積作用，形成今日堰塞湖「鯉魚潭」，花蓮境內最大的內陸湖泊。沿著環潭步道享受芬多精，看雲煙在山間飄渺；親近潭水一定要來踩踏天鵝船、輪椅朋友還可體驗獨木舟及龍舟板，騎手搖自行車，超適合全家人一起來體驗。

鯉魚潭，散步、騎車、戲水趣，大大好玩。



去哪玩

怎麼玩

玩什麼

友善 Tips

喔熊推



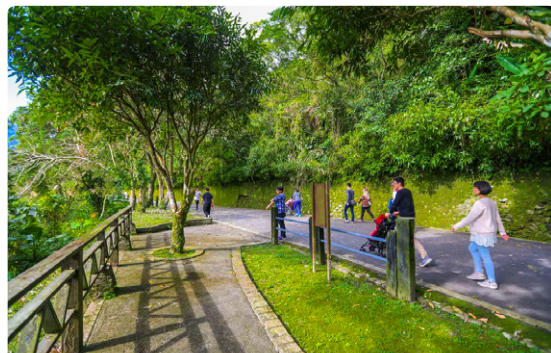
向喜愛大自然的你招手！鯉魚潭環潭步道、森林步道不僅是郊遊野餐、踏青的好地方，一到了螢火蟲繁殖季節，點點螢光照亮漆黑的鯉魚潭，更是絕佳生態教室和絕美體驗。原民特色小吃的芋頭、地瓜酥、蝦餅、活跳蝦，更是鯉魚潭的獨有美味呢！



花蓮縣壽豐鄉池南村環潭北路 100 號
03-864-1691
週一至週日：08:30 - 17:30
GPS：121.50741/23.93059



花蓮・鯉魚潭



環潭步道和自行車道—健行騎車享受怡人景致

喜歡爬山的你沿著森林步道，登上約 600 公尺的鯉魚山。或者你也可以推著阿公阿媽的輪椅，全家人沿著綠意盎然的環潭步道漫步，全程 4 公里，徒步 1 小時即可走完，不僅享受森林浴及鯉魚潭美景，更是騎自行車的大推路線。

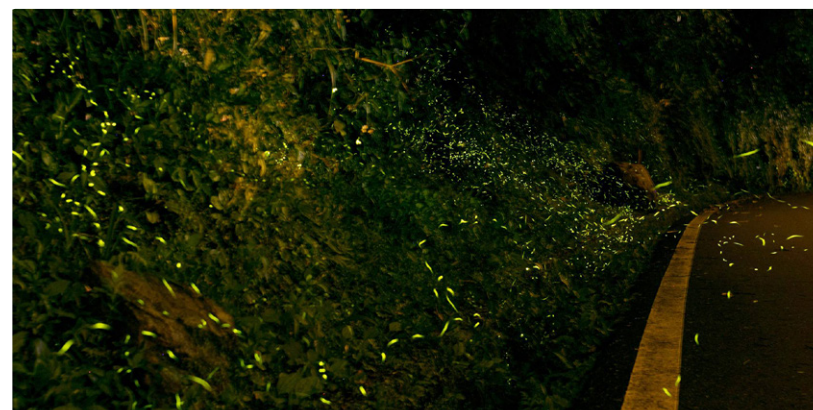
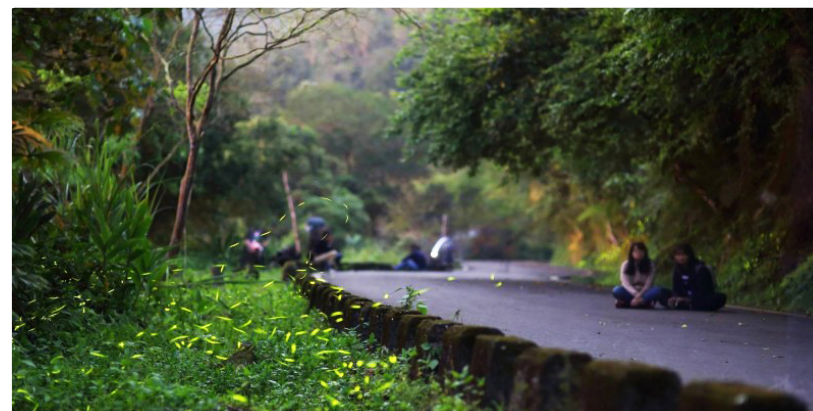
- # 一起健康登山走森林步道
- # 被芬多精包圍
- # 環潭步道沿著鯉魚潭騎自行車
- # 邊騎車還有美景看有夠享受的

鯉魚潭生態之旅—來看火蟲

夜晚是體驗鯉魚潭生態的絕佳時刻，這裡可聽到澤蛙、日本樹蛙、拉都希氏蛙、莫氏樹蛙、斯文豪氏蛙、小雨蛙的大合唱。

每年 4 月到 5 月時是黑翅螢的繁殖期，就是賞螢的好時節，揪家人在天氣良好的夜晚來這裡散步吧～一起和滿天飛舞的螢火蟲共度美好時光。

- # 蛙鳴賞螢的夜晚生態絕對讓你讚不絕口
- # 讓漂亮的螢火蟲點亮你的美好旅程
- # 不要抓螢火蟲唷！愛牠用看的就好



獨特體驗—無障礙獨木舟運動

鯉魚潭是臺灣獨木舟運動隊伍的重要訓練基地。潭北碼頭特別設計了平緩寬大的坡道，直達全台唯一的無障礙獨木舟碼頭，若是手臂有力，移位方便、經常在做戶外運動的輪椅朋友，推薦你在教練協助下，安全試試看鯉魚潭的無障礙獨木舟運動唷！

全台唯一！無障礙獨木舟碼頭底加啦～



要怎麼玩無障礙獨木舟呢？



1

鯉魚潭有特殊設計
設置斜坡方便
輪椅使用者進出



2

使用伸縮階梯式輔具
你要運用雙手撐起身體
接近至獨木舟



3

拉住上方欄杆及繩索
移動到獨木舟裡
就可以划獨木舟囉！



改善前



改善後



鯉魚潭龍舟板—360 度欣賞鯉魚潭

較少從事戶外活動的輪椅朋友，推薦你體驗龍舟板。特別增加碼頭的浮筒，讓一般輪椅能夠直接進入龍舟板。只要沿著斜坡板就可以到龍舟板上，在教練的陪同下，360 度一同感受鯉魚潭潭水。教練會划水帶著坐著輪椅的你，前進到潭中，讓你從完全不同的角度，被潭水擁抱著，在一片碧綠中欣賞鯉魚潭唷

整台輪椅都可以上去欸～

絕不能錯過要記得事先預約體驗喔！



臺灣好行

乘縱谷花蓮線，全線為低地板公車。
可向**太魯閣客運**洽詢

電話：03-863-0080 客服：0800-827656

服務時間：08:00~20:00



1

想體驗無障礙獨木舟及龍舟板課程，請臉書搜尋「月灣舟」臉書粉絲專頁，或致電「花東縱谷國家風景區鯉魚潭站」協助。

聯絡電話：03-864-1691。

2

無障礙獨木舟體驗以手可撐身體之行動不便者為佳，平常較少戶外運動者，建議體驗龍舟板。這兩項體驗活動，都請您務必考量自身體力和安全，也需要專業教練全程在一旁協助唷。

3

鯉魚潭設有約5公里的環潭環潭步道。騎車環潭：約30分鐘，健行環潭：約1至1.5小時可考量自身體力調整遊程。

4

遊客中心提供手搖自行車一台免費借用，因借用者很多，建議您若想要體驗，請事先向遊客中心聯繫預約。

5

每年4到5月時是最佳賞螢季節，賞螢火蟲時，請不要用手電筒、閃光燈照螢火蟲，當然也不要抓牠們。最重要，夜間光線較差，看螢火蟲的時候也要務必注意安全。

去哪玩

怎麼玩

玩什麼

友善 Tips

喔熊推



吉安慶修院

院內保留不動明王、百度石等珍貴文物，提供餐飲及浴衣體驗在園區內感受日式風情，每年四月還有舉辦鯉魚旗季的活動唷。

花蓮縣吉安鄉吉安村中興路 345-1 號
03-853-5479



松園別館

輪椅朋友可沿木棧步道至觀海平臺賞景，別館內部的藝文空間有不同的主題活動，別忘了在綠藤外牆打卡拍照，留下充滿文青氣息的回憶。

花蓮縣花蓮市松園街 65 號
03-835-6510



花蓮文化創意產業園區



由百年酒廠改建，與家人一起進入參觀舉辦的展覽及DIY體驗，輪椅朋友要參觀17號酒文化館倉庫的話記得從正門才有斜坡可以進入唷～

花蓮市中華路 144 號
03-831-2111





花蓮 Hualien



觀光局



國家風景區



玉富自行車道

秀姑巒溪 # 大地糧倉的自行車道 # 跨越板塊交界成就達成

這是一條花東縱谷的絕美自行車道，在這裡，你看到美麗稻浪在四季間翠綠金黃的繽紛變化，還有縱谷山脈四時美景。散步、騎車，全家人一起在會長高的單車道上跨越世界兩大板塊，在交界處大橋上，感受海口的風，更有秀姑巒溪的壯觀景色，花蓮之美，盡在眼前。

玉富自行車道，左右腳站在世界兩大板塊，成就達成～



去哪玩

怎麼玩

玩什麼

友善 Tips

喔熊推

玉富自行車道由台鐵舊鐵道改建，前身是台鐵玉里站到安通站的舊東線鐵道，因受歐亞大陸板塊與菲律賓海板塊擠壓緣故，每年約長高2-3公分，成為世界獨一無二會長高的自行車道。平坦無障礙的路面，無論是推坐輪椅的老人家、嬰兒車乃至全家人一同來散散步、騎自行車都很方便，感受花東縱谷山水一色的秀麗景致。



北端 - 玉里火車站
南端 - 東里鐵馬驛站
周一至周日 24 小時開放
03-882-1725
GPS : 121.31115/23.32871



騎車漫遊－自行車道

玉富自行車道由玉里火車站開始，經安通鐵馬站，到東里舊站，全長約 10 公里（來回 20 公里）。推薦以下體驗方式提供坐輪椅的朋友參考：坐火車到無障礙設施完善的玉里站，在確認電力足夠的情況下可電輪來回，安通與東里都設有電動輪椅充電區。

若是行動不便的老人家可移位，也可考慮租借電動自行車（推薦多人座較安全），全家人一起享受難得的運動休閒好時光。

風景好看了就是好舒壓

運動流汗後覺得好輕鬆



舊東里車站－大地伸展台鐵道迷必來

身旁有鐵道迷的朋友，一定要揪他一起來。原為鐵路的自行車道，仍保有當時的東里車站月台，搭配背後金黃色的稻田，還有天空美麗的花蓮藍，在這裡拍照打卡保證按讚數爆衝。

使用電動輪椅的朋友，也推薦從玉里到這後，上一下廁所，喝杯咖啡吃點心，也為輪椅充充電，吃飽喝足再出發唷～

有一種藍叫花蓮藍

站在月台拍另一個月台



玩什麼



板塊交界—跨越世界兩大地球板塊

這裡熱門的程度，已經是（臺灣人）人生必定要成就解鎖的重要關卡。自行車道不僅跨越秀姑巒溪，橋上更橫跨歐亞及菲律賓海板塊，想像一下，自己坐在帥帥鐵馬 / 酷酷電輪拍張照，上傳臉書，按讚數就知道為什麼大家都搶著來。這裡更貼心設計高低不同的觀景窗，輪椅朋友及小朋友都能安全又便利的欣賞秀姑巒溪出海口的美景唷！

高度不同觀景窗是通用好設計

橋上風大抓好帽子和小心安全

注意不要把手機送給秀姑巒溪當禮物然後流進太平洋飄到美國

體力好的朋友若還想挑戰看看，推薦你可以往北或往南繼續騎乘，可以沿自行車道欣賞花東縱谷兩旁的山脈景色。也可以一路到池上最夯的伯朗大道與金城武樹合影，也可以就近羅山遊憩區，深入有機村探訪泥火山，還有一定要品嚐當地特製泥火山豆腐啦～

伯朗大道必拍

一定要跟風來一下的阿！

你有沒有吃過泥火山豆腐？

沒有嗎？我也沒有欸好巧喔！

那找時間一起來吃吧～





臺鐵

台鐵搭乘至玉里站。



1

推薦體驗方向為由玉里火車站開始，經安通鐵馬站，到東里舊站，全長約 10 公里（來回 20 公里），起點與終點都有無障礙廁所和電動輪椅充電區。

2

平常比較少運動的朋友，還有若行動不便老人家可移位，也可考慮租借電動自行車（多人座），全家人一起享受難得的運動休閒好時光。

3

每周六日 14:30-15:30 自行車道上會有行動旅遊服務，提供醫藥箱、旅遊諮詢以及英文導覽服務。

4

來這裡騎自行車四季有不同景色，春夏欣賞綠油油的稻田，金色稻浪則分別在 5 月下旬至 6 月；10 月下旬至 12 月可以觀看。

5

推薦玉里在地必吃美食：橋頭臭豆腐、傳統美食玉里麵，輪椅朋友可進入。



花蓮觀光糖廠

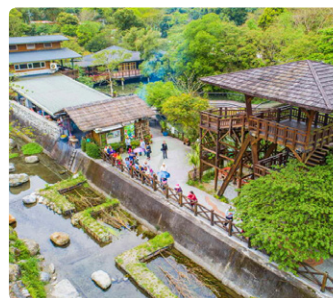


日治時期所成立的花蓮觀光糖廠，也稱為光復糖廠，糖廠內販售各式各樣口味的冰品，讓人吃下一口後大呼滿足。除了吃冰之外，還能體驗 DIY 手作課程，這裡還有日式宿舍的無障礙客房可以來住宿體驗唷。

花蓮縣光復鄉糖廠街 19 號
03-870-2100



馬太鞍濕地



輪椅朋友可搭火車至台鐵光復站，前往馬太鞍濕地，這是處湧泉不絕的天然沼澤濕地，孕育出豐富的鳥類、蛙類、底棲性魚類等多樣化自然生態。還能體驗獨特的巴拉告生態捕魚法，體驗原民的傳統生活。

花蓮縣光復鄉大全村大街 55 號
03-870-1861



澎湖 Penghu



觀光局



國家風景區



澎湖

林投公園 # 隘門沙灘 # 手搖自行車 # 臺灣好行

澎湖，臺灣的明珠，這裡獲選 2019 年世界最美麗的海灣，對行動不便的朋友也一樣張開海島人熱情的雙手。島上的臺灣好行媽宮北環線有無障礙車輛，可讓全家人一起暢遊跨海大橋、通梁古榕、二崁聚落等知名景點。

民歌外婆的澎湖灣耳熟能詳，要帶阿嬤一起來體驗～我們出發吧！



去哪玩

怎麼玩

玩什麼

友善 Tips

喔熊推

行動不便的朋友想來澎湖玩，其實不難，搭飛機外，從嘉義布袋港、高雄新濱碼頭出發搭船也可以，都有無障礙服務。

還有不少家庭選擇租用無障礙汽車，高雄港出發把車子也開上船到澎湖，暢遊澎湖蔚藍海岸、壯麗玄武岩地景，還有最棒海鮮，全家人一起留下離島美好回憶。



澎湖縣馬公市光華里 171 號
電話：06-921-6445
週一至週五：08:00-12:00
13:30-17:30
GPS：119.6066/23.5564



澎湖遊客中心—領你深度認識澎湖

室內居然有沙灘！來澎湖遊客中心不用曬太陽就可以和造景沙灘合影，到展示館可以認識關於澎湖的地景小知識。另外澎湖特殊的玄武岩在這裡你也能看到，離開遊客中心前輪椅朋友借輛手搖自行車，一同與家人探索澎湖。

澎湖遊客中心

打造市內也看的到的造景

各種地景小知識任你學習

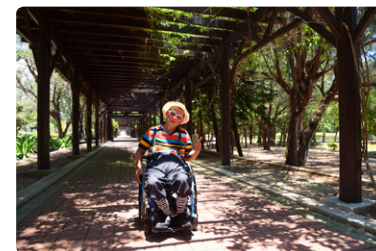
還可以借手搖自行車！



林投公園—澎湖唯一的公園

林投公園是澎湖唯一的公園唷，這裡的沙灘綿延 3 個村落，尖山、林投與隘門，總長達 3,000 多公尺，是全澎湖最長的沙灘。

公園貼心的設計緊鄰沙灘的無障礙步道，讓行動不便的朋友能夠更近距離臨海賞景，加上綠蔭遮陽，散步非常舒服。園區內推薦大家「林春咖啡館」，輪椅也進得去，在這裡來杯咖啡，休息一下，享受澎湖海灘的靜謐。





隘門沙灘—金黃貝殼沙在指尖穿越

想看沙灘與海相連的美景，從林投一路漫步，或手搖自行車到隘門。走向溫暖的沙灘，聆聽大海的聲音。

這裡也提供沙灘輪椅的免費借用唷，好多來這裡的輪椅朋友，都說這是自己的第一次下水還有玩沙體驗呢！感受隘門沙灘最特別的金黃貝殼沙在指尖穿越，迎向大海的環抱，全家人不分老少堆沙戲水，親近海洋，實在是難得的體驗。

最貼心的就是隘門沙灘也有完善的無障礙廁所、淋浴間和更衣室，讓每一個人都能放心、安心的享受，真的好幸福的體驗。

跨海大橋—來過這裡才算來過澎湖

澎湖跨海大橋連通白沙鄉、西嶼鄉兩島，除了過去大橋知名的白色拱門，搭配碧海藍天的美景外，現在還有台灣著名鄉土藝術家洪易獻藝，以澎湖縣魚玳瑁石斑為主題，創作「魚躍有餘」作品，融入在地文化、自然、生態元素，結合石斑魚紋路，創意巧思彷彿如歡樂符號，帶動了澎湖這片土地重生的喜悅。



大菓葉柱狀玄武岩—千年壯麗景觀

玄武岩之鄉美名的澎湖，來到此必看特色地景玄武岩柱。推薦你在大雨過後，玄武岩前會形成水窪，拍照捕捉藍天白雲與倒映的石柱相連一線。

超級自然景觀





臺灣好行

搭乘媽宮北環線，低地板公車需預約。

洽電澎湖縣政府公共車船管理處

聯絡電話：06-921-3822#113



1

到澎湖推薦你先至澎湖遊客中心，不僅文史解說很棒，輪椅朋友想體驗手搖自行車、沙灘輪椅，也可以在這裡免費借用，並洽詢導覽人員旅遊注意事項。

2

澎湖大眾運輸觀光最推薦搭乘台灣好行低地板公車，上網查詢你會發現這條路線還有好多景點值得去體驗探索。

景點分類裡有為軍事迷安排的東昌營區、西嶼西台；也有靠市區的天后宮、篤行十村、張雨生紀念館；還有各種推薦的體驗美食，建議一定要在澎湖多留幾天，每天安排 2 至 3 個景點來個深度澎湖體驗。

3

澎湖花火節大約在每年的 4 月舉辦，若是你有興趣的話鎖定澎湖風景管理處的資訊，絕對不能錯過美麗煙火唷！



去哪玩

怎麼玩

玩什麼

友善 Tips

喔熊推



二坎聚落

傳統咾咕石和玄武岩為石牆建造的二坎古厝，巷弄間滿滿道地澎湖特色～彩繪瓷磚、交趾陶、泥塑等傳統建築裝飾，還有瓦房、條窗、馬背，深刻體會閩南傳統建築風情。

澎湖縣西嶼鄉二坎村

06-921-6521



通梁古榕



通梁古榕位於澎湖縣白沙鄉通梁村保安宮前，枝葉繁盛茂密四方擴展，形成天然的遮陽棚，是世界上難得一見的大榕樹啊！

澎湖縣白沙鄉通梁村 149 號

06-921-6521



漁翁島燈塔



全台最古老燈塔，坐落澎湖最西邊的夕陽眺望點，白色的造型是許多經典 MV 的拍攝場景，到此別忘了寫明信片投至幸福郵筒傳遞幸福唷～

澎湖縣西嶼鄉外坎村 195 號

06-998-1766





八卦山脈生態遊客中心 — 喔熊覺得有趣

每年三月春分前後，灰面鵟鷹都會過境八卦山，鷹群盤旋美景吸引許多熱愛生態、攝影的朋友特地前來朝聖。友善的互動體驗 AR 灰面鵟鷹飛行鳥瞰彰化美景，VR 聽可愛逗趣蝴蝶姐姐講故事，這趟旅程是全家人知識補滿補好的最棒親子共學之旅～

旅行就是最好的生態教育 # 鷲這個字唸ㄅㄨˋㄣˊ

彰化縣彰化市卦山路 13-7 號

04-728-9608

週一至週日 08:30~17:30

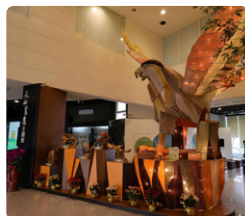
GPS : 120.55560/24.078548



觀光局



風景區



圓潭生態園區 — 喔熊覺得自在

圓潭有多樣的生態環境，四季各有風味，一同在溪畔茶席品味阿里山好茶，超級享受～園區有條緊鄰溪畔的美麗無障礙步道，沿途清澈溪水潺潺、魚兒悠游，在每年賞螢期間來參與夜間體驗，更能在這裡感受螢火蟲紛飛、浪漫無比的美麗景象唷～

阿里茶席 # 圓潭私房步道 # 我要看螢火蟲

嘉義縣竹崎鄉仁壽村交力坪 84 號旁

(瑞里一號橋)

05-250-2026

週一至週日 09:00~17:00

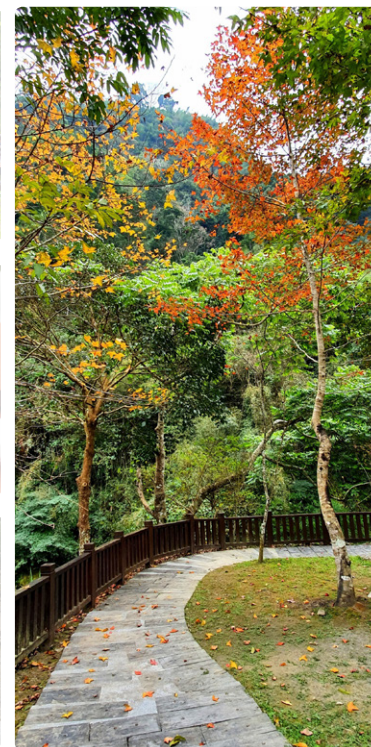
GPS : 120.65714/23.528944



觀光局



風景區





關子嶺

— 喔熊覺得舒服

哼著關子嶺之戀經典老歌，我們一邊欣賞水火同源奇景，跟家人來崁頂公園散步，傍晚到火山碧雲寺賞夕陽吃齋飯，再泡泥漿溫泉洗滌身心靈美容養顏。與陽明山、北投、四重溪並列台灣四大溫泉名湯的關子嶺百年風華，正等著你們一家人體驗～

泥漿溫泉全台唯一 # 為什麼叫火山碧雲寺來就知道

臺南市白河區關嶺里

06-682-2344

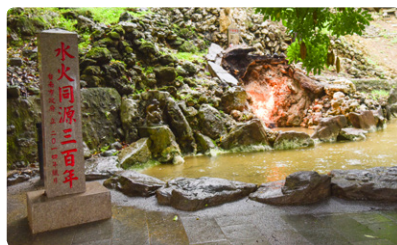
GPS : 120.50375/23.337133



觀光局



風景區



北門婚紗美地

— 喔熊覺得漂亮

一定要來北門水晶教堂感受南臺灣的浪漫風情，不僅有濱海生態歷史文化、友善賞鳥亭可以觀察黑面琵鷺，更加推薦你去井仔腳鹽田認識鹽產業、DIY 彩色鹽，品嚐鹽滷豆花。尤其在傍晚時分，看著夕陽染紅天際和沒入在鹽田中，美不勝收！

水晶教堂 # 井子腳 # 夕陽 # 鹽田 # 賞鳥 # 做豆花

臺南市北門區北門里 200 號

06-786-1017

週一～週日 09:00~17:30

GPS : 120.12421/23.268769



觀光局



風景區





新威森林公園 — 喔熊覺得放鬆

保育 200 多種苗木的新威根本就是博物館，絕美桃花心木大道連明星鍾楚紅都來拍過廣告。沿著舒適無障礙木棧道漫步林間，這設計不僅方便行動不便的朋友，更貼心保護小動物棲息場域。別忘紫斑蝶展示館，深度探索南臺灣蝴蝶生態之美。

冬末春初 # 桃花心木樹葉變紅黃 # 詩情畫意落葉小徑

新威森林公園

高雄市六龜區新威里新威 171 號

07-687-1234

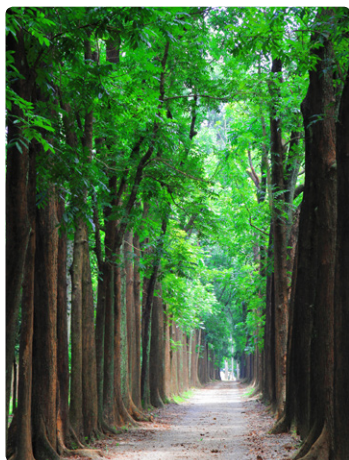
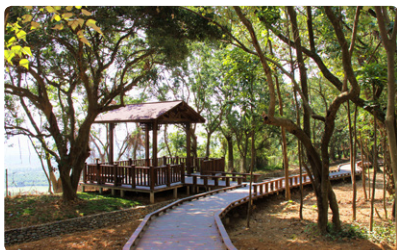
GPS : 120.62314/22.890859



觀光局



風景區



鹿野高臺 — 喔熊覺得熱鬧

快來鹿野私房景點高眺台，望下去一整個卑南溪谷的動人景色。一大片綠油油草地，下面的人滑草嬉戲、天空的光影變化，看了就舒服。輪椅朋友只要事先預約就可體驗每年 6 至 8 月的台東熱氣球活動，緩緩升空、起飛、陶醉在無限美景中。

紅烏龍茶很好喝 # 鹿鳴溫泉酒店無障礙
無障礙熱氣球天際航空 089-552233

臺東縣鹿野鄉永安村高台路 46 號

089-551-637

08:30~17:30

GPS : 121.12507/22.923840



觀光局



國家風景區





南竿遊客中心 — 喔熊覺得好威

卡蹣卡蹣。來玩來玩！南竿遊客中心好友善，展示馬祖地質歷史外，更有專人可陪著輪椅朋友前往大漢據點，體驗軍事坑道瞭望國之北疆，進入北海坑道近距離觀賞藍眼淚。當然不能錯過八八坑道，一走進去其實聞酒香就開始醉了，也愛上馬祖了。

- # 馬祖無障礙推薦基隆搭船來
- # 船上有無障礙客房
- # 睡一晚起床就看到枕戈待旦

連江縣南竿鄉仁愛村 95-2 號
08-362-5630
週一至週日 08:00~17:30
GPS : 119.92742/26.141103



觀光局



風景區



八八坑道



馬祖酒廠



東北角暨宜蘭海岸



茂林



北海岸及觀音山



大鵬灣



參山



東部海岸



阿里山



花東縱谷



西拉雅



馬祖



日月潭



澎湖



雲嘉南濱海



總編：周永暉

執編：莊慧文、邱心怡、林崇偉

文案：林崇偉、高筠婷、陳雅婷

美術：丁于軒、田媛瑋

日期：中華民國 109 年 3 月 30 日

設計：眾社會企業（眾社企股份有限公司）

印刷：宏碩文化事業股份有限公司



交通部觀光局
Tourism Bureau, MOTC



