

# 花莲



来自太平洋的问候



## 花莲速览 Introducing Hualian

花莲县位于台湾的东部，地处台东纵谷北端，西临中央山脉，东临太平洋，是台湾当前面积最大的县级行政区。与大陆地区省市县的行政划分不同，在台湾，一个县就类似于我们一个省，所以花莲市是涵盖在花莲县里更小的行政区域。花莲县不仅有着丰富的自然资源，还拥有着独特的原住民文化，这里是台湾原住民居住密度最大的地方，县治之内有阿美族、泰雅族、太鲁阁族、布农族、撒奇莱雅族、噶玛兰族等六族。如果你来花莲，到七星潭看太平洋，太鲁阁看大自然鬼斧神工，花东纵谷看百花盛放，瑞穗牧场尝纯天然放心奶，花莲夜市吃地道台湾味，还有夏季出海去观鲸，这些都是不错的消遣方式。



幽幽其芳呀 瑞穗牧场里的鸵鸟

## 目录 Catalogue

- 02 花莲速览
- 03 地图
- 04 亮点 / 景点
- 10 住宿
- 11 餐饮
- 15 购物
- 16 娱乐 / 节日
- 17 线路推荐
- 18 实用信息
- 19 出入境
- 20 外部交通 / 内部交通
- 21 旅行路上

**最佳旅行时间** 2-4月花莲东部地区鲜花盛开，长达百余公里的花海美景更是令无数游客流连忘返。而且那个时候并不是花莲的雨季（5-11月），所以气候宜人，利于出游。

**消费与汇率** 台湾目前使用新台币，以下文内提到的币种统一都是新台币（简称NTD）。

人民币对新台币的兑换汇率是1:5.06(2015年3月)

花莲的消费水平中等，民宿价格根据住宿条件不同从600-6000NTD不等，基本上2500NTD就能住得非常非常好，但是节假日期间，住宿价格都会有不同程度的上调；相对而言，吃的就比较便宜，自强路夜市和南滨夜市小吃都是从20NTD起，如果你的胃口不大，基本500NTD就能吃遍夜市还有找。如果去一些特色饭馆就餐，人均一餐花费200NTD左右。

**穿衣指数** 花莲一年四季如春，平均气温23摄氏度左右，12-1月气温较低，最低气温15摄氏度，应注意保暖，其他时候则带件薄风衣即可。花莲的5-11月降水比较多，出门应随身携带雨具。另外，去海滩或参加水上活动应多带一双拖鞋备用。

## 致谢

封面提供：筱莹子

图文提供：幽幽其芳呀 雪梨酱 小食 Lunix XF\_春亦老 筱莹子 sk8erboi garfield 标标 小莲 莲漪 七妙 eatwenwong 饕餮来了 miula3036 美丽岛老林 Mavis kristy宝 Doriazhoul 花泽泪 其实我是 Vincen



## 花蓮縣觀光導覽地圖





## 亮点 Highlights

### 与太平洋的亲密接触

花莲东临太平洋，可以尝试自驾游或者搭乘汽车走苏花公路或搭乘台铁（到花莲站下），沿途一侧海岸就是太平洋。如果觉得走马观花似的看海不能满足你，七星潭（见 XX 页）和清水断崖（见 XX 页）绝对是个不错的选择，漫步在七星潭的沙滩上，看着太平洋的浪花拍打着铺满鹅卵石的海滩，如果浪不大的时候还能去踏会儿浪，感受从太平洋吹来的海风。又或是到清水断崖，看清水山几近 90 度插入太平洋，感受大自然的鬼斧神工。

### 体验当地民宿

出去旅游想体验当地风土人情有住在台湾当地民宿是很好的选择。在花莲有上百个民宿给你挑选，热情的老板会在车站帮你扛行李到旅舍，贤惠的老板娘更会备好可口早餐，运气好的更有可能碰上老板亲自开车带你游花莲哦！热情的台湾人民绝对能让你的旅途锦上添花！

### 吃遍花莲夜市

来台湾游玩，夜市怎么能错过。坐落在海边的南滨夜市（见 XX 页）是花莲规模最大的夜市，平实的价格就能吃到高档餐厅吃到的沙朗和菲力牛排；还有花莲当地人最爱的自强路夜市（见 XX 页），喷香的烤肉、花莲市特色棺材板、老牌润饼，平价美味保证让你吃到不想走。

### 领略大自然的鬼斧神工

花莲有着非常丰富的森林资源，以中央山脉为主的分界线，把台湾东部和西部分开，而花莲就在中央山脉的东侧，在花莲县内都可以看见高耸的大山，一天中还可以看到山上不同的气候变化，开着汽车或者坐在包车上，欣赏沿路的景观，绝对是一个超棒的体验！推荐景点有：太鲁阁各景点、花东纵谷（蝴蝶谷）、鲤鱼潭、瑞穗牧场等。

### 走复古小清新路线 & 动手 DIY

花莲除了独有的生态资源，还有台湾最原始的部落文化，生活在深山里的太鲁阁族和阿美族也让花莲添上了一股多元的文化气息，所以这里还是有不少非常原始的景点和建筑。在花莲，走累了到糖厂吃个冰淇淋，看看小朋友自由地玩耍，做做 DIY，享受着这难得的小确幸！推荐景点：光复糖厂、富兴村、松园别馆等。



雪梨酱 在花莲

## 景点 Sights

花莲县内景点大多集中在太鲁阁和花东纵谷两个区域附近，如果你喜欢大山的巍峨，那么你一定要去太鲁阁赏奇石林立；如果你喜欢大海的波澜，那么你一定不能错过七星潭，听太平洋的呼唤；如果你喜欢花花草草，花东纵谷的满山鲜花一定能谋杀不少你的菲林；如果你是地道吃货，那么花莲夜市琳琅满目的小吃一定能让你大朵快颐。总之，在花莲，你既可以饱览风景无限，赞叹造物主神奇之手，也可以在夜市小摊与朋友吃到扶墙走。

## 必游景点 Top 8

### Top 1 太鲁阁

太鲁阁森林公园位于花莲县的北部，占地 92000 公顷，三面环山，一面紧挨太平洋，由于太鲁阁森林公园面积太大了，里面也有不少景点，像昔称“达欧拉斯”瀑布的白杨瀑布，还有被号称中横公路上的奇观之称的九曲洞，适合健步走的砂卡当步道都是游客必去报到的景点。而且跟其他公园不同的是，在太鲁阁你可以一天之内历经亚热带到亚寒带以及春夏秋冬四季的多变气候，看到不同气候带的自然景观，还可以看到（太鲁阁族）部落遗迹。但要注意。由于景区岩石众多，为防止流石砸到，游人进入景区还是需要配戴安全帽。

地址：台湾花莲县秀林乡富世村富世 291 号（太鲁阁公园）

费用：无

开放时间：08:30-16:45

休馆日：每月第二周的周一（遇假日则顺延）及除夕日

联系方式：(886-3) 86211006

到达交通：搭乘火车至花莲火车站后，转搭乘出租车或是租车前往  
用时参考：半天时间



小食 太鲁阁步道



## 长春祠

当年修建中横公路，由于山区地势险恶，技术落后，不少参与修建的员工都长眠在了太鲁阁内，而长春祠内，供奉的就是在中横公路施工过程中殉职的 212 位老兵的灵位。长春祠唐诗风格的建筑依地势嵌入山壁间，立于断崖下，前有清新的飞瀑流泉，周围环绕着环形步道，可饱览峡谷风光，也是一处散步赏景的好去处。

地址：台湾花莲县太鲁阁峡谷入口

开放时间：08:30-16:45

到达交通：搭乘火车至花莲火车站后，转搭出租车或是租车前往太鲁阁森林公园

用时参考：半小时



Lunix 在大峡谷中的长春祠

## 燕子口

燕子口为太鲁阁峡谷的一段峭壁，其间山壁雄峻、幽谷萦纡，是中横沿线著名胜景之一。公路右侧的岩壁上因石灰岩受溪流的长期侵蚀，较松软的岩层逐渐形成洞穴，燕子就在这些天然洞穴中筑巢而居。早年因常有雨燕、洋燕在空中成群觅食，形成“百燕鸣谷”的奇景，因而博得“燕子口”的美名。

地址：台湾花莲县太鲁阁峡谷长春祠旁

开放时间：08:30-16:45

到达交通：搭乘火车至花莲火车站后，转搭出租车或是租车前往太鲁阁森林公园

用时参考：半小时



Lunix 走过长春祠就是燕子口，这里有无数的燕子窝，但是燕子胆小，窝能看见，燕子在人到来之前就飞得远远的。但是这段路山洞无数，洞口望峡谷，风景别样。

## 白杨瀑布

白杨瀑布位于三栈溪切入立雾溪的河口处，由于立雾溪的侵蚀度远大于三栈溪，河床间形成明显落差，造就了壮观的大瀑布。白杨步道则是经过岩壁、隧道，伴着溪谷而行的精彩探险步道。白杨瀑布古称“达欧拉斯瀑布”，是泰雅族语“断崖”的意思，在塔次基里溪的剧烈侵蚀下，地势极为深峻。

地址：台湾花莲县太鲁阁峡谷白杨步道内

开放时间：08:30-16:45

到达交通：搭乘火车至花莲火车站后，转搭出租车或是租车前往太鲁阁森林公园

用时参考：半小时

## 九曲洞

九曲洞为中横公路的一大奇观，常令中外游客叹为观止。九曲洞是指曲洞之多，并非刚好九个山洞，沿着立雾溪的峡谷风景线而行，触目所及都是壁立千仞的峭壁、断崖、峡谷、连绵曲折的山洞隧道、大理岩层和溪流等风光，令人不得不赞大自然的鬼斧神工。

地址：花莲县太鲁阁峡谷内

开放时间：08:30-16:45

到达交通：搭乘火车至花莲火车站后，转搭出租车或是租车前往太鲁阁森林公园

用时参考：半小时



XF 春亦老 九曲洞

## 砂卡当步道（神秘谷步道）

砂卡当步道原名为神秘谷步道，景色美丽，是一条很有当地特色的原住民风格的步道。砂卡当步道地形非常具有特色，溪水流经大理岩地区，微酸溶解大理岩中碳酸钙成分，因此常呈现蓝绿色，有着美丽的弯曲线条。此段路动植物种类非常丰富，更常见青斑凤蝶、紫端斑蝶等翩翩飞舞，有时更可看到群蝶吸水的奇观，处处充满大自然的惊喜。

地址：台湾花莲县太鲁阁峡谷内

费用：无

开放时间：08:30-16:45

到达交通：搭乘火车至花莲火车站后，转搭出租车或是租车前往  
用时参考：半小时



## Top 2 清水断崖

清水断崖指的是苏花公路和仁至崇德之间，长约 12 公里的路段。此段公路蜿蜒曲折、临崖逼岸，景观惊险壮丽，是整个苏花公路上最美的地方，这里高山直接至此深入太平洋。片麻岩和大理岩的海构成的悬崖前后绵延约 21 公里，景色十分壮观，被列为台湾八大奇景之一。

地址：台湾花莲县新城乡苏花公路崇德隧道北方，苏花公路 182.5 公里处

费用：无

开放时间：全天

到达交通：从花莲火车站搭乘花莲客运到崇德可抵清水断崖南端

用时参考：半小时左右



筱莹子 清水断崖

## Top 3 七星潭

七星潭是花莲县唯一的县级风景区，风景区范围从海边延伸到七星潭社区，邻近太鲁阁公园、东海岸和花东纵谷国家风景区，七星潭已成为花莲县内最佳的风景区。在七星潭不仅可以远眺清水断崖，夜晚时分的新城和崇德地区灯火更是清晰可见，因此也是当地民众看夜景、赏星辰的好去处。

地址：台湾花莲县新城乡北埔村七星潭社区

费用：无

开放时间：全天

联系方式：(886-3) 8227171

到达交通：搭台铁至北埔站下，步行

用时参考：1 小时左右



sk8erboi 七星潭的黄昏

## Top 4 瑞穗牧场

瑞穗牧场位于舞鹤风景区内，是一个开放式的牧场。除了每天现挤、现煮的浓醇鲜奶，来到瑞穗牧场还可以吃到他们家招牌的鲜奶馒头，虽然个头不大，但是一口咬下去都是浓浓的奶香，另外还有奶酪蛋糕、鲜奶酪、牛轧糖与乳制冰品等各种限定甜点，深受游客的喜爱。在牧场的礼品部，更有许多深具牧场特色与风味的纪念品展售，除了大大小小的乳牛布偶，还有各种乳牛造型的马克杯、文具、餐具与饰品等。

瑞穗牧场以奶制品出名，很多人去都奔着鲜奶馒头和牛轧糖去的，其中牛轧糖 300 克是 150NTD 左右。

地址：台湾花莲县瑞穗乡舞鹤村 158 号

费用：无

网址：[http://www.rareseed.com.tw/nougat/about\\_us.html](http://www.rareseed.com.tw/nougat/about_us.html)

开放时间：平时 08:30-17:00、假日 08:00-18:30

联系方式：886-03-8876611

到达交通：搭乘台铁花东线列车在瑞穗火车站下车，在火车站前搭乘排班计程车，请司机先生载你到瑞穗牧场，参考车费大约是 150NTD 左右。或者在瑞穗火车站下车后，转乘花莲客运至马立云站下车，循指标步行约 30 分钟即可抵达瑞穗牧场

用时参考：1 小时



garfield 瑞穗牧场

## Top 5 花莲观光糖厂（光复糖厂）

原来的花莲糖厂由日本人经营，不造糖后转为观光用途。花莲糖厂冰品部里各种口味的棒冰与冰淇淋广受欢迎，无论是外地游客或本地人，到糖厂吃冰早已成为大家心中充满欢乐气氛的共同记忆。另外，糖厂内还有销售农场员工自制的香茅精油、香茅皂礼盒，是游客最佳的伴手礼。如果时间充裕，可以选择在花莲糖厂住宿，花莲糖厂旁有一排排整齐的日式建筑，是台湾硕果仅存的日式木构造建筑群，游客可以在里面体验木桶泡汤乐趣，感受日本文化的寂静之美。

光复糖厂的冰品便宜又好吃还有多种口味选择，一个雪糕筒 45NTD 左右。



地址：台湾花莲县光复乡糖厂街 19 号

费用：无

网址：<http://www.hualiensugar.com.tw/>

开放时间：观光糖厂园区为开放式空间，全年开放。商店街各商家营业时间为 09:00-18:00；冰品贩卖时间为：08:00 - 20:00 (7、8 月份 08:00 - 21:00)

联系方式：(886-3) 8700693

到达交通：距离花莲县光复火车站约三分钟车程，步行至园区约十分钟

用时参考：半天

## Top 6 花东纵谷

花东纵谷是台湾东部纵谷地形景观之一，夹于中央山脉和海岸山脉之间，因横跨花莲、台东两县而得名。花东纵谷内景点众多，尽是一片绿意和绵延的秀丽山脉，沿路并有东部干线铁路相随，在油菜花、金针花盛开时期（花期为：3-5 月），其景色令人赞叹与惊喜。花东纵谷除了田园景观富于变化之外，纵谷内果园、茶园、稻田、牧场等景点都令人目不暇。

地址：台湾花莲县瑞穗乡鹤冈村 17 邻兴鹤路 2 段 168 号

费用：无

开放时间：8:30-17:30

联系方式：(886-3) 8875306

到达交通：搭台铁至花莲站下，转搭花莲客运至瑞穗站下

用时参考：半天



标标 花东纵谷

## Top 7 石梯坪

石梯坪位于丰滨乡花东海岸公路 67 公里处，位于石梯湾南侧的尾端，是一处绵亘一公里、布满灰白色奇岩怪石的海滨。石梯坪沿岸随处可见奇怪石，隆起的珊瑚礁上有许多圆洞，是螃蟹和热带鱼栖息遨游的场所。另外，由于海浪的冲击，海蚀岩台上有很多壶穴，大小深浅不同，里面常常有圆滑的石砾滑动，石梯坪一带的岩台上生长着许多海岸植物，如仙人掌、马安藤等，极具观赏价值。

地址：台湾花莲县丰滨乡

费用：无

开放时间：全天

联系方式：(886-3) 8671326

到达交通：由花莲火车站前搭往成功、静浦或台东等地的花莲、鼎东客运海线班车，在石梯坪下车

用时参考：半天

海边日照强，注意遮阳防晒。



小瑾 石梯坪的海

## Top 8 松园别馆

具有日式风格的松园别馆位于花莲市内，当时是作为日本人的军事指挥中心与高级军官的休息所。地形上由于天然制高点的优势视野可直接远眺北部滨海的入海口，花莲港及北太平洋的海景也都一览无遗。入口处的庭院有挺拔的黑松树约五十余株，每棵树龄皆达九十年以上。

地址：台湾花莲县花莲市水源路 26 号

费用：无

网址：<http://www.pinegarden.com.tw/>

开放时间：9:00-18:00 (休馆时间详细见松园别馆官网)

联系方式：(886-3) 8348777

到达交通：从花莲市区步行 5 分钟即可

用时参考：1 小时

松原别馆里有很多盖印章的地方，打算盖章的朋友不要错过了哦！



连漪 恬静的松原别馆



# 台湾花莲县寿丰乡

## 鲤鱼潭

位于花莲寿丰乡池南村鲤鱼山下的鲤鱼潭，是花莲县内最大的内陆湖泊。当地人原称之为“大陂”，阿美族人则称之为“巴闹”，后因东傍鲤鱼山而被命名为鲤鱼潭。鲤鱼潭水最清澈透底，其水源自潭心涌出。在鲤鱼潭景区内，除了可以租自行车环湖骑行，还可以租借小船，泛舟于湖上。隔着公路与鲤鱼潭相对的路边，是一排餐厅与商店，招牌名菜“活跳虾”，就产自鲤鱼潭，是当地最受欢迎的菜肴之一。

地址：台湾花莲县寿丰乡池南村池环潭北路 100 号 60

费用：无

开放时间：8:30-17:30

联系方式：(886-3) 8641691

到达交通：自花莲市中山路花莲客运总站搭经池南往寿丰的班车，在池南站下车。也可由花莲旧火车站搭往寿丰、池南的花莲客运至鲤鱼潭下车

用时参考：2 小时

推荐租自行车环湖游，晚上去还可以看到萤火虫哦！



七妙 鲤鱼潭

## 花莲海洋公园（远雄海洋公园）

占地约五十公顷的远雄海洋公园是台湾第一座海洋生态主题游乐园，也是台湾唯一集合主题乐园、自然景观乐园、五星级休闲饭店为一体的综合休闲度假乐园。在这里可以看到多种稀奇珍贵的海洋生物。海洋公园内的自然景观公园区，设有空中缆车、鸟园、Green House、结婚广场、棕榈园区、热带雨林区、沙漠植物园区及温带常绿园区等，游客们可以搭乘空中缆车鸟瞰整个东部太平洋海岸之景致。

地址：台湾花莲县寿丰乡台 11 线滨海公路 10 公里处

联系方式：(886-3) 8123199

费用：门票 890NTD/ 大人，博爱票和学生票 590NTD/ 人

网址：[http://www.farglory-oceanpark.com.tw/index.php?site=1&page\\_id=5](http://www.farglory-oceanpark.com.tw/index.php?site=1&page_id=5)

开放时间：9:30-17:00

到达交通：花莲火车站右前方搭乘花莲客运，只要是“花莲—丰滨”、“花莲—静浦”或是“花莲—台东”皆可达花莲海洋公园，车资约 50 元以下有找，车程约 35 分钟

出租车：车资大约 450NTD，车程约 25 分钟

用时参考：半天

# 台湾花莲县光复乡

## 富兴村

瑞穗乡富兴社区是台湾种植土凤梨加工制成凤梨酥、凤梨果酱的基地，也因湖南卫视综艺节目《爸爸去哪儿》曾在此拍摄而受到广泛关注。富兴村以种植加工凤梨为主业，现在也兼顾旅游业的发展，来到富兴村，你可以租住在黄磊多多曾住的露营车，也可以住在乡民家里，体验不一样的农家乐，有空也可以去到富兴客栈尝尝当地可口的“凤梨餐”或者动手做些 DIY 的凤梨酥当伴手礼！

地址：台湾花莲县光复乡富兴村

费用：无

联系方式：facebook “富兴客栈”

开放时间：全天

到达方式：可以自行租车或者搭计程车前往

参考用时：半天



eatwenwong 录制《爸爸去哪儿》的富兴村

## 太巴塱部落（太巴塱文化馆）

太巴塱部落位于光复乡东侧，隔着光复溪与嘉农溪与西侧的马太鞍部落为邻。太巴塱部落的阿美族人，至今仍保留着许多代表阿美族文化的文物，这些风格原始粗犷的木雕作品，无论是旧时文物或现代新作，都成为太巴塱部落最常见的文化象征。如果想要进一步认识阿美族的传统文化，可以前往部落里的太巴塱文化馆、阿美族文物展示室与拉度伦文物广场等地，在这几处地方可以看到各种传统的农具、陶器、刀枪、酒皿、传统服装等阿美族文物，还有用箭竹细杆、茅草及黄藤皮，做成的缩小比例传统茅草屋，以及先人遗留下来的古井和石板遗迹，感受历史文化的冲击。

地址：台湾花莲县光复乡南富村建国路二段 113-1 号

费用：无

到达交通：由花莲火车站前搭花莲客运往光复、富里或是台东的班车，于光复站下车，再转搭花莲客运往丰滨的班车，于东富或是太巴塱小学站下车，即可抵达

用时参考：1 小时



### 太巴塱·天主教圣母教堂

太巴塱·天主教圣母教堂为部落内的信仰中心，也是族民的活动中心。教堂采用矮空尖顶式的建筑，内部有大型彩绘壁画，精巧绘上蓝天白云与耶稣圣像，十分庄严肃穆。

地址：台湾花莲县光复乡富田一街 16 号

费用：无

联系方式：886-03-8702338

开放时间：全天

到达交通：台 11 在线、太巴塱小学的十字路口上往南走几十米

用时参考：半小时

### 新光兆丰休闲农场

全台最大休闲农场，接待中心兆丰厅附有卡拉OK设备，住宿区拥有130间度假小木屋，冬暖夏凉，目前农场正转变为动物园，建设有蜥蜴王国，草食动物区，还有全台最丰富的生态鸟园等。除了景色优美，兆丰农场的牛奶雪糕也是特别有名，各种口味的雪糕让你停不了口。

地址：台湾花莲县光复乡凤林镇林荣里永福街 20 号

费用：无

网址：<http://taiwan.net.tw/m1.aspx?sNo=0001090&id=R69>

开放时间：8:00-17:00

联系方式：886-03-8772666

到达交通：搭台铁至花莲站下，转搭花莲客运（往光复、富里）至兆丰农场站下

用时参考：2 小时

## 台湾花莲县瑞穗乡

### 舞鹤北回归线标

北纬 23 度 27 分 4 秒 51 的北回归线经过台湾的嘉义、高雄、南投、澎湖、花莲，一九三三年日本人在瑞穗火车站西侧建造全省第二座北回归线标。这座北回归线标是当时游客前来游玩的重要据点，1981 年因东线铁路拓宽而拆迁至舞鹤台地，重新建造，新的北回归线标造型优美，加上台地的景色更美，所以这里已经是游客来瑞穗必到之处，听说游客们最爱在北回归线走向的指标下，可以感受跨越两个不同的季风气候的乐趣呢！

地址：台湾花莲县瑞穗乡舞鹤村

费用：无

开放时间：全天

联系方式：886-03-8875306

到达交通：花莲火车站前搭往富里、台东等地的花莲客运山线班车，在舞鹤村下车

用时参考：半小时

### 秀姑峦溪

源起中央山脉和天山的秀姑峦溪由南向北，一路汇集清水溪、塔比拉溪、红叶溪、富源溪等大小河川，在瑞穗汇合流向太平洋，瑞穗旧名“水尾”就是由此而来。

秀姑峦溪跨越了两大板块，欧亚板块与菲律宾板块，中央山脉属欧亚板块，秀姑峦溪在瑞穗往东切割海岸山脉，进入菲律宾板块，如此特殊的地质让游客在 22 公里短短的泛舟活动中可以看到五种不同的地质。

地址：台湾花莲县瑞穗乡中山路三段 215 号

网址：<http://boat.hualientour.com.tw/discount.html>

费用：无，游乐项目另计

联系方式：886-03-8875400

开放时间：全天

到达方式：

(1) 由花莲搭东线铁路，至瑞穗站下车

(2) 搭乘花莲客运，由花莲往富里、玉里的班车，至瑞穗站下

可搭乘纵贯线往台东的公交车。（乘车至瑞穗，街上即有许多泛舟公司接送游客至泛舟起点）

参考用时：一天



餐餐来了 秀姑峦溪泛舟

## 台湾花莲县内其他乡镇

### 六十石山

六十石山位于花莲县富里乡竹田村东侧海拔约 800 公尺的海岸山脉上，有一片广达 300 公顷的金针田，与赤科山同为花莲县内两大金针栽植区。每年 8-9 月是金针花盛开的季节，也是六十石山人潮最多的时期，窄小的产业道路上，常挤满了上山观赏金针花海景观的游客。

地址：台湾花莲县富里乡竹田村

联系方式：886-03-8821725

费用：无

开放时间：全天

到达交通：由花莲市搭往富里，或搭花莲、台东对开经山线的花莲客运，在竹田站下，或搭花东线铁路于东竹站下，均步行约 8 公里上山；亦可自富里搭出租车前往

用时参考：2 小时



 miula3036 六十石山

### 长虹桥

长虹桥长 120 公尺，是台湾第一座悬臂式单拱预力混凝土桥。由远处看，犹如一道长虹跨越山壁绿波而得名。上桥俯瞰，可见秀姑峦溪徐行入海，偶有鸥鸟盘旋，更显幽静。这桥没有桥墩，就像是一条铁桥被挟在两壁之间，站在桥前可远望到临近的太平洋和一望无际的海。

地址：台湾花莲县丰滨乡秀姑峦溪的出口

费用：无

开放时间：全天

到达交通：由花莲火车站前搭花莲、鼎东客运往静浦、台东的班车，于长虹桥站下车，再依指标前进即可抵达

参考用时：半小时内

## 住宿 Sleep

花莲的住宿多以民宿为主，还有少数的星级酒店。主要都集中在花莲市以及七星潭风景区附近。便宜的背包客栈 438NTD 就能入住，好一点条件的民宿要从 2000NTD 到 3400NTD 不等。民宿的话大部分都提供早餐和接送服务，整体来说性价比还是比较高。预定的话至少得提前两三周预定，不然很有可能住不上心仪的客房哦！

## 花莲县新城乡七星潭附近

七星潭是不少游客来花莲必去的一个景点，也可能是他们来花莲的原因。在七星潭附近的住宿大都以能推窗看到海为噱头。想想“面朝大海，春暖花开”，也不过如此吧。

### 七星潭海湾民宿

面山又临海，得天独厚的地理位置，让来到的旅人，能达到身心完全放松的双重感受。

**其实我是 Vincen** 这家是朋友住过之后推荐的，真心很赞，面朝大海春暖花开。民宿就坐落在七星潭边上。住在这边就有种回到家的感觉，给人感觉很舒服，而不是单纯的就住一下的感觉。

地址：花莲县七星街 79 巷 25 号

网址：<http://gulfvilla.hlnb.tw/scenic.htm>

联系方式：886-03-0972772857

到达交通：客栈老板可以到火车站接送

参考价格：山景双人房 2400NTD/ 晚；海景双人房 2900NTD/ 晚。节假日房费会有上调，需提前预约。

### 花莲太鲁阁民宿 · 小鱼的家民宿

花莲太鲁阁民宿 · 小鱼的家民宿为合法花莲民宿，邻近花莲太鲁阁公园、七星潭、花莲市区，拥有极为便捷的交通优势和清幽绝伦的住宿环境，山景、海景相互交迭，翠绿、深蓝彼此融合，展现最极致的乐活气息。

地址：花莲县新城乡新城村中正路 23 巷 23 号

网址：<http://fishbnb.okgo.tw>

联系方式：0935-977060

到达交通：自行前往或联系民宿老板

参考价格：需打电话咨询

### 七星潭海洋恋人民宿

号称太平洋就是他们家后花园，推窗就能看到海，另外老板娘的创意早餐真的是让人赞不绝口！

地址：花莲市海滨街 16 号

网址：<http://www.yang8333338.com.tw>

联系方式：886-03-00928299567

到达交通：到花莲火车站，改搭出租车，约 10 分钟左右到达

参考价格：双人海景房 2500NTD/ 晚；三人街景套房 2500NTD/ 晚

### 花莲七星灯塔民宿

花莲七星潭民宿，“花莲七星灯塔民宿”位于七星潭海滨公园旁，邻近花莲市区、花莲火车站、花莲机场，享有最佳便利的往来交通路线，方便安排纵谷线、海岸线、太鲁阁线、花莲市区近郊等旅游行程。

地址：花莲县新城乡七星街 59 号

网址：<http://lighthouse59.okgo.tw/room.html>

联系方式：886-03-8239466

到达交通：从花莲客运新站搭乘 105 路公车抵达七星潭

参考价格：双人套房 2400NTD/ 晚

## 花莲市区

其实七星潭景区和花莲市离得不是特别远，如果有想晚上去夜市的小伙伴，住在花莲市区内也是一个不错的选择哦 -- 而且价格也会相对便宜！

### 花莲海传民宿

网上大热的海传民宿，位于花莲市海滨，处于太平洋、中央山脉及花莲市区的中间地带，左倚南滨公园，右附北滨生态公园，距离两地皆步行可抵，同时享有翠绿山景、蔚蓝海景和热闹的街容市景。听说老板原来是设计师，老板娘做饭很好吃，台湾当地水果更是随便吃啊！！如果你是吃货或者享受家，怎么可以错过！



地址：花莲市海滨街 4 号  
网址：<http://viewocean.okgo.tw/>  
联系方式：886-03-8348818  
到达交通：到达花莲火车站或汽车站打的前往  
参考价格：日式和风海景房 3300NTD/ 晚，节假日价格会上调。

### 玫瑰花园民宿

玫瑰花园优质套住宿位于花莲市中心公园路上，近火车站、交通便捷，旁有停车场。温馨典雅的套房空间设计，让您有如身在家中的感觉。

地址：花莲市公园路 7 之 1 号  
网址：<http://www.roseland.com.tw/index1.htm>  
联系方式：886-0937532828  
到达交通：到达火车站后可打的前往。如果需要接送，请提前与老板沟通  
参考价格：标准双人间：1800NTD/ 晚，节假日价格会有上调

### 猴子冲浪背包客青年民宿

在花莲当地比较知名的背包客栈，位置好价格便宜，是预算低的朋友们可以考虑的好地方。

地址：花莲市进丰街 5 之 1 号  
联系方式：[+88603-885-3368/theislandbali@gmail.com](mailto:+88603-885-3368/theislandbali@gmail.com).  
到达交通：花莲车站后可打的前往  
参考价格：十人混宿床位 438NTD/ 晚 / 床

## 花莲县瑞穗乡

瑞穗乡位于花莲县的东南部，恰位在花东纵谷平原、东西各临海岸山脉和中央山脉、南边则是舞鹤台地，地势相当平坦是秀姑峦溪冲积扇的一部分。所以周围也有很丰富的景点资源，例如：秀姑峦溪泛舟、瑞穗牧场、吉蒸牧场和瑞穗温泉等。

### 疯花莲民宿

疯花莲民宿有着别于市区中的喧闹，远离尘嚣的悠闲与惬意，占地六十坪，但拥有足够空间的户外休闲庭院，可以荡荡秋千、烤烤肉，尽情享受自己最美好的旅行时光。

地址：花莲县瑞穗乡中山路 1 段 220 号  
网址：<http://www.phoenixlin.url.tw>  
联系方式：0928-709261  
到达交通：瑞穗火车站，火车站前中山路往瑞美方向，步行约 5 分钟即可抵达  
参考价格：双人间（平日）850NTD/ 四人间（平日）1550NTD

## 凤梨露营区

花莲县目前多为种植业，所以光害污染比较少，晚上天空上的星星特别明亮耀眼。在此如此寂静的晚上，躺在帐篷里或者坐在草地上都是难得的美好时光！

### 凤梨露营区

这是湖南卫视综艺节目《爸爸去哪儿 2》花莲站中，多多和黄磊下榻的地方，相信酷炫的露营车大家一定不会忘记。这里除了露营车还能在草地上露营哦！由于游客众多，目前露营区在扩建中，所以要住的小伙伴要先联系老板！

地址：台湾花莲县瑞穗乡富兴村 13 邻东兴路 143 之 8  
网址：Facebook 上搜索“凤梨露营区”  
联系方式：886-091-6765296  
到达交通：计程车或者包车到达  
参考价格：一辆车包车价 6500NTD

## 餐饮 Eat

花莲的美食众多，大多集中在夜市和一些旅游景点，以小吃、海产品、甜点为主。阿美麻糬、扁食、公正包子和炸弹葱油饼更是去花莲必须体验的，但是吃到好吃的不容易，因为有些热门店不排队还真吃不到。

## 特色美食

### 扁食

扁食在北方人称为馄饨，台湾俗称为扁食，也有人称之为扁肉。不过也不完全一样，扁食皮用高筋面粉制作，细嫩光滑，弹牙肉 Q，除了猪肉馅扁食外，还有鱼肉等海鲜做馅的扁食，令人回味无穷，就连扁食汤也非常受人欢迎。在台湾，扁食不仅可以煮，还可以炸，蘸上独特的调味酱料，味道同样难忘。

### 液香扁食

液香扁食是花莲有名的小吃，蒋经国曾过大为赞赏，从此每到花莲一定光顾。早年台湾东部交通不便，去一趟花莲十分费事；蒋经国前后光顾液香扁食店七次，留下许多珍贵照片，如今都陈列店头，成为珍贵的回忆。这个店历经三代人的经营，已经有五十多年的历史了，因手艺精巧、经验独到，所做的皮圆薄又扎实，具有弹性，下水不烂，而建立了良好的口碑。

地址：台湾花莲市信义路 42 号  
营业时间：9:00-21:00  
联系方式：(886-3) 8326761  
参考花费：60NTD/ 碗



### 花莲香扁食

花莲香扁食也是台湾本地人很喜欢去的小店，因为他们家做的扁食的皮很Q（弹牙），整体咬起来很有口感很扎实，汤汁很鲜，而且喝过没有想经常喝水，足以证明它们的新鲜啊！在大家的评价中，鲜虾扁食是最受欢迎的一款，虾仁大而爽，绝对是扁食中的极品啊！还有一些台湾本土的卤鸡蛋、卤海带等都是好正的哦！

地址：台湾花莲市中山路 355 号  
营业时间：9:00-21:00  
联系方式：(886-3) 8336166  
参考花费：90NTD/碗

### 花莲薯

花莲薯的原料是地瓜，作法是先去皮煮烂后，捣成泥状、加入糖、香料、面粉等拌匀，捏成型烘烤即成。花莲芋的作法亦雷同，惟烘培前，再撒些玉桂（肉桂）粉，增加香气，故又称为“玉桂馒头”。



花莲薯

### 麻薯

花莲的麻薯可是出名的好吃，也是当地知名的伴手礼之一，到花莲旅游的人们免不了都要品尝几颗手工制作的麻薯。麻薯包装分为两种：一种是保质期只有一天的，现场制作，味道一级棒；还有一种是真空包装的便于当做伴手礼带走，麻薯皮香弹牙，馅料十足，甜而不腻。

#### 曾记麻薯（国民路店）

纯手工香Q柔软的外皮，采用传统天然健康的原材料，不添加防腐剂，圆融饱满的麻糬口感，手工揉捏制成，吃出每一口的好味道。

地址：台湾花莲市民国路 4 号  
网址：[http://smail.au.edu.tw/~at963757/untitled\\_5.htm](http://smail.au.edu.tw/~at963757/untitled_5.htm)  
营业时间：周日至周四：6:30-22:00；周五至周六：6:30-22:30  
联系方式：(886-3) 8322465  
参考价格：人均 500 NTD

#### 阿美麻薯（中正店）

跟曾记麻薯一样，阿美麻薯也是花莲当地非常有名的伴手礼之一。曾记和阿美卖的东西的种类相似，但做出来的口感和味道却不同哦——阿美麻薯的比较Q，比曾记麻薯的口感略为扎实一点，而且香芋口味是杀手锏哦！

地址：台湾市中正路 576 号 1 楼  
营业时间：8:00-22:00

联系方式：(886-3) 8338166

参考价格：人均 500NTD

### 虱目鱼汤

众所周知，花莲也是拥有台湾海洋资源的县之一，所以这里海产也少不了。虱目鱼也是当地很有名的鱼类之一哦——既然带不走就吃在肚子里带走吧！虱目鱼可以煮汤或者煮粥，它的肉本来带点酸味，但它含有 17 种胺基酸和丰富的胶质、钙、磷，胺基酸对人体的肝脏有很好的保护作用。

## 更多特色小吃店

### 公正包子铺

公正包子铺多有名，看看每天排队的人就知道了。包子铺在市中心公正街上，面积不大，但却很热闹，排队的人很多。包子皮薄肉多，有股浓郁的肉香，加上店家自己调制的汁，真是美味啊！他们家的饺子更好吃哦！

地址：台湾花莲市中山路 99 号之 2

联系方式：(886-3) 8342933

营业时间：全天

参考费用：包子 5NTD/个



 雪梨酱 公正包子，有两位领导人的签字，尤其右边这位，听说他的签字遍布了许多夜市小吃摊。司机把我们放下的路口正对着公正包子，所以这里也就成了我们品尝市区美食的第一站

### 炸弹葱油饼

炸弹葱油饼是花莲最有名的小吃，葱油饼的蛋是煎至五分熟，咬一口蛋黄就会爆出来，所以才叫炸弹葱油饼。而且据说想要吃这个饼还得赶早，每天限量供应，卖完了就收摊回家了。不过吃货小伙伴不用紧张哦！你可以叫民宿老板或者包车师傅帮忙预定，到店里拿着手机好就可以拿啦！

地址：花莲市复兴街 102 号

联系方式：(886-919) 288590

营业时间：13:40-19:00

参考费用：30NTD/个



## 五霸包心粉圆

包心粉圆的特色，在于一颗硕大浑厚的粉圆当中，包着整颗红豆，或者其他小料，口感Q弹，甜而不腻，是不少甜食爱好者的心头好。来花莲，就不要错过这个。



**小食** 刨冰的样子做得很像菠萝包的酥皮，冰融合着焦糖的微涩和炼奶的乳香，底层用豆花、仙草隔离现场烫好的包心粉圆，保持粉圆的Q感。

地址：台湾花莲市博爱街 165 号

网址：<http://fivebar.myweb.hinet.net/>

联系方式：886-03-8322929

营业时间：11:30-23:00

参考价格：60NTD / 份

## 海埔蚵仔煎

虽然不少吃货小伙伴，一下飞机到台北就会去尝尝地道的“蚵仔煎”，但是不同的店，酱料的味道是不同的哦！来花莲可以试试当地人最喜欢的海埔蚵仔煎！

地址：台湾花莲市自由街 86 号

联系方式：(886-2) 8323121

营业时间：17:00-23:00 (卖完为止)

参考价格：50NTD / 份



**雪梨酱** 海埔蚵仔煎

## 一心泡泡冰

泡泡冰以前是台南高雄最著名的小吃，因其冰凉口感和丰富的拌料而闻名。风靡全台的泡泡冰在花莲也有了哦！用料也还是那么足，泡泡冰的口感还是那么绵绵！大赞啊！推荐饮品：花生泡泡冰、巧克力泡泡冰、牛奶泡泡冰、情人果泡泡冰、草莓泡泡冰

地址：台湾花莲县花莲市中华路 22 号

联系方式：(886-3) 8346179

营业时间：9:00-18:00

参考价格：人均 70NTD

## 花莲县饼

花莲县饼一听就感觉是花莲具代表性的名特产，县饼菩提酥、漂流木饼、红玉火龙饼，每一样产品都跟花莲有着密不可分的关系，身为面包师傅出身的老板，大家都称他为刘师傅。他创新研发出一系列“素食美味”且深具“健康养生”的美食茶点，口味独特创新，广受大众们的喜爱。

地址：台湾花莲县花莲市国联一路 57 号

联系方式：(886-3) 8338819

营业时间：9:00-22:00

参考价格：人均 200NTD



**美丽岛老林** 花莲县饼

## 台湾菜餐馆推荐

到了台湾怎么可能不品尝最传统和地道的台湾菜呢？台湾菜味道清淡，口味偏甜，菜品精致。融合了海鲜、闽菜、粤菜及客家菜的烹调手法，后经荷兰、日本的文化影响，结合当地食材发展起来的一种菜肴。台湾菜分为特色菜、传统菜及特色小吃，每个菜系都有它不同的特色，台湾菜因其特殊的历史背景，呈现出来的菜系也是多元化的。

## 鹅肉先生

鹅肉先生，自 1983 开始，从路边摊到店面，一步一脚印，慢慢建立口碑，过去是当地人的宵夜据点，近年来已经成为大家口碑相传的花莲必吃美食了，招牌鹅肉更是每桌必点。



地址：台湾花莲市中山路 259 号

营业时间：11:00-0:30

联系方式：(886-3)8331902

到达交通：计程车或步行到

参考价格：鹅肉 360NTD/ 台斤 (1 台斤 =600g)



Mavis 鹅肉先生

## 富兴客栈

身在瑞穗乡的“富兴客栈”以凤梨为主要原料，上演一桌别有风味的“凤梨餐”。凤梨菜系有很多选择，老板注意到游客刚来到也不知道吃什么才好，特意设计了 A、B、C 餐满足不同人数、不同口味的需求，还会附赠店家自制的凤梨茶！吃好饭有兴趣还可以预约下午做新鲜的凤梨酥和凤梨果酱当伴手礼噢！

地址：台湾花莲县瑞穗乡富兴村中正北路三段 180 号

营业时间：09:00-18:00

联系方式：(886-3) 8811658

到达交通：计程车或者自行租车到达

参考价格：人均 400NTD

## 悟饕池上饭包（北埔路）

台湾便当非常有名，便当即盒饭，而铁路便当和池上便当是当地比较好的便当店。对于大陆同胞来说这个便当完全可以颠覆对盒饭的定义，作为一种快餐式食物，它一点没有给人敷衍了事的感觉，用料扎实，搭配精心，物美价廉，到了花莲绝对不能错过哦！来不及也可以在火车站买铁路便当哟！

地址：台湾花莲县新城乡北埔路 231 号

联系方式：886-3-8261911

营业时间：10:00-20:00

参考价格：人均 60 NTD

## 满妹猪脚

在通往林田山的路上，有一家有名的满妹猪脚，身为客家人的满婆婆做出来的卤味颇有客家菜咸、香、油的特色，其中招牌的卤猪脚系先炸后卤，皮滑肉嫩；而卤结肠则是一串肠结，此为了在炖卤过程保持大肠中鲜美的汁液。可口的卤味配上白饭，真是人生一大朴实的美味！

地址：台湾花莲县凤林镇万森路 10 号

联系方式：886-3-8751298

营业时间：9:00-18:00

参考花费：猪脚 200NTD/ 份



kristy 宝 满妹猪脚

## 霸味姜母鸭

姜母鸭是历代帝王皇室食补不可缺少的一项重要原料。台湾霸味姜母鸭精选老姜、台湾黑麻油、红面公鸭精心熬制，不加盐和味精，保持汤的原汁原味。可滋阴补阳，祛风驱寒。推荐菜品有：姜母鸭、面线、鸭丸子。

地址：台湾花莲县花莲市明智街 69 号

联系方式：(886-383) 25000

营业时间：10:00-21:00

参考消费：人均 300NTD

## 美食街推荐

在花莲有两个主要的夜市，一个是南滨夜市，一个是自强夜市，其中南滨夜市多以娱乐为主。自强夜市因美食和饮食娱乐节目的介绍而人气鼎盛，吃的比较多。大家如果有时间的话，不妨两个夜市都去逛逛吃吃。

### 自强路夜市

自强路夜市位于花莲市内，本地人都比较喜欢去这里的夜市，每当夜幕降临，各种小吃摊就开始陆陆续续营业了，去晚了的话有些热门摊位可能还会赶上排队，嘈杂的人声直到半夜才会散去。

地址：台湾花莲县吉安乡和平路和自强路口

营业时间：17:00-2:00

到达交通：在花莲车站前站出站，出火车站后右转接上中山路后，右转经中山路地下道后，马上左转富国路直行，步行约 5-7 分钟即可抵达自强路夜市。

参考价格：人均 200NTD

### 第一家烤肉串

自强路要排队的小吃摊很多，但是人多到要领号的烤肉店可真的只有他们家了。很多吃过的人都觉得他们家烧烤的酱汁很独特，甜甜的又不影响口感。火候刚好，总的来说非常值！

地址：台湾吉安乡自强路（自强路夜市）

联系方式：(886-939) 533337

营业时间：17:00-1:30

参考价格：20NTD/ 串



### 蒋家创意棺材板

特别强调为花莲式的棺材板，与台南的口味不同，这家棺材板是将裹了蛋汁的厚片吐司下油锅炸至金黄酥脆，接着将另一面掏空，抹上特制的酱汁，并提供二十多种口味给你选择。此外，摊位上还免费供应奶茶，红茶无限供应，真是物超所值。

地址：台湾吉安乡自强路与和平路交叉口（自强路夜市内）

联系方式：(886-9) 35242414

营业时间：17:00-1:30

参考价格：45NTD/份

### 北港春卷

能让春卷这个平民美食，做得让人指定非吃这家不可，那需要的可真的不只是一点点功力了。配料丰富，食材分量调配得宜，绝对呈现出一种完美和谐的绝妙滋味。

地址：台湾吉安乡自强路与和平路交叉口（自强路夜市内）

营业时间：17:30-1:00

参考价格：人均 45NTD

### 妙不可言果汁店

妙不可言果汁店是自强夜市的一家特色的饮料专卖店，这家店之所以每天都有很多人排队购买，是因为他家的果汁都是精选的水果现榨的，口感好、味道纯真而且自然健康。推荐的饮品有：木瓜牛奶、草莓苹果、苹果水梨汁、草莓牛奶和综合果汁等，大家到自强夜市一定要尝试哦！

地址：台湾花莲县花莲市自强路与和平路一段交叉口（自强夜市）

营业时间：17:00-02:00

参考花费：人均 60NTD



Doriazhou 妙不可言果汁店

### 周家蒸饺

周家蒸饺是一家经营三十年的花莲老店，坚持手工制作，用料新鲜。周家小笼包、蒸饺、肉羹（面线或米线）、酸辣汤等最为有名。小笼包的馅料实在，一口咬下去汤汁流出，满满的幸福感；招牌蒸饺皮薄馅多肉汁饱满，保证让你回味无穷！

地址：台湾花莲县花莲市公正街 4-20 号（公正包子铺旁）

营业时间：全天

联系方式：(886-3) 8350006

参考消费：人均 100NTD

### 南滨观光夜市

南滨夜市是花莲规模最大的夜市，位于南滨公园旁，与其他夜市不同的是，这里玩乐的项目多于吃喝，还在海边，傍晚前还可以来这里观赏夕阳缓缓沉入海面的美景。

地址：花莲市南滨路南滨公园内（近和平路）

开放时间：18:00-01:00

到达交通：从花莲火车站出发，行驶中山路，至海滨路右转直行，即可抵达南滨公园，夜市入口在公园旁边

参考价格：人均 300NTD

### 林记烧番麦

林记烧番麦已经拥有 38 年的历史，番麦就是玉米，所以很容易理解为烧番麦就是我们说的烤玉米，能把烤玉米做到香而不腻、口感很 Q，吃了还不会上火，也是一门绝招啊！

地址：花莲县花莲市南滨路 2 号（南滨夜市内）

营业时间：17:00-01:00

联系方式：886-093-7947886

参考消费：人均 100NTD



花泽泪 林记烧番麦

## 购物 Shopping

不像台北，高雄这些大城市，在花莲并没有什么大的购物广场，所以并不建议游客在这里采购大件商品，除此之外，倒是有不少当地的特产值得带回去当伴手礼。

### 雷古多

名称相当特殊的花莲名产，因形状像大唱盘（record）而得名，同心圆的一圈圈涟漪式各种不同口味的果酱。圆圆的大饼外表讨喜，吃起来口感香脆，是非常受欢迎的伴手礼。

### 丰兴饼铺

地址：花莲市中华路 296-2 号

联系电话：(886-3) 8323426

营业时间：8:00-22:00

参考消费：人均 500NTD



## 花莲薯

花莲薯是花莲有名的特产小吃，也是来到花莲旅游的人们必不可少的甜点之一。惠比须饼铺是家百年老字号店铺，自然有它的好吃之道。店内采用淀粉质较高、白皮黄肉番薯制作而成，由于特殊制法，这家的花莲薯能保留住地瓜的原味，加上少许的豆沙拌匀，再抹上二次蛋汁，最后放入烤箱，香甜松软的花莲薯便制作完成。

## 惠比须饼铺

地址：台湾花莲县花莲市中华路 65 号

联系电话：(886-3) 8322856

营业时间：8:00-22:00

参考消费：人均 500NTD

## 牛轧糖

花莲有许多环境不错的牧场，里面奶源新鲜，制出来的牛轧糖口感也特别醇厚，不少游客尝过之后，都是大包小包的买回去当伴手礼的哦！

## 瑞穗牧场

地址：978 花莲县瑞穗乡舞鹤村 157 号

网址：[http://www.rareseed.com.tw/nougat/about\\_us.html](http://www.rareseed.com.tw/nougat/about_us.html)

开放时间：8:00-18:00

联系方式：(886-3) 8876611

参考消费：人均 200NTD

# 娱乐 Entertainment

除了游玩基本的景点以外，花莲还有很多水上活动，而且趣味性与刺激性一点都不亚于台南的垦丁！大家可以按照自己可承受刺激的范围挑选出最佳的娱乐方式。

## 到太平洋上赏鲸去

花莲海域是东海岸赏鲸的好地方之一，赏鲸时间约 2.5 小时，能不能看到鲸鱼也是非常考运气的！有的时候出海 20 分钟就能目睹鲸鱼群在海里跳跃、喷水等与人友好地互动。赏鲸不但可以了解关于鲸豚的相关知识，也可以聆听讲解员介绍花莲特殊的海洋资源，或者拍拍合照，纪念一下这美好的出海时光！

花莲赏鲸旅游网：<http://whale.hualientour.com.tw/>

## 体验 DIY 带给自己的愉悦

原为生产白糖的光复糖厂，修护后招商，成为游客 DIY 的“创意工坊”。工坊结合光复乡及邻近乡镇手工艺术家的进驻，有“漆艺工坊”漆器、“煮佑工坊”串珠珠等艺术创作工作室，还有社群的婆婆妈妈、阿姨亲手制作纯植物提炼的自然色素，染出的多种花样手提包及环保又实用的环保筷袋。还有各种学生族群喜欢的吊饰。这里卖出商品所收的款项都归慈善基金会。

光复糖厂：<http://www.hualiensugar.com.tw/>

## 感受青山绿水溯溪而上

溯溪故名思义就是沿着溪流由下游溯行至上游的一项运动，由综艺节目《爸爸去哪儿》带出的“溯溪热”成为了不少想去台湾玩的人必去的项

目之一。溯溪会经历涉溪、跳石、攀瀑、横渡、高挠、垂降及渡深潭等等的刺激活动。

台湾溯溪旅游网：<http://brook.hualientour.com.tw/>



 Eatwenwong 我们去的时候池水很蓝，跟在电视上看到不一样是因为爸爸去的那天刚好下了雨，池水看起来就不蓝了，moved！赶紧跳下水试一下！！！

## 激流勇进秀姑峦溪泛舟

秀姑峦溪位于花东交界，发源于中央山脉，全长 90 公里是东部最长的河川，也是全台仅有全年可让游客体验泛舟活动的溪流。从瑞穗大桥到长虹桥长达二十二公里的河段，皆可供泛舟。每年 5、6 月固定举行的秀姑峦溪国际泛舟邀请赛，已成为最重要的泛舟活动。

# 节日 Festivals

花莲的节庆基本跟台湾一样，春节、元宵节以及中秋节都是他们的基本节日，除此以外，由于花莲自然资源比较丰富，也是台湾少数民族聚集最多的地方，所以还有不少当地特色的庆祝活动的。

## 曼波鱼节

曼波鱼在台湾又叫翻车鱼，叫这么奇怪的名字是因为渔民常看见曼波鱼翻着身子躺在海滩上，借以提高体内温度。曼波鱼肉质 Q 弹，具有丰富的胶原蛋白，所以也被称作是女性的养颜圣品。每年 7 月到 8 月，花莲都会举办许多围绕着曼波鱼的活动，比如曼波鱼料理 PK，亲子 DIY。吃货朋友们千万不要错过。

时间：7-8 月

## 原住民文化节

花莲是原住民文化最多元的地方，每年 7 月起陆续登场的丰年祭，是阿美族全年最重要的祭典，“丰年祭”是阿美族的过年，是阿美族庆祝过去一年丰收成果的节日。过“丰年祭”的时候，大家围成一个大圈，相互应答对唱歌谣。花莲县政府举办有原住民文化节活动。届时将可以了解到少数民族文化及历史，体验当地的风俗民情。

时间：7 月



## 金针花季

8月进入高山金针的产期，玉里镇赤科山与富里乡的六十石山是台湾大高山金针产地，黄澄澄的金针花开满山头，蔚蓝的天空、绵絮般的白云和晒金针的景象构成天然美景，吸引各地摄影家前来拍照，喜欢赏花拍照的游客一定不能错过。

时间：8月

## 太鲁阁马拉松邀请赛

全世界第一次峡谷国际马拉松赛于2000年在太鲁阁峡谷开跑，吸引大批中外选手前来参加。接着连续两年，太鲁阁公园管理处持续举办太鲁阁国际马拉松活动，参赛选手逐年递增，到去年已有上万人报名，现已成为太鲁阁最重要的年度活动，每年的11月，上万选手在净空的中横公路上，用身体感受太鲁阁峡谷最美丽的晨光。

时间：11月

# 线路推荐 Tours

花莲是一个说大不大，说小也不小的地方，旅游资源非常多但又比较分散，针对时间比较充裕，完全是慢游节奏的游客，我们有三日游的行程，带你玩遍花莲。如果时间比较紧的话，不妨就去花莲北部的太鲁阁景区，那里既可以看到太平洋，也可以看到丰富的自然景貌，基本集中了花莲旅游精髓的所在了。

## 花莲观光三日游

### 线路特色

在这个原住民色彩浓郁的地方游玩。

### 线路设计

D1：七星潭—太鲁阁公园

第一天上午出发去七星潭，此地海滩为优美的弧形海湾，海水洁净湛蓝，黑石晶莹剔透，其海景和日出可媲美阿里山。吃过午饭后前往太鲁阁公园游玩。长春祠、燕子口、九曲洞等峡谷景观美不胜收，著名的白杨瀑布、清水断崖展现中央山脉的险峻。当行走在太鲁阁峡谷的每个角落，都可感受到大自然造物力量的伟大。

D2：花东纵谷

第二天不妨去美丽的花东纵谷游玩。这里具有独特的自然和人文景观，你可以在庆修书院静心参观，然后到吉安的农村里闲逛，最后到鲤鱼潭看看那里的安静祥和。纵谷线本身所具备之产业、地景、田园、人文、聚落等资源，让旅途不仅可以获得乡野休憩的舒适，还可进一步享受知性地、学习性的深刻乐趣。

D3：东海岸

第三天不妨租一辆自行车开启一段美妙的骑行之旅，在东海岸绵延的海岸公路上骑行，享受由太平洋吹来的风。

## 花莲绿色主题游

### 线路特色

感受花莲的自然风光，走进自然

### 线路设计

鲤鱼潭—立川渔场—丰田移民村—光复糖厂—吉蒸牧场—自强夜市

在台湾，花东这块狭长地形，始终被称为最后的净土。夹在中央山脉与海岸山脉的花东纵谷，其群山环绕的景致宛如人间秘境。

首先，前往位于寿丰乡的鲤鱼潭，其为花莲区最大的内陆湖泊；潭畔设置亲水公园、露营区，以及自行车步道等相关设施，适合家庭、好友或情侣，踏着轻松缓慢步调，享受其粼粼波光与山湖交影的乐活意趣。

除了体验下水摸蚬仔的儿时乐趣之外，渔场规划的蚬之馆，分享着养殖蚬的各式学问；而一旁的特色餐厅，分别因应客人不同的需求，提供蚬、鱼等料理。

光复糖厂建于1921年，早期为日人的制糖工厂，后期由台糖接手，转型为一座纪录台湾糖业发展史的休闲园区。在这里，你可以参观过去制糖的机具与日式木造老宿舍，还能品尝口味多样且轻甜不腻的厂内冰品。吉蒸牧场，牧场内占地广大、视野辽阔，蔚蓝宽阔的天空、翠绿盎然的草原，点缀着黑白相间的乳牛，彷彿置身于新西兰，感受浓浓的异国风情。晚上到自强夜市去。里头60多个摊位，包括牛排、东山鸭头、烤肉、火锅、果汁，一直到许多新奇点心，应有尽有，让你尽情品味地道小吃。

## 太鲁阁一日游

### 线路特色

在森林公园游玩，呼吸新鲜空气，贴近自然

### 线路设计

太鲁阁峡谷—长春祠—燕子口—天祥村—太鲁阁峡

太鲁阁公园是中国台湾地区的著名旅游圣地之一。园内有台湾第一条东西横贯公路通过，称为中横公路。公园内的游憩资源大部分都分布在中横公路东段沿线，如长春祠、太鲁阁峡谷、九曲洞、天祥等。另外还有鬼斧神工的苏花公路上的清水断崖、娃娃谷等，都是著名旅游圣地。

“太鲁长春”是入峡后的第一景。过红色的铁桥长春桥后，只见一道飞瀑在长春祠前分流入立雾溪，加上古典的祠堂建筑，一幅山水庭园的图画便活生生地呈现眼前。

天祥村，此地原是泰雅人村落，名“太比多”，后来为纪念南宋名臣文天祥而改名。这里有天峰塔（七级宝塔）、祥德寺、福园、梅园等景点。从太鲁阁到天祥这一段，称内太鲁阁峡，长约20公里，全是断崖幽谷，为中横路上风景区的精华。沿途有文山温泉、西宝农场、豁然亭、慈恩山水、碧绿神木和关原云海等胜境。

## 一日游程：青山绿水悠然行——九曲洞步道行程说明

早上从花莲出发，第一站至太鲁阁游客中心，路程约26公里。

第二站至长春祠，路程约2.3公里。

第三站至燕子口，路程约4.4公里。

第四站至九曲洞步道，路程约3.8公里。

第五站抵达天祥，路程约5.5公里，可在此享用午餐。

第六站至绿水（绿水步道），路程约2公里。

第七站至布洛湾，路程约12.7公里。

返回花莲，路程约36.7公里。



# 实用信息 Practical Information

## 货币

### 关于新台币

台湾流通货币为新台币（简称为 TWD、NT 或 NTD）。目前携带银联借记卡前往台北旅游非常便利，可在机场、7-11、全家便利店、各大商场或邮局寻找带有银联标示的 ATM，直接提取新台币，而且汇率比较划算（华夏等银行发行了境外 ATM 取款免手续费的银联卡，具体可咨询各大银行）；

### 货币兑换 & 刷卡

建议出发前，在大陆各大银行兑换一部分新台币备用（台湾新政策调整，“旅客携带新台币出入台境的限额”由 6 万 NTD 提高至 10 万 NTD），到达台北后再用银联卡直接提取新台币；

在台北如需刷卡消费，建议尽量使用银联卡（需要商家支持银联卡付款）；若使用万事达（MASTER）或维萨（VISA）等信用卡，会先结算成美元，回来后还要再经历美元结算成人民币的转换，汇率损失比较多；如果使用银联信用卡，要向商家强调是刷银联卡，直接刷人民币价格即可；

建议不要在首都机场或台北各机场的兑换点直接用人民币兑换台币，不仅汇率不好还要支付一定的手续费；如果遇到特殊情况，建议在台北各机场选择台湾银行的兑换点进行兑换，其汇率在台湾各家银行中是比较划算的；

当然，在台北各大正规银行兑换点，都可以用人民币直接兑换台币，比在宾馆、商场兑换要划算的多，而且不收取手续费；不过各家汇率不同，可以多比较；一般情况兆丰国际商业银行的汇率最好，其次是台湾银行，在一些台湾本地的银行，例如：台湾土地银行等兑换的汇率也较高。

## 语言

虽然花莲有不少原住民部落，但是主要语言还是闽南话，用国语也可以和当地居民交流。另，大家在公众场合讲话，一定要轻声细语，不然真的很突兀，还要常说“谢谢”，“请问”和“不好意思”等礼貌用语。两岸的一些用语习惯不同，可查看“大陆台湾常用语对照表”

台湾用语——大陆用语

原子笔——圆珠笔

酱油——老抽、生抽

芭乐——番石榴

电锅——电饭煲

洗面奶——洗面奶

洗发乳——洗发水

长官 / 上司 / 上级——领导

邮差——邮递员

警察局——公安局

饭店——宾馆 / 酒店

西北雨——雷阵雨

公共汽车 / 公车——公交车 / 大巴

计程车——出租车

宵夜——夜宵

洋芋片——土豆片

高丽菜 / 甘蓝菜——卷心菜 / 包菜 / 洋白菜 / 圆白菜

马铃薯——土豆

薪水——工资

快餐面 / 生力面 / 泡面——方便面

## 电源

台湾的标准电源是 110 伏、是双刀两插（就是国内标准的两插）。大陆的插头一般过去都不需要转换器，但是要看自己的电器是不是支持宽电压（110-240 伏）。

## 通讯

### 电话卡

在入台湾境内时，在机场大厅可以办理电话卡，机场只有两个电信商：中华电信和大哥大。如果是比较精明的游客，可以选择到台北市里购买电话，这样就可以有更多的选择，例如是：台湾之星、远传电信等。一般的电信运营商都会为大陆游客推出不同的花费套餐，大家要看清楚再购买哦！

### 网络

在花莲，如果到台北的时候已经办了台湾的电话卡（带上网流量）那种，那么在花莲也一样能使用。而且在花莲的民宿大多都会免费提供 WiFi，所以大家不用担心在花莲的上网问题。

### iTaiwan 免费 wifi 服务

为满足民众外出活动的连网需求，iTaiwan 爱台湾免费无线上网服务，已于全台各地旅游景点、交通运输节点、文教馆所、申办洽公场所等公共空间，设立约 4,400 个 WiFi 热点，可提供免费无线上网基本信息服务。

申请方式——大陆游客入境后，可以到全台各地旅服中心服务台凭护照申请 iTaiwan 账号。账号开通后，只要在全台 iTaiwan 无线上网热点，使用支持 WiFi 的智能型手机、笔记本、平板计算机等行动工具，选择 WiFi 网络名称为“iTaiwan”的服务识别名称，输入账号与密码登入后，便能使用 iTaiwan WiFi 无线上网，查询观光旅游信息及与亲朋好友实时通讯；

注意事项——“iTaiwan”亦与台北市“TPE-Free”及新北市“New Taipei”等地方政府 WiFi 系统建立漫游机制，观光客申请开通“iTaiwan”账号后，即可在 iTaiwan、台北公众区免费无线上网 TPE-Free、新北市无线上网（New Taipei）、台中免费无线上网服务（iTaichung）及台南市政府（Tainan-WiFi）等 5 讯号区域内进行无线漫游。

覆盖地区——全台湾与外岛地区共有超过四千个热点，主要在风景区的旅游中心、邮局、火车站、机场、码头以及政府单位等地方。



# 出入境 Entry-Exit

大陆居民赴台团队游或个人自由行，先要申请办理《大陆居民往来台湾通行证》和旅游 G 签（为户口所在地是非开放自由行城市，但在以上开通城市工作的游客使用，详见下面方法 3），然后使用通行证去办理入台证，持“两证”才能正式赴台旅游。

## 大陆居民往来台湾通行证

### 1、开放大陆居民赴台自由行的城市

开放台湾自由行的城市有北京、上海、厦门、天津、重庆、广州、成都、南京、杭州、济南、西安、福州、深圳、沈阳、郑州、武汉、苏州、宁波、青岛、石家庄、长春、合肥、长沙、南宁、昆明、泉州、漳州、太原、贵阳、烟台、哈尔滨、中山、大连、温州、南昌、无锡、海口、呼和浩特、兰州、银川、常州、舟山、惠州、威海、龙岩、桂林、徐州等 47 个城市（截止 2015 年 4 月开放的城市）。

### 注意：未开通自由行的城市居民如何赴台旅行？

方法一：跟随有赴台旅行资质的旅行团；

方法二：开放自由行的 47 个城市户籍人口的配偶、16 岁以下子女，即使不是 47 个开放城市的，也可以申请台湾自由行。（请咨询所在地公安局，以确定新规则的当地具体执行情况）

方法三：如本人的户口所在地是非开放自由行城市，但在以上 47 个开通城市工作，有暂住证 + 缴纳社保满一年证明（详细请咨询所在地出入境管理局，以确定新规则的当地具体执行情况），可以在以上 47 个城市向公安局申请台湾通行证 +G 签注，成功拿到 G 签注后，可在具有赴台旅游经营资质的旅行社申请入台许可。建议办理前直接咨询所在地出入境管理局。

### 2、办理地点

（以下说明以北京市居民办理为例）

北京市居民申请参团赴台旅游或赴台个人旅游，在各公安分县局出入境接待大厅（室）办理；赴台旅游组团社领队办理赴台旅游，在市局出入境管理总队接待大厅办理；如果除赴台旅游以外的事由申请办理《大陆居民往来台湾通行证》及签注，请都到市局出入境管理总队接待大厅办理；

### 3、办理所需材料

注意：申请赴台团队旅游的，本人须提交以下材料：

- (1) 申请人近期正面免冠彩色照片（二寸光面相纸，白色或淡蓝色背景）一张；
- (2) 交验北京市户口簿、居民身份证件的原件及复印件（A4 纸）。
- (3) 填写完整的《北京市居民往来台湾地区申请表》。
- (4) 提交我市具备经营赴台旅游业务资格旅行社出具的有本人姓名的旅游费用发票原件及复印件；
- (5) 旅游团领队提交我市具备经营赴台旅游业务资格旅行社出具的统一规格的公函以及由海峡两岸旅游交流协会出具的《赴台旅游领队证》原件及复印件。

注：赴台定居的申请只能在北京市公安局出入境管理总队提交。

注意：申请赴台个人旅游的，本人须提交以下材料：

- (1) 申请人近期正面免冠彩色照片（二寸光面相纸，白色或淡蓝色背景）一张；
- (2) 交验北京市户口簿、居民身份证件的原件及复印件（A4 纸）。
- (3) 填写完整的《北京市居民往来台湾地区申请表》。

### 特别提示

(1) 个人旅游签注为 6 个月一次出入境有效，可在台湾停留时间为自入境次日起不超过 15 天；团队旅游签注为 3 个月一次出入境有效，可在台湾停留时间为自入境次日起不超过 10 天；如果遇到自然灾害、重大疾病等不可抗力因素必须延期的，应及时报告台旅会，并于事后自行返回。

(2) 赴台个人旅游，在取得大陆居民往来台湾通行证及签注后，申请人还须通过有赴台旅游经营资质的旅行社申请入台许可。

### 4、办理时限

10 个工作日（自递交申请后第二个工作日开始计算）

### 5、办理费用

通行证每证 30 元，签注每项次 20 元

### 6、《大陆居民往来台湾通行证》有效期

自办理日期起 5 年

### 入台证

在取得《大陆居民往来台湾通行证》后方可办理

#### 办理入台证所需材料

1. 台湾通行证（上面所说的“大陆居民往来台湾通行证”）
  - (1) 含台湾个人旅游签注 G 签（照片页和签注页彩色扫描件）
  - (2) 证件和签注均在有效期之内的（大陆居民往来台湾通行证）
2. 个人旅游申请表格
3. 身份证明
  - (1) 身份证正反面
  - (2) 本人户口簿户主页、个人页
4. 照片（电子版）

本人 2 寸白底彩色照片（半年近照，要求露耳）规格：尺寸要求长 4.5 公分，宽 3.5 公分，人像自头顶至下颌的长度不得小于 3.2 公分及不得超过 3.6 公分。

#### 5. 紧急联络人资料

- (1) 大陆紧急联系人必须与出行者有直系亲属关系。无法显示关系证明的需要前往公安机关开具亲属关系证明；
- (2) 紧急联络人身份证件户口簿户主页、个人页（正反彩色扫描）



## 6. 财力证明 (3 选 1)

### 年满 20 周岁以上必须提供财力证明

- (1) 银行开具的至少 5 万元人民币的定期存款证明原件。存款证明必须注明已冻结，冻结期 3 个月以上。
- (2) 公司开具年收入证明，年薪 13 万元人民币以上，抬头纸打印盖公章。
- (3) 银行出具的信用卡（卡面显示是金卡），正反面复印件（彩印，背面签字）。

### 年满 18 岁的在校学生

- (1) 不用提供财力证明，仅需提供目前就读学校的学生证或在校证明。（一定要有注册页学籍注册戳，彩色扫描件）
- (2) 需要父母提供同意书。

### 18 岁以下儿童

未满 18 周岁的未成年人不得单独申请台湾个人游，须由直系亲属陪同前往。与父母同行的，如户口簿能体现与同行的父母亲关系的，只需提供整本户口簿复印件；如户口簿不能体现与同行的父母亲关系的，则需提供出生证明或亲属关系证明。

## 旅游服务中心

### 花莲火车站旅游服务中心

地址：台湾花莲市国联一路 106 号  
电话：(886-3) 8360634

### 花莲机场旅游服务中心

地址：台湾花莲县新城乡嘉里村嘉里路机场一号  
电话：(886-3) 8210625

## 外部交通 Getting there

进出花莲主要有飞机、台铁或者客运车这几种方式，但由于台湾面积不算大，陆路交通比较发达，同时机票价格也比较高，所以很少人会使用花莲机场作为进出花莲的枢纽站，相反，花莲车站客流就会比较多，如果有北上或南下的旅客，要记得提前规划好行程，早点买票，以免耽误行程。

## 火车

### 花莲车站

花莲车站位于花莲市内，是连接岛内交通的重要枢纽，在全台各个地方皆可搭乘台铁抵达花莲，目前台铁分为三类，速度较快的是普优玛号，其次是自强号，偏慢的是莒光号，最慢但停小站的区间车（复兴号）。由于花莲车站有分前后出口，（前后出口会有标示，但最后问问车站人员，因为大部分景点民宿是在前出口）去花莲旅游的朋友们最好在站内搞清楚去的目的地是从前口出还是后口出，以免多走冤枉路。

下面的网站是给大家查询详细铁路信息：

<http://www.railway.gov.tw/hualien/>  
地址：花莲市国联一路 100 号  
咨询电话：886-03-8355941

## 飞机

### 花莲机场

花莲机场位于台湾花莲县市中心北方的新城乡北埔里，横亘整个新城乡南部，属于军民合用机场，其中民用部分近海，军用部分则靠山。民用部分称为花莲航空站，而军用部分则称为空军花莲基地。

航班信息随时更新请到花莲航空站官网查询：<http://www.hulairport.gov.tw/>

复兴航空公司：4498123（市内直拨电话），手机请拨打：02-4498123

华信航空公司：02-4128008

机场柜台：03-8210599

## 内部交通 Getting around

## 包车

很多旅客选择到花莲自由行，但由于地域宽广或是路况不熟甚至资讯不多的情况下，包车服务是个不错的选择。包车旅游大多包括从机场、车站往返饭店、市区、景点等的接送服务，并设有多种花莲半日、一日及全日套装行程。不论你要来场海洋之旅、美食 shopping，或是探访花莲自然风光、人文古迹，包车旅游都似乎是一个省时的好选择。另外很多民宿都会提供包车服务。

也许有很多小伙伴为了包车在网上翻看无数的攻略，搜集各路信息。小编为你奉上几条比较有用的 tips！

1. 预约包车司机前要做好详细的日程安排，大多数的包车司机会按照你计划的路线再定价钱，所以计划的路线千万不要绕路哦！（当然如果你是毫无计划的话，也可以听取司机的建议，一般的包车司机都会带游客去特定的几个景点，也是花莲最值得一玩的地方。）

2. 选定好包车的公司。一般的包车公司都会有营业执照，但不排除有些是私人的，所以小伙伴们要擦亮自己的眼睛哦！（包车的公司会提供 4 人座、6 人座、8 人座、11 人座的汽车，所以如果人数比较少也可以适当拼车）

3. 如果实在联系不上包车公司，也可以在火车站附近找到计程车，询问司机是否接受包车。一般计程车的包车都会比较便宜（4 人座一般 3000NTD）。

4. 另外，很多小伙伴表示不知道如何联系包车司机。可以下载语音电话之类的软件，充值钱，在拨打电话前 +886，这样就可以连线到海峡的另一边。

5. 至于很多民宿和包车提前预定都需要押金等手续，而台湾目前电子钱包之类的产品还没有普及，所以需要押金的话可以通过邮局汇款或者信用卡支付。

### 玩全花莲旅游网 · 包车旅游

地址：台湾花莲县吉安乡  
网址：<http://6639.tw/>  
联系方式：(886-981)393619  
LINE ID :gerry6639  
营业时间：全天

**TTH 壹貳參. 台湾自由行租车包车旅游**

地址：台湾花莲县花莲市中美九街 97 号  
 网址：<http://tth.okgo.tw>  
 联系方式：(886-03)8233164  
 营业时间：全天

**花莲阿奈旅游包车**

地址：台湾花莲县吉安乡  
 网址：<http://anai.okgo.tw>  
 联系方式：(886-3)8315379  
 营业时间：全天

**花莲微笑台湾包车游**

地址：台湾花莲县新城乡  
 网址：<http://www.0919909163.com.tw>  
 联系方式：(886-919)909163  
 营业时间：全天

**铁路**

花莲是东部面积最大一个区域，所以台铁不仅能去其他城市，像太鲁阁、花东纵谷、瑞穗牧场等一些比较著名的花莲县内的主要景点也能搭乘台铁抵达。但是由于有些地方发车间隔比较长，所以大家要规划好自己的时间，提前买票，免得耽误了宝贵的旅游时间。

具体列车时刻：<http://www.railway.gov.tw/>

**客运****花莲客运**

花莲客运为台湾东部地区最大的客运服务公司，包括宜兰花东游览车客运、花东游览车客运等。花莲县受地形的限制、交通环境的恶劣，配合地方上的需求规划线路，花莲客运公司增加班车次数，以便利与民众出行。花莲客运目前涵盖了花莲、台东、南投地区，并于各乡镇设置营业站所。

主要线路：台东客运主要运营线路有 13 条，其中七星潭线（105 路）途经七星潭，北线（1126 路，1129 路，1132 路，1133 路，1136 路，1141 路）途径太鲁阁，海线（1127 路，1140 路，1145 路）则可以前往远雄海洋公园。如果要往南前往瑞穗、寿丰的游客则可以搭乘南线（1121 路，1122 路，1137 路，1138 路，1142 路）。

总公司：03-8338146；地址：花莲市中山路 137 号

客运新站（火车站旁）：03-8322065/03-8333468；地址：花莲市国联一路 100-9 号

光复站：03-8701285；地址：花莲县光复乡中正路一段 49 号

玉里站：03-8883645；地址：花莲县玉里镇大同路 222 号

丰滨站：03-8791478；地址：花莲县丰滨乡三民路 78 号

台东站：089-350451；地址：台东市中山路 200 号

网址：<http://www.hualienbus.com.tw/>

**自行车**

由于花莲县内自然资源丰富，并建有五条专用自行车道，自行车道上都会自行车行提供租车服务，如果你在花莲时间充裕，自行车也是一个比较轻便的交通选择。

自行车出租地：

**捷安特 – 七星潭站**

地址：台湾新城乡大汉村 1 邻七星街 32 号  
 联系方式：(886-3)8220741

**捷安特 – 花莲站**

地址：台湾花莲市国联里国兴一街 35 号

联系方式：(886-3)8336761

到达方式：花莲火车站出站往左边看，看到橘子色房屋为花莲客运汽车站的路口往左转，可租到各类捷安特单车

**捷安特 – 鲤鱼潭站**

地址：台湾寿丰乡池南路一段 27 号

联系方式：(886-3)8641892

**花东纵谷风景区鲤鱼潭游客中心 – 附设单车租赁站**

地址：台湾寿丰乡池南村池环潭北路 100 号（鲤鱼潭环潭自行车道）

联系方式：(886-3)8641691

**太鲁阁峡谷自行车行**

花莲市及新城车站皆设有租赁站，事先预约，提供接送服务。

**复发脚踏车店**

地址：台湾光复乡中正路一段 65 号（马太鞍湿地自行车道）

联系方式：(886-3)8701647

**松猛租车 – 花莲观光糖厂店**

地址：台湾光复乡大进村糖厂街 19 号（马太鞍湿地自行车道）

联系方式：(886-3)8706698

## 旅行路上 Travel on the road

**推荐音乐：《环岛旅行》**

熊宝贝乐团是 2000 年在台湾成立的独立乐团，他们的曲风多变，从硬式摇滚、英伦摇滚和爵士都融入在了他们的歌曲之类，而《环岛旅行》这首歌曲则出自他们的第一张专辑《03:53》，《环岛旅行》这首歌曲前面曲风安静，后面开始变得摇滚范十足，轻松的旋律，慵懒的声音，十分适合在太平洋边上的花莲吹吹海风听。

**推荐电影：《赛德克巴莱》**

赛德克巴莱是根据历史真实事件“雾社事件”改编，讲述了台湾地区赛德克族原住民英勇反抗日本人暴力统治的事情。花莲就是当时原住民居住的地方，影片部分镜头取景于太鲁阁，真实反映了当时台湾少数民族的风土人情。这部电影当时一经推出，就得到了各界的好评，横扫了台湾金马奖的各大奖项，并入围了奥斯卡的最佳外语片。



iPhone 版



iPad 版



Android 版



旅游  
攻略



更多相关路书下载 <http://www.mafengwo.cn/gonglve/>



台北



花莲



垦丁



台南