



台灣 最佳 去處

戶外生活 度假全刊

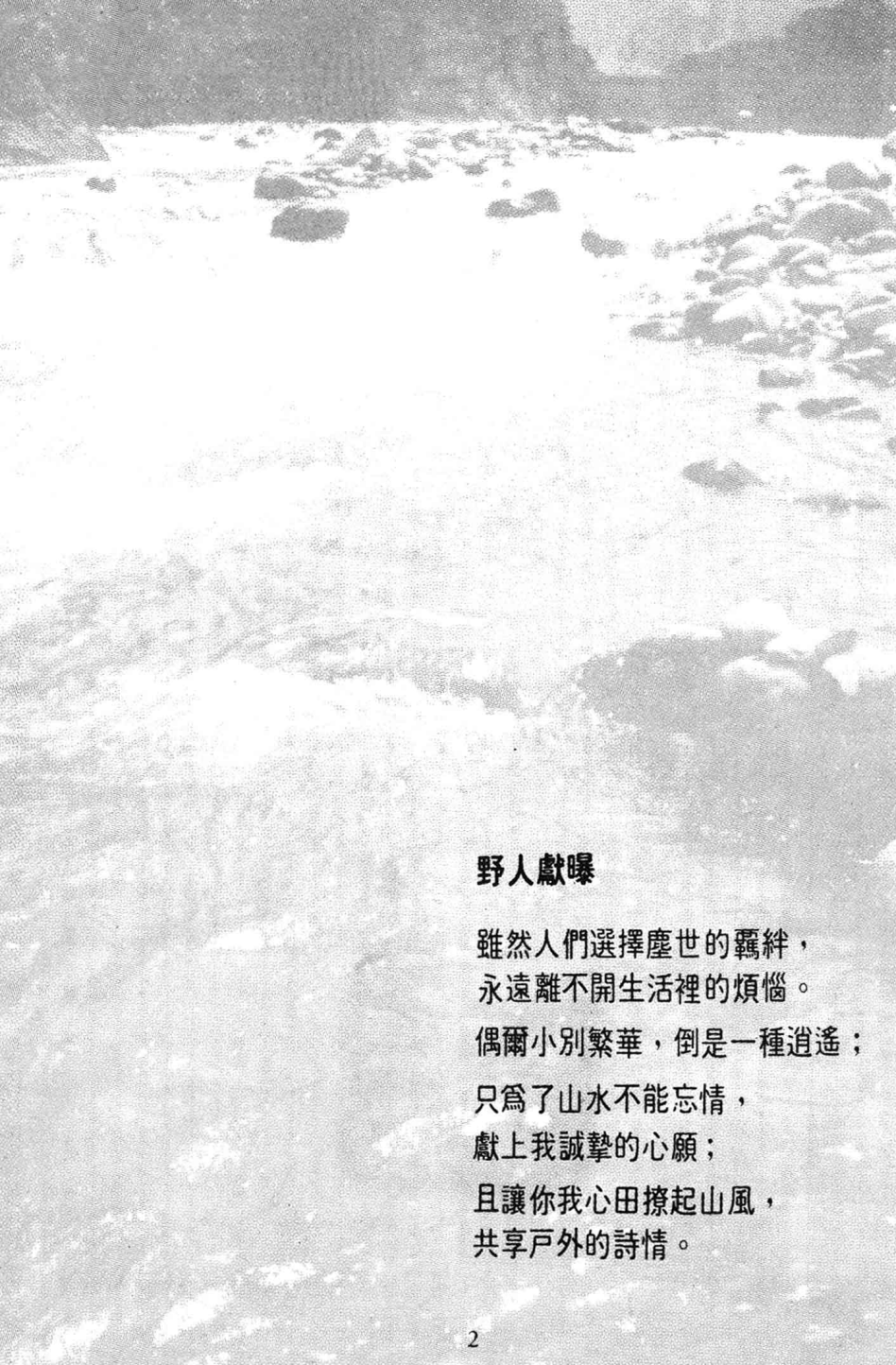
2

宜蘭縣 / 基隆市 / 台北縣
台北市 / 桃園縣
新竹縣 / 苗栗縣

翻過這一頁
就走向大自然



戶外生活雜誌渡假系列 ②



野人獻曝

雖然人們選擇塵世的羈絆，
永遠離不開生活裡的煩惱。
偶爾小別繁華，倒是一種逍遙；
只爲了山水不能忘情，
獻上我誠摯的心願；
且讓你我心田撩起山風，
共享戶外的詩情。

隨時帶你去，你想去的地方

許多人都有過這樣的感慨：爲什麼許多你想去的地方，都不曾留下地址？

這也就是爲什麼許多風景秀麗的地方總像是明星一般，一旦被發現、捧紅立刻跟著洶湧人潮，不出多久，便失去了其原本純樸的氣質了。

戶外生活從創刊以來，就一直以「挖掘自然美景，保護自然美景」爲職志。經驗告訴我們，要保護自然美景，最好的辦法，除了國民道德的培養外，就是讓社會大眾多知道一些可遊的去處，分散洶湧的人潮。

只是，台灣雖然不大，但值得介紹的地方很多，雜誌雖是每月出刊，爲了兼顧內容的平衡，還是無法完全發揮。因此，我們一直希望，只要能力做得到，我們就出版一套真正能「隨時帶您去，你想去的地方」的導遊書籍。

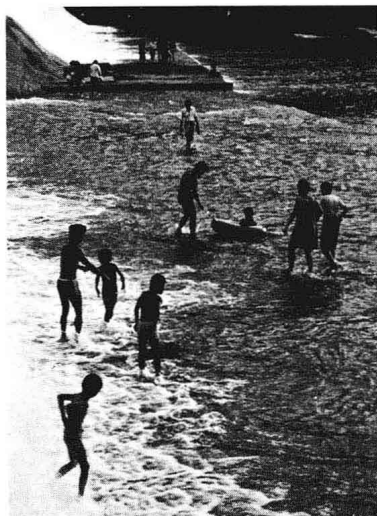
這一年來，由於大家的支持與愛顧，戶外生活已經很持穩的站起來，在人力物力上，比較有餘裕可以做一些事情，爲了向社會大眾提供更多的服務，特地著手進行「北台灣地毯計劃」——動員數十名大專同學及十數名戶外活動專家，以二個月的時間，將北台灣所有可遊的去處，做個地毯式的探勘，然後依其特性、活動方式，規劃成四書一圖。

「北台灣最佳去處」就是其中之一。這本書裡，共有139篇，包括204個可遊去處，其中溫泉10處，瀑布46處，湖潭50處，溪谷78處……，已經把苗栗、宜蘭以北的郊遊渡假去處，全部涵蓋。每個地方都附有地圖、照片、據點介紹、交通資料、環境分析、行程設計說明，任何人有了這本書，應該隨時可以去他想去的地方。

由於環境變化很快，交通食宿資料時常會有變動，爲了做更好的服務，除了隨時更新資料外，同時在每本書中都附有讀者服務卡兌換券（請見券中說明），憑卡在三年內可以連續索取最新資料，歡迎您善用這出版界前所未有的「售後服務」，當然，也期望你能隨時將新資料提供給我們，好讓所有愛好大自然的朋友共享。

目錄

野人獻曝 2 序 3



封面攝影●設計／黃天縉

宜蘭縣10

- 1 頭城海水浴場10
- 2 金盞瀑布12
- 3 礁溪溫泉・五峰旗瀑布13
- 4 龍潭湖15
- 5 梅花湖17
- 6 大湖18
- 7 雙連埤21
- 8 九芎湖・天送埤24
- 9 員山溫泉26
- 10 猴硐瀑布27
- 11 新寮瀑布29
- 12 大里觀潮・天公廟31
- 13 蘇澳冷泉33
- 14 南方澳漁港34

基隆市36

- 15 和平島・千疊敷37
- 16 情人湖40
- 17 暖東峽谷42
- 18 仙洞44
- 19 中正公園45
- 20 八斗子(望幽谷)48

台北縣51

- 21 碧潭・碧潭樂園・空軍公墓 52
- 22 翡翠谷・鸛潭・鯉魚潭 54
- 23 坪林 58
- 24 小溪頭・紅河谷 60
- 25 烏來風景區 64
- 26 娃娃谷・信賢瀑布 67
- 27 青潭立體動態游泳池 69
- 28 花園新城 71
- 29 秀峰瀑布・大尖山 73
- 30 新山・夢湖 75
- 31 拱北殿 78
- 32 十分瀑布・眼鏡洞 80
- 33 野人谷瀑布 83
- 34 石碇皇帝殿 85
- 35 筆架山 88
- 36 鼻頭角海岸 90
- 37 福隆海水浴場 93
- 38 凌雲禪寺・觀音山 96
- 39 淡水風景面 97
- 紅毛城・沙崙海水浴場・忠烈祠・
淡江中學・淡江文理學院・淡水工商
- 40 紅樹林 105
- 41 白沙灣海水浴場 107
- 42 金山海水浴場 108
- 43 野柳 110
- 44 萬里海水浴場 112
- 45 駱駝潭 113
- 46 北插山下瀑布群 116
- 47 行修宮・忠義山莊 120
- 48 湊合谷・十八洞天 122
- 49 林口台地風景線 124
- 竹林山觀音寺・高爾夫球場・醒吾商專
- 50 大同水上樂園 127
- 51 陳誠墓園 130
- 52 圓通寺 131
- 53 溪北山莊 134
- 54 十七歲之湖 136
- 55 仙洞湖山 140
- 56 北勢溪跋涉旅行 142

台北市151

- 57 外雙溪風景線 152
- 芝山岩・雙溪公園・電影文化城・
故宮博物院
- 58 內雙溪聖人瀑布 156
- 59 圓山風景線 157
- 動物園・兒童樂園・圓山飯店・
劍潭公園・天文台
- 60 胡適公園・中央研究院 161
- 61 松山福壽公園 164
- 62 榮星花園 166
- 63 青年公園 168
- 64 台北公園(新公園) 170
- 65 植物園 171
- 66 國父紀念館 173
- 67 新店溪畔河濱公園 175
- 68 陽明山公園 176
- 69 夢幻湖 178
- 70 七星山・硫磺谷 180
- 71 大屯山主峰・中興農場・三聖宮 182
- 72 楓林瀑布 184
- 73 絹絲瀑布・太陽谷・頂山 186
- 74 情人廟・軍艦岩 189
- 75 地獄谷・北投公園・兒童樂園 192
- 76 龍鳳泉 194
- 77 不動瀑布・小坪頂・忠義山 195
- 78 指南宮・指南樂園 197
- 79 銀河洞・樟山寺・政大 199
- 80 大春山莊 201
- 81 景美仙跡岩 203
- 82 金龍寺・圓覺寺瀑布・
碧山寺・外雙溪 205
- 83 小溪瀑布・叭哩港仙公廟 206
- 84 白鷺山下白鷺湖 208
- 85 儼人谷 209

桃園縣 211

- 86 北部橫貫公路 212
- 87 拉拉山神木 215
- 88 小烏來瀑布 217
- 89 角板山公園 219
- 90 三民蝙蝠洞 220
- 91 大溪古鎮 222
- 92 大溪嘉明寺 224
- 93 永安漁港 226
- 94 觀音海水浴場・白沙岬燈塔 227
- 95 大園海濱公園(許厝港) 229
- 96 竹圍海水浴場 231
- 97 宋屋白鷺林 233
- 98 龍潭 235
- 99 埔心青年露營中心・味全牧場 237
- 100 石門水庫 239
- 101 阿姆坪 241
- 102 虎頭山公園 242
- 103 石門山 245
- 104 新興溫泉 246

新竹縣 248

- 105 大埔水庫 249
- 106 南寮海水浴場 251
- 107 海埔新生地 252
- 108 馬里可溪(內灣溪) 254
- 109 寶山恬靜谷 255
- 110 口琴橋・尋夢坡 257
- 111 上坪溪谷 259
- 112 青草湖 261
- 113 枋寮義民廟 263
- 114 五指山 265
- 115 飛鳳山 268
- 116 關西蝙蝠洞 270
- 117 十八尖山 272
- 118 古奇峰 274
- 119 紅毛港・池府王爺廟 277
- 120 新埔三聖宮・霄裡白鶴山 280
- 121 清泉溫泉 283
- 122 松柏嶺 286
- 123 清華園 289
- 124 鳳崎落日・山腳蓮花寺 291
- 125 北埔秀巒公園 293
- 126 大山背山 295
- 127 秀巒溫泉 298
- 128 李棟山 302
- 129 鴛鴦湖 305

圖 例

(本書所有地圖請參考本圖例)

省道編號



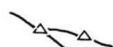
縣・鄉道編號



廟宇



山峰・稜線



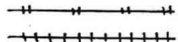
公路



小徑



鐵路



溪流・湖泊



苗栗縣 307

- 130 火炎山 308
- 131 仙山・靈洞宮 312
- 132 馬那邦山 313
- 133 法雲寺・虎山溫泉 315
- 134 獅頭山 317
- 135 崎頂海水浴場 320
- 136 通霄海水浴場・秋茂園 321
- 137 明德水庫 324

附錄

- 1 讀者服務卡兌換券 349
- 2 意見調查表 350

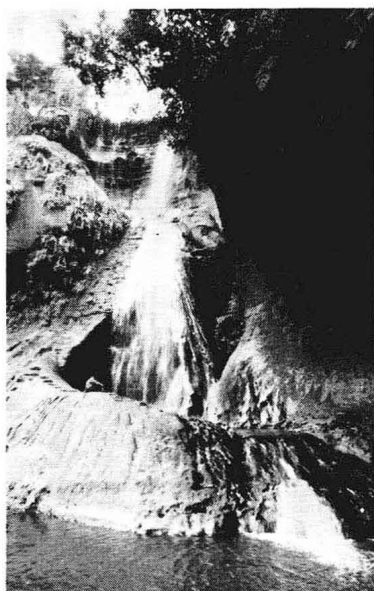
新發現的好地方(66年8月)

1 瀑布之鄉(基隆河上游的21個瀑布)327

——無名瀑布・眼鏡洞瀑布・十分瀑布・翠谷雙瀑・迷魂洞瀑布・新寮瀑布・枇杷瀑布・泯崖瀑布・月眉洞摩天瀑布・合谷瀑布・中坑七瀑・飛龍瀑布・雙鳳谷瀑布・土地公潭

2 赫威神木群與宇內溪瀑布群 340

——小烏來瀑布・玉牆瀑布・散花瀑布・白紗瀑布・赫威瀑布



左圖 合谷瀑布 P 327

右圖 宇內瀑布 P.340



展現美麗的鄉土・當代中國人的驕傲

台灣百岳全集



菊版八開(22公分×31公分×4公分，重量達三公斤)，全部120磅最高級雙光銅版紙平凹版彩色及黑灰雙色精印，最高級皮面燙金，豪華精裝，外附雙封套，全書厚達468頁

售價：每部定價1440元

(直接郵購8折優待)

空前鄉土傑作，震撼出版界的堂皇巨著

六大特色・永垂青史

1.台灣數百年史上空前鉅獻 動員數十名登山專家、山岳攝影家，深入寶島崇巒，是當代國人為自己的美麗鄉土，作最大規模的集體奉獻，也是台灣數百年史上空前巨構。

2.一流菁英・協力製作 坊間，彩色巨書甚多，然而不是由外國書籍翻印而來，就是拷貝我國先民書畫，或數十年前的大陸風光，只有台灣百岳全集是唯一從文稿、攝影、編排、到製版、印刷，全由當今國內一流專家協力締造的傑作。

3.奇景狀觀・鉅細無遺 從四萬多張照片中精選七百餘幀，包括宛若喜馬拉雅山的冰雪絕境，動人心魄、陡落萬丈的懸崖峭壁，茫茫無涯的洶湧雲海，稀奇古怪的樹石，國畫中的山水佳境，綿亙十餘公里的大草原，東亞最高的高山湖畔，令人意想不到的水河遺蹟和冰瀑奇觀，媲美阿爾卑斯山的渡假山莊、浪跡崇巒的山胞、數十年前的登山歷史鏡頭……，將台灣寶島的奇景壯觀，全部蒐羅殆盡。

4.珍貴資料・經典巨著 文字字部份凡30萬言，將全台灣的高山規劃成22條路段，並將最精彩的百岳逐一介紹。有詳細的行程指南、開拓故事、地理特性、自然景觀、人文狀況、精細的五彩地圖和水源、食宿、交通等珍貴資料，由最年輕的百岳名人謝文誠執筆，數十名專家協助、指導，登山權威、四大天王之一邢天正總校訂，為台灣山岳之經典巨著。

5.精雕細琢・凌駕國際水準 彩色部份由國內第一流名廠印製，黑白部份更率先採用黑灰套印，開創國內製版印刷的新紀元，效果之佳，凌駕國際水準。

6.血汗結晶・卅年總成果 任何照片文圖，全係台灣光復三十餘年來，國人實地在超過三千公尺的高山上，以生命和血汗換取的成果，由於高山攝影牽涉許多空間、天候、人力、器材、時間等因素，照目前環境推斷，十年內不可能再有第二部足以媲美的巨著出現。



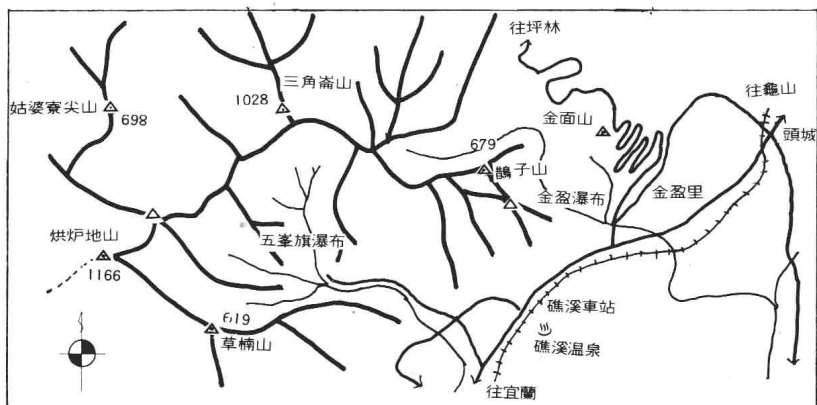
宜蘭縣

1 頭城海水浴場

頭城海水浴場是蘭陽地區唯一的海水浴場，離臺北雖然遠了一些，還是有很多遠道慕名而來的泳客，蘭陽平原的海岸平坦多沙，沒有礁石，黑色的沙灘長遠遼闊，綿亙好幾十公里，到處都是很好的游泳場所。

頭城海水浴場在火車站的東南方約二公里遠，下車後沿着 102 號省公路南行，兩旁是頭城鎮上最熱鬧的商店，在頭城國校對面有個鐵架拱門，即海水浴場入口的道路，從北宜公路二城站過來約有 4 公里，最近從火車站前新闢直達浴場的道路已完工，也就不必再轉彎拐角了。

浴場為私人經營，佔地廣闊，鄰旁有大片的木麻黃防風林，可作為露營場地。服務方面則有良好的停車場、沖洗室、餐廳、休息室、冷飲部及今年度整建完成的涼亭休憩臺，與二層樓的旅社部，設備相當完善，全部都建在沙丘高地上，游泳必須走下沙丘經過平整的海灘才能下水。浴場正對着龜山島，站在沙丘上，龜山島清楚可見。沿着沙丘向南走約三百公尺，是基督教女青年會的營地，海灘整片連綿着延長過去。離岸一百公尺處，林投樹叢後面的營地就大不相同了，濃濃的樹蔭裏，散落着好幾棟典雅的小屋子，把籃球場圍在中間，最大





頭城是蘭陽平原北端最大的城鎮，海水浴場對面就是北對面清楚可見的龜山島。

棟的餐廳與管理部在靠大門邊，整個就稱作聽濤營區，經常舉辦休閒活動，頭城海水浴場也就經由這些參加活動的青年朋友宣傳而聞名起來，因為女青年會的聽濤營地，必須參加該會舉辦的活動，或事先在臺北接洽好才能前往，而頭城海水浴場是想去就去，來往自如，設備方面也還不錯，又因為此地偏遠些，人潮不致於像北部海岸幾處浴場那樣擁擠，弄潮戲水悠閒自在。

到頭城海水浴場如果從臺北方

面搭火車去，只有列車停靠，每天往返需四、五小時，比較不適合；駕機汽車走北宜公路出去租了車，最好是一天半以上的時間，第一天出發到頭城海水浴場，或者女青年會的聽濤營地露營，第二天可以從日出一直玩到傍晚盡興而歸。

交通資料：

臺北火車站搭宜蘭線火車，到頭城下車，車次很多，車費如下：莒光91.5元、觀光73.5元、對號48.5元、平快36元，普通24.5元。

2 金盈瀑布

地圖請參考第10頁頭城海水浴場圖

蘭陽飛瀑除了五峯旗之外，還有一處頗具盛名的佳景，那就是北宜公路下的金盈瀑布。從金面里下往礁溪開始接上蘭陽平原的時候，

通過鐵梯可直抵金盈瀑布最源頭。



也就是從宜蘭過來經二城約一公里的地方，路邊有個金盈瀑布的招牌，就在一家小店旁邊右轉，有路彎過農家轉進山谷裏去，約30分鐘即達遊覽區門口。

金盈瀑布遊覽區是個私人經營的遊樂場所，入內遊玩須收門票3元，建設方面不算華麗，但却能與自然環境諧和，具有山野氣息而沒有過分人工渲染的味道，也是少數幾個私人經營的遊覽區中較純樸的一個。

入口處有個服務中心，這些木板房子販賣食品和飲料，坡地上闢建為露營地與團體活動場所，另有幾幢木屋，是渡假用的，溪谷中則攔水成潭，作為上下兩個天然活水游泳池。

瀑布是在上游的山谷中，共分四層，必須先過一個小吊橋，到溪對岸後，沿着徑道迂迴於溪谷中，斷崖絕壁，舉目皆是；大小瀑布則好幾處，都匯入主流中；約15分鐘後在一個小瀑布前橫過木幹架造的小橋，攀升陡坡，登向更高遠的瀑布而去，十五分鐘的辛苦過後，可

見一個大瀑布，高約25公尺，一道白光奔墜入地，氣勢萬鈞，鄰旁有一樓梯斜登直上瀑布頂旁，早年是樹木搭建的簡便樓梯，如今已改為鐵板銲接。登完鐵梯又有一木梯，溪水就在巉岩怪石中奔瀉流過，洒下串串銀鍊，貼着峭壁，再往山谷深處行去，又一段瀑布高數十公尺狀若銀龍冲天，聲勢磅礴。返程則原路下山，放目下望但覺山高水長林木叢生，舒喉長嘯真心曠神怡之樂。

遊覽金盈瀑布一般的遊客大都在較低的山谷中野餐，烤肉，覓得一處溪谷小角落便擺開陣勢吃喝起來，頂多登至鐵梯附近就已氣喘如

牛，照幾張紀念照便打道回府去了，更上游則坡陡崖直，少有登臨者。整個瀑布區來說，下游較寬敞，愈往上走腹地愈窄小，路徑也不夠寬濶，不適宜大隊人馬活動，然而偶得假期，抽空一遊，寄情山水之間，倒也是件令人愉快的事。

交通資料：

搭北宜線公路局或宜蘭線火車，在頭城下車，公路局車費32元，轉開往宜蘭之公路局，在金面里下車，車費2元步行半小時即抵。

附註：

金盈瀑布係私人經營，須入門票三元。

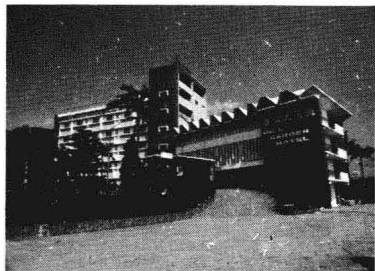
3 礁溪溫泉・五峰旗瀑布

地圖請參考第10頁頭城海水浴場圖

蘭陽地區的旅遊地，似乎以五峯旗瀑布為最盛，不但列為蘭陽八景之一名聞全省，又與礁溪溫泉區毗鄰，造訪者絡繹於途，不乏遠道雇專車前來之客。

臺九號省公路在礁溪警察局旁，有個指路標牌，寫着「往五峯旗瀑布3公里」的柏油叉路，順此而

行，經礁溪飯店至五峯旗山入口處，有個大牌樓，即五峯旗瀑布的牌



礁溪旅社華麗舒適。

樓，約須50分鐘，所謂的3公里路即是至此而言。此後柏油路即沿着山脚下向山谷中直進，又3公里才到達瀑布風景區，大部分的遊客都是坐計程車前往，每趟每人約20元。本來公路局也有從宜蘭開來的班車，但據說路況不佳已停駛了。

礁溪鄉人爲了發展觀光事業，由區公所出資大力整建風景區，現在的五峯旗瀑布已經過美化，廣大的停車場，美侖美奐的噴水池、小公園，迎接着遊客，涼亭下的石桌、石椅也都設置齊全，更有寬大的石階與水泥步道，之形上繞通往瀑布，山坡上也種滿了大片的梅樹。

瀑布共分三層，最低的一層僅5公尺高，隱在小山谷的樹叢下，有個小水潭及一片石灘地，是野餐者喜愛的所在，沿着水泥階往上走，約10分鐘至中段的大瀑布，即一般遊客所熟知的五峯旗瀑布，水流貼壁而下高約20公尺，寬約3公尺，濺花飛白，頗具神韻。崖角有一座觀瀑亭，朱簷紅瓦甚爲華麗，其下方另有一水泥橋及涼亭，四周種滿花卉，紛紅姹綠，熱鬧異常。離開中段瀑布，回轉再登石階，約10分鐘至一眺望臺，恰在稜線突出的位置上，展望礁溪及蘭陽平原景緻，視線頗佳。過此眺望臺再繼續上登5分鐘即達首段瀑布，在一個狹窄的山谷裏，激流飛瀑直瀉而下，



五峯旗瀑布分三層，秀麗又雄壯。

長約30公尺寬約6公尺，半中間稍有斜凹，從瀑頂直瀉沖下的水流落在岩石上，水花四濺，擴散橫流，上下兩段，各異其趣。

五峯旗瀑布雖然名氣很大，可惜夾在山谷裏，腹地狹小，活動範圍有限，無露營場地，逢星期日例假日但見滿坑滿谷的人羣，反而使瀑布顯得庸俗不堪，最好還是偷得浮生半日閒，在非假日裏前往遊覽，才能盡情享受那幽靜清涼的山水之樂，遊畢五峯旗瀑布，再往礁溪洗個溫泉澡，更是回味無窮。

交通資料：

1.臺北搭火車或公路局到礁溪下車。2.從礁溪搭計程車或步行前往。

4 龍潭湖

蘭陽地區的五大名湖裏，龍潭湖可以說是交通最好的一處，不但公路直達湖邊，連那環湖道路也都鋪好了柏油，從宜蘭搭蘭陽客運的班車，票價才 2.5 元，每隔一小時有車前往，而最好的辦法是駕機車或單車郊遊，距市中心不過 5 公里，二三十分鐘就到了。

從宜蘭去的話要在加油站附近左轉 192 號縣道直驅坡口，再彎向大坡也就是龍潭；若由礁溪過來，沿着臺 9 號省公路在四結路邊有個往龍潭湖的指標，循小柏油路前進便可接上 192 號縣道往龍潭。

龍潭湖位於柚瑤山（又稱鷄踏脚山）南麓，略呈凹字形，山谷向南，公路在西南角連接上環湖公路

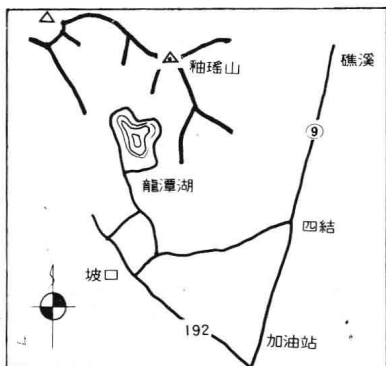
的入口，沿着湖畔右轉向東而行，潭的南岸原本有一大片空地，蓋完工廠後，建築商又繼續要蓋社區新城，就不知道是新居民有福氣，還是龍潭湖要生氣了。

穿過稀疏的樹影，湖的東北角

龍潭湖是蘭陽五大名湖中，交通最便利的一處。



萬回首，湖就在山凹處。





湖畔的黃昏，紅霞映綠水，美麗非凡，樹下的白色小椅，是散步聊天的休息處。

凹入小山谷裏，路旁綠草淺鋪，湖畔垂柳搖曳，正是露營佳處。轉個彎也就是小山丘突入湖中的地方，大樹下置有幾張鐵椅，在此小憩一會兒觀山覽湖，所謂遠山近水可令人心曠神怡。續行繞至西北角，一個小亭臺立於湖岸，鄰旁枝葉茂密，幽幽靜靜的別有天地，再往西走數幢小屋散落道旁，居民即是靠湖維生的養魚、養鴨人家，與湖南岸的新建住宅區成了極大的對比；背後的山坡地則為墳區，大概是山靈水秀吧，遷入者似乎愈來愈多。至於湖西南岸半山上的龍華寺看看熱

鬧倒也無妨，青山碧水萬綠叢中幾許朱紅艷彩也算是點綴點綴了。

遊覽龍潭湖似乎不太適宜大隊人馬，沒有較寬敞的腹地可供活動，乘着遊覽車沿環湖公路繞一圈約20分鐘，大概是常用的方式，較佳的是三五好友偷得浮生半日閒，跨機車、單車來此逛逛，俗慮全消，凡塵盡滌，清遊其間樂也逍遙。

交通資料：

1. 臺北搭火車或公路局，在宜蘭下車。
2. 從宜蘭搭蘭陽客運往龍潭班車，票價2.5元。