



台灣地理百科

88



台灣 的國家步道

台灣大學地理環境資源學系教授 王鑫
行政院農業委員會林務局局長 顏仁德
林滄貞、郭育任、翁儷芯◎著

推薦

國家步道貫穿了自然與人文的向度
沿途填滿了珍貴的台灣資源
打開心、邁開步伐
一起探尋自然珍寶



臺灣的國家步道 / 林滄貞, 郭育任, 翁麗芯著.

-- 第一版. -- 臺北縣新店市: 遠足文化,

2007[民96] 面; 公分. -- (臺灣地理百科; 88)

參考書目: 面 ISBN 978-986-7630-96-4(精裝)

1. 國家步道 - 臺灣 2. 自然地理 - 臺灣 3. 臺灣 - 描述與遊記

992.8232

96007694

台灣地理百科88

台灣的國家步道

作者
插畫
圖片提供

林滄貞、郭育任、翁麗芯
吳淑惠、謝文瑰
郭育任、林文智、呂理昌、王永泰、楊秋霖、李旭彬、翁麗芯、
呂勝由、陳雨嵐、黃丁盛、許順泰、黃光瀛

執行長
執行編輯
特約執編
特約美編

呂學正
唐忻忻
陳佳聖
汎譜創意設計股份有限公司 張筱翊

社長
發行人兼
出版總監
顧問
出版者

郭重興
曾大福
黃德強 陳振楠
遠足文化事業股份有限公司
地址：231台北縣新店市中正路506號4樓
電話：(02)22181417
傳真：(02)22188057
E-mail：service@sinobooks.com.tw
郵撥帳號：19504465

客服專線
網址
法律顧問
印製

0800221029
<http://www.sinobooks.com.tw>
華洋國際專利商標事務所 蘇文生律師
成陽印刷股份有限公司 電話：(02)22651491

定價 400 元

第一版第一刷 中華民國 96 年 6 月

第一版第三刷 中華民國 97 年 10 月

ISBN 978-986-7630-96-4

© 2007 Walkers Cultural Print in Taiwan

版權所有 翻印必究

本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回更換

88

台灣地理百科

台灣的國家步道

Taiwan

林滄貞・郭育任・翁儷芯◎著



遠足文化
Walkers Cultural



推薦序

登高迎向希望

國家建設首重民生，民主國家尤其必須是這樣。近年來，政府推動的國家步道計畫就是這樣的性質。投入的經費很微小，但是確實是爲了人民的健康和育樂。

這本《台灣的國家步道》是多年來作者參與國家步道規劃建設的心得。主要的目的是介紹這項計畫的階段性成果。書中詳述了十四個國家步道系統的狀況，希望能作爲民眾健行登山的指引。

台灣地形險峻、高山林立，3,000公尺以上的高山超過百座，另外在低海拔的山區也是山頭林立。這些山岳遊憩資源大多風光明媚，因此早在民國67年林務局編印有《台灣山岳旅遊手冊》，並著手進行登山路線之勘查、整修與避難山屋之整建工作。88、89年也先後完成國有林登山步道系統（含古道）大安溪以北及以南區域之規劃報告。

民國90年起，行政院經濟建設委員會指示林務局協調各相關單位，建立全國登山健行的步道系統。91年起，更將國家步道系統建置發展計畫納入行政院刻正積極推動之國家重點發展計畫。上述計畫的內容包括：訂定步道設置管理規範，自然、人文資源調查，規劃國家步道系統藍圖，整建國家步道系統，步道系





統維護管理及監測，建置國家步道系統導覽網站及資料庫、環境教育與宣導行銷、公眾參與及步道認養等八大項。

國家步道是經過審慎勘察後遴選的，它們具備台灣地區自然資源、文化歷史、或景觀美質的代表性，而且能提供國民生態旅遊、自然體驗、環境教育、休閒遊憩、與景觀欣賞等機會。

莊子的《逍遙遊》、梭羅的《心靈散步》、謬爾的《夏日走過山間》、刁曉華翻譯的《浪遊之歌：走路的歷史》等，都述說了走路和健行帶來的心靈境界和心靈提升。

向前走的社會充滿了希望。看看那些健行的人，看看那些登山的人，甚至於那些爲了控制體重和血糖而快步走的人，肯定是迎向陽光、邁向希望的人。他們見到亮光，靠自己的力量持續不懈地邁向理想。走路散步、健行、登山、攀岩等都是歡欣的，過程中都是充滿自信的。國家步道即是象徵這樣的理念的全民運動。

認識台灣是愛台灣的第一步。本書的作者們是愛台灣的引導者，他們一定盼望你我一齊來國家步道健行，欣賞台灣的美，用這樣的方式愛台灣！

台灣大學地理環境資源學系 教授

王鏗



推薦序

走入山林

我國的森林育樂事業發展可追溯至民國47年台灣省政府公佈之「台灣林業政策及經營方針」，其中第21條指示應積極發展森林遊樂事業。53年起省府林務局開始整建合歡山森林遊樂區，逐漸發展森林遊樂業務，初期朝登山步道及森林遊樂區二方向同步進行，後因囿於經費、遊客需求及法令約束等因素，著重森林遊樂區之發展。80年間，在森林遊樂區發展略具雛形，而國人戶外健行、登山風氣顯著提升之時，本局著手調查全省熱門登山步道，預定編定計畫進行系統整理。90年初於行政院經濟建設委員會召開「研商建立全國登山步道網會議」中，決議由林務局協調各相關單位，規劃整合建置全國登山健行之步道系統，並就步道規劃、設計、選線、設施服務項目、管理維護等研訂規範準則，以為依據。

本書作者，本局森林育樂組林組長澔貞、翁視察儷芯及文化大學景觀學系郭育任教授，自90年初計畫研擬階段即先後投入國家步道建置發展之業務至今，本書可說是三位作者參與國家步道建置發展的階段性成果。書中說明了國家步道系統規劃的情形，及整體計畫後續發展之方向，希望能提供國人大眾瞭解本局業務發展之方向與內容，並提供民眾認識台灣山林、健行登山之指引。

北迴歸線橫越的台灣島，近六成面積為山野森林所分佈，中央山脈縱貫全島，山巒林立綿互，植物群落



依海拔呈垂直分佈，具熱帶、亞熱帶、溫帶、亞寒帶等不同型態，孕育豐富的野生動物社會。加以造山運動的褶皺、斷層現象，更豐富其地形地質景觀，千崖競秀的雄奇，萬壑爭流的綺麗，刻劃出台灣獨特性、多樣性及具代表性的生態環境及自然景觀資源，而永續保育這廣大綠色資源，發揮森林公益及經濟效用，正是林務局積極致力的工作。而台灣山林以及縱橫其間的國家步道系統，是我們的母親—台灣，給予她的子民的驕傲。走入山林的同時，更希望大家都能好好的發揮步道的三種功能，一是用腳去走，二是用眼去看，三是用心去體會。

感謝遠足文化事業股份有限公司的編印出版，期待本書的出版，能讓大家瞭解台灣的國家步道，更進一步能夠有以雙腳親炙山林，深入感受大自然從巨觀至微細，從而培養堅忍卓絕的台灣精神，更在行走之間、觀察之際，擷取更多的生活智慧，從而深入認識台灣，給台灣更多的愛！

行政院農委會林務局 局長

顏仁德

謹識





作者序

走路， 看見台灣

民國90年起，著手推動建置國家步道的我們，一步一步的向完備生態旅遊礎石，重塑台灣美麗新形象的大夢邁進；逐步圓夢的期間，有汗水也有淚水、有辛苦也有喜樂，更一路承蒙許多長官、師長、工作團隊、好友及同事的熱心參與、支持、關懷與協助；《台灣的國家步道》一書代表了這幾年的成果，但也還有許多工作與夢想尚待大家一同完成。在此，除表達衷心感懷外，更希望能把本書分享給所有想瞭解台灣、親近台灣的人們，共同開創屬於台灣的深動經驗。

走路，是人類連接點與點之間最原始的交通方式。行走，創造出路線與步道；創造出文化與歷史；生產出思想、經驗與領悟。台灣的國家步道系統可說是生活在這個蕞爾小島，最具代表性的歷史結晶，也是最具生態及景觀代表性的觀察路線。

自從許多山區道路相繼開通後，吸引了大批遊客，不少人爲了抒解緊張的生活壓力，萌生親近自然的需求，卻以速食文化的方式對待大自然。「我看到了，我來到了，我征服了」的心境，不是旅遊體驗，倒像





是作戰。希望本書不僅介紹了解國家步道系統的所在位置，更希望能夠協助大家了解國家步道系統的特色，讓我們試著以安靜的心，走入大自然，傾聽自己心靈深處的聲音，思考大自然帶給我們的感受。

曾經有機會遊覽美日等地，經由其山林田野之步道，而更了解當地的土地環境與文化特色。台灣的國家步道系統，連結了過去與未來，是記錄歷史流轉的場景，也是親近自然最直接的場所。藉由步道我們得以在自然中擷取更多生活智慧，增生面對未來的勇氣與耐力。

每一條步道都有屬於他自己的故事，也需要所有人的共同參與及持續努力。誠摯地邀請所有愛這片土地的人，以步道為主軸，穿越時間與空間，串起個人與群體，共同創造屬於我們的故事。也期待台灣的國家步道系統，能夠持續擁有眾人熱心參與的投入，藉此建立人與人、人與自然之間的和諧關係。最後，謹將本書獻給我們的家人，感謝其一路走來所付出的寬容關愛、支持鼓勵，還有精神上、時間上的慷慨付出。

林浩貞 郭育仁 翁懷志





目錄

推薦序.....	2
作者序.....	6
第一章 國家步道發展沿革.....	10
人與自然的關係	12
台灣的生態體系	14
發展緣起	20
他山之石	24
初步成果	28
第二章 國家步道系統介紹.....	32
中央山脈脊梁國家步道系統	34
陽明山國家步道系統	52
淡蘭-東北角海岸國家步道系統	60
插天山國家步道系統	72

霞喀羅-鹿場連嶺國家步道系統	80
蘇花-比亞毫國家步道系統	100
雪山群峰國家步道系統	110
合歡-能高越嶺國家步道系統	124
關門國家步道系統	138
海岸山脈國家步道系統	146
阿里山國家步道系統	154
玉山橫斷國家步道系統	166
關山-內本鹿越嶺國家步道系統	174
南台灣國家步道系統	186

第三章 國家步道未來展望..... 200

行走山林之美	202
--------------	-----

參考資料

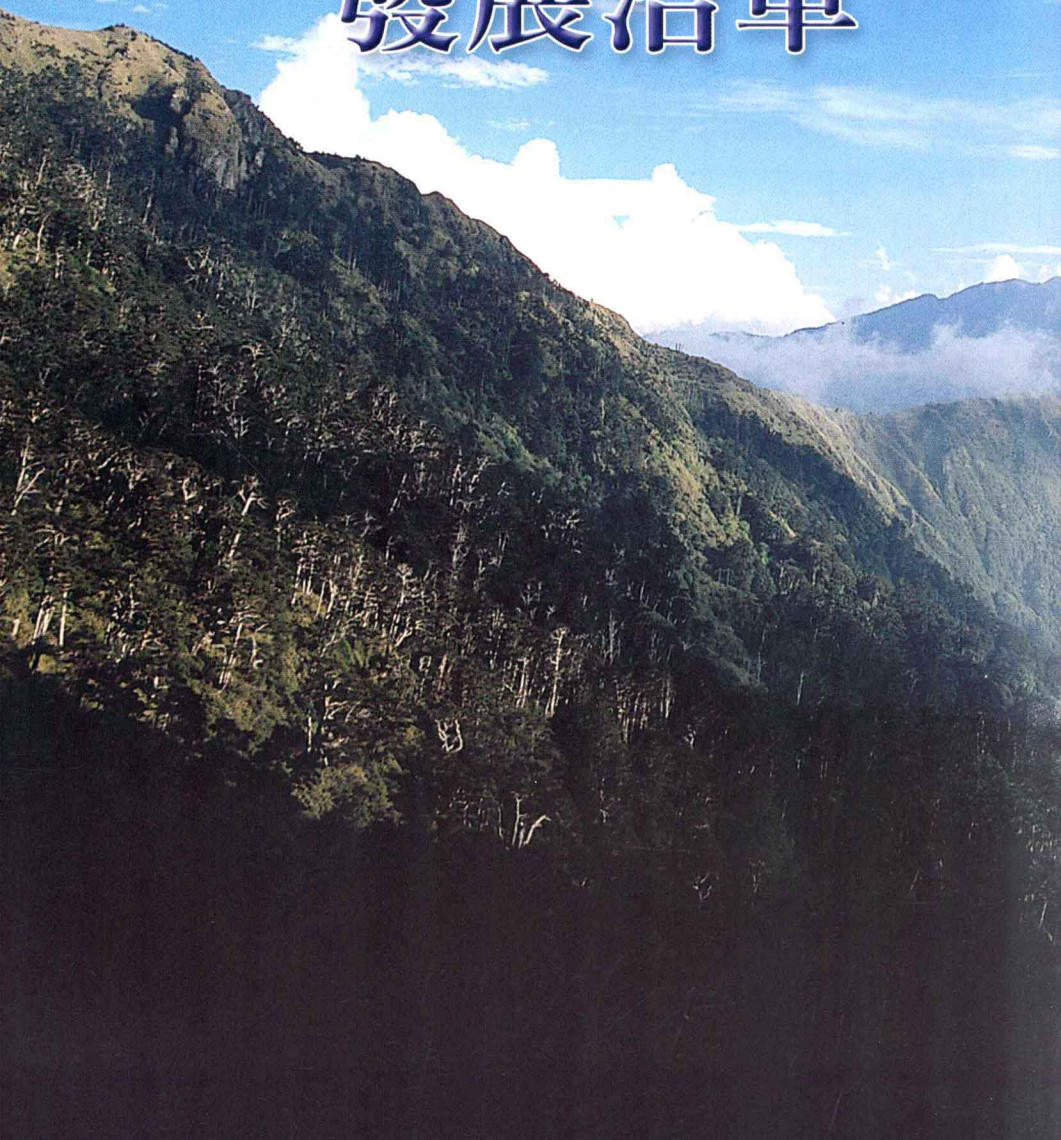
參考資料	206
------------	-----

圖片來源

圖片來源	207
------------	-----

第一章

國家步道 發展沿革





人與自然的關係

回顧過去，台灣的登山運動遠從日治時代即已展開，近百年的登山活動和探查，累積了豐厚的登山經驗和探查史料。然而百年後的今天，雖然擁有了更優渥的物質環境，相較於過去，對山林環境的認識與愛護卻沒有長足的進展。許多人登台灣群峰，行走於山林步道間，卻對台灣的地形水文、風土人情和歷史文化茫然不知或漠不關心。自從許多山區道路相繼開通，吸引了大批以觀光心態為主的遊客，除了盛行於短時間內「挑戰」、「征服」台灣群峰的「志願」，更興起強調不用重裝備、揹公糧，二夜二天，甚至二天一夜的旅行社套裝行程。這樣的過程造就了許多熱門登山路徑，卻也因此帶來許多山林環境衝擊。

更有甚者，在今日物資便利與生活步調快速的推波助瀾下，不少人為了抒解緊張的生活壓力，萌生親近自然的需求，卻以速食文化的方式投射於對環境需求中。協助人們進入自然的種種工具紛紛出爐，從設置纜車快速上高山、休閒越野車的普及，到登山人口的



山巔處小憩、坐看雲起時，
是熱愛自然者生命中的極致美感。



快速增加等，都在在顯示現在的台灣人想要親近，甚或存在著挑戰自然的想法。利用不同的機動工具代步，以最節省時間的方式長驅直入山林，享受戶外活動當下的樂趣，卻未曾思考活動過程所造成的影響或後遺症；甚至將自然視作障礙、敵人，而以征服、挑戰心態面對。

政治人物往往用登上台灣第一高峰來表示愛台灣；早期的登山客有征服台灣百岳的雄心壯志；然而生活在今日台灣的我們，究竟要以何種態度、方式來面對自然呢？讓我們試著沈靜下來，緩步入山林，聽一聽自己心靈深處的聲音，想一想自然所帶給我們的感受，或許可以找到一些答案。



▲ 朗朗藍空下、行走山林間，讓身體融入土地的紋理、讓心靈傾聽自然的聲音，是愛山人最企盼的一大美事。



台灣 的生態體系

台灣擁有多種不同的生態體系，陸域有森林及草原等；水域則有河川、濕地及沿海等，由於複雜的地形和環境，孕育出極為豐富的動植物資源。穿越這些自然環境的步道，行走的步調激發思想的韻律，行經的景觀則反應或激發心緒的感動。

茲就台灣的自然環境簡介如下：

森林生態系

依據林務局第三次台灣森林資源及土地利用調查報告，台灣森林地面積為2,102,400公頃，占全島面積58.53%。台灣的森林大致可分為亞高山森林、冷溫帶山地森林、暖溫帶山地森林、暖溫帶山地雨林、熱帶雨林及海岸林等六類。森林生態系提供了許多不同的棲息空間，從土壤中、地面灌木層、喬木層到樹冠層，因此森林中可以發現各式各樣的生物。

台灣森林的自然資源豐富，以下將台灣森林分為北部、西部、南部及東南部以及東部四個部分來介紹：

北部：

此區的森林生態系受到東北季風的影響，造就許多特殊的現象，例如北降現象、雲霧發達、降水充沛及風壓現象等，包括亞熱帶闊葉林、暖溫帶闊葉林、涼溫帶針闊葉混合林生態系。台灣北部森林，受到東北季風影響，氣候較平地更潮濕、多雨而低溫，亦造成一些原本棲生在中海拔植物，下降至低海拔地區生長，產生「北降現象」。此外，東北季風帶來充沛的雨量與高濕的環境，水氣凝結成雲霧，造成北部森林在不到1,000公尺處就出現雲霧帶，而這樣雲霧環境也塑造了

▼ 分布於台灣中高海拔地區的針闊葉混合林生態系景觀。





台灣北部特殊的檜木林環境，以及以殼斗科植物為主的「樟殼林」。也因為東北季風的影響，讓北部的檜木林相對於台灣中南部，分布在海拔相對較低的位置，因此台灣北部森林具有海拔分布範圍最大的檜木林，亦為北部區域的古道、步道特色。溪流與瀑布也是北部森林特色之一，因此擁有大面積的亞熱帶雨林環境，成為亞熱帶雨林分布的北限。

西部：

台灣西部森林具有台灣典型垂直分化的生態帶特色，在極短的距離分化孕育出從赤道到北方極地的各種植群帶，從海邊的熱帶海岸林、逐漸轉化為以樟楠樹為主的亞熱帶闊葉林、以殼斗科為主的暖溫帶闊葉林帶、檜木林棲息的涼溫帶針闊葉混合林、鐵杉林帶的冷溫帶針葉林，與黑森林相似的亞高山針葉林，及近似北極圈寒原的高山寒原。台灣西部為典型東亞闊葉林區，林中以殼斗科、樟科為主要樹種，其中也由於植物相豐富，提供野生動物多樣的覓食與棲息空間，因此孕育豐富的野生動物。許多越嶺道均可沿路觀察到植群帶的變化，可視作北半球生態帶的縮影，亦為最好的環境教育場域。

南部與東南部：

台灣南部及東南部的森林生態系自低海拔至高海拔分布了熱帶生態系、亞熱帶闊葉林、涼溫帶針闊葉混合林、冷溫帶針葉林。南部與東南部地區雖位屬熱帶，但因季風類型產生季節性乾旱現象，因此造成此



▲台灣高海拔地區的亞高山針葉林生態系景觀。