

## 跟LONELY PLANET一起來雲嘉南吧！

這是一段用蚵架、鹽田、魚塭串連起來的海岸線，  
你看得見海浪在此溫柔撫過，刻劃出明媚的自然風光，  
也看得見時光在此積累沉澱，孕養出踏實的人文景緻，  
而且，現在還有一群人，正在努力為蚵架、鹽田和魚塭帶來新意，  
來這裡走走吧！看看雲嘉南海岸線的不一樣。

POSTCARDS / 幸福樂遊 規劃一場完美假期  
幸福鳥地方 濱海賞鳥地圖 / 幸福食光 大廚的私房料理  
MINI GUIDES



Lonely Planet  
孤獨星球

幸福的起點

雲嘉南海岸線

孤獨星球編輯部◎著

lonely planet  
TRAVELLER

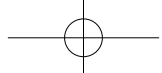


## 幸福的起點

雲嘉南海岸線



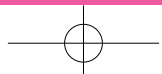




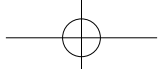
# 幸福的起點

## 雲嘉南海岸線

孤獨星球編輯部◎著







# PART 1

## POSTCARD

### 04 西濱風情畫



# PART 2

## 幸福樂遊 規劃一場完美假期

### DAY 1

- 27 馬沙溝
- 28 北門婚紗美地
- 30 南鯤鯓代天府
- 32 井仔腳瓦盤鹽田



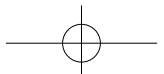
### DAY 2

- 34 東石漁港 & 外傘頂洲
- 36 布袋好美里 3D 海洋世界  
& 高跟鞋婚禮教堂

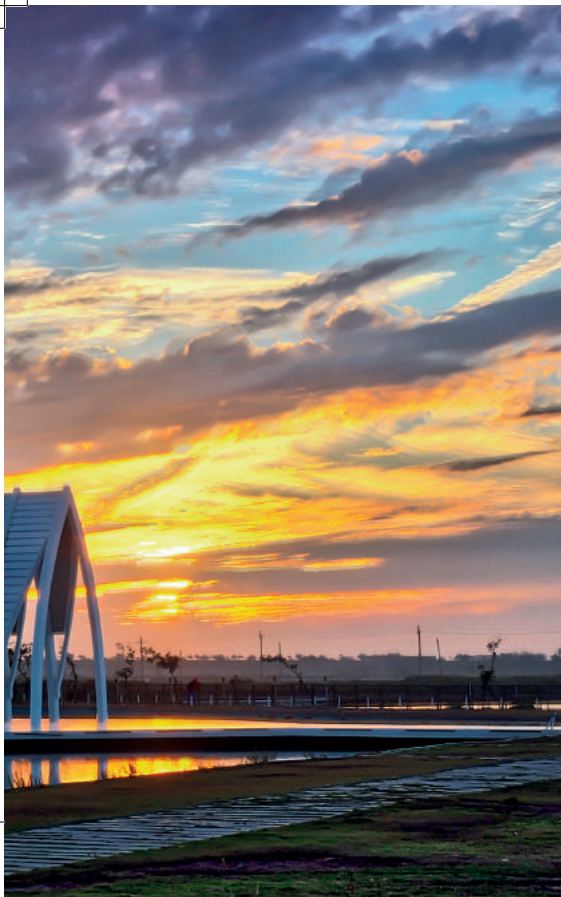
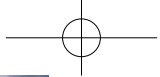
# PART 3

## 幸福鳥地方 濱海賞鳥地圖

- 40 黑面琵鷺新樂園 七股頂山溼地
- 44 黑腹燕鷗大軍集結 臺南北門潟湖
- 48 候鳥樂園 鰲鼓濕地森林園區







## PART 4

### 幸福食光 大廚的私房料理

- 52 許家兄弟的五味香螺
- 54 鹽山阿城的鹽焗蝦
- 56 吳氏的鮮美酥炸蚵捲
- 58 鹽鄉民宿的虱目魚西瓜綿湯
- 60 龍門客棧的蒜香赤嘴仔
- 62 豐海鮮漁府的烏魚子
- 64 臺南晶英飯店創意海鮮料理

# CONTENTS

## 幸福的起點

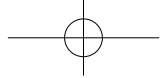


## PART 5

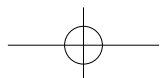
### MINI GUIDES

- 68 四湖 & 口湖
- 74 東石 & 布袋
- 82 北門
- 88 將軍 & 七股
- 94 安南

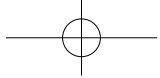




== POSTCARD ==  
西濱風情畫





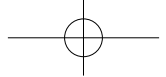


## 井仔腳 群飛日落蚵田

這天拍完井仔腳鹽田景觀後，我信步走上堤防尋找角度，沒想到就遇上了這令人屏息的一幕。每年10到11月，這片絕美蚵田也是黑腹燕鷗群棲息的場所，成千上萬的黑腹燕鷗會在落日時分飛到這裡，表演群起群落的飛行絕技，讓人嘆為觀止。夕陽剛好，退潮也剛好，堤防外的蚵架形成了最佳前景。不用什麼特殊效果，不用什麼高級相機，誰都可以拍出這樣的美景。

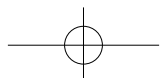




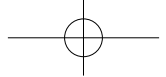


## 四草 航行綠色水道

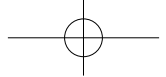
一年到頭不管什麼時候，這裡時常擠滿遊客，短短200公尺的水道旁長滿海茄苳、紅海欖等紅樹林。搭乘膠筏巡航水上，可以近距離觀賞紅樹林豐富的生態，彈塗魚、招潮蟹近在咫尺；紅樹林茂密處，幾乎遮天蔽日，綠色樹影倒映在水上，隨著水波粼粼閃動，景緻令人著迷。這條綠色隧道也是昔日府城貨物往返國賽港的必經水道之一，兼具歷史懷舊氛圍，難怪不論何時都是遊人如織。





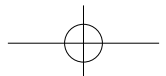




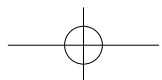
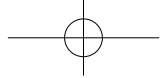


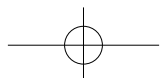
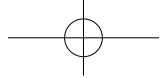
## 外傘頂洲 沙蟹魅影

剛退潮的沙洲上，一隻斯氏沙蟹大膽地跑出洞口，轉動大大雙眼，好奇地看著遠方的遊客，卻不知道背後還有我這個訪客也正好奇地看著牠。斯氏沙蟹俗稱沙馬仔，又稱幽靈蟹，以擅於奔跑、在沙灘上行動有如鬼魅聞名。但在人跡罕至的外傘頂洲，牠們似乎不太怕人，畢竟在這個號稱「漂移的國土」的地方，最後一戶人家早在前幾年就遷走了，偌大的沙灘都是幽靈蟹的地盤。而我這個訪客，當下雖然大刺刺踩在牠的地盤上，但一會兒開始漲潮，還不是得走？難怪牠一點都不怕。

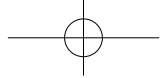






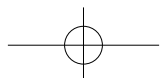
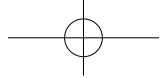




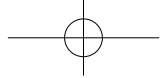


## 北門 夕照水晶教堂

都說水晶教堂夜晚打燈的美景令人著迷，其實如果早一點來，趕上落日時分，這裡的夕陽美景可能更讓人驚艷。看這天邊的幾抹朱紅，倒映在水晶教堂周邊的池水中，襯托出幾分寧靜美好。水晶並非真的教堂，而是結合鹽田大小鹽堆的白色結晶意象，表現在地鹽田特有的風光與意義，在多變的天空為背景襯托下，水晶教堂美得既真實又夢幻，一直以來吸引了大量遊客目光，成為北門的超人氣景點。





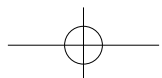
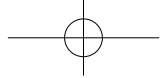


## 將軍 海中珍寶

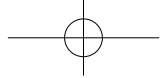
雲林口湖和臺南將軍是雲嘉南最有名的烏魚子產地，遊客每年冬至前後來到這裡，常常可以看到一大片一大片的烏魚子，攤平在冬陽下接受日光浴。製作烏魚子的過程看似簡單，只要把烏魚子取出，塗上一層薄鹽，壓上石塊，然後放在木板上曬乾即可，但過程中其實有很多細節需要掌握好，才能徹底展現這項天然珍寶的好滋味。





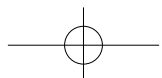




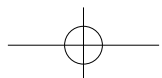
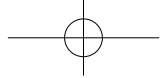


## 雙春 水漾森林

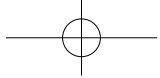
這些枯立在水道中的樹木，原來是海岸防風林造林失敗的結果，沒想到經過自然演替，反而成為勝景。位於八掌溪和急水溪兩條河流出口之間的雙春沙汕，因通往海灘的水道間長滿欖李、海茄苳等紅樹林，曾一度被規劃為紅樹林生態園區，2015年2月才又以「VANAHEIM 愛莊園」的面貌重新出現，結果紅樹林成了配角，反而是祕境般的水漾森林在網路爆紅，為這處濱海沙洲重新注入生機。









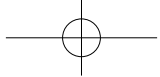


## 馬沙溝 熱情西濱

陽光、沙灘、比基尼，拍下這張照片的時候，一年一度的馬沙溝沙雕季正在舉行。整座沙灘上，除了有女妖從沙裡竄出、城堡從地上浮起，更吸引人的，是這些充滿青春活力的戲水遊客，熱情的笑聲，讓沙灘展現夏日風情。馬沙溝濱海遊憩區沙質細緻，非常適合製作沙雕，每年皆設計不同主題的沙雕展吸引國內、外各地遊客前往朝聖，更間接帶動鄰近將軍漁港的觀光風潮。每逢假日車水馬龍，誰說雲嘉南只有鹽田、魚塢、紅樹林？這裡的沙灘也一級棒！

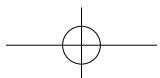




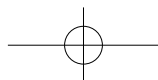
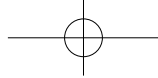


## 七股 同心覓食

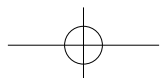
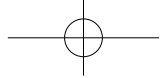
根據鳥友調查，全球只剩大約3,200多隻黑面琵鷺，其中有超過六成在臺灣度冬。雖然一般印象上，要觀賞黑面琵鷺得到七股曾文溪口的賞鳥亭，不過牠們並非靜止不動，為了覓食，往往會飛到鄰近的魚塢。近年來鳥友發現，在曾文溪口度冬群聚的主群，已經有向頂山、布袋、鰲鼓等地擴散的趨勢，所以在雲嘉南區域內，很容易與牠們不期而遇。尤其是傍晚時分，黑琵分散開來擇地覓食，一吃起來六親不認的可愛模樣，讓人不禁莞爾。（李進裕 攝）



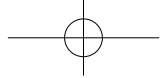






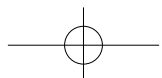




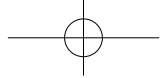


## 井仔腳 鹽田永續

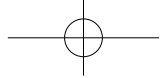
鹹鹹的雲嘉南曾經有過的鹽田歷史，現在除了鹽博館之外，能在現場完整呈現的，大概只有井仔腳鹽田了！這處鹽田規模不算大，卻是目前臺灣最古老的瓦盤鹽田。前身為清代先民於大林蒲（今高雄小港）創建的瀨東場，歷經水禍損毀多次遷移，最後在1818年移到井仔腳，一直延續至今。其實隸屬北門鹽場的井仔腳鹽田曾於2000年因台鹽改變政策廢曬過，後來經過原臺南縣府積極整建，於2003年復曬。每到黃昏時分，鹽田的落日景緻總是吸引遊客如潮水般湧入，也為寧靜的井仔腳帶來不少生氣。（莊錦富 攝）







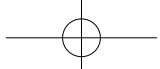




## 北門 獨木舟樂

獨木舟是這幾年迅速崛起的熱門運動之一，北門自然也沒缺席。從永隆溝出發，進入北門瀉湖後，前進至風情十足的蘆竹溝漁港，稍作休息後再划向馬沙溝舊港，在鹹鹹的海風中紮營過夜。隔天再前往扇形鹽田青鯤鯨，接著原路折返，在沒有外來動力的協助下完成兩天一夜的行程。若你不想再跟遊覽車或芸芸遊客爭睹水晶教堂之美，水路也是另一種選擇。（財團法人台灣外展教育發展基金會 圖片提供）

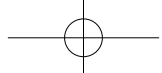


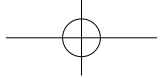


# ＝幸福樂遊＝ 規劃一場完美假期

一早先到馬沙溝享受南臺灣的陽光與海水；  
近午和親愛的伴侶一起到北門的浪漫新景點野餐；  
午後走進海風吹拂的歷史古廟，聽一則民間傳說；  
傍晚光腳踏上鹽田，體驗古法樂趣。  
第二天一早，在當地達人帶領下巡弋東石漁港海岸線與外傘頂洲，  
最後前往好美里參觀戶外美術館，  
在3D彩繪的藝術氣息中為旅程劃下完美句點。







# 規劃自己的旅遊地圖

## Day1

**1** 地勢平緩，  
紗質細緻的  
馬沙溝是雲嘉南  
公認最適合水上  
活動的海灘。  
(P27)

**2** 水晶教堂與  
裝置藝術，  
讓北門婚紗美地  
成了南臺灣炙手  
可熱的旅遊勝  
地。(P28)

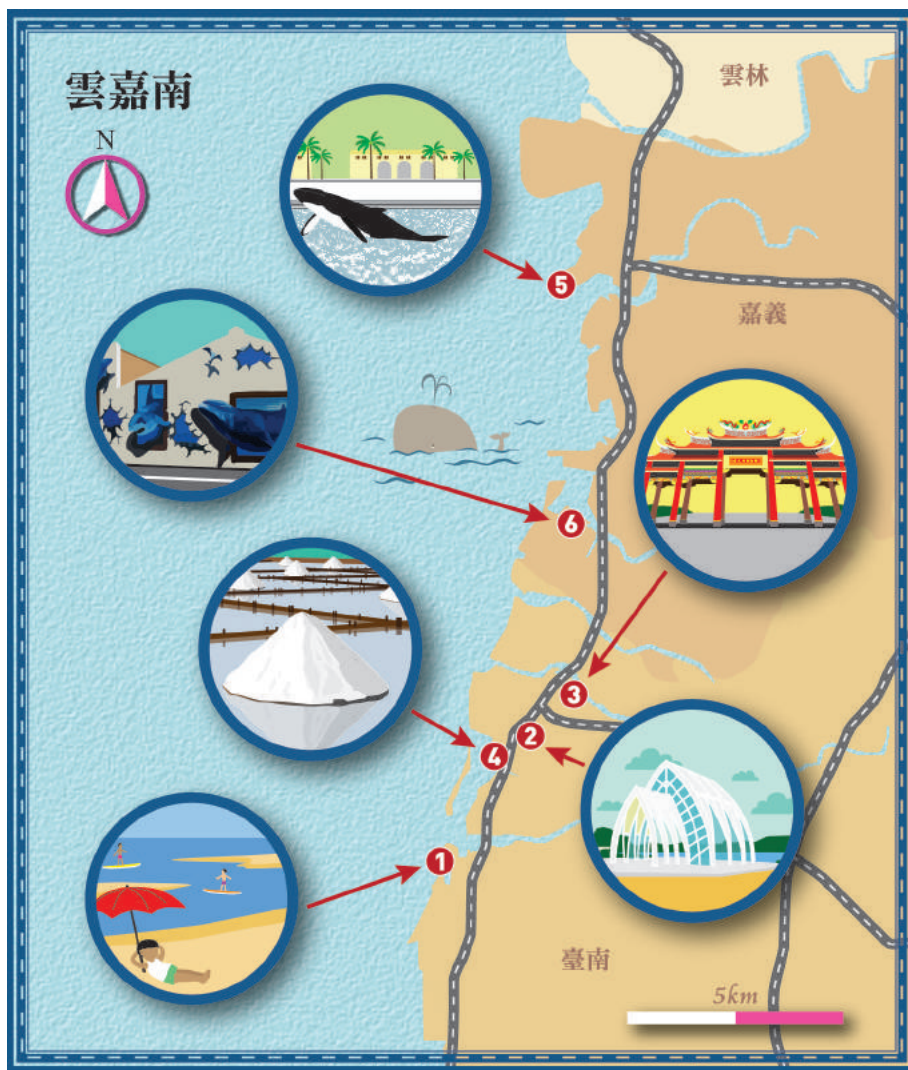
**3** 南鯤鯓代天  
府是與臺北  
故宮、鹿港龍山  
寺等文化瑰寶齊  
名的重量級景  
點。(P30)

**4** 親睹井仔腳  
瓦盤鹽田映  
照出的絕美落日  
夕照，讓人幸福  
感油然而生。  
(P32)

## Day2

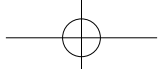
**5** 來東石漁港  
採買新鮮漁  
獲，然後登上外  
傘頂洲，體驗海  
上沙洲的廣袤。  
(P34)

**6** 好美里的  
3D彩繪藝  
術，為這個小村  
落注入了新的生  
命與藝術氣息。  
(P36)



繪圖 | 黃羿嘉





## Day1 馬沙溝

位於將軍溪口的馬沙溝，早年是臺南八景之一，有「綠汕帆影」美譽，顧名思義，別的沙汕都是光禿禿，這裡卻長滿了樹林。在一片綠意的沙汕間，水靜流緩，因此往來的船筏可以留下帆影，「綠汕帆影」，四個字就帶出了這裡悠閒的意境。

馬沙溝濱海遊憩區是雲嘉南濱海地區最安全且最適合水上活動的水域。這裡的沙灘平緩地伸入海中，岸外沒有太多海溝和暗流，海浪平緩，而且沙質細緻柔軟，加上鄰近沒有工業汙染，水質清澈，是西南沿海少見的優質海水浴場。在這裡，除了提供遊客游泳戲水，還有更多的水上活動選擇，包括汽艇、獨木舟、平板舟、水上滾筒等等。如果戲水還不夠，也可以露營、烤肉，全方位體驗濱海天然美景。

其實，馬沙溝除了這片海灘之外，在

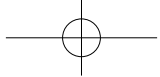
一水之隔的將軍溪邊，還有一個馬沙溝舊港。這裡早年是七股鹽場運鹽出口到日本的重要基地之一，也是當地漁獲的集散地，港邊曾經熱鬧非凡，後來由於航道淤積，政府在靠海的一側新建將軍港，舊港也就荒廢了。現在只剩寥寥幾艘小膠筏，有點落寞，但也因為如此，平常人很少，到港邊享受無人打擾的午後，最為愜意。

馬沙溝鄰近的扇形鹽田，本來是台鹽引進最新製鹽概念所闢建的鹽區，但國產鹽最終在價格上還是拚不過進口鹽，因此沒幾年就荒廢了。如今雖已難再感受扇形鹽田的獨特之處，倒是旁邊的青山漁港和青鯤鯓，至今仍保留著傳統漁村風貌，一年到頭，烏魚子、蝦乾、虱目魚輪番曬不停，是體驗漁村生態與文化的好地方。



馬沙溝濱海遊憩區沙軟水清，是雲嘉南最受歡迎的戲水去處。





## Day1 12:00 北門婚紗美地

來到北門，很難不被那幢矗立在水塘中的水晶教堂，還有鄰近許多裝置藝術作品所吸引。這些繽紛多彩的裝置藝術，以及分散在北門遊客中心背面及周邊的彩繪牆面，為北門營造出不同於以往的風貌，不只新人喜歡來此拍攝婚紗，連一般遊客也很喜歡來這裡拍照，成為雲嘉南濱海國家風景區內的新亮點。

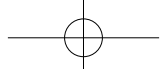
這片北門婚紗美地占地大約七公頃，是以前北門鹽場遺留的洗滌鹽工場、舊鹽場辦公室、鹽工之家等改造而成。其中最受矚目的水晶教堂，以鹽田結晶的大、小鹽堆堆砌在一起為意象，打造另一番獨具特色的鹽田風光，同時也是臺灣第一個由公部門打造的「婚紗攝影」主題園區。從水晶教堂往遊客中心延伸，散布多件可愛浪漫的裝置藝術作品與彩繪牆面，一路連接到遊客中心周邊的歐風

彩繪。

相較於遊客中心周邊的異國風，跨過一條馬路，對面的北門出張所及幸福樂章廣場顯得寧靜自然許多。北門出張所是往昔北門鹽場的辦公室，建於1923年，與安順鹽場的安平出張所是同一時期的建築，建築主體為檜木構成，是典型日治時期官舍風格；正門前的孫中山銅像則是台鹽時期樹立的，現已頗為少見。

在北門出張所旁的一大片草地，原本是鹽場用來堆鹽的「大公堆」，鹽場停止運作後轉變為綠地，雲嘉南濱海國家風景區管理處（以下簡稱雲嘉南風管處）以音樂主題的白色雕塑，打造出幸福意象，與周邊的北門出張所、北門嶼餐廳及舊鹽務人員宿舍結合成為一個區域，從這裡也可以走到台灣烏腳病醫療紀念館、北門嶼教堂等景點。





### 同場加映



#### 洪通的異想世界

曾在 1970 年代臺灣畫壇掀起一股風潮的素人畫家洪通，其家鄉就在北門的蚵寮新厝仔，新厝仔彩繪了數幅洪通的作品，藉由這位東方畢卡索的舊作活絡當地社區，讓更多人認識這位素人畫家。



北門婚紗美地有許多以愛與浪漫為主題的彩繪，吸引了很多新人前來。

## 北門灣生・安藤邦夫

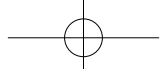


日治時期在臺出生的日本人，懷念臺灣的情懷，因紀錄片《灣生回家》而受到廣泛注意。北門也有一位這樣的灣生，他是 1931 年出生在北門的安藤邦夫。

安藤邦夫的父親曾是派駐在北門的警察，安藤出生時，母親的奶水不足，剛好當時王金河診所的護士也同時生產，於是就由她幫忙哺乳，因此與王金河醫師一家結下不解之緣。日後安藤返回日本，一直對臺灣念念不忘，二十餘年前退休後終於一償宿願，來臺尋訪舊友以及兒時居住過的地方，此後年年訪臺，有如候鳥從不間斷。

安藤雖然在北門僅僅居住過三年時間，後來就因父親調職而搬往佳里，但由於與王家的一段淵源，讓他對自己的出生地北門始終懷有濃厚的感情。2014 年，在他最後一次訪臺時（有感於年紀漸大，恐無法再搭飛機），也特別到北門緬懷兒時居住的故鄉。當時他看著整修完成後的北門出張所，似乎別有所感，雖然他不會說中文，但用日語說出一句：「我是臺灣人！」令在場所有人為之動容。





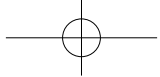
## Day1 15:00 南鯤鯓代天府

幾年前，米其林綠色旅遊指南首度發表臺灣版的旅遊小冊子，裡面把南鯤鯓代天府與臺北故宮、鹿港龍山寺、臺南孔廟等一起列為三星級景點，很多人才第一次注意到，位在臺南北門偏鄉的代天府竟然那麼厲害，在外國人的眼中足以跟故宮、龍山寺等重量級的文化瑰寶並列臺灣最值得拜訪的三星景點。

最早於 1662 年建於南鯤鯓沙汕的代天府，創建的過程充滿傳奇。據說明末南鯤鯓汕捕魚的先民在海灣發現漂來一艘小船，裡面載有「李、池、吳、朱、范」五府千歲及中軍府等六尊神像，並且有一支神木及代天巡狩的旌旗。漁民試著恭送出港，但小船竟逆流返航，於是先民就地籌建廟宇，並且請泉州的雕刻名師以神木雕製神像，在 1662 年完工，成為臺灣首座王爺廟，稱為「南鯤鯓廟」，也就是後來的南鯤鯓代天府。



代天府正殿後方的砗磲石金錢壁是由澎湖信徒奉獻，也是早年北門與澎湖往來密切的明證；（上圖）南鯤鯓代天府正殿龍柱上的雕刻有蚌殼精，充分反映漁民信仰背景。



雖然南鯤鯓代天府歷經整建，今日的宏大規模，早已不見當年充滿傳奇色彩的廟宇原貌，但廟中還是有很多文物珍寶，就算不是王爺的信徒，光是按圖索驥到殿裡殿外尋寶，都能大有收穫。例如，大殿中供奉的五王金身及中軍府的神像，據傳就是用當年漂來船上的神木所雕成，已有三百多年歷史，號稱「開基正身」；另外，拜殿上的蜘蛛結網（藻井）為日治時期泉州大師王益順（臺北龍山寺與鹿港天后宮改建者）的傑作，全部六十四卦三百八十四爻，配上一一年四季二十四節氣七十二候，數百個組件沒有用一根釘子，全部以榫拼疊建構，令人嘆為觀止；而正殿後方一片硃石金錢壁，也透露了早年澎湖與北門的密切往來關係。原來這片金錢壁乃 1926 年重修時，澎湖信徒所捐獻，據說摸了可以增長財運。

南鯤鯓代天府傳承久遠，至今已有三百多年，號稱「臺灣王爺總廟」，不只在全臺灣，甚至連海外也有分香、分靈，總計上萬座。因此造訪當地時，除了可以欣賞廟中的文物，一開眼界，一年四個進香期還可以看到來自臺灣各地方的進香團，呈現極具地方特色的進香文化，非常有趣。

## 同場加映



### 三寮灣東隆宮

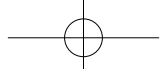
雲嘉南沿海地區是早年先民從中國移來時，最早進駐的區域，這些先民從唐山到臺灣，大多會攜來家鄉的守護神，希望祈求平安，因此這裡的信仰也反映了先民的不同背景，而呈現百家爭鳴的情況，有媽祖、觀音佛祖、保生大帝、九龍三公，也有各種王爺。

和南鯤鯓代天府同屬北門區的三寮灣東隆宮，雖然相距僅有數公里之遙，也同樣是王爺信仰，但供奉的王爺不太一樣，祭典也不太相同。南鯤鯓的王爺有出巡但沒有王船；三寮灣則有三年一科王船祭，非常特別。三寮灣東隆宮旁設有王爺信仰文物館，對這方面有興趣研究的遊客，值得專程造訪。



代天府拜殿上方的蜘蛛結網（藻井）為王益順大師的手筆，堪稱全臺廟宇工藝數一數二的傑作；（上圖）南鯤鯓代天府的護身符有李、池、吳、朱、范五府千歲分別加持的圖樣。





井仔腳瓦盤鹽田  
是全臺保存、復  
曬最成功的鹽  
田。(魏鈺墩攝)

## Day1 17:00 井仔腳瓦盤鹽田

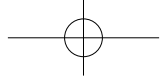
雲嘉南這片土地上曾經有過廣闊的鹽田，但在這些鹽田裡，開闢於清領時期而且到現在還可以看到曬鹽作業的，只有布袋的洲南鹽場、北門舊埕和井仔腳三處。其中歷史最悠久的，就數闢建於1818年的井仔腳鹽田了。

井仔腳鹽田位於北門潟湖邊上，這裡的鹽田舊稱「瀨東場」，是早年先民從鳳山庄大林蒲（今高雄小港）闢場後，遇

水患遷到佳里外渡頭，又遇水患再遷到北門，沿用舊名「瀨東場」而來。

這裡是臺灣現存最古老的瓦盤鹽田（1818年遷到現址後就保存至今）。鹽民製鹽的技術代代相傳，經驗非常豐富，所以生產出來的鹽品質也十分精良，與布袋、七股一些大面積土盤鹽田所生產出的鹽（主要供工業用）不同。

不過，歷史再古老的鹽場，也敵不過



市場的壓力。1990 年代前台鹽逐步調整生產策略，停止臺灣的曬鹽作業，井仔腳鹽田就曾經一度廢曬停工，直到 2003 年開始，部分的荒廢鹽田再度復曬，經過多年活化工作，並聘請退休老鹽工重新協助維護鹽田設施，現在，井仔腳已成為遊客拜訪北門地區必到的景點，每逢假日車水馬龍，遊覽車比當年運鹽的車還要多。

井仔腳鹽田最美的是夕陽。每到黃昏時分，一輪火紅的夕陽從遠處的堤防邊落下，在接近地面之前，散發最美麗的光澤，有如火球般染紅整個天空，鮮艷的光影倒映在鹽田上，絕美又浪漫。此時如果能與知心的伴侶靜靜地坐在鹽田邊，或者攜手漫步堤防上，幸福的感覺油然而生。

### 同場加映



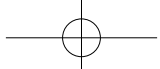
#### 七股鹽樂活村

位於台灣鹽博物館旁的七股鹽樂活村，是七股鹽場在多年前廢曬後，目前在七股唯一可以看得到的鹽田景觀。鹽田周邊除了鹽田復曬場外，還有早年鹽工避風的筍間寮仔，及鹽工居住的十棟寮鹽工宿舍。看過台灣鹽博物館的靜態展示之後，再到旁邊的鹽田來，更能體會早年的鹽村生活。鹽田復曬區部分目前委外經營，名為「夕遊鹽樂活村」，有小火車可供遊客付費乘坐，暢遊鹽田風光。



鹽田一角是可供遊客體驗收鹽、挑鹽的區塊。





東石漁人碼頭的人工戲水池有人造沙灘及噴水柱，為碼頭增添亮點。



## Day2 08:00 東石漁港&外傘頂洲

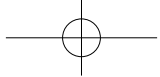
位於朴子溪口的東石漁港，因為岸外有外傘頂洲的庇護，不但養蚵產業十分發達，也盛產各式各樣的海鮮。每天下午一點半，漁市場準時開拍，吸引遠近饕客前來競標新鮮漁獲，已成為當地一景。漁市裡還有專門為客人殺魚的攤位，遊客在這裡買了魚，也可以就近請人代為烹煮，現買現吃最新鮮。

不過，對一般遊客來說，漁市拍賣不一定有那麼大的吸引力，倒是離漁市不遠的漁人碼頭，有一個超大的人工沙灘

戲水池，每每到了夏天，都有不少親子特別來這裡享受比海水乾淨又安全的戲水環境。

位於北緯 23 度半的東石漁港，在漁人碼頭邊的草地上也設有一個以愛為名的北回歸線地標，號稱本島最西的北回歸線地標。順著地上的直線對過去，北回歸線從這裡出海，可以對應到澎湖虎井嶼的北回歸線地標，十分有趣。

東石漁港也是搭船前往外傘頂洲的大本營。遊客在這裡可以搭乘大型膠筏，



由船家帶領前往拜訪「漂移的國土」——外傘頂洲。

從東石漁港搭船拜訪外傘頂洲，是個難得的經驗。從東石港出發後，一路可以看到各式各樣的蚵棚，還有蚵民在棚架上作業的情形，也有乘著小筏在海釣或撈捕魚蝦的漁民，充分展現西南海岸漁民的生活風貌。有些經營外傘頂洲遊程的船家，本身就是早年居住在外傘頂洲的居民，聽他們述說當年外傘頂洲上

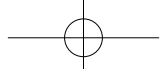
頭風光繁華的情況，為遊客提供了更多想像。

外傘頂洲本來在雲林外海，所以在行政區劃上隸屬雲林縣口湖鄉的蚶寮村，但後來日漸往南漂移到東石外海，如今反而距離嘉義縣比較近，但以前居住在那上面的居民，還保留著當時的門牌，這門牌既是懷念，某種程度上也算宣示主權，代表著這些漁民和外傘頂洲的牽絆與歸屬。

外傘頂洲開放登陸後，頗受遊客歡迎；（右上）寧靜的東石漁港一隅；（右下）漁人碼頭一角以愛心意象所做的北回歸線 23.5 地標。



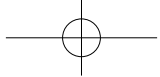




因為3D彩繪的關係，  
好美里搖身一變，成了  
吸引闔家大小前來的  
戶外美術館。







## Day2 15:00 布袋好美里 3D 海洋世界 & 高跟鞋婚禮教堂

布袋南方的好美里，是一塊魚塢與鹽田遍布的海埔地，以往這裡最有名的，是供奉明朝媽祖神像的太聖宮。廟裡的一尊媽祖神像，相傳是明末先民攜帶來臺的古物，號稱「魷港媽」，早年偏鄉醫療不便，鄉民生病求助媽祖，而乩童常刮下媽祖神像的底部做為藥引，據說十分靈驗，因此魷港媽「割肉治病」的名聲也不脛而走，虔誠的信徒常不遠千里而來。

近一年來，前來朝拜魷港媽的信眾依然絡繹不絕，可是村裡更多的是慕 3D 彩繪之名而來的遊客。在太聖宮附近的小巷裡，經常可以看到遊客拿著手機、相機，忙著尋找畫有 3D 彩繪的牆。

這是因為雲嘉南風管處在 2015 年委託 3D 彩繪大師曾進成，對好美里展開聚落

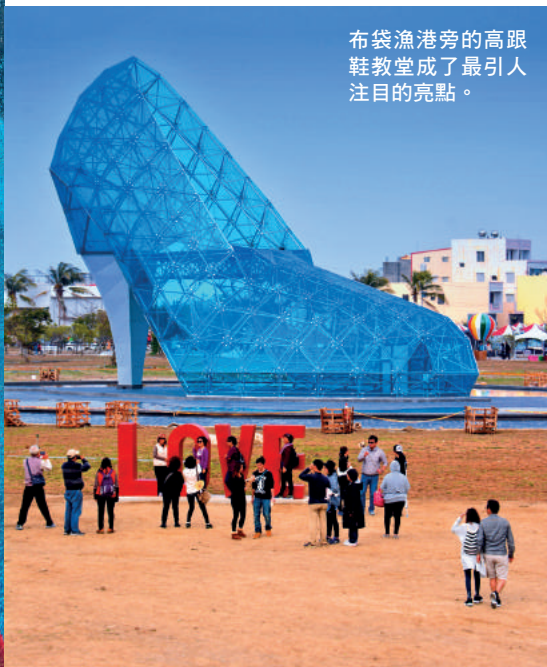
活化計畫，利用一些牆面，還有閒置的漁村公園地面空間，創作了二十幾幅栩栩如生的 3D 立體彩繪。這些彩繪大多以海洋生物為題，也有童話故事或動漫傳說，由於彩繪題材融入了 3D 元素，在拍照時增添了不少趣味，例如一幅大白鯊穿牆而出的畫面，站在鯊魚張開的大口之前，就顯得特別驚險；而在傑克與魔豆的彩繪中，巨人竄地而出，也頗為嚇人。

曾進成本身是國畫出身，在因緣際會之下，曾經到泰國參與 3D 彩繪的工作，並且習得一身好技藝。他希望 3D 彩繪可以為人口嚴重外流的好美里帶來一些生機，而在創作的幾個月期間，常與村裡的老人們互動，大家看到村裡常有遊客來訪，都十分高興。

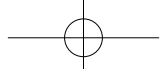
其實，好美里除了 3D 彩繪與太聖宮之外，靠近龍宮溪一帶也有豐富的紅樹林生態，北邊沙汕還有好美寮自然保護區，適合多留點時間，到村外走走看看。

早期的雲嘉南濱海地區，地貧人瘠，受到烏腳病肆虐，許多女孩子因病截肢，終其一生無法穿著夢想中的高跟鞋，開啟另一段人生。布袋高跟鞋婚禮教堂發想自這段典故，雖然悲傷，但在陽光下照耀晶亮的高跟鞋，也意喻著走過悲情，踏出幸福之意。這座象徵幸福意象的藍色玻璃高跟鞋高 17 公尺、寬 11 公尺，主架構由 1,269 根鋼架與 320 餘片玻璃組成，堪稱是目前世界上最大的高跟鞋。

布袋漁港旁的高跟鞋教堂成了最引人注目的亮點。







# ＝幸福鳥地方＝ 雲嘉南濱海 賞鳥地圖

雲嘉南濱海國家風景區的行政區縱跨雲林縣、嘉義縣、台南市，豐富的濕地生態系統是其特色，其中包括潮汐、潟湖、沙洲、河口、沼澤、灘地、鹽田、水田、埤塘等各種環境。

此區涵蓋的生態資源範圍極廣，主要的水鳥棲地包括：雲林縣的成龍濕地、湖口濕地；嘉義縣的鰲鼓濕地森林園區、南布袋鹽田濕地、八掌溪口濕地；台南市的北門潟湖、學甲濕地（急水溪濕地）、七股頂山濕地、曾文溪口濕地以及四草濕地。

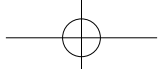
每年9月秋風起，大批冬候鳥及過境鳥飛抵雲嘉南濱海，有部分水鳥會在稍內陸的農田濕地過冬。

本文僅就雲嘉南濱海地區容易觀察到的水鳥做介紹。其中最吸引人的有黑面琵鷺新樂園：台南七股頂山濕地；黑腹燕鷗大軍集結：台南北門潟湖；候鳥樂園：嘉義鰲鼓濕地森林園區。

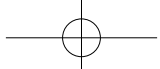
李進裕，臺南市人，喜愛在田野觀察自然生態。接觸攝影後，以相機紀錄植物、花草、昆蟲、蝴蝶做為教學素材。十餘年前被鳥類的豐富姿態吸引，開始從事野鳥生態攝影，曾拿下2013年白色雲嘉南國際觀鳥馬拉松大賽，團體鳥種數冠軍。著有《將軍區水鳥圖鑑》電子書。











## 黑面琵鷺新樂園 七股頂山濕地

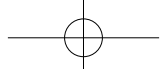
每年10月到隔年4月，七股頂山廢棄鹽灘地聚集了大批黑面琵鷺，數量最多時超過400隻。近幾年，夏秋的季节，有時還可以觀察到滯留在台灣沒有北返的黑面琵鷺，2014年時數量有21隻。

秋冬清晨，可以在靠近馬路的水域欣賞黑面琵鷺獨特的覓食技巧：划動飯匙狀的長嘴，或排成直線往前走動，或圍成圓圈往圓心移動。這種集體覓食的方式，總能迅速的捕捉到魚蝦。調整食物的角度，大口吞下後，隨即把頭沒入水裡，再以嘴喙不停的左右掃動，繼續覓食。

有時，專注覓食的黑面琵鷺會不知不覺的靠近岸邊，距離馬路僅僅十幾公尺，不用望遠鏡就能清楚看到上嘴喙的皺褶紋及眼先の黃色斑塊。直到太陽高昇，吃飽了的黑面琵鷺，有的緩步行走，有的展翅飛行，到後方的海茄苳林中準備休息。

下午四點後，側頭縮頸睡了一整天的黑面琵鷺，開始活動筋骨，在水中左右擺動嘴喙，理羽、張翅、來回走動，預備起飛前往附近的魚塭覓食。

起飛了！在一隻前導黑面琵鷺的帶領下，一群同伴鼓動長而有力的翅膀跟著



飛。剛離開水面的黑面琵鷺奮力的快速上下振翅，往前飛一小段後，順著氣流風向調整飛行高度，振翅的節奏轉而緩慢優雅。黃昏，幾隻黑面琵鷺飛過夕陽暮色，是一天裡最美的畫面。

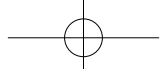
頂山廢棄鹽灘的大片水域，有海茄苳林讓候鳥棲息，淺灘的魚蝦、軟體動物滿足水鳥食物的需求。蒼鷺像是有耐心的釣客，在水中靜靜的等候，待吳郭魚游來，猛一伸頸啄食；大白鷺或緩步覓食，或等待黑面琵鷺掉落的魚蝦，飽餐一頓；幾十隻反嘴鴿除了會以上翹的彎嘴左右掃動撈食，也會以倒栽蔥的方式

取食；一大群黑腹燕鷗在空中來回逡巡，以嘴喙掠過水面，捕食小魚蝦。許多鸕鶿科、鷺科的水鳥也在這片濕地及附近的淺灘、廢棄的魚塭度冬。

2015年冬天，上萬隻的尖尾鴨、琵嘴鴨、赤頸鴨在這裡棲息覓食，兩隻小天鵝也在這裡停留了一陣子，吸引賞鳥客駐足。

秋冬的七股頂山鹽灘地，讓冬候鳥有了最好的棲地，同時也是近距離觀賞黑面琵鷺最好的鳥點。





## 認識棲地鳥類

### 黑面琵鷺

一級保育，稀有冬候鳥；有扁平如湯匙狀的長嘴。每年9月開始抵達台灣，隔年3月中旬陸續北返。常成群於紅樹林或灘地棲息，數量可達幾百隻。

3月的金黃繁殖羽，是黑面琵鷺一年中最美的時候，頭頂著最新的龐克頭，找個淺水域好好的泡個澡。



### 大白鷺

普遍冬候鳥，稀有留鳥。頸呈大S彎曲，虹膜黃色，嘴裂深，超過眼後。常與蒼鷺、小白鷺及黑面琵鷺等混群，主食魚蝦。飛行時頸部彎曲，振翅緩慢。

這隻大白鷺，在廢棄的鹽灘地緩緩前進，用長嘴捕捉到一條魚。

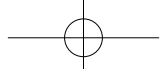
### 蒼鷺

屬鷺科中體型最大者，單獨或成群在河口、沼澤及魚塢的水域活動，常緩步尋找食物，或站立淺水區等魚蝦游過時，伸頸捕食。

在淺水處停佇了半個小時，這隻蒼鷺終於捕到一隻吳郭魚，可以飽餐一頓了。小白鷺在旁邊伺機而動，等待因蒼鷺抓魚驚擾而游出水面的小魚。







## 裡海燕鷗

繁殖期頭頂黑色，嘴鮮紅色，常大群棲息於潟湖、沙洲、鹽灘等處，在空中來回飛行，以俯衝方式捕食魚蝦，也會搶奪別隻鳥口中的食物。

廢棄鹽灘中的一群裡海燕鷗，迎著風，準備起飛。

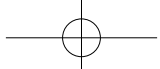


## 彎嘴濱鵒

普遍過境鳥、稀有冬候鳥，嘴長而下彎。成群出現於廢棄鹽田、水田、泥灘等淺水區域，以長嘴深入泥中翻找小型軟體動物、甲殼類等等。

彎嘴濱鵒與其他鵞鵝科的水鳥棲息於頂山附近廢棄魚塭。這群水鳥共享濕地的資源，也為濕地帶來冬季的賞鳥熱潮。





## 黑腹燕鷗大軍集結 北門潟湖

當你親臨現場，看著一大群燕鷗從天際呼嘯疾行，飛降至海面與落日餘暉交錯的蚵架，內心從驚訝瞬時化為感動。

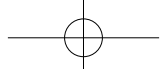
北門的廢棄鹽灘地，有許多鸕鶿科水鳥聚集，高蹺鶿、青足鶿、小青足鶿、赤足鶿、鷹斑鶿、紅胸濱鶿、黑腹濱鶿和東方環頸鶿等水鳥在淺灘覓食。魚塭上方，小燕鷗俯衝抓魚蝦；小鸕鶿親鳥背著雛鳥游過碧綠的水澤；反嘴鶿用上彎的長嘴喙撈取水面的小蟲；一群紅嘴鷗為了搶奪一條魚喧鬧不已；黃昏時，一百多隻埃及聖鸚棲息在木麻黃上。

每年 10 月中至 11 月底，成千上萬的

黑腹燕鷗會在落日時，飛臨北門潟湖，行一場分列式表演，然後停留在蚵架上過夜。

穿過熟悉的瓦盤鹽田，一輪火紅的夕陽即將沒入地平線。不多時，一群群黑腹燕鷗陸續回到潟湖上空，像是約定好時間似的，幾分鐘內便聚集了數千隻之多，在泛著微紅的天空裡盤旋。後到的族群逐漸加入，遮蔽了半個天空，在氣流的導引下，形成龍捲風狀前後飄移。

頃刻間，上萬隻黑腹燕鷗從天螺旋而降，前鋒部隊在即將墜入海面的剎那，急往右側翻轉，後頭部隊隨著這條隱形的路線，如波浪般滑行翻滾前進，形成



一道銀白飛瀑。這道飛瀑往前數十公尺，即刻轉了180度，以相同的速度逆行，彷彿就要和原路線的主部隊撞在一起，卻又極巧妙地擦身而過，沒有任何兩隻有翅膀的接觸。就這樣，先頭部隊飛抵第一個降落點，又來一次大迴旋，這道飛瀑加寬加厚，形成了一面會左右移動的高牆。

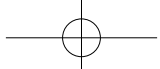
除了這道高牆，堤防後側的魚塭，有更近的銀瀑。這道銀瀑是由另一群黑腹燕鷗所組成，數量約二、三百隻，以驚人的速度在水面上翻滾，如大型舞臺上的一大片銀白絲綢。在受過極嚴格訓練的舞者舞動下，有節奏的擺動，前一刻

在左，又瞬時往右，待貼近地面時，又擺盪至舞臺最高處，再以迅雷不及掩耳的速度從群眾耳際劃過。這片燕鷗絲綢越過堤防，加入先前的那道高牆。

這些如梭子的黑腹燕鷗在瀉湖來回穿巡幾次後，降落在適合過夜的蚵架上噤噓噓噓鳴叫，固守僅容自己立足之地的小小地盤，準備度過漫漫長夜。

隔天清晨六點，趕在太陽升起前，上萬隻的黑腹燕鷗，以輕盈的舞步，飛向有魚蝦的魚塭及潮間覓食。待落日的前一刻，再以相同的妙姿，回到瀉湖上共舞一次。





## 認識棲地鳥類

### 黑腹燕鷗

繁殖期，嘴深紅色，眼以上黑色，腹黑色。全年均可見，出現在河口、沙洲、魚塭、水田地帶。覓食時會來回低飛，俯衝或輕掠水面，以嘴啣魚蝦。

已換成繁殖羽的黑腹燕鷗在魚塭捕食小蝦。在臺南北門潟湖，每年冬季黃昏時，有上萬隻於空中集結盤旋，降落蚵架，場面奇特壯觀。



### 小燕鷗

繁殖期，前額有白色三角形。成群在開闊地區的水域或魚塭，以俯衝方式捕食小魚蝦。

魚塭裡張翅準備抓魚蝦的小燕鷗，雖然只有幾秒鐘的懸停振翅，但四處飛散的小水珠，為牠的飛行增加了動感。

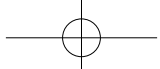
### 小鸕鶿

生活於池塘、湖泊、魚塭中，潛水捕食小魚蝦。腳位於身體後側，走路不穩，精通游泳和潛水。築巢在蘆葦及水草等植物上，育雛初期會將雛鳥背在背上四處游水。

小鸕鶿親鳥背著剛出生幾天的雛鳥，游過碧綠的水澤。







## 反嘴鴿

嘴黑色細長向上翹彎。飛行時黑白醒目，常出現在河口、魚塢等濕地。覓食時，用嘴在水中左右掃動，也會以倒栽蔥方式取食水中及泥中的小魚蝦、蠕蟲。

北門附近的魚塢，有時會群聚上百隻的反嘴鴿。群飛時，黑白羽色如同草書飛舞。



## 紅嘴鷗

嘴橙紅色、尖端黑色。小群或大群棲息於開闊地區的湖泊、河流、魚塢等處。以灘地或水面的魚蝦、軟體動物為食物，有時以俯衝方式捕食魚蝦。

一隻紅嘴鷗在魚塢裡捕食到虱目魚，另一隻準備搶食，兩隻鳥為此喧鬧不已。

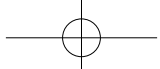
## 埃及聖鸛

嘴如鐮刀狀下彎，飛行時伸長脖子，常被誤認為黑面琵鷺。主要在沼澤、濕地、農田活動，吃魚類、青蛙、軟體動物及其他水中生物，常小群覓食。

埃及聖鸛在濕地裡覓食、理羽。太陽下山後，會陸續飛進木麻黃林子裡停棲。







## 候鳥樂園 鰲鼓濕地森林園區

冬季的鰲鼓濕地，聚集的鳥種及數量，多得讓人驚奇。找一個晴朗的冬日來拜訪這片國際級的濕地，一定會被這裡的鳥況震懾。

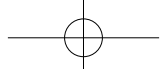
鰲鼓濕地森林園區原本是人造的海埔新生地，面積約為 1,470 公頃，是臺灣最大的濕地。區內淺灘、水澤形成多元的植物相，孕育出各種魚蝦貝類，形成一小型的生態系，也吸引了眾多的鳥類前來棲息。區內光是鳥類超過兩百種，尤以冬候鳥最值得觀賞。

每年入秋後，大批冬候鳥抵達這片濕地，數以萬計的雁鴨、鷓鴣、鸕鶿科水

鳥在此棲息。清晨，幾百隻鷓鴣飛過堤防，在附近覓食；日暮，幾千隻紅嘴鷗在昏黃的落日餘暉裡，優雅的飛舞。這裡也有一、二百隻黑面琵鷺會來此度冬。

如果有時間，可以在水岸邊靜靜欣賞鷓鴣的捕魚功夫。幾隻鷓鴣悄悄地降落在稍遠處的水域，無聲無息的接近岸邊，伸長了脖子東轉西轉，迅速潛入水裡，十幾秒後，嘴裡啣著一條三指寬的吳郭魚浮出水面，仰一下頭，吞進喉裡——魚在喉裡掙扎、擺動幾秒鐘後，便滑進鳥肚。這隻吃飽的鷓鴣，隨即助跑起飛離去，只在水面上留下幾個漣漪。

南堤前的大塘，有臺灣稀有的白琵鷺，



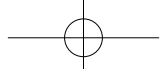
混群在黑面琵鷺中；幾十隻尖尾鴨同步倒栽蔥吃淺水域的水草和小蟲，露出長尖尾，兩隻腳在水面踢啊踢的，像極奧運競賽的水中芭蕾舞者；一群琵嘴鴨在淺灘張著琵琶大嘴，以喙喙裡細梳狀的篩板，過濾水面的小蟲、浮游生物；靠近堤岸處，夜鷺、埃及聖鸚、緋秧雞、紅冠水雞、白冠雞展現各種覓食本領；赤頸鴨、小水鴨、白眉鴨、花嘴鴨、鳳頭潛鴨也在稍遠處自在的悠游；運氣好時，還可以透過高倍望遠鏡，找到臉上有著太極圖案的雄巴鴨。

正當看得正入神時，上千隻雁鴨被一陣騷動驚擾齊飛，「嘎嘎嘎」地鳴叫，

夾雜翅膀鼓動的「啪啪啪」聲音。經驗告訴賞鳥人，一定是猛禽出沒，用長鏡頭搜尋，果不其然，二隻東方澤鶩在遠處的木麻黃上盤繞。幾分鐘後，雁鴨群陸續飛回，喧嘩地降落水面，一直到黃昏，只有風切聲「咻咻咻」地穿過林梢。

每年候鳥季，這片濕地中常有不同的驚喜：稀有的花鳧（ $\text{C}\times\text{V}$ ）隔幾年就會有幾隻來報到，偶爾到訪的東方白鸕、黑鸕、白額雁家族、紅胸秋沙、冠鷺鶼、黑頭白鸕等稀有鳥種，讓鳥友興奮整個冬季。整個賞鳥季，從9月秋風落下，一直到翌年3月南風吹起，活絡了南臺灣半年的賞鳥活動。





## 認識棲地鳥類

### 白琵鷺

眼睛四周沒有黑色裸皮，可以清楚地看到眼睛。在臺灣的棲息地及生態行為和黑面琵鷺相似。

一隻白琵鷺（中間）混在這群黑面琵鷺中間。白琵鷺在世界各地的分布廣泛，族群數量多，但在臺灣的數量每年只有十幾隻左右。



### 尖尾鴨

雄鳥繁殖羽頸側有白色條紋，兩根中央尾羽極長，這也是尖尾鴨名字的由來。以倒栽蔥方式取食水中水草及藻類，也吃軟體動物、甲殼類等等。

一群尖尾鴨在露出水面的小沙丘上享受冬日的陽光。這群尖尾鴨公母約各半，冬日的鰲鼓常可以在淺灘看到牠們在淺水域覓食，或在小沙洲休息。

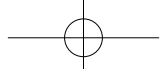
### 鸕鷀

羽色偏黑，腳有蹼，潛入水裡以嘴喙捕捉魚類，會浮出水面再吞食，潛泳前會伸頸四周觀望，單獨或小群捕食，飛行時通常會排成一字或人字形。

這隻鸕鷀潛水十幾秒後，嘴裡啣著一條三指寬的吳郭魚浮出水面，仰一下頭，就把魚吞進肚裡。







## 翻石鹬

棲息在潮間帶、河口、沼澤等濕地環境，單獨或小群在灘地上快速行走，會用嘴翻開石塊，或在水草上尋找螺、甲殼類、軟體動物等生物為食。

在淺灘漫步，尋找小蟲、小螺吃的這隻翻石鹬已開始轉繁殖羽，也預告牠即將北返。



## 白額雁

背部暗褐色，成鳥嘴基有白色環斑，腹淺棕色，有不規則黑色橫斑。小群在淺水開闊地活動，食物以穀物、植物嫩葉或草籽為主。

白額雁排成人字形在鰲鼓的上空飛翔。2013年冬，這幾隻白額雁在鰲鼓待了幾個星期，吸引許多賞鳥人到訪。

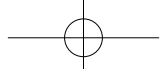
## 琵嘴鴨

喙形如琵琶，故而得名。棲息於開闊地區的湖泊、河流、魚塭等處。琵嘴鴨常在淺水河岸附近用嘴撈取水中的小型軟體動物、浮游生物、甲殼類等食物。

突然起飛的琵嘴鴨雄鳥濺起一陣水花。在鰲鼓，琵嘴鴨數量不但多，而且會游得很靠近岸邊，是最容易觀察到的雁鴨。



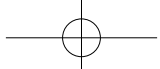




—幸福食光—  
**大廚的  
私房料理**

讓在地的大廚來告訴你，  
怎麼吃，怎麼煮，  
才能嘗到最在地的鮮味。





## 許家兄弟的五味香螺

東石樺榮海鮮餐廳的許華傑、華榮兩兄弟，從小成長於東石海邊，最是了解海的滋味。許爸爸以前是專業養蚵戶，也是業餘的海鮮料理廚師，兩兄弟跟在爸爸身邊，整天在蚵棚上、廚房裡打轉，最擅長的，當然是各式各樣的鮮魚和鮮蚵料理，不過他們要介紹給大家的，卻是產在蚵田裡另一種海味——香螺。

香螺是一種底棲大型螺類，以撿食自蚵棚掉下來的蚵仔和藻類維生，可以算是與蚵田共生的海產，所以在盛產蚵仔的雲嘉南海岸線，香螺產量也很多，但懂得吃的外來客卻不多。

華傑說，香螺肉在燉煮後會有一種獨特香味，所以得名。尋常的香螺，可以長到拳頭那麼大，烹調方法以燉煮或燒

烤最為適宜。做法是將香螺表面的青苔洗淨（最好用手洗）後，放在鍋裡蒸個十來分鐘，讓螺肉熟透，也把螺香逼出來後，再燒烤或直接切片沾五味醬吃。由於香螺的肉質與鮑魚十分相似，又帶有淡淡的香味，蒸熟後用來燉雞湯也是一絕。

品嚐香螺的季節，一年四季皆適宜，但以秋冬最佳。因為香螺在這個時候準備進入繁殖季，所以肉質最為肥美，香味也特別明顯。不過華傑建議，香螺一定要選新鮮的，肉質才會鮮嫩而且香甜，如果是死後才處理，不但肉質軟爛，而且香味也差。蒸香螺時，一定要肉面向上，如果多顆一起蒸，最好把大顆放下面，才不會有的熟有的不熟。

### 許家五味醬

#### 食材

青蔥……少許，酌量

老薑……少許，酌量

香菜……少許，酌量

辣椒……少許，酌量

※ 以下調味料請依建議比例調配

烏醋……2 匙

蠔油……2 匙

香油……1 匙

米酒……2 匙

番茄醬……2 匙

味醂……1 匙

#### 做法

1. 青蔥、老薑、香菜、辣椒等所有香料切碎。

2. 烏醋、蠔油、香油等所有調味料混和攪拌均勻。

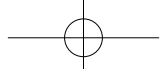
3. 將所有香料與調味料充分混合，即可搭配蒸過的香螺或其他海鮮料理。



#### 美味關鍵：烏醋

五味醬是臺菜搭配海鮮的重要醬料之一，人人會做，但各有巧妙不同。華傑、華榮認為，五味醬做得好不好，烏醋是一大關鍵，而市面上大量生產的烏醋多半帶著較濃的一種化學味，所以他們都是自己上傳統市場去找古法釀造的小廠產品，味道比較豐富，也更能帶出海鮮的美味。





## 鹽焗蝦

### 食材

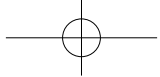
海鹽……1斤、白蝦……10尾

### 做法

1. 取 2/3 海鹽平鋪在烤盤上。
2. 白蝦依序擺放在海鹽上，最再將剩餘的 1/3 海鹽覆蓋上薄薄一層。
3. 蓋上鍋蓋（建議使用透明鍋蓋），開中火直接加熱烤盤約 2 分鐘，關火。接著再燜一分鐘，即可食用。

### 美味關鍵：時間拿捏

務必使用新鮮蝦子，活蝦可先放入冰水中凍昏，才不會因加熱亂跳。因為蝦子有大有小，中火加熱的火候與時間拿捏端看經驗，大致以蝦殼轉紅為準，時間不宜過久，以免蝦肉煮過頭，顯得又乾又澀。



## 鹽山阿城的鹽焗蝦

七股鹽山附近有一家老饕必訪的海產店，外觀雖然樸實無華，卻深受觀光客及當地居民的喜愛，很多熟門熟路的老客人，每到七股必定光顧，只為嘗一嘗阿城的鹽焗蝦、蚵仔麵線及珍味鵝肉，堪稱鹽山之光。

鹽山阿城的老闆吳石城，早年到台中學藝有成，曾經在台中、台南的幾間大餐廳擔任主廚，十幾年前來到七股後，應鄰居友人的要求，開始做一些炒麵、炒飯等簡單料理，開設小吃店為村民服務。沒想到剛好碰上七股鹽山的旅遊興起，有很多觀光客到當地都希望能一嘗鮮蚵、魚蝦等海鮮，於是他拿出絕活，把小吃部改為海產店，菜單也越拉越長，從各式各樣的海鮮料理，到獨家新創的珍味鵝肉，應有盡有。

阿城的海產店與許多當地的小吃店不同，不完全以七股一帶養殖的魚蝦蟹及蚵仔為號召，由於他本身有豐富的台菜餐廳料理經驗，有能力處理高檔的現流海鮮，所以一些挑嘴的客人也常到這裡

來，指定要品嚐特定的季節海鮮。為了滿足饕客們的要求，阿城每天早上會到特定的漁獲供應商採購來自澎湖和東港的現流海產，確保食材的新鮮和品質。

當然，專程來吃七股在地風味的遊客也不會失望。阿城運用七股鹽山最有名的海鹽，配合當地養殖的白蝦或野生的明蝦、草蝦，研發出風味獨特的鹽焗蝦，讓人回味無窮。阿城說，新鮮白蝦的甜味在經過鹽粒蒸氣催熟的過程中，完全封縮在蝦肉內，入口之後，充滿彈性的蝦肉甜味自然流出，十足的在地風味。如果把鹽焗的蝦子從養殖的白蝦換成野生明蝦或草蝦，甜味會更為突出，同樣深受喜愛。

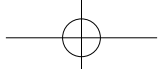
店中另有老饕必點的一道珍味鵝肉，是阿城用以前台菜的基礎研發出來的獨門菜。鵝肉使用合作達十幾餘年的養鵝場供應的鵝，細火慢燉燜出鮮嫩多汁的肉質；上桌之前，再鋪上用鵝湯泡過的豬血，特別受歡迎。



老闆吳石城有許多拿手絕活料理，（右圖）珍味鵝肉是另一到廣受好評的佳餚。







## 吳氏的鮮美酥炸蚵捲

東石是臺灣鮮蚵產量最大的蚵鄉，在東石先天宮附近的街上，有不少販賣蚵仔煎或蚵捲的小吃攤，因此要品嚐到新鮮又大顆的蚵仔並非難事。然而，在眾多小吃攤當中，有一攤吳氏蚵捲，雖然離先天宮較遠，但卻最受遊客歡迎，每到假日常可看到門口大排長龍，而每張桌上，必定少不了一盤炸得香酥的蚵捲。

吳氏蚵捲的年輕主廚吳思蕙說，在臺灣其他地方的夜市小吃中，其實蚵仔煎還比蚵捲更受歡迎，另外像蚵仔湯也都是很普遍的料理，而蚵捲因為製作費工又挑料，只有在蚵仔產量又多又精的東石，比較容易品嚐到。

其實，蚵捲之所以在東石崛起，吳氏也可以算是功臣之一。吳家是東石一帶有名的辦桌專家，吳爸爸當年利用家鄉鮮蚵做的蚵捲，在宴席中常常受到客人讚賞，後來漁人碼頭開幕，東石開始發展觀光業，地方上大家都絞盡腦汁，思

考該做那些小吃來吸引客人，吳爸爸就用這道拿手料理做成小吃，沒想到大受歡迎。

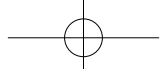
吳思蕙是在幾年前從爸爸手中接下這個攤子的，從小吃蚵長大的她，對鮮蚵的要求更為嚴格。有時遇到颱風，蚵仔的品質不佳，她寧可不賣，也不勉強推出不好的東西。思蕙說，蚵仔的生長最怕風大，東石因為有外傘頂洲遮蔽，是適合養殖的避風環境，加上沒有工業汙染，水質純淨，而且鹹度夠，生產出來的鮮蚵品質絕佳，這是吳氏蚵捲可以堅持新鮮的最大後盾。

她建議，想到東石來品嚐鮮蚵的遊客，不必受限於季節的迷思。一般總認為夏天的鮮蚵較為大顆，比較鮮美好吃，其實冬天的鮮蚵雖然個頭較小，但口感有彈性，吃起來的甜度更佳，做成蚵捲也更為可口，大家不妨試試，而名稱有趣的金瞎包，也是頗受好評的招牌之一。



金瞎包也是店內招牌小吃之一；（左圖）第二代經營者吳氏姊弟。





## 吳氏蚵捲

### 食材

豬網油……數片  
（切成如手掌大小）  
老薑……半塊  
豆薯……1顆  
麵粉……少許  
※ 以下依比例調配  
鮮蚵……600公克  
韭菜……400公克  
虱目魚漿……300公克

### 做法

1. 將老薑、豆薯和韭菜切碎，與虱目魚漿、鮮蚵均勻混和做成餡料。
2. 取少許豬網油鋪平，包入餡料後捲好。
3. 油鍋加熱至攝氏160至170度後，將蚵捲裹上薄薄一層麵粉，即可下鍋油炸。
4. 待蚵捲炸至浮起，再等1分鐘後撈起，略為冷卻即可盛盤上桌。

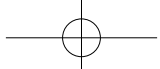
### 美味關鍵：

#### 虱目魚漿&荸薺

以虱目魚漿取代一般傳統用的豬腿肉，吃起來較不油膩；用豆薯取代荸薺，能讓餡料多了一種自然的甜味。豬網油也不可太多，適量即可，包好後，多的要剪掉，才不會太油。







## 虱目魚西瓜綿湯

### 食材

西瓜綿……1塊（約200公克，切薄片）

無刺虱目魚……1尾（1斤左右，切塊）

薑絲……少許

### 做法

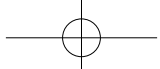
1. 取一湯鍋裝水，將水煮滾後，放入西瓜綿，繼續煮3分鐘。
2. 接著放入切塊的虱目魚與薑絲，再滾3分鐘即可起鍋。

### 美味關鍵：西瓜綿

這道湯的主角雖是虱目魚，但美味的關鍵卻在西瓜綿。西瓜綿是嘉南濱海地帶農人惜物的產品，它來自每年種植西瓜時，疏果階段摘下的未成熟果實，農人捨不得丟掉，就用當地盛產的海鹽醃起來，用來煮魚湯或炒菜吃。洪媽媽的西瓜綿是用將軍種的紅西瓜幼果，加入井仔腳曬的天日鹽醃製而成，充滿在地的天然風味。







## 鹽鄉民宿的虱目魚西瓜綿湯

近年來，井仔腳瓦盤鹽田鹹魚翻生，經過雲嘉南風管處的重新整理、行銷後，已經成為雲嘉南最受歡迎的景點之一，尤其每到落日時分，更是一車車遊客如潮水般湧入，爭睹鹽田夕照。其實，許多人欣賞美景之餘，可能都忘了這裡盛產虱目魚呢！

臺南市的北門、將軍、七股、安南、學甲一帶，是臺灣養殖虱目魚最重要的產地。這裡的魚塢養出最好的虱目魚，也最懂得如何吃出美味，例如乾煎虱目魚就是當地常見的招牌菜色。在井仔腳附近開設鹽鄉民宿的洪媽媽，就用虱目魚西瓜綿湯，征服無數食客的味蕾。

虱目魚是雲嘉南濱海的特產，它的特性是一離水就死亡，而且不耐保存，所以在以往是十分稀罕的魚鮮。如今拜生鮮配送技術所賜，平常在臺灣各地已經

可以吃到新鮮的虱目魚，不過，對老饕來說，配送的虱目魚風味總比產地要差上一截。所以來到雲嘉南，一定要嘗嘗這裡的虱目魚。

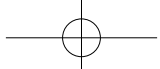
這道在雲嘉南濱海算是家常料理的虱目魚湯，是利用當地特產的西瓜綿提味。新鮮虱目魚在微酸西瓜綿的襯托下，肉質變得鮮嫩，豐富的油脂風味也得以完全展現，而且油而不膩，清甜爽口，佐餐或單喝都適宜。

鹽鄉民宿的洪媽媽，雖然不是土生土長的北門人，但從小常跟著媽媽從新營到北門載鹽，後來又嫁到北門來，更對當地人的食材運用有深刻了解。洪媽媽經營餐廳十幾年來，論起她的拿手好菜是數都數不完，不過她最自豪的，還是這道虱目魚西瓜綿湯，畢竟，她連西瓜綿都是自己做，完全掌握料理品質。



乾煎虱目魚也是洪媽媽的拿手菜；（左圖）常在店內熱情招呼客人的洪媽媽。





## 龍門客棧的蒜香赤嘴仔

嘉南濱海盛產各式各樣的魚蝦貝類，如鮮蚵、白蝦、文蛤、虱目魚等等，不過絕大部分是養殖的，只有一樣海鮮，因為目前還很少養殖，通常只有在這裡可以吃到野生的原味，那就是俗稱「赤嘴仔」的環文蛤。

環文蛤喜歡棲息在漲潮時水深大約四、五公尺的河口或沙灘地，在雲嘉南的北門、七股一帶，有不少適合牠們生長的环境，尤其在夏日水暖時，以藻類和浮游生物為食的環文蛤更是快速生長，肉質往往比文蛤還飽滿鮮嫩。每逢退潮時分，在海邊常可看到包著頭巾的

漁村婦女，拿著特製的耙子，往返沙灘耙梳，半天就能採收到一大桶，再賣到鄰近的海產店，賺取不少外快。

一般來說，夏天比較容易吃到環文蛤，開在七股鹽山與龍山村之間的龍門客棧海鮮餐廳，因為有經驗老到的婦女供貨，一年四季都可以吃到鮮美的環文蛤。本身就是在地人的王老闆，對海鮮十分挑剔，提到這款足以代表七股潟湖的野生環文蛤，他堅持用從小吃到大的煮法，只加蒜頭下去蒸，最能保留天然原汁原味。除了環文蛤，老闆也很推薦嘗試這裡的另一道料理，香酥魚背鰭。



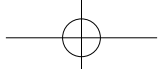
王老闆堅持用傳統方式料理赤嘴仔；(右圖)餐廳外觀恰如店名。



香酥魚背鰭也是在地特色料理。







## 蒜香赤嘴仔

### 食材

野生赤嘴仔……1斤  
蒜頭……5瓣（切碎）

### 做法

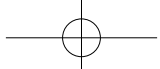
赤嘴仔充分吐沙洗淨後，放入切碎的蒜頭以及一碗水，下鍋蒸3分鐘即可。

### 美味關鍵：吐沙

要吃到好吃的赤嘴仔。吐沙這個步驟非常重要，最好的方式是浸海水（也可用海鹽水代替），夏天浸泡3至4小時，冬天則是半天，讓沙完全被吐淨。蒸的時候，外鍋不要放太多水，也不可蒸太久，3分鐘就一定要起鍋，才能夠保留最好的口感與鮮味。







## 豐師父烏魚子炒飯

### 食材

烏魚子……約 3 兩  
蔥花……少許  
洋蔥……半顆（切丁）  
雞蛋……2 顆  
白飯……4 碗

### 做法

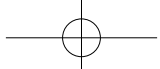
1. 將烏魚子煎熟後，切小丁備用；雞蛋打散後備用。
2. 熱油鍋，爆炒洋蔥後，接著加入青蔥、蛋與白飯快炒。
3. 最後放入烏魚子，拌炒均勻即可起鍋。

### 美味關鍵：洋蔥&白飯

加洋蔥可增添甜味與香氣，加些黑胡椒也可以讓味道更豐富。白飯也很重要，炒飯用的白飯要煮乾一點，不可以太軟。







## 豐海鮮漁府的烏魚子

雲嘉南沿海生產烏魚子的地方很多，如雲林口湖鄉、臺南將軍區，都是著名產地，每年冬至前後來到這裡，經常可見港邊鋪滿晾曬烏魚子的木板，許多人家忙著醃製烏魚子，蔚為奇觀。

臺南將軍區馬沙溝著名的老字號勝益烏魚子，擅長製作低鹽烏魚子，產品屢獲農委會十大優質烏魚子競賽肯定，老老闆洪錦漳的堂侄洪銘豐，在將軍漁港的西濱聯絡道上開設豐海鮮漁府餐廳，店中著名的乾煎烏魚子和烏魚子炒飯，常常吸引日本觀光客慕名前來。

生長於烏魚子之家，本身又擁有近三十年海鮮料理經驗的洪銘豐說，烏魚子好不好吃，在製作的過程中就已決定了，料理方法不過是盡力保存它的原始風味，不糟蹋這天然珍饈而已。真正好的烏魚子只用天然的鹽和陽光去醃製，過程簡單，時間和鹽分的掌控卻很重要，要做到薄鹽，讓新鮮烏魚子的天然的風

味保留下來，需要經驗和獨門技術。

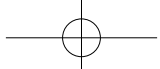
至於烏魚子究竟是野生的（海的）較好，還是養殖的（塹仔的）較好，豐師父認為各有優點，畢竟養殖的環境比較容易控制，所以品質比較穩定，相對的，野生的風味較佳，但每批、每尾魚的肥瘦狀況不一定，品質也比較不一。所以他建議大家不要迷信價錢較高的野生烏魚子，有時花了錢，也不一定買到真的野生貨，製作手法和店家信譽才是關鍵。

豐海鮮漁府餐廳的烏魚子是以專業烤爐烘烤出外皮酥而內部有彈性的口感，不過一般人家中不容易有這樣的專業設備，他建議，若要在家裡料理烏魚子，乾煎是最簡單的方法。將烏魚子洗淨剝除外膜之後，擦乾水分，然後用熱鍋倒入少許冷油，等油熱後放入烏魚子，數到 15 就翻面，再數到 15 便起鍋。這樣煎出來的烏魚子不會太乾，風味也可以完整保存。



乾煎烏魚子；（左圖）出身烏魚子之家的洪老闆。





## 臺南晶英飯店創意海鮮料理

誰說鄉土食材上不了檯面？臺南知名的五星級飯店主廚盧偉強，在 2015 年就用在地鮮蚵、午仔魚、文蛤、甜白蝦、虱目魚和龍膽石斑等海鮮，創造出「近水雲樓·極盛海鮮蒸鍋」，把七股的海鮮全部融入一套料理中，目前已成為臺南晶英酒店晶英軒的人氣菜色。

擁有三十餘年中餐經驗的盧師父，來自海鮮料理文化極為專精的香港，歷任汶萊、新加坡、北京、上海、杭州等地的星級飯店主廚，對海鮮的鑑賞能力和要求自然比平常人要高上許多。他從 2015 年 2 月來到臺南後，對當地的海鮮食材非常驚艷。

在他眼中，這裡的海鮮個頭雖然沒有香港來得大，但因為水質純淨，味道也特別鮮美，像鮮蚵、白蝦、虱目魚等等，原味就已經無敵，太多的調味反而浪費，所以他才做出這套用七個蒸籠，分別裝

上當地特色海鮮的套餐，下面的蒸鍋裡其實是以龍膽石斑魚骨熬製的魚湯，蒸煮的同時，七個蒸籠裡的海鮮精華回流到鍋裡，最後再加入米飯煮成雜炊，一點都不浪費。

七個蒸籠裡，除了白蝦、鮮蚵、龍膽石斑和赤嘴仔是原汁原味的呈現，另外還有港式點心師父發揮創意，做出潮鯛鮮魷餃和虱目魚燒賣，把港式廚藝融入在地食材裡，讓七股的海鮮有了五星級飯店餐廳的精緻質感，令人充滿驚喜。

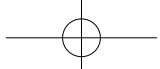
### 美味關鍵：魚湯

盧師父強調，這套極盛海鮮蒸鍋的精華全在那鍋魚湯。魚湯要煲得好，在於取材，他用重約七公斤大小的龍膽石斑，取出魚骨，再上少量的午仔魚和虱目魚，一起下去熬煮，石斑取其膠質，午仔魚取其鮮味，虱目魚則取其特殊的香氣，但不能加太多，否則容易搶了其他魚的味道；魚湯也不能熬太久，久了會變苦，反而不好喝了。



盧師父成功連結地食材與港式料理方式；（右圖）蒸出鮮蚵的原味。





## 🏠 住宿推薦。

### 21 | 船仔頭ㄟ厝 (民宿)

簡單樸實的鄉間民宿，最大賣點是民宿主人對當地漁村文化和自然生態瞭若指掌，住在此處比住旅館更能深入體驗東石的在地生活，而且有觀光局的好客民宿認證，住宿也有一定的品質保證。

- 💰 雙人房 1,500 元，四人房 2,000 元
- ☎ 05-370-8078 或 0929-975-167
- 📍 嘉義縣東石鄉蔦松村船仔頭 22-3 號
- 🌐 board.okgo.tw

### 22 | 夢想家旅館

這是東石布袋一帶少見的商務型旅館，雖然投宿的客人以中國團為多，有時不免較為嘈雜，但因位置離布袋港很近，對於鎖定布袋鄰近景點的遊客來說，仍舊是比較方便的選擇。

- 💰 雙人房 2,500 元起
- ☎ 05-347-2755
- 📍 嘉義縣布袋鎮新北路 22 號
- 🌐 www.dreamhotel.tw

## 🔗 你還可以這樣玩。

### 01 | 參與傳統民俗祭典

東石布袋有很多歷史悠久的廟宇，祭典各具特色，可以選定廟宇舉辦祭典期間，跟著廟會認識地方文化。東石先天宮五年一科王船祭典，實則「五年虛、四年實」，每隔四年的農曆 10 月 15 日舉辦，上一次

舉辦為 2014 年，接下來要 2018 年才會再有。新塭嘉應廟「衝水路、迎客王」每年農曆 3 月 27 日舉行。鯤港太聖宮刈水香則為不定期在農曆 3 月 22 日舉行。

### 02 | 搭船探訪無人沙洲

從布袋港可以搭船探訪好美寮潮間帶，由專人帶領登上無人沙洲，直擊蚵田作業情形及沙洲動植物生態。

#### 布袋港潮間帶海上巴士

- 💰 成人 250 元，孩童 200 元
- ☎ 05-347-5555
- 📍 嘉義縣布袋鎮中正路 1 號
- 🌐 053475555.tw.tranews.com

### 03 | 騎單車遊東石

東石的朴子溪口和鰲鼓地區都規劃了相當完善的自行車道，用騎單車方式遊東石，更能深入體驗蚵鄉風情。

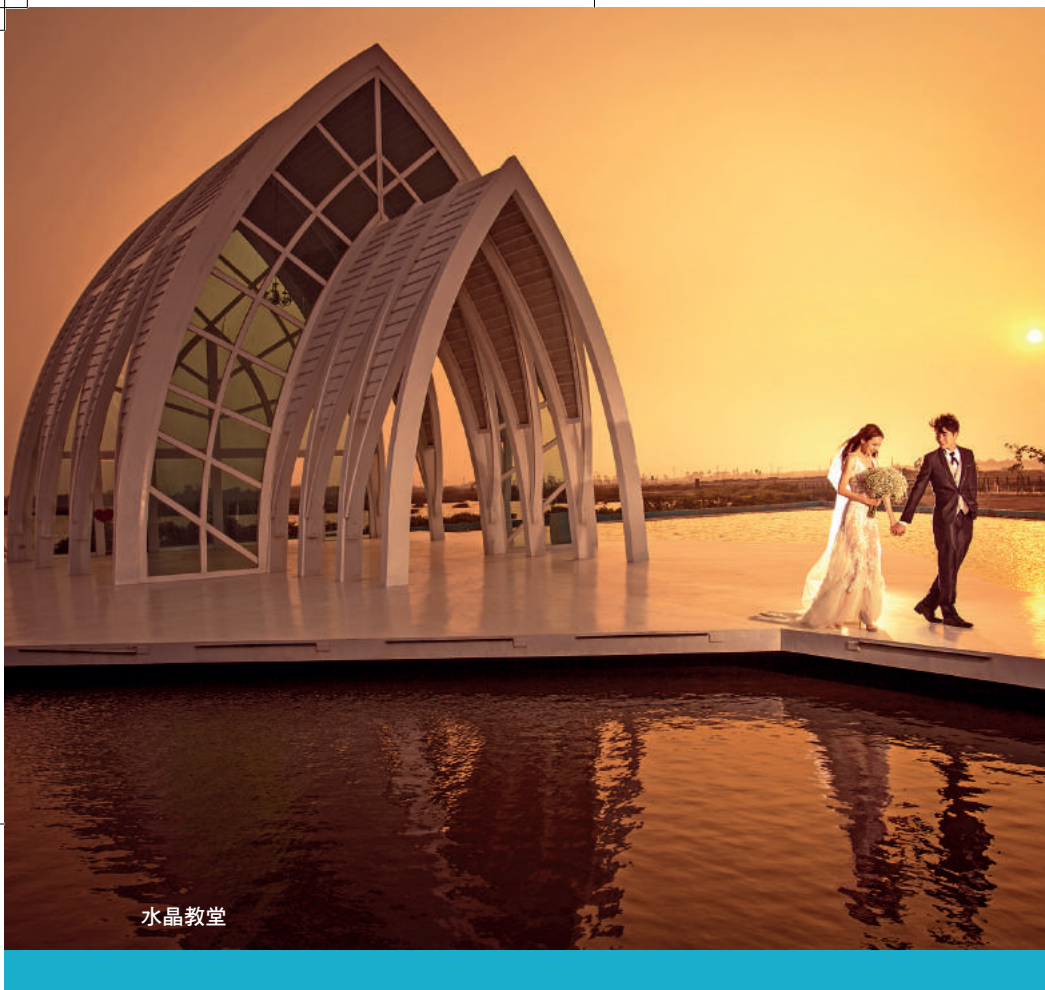
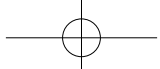
#### 朴子溪畔 | 船仔頭文教基金會

- 💰 單車租借每台 100 元；10 人以上可申請導覽，每人 150 元
- ☎ 05-370-2667
- 📍 嘉義縣東石鄉蔦松村船仔頭 1-5 號
- 🌐 www.chau-a-thau.org.tw

#### 鰲鼓社區 | 四股社區發展協會

- 💰 單車租借每台 100 元，協力車 150 元，以 3 小時為一單位
- ☎ 0932-970-969
- 📍 嘉義縣東石鄉蔦松村船仔頭 1-5 號





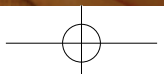
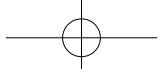
水晶教堂

#### 推薦理由 |

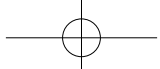
北門原來是倒風內海外的一個沙洲，舊稱「北門嶼」，是雲嘉南濱海風光最具代表性的行政區塊，區內有豐富的歷史人文景觀、潟湖沙洲生態，近年來亦成為婚紗攝影幸福景點。

# 北門

BEI MEN



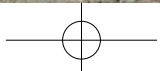


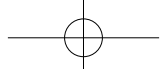


黃文博 攝



66





# —雲嘉南— MINI GUIDES

四湖  
口湖

68

東石  
布袋

74

北門

82

將軍  
七股

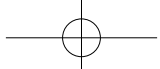
88

安南

94







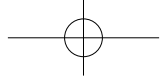
口湖遊客中心

#### 推薦理由 |

四湖與口湖位於雲林縣西南沿海，地勢平坦，養殖漁產豐富。四湖擁有海水浴場與自行車道等觀光資源，而口湖則為潟湖陸化所成，隨處可見遺留的淺湖、池塘，都是悠閒散步的好去處。

# 四湖 & 口湖

KOU HU & SI HU



### 行程一 |

上午至好蝦岡男社體驗捕蝦的樂趣；下午至鄭豐喜紀念圖書館散步小憩，沉浸書香；傍晚體驗成龍濕地生態漫遊、看夕陽。

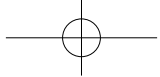
### 行程二 |

上午先至三條崙海清宮見識充滿傳奇色彩的包公祖廟，並到旁邊的海水浴場踏浪；下午再沿著綠色一線天自行車道一路前往箔子寮漁港，體驗漁市拍賣的熱鬧氣氛。

## 按圖索驥

- 01 馬蹄蛤主題館
- 02 鄭豐喜紀念圖書館
- 03 金湖萬善爺廟
- 04 成龍集會所
- 05 三條崙海清宮
- 06 綠色一線天自行車道
- 07 箔子寮漁港
- 08 口福烏魚子
- 09 黃記牛肉麵
- 10 好蝦岡男社





## 景點推薦。

### 01 | 馬蹄蛤主題館

生長在潮間帶的馬蹄蛤，是臺灣原生種的蜆貝。從臺 61 線下來，接臺 17 線進入金湖村，藍色屋頂搭配外牆諸多裝置藝術，在濃濃漁村氣息中特別醒目。

以海水養殖的馬蹄蛤需要兩年以上的成長期，養出來的馬蹄蛤體型碩大，比一般淡水養殖大上十倍，若養到六年以上，大小甚至可超過成人的手掌。這麼大的蜆貝，口感非但不會老，反而肉質鮮美且富含胺基酸。

來到這裡可摸蛤兼洗褲，若不想腳踏污泥，也可以搭乘小筏過過乾癮。玩累了，到館內餐廳試試漁村風味餐，記得要點「高鈣炒米粉」，這可是老闆的得意之作，也為他拿下 2007 年神龍獎殊榮。

💰 摸蛤體驗每人 200 元。

☎ 05-797-0503

📍 雲林縣口湖鄉港西村養魚路 5-3 號

🌐 [www.matige.com.tw](http://www.matige.com.tw)



### 02 | 鄭豐喜紀念圖書館

為地處偏遠且資源匱乏的口湖建立一座圖書館，一直是鄭豐喜先生的遺願。於 1989 年完工的圖書館，建築外觀仿造一艘船的樣貌呈現，為的是低調呼應鄭豐喜的著作《汪洋中的一條船》，鄭豐喜遺孀將該圖書館捐贈給口湖鄉公所。前庭仿造三合院形式，腹地寬敞，適合休閒小憩。若舟車勞頓來到口湖，這裡是個略作休息的好去處。

💰 免費

☎ 05-789-4134

📍 雲林縣口湖鄉中正路一段 43 號

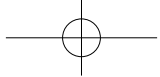
🌐 [www.nkstemple.org.tw](http://www.nkstemple.org.tw)

### 03 | 金湖萬善爺廟

位在臺 61 線上的金湖萬善爺廟，每年農曆六月初八會舉行牽水轆（音同狀）法會。1845 年，地勢低窪且滿布潟湖的雲林沿海受到颱風的暴雨襲擊。暴漲的溪水加上海水倒灌，金湖港一帶的沿海村落全成了汪洋一片，前後造成死難逾萬人的重大水難。在臺灣民俗中，溺水者需以牽水轆的儀式脫離苦海，「牽水轆」即用手轉動水轆，使水難中往生的靈魂能離開水域，藉道教儀式超渡轉世。這天，所有在外地的口湖遊子都得返鄉祭拜，除了超渡亡魂、放水燈外，家家戶戶也會在馬路旁放置水轆，數以千計的沿著公路排列，場面十分壯觀，也串起了口湖鄉民的在地情。

💰 免費

📍 雲林縣口湖鄉民主路 5 號



#### 04 | 成龍集會所

口湖鄉共有 21 個村，而成龍村應屬最有藝術氣息的一個村子了。隱身在成龍村內的成龍集會所，是村民聚集的好去處。繽紛石磚打造的小屋，讓人遠看還以為來到了藍色小精靈的村落。鵝卵石鋪成的步道，通向低矮的小門，推開後令人驚喜不已！以馬賽克磚鋪成的牆與地，巧妙鑲嵌

了當地居民的生活點滴，或有畫作，也偶見歷史紀實，每個角落都密藏驚喜等你揭開。這裡什麼都好，就是沒廁所，但也不用太擔心，隔壁的安隆宮隨時為每個旅人敞開大門。

🆓 免費

📍 雲林縣口湖鄉成龍村 135 號

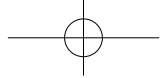
#### 05 | 三條崙海清宮

位於四湖三條崙海邊的海清宮（下圖），是雲林最有名的閻羅天子包公祖廟，奉祀宋朝名臣包拯（民間相傳祂是正義與司法之神，死後掌管陰間的審判，即閻羅王的化身），是一間非常特別的廟宇。

海清宮的建廟歷史可以追溯到清乾隆年間，建廟淵源充滿傳奇色彩，歷來更有不少神蹟，因此香火鼎盛，廟殿經過不斷擴建，相當雄偉華麗，前殿中羅列的龍頭







劍、虎頭劍、狗頭劍，令人望之生畏，殿中的石柱及梨花木點金柱，在全台廟宇中亦屬少見，相當有看頭。

海清宮旁即為三條崙海水浴場的入口，風景優美，遊客不多，是夏日戲水散步的好地方。

🆓 免費

☎ 05-772-1005

📍 雲林縣四湖鄉崙北村海清路 93 號

🌐 [www.baogong.org.tw](http://www.baogong.org.tw)

## 06 | 綠色一線天自行車道

從海清宮往南，有一條全長大約 4 公里長的自行車道（下圖）通往箔子寮漁港，此車道為原有的牛車道改建而成，兩旁木麻黃夾道，夏日遮陰，冬天避風，在一片綠

意之中，騎起來十分舒爽愜意。由於電影《練習曲》曾經在此拍攝，使這條短短的自行車道一炮而紅，近年來十分受歡迎。

🆓 免費

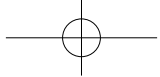
📍 雲林縣四湖鄉省道台 17 線

## 07 | 箔子寮漁港

雲林最重要的漁港之一，因為岸外有外傘頂洲的屏障，港區不易受到風浪影響，早年舟楫雲集，漁業、商業都十分興盛，但近年來由於外傘頂洲位移，港區也受到漂沙淤積的影響，漁業已大不如前，2015 年完成清淤之後，情況才略有改善。

箔子寮漁港（右圖）的泊船以近海作業的拖網漁船和膠筏為多，漁獲則以西南沿岸常見的魚種為主，每天下午的漁市拍





賣，常吸引鄰近地區的居民及魚販到場競標，熱鬧非凡。

💰 免費

📍 雲林縣四湖鄉箔子寮村



## 🍴 美食推薦。

### 08 | 口福烏魚子

雲林在地人常說，來到口湖就有口福，雙關之意即指口福烏魚子。創辦人烏魚伯二十多年的養殖經驗，以純海水做生態養殖，更於 2007 年通過優良養殖場認證。除了口感綿密、充滿海味的烏魚子外，更研發出以蜂蠟精煉、製成的「蜜蠟烏魚子」，口感獨特，可廣用於各式西式料理；而跳脫傳統烏魚子形態的「黃金烏魚子酥」更是一絕，讓充滿中式風味的食材也能媲美西方魚子醬。

💰 700 元起

☎ 05-797-2101

📍 雲林縣口湖鄉港東村慈愛路 5 號

🌐 [www.koufu.com.tw](http://www.koufu.com.tw)

### 09 | 黃記牛肉麵

問了許多在地人，口湖有什麼好吃的，大多數的人會歪著頭沉吟一會，然後突然想到什麼似地說出：「啊，黃記牛肉麵！」我們走訪位在下崙夜市附近的麵店，店面不明顯因而錯過好幾次，最後是靠在地人指路才找著。

麵條普通，湯頭略油，但那香軟滑口又大塊的牛肉滋味卻好極了！老闆娘說這是使用臺灣黃牛才能燉出如此口感。下午四點走進店裡，沒有排隊人龍，但店內客人從沒斷過。下午不休息的特色，像是歡迎遊子的家鄉味，隨時等著你返鄉歸來。

💰 牛肉麵 80 元

☎ 05-799-3245

📍 雲林縣口湖鄉民生路 83 號

## 🏠 住宿推薦。

### 10 | 好蝦罔男社

口湖一帶可供外來遊客住宿的地方不多，好蝦罔男社除了賣蝦子外還附設民宿，是由八個憨厚又愛鄉的年輕人所經營。他們希望藉由養殖無毒蝦，為故鄉一點一滴做改變。假日提供餐點服務，客人可以在由鰻魚池改建的餐廳裡用餐，饒富趣味。

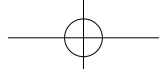
💰 1,200 元起

☎ 0922-732-776

📍 雲林縣口湖鄉梧南村東興路 1 號

🌐 [www.goodshrimp.com.tw](http://www.goodshrimp.com.tw)



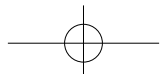


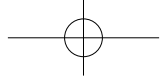
布袋鹽山

#### 推薦理由 |

東石與布袋是臺灣最有名的蚵鄉，鮮蚵的質與量在雲嘉南地區首屈一指。這裡除了有最鮮美的海產之外，鰲鼓濕地、朴子溪出海口和南布袋濕地的豐富生態，更讓人流連忘返，新建的高跟鞋婚禮教堂，是布袋新興遊憩點，亦是婚禮舉辦、婚紗攝影最佳取景地。

# 布袋 東石 & DONG SHI & BU DAI





## 按圖索驥。

- 01 朴子溪口濕地
- 02 東石漁人碼頭
- 03 鰲鼓濕地
- 04 港口宮
- 05 東石先天宮
- 06 白水湖
- 07 外傘頂洲
- 08 布袋觀光漁市
- 09 高跟鞋婚禮教堂
- 10 好美里戶外美術館
- 11 布袋鹽山
- 12 布袋嘉應廟
- 13 新塭嘉應廟
- 14 塢港太聖宮
- 15 南布袋濕地
- 16 洲南鹽場
- 17 樺榮海鮮餐廳
- 18 吳氏蚵捲
- 19 新來源醬園
- 20 双燕蚵仔包
- 21 船仔頭八層
- 22 夢想家旅館

### 一日遊建議行程 |

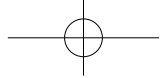
#### 🚶 行程一 |

上午鰲鼓濕地賞鳥，中午到東石街上享用海鮮大餐或蚵捲，順遊先天宮，然後前往漁人碼頭，從這裡可搭船前往外傘頂洲，一探「漂移的國土」。

#### 🚶 行程二 |

上午前往好美里太聖宮求平安，同時拜訪戶外美術館；中午回到布袋觀光漁市用午餐，尋訪世界最大高跟鞋婚禮教堂；午後搭船出訪無人沙洲，認識潮間帶生態及養蚵作業。





## 景點推薦。

### 01 | 朴子溪口濕地 (朴子溪出海口)

由朴子往東石的 168 縣道，在跨越朴子溪的東石大橋橋下，有一大片海茄苳紅樹林，大批鷺科水鳥常年棲息在此，數量多時，群起飛舞，蔚為奇觀。橋下堤防邊，還有縣府修築的完善自行車道及賞鳥亭，非常適合親子同遊。

🆓 免費

📍 東石大橋與朴子溪出海口

### 02 | 東石漁人碼頭

位於東石漁港的一隅，是遊客搭乘娛樂漁船前往外傘頂洲的集合處。碼頭邊有一大片人工沙灘和戲水池，還有一座以愛心為意象的北回歸線界標，夏季開放時很受年輕朋友歡迎。漁人碼頭鄰近東石漁市，除了可參觀漁獲拍賣實況，也可以就近享用海鮮大餐。

🆓 免費

☎ 05-373-0275

📍 嘉義縣東石鄉霞大道 420 號

### 03 | 鰲鼓濕地

鰲鼓濕地早年為台糖填海造陸的海埔新生地，本來計畫做為農牧之用，結果因地勢地窪，使用效益不如預期而逐漸荒廢，區內廢棄的農田和魚塢變成候鳥過境時的天然庇護所，並發展出十分豐富的濕地生態，近年已由農委會林務局重新規劃為「濕地森林公園」，園區廣達 1,470 頃，

並設有東石自然生態展示館，是一處國家級的濕地生態體驗景點。

🆓 免費

☎ 05-360-1801

🌐 [recreation.forest.gov.tw/fp/FP\\_1\\_1.aspx?FP\\_ID=05001](http://recreation.forest.gov.tw/fp/FP_1_1.aspx?FP_ID=05001)

### 04 | 港口宮

位於鰲鼓濕地西側的笨港口港口宮，創建於 1684 年（臺灣納入清朝版圖的同一年），是臺灣歷史最悠久的媽祖廟之一，殿上供奉的媽祖金身，相傳是明末先民林楷從中國湄洲朝天閣奉請來臺，三百多年來香火不息，在全臺的分靈廟多達三千多座，所以雖然這裡的交通不是很方便，但各地前來朝拜進香的信徒卻是絡繹不絕。宮內珍藏包括康熙年間赤崁吳隆中致贈的令旂架、嘉慶年間的汛口陋規示禁碑等文物，很是可觀。

🆓 免費

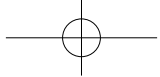
☎ 05-360-1002

📍 嘉義縣東石鄉港口村 5 號

🌐 [www.gangkougong.org.tw](http://www.gangkougong.org.tw)

### 05 | 東石先天宮

東石人的信仰中心先天宮，建廟的歷史可以上溯至三百多年前先民由中國攜來的保生大帝，最早建廟時叫做「福隆宮」，後於光緒年間更名為先天宮，主祀保生大帝、紀府千歲、五府千歲、五年千歲、廣澤尊王等等，是非常典型的臺灣沿海移民信仰廟宇。先天宮最特別的，是「五年一



科王船礁」傳統，有別於東港東隆宮的三年一科。此外，關於它的王船信仰起源，也有一段充滿傳奇色彩的歷史，相當值得前往探訪。

💰 免費

☎ 05-373-2543

📍 嘉義縣東石鄉 246 號

## 06 | 白水湖

有個浪漫名字的白水湖，其實地名的由來完全是一場誤會。日治時期，這裡曾經開闢大片瓦盤鹽田，白色的鹽結晶在陽光下閃閃發亮，鹽田表面有如白色湖水般，因此得名。白水湖鹽場 2001 年廢曬之後，當地鹽民多改以養蚵維生，鹽田也變為養殖池，白水湖的白水景觀也已不復存在。白水湖漁港是除了東石港之外，另一個搭船前往外傘頂洲的據點。海堤南端的壽島附近則是看夕陽的好地方，也是近來愛好攝影人士拍夕陽的熱門地點。

💰 免費

## 07 | 外傘頂洲

號稱「漂移的國土」的外傘頂洲，是臺灣西南沿海最大的一塊沙洲，早年沙洲上曾經有人居住，但隨著沙洲的面積不斷減少，最後一戶人家也已於 2012 年搬離，目前僅餘一片荒蕪，及漲退潮間無比豐富的沙洲生態。雖然外傘頂洲在行政區劃分上隸屬雲林縣，但實際位置在東石外海，要登島的話，從東石漁港搭船也最方便，近年來由於學者們分析它有消失的可能，

使得登島參觀的行程變得非常熱門。

💰 登島免費；搭船每人約 600 元，含餐

🌐 [www.swcoast-nsa.gov.tw](http://www.swcoast-nsa.gov.tw)

## 08 | 布袋觀光漁市

布袋港是臺灣西南沿海最重要的漁獲集散地之一，這裡除了近海捕撈的各種魚、蝦、貝類海鮮，還有雲嘉南沿海養殖的蚵、蛤。從布袋舊街一過布新橋，馬上就可以看到觀光漁市的大水塔，水塔下的市場裡，除了論斤秤兩的新鮮漁獲之外，還有不少海產小吃攤位（下圖），生魚片、蚵仔煎、蚵仔包應有盡有。

💰 免費

☎ 05-347-4136

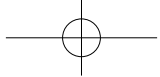
📍 嘉義縣布袋鎮中山路 3 號



## 09 | 高跟鞋婚禮教堂

早期的雲嘉南濱海地區，地貧人瘠，受到烏腳病肆虐，許多女孩子因病截肢，終其一生無法穿著夢想中的高跟鞋開啟另一段人生。布袋高跟鞋婚禮教堂發想自這段典故，雖然悲傷，但在陽光下照耀晶亮的高跟鞋，也意喻著走過悲情，踏出幸福之意，象徵幸福意象的這座高 17 公尺、





寬 11 公尺的藍色玻璃高跟鞋，主架構由 1,269 根鋼架與 320 餘片玻璃組成，堪稱是目前世界上最大的高跟鞋。

📍 嘉義縣布袋鎮海興街

### 10 | 好美里戶外美術館

舊稱「魷港」的好美里，本來以太聖宮的明朝媽祖神像聞名，自 2014 年起因雲嘉南風管處在社區推動 3D 彩繪造景（下圖），請來藝術家曾進成為村中老屋的牆面及地面畫上以海洋與童話故事為主題的 3D 彩繪，讓這個小社區一夕爆紅，成為遊客造訪的熱門景點。

村旁的好美寮自然保護區，是「國家重要濕地」之一的海埔沙洲，潮間帶生態十分豐富，其南段以前曾闢為鹽田，現已廢曬，轉作魚塢。春、秋兩季是欣賞候鳥的熱門地點；北段為典型的河口潟湖，沙洲上遍布海茄冬、水筆仔，沙地裡則有野生文蛤、赤嘴仔等軟體動物，退潮時常見大批和尚蟹、白扇招潮蟹在沙灘出沒，是觀察潮間帶生態的極佳選擇。

📍 嘉義縣布袋鎮好美里 106 號（好美國小）



### 11 | 布袋鹽山

布袋鹽場曾經是全臺最大鹽場，當年產區涵蓋從朴子溪到八掌溪之間的海埔鹽灘，但目前唯一能明顯辨認的，是矗立在臺 17 線和自由路口的布袋鹽山。這座鹽山雖然比起七股鹽山的規模小得多，但因旁邊就是台鹽的洗滌鹽工廠，所以上面的鹽常年都是潔白晶瑩，賣相好多了。

💰 免費

📍 嘉義縣布袋鎮新厝里新厝仔 13 號

### 12 | 布袋嘉應廟

廟中供奉九龍三公，祖廟為中國晉江東石嘉應廟，為早年先民從福建來臺時，攜渡而來的守護神，建廟已有三百多年歷史，是布袋鎮民的信仰中心。廟前小巷中有一「貞愛親王殿下御上陸紀念碑」，為日治時期 1895 年臺灣被清廷割讓日本後，遭逢臺灣軍民反抗，日本伏見宮貞愛親王率軍登陸布袋嘴所立的碑。

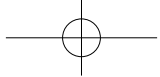
💰 免費

☎ 05-347-6225

📍 嘉義縣布袋鎮九龍里入船路 32 號

### 13 | 新塢嘉應廟

位於布袋鎮南方的新塢，也有一座嘉應廟，此廟雖然和布袋嘉應廟同名，但信仰和傳承卻不盡相同。新塢嘉應廟除九龍三公之外，亦供奉尹府千歲，屬於王爺信仰的一支，所以它有迎接遊巡王的傳統，每年農曆 3 月 27 日的「衝水路、迎客王」為縣登錄民俗祭典，更是極具地方特色。



本廟後殿供奉的南海金觀音，原駐高雄大崗山超峰寺，據傳是於乾隆年間由臺灣知府蔣元樞自中國南海普陀山恭迎來臺，屬於隱藏版珍貴的歷史文物。

💰 免費

☎ 05-343-1302

📍 嘉義縣布袋鎮復興里新塢 81 號

#### 14 | 魷港太聖宮

位於龍宮出海口南方的好美里，明末時期曾是嘉義一帶的良港，舊稱「魷港」，相傳鄭芝龍、顏思齊曾以此為運補站，而此地太聖宮供奉的紅豆杉媽祖神像，也被鑑定為明朝末年文物，號稱全臺最早的開基媽祖。太聖宮不定期在農曆 3 月 22 日舉行的「海上會香」（刈水香）儀式，有如媽祖祝壽團隊的海上大會師，場面壯觀，遠近馳名。

💰 免費

☎ 05-343-1714

📍 嘉義縣布袋鎮虎尾寮 132 號

#### 15 | 南布袋濕地

昔日屬於布袋鹽場六區和七區的大片鹽

田，從 2001 年廢曬之後，因長期間置，逐漸恢復自然狀態，吸引候鳥進駐。每年春秋兩季的過境期，數以千隻鸕鶿科、雁鴨科候鳥以此為休憩站；冬季有大批紅嘴鷗、黑尾鷗以此為度冬基地，珍貴的黑面琵鷺更是已經在好幾個冬天定期進駐，是觀賞候鳥的天堂。

💰 免費

#### 16 | 洲南鹽場

布袋的鹽田史始於清乾隆年間的大田場，但大田鹽場早已不知所終，目前還能看得到的古老鹽場，只有道光年間開闢的洲南鹽場（下圖）。這是鹽商吳尚新從七股南側的洲南場遷建而來，歷史悠久，而且保留了在清領時代相當先進的曬鹽技術，如水埕、鹵池等設施，完整呈現傳統瓦盤鹽田風貌。洲南鹽場目前由布袋嘴文化協會管理，可預約導覽，並參加收鹽體驗。

💰 免費，導覽每人 100 元，需預約

☎ 05-347-8817

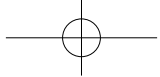
📍 嘉義縣布袋鎮龍江里新厝仔 4 鄰 2 號

（布袋嘴文化協會）



黃有助 攝





## 美食推薦。

### 17 | 樺榮海鮮餐廳

傳承三代的海鮮餐廳，老闆本身就是蚵農出身，所以對海產的選材和料理十分講究，也有熟識的管道可以取得最新鮮的在地食材。招牌菜是鮮蚵麵線、五味香螺及酥炸蚵捲。

💰 合菜每人 500 元起，套餐每人 800 元起

☎ 05-373-0612

📍 嘉義縣東石鄉塭港村 52-43 號

### 18 | 吳氏蚵捲

先天宮附近有不少賣蚵捲的小店，但人氣最旺的還是這家開業已四十餘年的吳氏蚵捲（下圖），堅持採用東石在地產的鮮蚵，料好味美，但價格卻是路邊攤的水準，所以經常大排長龍。除了蚵捲外，也賣蚵仔煎、涼拌生蚵、五味香螺等等。

💰 蚵捲每份 50 元，涼拌生蚵每份 100 元

☎ 05-373-2852

📍 嘉義縣東石鄉東石村 4-5 號



### 19 | 新來源醬園

南部聞名的醬油品牌「新來源」，其起源就在布袋新厝仔，目前傳承三代的品牌雖然已經工業化經營，但長房第三代傳人蕭新旺仍守住老厝，用手工古法釀製傳統的白蔭油，融合在地的有機黃豆和天日鹽，釀出一缸缸香醇的好滋味。

💰 免費，需預約

☎ 0928-322-806

📍 嘉義縣布袋鎮龍江里新厝仔 168 號



### 20 | 雙燕蚵仔包

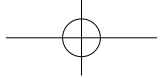
位於布袋觀光漁市內的人氣美食，假日常見大排長龍。東石、布袋盛產鮮蚵，蚵炆（現俗稱蚵嗍）、蚵包都不稀奇，但布袋漁市的雙燕蚵包（上圖）強調料多、實在、新鮮、現做，而且在老闆老練的經驗下，每一個都炸得外表金黃酥脆，內餡的蚵仔和非菜卻熟得恰到好處，難怪人氣歷久不衰。

💰 每粒 40 元

☎ 05-347-6048

📍 嘉義縣布袋鎮中山路 3 號

（布袋直銷中心 A18）



### ☀️ 上午 |

吃完早餐先前往南鯤鯓代天府參拜，接著到北門舊埤鹽田體驗傳統鹽業文化；中午到北門遊客中心一帶買份小吃，找片合適草坪或長椅坐下來野餐。

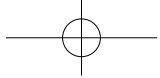
### ☀️ 下午 |

到水晶教堂前拍照，逛逛北門出張所，參觀北門嶼基督教會及台灣烏腳病醫療紀念館，了解當地一段重要歷史。時間若充裕，可以順訪永隆宮或三寮灣東隆宮，傍晚到井仔腳賞夕陽。

## 按圖索驥。

- |                 |               |                 |
|-----------------|---------------|-----------------|
| 01 雙春濱海遊憩區      | 07 錢來也雜貨店     | 13 北門嶼餐廳        |
| 02 南鯤鯓代天府（香客大樓） | 08 台灣烏腳病醫療紀念館 | 14 鹽鄉民宿（鹽舍休閒民宿） |
| 03 蚵寮洪通紀念館      | 09 永隆宮        | 15 長盈海味屋        |
| 04 北門出張所        | 10 舊埤鹽田（洲北場）  |                 |
| 05 水晶教堂         | 11 井仔腳瓦盤鹽田    |                 |
| 06 北門嶼基督教會      | 12 三寮灣東隆宮文物館  |                 |





## 景點推薦。

### 01 | 雙春濱海遊憩區

這裡最大特色是有一大片濱海紅樹林區，可藉木棧道深入其間，裡面有大片木麻黃枯木矗立在水中的景觀，如夢似幻，是雲嘉南尚未為人廣知的祕境。

💰 100 元，可於園內抵購物或飲料消費 50 元

☎ 06-786-5355

📍 臺南市北門區雙春里雙春 73-10 號

### 02 | 南鯤鯓代天府

米其林旅遊指南評為三星級的景點，號稱「臺灣王爺總廟」，歷史悠久，規模宏大，創建的歷史可追溯到明末的海漂王船，後於清嘉慶 22 年（1817 年）遷建到現址，廟中主祀李、池、吳、朱、范五府千歲。廟中藏有不少文物、珍寶，如由澎湖信眾捐贈的硃硃石金錢壁、由日治時期廟宇大師王益順所做的蜘蛛結網等等。

💰 免費

☎ 06-786-3711-3

📍 臺南市北門區鯤江里 976 號

🌐 [www.nkstemple.org.tw](http://www.nkstemple.org.tw)

### 03 | 蚵寮洪通紀念館

1980 年代曾經紅極一時的素人畫家洪通，家鄉就在北門區的蚵寮。雖然洪通一生窮困潦倒，誕生地和故居都已被拆除，但當地熱心的鄉親還是在他故居新厝仔附近的鯤江漁村文物館裡開闢了一角，做為洪通紀念館，供遊客免費參觀，認識洪通大

師，這位被譽為「東方畢卡索」的奇才生平及藝術作品。

💰 免費

📍 臺南市北門區蚵寮 1003-1 號

### 04 | 北門出張所

原為台鹽北門鹽場的辦公廳所，建於大正 12 年（1923 年）。在 2001 年鹽場停曬後，移交當時的臺南縣府管理，近年經雲嘉南風管處整修，重現當年的日式建築風貌，並且在周邊的空地上增加了許多充滿巧思的裝置藝術作品，營造出獨特的藝術氛圍，如今成為遊客最喜歡取景拍照的地點之一。

💰 免費

☎ 06-786-1000（雲嘉南風管處）

📍 臺南市北門區舊埕 119 號

### 05 | 水晶教堂

位於婚紗美地西南方的水晶教堂，係以群大小鹽堆連接為造形意象，以鹽的晶瑩剔透為發想，與鹽鄉純白結晶的概念相呼應，不僅成為婚紗攝影取景的新寵，也是遊客造訪此地時必定留影的熱門景點。

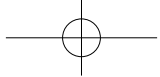
💰 免費

☎ 06-786-1000（雲嘉南風管處）

📍 臺南市北門區北門里舊埕 200 號

### 06 | 北門嶼基督教會

創建於 1959 年，屬於基督教長老會的一支，長年致力於臺灣貧病照顧，在 1950



年代北門烏腳病盛行時，對當地的病患貢獻良多。教堂後方即為收容烏腳病患的療養所。

💰 免費

☎ 06-786-2138

📍 臺南市北門區永隆里北門 31 號



### 07 | 錢來也雜貨店

舊建築本為台鹽鹽工福利社，在 2003 年由建築師林雅蘭帶領多位專業人員用貝殼、瓦片、蚵殼等裝飾改建，成為一幢極具特色的貝殼屋，並被偶像劇《王子變青蛙》相中，一躍而為熱門景點，後來還曾由雲嘉南風管處委外開設「錢來也雜貨店」（上圖），販售復古玩具、糖果等小東西，是北門鹽場閒置空間活化再利用的佳例。

☎ 06-786-2627

📍 臺南市北門區舊埕 187 號

### 08 | 台灣烏腳病醫療紀念館

位於北門嶼教會旁的這座紀念館，原為有「臺灣烏腳病人之父」之稱的王金河醫師的診所，由王醫師捐給原臺南縣府後，整建成為紀念館，內部展示早年西南沿海烏腳病盛行到絕跡的歷史資料。

💰 免費，需預約，每周四至周日 10:00~16:00 開放

☎ 06-786-2012

📍 臺南市北門區永隆里 27 號

🌐 [www.blackfoot.org.tw](http://www.blackfoot.org.tw)

### 09 | 永隆宮

北門嶼當地居民的信仰中心，主祀溫府千歲與廣澤尊王，建廟的歷史可以上溯至嘉慶 21 年（1816 年）。現今廟宇為 1965 年所建，內有臺南彩繪名師潘麗水的瓷片彩繪，及剪黏名師葉進祿的壁堵剪黏。每年農曆 6 月 13 日的迎送「遊巡王」儀式，及不定期舉行的「請親船」，是極具濱海信仰代表性的祭典。

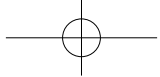
💰 免費

📍 臺南市北門區永隆里 41 號

### 10 | 舊埕鹽田（洲北場）

位於雲嘉南風管處北門遊客中心附近的舊埕鹽田，又稱洲北鹽場，是北門地區歷史最悠久的鹽場之一，和別稱瀨東鹽場的井仔腳同為清代創始的瓦盤鹽田。2000 年廢曬後，荒廢過一段時間，2009 年經原臺南縣府登錄為歷史建築。舊埕部分鹽田經雲嘉南風管處整建修復，目前是委外





經營，遊客來到這裡，仍可見往昔的鹽田風光。

💰 免費

📍 臺南市北門區北門里舊埕 119 號（雲嘉南風管處）

### 11 | 井仔腳瓦盤鹽田

井仔腳位於北門潟湖的東側，是昔日倒風內海淤塞後形成的海埔地。清嘉慶年間，本來在佳里外渡頭瀨東鹽場曬鹽的鹽民，因鹽場毀於水災，所以遷到此地另闢新鹽場。2001 年停曬後，經原臺南縣府、雲嘉南風管處妥善保存規劃，雇用舊鹽工協助，重現曬鹽作業，為嘉南碩果僅存，仍可見往昔的鹽田風光。

💰 免費

☎ 06-786-1629

📍 臺南市北門區永華里西南郊

### 12 | 三寮灣東隆宮文物館

三寮灣東隆宮本稱慈安宮，新建的廟宇改稱東隆宮（上圖）。除了建廟的歷史悠久之外，最可觀的絕對是附設的王爺信仰文物館，裡面展示與本土祭祀、禮俗相關以及銅王船文物，堪稱是認識王爺信仰的絕佳去處。

💰 100 元

☎ 06-785-0355

📍 臺南市北門區三寮灣三光村 127-3 號

🌐 [www.donglonglv.com.tw](http://www.donglonglv.com.tw)

## ✂ 美食推薦。

### 13 | 北門嶼餐廳

位於錢來也斜對面的北門嶼餐廳，原為北門衛生所，經雲嘉南風管處整建後委外經營，裡面保留了昔日的紅檜及福杉結構，供應的餐點以輕食為主，成為了北門遊客中心一帶較為新潮的用餐地點。

💰 180 至 280 元

☎ 06-786-0303

📍 臺南市北門區永隆里北門 3 號之 5



### 14 | 鹽鄉民宿

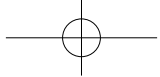
這是井仔腳鹽田附近相當受歡迎的特色餐廳，主打的餐點以北門地方的傳統風味餐為主，最有名的包括乾煎無刺虱目魚、蚵仔麵線、虱目魚西瓜綿湯等等，都是來這裡很值得一嘗的美食。

💰 主菜 90 至 350 元

☎ 06-786-2643

📍 臺南市北門區永華里井仔腳 57 號

🌐 [www.salt-house.net](http://www.salt-house.net)



### 15 | 長盈海味屋

位於三寮灣東隆宮旁的這家小吃店，外觀雖然樸實，但他們家的蚵仔麵線、黑糖粉粿卻是拜訪北門地區必吃的小吃。此外，內行的老饕還會加點特製的三杯虱目魚香腸（上圖）、香煎魚菲力（虱目魚背鱗），甚至外帶虱目魚一夜干，因為老闆養的可是全臺第一家獲得歐盟認證的無毒虱目魚，健康又美味，別處吃不到喔！

💰 黑糖粉粿 35 元；三杯虱目魚香腸 200 元

☎ 06-785-0577

📍 臺南市北門區三寮灣慈安里 484 號

💰 鯤鯨王會館提供雙人、四人、六人等房型，費用請電洽

☎ 06-786-3001

📍 臺南市北門區鯤江里 976 號

🌐 [www.nkstemple.org.tw](http://www.nkstemple.org.tw)

### 14 | 鹽鄉民宿、鹽舍休閒民宿

北門一帶雖然近幾年吸引了眾多遊客前往，但可供外來遊客住宿的地方不多，鹽鄉餐廳附設民宿，是在當地經營得比較久的一家，也是看完井仔腳鹽田夕陽之後，最方便、價位也公道的落腳處。

與泰安宮後方的鹽舍民宿（下圖）同為洪家經營。是鹽鄉民宿的姊妹館，因到井仔腳觀賞夕陽的遊客日多，鹽鄉民宿每逢假日經常一房難求，洪家於是把鄰近的房子整修為民宿。鹽舍的設備較新，與鹽鄉民宿一樣都是觀光局評定的好客民宿。

💰 2,000 至 4,800 元

☎ 06-786-2643

📍 臺南市北門區永華里井仔腳 57 號

## 🏠 住宿推薦。

### 02 | 南鯤鯓代天府香客大樓

南鯤鯓代天府因香火鼎盛，因應香客的需求，有兩幢接待住宿處，一為廟方用來接待貴賓的檳榔山莊，一為一般遊客可投宿的鯤鯓王會館。後者為 2013 年落成，雖然房間大多為通鋪，但也有少量客房。如果不是特別在意信仰問題，在一房難求的北門地區，算是經濟實惠的投宿選擇。







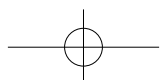
七股濱海景緻

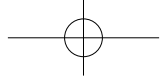
**推薦理由 |**

將軍、七股地區是古老台江內海的北境，擁有絕美的鹽田景觀和潟湖生態，每年冬天固定到此度冬的黑面琵鷺數量龐大，更是國際級的賞鳥焦點，吸引遊人與眾多愛鳥人士佇足。

# 七將軍 & 七股

JIANG JUN & CHI GU





### ☀️ 上午 |

上午七股黑面琵鷺賞鳥亭賞鳥，接著到六孔碼頭或海寮、南灣碼頭，搭船遊潟湖；中午在七股用餐。

### ☀️ 下午 |

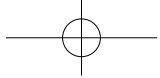
再到七股鹽山、台灣鹽博物館參觀，或到將軍漁港、青山漁港體驗漁市拍賣實況，順遊馬沙溝海濱看夕陽，在餘暉中漫步沙灘。

## 按圖索驥

- 01 馬沙溝濱海遊憩區
- 02 將軍觀光漁港
- 03 青鯤鯓扇形鹽田
- 04 青山漁港漁市拍賣
- 05 觀海樓
- 06 七股鹽山
- 07 台灣鹽博物館
- 08 夕遊鹽樂活村

- 09 龍山宮
- 10 黑面琵鷺生態展示館
- 11 國聖燈塔
- 12 七股潟湖
- 13 六孔碼頭
- 14 阿宗蚵爿
- 15 龍門客棧餐廳
- 16 溪南春休閒渡假漁村
- 17 十份鹽居民宿
- 18 攬人生態民宿





## 景點推薦。

### 01 | 馬沙溝濱海遊憩區

將軍溪口南岸的沙灘，早年曾經荒廢過一陣子，近年來在雲嘉南風管處的整治下，成為嘉南沿海最熱門的戲水沙灘，每年夏季的音樂節和沙雕季活動，更是遊客關注的焦點。

💰 每人 100 元

☎ 06-793-1155

📍 臺南市將軍區平沙里 140 號

🌐 [www.mashagou.com.tw](http://www.mashagou.com.tw)

### 02 | 將軍觀光漁港

將軍漁港擁有臺南地區最具規模的漁獲直銷中心，2014 年由臺南市政府委外經營，除了二樓的海鮮餐廳外，還增設許多小吃攤位，搭配鄰近人氣不斷上漲的馬沙溝濱海遊憩區，連成一氣，每到假日往往是車水馬龍。

💰 免費

☎ 06-793-0460

📍 臺南市將軍區平沙里 140 號

### 03 | 青鯤鯓扇形鹽田

1977 年闢建完成的青鯤鯓扇形鹽田，是台鹽最晚闢建的鹽田，使用新穎的收鹽概念。鹽田呈扇形展開，引進的海水從最遠的大蒸發池、小蒸發池，次第收攏至扇形底部的結晶池，方便收鹽作業，後來轉為機械化，成了臺灣最現代化的鹽區，只可惜不久後因政策改變，於 2002 年廢曬。

從闢建到廢曬僅短短 20 餘年，是臺灣最短命的鹽田，其扇形美景要從高處才能看出全貌。

💰 免費

📍 臺南市七股區七股溪橋

### 04 | 青山漁港漁市拍賣

如果要見識漁獲拍賣的盛況，還可以到南邊的青山漁港（青鯤鯓）。這裡的漁市拍賣，每天準時從 14:00 開始，幾乎每天下午都熱鬧滾滾。鄰近的青鯤鯓港邊，在不同季節裡則可以看到曬烏魚子、虱目魚背鰭和蝦干的街景，十足漁村風光。

💰 每人 100 元

☎ 06-790-0321

📍 臺南縣將軍鄉鯤鯓村 55-2 號

### 05 | 觀海樓

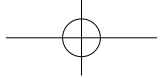
觀海樓位於鹽埕海堤旁，是觀賞夕陽的熱門地點。每逢落日時分，登上三層樓高的觀海樓，眺望夕陽西沉於七股潟湖中，美景令人沉醉。雲嘉南可以看夕陽的地點很多，這裡因為有幾門之字形的定置網，點綴在有如明鏡一般的潟湖中，為夕陽美景增添不少漁家風韻。

💰 每人 100 元

📍 臺南市七股區鹽埕里 273-1 號（鹽埕安檢所）

### 06 | 七股鹽山

七股鹽場在 2002 年廢曬之前，本來是全臺最大的鹽場，鹽場辦公室附近的堆置



場，堆置量大約 6 萬公噸。在全盛時期，潔白的鹽堆可以高達 20 公尺，大約 7 層樓高，形成七股一帶最具代表性的地景。七股鹽場廢曬之後，台鹽為維持此一景點，仍不定期補充從外地運來的白鹽，使鹽山人氣始終不墜。

🆓 免費

☎ 06-780-0511

📍 臺南市七股區鹽埕里 66 號

### 07 | 台灣鹽博物館

位於七股鹽山不遠處的台灣鹽博物館，是旅客認識鹽業文化最佳去處，也是臺灣首座以鹽為主題的博物館，裡面不但收藏台鹽歷來的相關文物和史料，也以模擬實景的方式，展示往昔鹽田作業的景況，還有世界鹽業和臺灣鹽業的前世今生，非常值得一訪。

🎫 全票 130 元

☎ 06-780-0990

📍 臺南市七股區鹽埕里 69 號

🌐 [www.taiwan-salt.com.tw](http://www.taiwan-salt.com.tw)

### 08 | 夕遊鹽樂活村

台灣鹽博物館的後方，有六排磚造的鹽工宿舍，及一區同時兼有瓦盤和土盤的鹽田，還有幾座復古的筊間寮仔。這是 2006 年由文建會補助修復的七股鹽田復曬區，目前則由雲嘉南風管處委外經營。遊客在此可體驗收鹽、踩水車等鹽田作業與文化，現場也販售天日鹽及鹽製紀念品，是非常適合闔家親子出遊兼具知性之

旅的地點。

🆓 免費

☎ 06-780-1226

📍 臺南市七股區鹽埕里鹽埕 99 號

### 09 | 龍山宮

七股瀉湖為舊台江內海的遺跡，往昔台江內海從滄海轉為桑田的過程中，有三處地勢較高的地方，吸引先民率先進駐開墾，從北到南分別為頂山仔、中寮仔、下山仔寮。七股鹽山所在的地方是中寮，再往南就是下山，也就是現在的龍山，龍山村民早年多是由頂山仔移墾而來。龍山宮主祀池府千歲，是當地人信仰中心。

🆓 免費

☎ 06-787-1058

📍 臺南市七股區龍山村 208 號

### 10 | 黑面琵鷺生態展示館

每年冬天固定到七股地區度冬的黑面琵鷺是七股最大亮點之一，牠的觀賞地點，主要在曾文溪口北岸的北堤堤防賞鳥亭。賞鳥亭附近，則有臺灣特有種生物中心設立的黑面琵鷺生態展示館，裡面展示黑面琵鷺的生命史及七股濕地生態等等，到北堤觀賞黑面琵鷺時可以順訪。

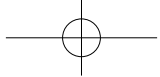
🆓 免費

☎ 06-788-1180#204

📍 臺南市七股區十份里海埔 47 號

🌐 [cec.tesri.gov.tw/blackfaced](http://cec.tesri.gov.tw/blackfaced)





## 11 | 國聖燈塔

號稱本島極西點，為一鐵構高塔，塔高 32.7 公尺。國聖燈塔又稱「國聖港燈塔」、「七股燈塔」，建於 1957 年，其實光從名字就可以猜到它本來的功能是在標示已經不存在的國聖港出入口。其位置在七股潟湖外的網仔寮汕沙洲之上，1970 年因舊塔倒塌才移到現在的頂頭額汕沙洲上。新塔裝四等電燈，每 15 秒閃光 2 次，是七股近岸船筏的海上指標。

💰 免費

📍 臺南市七股區北堤堤坊

## 12 | 七股潟湖

台江內海的最後遺跡，因外有網仔寮汕、青山港汕與頂頭額汕屏障，潟湖內風浪平靜，布滿蚵架，冬日裡鷗鷺站滿蚵架的景觀，更是一絕。潟湖周邊有幾個碼頭（六孔、海寮、龍山、南灣）都可搭船，從水上遊賞潟湖風情。

💰 免費

📍 臺南市七股區

## 13 | 六孔碼頭

七股搭船遊賞潟湖的碼頭之一，這裡因位於 13 號水路的閘門上，有六個排水孔而得名。在七股潟湖的幾個碼頭中，由此前往網仔寮汕的航程約半個小時。碼頭旁就是台江國家公園遊客中心。

💰 免費

📍 臺南市七股區七股潟湖南側（北堤堤坊）

## 美食推薦。

### 14 | 阿宗蚵羹

七股龍山宮前有幾家賣小吃的攤子，其中最為當地人喜愛的就是這家老店（下圖）。在這裡除了可以吃到道地的蚵羹之外，炸地瓜、炸吳郭魚也很受歡迎。

💰 蚵羹每份 25 元

☎ 06-787-3293

📍 臺南市七股區龍山村 208 號（龍山宮）



### 15 | 龍門客棧餐廳

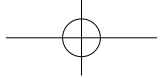
七股地區最有名的海鮮餐廳之一，特色是建築的仿古風格，且位於魚塢之上，周邊環境優美。人氣名菜有西瓜綿虱目魚湯、蒜蒸赤嘴仔、鹽焗蝦等等，它的香酥虱目魚背鱗風味絕佳，在雲嘉南一帶的海鮮餐廳中無人能及。

💰 桌菜 2,000 元起

☎ 06-780-0658

📍 臺南市七股區中寮村 8-41 號

🌐 [lm658.myweb.hinet.net](http://lm658.myweb.hinet.net)



## 🏠 住宿推薦。

### 16 | 溪南春休閒渡假漁村

想要守住七股潟湖的晨昏，住在魚塢中央應該是最方便的。溪南春休閒渡假漁村不僅是民宿，也是一處結合釣魚、烤肉和漁村體驗等休閒活動的度假基地。渡假村擁有廣大的魚塢養殖池，非常適合親子同遊、好友聚會。

💰 雙人房 1,600 元起

☎ 06-787-4365

📍 臺南市七股區溪南里 42-1 號

### 17 | 十份鹽居民宿

位於鄰近黑面琵鷺賞鳥區的十份村，雖然主建物是外表平凡無奇的獨幢洋樓，但在民宿主人的巧手布置下，每個房間都呈現不同的特色。自 2011 年開業以來，頗受遊客好評。

💰 雙人房 2,500 元起

☎ 06-281-5132

📍 臺南市七股區十份村十份 59-10 號

🌐 shifen.okgo.tw

### 18 | 欖人生態民宿

同樣位於十份村的欖人生態民宿，由於建於一大片魚塢中央，早年剛開幕時曾經引領一陣風潮，吸引不少喜愛親近海天美景的遊客。多年來民宿在主人的用心經營下，設備更為完善，服務品質維持不墜，榮獲觀光局好客民宿標章肯定。

💰 四人房 3,800 元起

☎ 06-788-0138

📍 臺南市七股區十份里 13 鄰 74-10 號

🌐 www.7gohappy.com

## 🔗 你還可以這樣玩。

### 01 | 到漁市參加漁獲拍賣

將軍漁港和青山漁港每天下午的漁獲拍賣並不限承銷商才可參加，一般民眾也可加入競標。可先觀察地上一盤盤的魚蝦貝，看好目標後到承銷商的攤位拿號碼牌，等候加入喊價的陣容，不失為有趣的體驗。

### 02 | 船筏遊潟湖

在七股潟湖周邊，包括六孔碼頭、龍山碼頭和海寮碼頭等都可搭船筏遊潟湖。最常見的船程是到網仔寮汕再折返，上陸之後大多會提供烤蚵仔體驗，但各船家因為行走的路線不同，價位和船程長短也不同，參考價格為每人 300 元起。

#### 六孔 |

☎ 台江號 0936-396-657

☎ 永鴻號 0919-754-628

#### 龍山 |

☎ 永順號 0922-995-231

☎ 龍山號 0955-753-822

#### 海寮 |

☎ 龍海號 0910-816-952

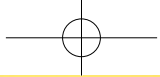
☎ 聯群號 0952-066-073

#### 南灣 |

☎ 海洋號 06-787-5261

☎ 順風號 0917-623-411





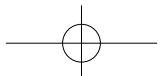
四草鹽田 (葉世賢 攝)

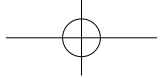
#### 推薦理由 |

安南區昔日為台江內海的核心地帶，儘管歷經時空變遷，昔日的滄海已變為桑田，區內仍保留了相當多台江內海的歷史遺蹟，又兼有鹽田、濕地、潟湖、紅樹林等生態景觀，是撫今追昔的好地方。

# 安南

ANNAN





### ☀️ 上午 |

早上先到四草大眾廟搭乘竹筏暢遊綠色隧道，再順遊大眾廟附近的四草礮臺；然後轉往鹽田生態文化村，參觀安順鹽田遺跡。

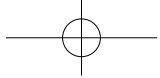
### ☀️ 下午 |

前往鹿耳門，見識萱芝木雕媽祖像；傍晚時分，再到鹿耳門溪口的「府城天險」觀落日，看潮汐起落，緬懷台江四百年的滄海桑田。

## 按圖索驥。

- 01 四草礮臺
- 02 鹿耳門天后宮
- 03 土城正統鹿耳門聖母廟
- 04 四草綠色隧道
- 05 鹽田生態文化村
- 06 鄭成功紀念公園





## 景點推薦。

### 01 | 四草礮臺

1840 年鴉片戰爭發生後，臺灣兵備道姚瑩下令在四草湖北岸修建 10 座砲臺，與南邊的二鯤鯓砲臺（即現在的億載金城）南北夾擊，掌控安平大港的出入口。四草礮臺（下圖，吳月寶 攝）為國定古蹟，雖然現今的砲臺已不復往日規模，僅餘一道長達百餘公尺、厚約 1.25 公尺的牆垣，但牆身的工法嚴謹，依稀可見當年威鎮台江的風華。

🆓 免費

📍 臺南市安南區顯草街一段 381 號



### 02 | 鹿耳門天后宮

相傳鄭成功於 1661 年率軍來台，從鹿耳門進入台江內海，曾得艦上隨軍媽祖之助，之後軍民在鹿耳門建廟敬拜這幾尊隨艦媽祖。

不過清領時代初期所建的鹿耳門媽祖宮已於同治年間（1874 年）被洪水沖毀，現在的鹿耳門天后宮為鹿耳門溪南岸信眾於 1947 年重建。

🆓 免費

☎ 06-284-1386

📍 臺南市安南區媽祖宮一街 136 號

🌐 [www.luerhmen.org.tw](http://www.luerhmen.org.tw)



### 03 | 土城正統鹿耳門聖母廟

土城正統鹿耳門聖母廟原名「保安宮」，1960 年更名為鹿耳門聖母廟。當初鹿耳門媽祖宮被大水沖毀後，有部分建材後來被用於興建保安宮，而且舊廟毀損後，大多數神像被迎往同樣奉祀媽祖的鎮港海安宮寄祀，後來這些神像都被迎回保安宮奉祀，也因此保安宮才會改名聖母廟。廟裡每三年舉行一次的刈香儀式、只祭不送的王船祭典，還有春節迎春牛、元宵高空煙火秀（上圖，卓聖男 攝）等等，在各廟中相當罕見。

🆓 免費

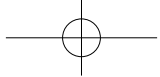
☎ 06-257-7547

📍 臺南市安南區城安路 160 號

🌐 [www.luermenma.org.tw](http://www.luermenma.org.tw)

### 04 | 四草綠色隧道

在四草大眾廟附近，有一條通往釐金局舊址的水道，岸邊長滿了紅海欖、海茄苳



等紅樹林樹種。搭乘大型膠筏巡航其中，兩岸紅樹綠葉遮天蔽日，有如進入綠色隧道中。從船上觀賞水面光影及岸邊的招潮蟹、彈塗魚等豐富紅樹林生態，是一種其他地方少見的難得體驗。

💰 200 元

☎ 06-284-1610

📍 臺南市安南區大眾路 360 號（四草大眾廟）

🌐 [www.4grass.com](http://www.4grass.com)

### 05 | 鹽田生態文化村

鹽田生態文化村的範圍涵蓋舊安順鹽田及南寮鹽村，前者是日治時期開闢的鹽田，完工於 1924 年，但在 1997 年停曬而走入歷史。2002 年在原臺南市政府的規劃下，重新復育鹽田而成為鹽田生態文化村，村內除了鹽田外，還有舊宿舍、鹽警所、鹽場辦公室、運鹽碼頭等等。日本昭和天皇還是皇太子時，行經臺南，即曾到此休憩。由於此地屬於四草野生動物保護區的範圍，如欲導覽，需事前預約。

💰 免費；導覽加鹽田體驗兩小時 1,500 元（一部遊覽車）

☎ 06-284-0073

📍 臺南市安南區大眾路 101 巷 12 號

🌐 [yenten.tworg.net](http://yenten.tworg.net)

### 06 | 鄭成功紀念公園

位於鹿耳門聖母廟附近的鄭成功紀念公園，相傳即是 1661 年鄭成功登陸鹿耳門的地點，因為缺乏妥善管理，乍看之下有些荒蕪，不過如果仔細尋訪，可以發現不

少珍貴的歷史遺跡。

其中一座立於 1961 年的「民族英雄鄭成功鹿耳門登陸紀念碑」，是為紀念鄭氏復臺 300 年所建，四面分別有時任臺灣省主席周至柔將軍及草書大家于右任的題字。正中央的一尊鄭成功塑像，則是 1981 年由前總統蔣經國先生所立，足見當年風光。

💰 免費

☎ 06-2991-111

📍 臺南市安南區城西街二段

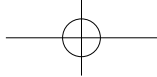
## 🔗 你還可以這樣玩。

一般人到四草大眾廟，大多搭乘航程較短的綠色隧道大型膠筏。其實如果時間充裕，不妨考慮嘗試另一種四草台江之旅，航程約 1.5 小時，搭船經由四草湖水道，進入嘉南大圳末端與鹽水溪的匯流處，再溯鹽水溪而上，從水上欣賞安平古堡及溪口沙洲上的水鳥。

這段遊程沿途可見小型定置網、蚵殼島、笕間仔寮等嘉南沿海傳統漁業設施，還可看到大片海茄苳純林及在河口溼地棲息的眾多水鳥。船票和綠色隧道一樣都是 200 元，航程豐富又有趣。







## 幸福的起點 雲嘉南海岸線

**作者** 交通部觀光局雲嘉南濱海國家風景區管理處  
**撰文** 朱家瑩、李進裕  
**攝影** 朱家瑩、李進裕、翁子恆、慧毓攝影  
**圖片提供** 交通部觀光局雲嘉南濱海國家風景區管理處  
**封面圖片** 台灣旅拍

**封底圖片** 鐘耀賢  
**繪圖** 黃羿嘉  
**編輯** 孤獨星球編輯部  
**總編輯** 辜雅穗  
**總經理** 黃淑貞

**發行人** 何飛鵬  
**法律顧問** 台英國際商務法律事務所 羅明通律師

**出版** 紅樹林出版  
**地址** | 台北市中山區民生東路二段 141 號 7 樓  
**電話** | (02) 2500-7008 **傳真** | (02) 2500-2648

**發行** 英屬蓋曼群島商家庭傳媒股份有限公司城邦分公司  
**聯絡地址** | 台北市中山區民生東路二段 141 號 2 樓  
**書虫客服專線** | (02) 2500-7718、(02) 2500-7719  
**24 小時傳真** | (02) 2500-1990、(02) 2500-1991  
**服務時間** | 周一至周五 09:30-12:00、13:30-17:00  
**讀者服務電子信箱** | [service@readingclub.com.tw](mailto:service@readingclub.com.tw)  
**城邦讀書花園** | [www.cite.com.tw](http://www.cite.com.tw)

**香港發行所** 城邦（香港）出版集團有限公司  
**地址** | 香港灣仔駱克道 193 號東超商業中心 1 樓  
**電話** | (852) 25086231 **傳真** | (852) 25789337  
**電子信箱** | [hkcite@biznetvigator.com](mailto:hkcite@biznetvigator.com)

**馬新發行所** 城邦（馬新）出版集團 Cité(M) Sdn. Bhd.  
41, Jalan Radin Anum, Bandar Baru Sri Petaling,  
57000 Kuala Lumpur, Malaysia.  
**電話** | (603) 90578822 **傳真** | (603) 90576622  
**電子信箱** | [cite@cite.com.my](mailto:cite@cite.com.my)

**美術設計** 白日設計  
**印刷** 卡樂彩色製版印刷有限公司

2016 年（民 105）5 月初版 Printed in Taiwan  
定價 220 元 | 著作權所有，翻印必究