

# 防疫大作戰、勿忘多運動

## 台南善化新市健康一日遊

### 行程特色：

- 日常生活中若缺乏身體活動的機會，易造成慢性疾病、抵抗力降低、心理的壓力與疾病等威脅，台南市政府呼籲民眾應進行適當運動，本行程包含運動及旅遊。特別安排**新市椰樹腳景觀步道**
- 特別安排樹谷園區(樹谷冒險體驗場、樹谷生活科學館)、樹谷農場(餵小動物)、善化體育公園、善糖文化園區、善化胡厝寮彩繪村



## 行程安排：

7:00 集合前往白河－8:00 新市椰樹腳景觀步道－9:00 樹谷園區(樹谷冒險體驗場、樹谷生活科學館)－12:00 午餐－14:00 樹谷農場(餵小動物)－15:00 善化體育公園－16:00 善糖文化園區－17:00 善化胡厝寮彩繪村－18:00 回到集合點

**新市椰樹腳景觀步道：** 三舍椰樹腳景觀步道位於新市區中北地方，社區目前分南三舍（椰樹腳）及北三舍（三仔庄）兩聚落，古代屬西拉雅新港社範圍，乾清年間漢人進駐稱「椰樹腳」。台19線路上，轉進傳統農村風貌的三舍里村庄巷弄，與鄰近台南科學園區相較，有著強烈的對比，除了一處處的古厝、古井，景觀步道上的相思燈、綠樹微風詩情畫意的雨花橋，橫躺百年的縱貫鐵路穿梭著南來北往的火車呼嘯聲儼然已成為椰樹腳的重要成員。沿著台鐵鐵路水溝旁而建的景觀步道很適合全家大小一起來騎腳踏車，秋冬時節還有向日葵、大小波斯菊、百日草、黃波斯等五彩繽紛的花海欣賞，讓您悠閒地漫步花田裡。



健走步道：全長 1 公里，約 1516 步，約消耗 47 大卡

**樹谷生活科學館：**是台南最具規模的自然史博物館，也是首座以骨骼標本為主要展示的博物館，裡面有生物、考古、科學為三個主軸，展示館內的恐龍骨骼標本與長毛象的化石標本是小朋友最愛兩個明星，兩座標本高聳的氣勢讓許多孩子一進門就驚呼不已搭配上其他古生物的化石標本，讓孩子們目不暇給，只要租借導覽機器，站在標本前方的定點都還有互動式的體驗導覽，燃起孩子們探索的慾望與想像力。



**入館門票費(團體票 40 元/人)+科學館導覽費(30 元/人) = 團體導覽費用。**

※每 40 位人員安排一位導覽人員但滿 20 人以上之團體方可預約報名。假日、國定假日恕不接受導覽預約，建議事先來電詢問該日期是否額滿。

**樹谷冒險體驗場：**來去探險囉~台南南科樹谷園區內的「樹谷冒險體驗場」堪稱全亞洲唯一為兒童設計的戶外冒險體驗場，約三米高度的場地，且還符合美國 ACCT 安全標準，採假日限定及團體預約方式報名，且每一場次均有名額限制，現場還有專人指導及解說，現場安全措施做的也完善，就連膽小的心愛 a 看了都蠢蠢欲動呢！趁著假日也可以參考熱血寫過的這幾個台南景點按圖索驥去玩，也是很棒的選擇喔。（暑假期間周一到周六皆有開放）



### 費用

- ★雲端歷險-單路線(5 項)：優惠價 199 元
- ★雲端歷險-雙路線(10 項)：優惠價 299 元
- ★雲端歷險-親子套票單路線(5 項)：一大一小 350 元
- ★雲端歷險-親子套票雙路線(10 項)：一大一小 550 元
- ※親子套票大人需超過 25 歲
- ★攀岩體驗-10 分鐘：199 元
- ※攀岩體驗時間為每人 10 分鐘
- ※裝備穿著與挑戰說明，不包含在體驗時間內

※攀岩體驗計時開始後，不得再更換體驗者

**午餐：**可考慮低碳健康餐廳**伊甸風味館**(低消 160 元，任一主餐+90 元，即可升級套餐，這裡的套餐內容超豐富，包含義式麵包、主廚濃湯、50 元飲品任選(選擇其他飲品可折抵 50 元)、甜點(茶凍、蛋糕二選一) 或 樹谷園區**樹谷懷舊餐廳** 割稻飯(自助式)平日 120 元假日150 元 或 **科學館餐車有飲料**(茶、咖啡、水)、簡易輕食(雞塊薯條、香腸、鬆餅、恐龍包、爆米花)、冰品(冰棒、冰淇淋、霜淇淋)

**樹谷農場：**樹谷農場(前身為奇美善化農場園)就位在樹谷生活科學館旁，農場內規劃有小太陽廣場讓遊客可在廣大草皮上體驗推 牧草捲的樂趣；小動物餵食區是親子的最愛，讓孩子近距離接觸 可愛小動物，落實生命教育；農業區可讓遊客體驗一日農夫的樂趣；烤肉區跟烘焙坊則成為享受親子相處時光的最佳場域。此外，農場也協助原住民發展在地紅藜產業，透過示範教學場域的 種植與介紹，讓更多人認識原民部落的作物。



之後前往**善化區**（臺灣話：Siān-hò-a-khu）是台灣臺南市下轄的一個區，位於臺南市地理中心，2010 年 12 月 25 日由原臺南縣善化鎮改制而來，善化區民風淳樸自古農耕興盛，產業原以 農業主軸，保有全臺僅存三處之一的營運牛墟及全台唯二營運百年的糖廠，還有國際機構亞洲 蔬菜研究中心、臺灣糖業善化糖廠、台灣菸酒公司善化酒廠等，帶動本土產業的發展。其中 人口集中在南科和臺南市東區之間，未來可建立 臺南—永康—南科為發展軸成為主要科技廊帶，成就高科技產業之聚集效應。

**善化體育公園：**為台南最早的水管屋遊戲區，是個很適合大小朋友一起同遊的台南親子景點。其不只有遊戲區(單槓、半球體型的攀爬設施等)，前面還有風雨籃球場和游泳池，一旁還有溜冰場。公園後方這個遊戲區，在假日也有不少家長帶著小朋友一起來玩，整體空間就猶如個**小型的森林遊戲公園**，但這小型的森林遊戲區是屬**石子地和沙地混合**，不論是大人或小孩還是要多注意安全。可搭大台南公車**橘幹線(橘2、橘12)**至**善化國小站**下車後步行至公園約3分鐘。



**善糖文化園區：**台糖公司善化糖廠因糖廠宿舍群閒置已久，將紅磚 建造的糖廠宿舍翻修打造「善糖文化園區」，引進咖啡屋、烘焙 坊及藝文展覽空間等，展示 1948 年出廠的台糖蒸汽火車，園區後方還可看到台糖煙囪，飄散著壓榨甘蔗製糖的濃厚香氣。

## 交通指引

- 1、 中山高安定交流道出口→178 縣道往善化市區→左轉南122→左轉進學路→於溪美派出所路口右轉直行→善糖文化園區
- 2、 國道 3 號善化交流道出口→178 縣道往善化市區→成功路、大成路→右轉中正路→左轉中山路→右轉進學路→於溪美派出所路口右轉直行→善糖文化園區

**胡厝寮彩繪村：**又名「外婆家的彩繪牆」，起因為三名孝順的外孫女，因擔心年邁外婆獨居在樸素老屋感到孤單，因此在牆上彩繪出各種色彩的童趣人物，希望藉由繽紛的色彩，讓外婆更有活力。一開始只是單純的白牆彩繪，後來整個社區都加入推廣，胡厝寮彩繪村的故事充滿溫馨且凝聚社區情感，除了適合打卡拍照，故事也引人入勝。



搭公車：

1. 在善化火車站前公車轉運站、搭乘**橘2支線**往胡厝寮方向，在**陽明國小站**下車，步行約100公尺即抵達彩繪村入口。
2. 搭**橘幹線公車**在**善化火車站前**下車，轉乘**橘2支線**往胡厝寮方向，在**陽明國小站**下車，步行約100公尺即抵達彩繪村入口。
3. 在陽明國小搭**橘2支線**，在**石子瀨站**下車，步行約100公尺可到達大內龍貓公車站彩繪村。

**大眾運輸：**

1. 可搭乘大台南公車「**興南客運**」，玉井支線、六甲線台南~台一省道新營線、(新市街站下車)走中正路或仁愛街轉中興街到**新市區公所**。



**健康餐飲店參考：**

一、善化

區別	名稱	地址	電話	類型
善化區	八田語 - 3D 彩繪主題餐廳	台南市善化區民權路 98 號	06-585-4241	餐盒
善化區	禾佳素食	臺南市善化區坐駕里大成路 355 號	06-5850751	餐盒
善化區	晨間廚房(隆田中山店)	臺南市善化區中山路 191 號	06-5791427	早餐店

善化區	悟饗池上飯包(善化店)	臺南市善化區大成路 410 號	06-5852222	餐盒
善化區	台灣牛	善化區成功路 2 號(善化啤酒廠內)	06-5852909	餐廳
善化區	築夢園	善化區成功路 2 號(善化啤酒廠內)	06-5852909	餐廳
善化區	窩在家手創烘焙(善化店)	臺南市善化區中山路 187 號	06-5839000	伴手禮
善化區	原品食三鍋	臺南市善化區忠孝路 38 號	06-5839869	餐廳
善化區	築夢園	臺南市善化區成功路 2 號(善化啤酒廠內)	06-5852909	餐廳

## 二、新市

區別	名稱	地址	電話	類型
新市區	日新薈餅蛋糕店	台南市新市區忠孝街 186 號	06-5997665	餐盒
新市區	翰林茶餐飲集團(南科店)	臺南市台南科學園區南科路 17 號	06-5053997	飲料
新市區	綠光元氣朝食	臺南市新市區光華街 151 號	06-5013487	早餐店
新市區	悟饗池上飯包	臺南市新市區中興街 97 號	06-5895353	餐盒
新市區	伊甸風味館	臺南市新市區中華路 140 號	06-5974027	餐廳
新市區	小華素食館	臺南市新市區忠孝街 225 號	06-5995825 ; 06-5999104	餐盒