

台南大內山上健康一日遊

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**南瀛天文館教育園區+健走步道**
- 特別安排：大內龍貓公車站彩繪村、臺南山上花園水道博物、走馬瀨農場



行程安排：

8:00 集合前往白河－9:00 大內龍貓公車站彩繪村－10:00 臺南山上花園水道博物館－12:00 午餐(蘭科植物園幸福花園餐廳)－13:30 南瀛天文館教育園區+健走步道－15:30 走馬瀨農場－18:00 回到集合點

大內龍貓公車站彩繪村：有星星的故鄉之稱的台南大內區石林里，2014 年因為一條彩繪街而展現生機；「龍貓公車站彩繪村」是由村裏一戶人家的女婿 Kevin 與妻子 Eva 共同創作，起初的用意只是 Eva 媽媽希望孫子回來鄉下時，在庭園裡玩可以多點色彩，因為 Eva&Kevin 喜愛幫孩子拍照、記錄小朋友的點滴才有了這些彩繪；結果這些畫作在網路上傳開，變成人氣觀光景點！



交通資訊

【大眾運輸】

台鐵：善化站，建議轉搭乘公車或計程車。

高鐵：台南站，建議搭乘計程車

公車：

1.善化火車站前善化轉運站→橋 1、2 支線→「石子瀨」站下車。

2.善化火車站前善化轉運站→橋幹線→「大內區公所」站下車，→往石子瀨方向步行約 600 公尺。

【自行開車】

國道 1 號：渡頭出口(台 1 線 出口)下交流道，朝官田/善化前進→分岔路口靠右，然後併入縱貫公路/台 1 線→南 181 鄉道左轉→7-11 新大內門市沿指標前進即可到達大內龍貓公車站彩繪村。

臺南山上花園水道博物館：孩童的歡鬧聲隨著水花飛濺此起彼落，這是一幅背景為翠綠大地的畫布，灑滿金燦陽光、盛滿五彩鮮花。走進這座花園深處，紅磚色的屋房現身，頂著灰黑色的斜瓦，敞開大門迎接來客，體會過世外的繽紛歡樂，再安靜地閱讀斑駁的水道歷史痕跡。



營業時間

每日上午 9:30 到下午 5:30，下午 4:30 以後停止售票，最後入園時間為下午 4:30。

每週二休園

導覽解說：

國定假日及例假日提供免費導覽服務，地點位於 B 館服務台前，時間為:10:00.11:00.13:00.14:00.15:00.16:00

平日無導覽服務，館方可提供付費導覽老師聯絡方式，若有需求，請電:5781900

交通資訊：

【自行開車】

1. 國道 3 號北上，經國道 8 號新化系統交流道，走臺 20 線省道，接市道 178，至臺南山上花園水道博物館。
2. 國道 3 號南下，由善化交流道下，接市道 178，至臺南山上花園水道博物館。

【大眾運輸】

假日目前有山博行專車，詳細資訊如下：

1. 山博行假日公車路線於例假日開行，由左鎮化石園區出發，經山上區公所、水道博物館到大內南瀛天文園區，單趟車程約廿五分鐘；全票 50 元，優惠票 25 元，持票券限當日，該路線無限次數暢遊及免費轉乘綠幹線、橘幹線前往玉井、楠西、左鎮、新化、善化、大內等山 線景點。

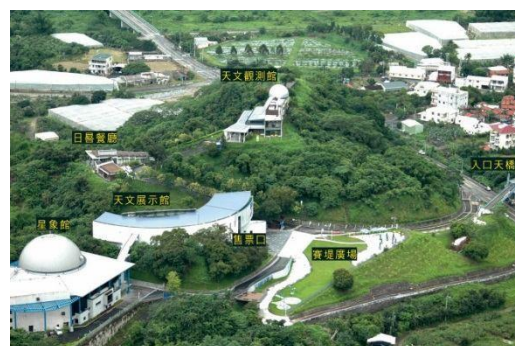
班車時間如下：

1. 左鎮化石館發車 09:00、09:30、10:00、10:30、11:00、11:30、12:00、12:30、13:00、13:30、14:00、14:30、15:00、15:30、16:00、16:40。
2. 南瀛天文台發車 09:30、10:00、10:30、11:00、11:30、12:00、12:30、13:00、13:30、14:00、14:30、15:00、15:30、16:00、16:30、17:10。

路徑：台 20-縣 178 甲-縣 178-南 182。

中餐:可在健康餐飲店 > 蘭科植物園幸福花園餐廳(鱈魚套餐或南瓜豬肉火鍋 低消 100 元)

南瀛天文館教育園區+健走步道：南瀛天文館為臺南市環境教育設施場所。平常天氣好想看星星一定得衝到高山，或是海邊。對星星有興趣的人，其實不用跑這麼遠，台南的大內就有一個南瀛天文教育園區，園區內有三個區：**天文觀測館、天文展示館、天文星象館**。天文觀測館擁有全國平地第 1 大口徑 76 公分的天文觀測望遠鏡，並常常不定時舉辦天文講座以及特殊星象發生時的講解，有興趣的人可以不定時到官網瞧瞧活動資訊。



【天文展示館】：則是讓很多小孩瘋狂的地方，1-3 樓的空間，從地球的誕生到太空的探索都有簡單的遊戲或是模型可以邊玩邊學習，最有人氣的大概就是“太空飛行動力體驗區”，太空梭起飛一次 7 分半鐘，很過癮的體驗，一定要玩一次。

【星象館】：主要以哈伯天文望遠鏡為主要展示主軸，星象館的最大亮點，就是 3D 星象劇場，戴上 3D 眼鏡勇闖太空囉！看過之後覺得還不錯，加上 3D 的圓頂全景劇場，聲光效果很棒，很震撼的畫面。

【白天的天文台】：周圍有類似月世界地形的小山丘，天氣好的時候站在這邊視野良好非常漂亮，到晚上又是另外一種風貌，加上燈光，其實感覺還挺浪漫的曾文溪大內橋至二溪大橋間，因河床景致保留完整，每年入秋便可見白花花一片如白雪的景致，近月來逐日茂密，遠眺有如一片無邊際的白地毯鋪陳在河川上，煞是美麗

健走步道：南瀛天文館教育園區環山步道.共 500KM 約 758 步 約消耗 23 大卡
二溪橋健走步道:共4KM約6000步，約消耗132大卡

交通資訊：

高速公路及快速道路：

南下：

1. 國道 3 號官田系統交流道 → 84 號東西向快速公路（往玉井方向）→ 二溪交流道（往二溪方向）→ 南 182 區道 → 南瀛天文館。

北上：

1. 國道 3 號善化交流道（往山上、大內方向）→ 南 178 市道 → 南 182 區道（往大內方向）→ 南瀛天文館。
2. 玉井 → 84 號東西向快速公路（往官田方向）→ 二溪交流道（往二溪方向）→ 南 182 區道 → 南瀛天文館。

省道

1. 新營方向出發 → 省道台 1 線（經官田系統交流道）→ 南 181 區道 → 南 182 區道往大內方向 → 南瀛天文館。
2. 臺南方向出發 → 省道台 1 線（經善化啤酒廠）→ 南 178 市道 → 南 182 區道（往大內方向）→ 南瀛天文館。
3. 新化、左鎮方向出發 → 省道台 20 線（經山上）→ 南 178 市道 → 南 182 區道（往大內方向）→ 南瀛天文館。

大眾運輸：

1. 火車+公車(橋幹線)
民眾可搭火車到善化車站下車，轉搭公車橋幹線開往興南客運玉井站、至南瀛天文園區下車即可。
2. 客運+公車(橋幹線)
民眾可搭統聯或和欣客運到麻豆轉運站下車，轉搭公車橋幹線開往興南客運玉井站、至南瀛天文園區下車即可。
3. 山博行假日公車
去程：左鎮化石園區 >> 南瀛天文園區
①左鎮化石園區 → ②水道博物館 → ③山上區公所 → ④南瀛天文園區
區回程：南瀛天文園區 >> 左鎮化石園區
①南瀛天文園區 → ②山上區公所 → ③水道博物館 → ④左鎮化石園區

天文觀測館導覽場次(每場約 40 分)團體須另外預約

13:30(線上預約、定時導覽)

15:30(線上預約、定時導覽)

(一) 團體導覽預約須知

1. 預約對象：20 人以上之團體。
2. 開放時間：每週二至週日 09:00~17:00。
3. 預約方式：
 - (1) 電話預約：請洽:06-5761076 分機 25，由總機為您服務。
 - (2) 線上預約：請先註冊本館會員，始可進行預約。

※ 請於參觀日 10 天前進行預約(例：欲於當月 20 日來館參觀，最晚請於當月 9 日完成預約)。

走馬瀨農場：走馬瀨農場場區面積廣達 120 公頃，其中 40 公頃為紐西蘭風情的牧野草原，浩瀚壯麗，獨步全台。場區由曾文溪中游三面環繞、阿里山支脈，烏山嶺四邊環抱，形成一塊山水桃花源，為臺南市重要的環境教育設施場所。占地廣大的走馬瀨農場是台南



最早且非常受歡迎的農場，遊客絡繹不絕，碧綠寬廣的青青草原上擺放著稻草編成的巨大木馬，是非常奇幻的景觀，園區內遍植林木，走在裡面可充分享受森林浴的舒適，各項大地遊戲設施完善絕對不無聊，滑草、自行車、射箭、跑馬、高爾夫球等，還有小朋友最愛的動物區域，都讓大人小孩玩的流連忘返，每當走碼飛車活動舉辦時更是人山人海，來自全各地參加的隊伍無不卯足勁發揮創意，讓整場活動歡笑聲不斷。除了綠地上的遊憩之外，水上的碰碰船、腳踏船加上戲水世界的超大型滑水道與設備完善的游泳戲水區等等，更是夏日裡的沁涼選擇。服務周全且新穎的住宿大樓也是許多遊客來台南非常喜愛的度假住宿點，一個農場可以同時滿足好幾個願望，不只是歷史悠久的農場而已，更是豐富多元的度假樂園。

交通資訊：

國道南下

1. 中山高南下 299K 下營系統交流道接【台 84 東西快速道路】往玉井方向，過走馬瀨隧道右轉，即抵達走馬瀨農場。
2. 304K 麻豆交流道下，往麻豆市區直走 171 縣道接【台 84 東西快速道路】往玉井方向，過走馬瀨隧道右轉，即抵達走馬瀨農場。
3. 272K 嘉義系統交流道接【台 82 號東西快速公路】至 34K，接南二高至 334K 官田玉井系統交流道接【台 84 東西快速道路】，過走馬瀨隧道右轉，即抵達走馬瀨農場。
4. 南二高至 334K 官田玉井系統交流道接【台 84 東西快速道路】往玉井方向，過走馬瀨隧道右轉，即抵達走馬瀨農場。

國道北上

1. 中山高北上 299K 下營系統交流道接【台 84 東西快速道路】往玉井方向，過走馬瀨隧道右轉，即抵達走馬瀨農場。
2. 北上至 315k 台南系統交流道，右轉接 8 號國道【往東】至新化系統交流道轉二高北上至 336K 官田玉井系統交流道，轉【台 84 東西快速道路】，過走馬瀨隧道右轉，即抵達走馬瀨農場。
3. 南二高北上至 336K 官田玉井系統交流道接【台 84 東西快速道路】往玉井方向，過走馬瀨隧道右轉，即抵達走馬瀨農場。

大眾運輸：

1. 火車-公車
於台鐵善化站可搭乘大臺南公車橋幹線(佳里-玉井)往玉井方向班次，車程約 40 分鐘即抵走馬瀨農場。
2. 飛機-公車(或計程車)-火車-公車
於台南航空站搭公車或計程車(搭火車者)至台南火車站前，可搭乘火車至善化火車站後，另搭乘大臺南公車橋幹線(佳里-玉井)往玉井方向班次；亦或可於台南火車站前搭乘大臺南公車綠線往玉井，玉井站下車轉搭橋線公車至走馬瀨農場。
3. 高鐵-火車-公車

搭乘至台南高鐵站轉搭乘台鐵沙崙線至善化火車站，於善化火車站前轉搭大臺南公車橘幹線(佳里-玉井)往玉井方向班次至走馬瀨農場。

農場生態導覽

由專業的導覽老師進行環境、生態介紹，帶領學員深度認識走馬瀨的生態。預約電話 06-5760121 轉 5 戶外教學

※敬請於活動前二週預約，以利行程安排。

※本專案行程人數滿 30 人即可成團。

※車輛停車費:小型車 50 元/台，大客車 100 元/台。

※為維護農場活動品質，本行程活動時間、場地、教室由本農場人員統一安排。

※場內亦有深度二日遊體驗行程，歡迎來電洽詢。

健康餐飲店

一、大內區

區別	店家名稱	地址	電話	類型
大內區	新香蘭自助餐	台南市大內區內庄里1之56號	06-5762768	餐盒
大內區	走馬瀨草園餐廳	臺南市大內區二溪里唎子瓦60號	06-5760260	餐廳
大內區	茶的魔手(大內店)	臺南市大內區石城里石子瀨122之155號	06-5761188	飲料

二、山上區

區別	名稱	地址	電話	類型
山上區	早安！美芝城	山上區南洲里 125 號	06-5784360	早餐店
山上區	蘭科植物園幸福花園餐廳	山上區玉峰里牛稠埔 11 之 2 號	06-5781358 ; 06-5781437	餐廳

