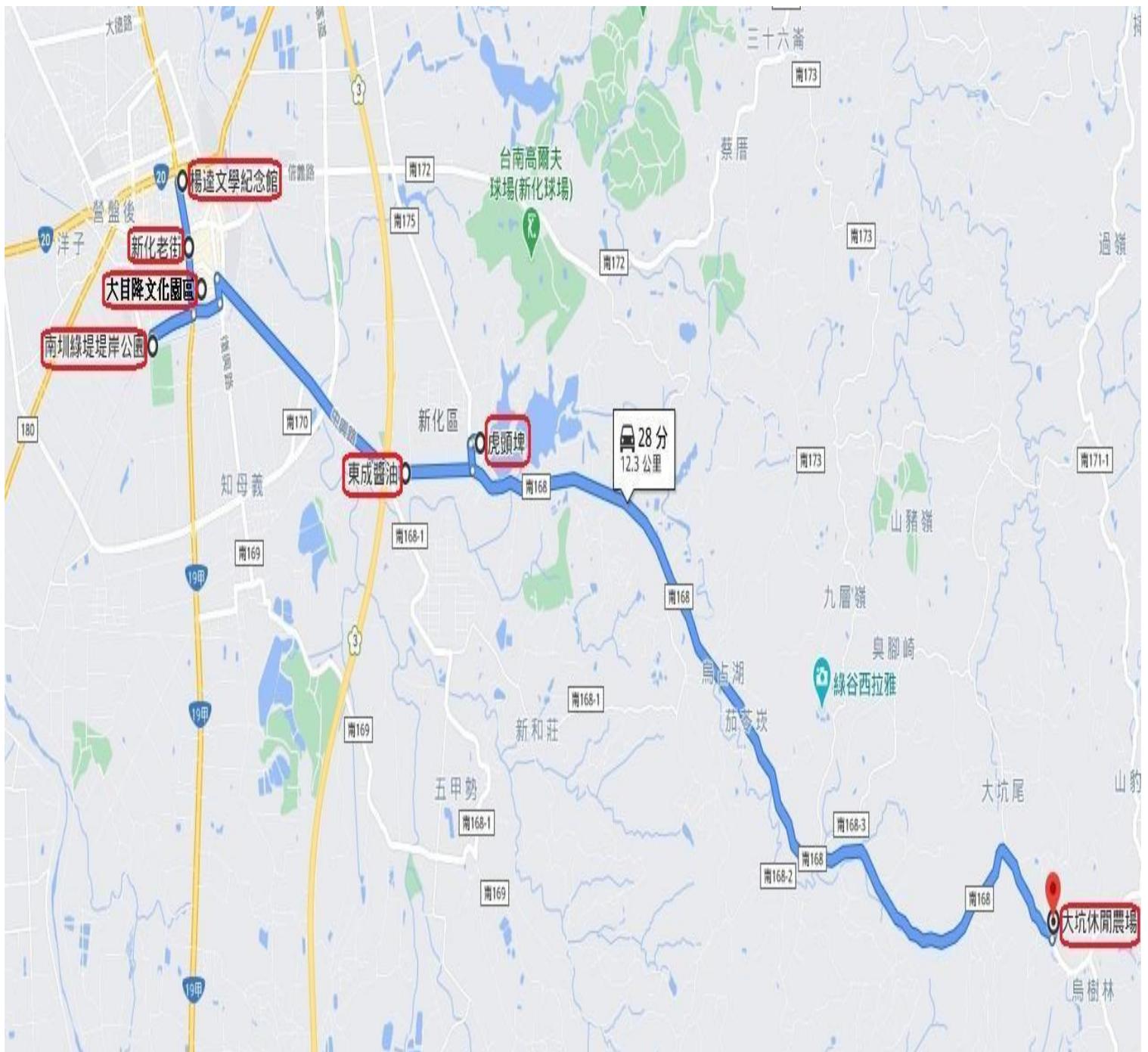


台南新化健康一日遊

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**南圳綠堤公園+健走步道**
- 特別安排：**楊逵文學紀念館、新化老街、大目降文化園區、東成醬油會館、虎頭埤風景區、大坑休閒農場**

行程地圖：



行程安排：

8:00 集合前往新化 - 9:00 楊逵文學紀念館+新化老街 - 10:00 大目降文化園區 - 11:00 南圳綠堤公園+健走步道 - 12:00 東成醬油會館(午餐) - 14:00 虎頭埤 - 16:30 大坑休閒農場 - 18:00 回到集合點

楊逵文學紀念館：楊逵先生是台灣在日治時期，文學作品被填入教科書的第一人，是新化當地非常受到尊重的文學作家，可說是新化人的驕傲之一，位在新化街役場旁的楊逵紀念館，進門一定要細看的就是當時楊逵老師用的桌椅，木桌子上有一處特別凹陷的地方，據說是因為楊逵先生習慣在寫作時手肘撐著桌面思考，每天磨啊磨的，後來那邊最常接觸的地方就凹陷下去了，讓人不得不佩服楊逵老師對於文學創作的精神，共有兩層樓的楊逵紀念館中除了保存一些他生前常用的物品及生平事蹟以外，二樓還有許多楊逵先生的文學作品可以欣賞，建議來此處可以先預約，館方會請導覽老師講解楊逵的生平，解釋他的作品，這樣參觀起來會更有深度，來此也要記得順訪隔壁的歐威電影館及新化街役場喔。



地址：台南市新化區中正路 488 號

電話：06-5908865

開放時間：周二到周五上午 9:00~12:00 下午 13:30-17:00 六日中午不休息

休館日：周一及國定假日

票價：免費參觀

新化老街：日治時代的台南州新化郡，包含了新化街、善化街、新市庄、安定庄、山上庄、玉井庄、楠西庄、南化庄、左鎮庄，這都是熟悉的地名，也表示新化從日治時期就是一個台南山區入口的重要政經中心，可以想像一下當時的商賈雲集與繁華，日人、漢人與平埔族群間的來往。也因此興建了大批洋樓、街屋，形成繁榮的商店街，交易極為熱絡。走上今日的新化老街，從保留下的老洋樓，仿巴洛克式的立面建築，講究的花紋與雕飾，不經意的發現這邊的商家多為幾十年歷史的老商號，與老街上現代便利商店 7-11 比較起來，光線雖不明亮，貨品排列也隨性，但走進每家商號，卻令人回想起小時候穿梭在雜貨店中，店家吆喝買賣的情景，彷彿當年的榮景在歲月痕跡中再度顯現。



交通資訊：

【大眾交通建議】

1. 搭乘火車或客運至台南火車站→轉乘興南客運往玉井→農會站下車→步行約 5 分鐘即抵。
2. 搭火車至新市火車站→轉公車綠 1 線至新化老街下車。
3. 高鐵台南站→轉乘區間車至台南火車站→轉公車綠幹線往玉井站方向→於農會前站下車即抵

【自行開車】中山高下永康交流道，循 177 甲往南，銜接台 20 線往新化直走即可抵達。

大目降文化園區：新化原為西拉雅平埔族聚落，舊稱「大目降」，為西拉雅語 Tavocan 音譯。西拉雅 (Siraya) 是台灣文字記錄最早居住在台南的族群，與大台南歷史和文化的形塑與發展有著密不可分的關係。大目降文化園區原為警察宿舍，經修復之後成為一綜合園區，內有多個景點，例如武德殿、日式宿舍群、日式庭園、故事館、大目降廣場等，文化資產及文化設施密集，是認識大目降文化至今演變的最佳文史遊覽場域。



交通資訊：

【大眾運輸】

1. 於台南火車站前搭乘大台南公車「綠幹線」，於新化轉運站下車，步行約 200 公尺即可抵達新化老街並延伸前往大目降文化園區。
2. 在新市火車站搭綠 1、2、3、4 支線公車，於新化轉運站下車，步行約 200 公尺即可抵達新化老街並延伸前往大目降文化園區。
3. 於高鐵台南站搭乘綠 16 支線，在新化體育公園站下車，步行約 100 公尺即可抵達大目降文化園區。

南圳綠堤公園：貫穿新化市區，屬嘉南大圳南幹支線，十多年前由當時的新化鎮公所爭取嘉南農田水利會規劃為「南圳綠堤」堤岸公園，將原有的八字溝改造成U型溝，並增加堤岸空間設置步道、涼亭及綠美化，兩旁綠樹成蔭，近年來已成居民散步、休閒的好去處。嘉南大圳南幹支線流經新化市區，經改造為U型溝保有灌溉，又營造綠色休閒步道，讓地方環境死角，變成了「萊茵河」。新化區屬嘉南大圳南幹支線，是日治時期興建，原是V型溝，較占空間，改為U型溝，除較不會漏水外，兩側可增加腹地，加上護欄就是「休閒步道」。最早完工的新化區體育公園段，地方取名「南圳綠堤」，從中正路經過正新國小後方約 1 公里，中間是水道、兩側是綠美化步道，還有垂柳倒映水中，每天清晨、黃昏，都有許多民眾在南圳綠堤上慢跑、騎自行車。



健走步道：新化區武安里中正路—新化體育公園南圳綠堤健走步道—新化區全興里竹子腳。
全長 1.5 公里約 2275 步 大約消耗 69.8 大卡



東成醬油會館(午餐)：東成醬油主要生產醬油、醬油膏、豆瓣醬、辣椒醬及相關附屬產品，由於產品品質受到市場肯定，營業額大幅成長。也藉由擴大生產基地，積極強化公司競爭優勢。民國 98 年設立東成醬油會館，提供更完善更優質的服務。



虎頭埤：為台灣第一水庫，超過百年的歷史中有許多文人雅士對它的讚頌，也有著小日月潭的美稱，虎頭埤有如台南市區的後花園般存在著，此處也曾是周杰倫拍攝電影「天台」的場景，1905 年虎月吊橋建成後更是增添了湖面的韻味，湖光山色的步道環繞湖畔，不管是散步或騎單車沿途賞景都非常舒服，水庫內的休閒設施也很完善，假日時烤肉區非常熱鬧，有許多家族或親朋好友在此享受野炊烤肉的樂趣，如果烤肉玩想留下來在湖畔住一晚也沒問題，露營區可以滿足這層享受，除了沿著環湖步道欣賞湖景以外，也可踏著天鵝船或划著獨木舟悠遊湖面上。



大坑休閒農場：大坑休閒農場是一處由傳統農畜轉變成休閒型態的農場，一家三代長居在此，進到農場就可感受到親切的人情味，群山環抱，佔地非常廣大，是前往觀看二寮日出雲海時不可錯過的地點。除保留原有農村景物外，沿著周邊山勢開闢了安全的健走登山步道，還有運動休閒的活動設施，走累肚子餓的話還有農場的獨門鋼管雞等各項山珍料理美味可以補充體力。近年接班農場經營的三位美女姊妹花更是致力於園區的美化，浪漫的鵝黃色歐式原木屋，冷熱皆有的山泉游泳池 SPA，且運用許多花草植物讓整個農場呈現如小歐洲般的風光，農場內的草地可見許多可愛的小動物自在活動著，有如山林間的小小烏托邦，種種元素都讓許多遠道而來的遊客停不住相機的快門。



導覽解說：

1. 每梯次人數以 20 人為限(以散客為主)，逾 20 人以上之團體，請以私人預約付費方式，逕洽導覽員洽談解說時間、景點等相關解說內容(費用及解說員名單下載詳如項次五)。
2. 每人每梯次預約人數上限為 5 人，已預約報名解說服務，請於當日解說開始提前 5 分鐘抵達集合地點等候解說員，當日解說員穿著黃色導覽背心，並配戴台南米其林三星之旅導覽解說員識別證。

健康餐飲店家

區別	店家名稱	地址	電話	類型
新化區	楊記飲料店	臺南市新化區信義路398號	06-5906841	飲料
新化區	宏恩素食	臺南市新化區中山路636號	06-5984866	素食店
新化區	圓法素食館	臺南市新化區大智路36號	06-5983432	素食店
新化區	悟饕池上飯包(新化店)	臺南市新化區忠孝路68號	06-5988222	餐盒
新化區	寶貝廚房	臺南市新化區護安街78號	06-5907865	小吃店
新化區	四川佬滷味	臺南市新化區忠孝路42號	0929-159328	小吃店
新化區	阿鳳肉粿	臺南市新化區中正路605號	06-5982832	小吃店
新化區	老街炒飯	臺南市新化區中正路486號	06-5802737	小吃店
新化區	阿婆雞蛋糕	臺南市新化區信義路和中正路交叉口	06	小吃店
新化區	可口冰城	臺南市新化區信義路157-27號	06-5907538	小吃店
新化區	吉野村現烤烘焙蛋糕	臺南市新化區中正路350號	06-5907189	伴手禮
新化區	皇家御茶坊	臺南市新化區信義路200號	06-5903714	飲料