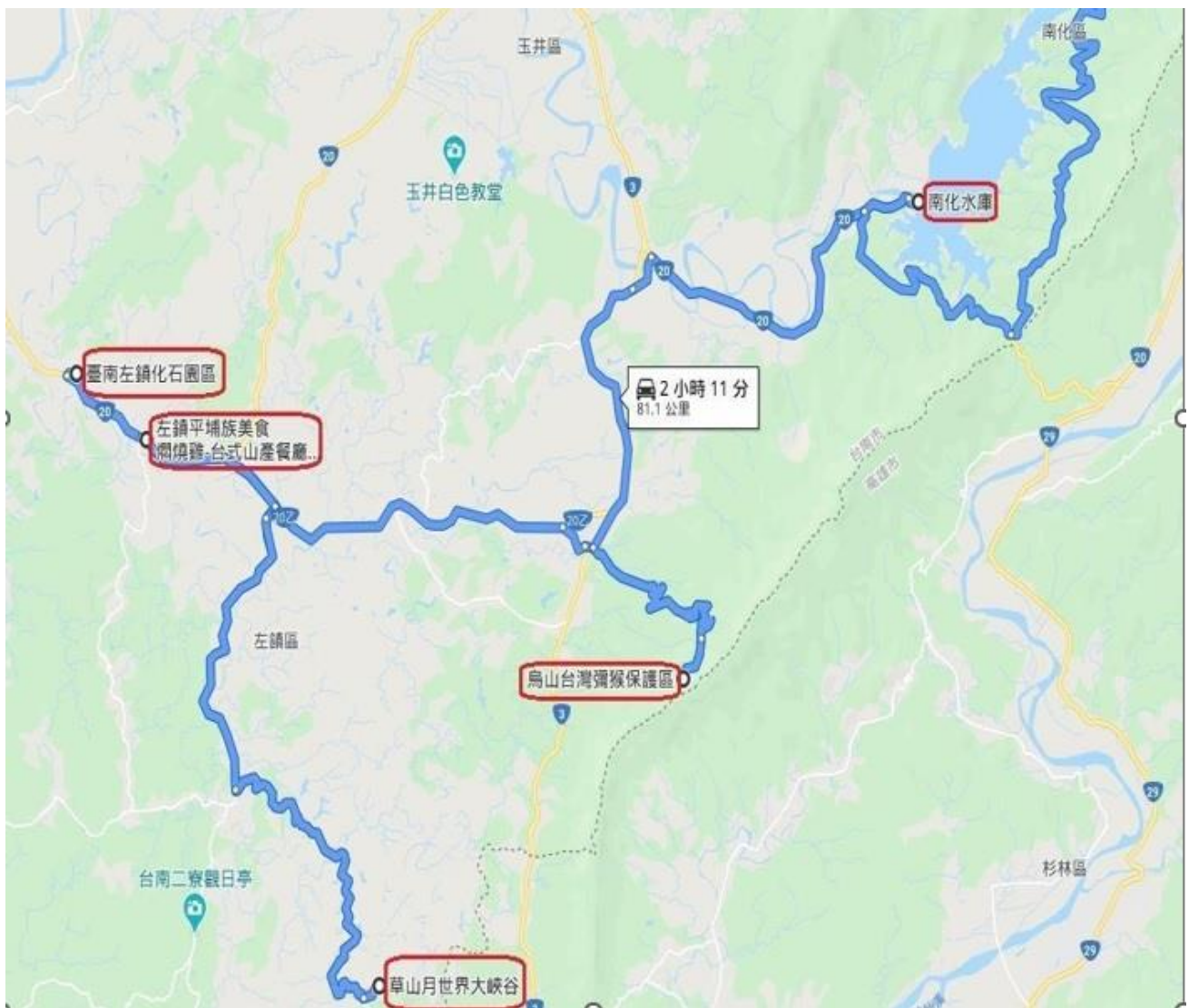


台南左鎮南化健康一日遊

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：南化水庫一源之旅公園、草山月世界、左鎮化石園區

行程地圖：



行程安排：

8:00 集合前往左鎮－9:00 草山月世界－10:30 左鎮化石園區－午餐(平埔族美食餐廳)－13:30 南化遊客中心-14:30烏山－16:00 南化水庫－源之旅公園－18:00 回到集合點

草山月世界：臺南市左鎮區的草山月世界，是由砂岩與頁岩所構成的青灰岩地形，與高雄市內門、田寮、燕巢區的泥岩惡地連成一片，稱為白堊土地形。由於白堊土含高鹼性，使得草木難生，乾燥時硬似石塊，遇雨時鬆軟成泥，經雨水冲刷溪田切割，造成半面山深谷曲流和斷崖的特殊地形，在這種惡地上，除非生命力最強的草木，否則難以生長，因此在此地放眼上千公頃，所見的竹子是刺竹雜草，其餘盡是光禿一片，成為最典型的月世界地形。由岡林村往草山月世界的路上，沿途所見盡是稜角分明的特殊地形，以及青翠的刺竹景觀；隨著四季與晨昏的變化，草山月世界也展現出不同的



風貌：氣候晴朗的黎明，站在海拔 308 公尺的至高點上，可欣賞日出和多層次的雲霧變化，冬季時，刺竹漸漸轉為枯黃，翌年春天又變為紅色，每年 3~4 月，便是觀賞刺竹變色的最佳時機。

交通資訊：

自行開車：

1. 國道 1 號-永康交流道下-省道臺 1 線-縣道 177 線-省道臺 20 線-左鎮-省道臺 20 乙線-鄉道南 169 線。
2. 國道 3 號-新化系統交流道-國道 8 號-新化端交流道下-省道臺 20 線-左鎮-省道臺 20 乙線-鄉道南 169 線。
3. 國道 3 號-關廟交流道下-省道臺 19 甲線-關廟-縣道 182 線-鄉道南 169 線。

大眾運輸：

搭臺鐵至臺南站下-轉搭興南客運（往岡林）至岡林站下。

左鎮化石園區：臺南左鎮化石園區整合原菜寮化石館、自然史教育館以及光榮國小，是全國唯一「館校合一」的化石博物館。結合科學考古、教育推廣以及觀光休憩功能，呈現「化石的原鄉」獨特的自然與人文脈絡，形塑左鎮成為重要的化石研究基地。左鎮化石園區累計收藏猛獁象、劍齒象、古鹿、鱷魚、貝類等海相和陸相生物化石，大量陸相脊椎動物化石出土是一大特色，加上左鎮人頭骨碎片、早坂中國犀復原骨架等蒐藏品，可謂臺灣無可取代的化石寶庫。如今，左鎮化石園區從單一館舍蛻變、擴展為五大館舍。



交通資訊：

【綠幹線公車】

由臺南火車站前搭乘大臺南公車綠幹線，走臺 20 線省道經過新化至 左鎮化石園區站下車。

【山博行假日公車】

去程路線：左鎮化石園區 → 水道博物館 → 山上區公所 → 南瀛天文園區

回程路線：南瀛天文園區 → 山上區公所 → 水道博物館 → 左鎮化石園區

更多山博行假日公車資訊請上台灣好行旅遊服務

網 <https://www.taiwantrip.com.tw/index.php/line/109?x=3&y=3>

或洽台南市公共運輸處：06-2230330 | 台南市動態查詢專線：06-2998484

● 自行開車：

1. 國道 3 號南下，由善化交流道下，左轉經山上至左鎮。
2. 國道 3 號北上，經國道 8 號新化系統下，走臺 20 省道至左鎮。
3. 國道 1 號南下、北上，經臺南系統接國道 8 號新化系統下，臺 20 省道至左鎮。

導覽解說：

1. 請下載「臺南左鎮化石園區團體預約導覽須知」詳細閱讀④同意使用規範。
2. 導覽時間：於週三到週一開館期間，9：00～16：00。單次導覽含參觀時間約 2 小時。（國定假日及連續假期恕不開放團體預約導覽）
3. 受理人數：團體人數 20～40 人（超過 40 人，請分組申請不同導覽日期）

午餐：平埔族美食餐廳(台南市政府推薦的健康飲食餐廳)

南化遊客中心：位於烏山腳下的南化遊客中心建築造型俐落，融入自然地景的銀級綠建築，是管理處最南端的服務據點，南化遊客中心還提供淋浴間及熱開水，讓自行車族及遊客有個舒適休憩空間，順便欣賞烏山迷人山景。南化遊客中心館內展示南化芒果與蜂蜜生態，親子可以進行互動遊戲，打造寓教於樂的學習環境。戶外也擺設許多可愛的藝術裝置，跟著達卡浪、莎韻一起躺著曬太陽，還有兒時玩的傳聲筒，可以感受美好時光；遊客中心不定期結合在地產業與特色文化，推出體驗活動或者小農市集讓遊客有玩、有吃、有得買。(23.036883157048052, 120.47807915078808)



烏山台灣獼猴保護區：烏山台灣獼猴保護區位於南化區與高雄市內門區交界，是台灣唯一的台灣獼猴保護區，這裡山高大約 750 公尺，擁有上百隻的台灣獼猴在此居住，因而形成特殊生態環境。每日在保護區內有一位「獼猴爺爺」林炳修先生專門餵養獼猴，縣府為保育山上野生台灣獼猴進而規劃成區，④免費開放參觀，另台灣獼猴野性仍在，遊客上山賞猴時，餵食水果時切忌挑逗，以免遭到猴群攻擊。此外，園區內還有白鼻心、赤腹松鼠、野兔、野鳥、螢火蟲、樹蛙、蝴蝶等數量頗多，玩家可安排來趟豐富的健行之旅。



交通資訊：

自行開車：

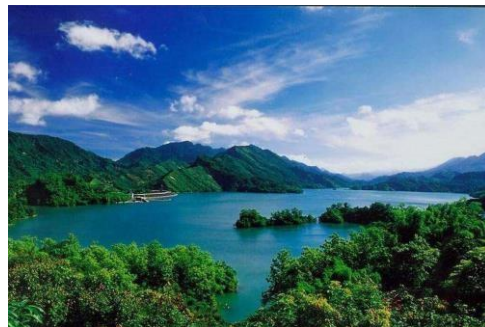
永康交流道下中山高，循 1 號省道或是 177 甲縣道，再轉 20 號省道經新化到左鎮，到左鎮

後接 20 乙省道抵南化，取右進入 3 號省道由金馬寮入山口；或是走鄉道上紫竹寺，再由紫竹寺步行上山。

大眾運輸：

火車：台南火車站旁搭往南化的興南客運，在南化下車再轉搭計程車前往即可。

南化水庫：是位於台灣台南市之水庫，水庫位於台南市南化區曾文溪之支流後堀溪上，以阿里山山脈與曾文水庫相隔，兩水庫距離約 10 公里，共同擔負台南高雄地區公共給水之重要水庫。當時由於臺南、高雄，為全臺缺水最為嚴重之區域，政府當局於 1980 年代推估該兩地區於 2001 年每日平均總需水量約為 269 萬立方公尺，而當時供水能力平均每日約 141 萬立方公尺，正開發的新水源量平均每日約 49 萬立方公尺，故需開發平均每日約 79 萬立方公尺的新水源量，後於 1984 年由臺灣省水利局完成南化水庫調查規劃報告，1985 年完成南化水庫計畫及檢討報告，預估完成後於平均每日提供 80 萬立方公尺的用水量，可有效改善南、高之缺水及水質不佳問題，④可滿足該地區至 2001 年之用水需求量。



源之旅休閒公園：在南化水庫大壩的下方為「焦吧粘古戰場」，南化鄉公所④在此成立軍史公園、環保公園、親水公園④稱為「源之旅休閒公園」，設置親水設施、生態池，結合生態綠美化，陸海空各項武器裝飾，海軍登陸車、陸軍M42戰車、空軍 c119 運輸機、海軍巡防艦上的五寸砲及登陸艇以及軍艦桅竿等造景，巧妙結合賞景步道，景觀更有特色。蜂情館，展示介紹蜜蜂生態，展售多項蜂蜜產品，香茅蜂蠟燭、蜂膠、花粉、蜂蜜醋、花粉湯圓。



交通資訊：

自行開車：

國道 3 號-官田系統交流道下-省道臺 84 線-玉井端交流道下-省道臺 20 線。

大眾運輸：

搭臺鐵至臺南站下-轉搭興南客運（往玉井）至玉井站下-轉搭興南客運（往甲仙）至十二鄰庄站下。

健康餐飲店參考：

一、左鎮

區別	店家名稱	地址	電話	類型
左鎮區	公館社區發展協會	台南市左鎮區岡林里	06-5730107	餐盒
左鎮區	鄉土味小吃	臺南市左鎮區中正里150之2號	06-5731608	餐盒
左鎮區	平埔族美食館	臺南市左鎮區中正里8號之7	06-5731400	餐廳

二、南化

區別	店家名稱	地址	電話	類型
南化區	小歇冰舖簡餐咖啡廳	台南市南化區北寮里49號	0965742291	餐廳
南化區	龍記餐館	臺南市南化區南化里174-2號	06-5773496	小吃店
南化區	蟹堡王	臺南市南化區南化里216號	06-5773059	早餐店
南化區	茶的哲學	臺南市南化區小崙里1號	06-5771137	飲料
南化區	呷看麥	臺南市南化區南化里250-26號	06-5771559	小吃店
南化區	胖媽媽阿枝自助餐	臺南市南化區南化里54-1號	06-5775089	小吃店