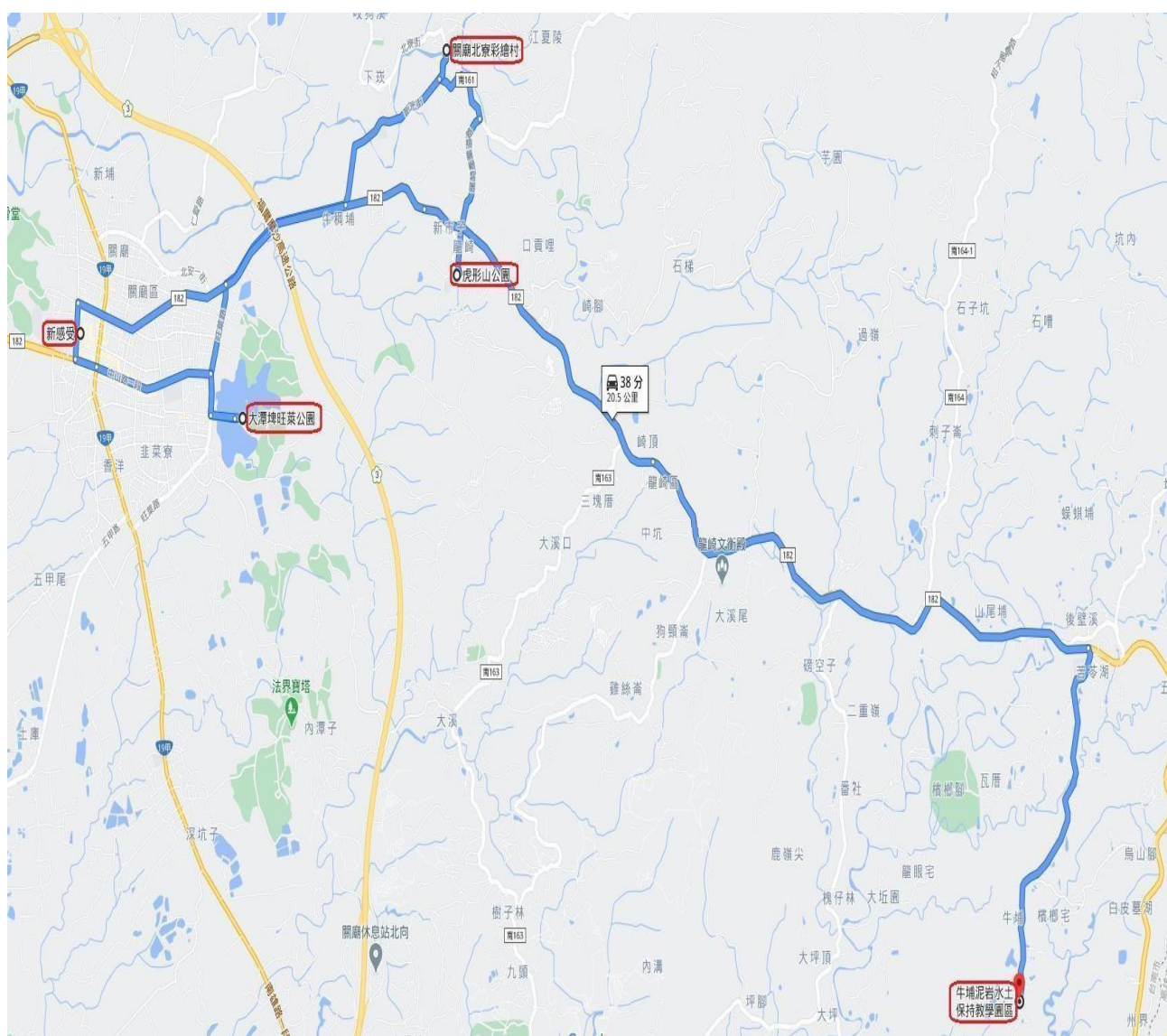


台南關廟龍崎健康一日遊

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**虎形山公園+健走步道**
- 特別安排：**大潭埤旺萊公園**，**新光彩繪村**，**虎形山公園**，**牛埔泥岩水土保持教學園區**(含牛埔夢幻湖、瞭望台)，**在地文化展示館**

行程地圖：



行程安排：

8:00 集合前往龍崎－9:00 無菸檳公園－虎形山公園+健走步道－10:00 新光彩繪村－11:00 大潭埤旺萊公園－12:00 新感受－14:00 牛埔泥岩水土保持教學園區(含龍崎夢幻湖、瞭望台)－16:30 在地文化展示館－18:00 回到集合點

無菸檳公園--虎形山公園：虎形山因其山勢有如猛虎雄踞一般，故有此威武名稱。公園海拔 113 公尺，遊客不多，可說是台南眾多後山中的秘密基地。公園內有山有水，位於人口稀少的龍崎區內，環境維持的相當良好，自然生態也非常豐富，常可發現許多野生動物。遊客常沿著環山步道健行一圈，經過美麗的望龍吊橋，在森林裡來場芬多精浴，也常見遊客帶著家人在靜謐優美的公園裡露營烤肉，有如一家人獨享天然的營區一般。夏日夜間是公園最受歡迎的時候，許多遊客帶著小孩在安全的園區內尋覓一閃一閃的螢火蟲，螢光就在身邊飛舞著，可說是一座台南後山的秘密生態教室。(22.964750106897885, 120.35983632380113)



交通資訊： 大眾運輸：

1. 台鐵：台南火車站→轉搭其他大眾運輸。
2. 公車：
 - a.台南火車站→台南車站轉乘客運→**9122 路往里港**的公車→**苦苓湖站**→步行約 6 分鐘
 - b.台南火車站→搭**紅幹線**→直達**龍崎站**→即達虎形公園
 - c.台南火車站→搭**紅 1 線**→至**關廟國中站**→轉搭**紅 11 線**→至**龍崎站**→即達虎形公園

自行開車：

1. 國道 3 號→關廟交流道→台 19 甲左轉→縣 182 左轉→龍崎國小→虎形山公園

新光彩繪村：關廟區的新光里原本只是平凡的老村落，400 公尺長的北寮老街，透過插畫家們的各類繪圖，一座座繽紛的牆面，讓人眼睛為之一亮，也為老農村帶來活潑的新氣氛。這裡的彩繪風格較偏寫實、鄉村感，細緻的風景繪圖、黑白水墨畫、寫實人物及動物插圖還有廟宇相關之八家將、廟會插圖及一般日常生活景象，與社區風格相互呼應，鮮艷的色澤增添了社區更多的趣味。



交通資訊：

1. 國道 3 號關廟交流道下，往關廟方向接台 19 甲線，南雄路二段(台 19 甲線)直行，左轉接成功路，叉路處左轉接 182 縣道(中正路)直行看到有指示往『新光代天府』，準備左轉接 169 鄉道(新光路)，直行就會看到往新光里彩繪村的指標了

大眾運輸：

1. 台南火車站搭紅 1 至關廟國中，轉搭紅 11 至代天府站，步行 6 分鐘即可抵達。

大潭埤旺萊公園：大潭埤位於松腳里，古名弼衣潭、白衣潭，明鄭時期即已開墾，為關廟最早開發之處。清領時期時大潭埤曾被列入台灣八景之一，其春耕時秀麗風光，更被美稱為『香洋春褥』。民國三十八年國民黨政府遷台，大潭埤被徵收設為軍人公墓，近年來在民眾爭取下遷走軍人公墓，於民國 88 年改建為旺萊公園，漸漸回復其清麗本色。公園前聳立石雕鳳梨，園內設置兒童遊戲區、休閒區與槌球運動區，周圍圍繞著大潭埤幽靜湖水，山光水色明媚動人。大潭埤旺萊公園入口意象建構完成，南潭環湖步道和北潭景觀步道及涼亭已施設完成，親水公園和兒童遊樂區、烤肉區、重新規劃排水，設施完善且南北潭各設施三座涼亭，植栽綠美化、燈光照明，使潭景更美麗。



交通資訊：

1. 國 3→下關廟交流道→左轉台 19 甲線→中山路左轉→右轉旺萊路→約 300 公尺左轉 - 大潭埤旺萊公園
2. 中山 高仁德交流道後→台 86 線東西快速道路往關廟方向→在歸仁交流道(182 線)出口下交流道接 182 中山路至路底→接旺萊路即至千佛寺前的大潭埤
3. 於關廟轉運站紅幹線下車後，步行至旺萊路後轉入並直行，約 10 分鐘可抵達（假日增開班次：紅 1-1「關廟轉運站-大潭埤公園」線）

新感受餐廳(午餐)：低碳飲食行動餐廳，有炒飯、鍋燒意麵、烏龍麵…等。低消 55 元。

牛埔泥岩水土保持教學園區(含在地文化展示館)：位於牛埔農塘內的牛埔泥岩水土保持教學園區，當初農委會水土保持局為了水土保持、也為了鄉村景觀的營造，在此以自然工法建築讓谷地集水，作為水土保持的示範區，沒想到卻一炮而紅，平靜的湖面與白堊土山陵的結合，每到黃昏就有很多攝影人前來取景，也有人來環湖步道散步，園區整圈慢慢繞完，大約 2 個小時。天氣好的時候，不管怎麼拍，幾乎都可以拍到湖面的倒影，春天花開季節到訪的話，在園區步道旁隨意都可以捕捉花叢與平靜水面的倒影畫面，如果體力許可，建議走到步道頂端，是眺望整個區域的最佳地點。牛埔泥岩水土保持教學園區，設了六個解說教育點，分別訂定「飲水思源」、「綻放綠洲」、「古色古香」、「生生不息」、「水中樓台」及「湖光山色」等主題，透過解說員的介紹，讓民眾瞭解水土保持局歷年來在本區域實施生態工法治理成果，並對當地生物資源、人文及自然景觀進行導覽。

預約導覽(須先申請園區導覽) 專線：(06)2684367

龍崎夢幻湖：可說是荒野中的綠洲，從草木不生的裸露惡地，經過自然生態復育發展，成為湖光山色的秘境景點。龍崎夢幻湖的正式名稱為「牛埔泥岩水土保持教學園區」，主要作為水土保持示範的園區，因為月世界險惡的地形，加上灰綠的湖水，在遊客口耳相傳之下就多了「夢幻湖」的美稱。月世界地形從阿里山山脈以南遍及台南左鎮 308 高地、龍崎、高雄內門及田寮區，最經典、也最著名的代表莫過於高雄田寮的月世界。

在地文化展示館：預約導覽(須先申請園區導覽) 專線：0910-811410 林仙化先生

交通資訊

a. 自行開車：

1. 經由國道三號至「關廟交流道」下→左轉台 19 甲號省道文衡路→接南雄路二段→左轉經 182 號縣道直行→由關廟往龍崎、內門、旗山方向行徑→約 25.6 公里龍湖宮斜對面進入牛埔泥岩水土保持教學園區。約行 2 公里即可到達。

b. 公車或客運車路線

1. 台南火車站→搭紅幹線→直達龍崎站→轉搭紅 11 線→至牛埔農塘站→步行 5 分鐘即可抵達



健康餐飲店參考：

一、關廟

區別	店家名稱	地址	電話	類型
關廟區	味粥道	臺南市關廟區南雄路二段120號	5959182	小吃店
關廟區	香香養生飲	臺南市關廟區中央路252巷3號(關廟市場機車停車場旁)	0929554199	飲料
關廟區	四妹雞腿飯	台南市關廟區布袋里南雄南路135號	06-5551279	餐盒
關廟區	百事桔	臺南市關廟區中央路251號	06-5960229	早餐店
關廟區	關福自助餐	臺南市關廟區香洋里南雄路一段1128號	06-5955997	餐盒
關廟區	小南排骨便當(關廟店)	臺南市關廟區中山路一段638號	06-5953059	餐盒
關廟區	悟饕池上飯包(關廟店)	臺南市關廟區中山路一段353號	06-5950175	餐盒
關廟區	彌音生鮮麵	臺南市關廟區中正路1032號	06-5961077	餐盒
關廟區	新感受	臺南市關廟區武聖路25號	06-5962776	餐廳
關廟區	皇阿瑪御用茶飲	臺南市關廟區中山路二段27號	06-5959115	飲料

二、龍崎

	店家名稱↵	地址↵	電話↵	類型↵
龍崎區↵	豐禾香雞庭園↵	臺南市龍崎區牛埔里五間 7 號↵	06-5947308↵	餐廳↵
龍崎區↵	宏龍土雞城↵	臺南市龍崎區龍船里龍船窩 2 號↵	06-5947212↵	餐廳↵
龍崎區↵	7-11 龍崎門市↵	臺南市龍崎區崎頂里新市子 202 號↵	06-5941868↵	便利商店↵
龍崎區↵	167 咖啡海銀花園↵	臺南市龍崎區牛埔里牛埔 26-3 號↵	0928-303292↵	飲料↵
龍崎區↵	7-11 關北站門市↵	臺南市龍崎區楠坑里楠坑 12 之 1 號↵	06-5551262↵	便利商店↵
龍崎區↵	7-11 關南站門市↵	臺南市龍崎區楠坑里楠坑 12 之 1 號↵	06-5552363↵	便利商店↵
龍崎區↵	農業精品館↵	臺南市龍崎區楠坑里楠坑 12 之 1 號↵	06-5552237↵	伴手禮↵
龍崎區↵	穎可達咖啡↵	臺南市龍崎區楠坑里楠坑 12 之 1 號↵	06-5961718↵	餐廳↵
龍崎區↵	深緣烘培↵	臺南市龍崎區楠坑里楠坑 12 之 1 號↵	06-5552237↵	餐廳↵
龍崎區↵	深緣飯店↵	臺南市龍崎區楠坑里楠坑 12 之 1 號↵	06-5552573↵	餐廳↵
龍崎區↵	采竹咖哩↵	臺南市龍崎區楠坑里楠坑 12 之 1 號↵	06-5552573↵	餐廳↵
龍崎區↵	怕其林麵店↵	臺南市龍崎區楠坑里楠坑 12 之 1 號↵	06-5552573↵	餐廳↵
龍崎區↵	五花馬水餃館↵	臺南市龍崎區楠坑里楠坑 12 之 1 號↵	06-5552573↵	餐廳↵
龍崎區↵	龍崎區農會田媽媽采竹食堂↵	臺南市龍崎區崎頂里 7 鄰新市子 223 號↵	06-5941114↵	小吃店↵
龍崎區↵	阿月窯烤地瓜↵	台南市龍崎區龍船里水堀坪 8 號↵	987121932↵	伴手禮↵
龍崎區↵	永興農場↵	台南市龍崎區崎頂里過嶺 4 號↵	968595435↵	伴手禮↵