

漸層顏色分明的壯闊太平洋

美麗台東與我有約



宛若美麗地毯的花海

文·圖／醫療品質部 Janny

雖然學生時代曾到台東旅遊，但事隔多年，早已忘記造訪過哪些景點，因此趁著好友Mida還在台東任職，去年及今年都安排了台東4天3夜之旅（扣除交通時間，真正只玩了兩天），好好體驗一下搭南迴火車，左邊是山、右側是海的觀景之美。

從台中到台東的路途遙遠，為避免無聊，因此選擇先搭公路局巴士到高雄，再轉乘火車。搭南迴線火車往台東方向前進，沿途風光很漂亮，可欣賞台灣海峽、中央山脈及太平洋，不過，記得要想辦法買到車廂右側的座位，不然是看不到美麗海岸的。

看著窗外的美景，心情頓時輕鬆起來，所有煩惱盡拋腦外。從屏東枋寮開始，映入眼簾的是台灣海峽，穿越一連串的隧道之後，到了台東大武站，漸層顏色分明的壯闊太平洋便在眼前展開。

兩次拜訪台東的時間相同，第一次的旅遊景點主要以台9線為主，亦即花東縱谷；第二次則選擇了台11線，沿路觀賞海岸線各景點。

台9線（縱谷線）

● **花東縱谷的花海**：在地方政府鼓勵下，後山農民在休耕的土地種植花卉，因此初春的花東縱谷花卉成為另一觀光景點，數十公頃的花海，儼然是天然的大畫布（花布）。連續兩年造訪了花蓮富里、台東池上、關山3地的花卉（這只是花東花海的一部分而已），兩次的規劃大同小異，個人覺得以富里的花卉最美，尤其今年栽種面積擴大，整片花海宛若五彩繽紛的地毯，並且花田緊鄰綠油油的稻田，搭配遠山、藍天、白雲，令人心曠神怡。



關山環鎮自行車道，在這裡騎車真是享受



站上鹿野高台的飛行傘起跳台，風光盡收眼底

- **池上的大波池**：這是台東縣昔日最大的湖泊，可賞鳥和觀察生態，但近幾年因天然淤塞加上人工開發，湖泊面積急劇縮減，已成為大型湖沼濕地。
- **關山的親水公園**：來關山一定要到親水公園，公園內設有人工湖泊、人工河道和地面噴泉，另一重點是環鎮自行車道，全長12公里。騎著腳踏車，迎著徐徐微風，欣賞寬廣的稻田、清澈的河流與田園美景...
- **鹿野高台**：站在飛行傘起跳台眺望遠方，廣大的河谷、農田盡收眼底，不過此時想像自己背著飛行傘奮力往前跳的情景，恐懼感瞬間湧上心頭，不由腿軟的倒退了幾步。在鹿野高台附近還有一片超大的草坪，遊客可享受滑草的樂趣。
- **初鹿牧場**：牧場內設有露營烤肉區、森林浴步道區等。來到這裡一定要品嚐牧場自製的鮮奶產品，真的是濃、純、香。

台11線（海線）

從台9線要橫跨海岸山脈到海線，可選擇的路線不多，玉長公路（玉里—長濱）是

其中之一。沿著彎曲的山路前進，若看到遠方有海平面出現，代表著即將連接台11線。台11線道路的另一側就是太平洋，海天一色，開車時可以大飽眼福。

- **三仙台**：島上有3塊巨大的岩石，傳說八仙中的呂洞賓、李鐵拐、何仙姑曾登臨此島，三仙台因而得名。銜接三仙台和本島的八拱跨海步橋，波浪造型已經成為東部海岸的著名地標。
- **東河橋風景區**：在東河橋上，東邊是一望無際的太平洋，西邊有清澈的河川及綠意盎然的山脈，處於河海的交界處，不妨靜下心來欣賞兩邊不同的景色，很美、真的很美！
- **水往上流的奇觀**：因為路旁的景物傾斜度大於路面，造成彷彿水由低處往高處流的錯覺，以致聲名大噪，不然從照片上看來只是一條不起眼的灌溉溝渠罷了
- **東河包子**：遊客來到東河鄉的必吃美食，有數種口味可以選擇，銷售量最大的是竹筍肉包。這時，停下腳步，吃個肉包，填飽肚子再出發吧！
- **台東森林公園**：有黑森林之稱，是運動休



三仙台—八拱跨海步橋



水往上流—灌溉溝渠

閒的最佳場所。真想不到台東市區竟然有這麼大的公園，因面積廣大，建議租一輛腳踏車騎著遊園，並順道拜訪緊鄰的海濱公園。黑森林中有活水湖、鴛鴦湖、琵琶湖。活水湖是龍舟競賽、全國鐵人3項等大型活動的場地。琵琶湖的湖水清澈見底，可清楚看見魚群穿梭於水草間，只可惜我去的時候，雨季未到，湖水水位較低，不然一定更加漂亮。

- **海濱公園**：顧名思義，這座公園緊鄰台東市區海濱，原本是垃圾掩埋場和濫葬公墓，經規劃後成為台東市觀海的好去處。造型獨特的創作雕塑公共藝術品錯落有致，寶桑亭則是登高望遠觀海的首選地點。📍

備註：台東著名的風景區還有很多，以上僅將個人經驗與大家分享，或許可以作為安排假日旅遊的參考。



琵琶湖的湖水清澈見底



玉山之巔

攝影／許聰偉 文／陳于媳

在玉山之巔
奮力一躍
我便拔地而起
成為全台灣最高的人

瞬間的狂喜
給生命留下光榮的印記
瞬間的墜落
也讓我明白
所謂最高
不過是一種難以掌握的虛無

都說人啊！征服了玉山
其實是玉山征服了世人

在玉山之巔
我們學會了謙卑

（影中人為本院工務室助理工程師黃長利，他率登山社同仁攀登玉山，攻頂成功時留下這個珍貴的鏡頭。）