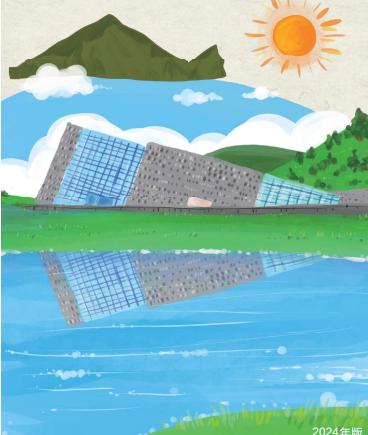


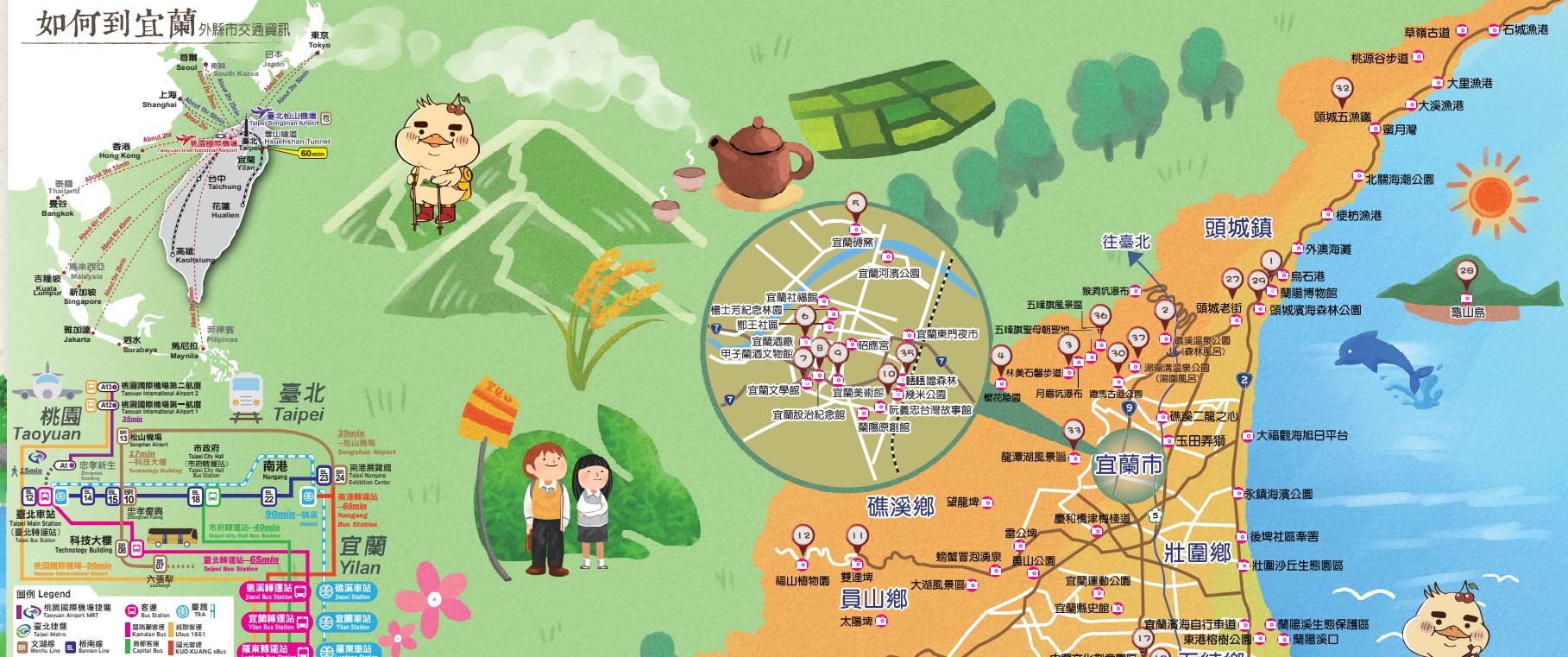
如何到宜蘭

玩味宜蘭

Adventures and Fun in Yilan



2024年版



節慶活動

- | | |
|---|------------------|
| 春 | 一月 歡慶宜蘭年 |
| | 二月 利澤簡走尪 |
| | 三月 綠色博覽會 |
| 夏 | 四月 客家桐花祭、賞蟹 |
| | 五月 二龍競渡 |
| | 六月 臺灣自行車節 |
| 秋 | 七月 宜蘭國際童玩藝術節 |
| | 八月 宜蘭情人節 |
| | 九月 頭城搶孤、觀星、媽祖文化節 |
| 冬 | 十月 南方澳鮪魚節 |
| | 十一月 二結王公過火 |
| | 十二月 冬戀蘭陽溫泉季 |

如何遊宜蘭



地表上最歡樂的渡假飯店

蘭城晶英酒店

#CARSTEL

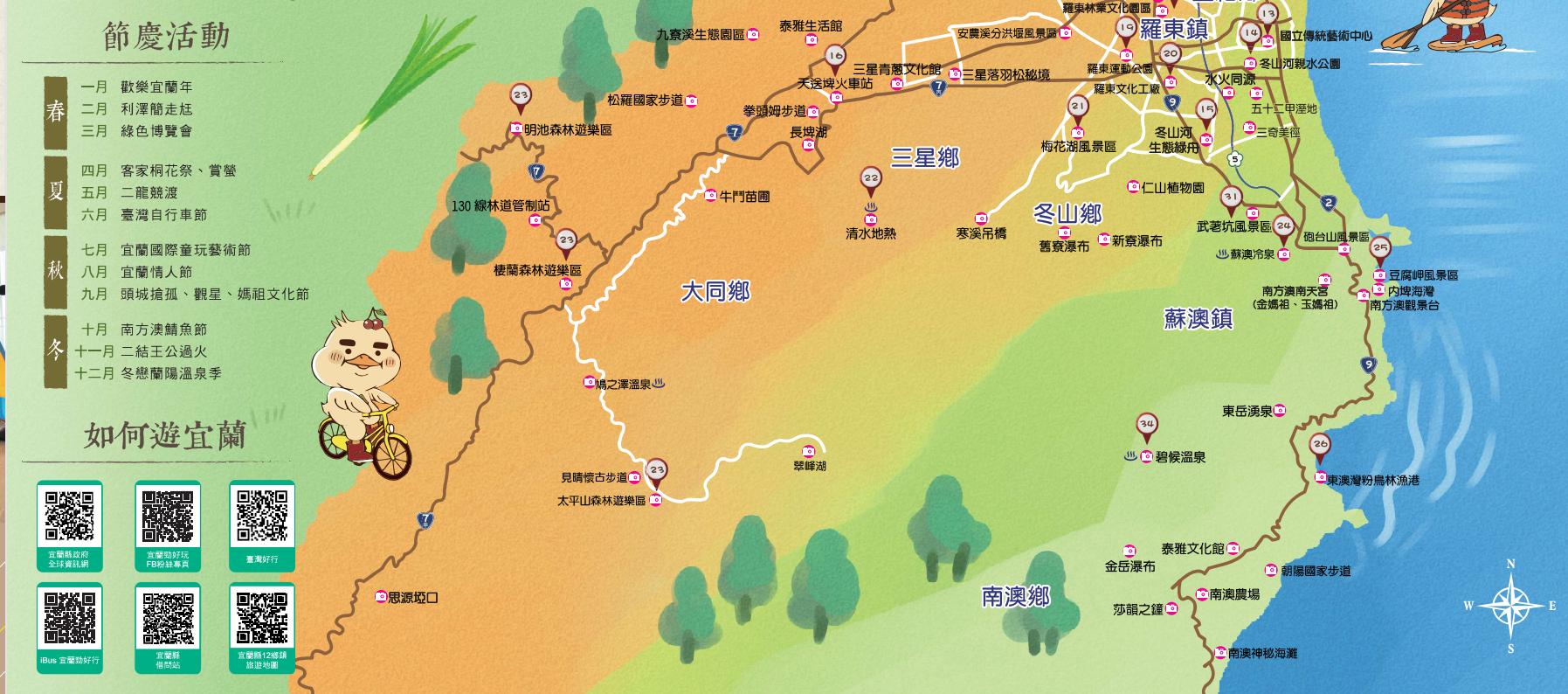


官方網站

地表上最歡樂的渡假飯店

蘭城晶英酒店

#CARSTEL



親水攬翠 FUN鬆慢遊



溫泉、海洋、森林、湖泊、溪澗，構築了宜蘭如行駛般的大自然，
你我皆是詩畫裡的主角，慢慢行旅。

福山植物園

臺灣生態的寶庫，四季景緻各有風情。
除了可欣賞原生植物之美，還能看到山羌、野豬、戴嵩...等野生動物。

電話(03)922-8900(總)

地址員山鄉內村草津路1號

12



梅花湖風景區

自行車騎踏步道間，電動小船漫游湖，全國遺憾廟矗立於山腰間，是尋芳訪幽的世外桃源。

電話(03)961-5576

地址冬山鄉德安大坪路1號

21

東澳粉鳥林

位於烏石鼻的僻靜漁港，海水湛藍，是觀賞日出的好地方。地形多有崎嶇奇岩怪石，是攝影人士朝聖的秘境海域，由於魚產豐富更是釣友們的磯釣天堂。

地址南澳鄉蘇花公路三段10公里處

26



雙連埤

群山環抱的盆地，雨後空氣清新、山巒繚繞，宛如人間仙境。湖泊中間兩座天然浮島，蘊藏許多水生植物，更是過冬候鳥的理想息處。

地址烏山鄉清湖村

11

龜山島

豐富原始的自然生態資源，為海上生態公園。每年三月到十一月，附近海域出現鯨豚多達十幾種，尤以飛旋海豚、瓶鼻海豚、小虎鯨和儒鯨經常會躍出海面，甚至和往來漁船玩捉迷藏。

電話(03)973-0127

(東北角宜蘭國家風景區管理處大堂)

地址宜蘭縣頭城鎮清水里東北角1號

22



清水地熱

縣府活用天然地熱資源，規劃地熱煮食及泡腳設施，提供遊客來此野餐，簡便泡腳腳，更能體驗與自然融合的男女湯，值得一試。

電話(03)989-4500

地址大同鄉三星路8巷501巷15號

2

林美石磐步道

兩旁林木與溪流飛瀑相伴，生態豐富，具海拔亞熱帶溪谷景色。路程約一小時的環狀步道沿著水圳修建，寬敞平緩，更可從上往下看石磐瀑布。

電話(03)954-5114

羅東林管處風景工作站

地址深澳鄉林美路

3



冬山河親水公園

邀遊客親近水，擁有多項水上巴士、自行車道結合冬山河畔的美麗景緻，是西式划船、童玩競賽等大型活動的場地。

電話(03)950-2097

地址五結鄉橫河二路2號

23

武荖坑風景區

本區並規劃有露營場、炊事亭、設備相當完善。每年初春時分，宜蘭縣政府在此舉辦極具特色的綠色博覽會，自然環保概念的主題館吸引無數遊客前來體驗大自然的奧秘。

電話(03)996-2852

地址宜蘭縣蘇澳鎮武荖坑路75號

31



龍潭湖風景區

龍潭湖是宜蘭五大名湖中面積最大的湖泊，保留原始自然的樸實風貌。湖面如明鏡倒映，泛漾青山倒影，盡顯宜人、環湖道路漫步或慢跑，看做遊龍出水亦無不可。

電話(03)926-0141

地址宜蘭縣礁溪鄉龍潭村湖路1號

33

碧海溫泉

位於南澳鄉的泰雅族部落，坐擁山明水秀的景觀，早期的碧海溫泉是屬於野溪溫泉，由原民補助財政、鄉公所經費興建而成，完工後分成露天大眾裸湯池、家庭秘湯池、露天SPA池、戶外泡腳池，總計有4區，是全台三大秘湯的示範區之一。

電話(03)998-1577

地址宜蘭縣南澳鄉金昌路200號

34

蘇澳冷泉

規劃有露天大眾池與個人浴池。水質清涼，富含碳酸根離子，納離子，是臺灣唯一氣泡式碳酸氫鈣冷泉，終年恆溫二十二度C。

24



29

跑馬古道公園

規劃有露天大眾池與個人浴池。水質清涼，富含碳酸根離子，納離子，是臺灣唯一氣泡式碳酸氫鈣冷泉，終年恆溫二十二度C。

24

地址蘇澳鎮金光路2號

35

羅東運動公園

以綠、水、健康為三大主題，結合運動與休憩，在地設、水景、植被及相關運動設施進行完整規劃，運動同時還可領略自然之美。

電話(03)961-4126

地址宜蘭縣頭城鎮正路400號

19



21

福山植物園

臺灣生態的寶庫，四季景緻各有風情。除了可欣賞原生植物之美，還能看到山羌、野豬、戴嵩...等野生動物。

電話(03)922-8900(總)

地址員山鄉內村草津路1號

12



30

五峰旗瀑布

園區內能夠欣賞龜山島海景、復古的八角牌亭更是攝影者的最愛，站在瞭望亭往下看視野一望無際又遼闊，讓人身心舒暢。另外園區內開放露地休憩與露營活動，非常适合假日親子休閒，約會郊遊的好去處。

電話(03)987-0838

地址宜蘭縣頭城鎮五峰路181巷8號

36

在地風情知性藝遊

宜蘭在農、工、商、文化等發展出獨特色彩，並落實生活，保留傳統，持續創新，完美展現出新的面貌與格調。

蘭陽博物館

以臺灣北關海或常見的「單面山」作為建築概念，運用宜蘭的歷史、地形及生物物种等特點，規劃了「山之屋」、「平原屋」、「海之屋」三個常設展區，傳達蘭陽平原山海交融的特色與宜蘭歷史價值。

電話(03)959-1314

地址冬山鄉冬山路二段172號

11



15

冬山河生態綠帶

一處結合友善生活、綠色旅遊及環境教育的園區，園區內大片原生植被，是候鳥的絕佳棲息地。岸旁有自行車道，是遊騎車、漫步的好地方。

電話(03)959-1314

地址冬山鄉冬山路二段172號

19

礁溪溫泉公園

礁溪擁有全台最大地平地溫泉區，溫泉公園除保留原生自然生態環境，還有和風設計的溫泉屋及戶外足湯區，提供民眾全年都能享受溫泉浴的樂趣。

電話(03)989-2998/(03)987-2403(溫泉屋)

地址礁溪溫泉公園16號

2

礁溪溫泉公園

礁溪擁有全台最大地平地溫泉區，溫泉公園除保留原生自然生態環境，還有和風設計的溫泉屋及戶外足湯區，提供民眾全年都能享受溫泉浴的樂趣。

電話(03)989-2998/(03)987-2403(溫泉屋)

地址礁溪溫泉公園16號

1

蘭陽觀光鐵道

礁溪擁有全台最大地平地溫泉區，溫泉公園除保留原生自然生態環境，還有和風設計的溫泉屋及戶外足湯區，提供民眾全年都能享受溫泉浴的樂趣。

電話(03)989-2998/(03)987-2403(溫泉屋)

地址礁溪溫泉公園16號

13

宜蘭美術館

該美術館為臺灣銀行，主樓為日本式建築風格，均衡對稱，內部挑高空間因爲展示藝術品及畫作場地十分契合，銀老建築蛻變美學空間，讓老房子有了新生命。

電話(03)936-9116

地址宜蘭市中山路三段1號

9

羅東林業文化園區

保留當年載運木材的火車頭及乘務車廂；原木工人宿舍原貌整修為藝術展示空間，散發濃濃日式風情，可以完整一探太平山林業發展點滴。

電話(03)954-4247(解說服務)

地址羅東鎮中正路118號

18

中興文創園區

除了漫步欣賞實在的紙廠遺構，園區內也設有供育才、產業扶植、藝術共創主力、民眾歡樂、也從「心」體會藝術與藝術的自信與精神。

電話(03)669-9440

地址五結鄉中正二段8號

13

國立傳統藝術中心

除戲劇場、曲藝場、老街景致，還增設迷宮、象棋隧道等設施，是親子旅遊的最佳選擇。在這裡可以看到本土藝術家與傳統技藝的碰撞，更能體會臺灣藝術的傳承與薪傳。

電話(02)02-020-0111(傳媒/蘭陽園)

地址五結鄉新竹路一段98號

17

五结森林

由黃善義建築師所設計，打造出宜蘭舊名「九芎城」的獨特意象，結合以知名繪本大師幾米的繪圖創作爲意象的景觀藝術，傳統與現代的接軌，象徵五結的幾米天空列車和一旁復古的百果樹紅磚屋，展現濃厚的藝文氣息。

電話(03)961-2102

地址五結鄉英士村明月山莊1號

35

羅東五漁鐵

強調多功能藝文空間為主，具前衛風格，是許多在地藝術工作者作品的展示場。結合了運動、生態與休憩機能，使各相關設施與地景完全融合，完美詮釋羅東在地風情。

電話(03)987-4882

地址羅東鎮精華路一段96號

20

湯圓溫泉公園

自然湧出的泉水溫暖清潔、熱氣蒸騰，精心設計的水岸空間與觀景涼亭，以及充滿禪意的檜木風呂與半身戶外泡腳池，也設有男女公共浴池，另外也可欣賞頭頸藝人的表演以及享受溫泉魚SPA，享受湯圓夜間活動的新據點。

地址宜蘭縣礁溪鄉

32

南方澳漁港

擁有「鯨魚之鄉」美名的南方澳，觀景臺可網羅內海拖網、南方澳漁港、豆腐岬、蘇澳港等山水風貌，日夜景色各有巧妙；而信仰中心南天宮，有一座以兩百多公斤純金打造的「金身祖師」，莊嚴華麗，永遠守護、保佑著居民。

電話(03)996-8511

地址南方澳漁港管理站

4

觀光工廠

宜蘭除了好山好水，更是臺灣許多傳統工藝發源地，時代更迭，這些深具工業文化的老產業已經轉型，將原本的厂房加入觀光元素，發展出別樣特色與創意，是旅子旅遊首選。

電話(03)990-5989

地址宜蘭縣觀光工廠發展協會

25

休閒農場

休閒農場是宜蘭的熱門旅遊主題，許多休閒農場利用在地的田園景觀、自然生態與環境資源，結合森林、林下、牧、養生產、農業經營活動、文化及農家生活，提供遊客休閒與農地的農場體驗。

電話(03)952-1911(宜蘭縣休閒農場發展協會)

37

碧海溫泉

位於南澳鄉的泰雅族部落，坐擁山明水秀的景觀，早期的碧海溫泉是屬於野溪溫泉，由原民補助財政、鄉公所經費興建而成，完工後分成露天大眾裸湯池、家庭秘湯池、露天SPA池、戶外泡腳池，總計有4區，是全台三大秘湯的示範區之一。

電話(03)926-0141

地址宜蘭縣礁溪鄉碧海溫泉村湖路1號

34

龍潭湖風景區

龍潭湖是宜蘭五大名湖中面積最大的湖泊，保留原始自然的樸實風貌。湖面如明鏡倒映，泛漾青山倒影，盡顯宜人、環湖道路漫步或慢跑，看做遊龍出水亦無不可。

電話(03)926-0141

地址宜蘭縣礁溪鄉金昌路75號

33

湯圓溫泉公園

自然湧出的泉水溫暖清潔、熱氣蒸騰，精心設計的水岸空間與觀景涼亭，以及充滿禪意的檜木風呂與半身戶外泡腳池，也設有男女公共浴池，另外也可欣賞頭頸藝人的表演以及享受溫泉魚SPA，享受湯圓夜間活動的新據點。

地址宜蘭縣礁溪鄉

37

碧海溫泉

位於南澳鄉的泰雅族部落，坐擁山明水秀的景觀，早期的碧海溫泉是屬於野溪溫泉，由原民補助財政、鄉公所經費興建而成，完工後分成露天大眾裸湯池、家庭秘湯池、露天SPA池、戶外泡腳池，總計有4區，是全台三大秘湯的示範區之一。

電話(03)926-0141

地址宜蘭縣礁溪鄉碧海溫泉村湖路1號

34

五峰旗瀑布

五峰旗瀑布位在宜蘭縣礁溪鄉，山頂上每雲霧繚繞，山泉水不斷自山上衝下而，形成多級瀑布，在中層瀑布有觀瀑亭，可眺望翠綠的山巒及欣賞到壁上穿出的瀑布有蘭陽八景中的「西峰爽氣」。

電話(03)988-0940

地址宜蘭縣頭城鎮五峰路181巷8號

36

訪古尋幽世代風華

透過音樂、燈光的設計，將投影內容以及礁溪在地的聲音、生態融入環境，讓空間與整個淡蘭古道一起連結在這。

電話(03)988-0940

地址宜蘭縣頭城鎮淡蘭古道1號

36

設治紀念館

使用大平山的檜木，融合日本與西洋建築設計，是宜蘭歷任縣長的官邸；現在則是宜蘭縣政府兩百年縣史與文物館、宜蘭市立美術館、那蘭窩的庭院綠園，和日式的枯木造景，是適合旅人慢行與體會老建築風情的好地方。

電話(03)932-6664

地址宜蘭市貴婦南路2巷3號

8

宜蘭碑塲

在宜蘭橋附近的河岸旁，隱身著一座百年的紅磚厝—宜蘭碑塲。因為形狀像目標，又被稱爲「目仔厝」，而高達三十七公尺、底座直徑二點五公尺的巨大磚圓盤入天際，更是記錄產業當年繁華與歷經滄桑歷史軌跡的見證。

地址宜蘭市津浦路75巷

5

頭城老街

經過斑駁紅磚拱門，幾棟老商號左右錯落，曾都是「一方商賈」，其中擁有洋宅邸的斜頂瓦屋，圓拱窗簾窗檻，是老街古物，仍可感受当年熙熙攘攘的榮景。

地址頭城鎮中正路

27

牛舌餅

由麵粉、砂糖、蜂蜜、雞蛋、臘腸、臘肉、香腸等材料醃製，最後用牙籤串起，並撒上薄芡的瘦肉片，再用熱油炸熟，外皮金黃酥脆，內裡軟嫩多汁，咬開細緻，酸甜可口，是宜蘭人最愛的伴手禮。

地址宜蘭市中正路2巷1號

10

蘭陽食尚美味勁鮮

蘭陽平原水產豐富，結合在地農產，道地美食不勝枚舉，推薦十項名聞遐邇的平民美食。