

遊 Tainan

悠活臺南旅遊別冊 NO.15

大臺南健行筆記 親水散步篇



contents

01 大臺南健行筆記 親水散步篇

官田區 烏山頭水庫

02 走讀臺南水利開拓史

06 赤山步道+鎮南宮後山步道

09 順遊 赤山龍湖巖、臺南藝術大學、大崎里

楠西區 曾文水庫

10 壯闊秀麗 悠遊全臺第一大水庫

14 好漢坡健行步道、環湖步道

15 周邊美食

後壁、白河區 小南海自然生態公園

16 碧波蕩漾 白鷺之鄉

19 順遊林初埤、白河美食

官田區 葫蘆埤生態休閒公園

20 菱葉何田田 漫步葫蘆埤賞紅菱

22 順遊臺南市水雉生態園區

23 順遊水菱農場

發行資訊

發行人／賴清德
出版機關／臺南市政府
出版單位／臺南市政府新聞及國際關係處
地址／70801臺南市安平區永華路二段6號（永華市政中心）
電話／（06）299-1111
總編輯／吳堂成
編輯總監／楊蟬華、吳蕙芬、沈宜萱
主編／陳秀琍
設計／陳志明
文編／朱怡婷、姚嵐齡
攝影／陳秀琍、朱怡婷、姚嵐齡
印製／飛鴻文化股份有限公司
地址／臺南市仁德區太子五街22巷6號
電話／（06）272-6988
編輯部信箱／fijitainan@gmail.com
（本刊圖文非經同意請勿任意轉用）

大臺南健行筆記 親水散步篇



臺南水庫不少，為人工興築，
為了灌溉嘉南平原的作物與人；
臺南埤塘無數，多為地形變遷滄海自然淤成，
有的也為了用於灌溉，而被加固堤防。
不論水庫還是埤塘，早先皆被賦予重大功用，
漸漸地卻成為覽勝好景點，
只為有水有樹，即成風光。
臺南冬陽暖暖，溫度剛好，
很適合出外晒一晒；
水塘湖邊步道緩緩，長度剛好，
很適合繞一圈走走，
晒出一身的暖意與心頭的溫馨，
走出歲歲年年的健康與美好。





官田區

烏山頭水庫



走讀臺南水利開拓史

歷經十年工程，於1930年完工的烏山頭水庫，到了今日，不只滋潤了嘉南平原，也成為觀光覽勝的好去處，從壩頂望去，水庫依偎著烏山，碎落一湖面的小島彎曲隱入集水河道，給人一種柔美的風情。喜歡健行的民眾可將車子停在入口處停車場，由右邊緩坡一路散步上水庫頂端，然後沿著水庫欣賞湖光山色，最後再從另一邊回到停車場。散步烏山頭水庫最大的特色在於人文風景及水利設施，處處可讀出1920—1930年的那段歷史，八田與一如何以水利工程創造出嘉南平原的豐美。若時間有餘裕，可到八田與一紀念園區、南藝大。若走得不夠過癮，鄰近的鎮南宮後山步道、工研院南分院都還有步道與美景可追加。

【烏山頭水庫旅遊資訊】

開放時間：3月至10月 6：00~18：00。
11月至2月 6：30~17：30。



舊送水口、八田技師紀念室

1930年完工的舊送水口，在1997年新送水設施完成後，退居輔助用水調節的功能，運氣好的話可見送水口送水飛瀑。舊送水口的上方為八田技師紀念室，展示當年建設水庫的設計圖、珍貴照片，以及八田技師的生平事蹟。



香樹大道

香樹大道位在大壩下方，主角是一排陪伴水庫八十幾個年頭的南洋櫻，盛夏枝繁葉茂，綠意盎然；初春三月則最美，盛開如煙似霧，待到花季末了暖風揚起陣陣櫻花雪，粉白夢幻。



大壩

大壩是攔截曾文溪之支流官田溪，利用上游分歧的自然低窪谷地，匯成珊瑚狀水庫，為目前世界僅存之半水力沖淤式土石壩結構，站在壩頂上可見天光山色倒映水中，遠眺烏山層巒疊翠，使人心情開闊。



火車頭

當年為因應烏山頭水庫工程需重型機具、大量土石等各式材料，便開拓了一條從番子田到烏山頭長達十公里的窄軌鐵道來運輸，當時共有7個比利時製造出廠的蒸汽式火車頭，現今僅存一個火車頭供遊客參觀，也為當年浩大工程作見證。



八田與一銅像及墓地

從火車頭展示處再繼續走，草地上有一座席地沉思的全身人像，眼光遙望珊瑚潭的山丘，這是八田與一紀念銅像，1931年由日本雕刻家所雕塑，太平洋戰爭時惟恐遭送至煉製場製成軍用品，一度被人偷偷藏起來，直到1981年才重新立於烏山頭水庫。後方為八田夫婦長眠烏山頭之墓。

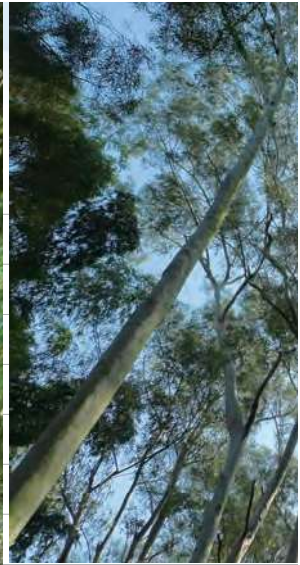
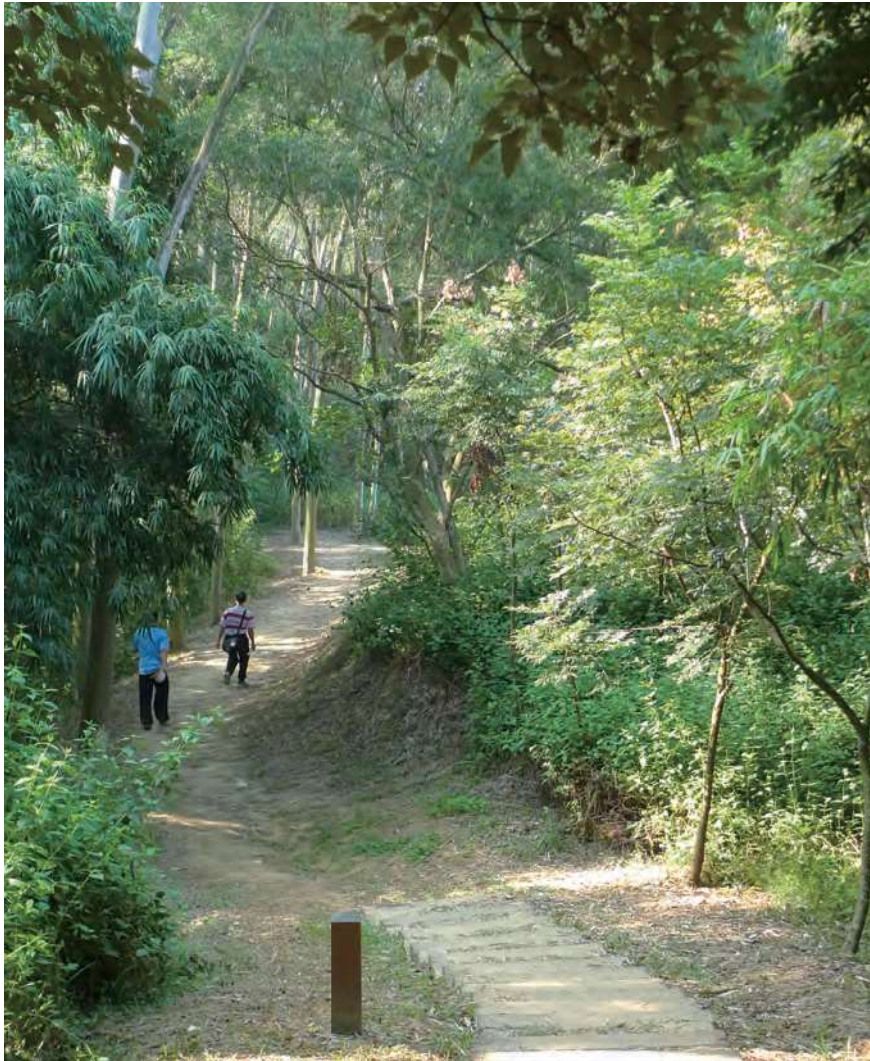


八田與一紀念園區

八田技師興建烏山頭水庫及嘉南大圳，造就嘉南平原成為臺灣最大的米倉，這是一個耗時的大工程，為了讓施工團隊無後顧之憂，八田與一規劃完整的工地宿舍，設醫院、學校、福利社、娛樂所等，讓家人可以與員工同住，在此地安居樂業，無後顧之憂，八田與一本人亦在此時結婚生子。當時的工程聚落如今尚存四棟日式建築，成為八田與一紀念園區，展設日

本人生活起居家具用品，重現當年宿舍生活景況。（開放時間9：00~17：30，週一休館）





往工研院南分院

赤山步道+鎮南宮後山步道

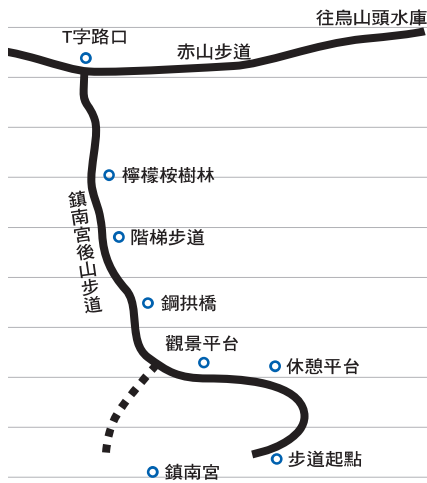
從烏山頭露營區旁有一條步道，可通往鎮南宮，路徑平緩，是十分好走的散步道，雖然此路未有親水風光，沿途林相卻十分豐富，黃槐樹、相思樹、光臘樹、鐵刀木及檸檬桉樹等，走來十分舒適。2400m處有岔路，可通往工研院南分院，路程約1500m。不少民眾會將車停鎮南宮由此出發，走到水庫折返後，於岔路改往工研院南院，再走回鎮南宮。





檸檬桉樹林

鎮南宮後山步道有一片檸檬桉樹林，怎麼辦認呢？當你穿過蓊鬱的相思林，眼前明亮開闊，看到又直又白高聳入天的樹幹就是啦！檸檬桉因生長快速，使得成樹樹皮脫落，摸起來很光滑，有人稱「猴難爬」。步道上的檸檬桉高聳伸向天際，葉型細長疏而不密，步道滿是篩落陽光的光影，明亮而不悶熱，走起來很舒服，又因為檸檬桉的葉子富含許多油點，散發一股檸檬味，漫步其中可以若有似無的嗅到一陣淡淡的香氣。



後山步道觀景平台



鎮南宮

地址：臺南市六甲區工研路2號

又稱仙公廟，主祀呂仙祖（呂洞賓）。鎮南宮步口奉有呂仙祖石雕，姿態橫臥，供民眾參拜祈福，為其特色之一。鎮南宮的剪黏亦十分值得一看，風格樸實而生動，栩栩如生；正立面門額處交趾陶亦是靈活靈現，色彩帶古風；門神也有來歷，是由府城名畫師王妙舜所畫。





工研院南分院

工研院南分院於2005年10月14日開幕運作，創新研發的方向以智慧機電模組、積層製造設備與綠能生態系統三大領域為主。其地理位置與烏山頭水庫相隔一座山頭，有步道連結赤山步道，通往鎮南宮和烏山頭水庫。南分院園區呼應綠能生態，依傍山邊緣樹成林道，環湖一圈，夏可賞荷，秋賞布袋蓮；還有大片草地可供民眾帶著孩子來進行戶外活動，累了在此野餐休憩也很愜意。



美食

六甲小吃

烏山頭水庫這一帶屬風景區，要找美食餵肚子得到附近六甲市區，六甲市場豆菜麵、炸火肉、肉圓很具六甲在地風味；媽祖廟前麵茶湯圓剉冰是有名的南瀛老冰店，冬天亦有暖呼呼甜湯；若冬天想進補一下，阿袍羊肉濃郁而不羶、口福羊肉有油氣而無油膩，各有獨到之處，就看你愛吃哪一味囉！



赤山龍湖巖

地址：臺南市六甲區珊瑚路198巷1號

名剎赤山龍湖巖位於龍湖村，主祀觀音菩薩，相傳有三百多年的歷史，歷多次增建，可見不同時期的舊建築。前殿於民國61年修整，建築語彙融合佛道，充份表現臺灣佛教之特色。後殿從整體為石材的灰色調、仿木構的石棟架，仍保留日治時期寺廟的風格，抬頭望會被其豐富精緻的剪黏所驚豔，雖然部分因歲月的洗禮而斑駁脫落，從線條仍可看出其做工精細生動。背山面湖，十分幽靜，不少民眾來此參拜後，會沿湖走走。



臺南藝術大學

地址：臺南市官田區大崎里66號

以往烏山頭水庫有一座吊橋通往後門，再走一小段路即可抵達臺南藝術大學，如今雖已封閉不通，但既來到水庫，驅車順遊到南藝大，亦是很好的安排。校園建築以橘紅磚色為主調，隨處可見學生極富巧思創意與美感的作品，為山坡防洪所設置的滯洪池與排水道融入中國江南情調，岸邊植柳，渠道上的二座古石橋乃是由浙江拆解來臺重組於此，漫步其間儼然古典詩詞之浪漫示現。



大崎里

大崎里，其由來可溯自日治時期烏山頭水庫興建之時，為安頓居住於水庫現址的居民，因而遷移今所在地；因為地形為崎嶇丘陵地，故名大崎。南藝大與之相鄰，幾年前建築所社區營造組學生協同校內師生投入大崎里進行社區營造，整理活動中心、成立MIGA藝文空間，處處可見學生充滿創意的藝術作品。有的學生後來長期留駐，成立「大崎製造」，逐步打造生活藝術農村，包含老建築的修整、無農藥農業的推廣等。在學生與居民的共同努力下，這個小山聚落增添繽紛色彩，充滿青春的爆發力和土地情感。





楠西區

曾文水庫

壯闊秀麗 悠遊全臺第一大水庫

嘉南平原能作為豐碩米倉，位於曾文溪上游的曾文水庫功不可沒。於1973年竣工的曾文水庫，不僅有防洪、灌溉、給水、發電、養殖等用途，更是風景優美的旅遊勝地。由於集水區面積達481平方公里，是全臺最大的水庫，當滿庫洩洪之時，三門溢洪道全開，飛瀑壯觀姿態常令遊客嘆為觀止，開闊的視野及大器景觀，讓「曾水煙波」成為臺南著名景致。

由於腹地廣闊，整個水庫風景區中規劃了不同性質的遊憩區，供遊客選擇玩賞，包括了造型吸睛的曾文之眼遊客服務中心、滿佈林蔭環境優美的東口野營地、氣勢雄偉的大壩景觀區，還有360度遍覽整個水庫風光的觀景臺。除了這些景點之外，由於林相豐富，植物鳥類眾多，想親近這座生態寶庫，幾條風格殊異但走來輕鬆愜意的步道可不能錯過喔！

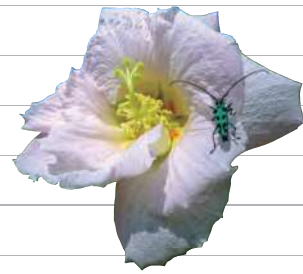
【曾文水庫旅遊資訊】
開放時間：平日及冬令期間（11月至翌年3月）8：00～16：45。
例假日及夏令期間（4月至10月）8：00～17：45。

東口野營遊憩區 ◯

曾文山芙蓉
渡假大飯店 ◯







嬌花醉人 山芙蓉健康步道

有著「三醉芙蓉」美名的山芙蓉，一日多變，花的姿態嬌美動人，而在曾文水庫中就有一家渡假飯店以此為名，可見得此地的山芙蓉花季來臨時，山野間便能見到碩大又醉人的美麗花蹤。飯店前的健康步道雖不長，但沿著階梯緩步而上，賞花毫不費力，還可近距離與花親近呢！





感受歷史氛圍 幽靜的東口野營遊憩區

位於曾文溪畔的東口野營遊憩區，是個規劃完善，環境清幽，可供機關團體舉辦大型活動、戶外野營的遊憩區，由於林蔭茂密，遊憩區四周都是散步的好地方，信步此間涼風徐來讓人相當舒適。此外，由於曾文水庫發電所放的尾水，都是由東口導水堰引導，之後流經烏山嶺隧道到達烏山頭水庫，供應大臺南及嘉義部分地區民生及工農業用水所需，因此，在這裡也可看到日治時期遺留下來的東口導水設施，相當具有歷史意義。



造型諧趣的醒目地標 曾文之眼



若說曾文之眼是曾文水庫中的地標可不為過。這棟別具巧思的建築，採用了大量的玻璃帷幕興建，造型以「眼睛」作為發想設計，在落成啟用之後，便作為遊客服務中心使用，也是整個風景區的中繼點。內部除了提供旅遊諮詢服務之外，還有藝文展示空間及簡報播放介紹，以及餐飲販售，讓想更深入了解曾文水庫的遊客們可以在此獲得資訊，還能稍作休憩，也讓這裡成為不少學校校外教學認識水資源的好所在呢！而當藍天綠蔭倒映在玻璃上，原先冷硬的建築與周遭景



致融為一體，加上四周花木扶疏和可愛俏皮的公共藝術妝點，讓功能性的旅遊服務中心也變得活潑有趣起來。





輕鬆攀頂當好漢 好漢坡健行步道

提到「好漢坡」，總是讓人聯想到極耗體力的陡坡長階梯，曾文水庫中卻有條難度不高，輕鬆讓人當好漢的「好漢坡健行步道」，一共375個臺階，兩旁夾道成林，拾級而上伴著清風，令人神清氣爽。這條步道位於大壩區左側的邊坡上，對於一般遊客來說，全程約40分鐘的健行步道走來不算太難，到達頂端的相思林還可鳥瞰水庫的湖光山色，再沿著產業道路下山，適合不同年齡層的朋友，所以，別被「好漢」的名稱給嚇到不敢嘗試，這樣可會錯過不少美景呢！



漫步水色山光 環湖步道

如果想好好了解親近曾文水庫的朋友，不妨走一趟「環湖步道」，從大壩區起至參觀臺上，全程約3公里，沿著湖面環繞的散步路線，可以感受不同角度的水庫風景，沿途各種花卉與植栽令人目不暇給，弄花賞蝶，偶爾還能見到鳥兒翻飛，路程中亦規畫了休憩涼亭，讓整趟健行舒適又悠閒，可說是從1歲到99歲都適合的散步路線喔！





360度開闊視野 觀景塔橋覽美景

走在環湖步道上，一眼便能看見一座優美的鋼構拱橋高高懸於山腰，這裡便是絕對不能錯過的絕佳賞景點——觀景塔橋。事實上，原先這座小丘上便設有觀景臺，從兩旁階梯往上爬，來到觀景樓便可遠眺水庫湖面，目前觀景樓中亦販售餐飲，點一杯咖啡，在此悠閒賞景，堪稱人生一大樂事。

至於從舊的觀景樓延伸出的觀景塔橋，甫於2011年開幕，造型新穎吸睛，拱橋宛如天空步道向外延伸，而約有21公尺高的觀景臺擁有最好的角度，可以俯瞰水庫全景，群山蔥蘢，水色山光相映照，舉目四顧壯觀景致，讓人瞬間煩惱全消，頓覺天地開闊。想感受全臺最大水庫的氣勢，一定要到這裡來看看喔！



美食



嚐新鮮 創意水果入菜

曾文水庫附近的美食不算多，有些餐廳吃得到水庫魚，有機會可以嚐嚐。另外，位於鄰近的臺三線上有家「果農之家」，由楠西區密枝村的產銷班農戶所共同成立，在這裡可以吃到以水果創意入菜的水果大餐，還有生態導覽及採果行程，有吃又有玩，還有季節限定的果酥和果乾喔！



後壁、白河區

小南海 自然生態公園



木棉道

南90

土溝

林初埤





碧波蕩漾 白鷺之鄉

由上茄苳埤及將軍埤構成的小南海自然生態公園，位於後壁與白河交界處，水域是嘉南水利系統防灌灌溉用，又稱為「永安水庫」。由於普陀寺就在一旁，內供奉觀世音菩薩，因此這裡也就以「小南海」為名。主要面積較大的上茄苳埤約有25.05公頃，蓄水量約68萬立方公尺，受益面積可達140公頃，而環繞上茄苳埤亦規劃了生態公園，沿步道繞行湖畔，遠望綠湖古剎相映，湖畔柏樹林立，水中蓮葉何田田，碧波蕩漾美景，讓人感受到寧靜與放鬆，若想遠離塵囂，不用求遠，走一趟小南海便可以有這樣的體會。

由於此地環境清幽，綠樹成蔭，兼之較無人車喧嘩干擾，適合鳥類棲息，早期常見白鷺翩飛水波之上，故而有「白鷺原鄉」之美稱。





閒適漫步 小南海觀景懷幽

走過普陀寺前的懷德橋，便可進入小南海自然生態公園，園區內的環湖步道規劃完善，走來自在閒適，園中的照明用燈還巧妙地運用了白鷺鷥作為造型，相當可愛，還有觀景平臺可隨時親近水畔。此外，在步道兩旁種植了七里香和春不



老作為植栽綠籬，鄰埤處亦遍植柳樹，外側則種植櫻花，而四周亦可見到蓮田，因此，不同季節到訪，都有不同美景，還可靜下心來等待水鳥蹤跡，領略湖光水色。



順道
一遊

悠遊林初埤 春賞木棉夏訪蓮

近年因火紅木棉盛景而知名的林初埤示範休閒農業區，位於臺南市白河區，就在小南海左近200多公尺長的筆直木棉道，在3月花季時美不勝收，枝頭紅艷動人，而掉落滿地的木棉亦鋪成花毯，無怪乎許多攝影好手常到此捕獵美景。事實上，將水塘與地景結合的林初埤，充滿幽靜恬適氣息，四周環湖自行車道不僅適合自行車遨遊，也相當適宜散步，夏天蓮花盛開時，這裡更是不容錯過的私房賞蓮景點呢！若對蓮花有興趣，也可到附近的白河蓮花產業文化資訊館走走逛逛喔！



美食

美食林立的白河市場

從小南海自然生態公園到白河市場僅需10分鐘左右車程，若到此出遊散心，不妨將白河市場的美食納入旅遊計畫，保證您一定不會失望。

從上午開始，市場裡便展現滿滿活力，無論是人氣鼎盛的鴨肉麵，或將豆菜麵作為餡料的春捲，都是白河人的早餐，您可以再來碗加上古早味醃製蜜桃或酸梅的剉冰，再出發踏青；或者，結束了悠遊行程後，下午到此嚐嚙在地特色小吃，香氣四溢的廟口餡餅和大腸麵線讓



人吮指回味，店仔口肉丸香Q有彈性，下午四點還有遠近馳名的白河鴨頭，不過要買得趁早，因為太搶手，常一下就賣完了呢！想吃甜點有康家豆花或其他地方喝不到的淳泉蓮藕牛奶，最後再帶盒日彰蓮藕蛋捲當伴手禮，聽起來是不是很有趣？別猶豫，走一趟就對囉！

官田區

葫蘆埤 生態休閒公園



菱葉何田田 漫步葫蘆埤賞紅菱

地址：臺南市官田區隆田中山路二段207號
(官田往麻豆176市道上)

葫蘆埤被176市道分為南埤與北埤，周邊盡是官田特有菱角田風光。南埤岸邊垂柳青青，風起搖曳生姿，掩映埤塘波光，走上凌波吊橋可望開闊的埤塘水景，往南不遠處即為水雉保育溼地，幸運的話還能瞥見體態輕盈的凌波仙子喔！北埤有一湖中小島，以木棧道相連，上有漢番禁獵碑（此為仿制，原碑收藏於鄭成功文物館），記錄此處於清乾隆時官方公告之禁令，除可推知當時社會民情，埤塘之漁利相當搶手，亦可知葫蘆埤築堤作為灌溉埤塘之歷史久遠，可溯至康熙年間。北埤旁176市道上有一處菱角集貨地，逢產季可見菱角農忙著清洗菱角，亦可買蒸熟菱角嚐鮮打牙祭。



美食

時令菱角多種吃法 不可錯過

官田的菱角全臺有名聲，入秋逐漸就有菱角可採收，直到秋天結束，這個時間來官田不吃個菱角就太對不起自己、對不起農民啦！葫蘆埤遊客中心的對面「菱角和」，不只是菱角集貨場，也有蒸氣菱角可現吃，亦可買生菱角回家料理。產季期間，幾條公路邊如176市道都可見到菱角攤車販售，對上時節最好吃；凱旋餐廳、田媽媽官豐美食餐廳亦會應時令推出菱角料理，可別錯過囉！





順道一遊

臺南市水雉生態園區

地點：南64（官田裕隆路上），鄰近官田國中
 參觀資訊：周二~周日9:00~17:00（周一休園）
 電話：(06) 579-3911

這是一個為保護復育水雉的園區，主要有三片溼地讓水雉可以安心棲息與繁衍，民眾來到這裡可先在解說中心建立對水雉的基礎認識，再循步道到賞鳥屋搜尋水雉芳蹤，運氣好的話，可以看到水雉孵蛋和小水雉；園區中間有個生態池，小青蛙、紅蜻蜓就躲藏在裡面喔！經由望遠鏡，看到身形修長的水雉飛振白翅，長長黑尾羽飄逸的模樣，真是最美的風景。



雉尾水雉

雉尾水雉，原本在臺灣平原水澤處都可見其蹤影，因常棲息菱角田，又有人稱之「菱角鳥」。由於土地開發與棲地破壞，目前僅能在臺南八掌溪至曾文溪兩溪間平原區域的菱角田中發現，數量瀕危，民國78年農委會公告水雉為第二級珍貴稀有之保育類動物。為了不讓珍貴的水雉絕跡，成立保護區復育，配合周邊溼地保留，並呼籲菱角農不使用農田，留給水雉無毒的棲地。近年來復育有成，數量逐年增加。



順道一遊

水菱有機農場

地址：臺南市官田區隆本里中山路二段400巷30號

去葫蘆埤賞看了片片菱角水田風光後，可以去水菱有機農場買個有機無毒官田農產，吃一吃有機無毒天然生長的作物，學習分辨健康好食。這個由一群青壯年農夫共同經營的有機溼地農場，依節氣栽種了稻、菱、蓮、茭白筍、水蕒菜、野蓮等多樣溼地作物，這裡是為了給水雉更好的家，為了讓青蛙可以跳來跳去，為了給辛動的農人無毒的工作環境，給消費者健康無毒的食物，而展開的綠色保育田區。而在這群有理想又有行動力的年輕農夫的努力下，漸漸有農夫捨棄慣行農法，加入健康耕作的行列，讓官田自然長大的無毒菱田作物區越來越擴大。若想更深入了解水菱農場的生態，可以預約參觀導覽，請洽（06）579-5775/0930-194230。



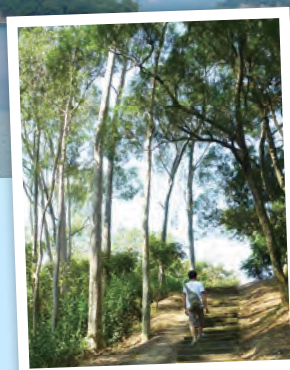


小南海自然生態公園



貼心小叮嚀

- ※從事親水健行活動請勿過於靠近水塘，以免發生危險。
- ※健行時請注意防範水邊蚊蟲及做好防曬工作。
- ※攜帶充足水分隨時補給，並請留意自身及同行者的體力狀況。
- ※天候惡劣請勿勉強進行健行活動。
- ※部分風景區需購票入園，出發前可上該景點網站查詢門票及開放時間。
- ※無痕健行最優質，請依指示丟棄垃圾或帶走。



旅遊中心資訊

- 臺南市政府觀光旅遊局 (06) 635-0190
- 西拉雅國家風景區 (06) 684-0337
- 烏山頭水庫風景區 (06) 698-2103, 698-6388
- 曾文水庫 (06) 575-3251

臺南市政府廣告

在旅遊的途中
發現臺南的好風景

