

島嶼之心
的原色旅程

島嶼之心的原色旅程——一本屬於台灣的原民部落旅遊指南

一本屬於台灣的原民部落旅遊指南



CONTENTS

書序	P.5
注意事項	P.6
主題介紹	P.9
山之祭旅	P.10
海之祭憶	P.24
日常之歌	P.34

在海上的那座群山島嶼
太陽自海的彼岸升起
金色的光灑落在稻田與山巒之間
山脚下的小聚落炊煙輕繞
傳來長老低吟的歌聲
遠方的浪潮一波一波推向岸邊
彷彿在訴說世代的記憶
飛鳥自天際滑翔像是在引領旅人
踏上未知的旅程

這是一段文化與自然共鳴的樂章
山 - 吟唱古老祭歌
海 - 孕育生命

日常 - 是人們在歲月裡延續文明的心跳

《島嶼之心的原色旅程》將帶領你體驗這座島嶼的脈動
你將看見臺灣原住民族的山林祭火
海洋智慧
以及日常裡的原色故事

序

在蔚藍的太平洋上，臺灣這座島嶼以山為骨、以海為魂，孕育出豐富多樣的生物，也蘊藏著多元族群交織的文化底蘊。在層疊的山巒與湛藍的海洋之間，散落著許多部落 — 那是島嶼的心臟，跳動著最古老而溫柔的節奏。

《島嶼之心·原色旅程》正是在這樣的背景下，透過淺顯易懂的文字與真摯的敘述，介紹臺灣原住民族多彩的歲時祭儀與生活樣貌，同時結合富有地方特色的遊程介紹，帶領讀者走入部落，邀請每一位旅人，不只看見文化的形貌，更感受文化背後那份與大地相連的靈魂。當我們閱讀每一段故事、踏上每一次旅程時，其實正是在「進行一場文化體驗，或與原民文化對話的旅程」。

南島語族「出臺灣說」，臺灣被認為是南島語系的重要發源地之一，是南島民族向外遷徙與文化擴散的起點，也是全球南島語族的母島。從這樣的歷史視角出發，我們得以重新理解臺灣在世界文化地圖上的意義 — 它不僅是一座島嶼，更是一個文明與文化的起源之地。

因此，本書以「走進山海之間、探索臺灣原住民族文化及地景的日常生活」為主題，期望透過閱讀與行動，邀請旅人從山林走到海岸，從故事走入現場，重新發現臺灣原色的文化脈動。

願《島嶼之心·原色旅程》成為您通往臺灣島嶼靈魂的地圖，引領每一位旅人以尊重與好奇的心，親近部落、理解文化、擁抱自然。當我們在旅途中傾聽土地的呼吸，也在無形之中，回到屬於我們共同的「島嶼之心」。

交通部觀光署 署長

陳玉秀

旅行的終點，不只是遠方，
而是心中那份重新被喚醒的一對臺灣土地的愛。

旅行的終點，

不只是遠方，而是心中那份重新被喚醒的

——對臺灣土地的愛。

友善旅遊守則

為維護旅遊品質並展現對在地文化的尊重，邀請旅客以開放與包容的心情親近部落文化，共同遵守以下友善旅遊守則，讓旅程更加愉快而有意義。

1. 活動時間確認

本書所列各部落歲時祭儀之舉辦日期，可能因每年部落領袖會議、氣候或臨時事件而有所調整。建議旅客出發前主動洽詢各部落主辦單位，以掌握最新資訊。

2. 活動地點與預約

部分祭儀舉辦地點可能因場地限制、族群安排或交通狀況而有所變動。為確保行程順利，請於出發前先行聯絡或完成預約。

3. 文化尊重與禮儀

各原住民族部落皆擁有獨特的文化傳統與生活禁忌。建議旅客於參訪前先了解當地之部落公約，並於導覽人員或部落代表帶領下進行活動，以展現尊重與謙遜的態度。

4. 隱私與拍攝禮節

請尊重部落居民的日常生活與隱私，拍照、錄影、訪談或進入私人領域前，務必事先徵得當事人或相關單位之同意。

5. 傳統領域之參訪

部分景點位於原住民族之傳統領域範圍內。建議旅客先向部落或主管機關提出詢問及申請，並於獲得同意後入內參訪，以表達對土地與文化的敬意。

6. 導覽與安全原則

參與部落遊程時，建議由當地導覽人員或熟悉部落環境者陪同帶領，切勿擅自進入部落或私人區域，以維護旅客安全並避免造成居民困擾。

注意事項

1. 收費與行程確認

本書所載資訊僅供參考，任何導覽活動、祭典儀式或遊程之收費，均與本書無關。建議旅客出發前洽詢各主辦單位或部落以確認相關費用，並提高警覺，避免遭受不法詐騙。

2. 預約與行程安排

書中介紹之遊程、餐飲及住宿業者，可能因季節、天候或個別因素採行預約或限定人數制度。為確保旅程順利，請旅客於出發前事先聯繫或完成預約。

3. 景點、住宿與餐飲資訊

本書所提供之景點、住宿與餐飲資訊僅供參考。旅客可依自身興趣與行程彈性規劃選擇合適項目，實際開放情形及服務內容請以店家公告為準。

4. 交通與路況

交通班次及道路狀況可能因天候或施工等因素而臨時調整。出發前請務必查詢最新班次、道路封閉或交通管制等相關資訊，以確保行程順利。

5. 安全與裝備建議

部分路段或行程距離較長，且山徑地形陡峭、濕滑難行。建議旅客視個人體力與天候狀況妥善準備裝備，並遵循導覽人員或當地嚮導之指示，以維護自身安全。

本書將部落歲時祭儀及探索在地魅力之旅依照其屬性歸類為，山、海、日常三大主題做統整介紹，透過臺灣地圖將部落的大致位置標示於圖面上。



您也可以循著書中流動的色彩脈絡，尋訪歲時祭儀的深層意蘊，並踏上探索在地風土魅力的祕密旅程。



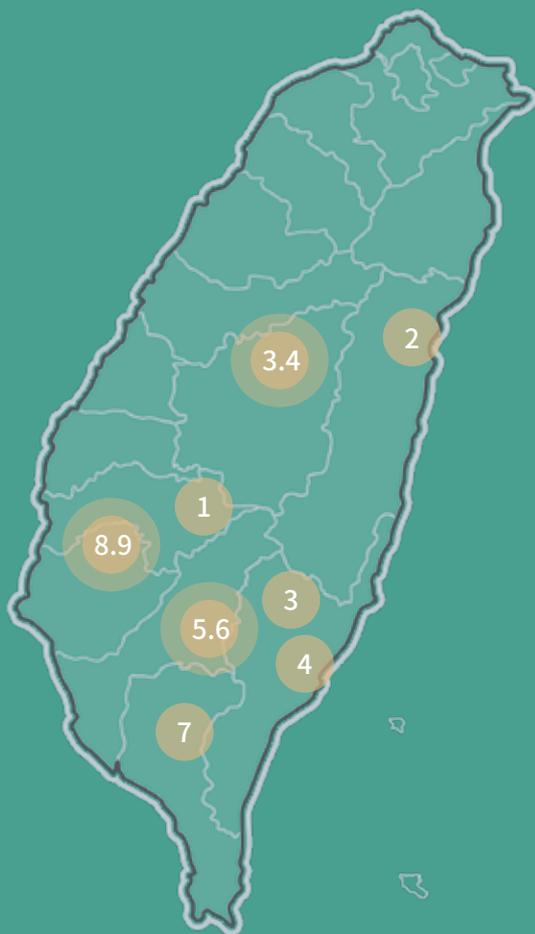
象徵山林、大地、樹木、與大自然的連結。許多原住民族視森林為祖靈與山神的居所，綠色代表著與祖靈的連結與永續循環。在服飾或編織中，綠色線條常表現「大地的庇佑」與「狩獵生活」。



象徵大海、天空與靈魂遨遊的無垠。臨海族群以海為母親，藍色代表智慧、漁獵文化與海祭的記憶。在祭典服飾或器物中，藍色紋飾象徵「水」的力量，連結生命、潔淨、靈魂流動與智慧的傳承。



原民文化中最常見、最強烈的顏色，象徵生命、血脈與勇士精神。許多族群服飾上都以紅色為主色，象徵勇氣、榮耀與守護。在祭典中，紅色常與火焰相連，意味著能量、生命延續與部落共同體的凝聚力。



山之祭旅

“在古老的山巒裡，尋找祭火與歌聲的源頭”

霧氣繚繞的清晨，吟唱自山谷傳來。走進部落，與族人同坐火堆，聆聽歌謠與獵場的故事，在山的心臟裡，尋回人與自然最初的連結。



鄒族
Mayasvi



太魯閣族
感恩祭



布農族
射耳祭



布農族
嬰兒祭



魯凱族
小米祭



魯凱族
祈雨祭



排灣族
收穫祭



西拉雅族
夜祭



西拉雅族
孝海祭



小提醒：Mayasvi 是莊嚴神聖的祭典，遊客可在來賓席參觀，切忌不能進入會場干擾祭典進行。無論是否舉行祭典，都禁止女性進入庫巴，前往當地參觀應避免抵觸鄒族傳統禁忌。

照片來源：嘉義縣阿里山鄒族達邦庫巴文化發展協會

神靈崇拜，宗教生活

鄒族 Mayasvi

※ 每年 1-3 月或 8-10 月間辦理

Mayasvi 是鄒族部落中最神聖的祭典，對鄒族青年男子而言，更是必經的生命歷程。而族群也藉著 Mayasvi 的舉行，凝聚部落的向心力。對鄒族人來說 Mayasvi 的舉行，是一種感謝神靈與祖先的庇佑，感念先人創業的艱辛，並藉此教導青年們應該立志、奮鬥，做一個堂堂的青年。

於傳統部落裡 Mayasvi 的對象是諸神的最高支配者 - 天神哈莫，和掌管軍事的戰神，及掌管生命的司命神三者；然而在遠古時期，甚至還包括被獵人頭的靈在內，因此 Mayasvi 同時有「邀魂與安魂」的意義，不僅僅紀念過去的戰爭，同時也祝禱將來所有不可避免的傷亡或是勝利，是屬於部落性的團體儀式。

鄒族 Mayasvi 於 2011 年登錄為國家重要民俗，每年春季 1-3 月或秋季的 8-10 月間辦理！請事先洽詢預約。



禁忌：儀式中禁止高聲交談、不抽香菸、出獵用鹿血洗手、祭儀當日不用鹽、與其他部落斷絕往來、收割時禁用金屬器具等項。

照片來源：秀林鄉公所 感恩祭儀提供

感恩祖靈，祖先護佑

感恩祭 Mgay Bari

※ 每年 10 月辦理

太魯閣族感恩祭，是爲了要感謝祖靈賜予的一切，並祈求明年給族人更多獵物及農作物豐收，每年這時刻，在部落生活的族人們，聚在一起歡慶祖先們流傳下來的傳統文化，讓記憶成爲永恆。

2004 年，太魯閣族耆老一致認爲 Mgay Bari 感恩祭應該要成爲太魯閣族的祭典。此後，太魯閣族各鄉開始在 10 月舉辦感恩祭。

到底什麼是感恩祭 Mgay Bari 呢？

意思即感謝神 Utux Tmninun 賜豐富的東西。族人指出感恩祭祭儀的意義是：「指對祖靈賜予農作物豐收而感恩之意」。



禁忌：女人禁止參與或在祭場內活動，也不能一直觀看，此外男人分到的祭肉絕不能掉下來，掉下來時不能吃，需還給司祭者，吃不完的祭肉女人也不能吃，另有月事及懷孕的女人不能參加釀酒工作。

拍攝者：徐明正

精靈信仰，召喚豐收

射耳祭 Malahtangia

※ 每年 4、5 月辦理

射耳祭典 (Malahtangia) 亦稱打耳祭，在 4、5 月間進行，它是具有薪火相傳、教育、競技、團結、法律等廣義的活動。

射耳祭主要目的是以射耳儀式祈求狩獵豐收，也祈求農作豐收，是全年之中最大的祭典。祭典前幾天，男性族人先上山狩獵、女性釀酒，進行祭儀的準備工作。

儀式分為：點火 (心靈誠正者)；祭槍 (祈求天神賜予身體、靈魂、獵技、獵場能力等)；祭獸肉 (祈求天神賜予動物)。祭儀結束前會吟唱首祭歌，最後，會進行獸骨祭儀，召喚動物靈魂，以求源源不絕的狩獵豐收，並藉此慰藉靈魂。

嬰兒祭 Mintuhtuh

※ 每年 7 至 8 月辦理

嬰兒祭是布農族傳統的家族祭典，旨在感謝天神賜予嬰兒健康，並象徵著生命力的延續與茁壯。在早期的布農族家庭中，成員人數常達 20 至 30 人。嬰兒出生後，並不會馬上命名，而是由長輩觀察小孩的健康狀況，待其穩定後，就會在嬰兒祭中賦予孩子族名 (ngan)。

除了命名儀式，家長還會提前準備嬰兒的新衣、項鍊、酒菜及豬隻，以盛大慶祝。在祝福的儀式中，為孩子穿上新衣，並在項鍊中串起裝有孩子臍帶的小鐵盒、石菖蒲、曬乾的箭竹與無患子種子，並在長輩的祝禱下為孩子佩戴。石菖蒲 (ngan) 與孩子的名字同音，且在家戶旁普遍種植，是嬰兒祭中最重要的植物。

石菖蒲具有驅靈的作用，過去女性長輩會嚼其根部，將碎末塗抹在小孩的天庭上，以驅魔避邪，保佑孩子不受惡靈影響。在嬰兒祭當天，父母需保持清醒，仔細看顧小孩，直至祭儀完成。儀式結束後，家族會宰豬分食，宴請親友，共同分享這份喜悅。



照片來源：有限責任臺東縣原住民布拉谷果菜生產合作社

Rukai
魯凱族

禁止無許可進入祭祀場域：在祭典期間，未經允許不得隨意進入傳統祖屋或其他神聖的祭祀場所。
在重要的祭祀儀式進行時，禁止高聲喧嘩或交談。
禁止在祭祀場域抽菸。

拍攝者：趙守彥先生

農作生活，小米文化

小米祭 Kalabecengane

※ 每年 7 至 8 月辦理

小米對魯凱族群來說是非常重要的產物，小米採收後的一個月，以家或部落為單位會舉行多種祭儀，代表一年的結束也是一年的開始。

魯凱族歲時祭典都以小米為中心，其中又以收穫祭最重要，是魯凱族為了感謝神賜予豐收，在小米收成後進行的祭典。祭典儀式中，魯凱族人會準備小米糕、小米飯、小米酒祭祀神靈祖先；另外族人也象徵性的將農作物納貢給傳統領袖，傳統領袖將一部分提供給需要的族人，一部分祭祀祖靈，具有收稅與分享的意義。

祈雨祭 Titiudale

※ 祈雨祭不是每年固定的歲時祭儀，而是視當年的天氣狀況（特別是在每年四、五月春耕播種時如果遇到缺水乾旱）由部落耆老會議決定是否舉行

「魯凱族部落中，茂林部落是目前唯一完整保留這項傳統祭儀的部落」

在茂林祈雨祭典傳說中，因四、五月，天氣悶熱又久旱不雨，居民所種植的農作物全部乾枯而死，而在耆老與傳統領袖家族討論，以及族人夢占後，決定實施祈雨祭，祈求降雨。

祈雨祭 (Titudale) 分兩天進行，第一晚僅能由部落特定家族（現今茂林部落鄭家 Kaborna）向雨神祈求並進行儀式；第二天的「浸水儀式」由部落耆老帶領族人至河邊拍水、抓魚，將漁穫進貢給部落頭目後再平均分配給每家每戶，部落族人共同慶祝分享。

傳說中在祭祀隔天，族人到達溪流時，天上就降下大雨，豐沛的魚蝦也充滿河流。如今族人們也依循傳統，來到溪流邊，祈求降雨，並享受天神給予的豐沛資源。至今族人依然保留祭儀，為的不僅是延續，還要把文化傳承。



在祈雨祭期間，族人必須遵守多項禁忌：不能在田間野外生火或煮東西、不可吃鹽。
祭儀前一天的生火木材只能放在郊外不可帶回家。
懷孕婦女不能參與。
祭儀當天要待在家裡，不可食用含鹽食物，避免做出抵觸雨水相關物品的行為。

照片提供：茂林區公所

Rukai
魯凱族



禁忌：傳統時期 venaqesin 打噴嚏是排灣族普遍存在的禁忌，不論是執行祭祀或日常生。
視 vurungan 百步蛇為祖靈的象徵，祭典期間遇百步蛇出沒表示祖靈的到來，必須禮讓其先行通過或繞越而過切勿宰殺。

佳平部落 拍攝者：郭文吉

自然時序，生活節序

收穫祭 Masalut

※ 每年 7 至 9 月舉行

小米從開墾、播種、除草到收穫每一階段都有祭儀，在農事活動完成時，辦理的祭儀稱為 masalut（感恩收穫祭）。masalut 具有跨越、超過、過年的意思，在以農業生產為主的部落生活中具有「時間」指標的意義。收穫祭的第一天，將小米收進穀倉，接著進行祈福，並選擇來年播種用的種子。第二天頭目召集巫師、祭司到各家探訪收成並進行祈福，一部分收成會由頭目帶走，在祖靈屋獻給祖靈；另一部分收成則在巫師進行祭祀後，由各家戶將新粟入倉。



照片來源：西拉雅國家風景區管理處

祭拜阿立母，感謝祖靈一年來的照顧
族人以拜全豬、跳唱牽曲來答謝祖靈

夜祭 Ta-ai

※ 舉行期間為農曆九月初四晚上至初五清晨

2013 年文化部將「東山吉貝耍西拉雅族夜祭」列入國家重要民俗

「阿立母」是西拉雅族人祖靈信仰中的主要神祇，一般認為「阿立母」泛指聚落居民先人的化身，並非指特定家系的祖先，阿立母是聚落居民共同祭祀的祖靈，亦是整個聚落的守護神。

在西拉雅族人的傳統觀念中，阿立母的法力高強，能使聚落居民消災解厄、趨吉避凶。

西拉雅族的「夜祭」一方面是為了追思祖靈，另一方面也隱含調節自然與人的生活世界之間關係的歲時祭儀。

傳說中的「七神船破遇難日」祭典

孝海祭

※ 於農曆九月初五午後舉行

2013 年文化部將夜祭與孝海祭列入「國家重要民俗」

孝海祭，是為了遙拜當時渡海來台死於海難的祖先們，也就是傳說的「七神船破遇難日」祭典，是獨特的慰靈海祭儀式。

「吉貝耍」為東山區東河里的古地名，在西拉雅族語 (Kabua sua) 為木棉花部落的意思。部落中除了有五座家族公廨及一座大公廨，可讓民眾親近了解西拉雅人的信仰文化外，為了讓西拉雅族之美被大家所看見，吉貝耍部落致力於西拉雅文化保存傳承和發揚。漫遊村落之中，可以看見近年來部落推動文化藝術空間的改造，透過陶板故事牆、歷史街道椅、入口意象指標、樹下空間的細石版畫故事等，來認識這個文化底蘊豐富的部落。



拍攝者：趙守彥



海之祭憶

“隨浪而生，隨風起舞，大海是最初的母親”

走進臨海部落，跟隨潮汐學習捕魚、織網與歌舞，聆聽關於海洋的古老傳說，每一道浪潮，都是原住民族世代與大海共生的記憶。



1

達悟族
大船下水祭



2

阿美族 / 港口部落
豐年祭



3

阿美族 / 貓公部落
豐年祭



Yang Yao Long - Imported from 500px (archived version) by the Archive Team. (detail page), CC BY-SA 3.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=71357081>
(原始照片有進行局部裁切，以符合書籍版面需求。)

飛魚季祭儀文化

大船下水祭 Mapabosbos

※ 進行時間不固定

雅美族 (Yami) 分布在臺東的蘭嶼鄉蘭嶼島。「雅美 (yami)」一詞是「我們」的意思，由十九世紀末期人類學家鳥居龍藏開始使用；部分族人在族群名稱上也另外使用「達悟」(tao) 一詞，意思為「人」。

拼板舟的造船技術，保存了達悟古代文化的儀式及傳承。大船落成禮 (mapabosbos) 過程的儀式性令人讚嘆。拼板舟和大船落成禮，兩者構成達悟文化的核心價值。拼板舟分為 2 種，一種是大船 Chinurikuran，供漁團組織 (船組) 使用，最大可乘載 10 人；一種是小船 Tatala，為個人或家庭使用，最多可乘載 3 人。

大船落成禮 (mapabosbos) 包括前期的採收芋頭，到各部落邀請親友參加盛典。落成禮第一天，在大船內外堆放芋頭，迎賓，終夜祝賀歌會，晚餐。

第二天一早，進行分芋頭和分豬肉。然後是震撼的 Manwaway (蠻阿威，蓄積力量) 和 Mapatotalaw (拋船儀式)。抵達海邊後開始 Mangavang (試航，測航速)。結束後，把大船拖回岸上。

第三天會舉行一個小型餐會，成員並將新船划出去，划到一個定點，接回盛裝的船長夫人所送的幸運小米，代表給予漁團永久的祝福。



拍攝者：趙守彥

自然時序，生活節序

豐年祭 Malalikit

※ 於每年 7 月中旬至 9 月初進行

阿美族豐年祭時間在每年 7 月中旬至 9 月初，各部落有自發性的豐年祭，台東縣主要在 7 月份展開，花蓮縣則大多從 8 月開始，阿美族豐年祭流程包含「迎靈」、「宴靈」和「送靈」3 階段！

根據阿美族豐年祭起源，以往是 8 至 15 天，但隨著時代的改變，許多舊俗和禁忌都略有更動，除了祭典天數縮短、儀式簡化外，也有部落在活動中加入賽跑、拔河、射箭等競技活動助興，有些部落在特定時間會開放參與，一般遊客要加入一起同樂是沒問題的！

按照傳統習俗，豐年祭會在夜晚揭開序幕，第一天禁止女孩子參與，最後一天則是女孩子必須全部參加，並且會由女孩子的歌聲為祭典畫下一個美麗的句點。因各部落豐年祭有專屬的歌曲，各個年齡階級又有屬於自己的歌謠，遊客在參加祭典時可能會發現，阿美族豐年祭舞蹈、唱歌活動就佔了一半以上的時間！



拍攝者：趙守彥

自然時序，生活節序

港口部落 豐年祭 ilisin no makota'ay

※ 辦理時間在每年 7 月中旬至 9 月初

港口部落豐年祭 ilisin no makota'ay，於 2015 年登錄為「國家重要民俗」

位於秀姑巒溪出海口北岸的港口部落，為世居臺灣東海岸阿美族的重要發祥地之一，迄今仍保存著嚴謹的年齡階級制度及傳統祭儀樂舞。部落的豐年祭 (ilisin) 是該部落最重要的年度祭祀活動，也是海岸阿美族系統各部落代表性祭儀之一。

祭典服飾、舞蹈等皆呈現出地緣影響的海洋文化特色，並表現社會分工與男女分制等現象，具有生命循環與文化傳承的意義，且充分展現部落強大的凝聚力，及其共同維繫傳統文化的信念。



拍攝者：趙守彥

保有傳統年齡階級與相關祭儀、禁忌

貓公部落 豐年祭 ilisin no fakong

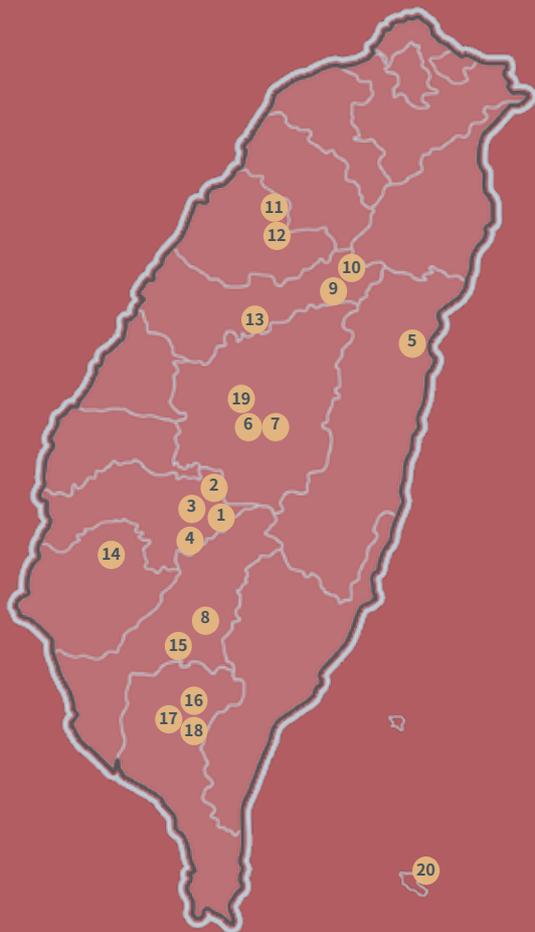
※ 於每年 8 月 5 日至 10 日進行

貓公部落豐年祭 ilisin no fakong 2014 年登錄為縣級無形文化資產；
2024 年 9 月 11 日正式獲文化部登錄為「國家重要民俗」。

豐濱鄉豐濱村 fakong 貓公部落，部落歷史悠遠，保有阿美族傳統且嚴謹的年齡階級制度，以及完整祭儀、禁忌、樂舞文化，自部落成立以來，每年皆在 8 月 5 日開始至 8 月 10 日止共計六天六夜，進行祭儀且從未間斷過。

古樸的部落具有悠遠的歷史文化，跟著在地族人漫遊聖山腳下的貓公部落，用步行的方式展開一場身心解放的自由旅程。

1. 達邦部落
2. 特富野部落
3. 樂野部落
4. 茶山部落
5. 同禮部落
6. 地利部落
7. 雙龍部落
8. 寶山部落
9. 梨山部落
10. 環山部落
11. 向天湖部落
12. 鹿場部落
13. 松鶴部落
14. 吉貝耍部落
15. 神山部落
16. 萬山部落
17. 禮納里部落
18. 舊排灣部落
19. 伊達邵部落
20. 蘭嶼部落



日常之歌

“在城市與部落之間，看見原色在日常中閃耀”

街角的歌聲、餐桌的香氣、織布的紋路，都是流動的文化，無論在城市或部落，原民的日常依舊閃耀著最真實的色彩，像一首不斷吟唱的歌。

“探索在地魅力之旅 Discover Indigenous Taiwan”

走進部落，看見臺灣的靈魂

本書精選全臺 7 個國家風景區管理處的原民部落，以觀光圈為旅遊主軸，串連最具代表性且歡迎旅客參與的部落歲時祭儀與特色小旅行。透過淺顯易懂的介紹與貼心的遊程設計，帶領旅客親身感受：

- ◆部落生活的熱情
- ◇傳統祭典的震撼
- ◆山海交織、多元族群的精彩故事

走訪部落，不只是旅行，更是文化永續的力量

旅客在探索的過程中，不僅能促進地方觀光經濟，也讓部落文化在交流中持續被看見、被理解、被延續。

呼應「出臺灣說 Out of Taiwan」所指出臺灣為南島語族重要起源地的觀點，本書以旅遊為媒介，邀請您重新認識這片孕育南島文化的土地。

為自己規劃一趟深入原鄉的特色旅程

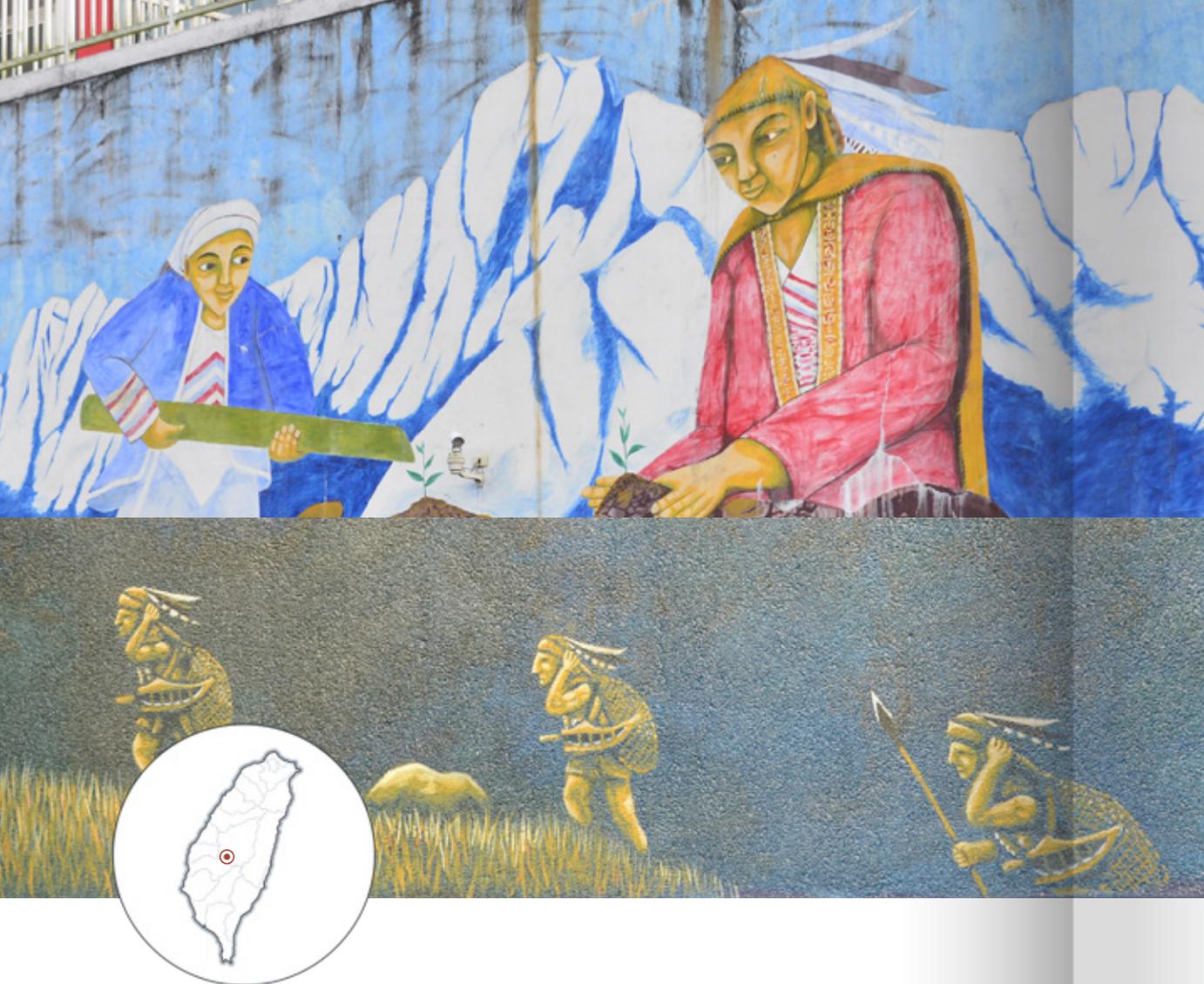
現在，就出發吧！

在部落裡，發現一個不一樣、更加動人的臺灣。

感受鄒族文化、茶香、咖啡香與 森山美景

達邦部落。鄒族

達邦部落位於臺灣嘉義縣阿里山鄉達邦村，位於阿里山山脈的尾端，海拔約 900 公尺，為原住民族鄒族部落，官方語言為鄒語，與特富野部落同為鄒族的兩大社。
部落保留鄒族 Kuba 庫巴（男子集會所）、家屋、傳統儀式，為鄒族文化發源與祭儀核心。



跟著族人採擷一心二葉的芬芳
洗搓著愛玉的甜膩
一步一腳印走訪步道秘境

達邦部落位在阿里山海拔約 900 公尺處，部落與山脈緊緊相依。這裡遠離了塵囂，靜靜的在山裡滋養著豐沛的文化，一草一木皆是大自然神奇的恩典。阿里山是鄒族人千年來傳統的生活領域，這裡也是阿里山鄒族生活聚集最大宗的部落，不論是祭典或傳統文化大事，各個部落小社皆會來到達邦大社 hosa 參與。

友善旅遊守則：

由五節芒搭建的庫巴 (Kuba)，一般遊客需尊重其神聖性，無論男女皆勿隨意攀登與進入。



達邦庫巴 Kuba



鄒族傳統家屋

鄒族的家屋以竹子跟芒草為建材，形式上有長方形、橢圓形兩種，家屋以中央火塘為中心，上方有棚架，可儲存物品與放置獸皮。



達邦 Kuba

庫巴（Kuba）是鄒族的「男子集會所」，外族人、女人、魚和蔥是禁止進入的，成年鄒族男子必須在這裡接受教育與各種訓練，庫巴也是族人聚會和討論公務的地方，是傳統部落社會的政治、經濟、軍事與信仰中心。



鄒族自然與文化中心

建築物外觀運用鄒族傳統服飾色彩，以及庫巴（Kuba）建築特色的意象，呈現鄒族文化精神，館內設有諮詢站、展示室，並以遊戲化互動體驗、典藏室真實文物，以及鄒族部落風貌雕塑營造立體氛圍，帶給遊客全新的導覽體驗。



鄒族頭飾

鄒族頭飾具有鮮明的特色，且男女有別。男子的頭飾主要為獸皮帽搭配羽毛，象徵成年與狩獵能力；成年男子的傳統頭飾稱為皮帽（ceopngu no hici）。材質主要由山羊皮或山羌皮鞣製而成，鄒族的鞣皮技術非常精湛，是其文化特色之一。皮帽中央通常會插上長長的羽毛（特指皮帽上的羽毛 teovsu），傳統上使用雉雞或藍腹鵝的羽毛，自然垂落於腦後。這些羽毛象徵佩戴者的狩獵能力和英勇。



日曬愛玉

削皮、日曬、翻面和再次日曬，需要精準控制日曬時間和溫度，以確保愛玉子品質，最終製成愛玉凍。



家屋火塘

家屋以竹材為壁，芒草覆頂，住屋週圍以低矮的石垣環繞呈圓形。中央有火塘，火塘上方有放置食器的籐架、穀倉及獸骨架，一個做為儲糧使用，另一個做為小米神祭祀；獸骨架則是祭祀軍神之神位所在。

達邦部落重要生活場域

“瀰漫的是森林芬多精與咖啡結合的迷人香氣”



景點名稱：

1. 達邦庫巴
2. 鄒風館
3. 家屋
4. 自然與文化中心
5. 日警官舍
6. 達邦國小
7. 鳥占亭步道

達邦部落是阿里山地區富含鄒族文化底蘊的觀光勝地，適合規劃二日或三日深度遊。遊程規劃可結合文化體驗、自然步道、美食饗宴及鄰近部落走訪，建議可參考以下行程：

探索在地魅力之旅

鄒族文化體驗：達邦是鄒族兩大社之一（另一為特富野），是體驗最道地鄒族文化的絕佳地點。

在地美食：可品嚐利用在地有機食材製作的創意料理，如山林餐桌體驗、咖啡烘焙等。

相關導覽資訊

導覽接待 -

語言：中文 5 人、日文 1 人

鄒樂活逐鹿車隊：2014 年 4 月由阿里山鄒族部落在地人所成立的合法專業導覽車。

聯絡公協會 -

達邦社區發展協會 (05) 2511679

交通資訊



幸福巴士
(十字 - 里佳線)



阿里山鄉公所



嘉義縣阿里山鄒族達邦
庫巴文化發展協會



嘉義縣公車處
7314 嘉義—達邦



穿山甲



鄒風館

“開箱獵人的森林餐桌”

鄒風館是位於嘉義達邦部落的鄒族部落餐廳，主打以當地、當季食材製作的創意原民料理。它由返鄉青年與家人一同經營，將傳統風味餐點轉化為精緻的「產地餐桌」，並融合現代美學與原民元素，打造獨特的用餐環境和視覺饗宴。餐具也多採用地竹、木或石材製作。建議提前預約以使用餐。

地址：嘉義縣阿里山鄉 17 號
電話：0938-867-380

鄒風館部落餐廳

獵人包：使用寬葉植物包覆紫米、小米、豬肉塊、芋頭和鹹魚蒸煮而成。

烤肉與香腸：山豬肉和香腸帶有獨特香氣。

野菜烘蛋：採用當地新鮮野菜製作。

烤魚：使用當地溪魚，味道鮮美。



天神降臨後在玉山留下的 第一個腳印

特富野部落。鄒族

特富野部落位於臺灣嘉義縣阿里山鄉達邦村，與達邦部落同為鄒族現存的兩大社之一，部落中亦保有庫巴。

特富野亦認為是現存鄒族聚落中最早成立者。最早居住的是果家與高家兩氏族，時間約為一千多年前，後來其他姓氏才陸續加入，日漸發展為大社。



『風動、光影、霧起、柳杉林』

傳說中，鄒族的天神哈莫 (Hamo)，亦作人形，眼睛巨大，衣熊皮或紅袍，袍長至踵。天神降落玉山，搖落楓葉，創造鄒人祖先，逐漸繁衍形成各氏族與部落。後來，洪水為禍，大地成海，人們匆匆逃到玉山。洪水退了，天神用雙足在林間踩出腳印，族人隨之定居，特富野是第一個腳印。特富野亦認為是現存鄒族聚落中最早成立者。

友善旅遊守則：

由五節芒搭建的庫巴 (Kuba)，一般遊客需尊重其神聖性，無論男女皆勿隨意攀登與進入。





特富野庫巴

庫巴 (Kuba) 是鄒族的「男子集會所」，外族人、女人、魚和蔥是禁止進入的，成年鄒族男子必須在這裡接受教育與各種訓練，庫巴也是族人聚會和討論公務的地方，是傳統部落社會的政治、經濟、軍事與信仰中心。



特富野步道

步道銜接特富野及達邦兩大社，沿途竹林與樟樹巨木錯落，林相優美，生態豐富。行至竹林深處，沿途可聽見栗背林鴉、金翼白眉、白耳畫眉等鳥聲啾啾，或在春季盛開之櫻花枝頭上則可發現青背山雀、紅頭山雀和冠羽畫眉等蹤影。更有幾座鄒族式的茅草涼亭，可供旅人休憩。



特富野文化牆

全長大約 40 公尺的水泥牆，上頭記載著鄒族戰祭的文化意象。這座牆的發想，源自於特富野部落的頭目、長老和居民與藝術家李明道先生創作，由長老向部落孩童講述特富野部落的故事，以畫筆繪製圖畫作為文化牆圖案的素材。神聖莊嚴的庫巴空間在孩童稚嫩筆觸的點綴下，顯得更加活潑且親切，同時，在文化牆創作的過程中，部落與族人的傳統文化得以向下傳承，意義相當深遠。



飛鼠咖啡

親切甜美的笑容，來自阿里山鄉特富野村的鄒族女孩陳瑜安。瑜安回鄉創業，立志要將山上的自家咖啡園發揚光大，她將咖啡品牌名取為飛鼠咖啡，因為鄒族「錢」的諧音 (peisu) 念起來就像飛鼠，而飛鼠咖啡聽起來也特別地充滿部落感情。



走廊咖啡

走走特富野步道再來杯好咖啡，來到遠離塵囂的走廊咖啡，半露天木造屋舍展現樸實粗獷的原民色彩，是一個讓你享受美味咖啡的同時，能夠感受鄒族部落文化和阿里山自然風光的好去處。



特富野民宿

民宿除提供舒適客房，也為旅客規劃阿里山遊程，如食農教育遊程：讓遊客認識鄒族在山坡上的農務生活，走訪咖啡與愛玉莊園，體驗愛玉、咖啡、竹筍採收與製作，並品嚐傳統原木燒烤、部落風味餐廳；深入鄒族部落的生活樣貌，體驗竹杯 / 竹弓 / 竹花盆製作、射箭等活動，探訪傳統獵徑，體驗傳統狩獵及野外燒烤、學習野外生存技能，並到秘境玩水等。

特富野部落重要生活場域

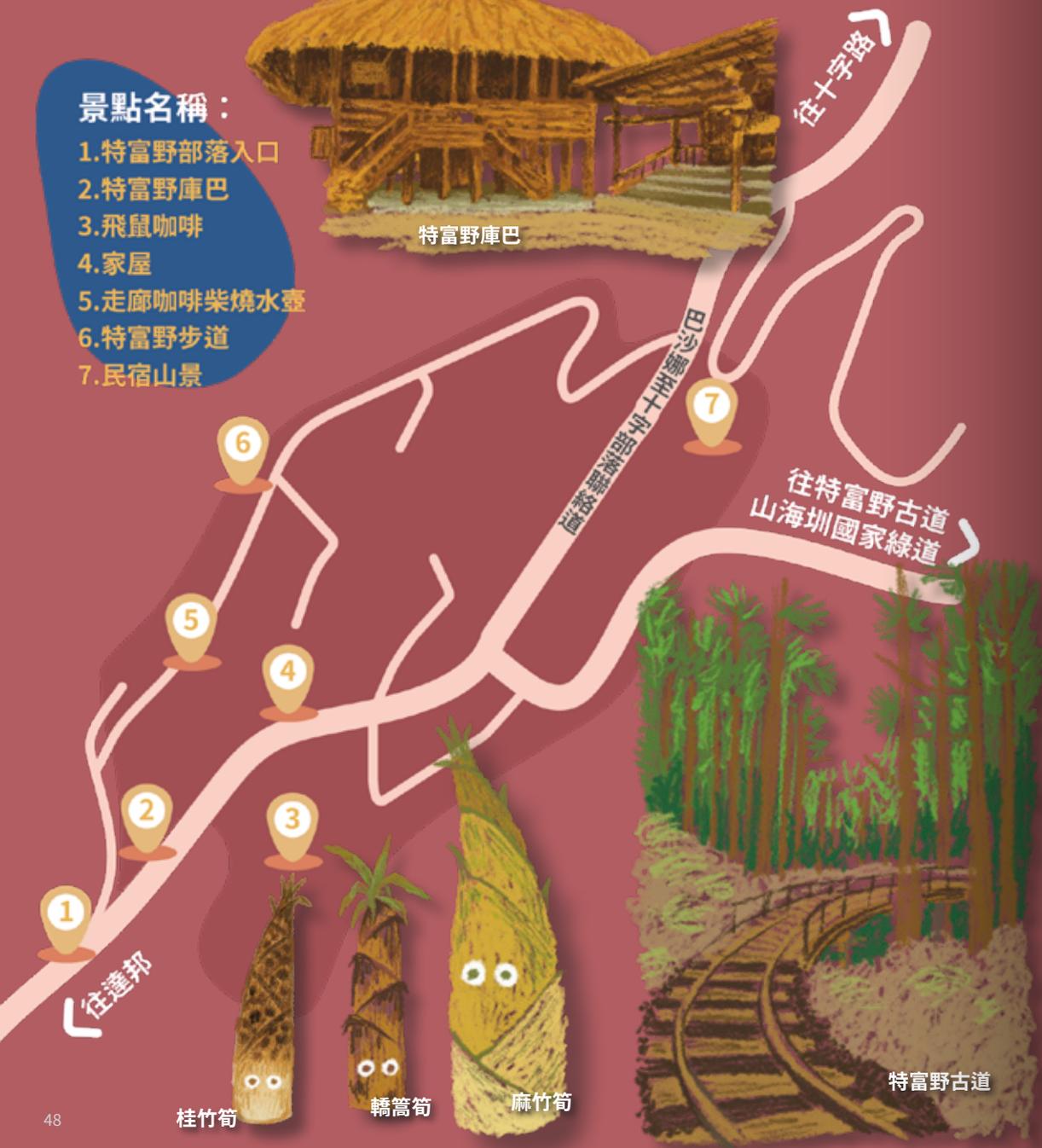
“從鄒族傳統獵徑到林業鐵道的歷史變遷”

景點名稱：

1. 特富野部落入口
2. 特富野庫巴
3. 飛鼠咖啡
4. 家屋
5. 走廊咖啡柴燒水壺
6. 特富野步道
7. 民宿山景



特富野庫巴



特富野部落遊程可規劃為特富野古道健行、部落文化體驗及周邊景點觀光等多種行程；包含部落導覽、古謠傳唱、獵寮搭建竹杯製作等活動，或是自行前往特富野部落，走訪特色步道與景點，品嚐在地美食。

探索在地魅力之旅 - 部落文化體驗

鄒族文化深度導覽：由部落青年帶領認識部落歷史、傳統建築、歌謠、編織工藝、祭儀文化等。

手作課程：參與竹杯製作、風笛製作或獵寮搭建竹杯製作等活動。

部落餐食：品嚐鄒族風味餐。

特富野步道：沿途竹林與樟樹巨木錯落，林相優美，生態豐富。

相關導覽資訊

導覽接待 -

語言：中文 5 人、日文 1 人

鄒樂活逐鹿車隊：2014 年 4 月由阿里山鄒族部落在地人所成立的合法專業導覽車。

交通資訊



幸福巴士
(十字 - 里佳線)



聯絡公協會
特富野社區發展協會



嘉義縣鄒族庫巴特富野社文化發展協會



嘉義縣公車處
7314 嘉義 - 達邦



特富野古道

“走在創世天神的足跡之間”

特富野古道，舊稱水山古道，原是鄒族人早年開闢的獵徑，同時也用於通婚、探親或與異族交戰的道路。到了日治時期，古道的後段改建成為運送林木的「水山線」鐵路。特富野古道有兩處入口，一處是自阿里山鄉和信義鄉交界處的自忠進入，另一處則可以從阿里山特富野部落進入。

里程：6.32 公里

海拔：約 1,798-2,282 公尺 難易度：低 - 中

推薦點：鐵道、生態、林業文化

健行時間：來回約 3 小時（自忠至 3.7K 折返）

鄒族傳說故事

天地的創造，是許多古文明形成不可或缺的部分，我們較為熟悉的像是盤古開天闢地、《聖經》中上帝創造宇宙萬物跟人，北歐神話中霜巨人的身體創造天地等故事。臺灣原住民族關於天地創造的神話，有明確流傳下來的並不多，以鄒族尼弗奴神創造大地，以及魯凱族嬭蓋蓋分開天地的傳說神話為熱門代表。

在鄒族的傳說中，創造大地的是一名名為尼弗奴的女神。有一天尼弗奴女神心血來潮，突然想到人間散散步，於是下凡降到人間。傳說中的天神，總是比較巨大，而且身為女神，降落的姿勢自然講求優雅，為了找踏腳的立足點，尼弗奴女神兩腳便各踏在一個山頭上，可能因為第一次下凡人界，尼弗奴女神重心不穩所以大力了一點，就把其中一座山踩平了，據說這就是今天阿里山上特富野社的位置。至於腳踏的另一座山頭，則是現今的達邦社。

但是呢，這位女神在山區看了看仍覺得不夠過癮，因此踏著大腳又往沿海地方走去，所到之處高山崩塌，並填平了河谷成為平原，逐漸變成我們今日生活的大地。只能說遠古的巨人神威力果然不容小覷，連下來人間散個步，也能造成地景地貌的大改造。

「拉拉吾雅」的樂野，充滿咖啡、茶香與楓香的自然秘境

樂野部落。鄒族

「拉拉吾雅」是鄒語楓樹林的意思，過去的樂野有滿山的楓樹，到今天樂野社區的標示入口上，還裝飾著楓葉的圖案。進入部落，映入眼簾的是整片茶園景觀，擁有得天獨厚的氣候條件，農產品多以咖啡及高山茶為主，社區也推出不插電咖啡體驗遊程。此外，也有雅瑪斯步道、福山古道、迷糊步道等。附近的頂湖自然生態園區更是生態旅遊及森林氛圍品茗的重要據點。



探訪美麗的楓香林地

「Lalauya」

海拔 1300 公尺阿里山鄉樂野部落，可以欣賞鄒族原民的精采歌舞表演、漫步在時刻變化無窮雲霧茶山裡，品茶、體驗炒咖啡豆，或是選擇幽靜的自然步道緩慢前行。

友善旅遊守則：

1. 原住民族各部落皆有其獨特之文化與禁忌，參訪部落時，建議先了解部落公約，洽請部落居民帶領導覽為宜。
2. 請尊重部落居民之隱私空間。





迷糊步道 (米洋溪步道)

原稱米洋溪步道，全長約 2.3 公里，蜿蜒米洋溪畔，天性開朗的鄒族村民取「米」、「湖」(底)諧音，命名為「迷糊步道」。步道裡有多處涼亭，雨季時節小坐片刻，聽溪水潺潺，十分舒爽；即非雨季，竹林步道裡亦充滿涼蔭，走來輕鬆暢快。



雅吾瑪斯步道

雅吾瑪斯步道全長 1.8 公里，早期樂野的居民常利用這條步道下至曾文溪，然後沿著溪流河谷前往附近的部落。隨著近幾十年公路的開通，這條步道已失去其交通功能。然而，步道兩側的竹林、原始森林、巨藤和老茄苳樹依然生機盎然，溪流的生態也十分豐富。



福山古道

福山古道為樂野、來吉、十字村一帶居民前往達邦的小徑。整建後的福山古道約 1,880 公尺，蜿蜒於海拔高度 1,100~1,400 公尺之間。



YUYUPAS 優遊吧斯

優遊吧斯鄒族文化園區結合「瑪翡咖啡莊園」，座落海拔 1,300 公尺的樂野部落，為全台第一個通過國際雨林認證的咖啡莊園呦！



金皮雕工作室

不只是皮雕工作室，也是間小木屋民宿，民宿老闆娘本身非常熱愛手做皮革配件與包包，只要入住金皮雕的旅客，可以免費體驗 DIY，也提供在地食材風味餐！



FKUO 山芙蓉茶業

FKUO 山芙蓉茶業為阿里山公路上的茶莊，以古法製茶，販售茶葉、茶禮盒，現場也能品茶試飲。
(提醒：需提前預約)



鄒築園

窺探精品咖啡的一條龍製程，由「咖啡王子」方政倫所經營的咖啡莊園工廠。



野牡丹咖啡莊園

從迷糊步道連接福山古道下山後，可抵達「野牡丹咖啡莊園」，隱身福山部落，內有「掌聲響起民宿」。



慕嚙納娜民宿

來自鄒語 Muknana，在族群文化裡象徵著慵懶自在、慢活悠然的生活態度，這間民宿正是秉持著這份精神。

樂野部落重要生活場域

“樂野的魅力，是自然與文化的交響曲”



- 景點名稱：**
1. 阿將的家23咖啡館
 2. 優遊吧斯
 3. 雅吾瑪斯步道
 4. 樂野永久屋
 5. 石棹
 6. 迷糊步道
 7. 鄒族園
 8. 福山古道

嘉義阿里山鄉的樂野部落擁有豐富的鄒族文化、生態步道、高山茶和咖啡莊園。以下行程提供文化體驗、自然探索與美食饗宴的建議：

探索在地魅力之旅

YUYUPAS 優遊吧斯鄒族歌舞藝術表演，並聆聽勇士講述傳統故事；手作 DIY 則提供手洗愛玉、杵搗小米麻糬等體驗，適合親子同遊。

FKUO 山芙蓉茶業：在這裡可以品嚐部落無菜單料理，並體驗阿里山茶的森林茶席，結合茶葉烘焙體驗，從品茶中感受阿里山茶文化。

相關導覽資訊



嘉義縣文觀局

交通資訊

自駕：
由國道 3 號下中埔交流道→向東行接台 18 線（阿里山公路）→石棹→ 169 縣道→樂野

大眾運輸：
出發前請先確認道路封閉或管制資訊。



台灣好行



嘉義公車 7314 線



阿里山高山茶園

「CHA YA MA」 珈雅瑪部落 涼亭文化，來自生活的分享

珈雅瑪部落。鄒、布農、漢族

茶山，珈雅瑪部落，珈雅瑪意為「山腰上的平原」，是阿里山鄉最南的村落，是鄒、漢、布農三族融合共生的原鄉部落。

茶山位於曾文溪源頭，近年來，茶山以涼亭文化而遠近馳名。走入村子裡，到處可見各種樣式涼亭，加上周遭天然的溪谷流瀑，宛若花園部落。

照片提供：珈雅瑪部落



山腰上的平原 「CHA YA MA」

蘊含「分享」精神的涼亭 - Hufu，是鄒族人們傳統集會、聊天、飲酒相聚的場域，涼亭幾乎都是以茅草、竹子和木頭搭建而成。涼亭的屋頂是辨識珈雅瑪部落居民的重要指標：布農族的涼亭屋頂是平頂型，鄒族則是圓型。隨著時代變化，各家門前的保存下來的 Hufu 不只代表文化傳承，也呈現各自不同特色，下次到訪的話不妨仔細留意一下哦。





屯阿巴娜步道

位於茶山村內，開元農場對面。園區呈 O 型步道路線，可以繞夕陽亭走上山頂的稜線，再走至瀑布。茶山著名的「水火同源」地下沼氣湧泉區，也在附近。



部落導覽

來到茶山一定要體驗由部落青年導覽員幽默風趣的部落巡禮！藉由達人的帶領，走在藉著彩繪、石雕、木雕等意象藝術廊道上導覽茶山部落三族融合的文化歷史，並體驗 Hufu 裡的分享文化，藉此讓旅客學習茶山分享文化的精神。



茶山部落生活文化園區

是推動鄒族文化觀光的重要據點，園區以傳承鄒族文化為核心，設計了多樣體驗活動，包括大豆蠟燭 DIY、導覽體驗等，遊客以互動方式深入了解部落生活與文化精神。



傳統技藝體驗活動 - 烏笛

用月桃葉吹奏月桃烏笛，讓悠悠的笛聲在山林間迴盪。



傳統技藝體驗活動 - 鄒族射箭

鄒族的射箭體驗。



傳統技藝體驗活動 - 搗麻糬

好吃又好玩的搗麻糬體驗。



鄒族的特色餐點

善用上天賜予當地的豐饒土壤，在此種植小米、雜糧，從而延伸出揉合傳統文化與美味的風味料理。



純正高山苦茶油

純正高山苦茶油在地限定好物。



小米酒 - 「米米優」

作為傳統鄒族人們在重要場合才會拿出來分享喜悅的佳釀，酸中帶甜的米露好滋味！

茶山社區重要生活場域

“珈雅瑪部落的生活分享”



鄒族服飾

山羌

屯阿巴娜自然園區

珈雅瑪瀑布

山豬

景點名稱：

1. 開元農場
2. 屯阿巴娜步道
3. 茶山部落生活文化園區
4. 茶山休閒農業區遊客中心
5. 觀日亭
6. 觀溪亭

可安排文化體驗、生態探索、手作DIY等活動。您可以參加部落巡禮認識鄒族文化，體驗甩風笛、射箭、搗麻糬等傳統技藝。此外，還能到珈雅瑪瀑布享受溪水漂流的樂趣，或參與天神取火等神話儀式。

探索在地魅力之旅

部落巡禮與文化介紹：參觀 Hufu 文化及藝術廊道，了解鄒族、布農族、漢族文化與藝術。

傳統技藝：搗麻糬，親手搗製Q軟的麻糬，並品嚐裹滿花生粉與甘蔗糖粉的美味；甩風笛，體驗鄒族傳遞訊息的工具，感受其獨特的鳴聲與文化。

手作與美食：體驗製作竹筒飯，並在宵夜時享用；同時品嚐部落準備的傳統創意鄒式風味餐點。

相關導覽資訊

連絡信箱：
yama2513307@gmail.com

相關網站：
阿里山珈雅瑪部落公園（茶山社區）
連絡電話：05-2513307

交通資訊

自駕：
路線一：國道3號中埔交流道下→台18線（阿里山公路）→在龍美右轉進入嘉129縣道→經過山美、新美後即可抵達茶山。
路線二：國道3號中埔交流道下→台3線（往大埔方向）→過大埔橋後左轉嘉129縣道→即可抵達茶山。

大眾運輸：



阿里山珈雅瑪社區部落公園
（茶山社區）



交通部公路局
幸福巴士

以山林為家、視土地為生命，隱世之美的「黑暗部落」

同禮部落。太魯閣族

太魯閣族定居於立霧溪流域一帶，日治時期的政策下遷移至淺山、平地，但國民政府後，老人家因為喜歡山上生活而回歸居住空間，現僅存大禮、大同部落有居民活動，祖先自南投翻山越嶺，最後選定在此為最後落腳，但沒有方便的車道，物資皆必須由人力背負或流籠送達，部落甚至沒有電，被稱為「黑暗部落」。

大禮部落天主堂

大同大禮部落位於太魯閣國家公園境內一處深山的部落，聯外道路僅以步行抵達，被外界形容是遺世獨立人間仙境，也是少數沒有電力、沒有光害的部落。部落裡有著名的砂卡礑三雄，立霧山、千里眼山與清水山，是許多登山愛好者朝聖的三座山。部落早年也配合登山需求逐步成為爬山的中繼休憩服務站、以純樸的接待家庭模式招待山友，直至到近年發展成民宿並嘗試多角化朝人文、文化、生態面經營，吸引更多的遊客與登山客前往，並且讓更多人來了解太魯閣族群。



『一個只能靠雙腳徒步六小時才能到達的世外桃源』





照片提供：內政部國家公園署太魯閣國家公園管理處

太魯閣族服飾

太魯閣族的織品服飾除了具備禦寒保暖的實用性功能，也蘊含信仰、交換、性別、記憶與美學等社會文化意涵。

屬臺灣原住民的方衣系統，亦即用水平背帶式織布機織成的長條形織布，不經剪裁，用縫合方式製作的服飾。織布除了可用來製作服飾，也可作為生活日用的被單（qabang），這類的qabang 也被用來背負物件或育兒使用的背兒帶。

文字來源：臺灣原住民族事典（測試版）

原居住在中央山脈濁水溪的上游，現今的南投縣仁愛鄉，因為人口增加、耕地不足或尋找新的獵區的因素，部分族人越過中央山脈散居在花蓮縣的立霧溪、木瓜溪流域。

因為分居的年代久遠，生活環境不同，在風俗習慣、文化、傳說、服裝、歌謠及語言，產生極大的變異。也是「以山林為家、視土地為生命」的堅毅民族性格。在民國 93 年（西元 2004 年）1 月獲得官方正名，成為全國第 12 個原住民族。



照片提供：內政部國家公園署太魯閣國家公園管理處

「Takmazuan」地利部落 - 濁水溪畔布農巨人的腳下，遺世的秘境

地利部落。布農族

位於濁水溪畔的地利村，是屬於布農族卡社群的部落，其部落原名「塔瑪魯灣」，據說意思為石臼或雄雞。

地利村為前往巴庫拉斯的入口，這裡的「達瑪巒部落」也是由巴庫拉斯搬遷下來，「達瑪巒(Takmazuan)在布農族語裡是『休息、等待的地方』。



照片提供：日月潭國家風景區管理處

『一起來聽大巨人說故事吧！』

地利部落故事牆

按布農傳說，故事緣起遠古洪荒有次山搖地動、四處淹大水，布農祖先為求生存，不斷往高處逃難，最後躲到山頂，但天雨仍持續，族人挨餓還因高海拔受凍，極需升火取暖、燒煮熟食維生。傳說指當年善泳的蛙類自告奮勇順利背回薪炭，但火種途中被洪水浪花澆熄，背部燙傷嚴重，它因此變成癩蛤蟆；後來紅嘴黑鸚接棒完成任務，但在叼火飛回避難地時，身體被燻黑、腳與嘴都被燒紅了，才變成現在看到的模樣。



照片提供：日月潭國家風景區管理處

「Isingan」雙龍部落 布農族聖地的尋根之旅

雙龍部落。布農族

原住民名「依希岸」，語意為「荒僻」，中文則取自雙龍瀑布雙龍村位於濁水溪左岸，原為人和村的一部分，至民國51年才將人和村北部及東北部廣大的地區獨立出來另設一村。
日治時期，為實施聚落遷移計畫，並將布農族安置在溪西岸(Isingan)台地。Isingan 是石頭很多的地方。

照片提供：日月潭國家風景區管理處



『漫步濁水溪上游的七彩吊橋』

雙龍瀑布

雙龍瀑布位於雙龍部落的東南邊，分為上瀑及下瀑，有如雙龍在天，故名。

雙龍部落的後山茶園隱藏著祕境，在萬里無雲的天晴時刻，可以從這裡眺望日月潭潭景，甚至連標高 1,000 公尺的慈恩塔塔頂都清晰可見。



照片提供：日月潭國家風景區管理處



地利天主堂

地利村民和其他布農族群一樣，分別信奉基督教或天主教，在村落也都有兩種教派的禮拜堂；地利的天主教堂成立已 50 多年，聽說村內 3、40 歲的村民，80% 以上都是在天主堂上方的一棟平房裡由修女接生；地利村天主教堂這在臺灣也可算是很有趣的紀錄。



土虱灣

土虱灣 Quas 的布農語原意為 Zeikudaing，意為「大彎」，漢名稱為「土虱灣」，濁水溪的溪流在此迴旋，穿越峽谷形成了環繞 180 度群峰的大灣，故得名，自然景觀相當獨特。



以上照片提供：日月潭國家風景區管理處

達瑪巒文化藝術團

潭南、地利、雙龍三部落或是教會皆組有歌舞表演團隊，其中以達瑪巒文化藝術團最為活躍，也最具專業水準，該團以創新思維賦予原住民樂舞文化新生命，透過原典重建、文化萃取、衍生、轉換與創化促進原住民文化之再生。



Matamasaz 丹大布農文化生態探索部落

在丹大濁水溪畔，一起走讀丹大地區布農族部落，感受當地自然人文環境，嚐美食，享用原民風味美食；看樂舞，欣賞布農杵樂及八部合音。



有限責任南投縣原住民濁水布農林業暨勞動合作社

建立濁岸四部落 - 里山生態旅遊平台，提供旅遊諮詢及辦理四部落生態遊程、體驗活動、戶外探索運動及販售部落農產與工藝品。



人倫食堂

以自然風為設計元素，使用木頭搭建、種植植物綠化整體環境，就像部落國小旁的小型生態教室、若移到都市，更是現代網美、網帥最愛的氣質唯美打卡店！



哇哇谷小吃部

最大的特色是無菜單的布農風味餐，可以做套餐、也可以是長桌宴，只要事先預約茂貴哥夫婦就會準備非常豐盛的美食饗宴！



達瑪拉翁民宿

在幽靜山谷中，感受純樸的部落氣息，民宿外觀是以獨具布農百步蛇圖文特色的木屋建築，室內也是用木頭打造著平易近人的溫馨氛圍；原住民風味餐更是不能錯過。



雙龍客棧民宿

希望能帶給到這裡的客人一種自在享受的感覺，開放的餐廳中，輕鬆的坐著就能看著對面宛若「富士山」的景緻，部落內四處走走，能看到各式的圖騰、石板屋／牆，都是不同的視覺感受。

地利、雙龍部落地區皆位於南投縣信義鄉的丹大地區，是布農族主要的聚居地。建議以深度文化體驗與生態探索為主，行程安排可著重於布農族文化（如八部合音、狩獵文化、神話故事）和壯麗的自然景觀（如雙龍瀑布、濁水溪峽谷）。

探索在地魅力之旅

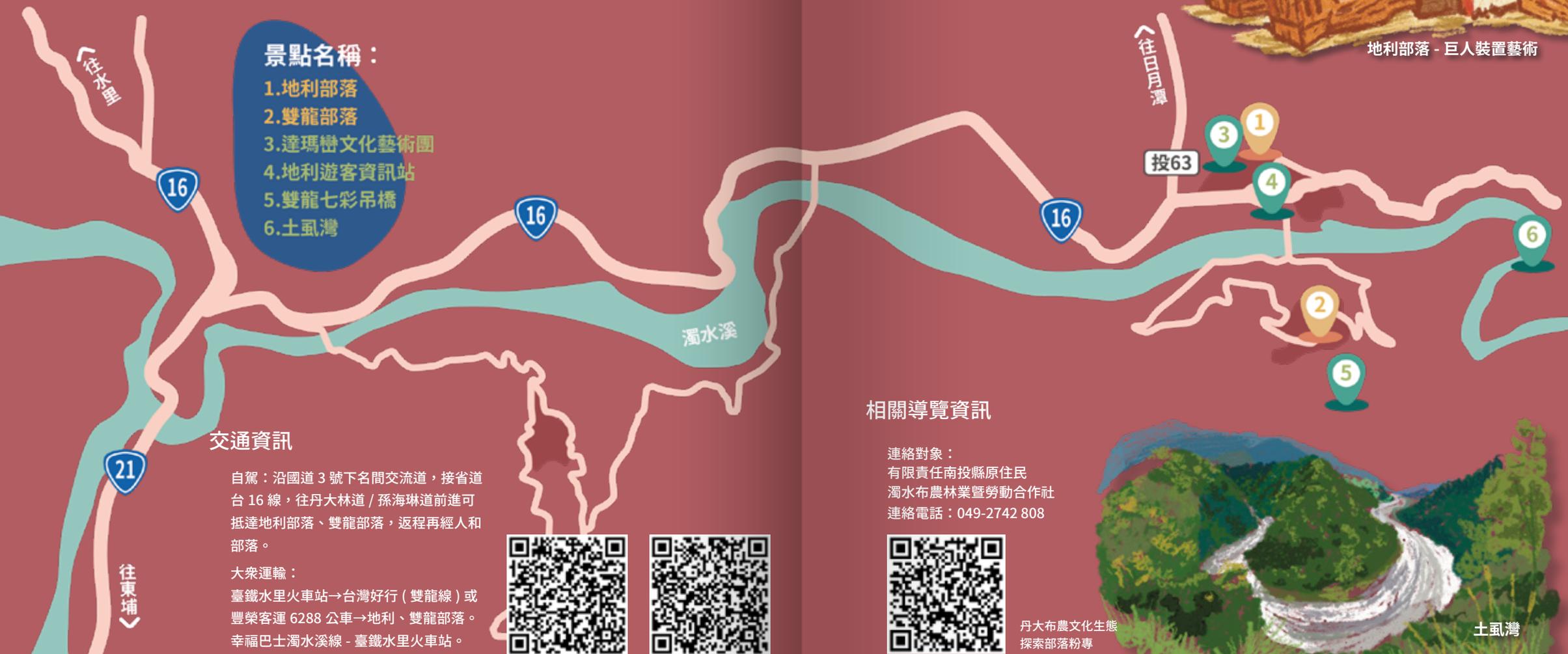
- 「文化體驗」- 布農歌謠舞蹈表演、故事牆導覽
- 「林道生態解說」- 獵寮體驗、特有種原生植物探索
- 「DIY 體驗」- 馬告香氛、石頭彩繪、手環串珠
- 「風味餐」- 森林餐桌、獵人便當、布農風味餐



地利天主堂



地利部落 - 巨人裝置藝術



景點名稱：

1. 地利部落
2. 雙龍部落
3. 達瑪樹文化藝術團
4. 地利遊客資訊站
5. 雙龍七彩吊橋
6. 土虱灣

交通資訊

自駕：沿國道 3 號下名間交流道，接省道台 16 線，往丹大林道 / 孫海琳道前進可抵達地利部落、雙龍部落，返程再經人和部落。

大眾運輸：

臺鐵水里火車站→台灣好行（雙龍線）或豐榮客運 6288 公車→地利、雙龍部落。
幸福巴士濁水溪線 - 臺鐵水里火車站。



台灣好行 - 雙龍線



幸福巴士 - 濁溪線

相關導覽資訊

連絡對象：

有限責任南投縣原住民
濁水布農林業暨勞動合作社
連絡電話：049-2742 808



丹大布農文化生態
探索部落粉專



土虱灣

「Ciusinlun」寶山部落 - 入寶山！吃美食、品山茶，聽部 落耆老說神話故事

寶山部落。布農族

寶山部落擁有日治時期留下來的原生山茶樹，位處海拔1,200m、1,600m，由於生長在長年霧氣中，醞釀出茶品中的極品，近年來更走向友善耕作，發展有機茶園，致力打造原生山茶的主題式體驗聚落，此外族人也運用布農族文化元素，研發特色茶席用具，帶領遊客悠遊於山野間，講解茶席禮儀與品茗文化，深度感受這份來自部落的茶鄉悠閒。



拍攝者：林文智



『一場穿越山林與文化的旅程』

臺灣原生山茶 佛系種植

這種茶樹可以長得如喬木般高大，葉片長度可達10至18公分，茶園裡的茶樹長得比人還要高，就像是一座小森林。「寶山一帶的地質多為板岩，排水良好，加上山區時有雲霧，是臺灣原生山茶的最佳生長地。」寶山部落茶農謝國華說：「其實放眼望去，部落山區原始森林中就有很多原生山茶樹，由於長得高大，沒仔細看很難分辨，最老的已有三百年歷史了。」



照片提供：茂林國家風景區管理處

品味部落野趣茶席

- ◆全臺第一原住民原生山茶
- ◇主題式體驗聚落
- ◆品茗臺灣原生種原生山茶
- ◇冬季賞櫻勝地

寶山部落包括一集團、二集團及藤枝，居民以布農族為主，特產為臺灣原生種山茶、桃、李等，氣候涼爽宜人，一年有霧天氣達六個月，雲霧瀰漫，是最佳森林浴、品茗的好去處。

來到寶山部落，推薦事先向部落茶園主人預約茶席體驗遊程，體驗布置在茶園中，融入三石灶、板厝等布農族傳統文化，以及在地植物、自然元素的特色茶席，深刻感受原生山茶與布農茶席的魅力。



品茗臺灣原生種原生山茶

寶山部落年平均溫度在 18 度到 24 度間，終年雲霧密佈，土質屬火山板岩及朱紅泥土，這種土質與寶山部落的氣候環境（高海拔、雲霧多）相得益彰，非常適合種茶。而高山森林茂密，雲霧使空氣及土壤潮濕度較高，茶樹新梢可在較長時間內保持鮮嫩、不易粗老。且寶山野生茶樹以自然原始的方式進行管理，採有機栽培，不噴灑農藥，以保有野生茶種的原生性。

全臺第一原住民原生山茶

寶山其特有野生山茶係屬喬木大葉種品系，甚至在清康熙年間《諸羅縣志》也有台灣野生茶的文獻記載，台灣山茶是唯一可供製茶使用的原生山茶。品茗體驗融入布農文化，使用布農族特有的「三石灶」起炭烹茶，結合布農傳統風味的野茶茶席，絕對會讓遊客難忘！



喜來冠山茶坊

位於藤枝林道一 S 形轉彎處，「喜來冠」即布農族語「轉彎」之意。自產自銷臺灣原生種喬木山茶，以不經施肥、灑藥、修剪、澆灌的自然農法栽種，茶樹往往比人還高，需爬到樹上摘採，故又稱「爬樹的茶」。



哈娜谷原生野山茶工坊

自然農法野放管理，僅以人工除草方式，保持自然生物鏈完整生息繁衍，無化肥無農藥，讓土地回歸土地的原貌，給您最純粹的臺灣原生山茶。



寶山拿普原生茶有機茶園

隱身於桃源藤枝山區，茶樹野生生長，為在地首家有機驗證茶園，並榮獲「綠色保育」標章，也獲得 2024 年比利時國際風味評鑑二星獎肯定。茶席就在宛如原始樹林的茶園中，聽茶園主人細說布農族板厝，以及野生山茶與自然歲時共生的生態與智慧。



藤枝馬里山咖啡

位於海拔高度約 1500 公尺處，除了產原生山茶外也生產咖啡，手工採集及適度的烘焙，讓高海拔咖啡的風味更顯香醇獨特。鄰藤枝二集團登山步道，也是山友品茶、喝咖啡、賞雲霧山景的好地方。

寶山部落重要生活場域

“寶山部落的尋寶地圖”

※ 步道因風災可能毀損，前往應注意 ※



景點名稱：

1. 藤枝林道
2. 寶山野生茶步道
3. 頭剪山登山步道
4. 烏龍茶步道
5. 舊遺址步道
6. 海芋步道
7. 布農聚場步道

茶席體驗 / 部落深度導覽 / 手作體驗

探索在地魅力之旅

寶山部落提供結合茶席、生態導覽與手作體驗的遊程，可選擇半日或一日遊。推薦活動包含「野趣茶席」品茗，以及「部落深度導覽」體驗櫻花步道、茶園步道等；其他可選的體驗活動有射箭體驗、手洗愛玉、植物槌染等。您可以根據自己的需求自由組合遊程內容。

相關導覽資訊

拿普有機原生茶園 0982-490266
 藤枝馬里山咖啡 0912-987358
 喜來冠山茶坊 0975-790605
 哈娜谷原生野山茶工坊 0937-389048

交通資訊

1. 大眾運輸
 因道路損壞或落石風險，部分站位可能暫停，班次時間也可能因安全因素調整，建議先查詢高雄公車動態資訊或致電詢問。

2. 自行開車
 可從國道 3 號或 1 號轉國道 10 號，經旗山、六龜後，沿著台 27 甲線往寶來方向行駛，再轉進老濃溪林道或藤枝林道。

相關網站



寶山部落深度體驗網



茂林國家風景區管理處



高鐵左營站 - 旗山



高雄市公車
旗山 - 寶山

雲端之上的獵人部落

梨山部落。泰雅族

梨山部落位在中橫公路與宜蘭支線的要衝，為梨山風景區的交通與政經發展核心，PDS 是梨山最早的地名，光復後一度改為桃源，亦是 Stanaw（梨山）的前身名稱，民國 49 年東西橫貫公路開通後，農場引進水梨、蘋果大量推廣種植，便因水梨的盛名易名為梨山。

照片提供：參山國家風景區管理處



循著部落族人狩獵的蹤跡與耆老的傳說
來場部落深度旅遊

梨山文物陳列館



照片提供：參山國家風景區管理處

探訪紫藤山城

環山部落。泰雅族

環山部落「斯喬娃(Sqoyaw)」，是一個山谷盆地，四周被3000公尺以上的山脈所環繞，故名為「環山」，也是中橫宜蘭支線中最大的部落。是造訪獵人步道的必經之地。每年3、4月紫藤花盛開之時，環山部落就像是被一層層紫色羽衣環繞一樣，夢幻的景色是環山部落春季最大的特色。

照片提供：參山國家風景區管理處



『泰雅族夢境裡的天空之城』

泰雅族紋面 (ptasan)

是傳統泰雅族人成年的標示，同時具有美觀、避邪等功能，代表傳統的文化價值。男子出外狩獵後紋面；女子則在學會織布後，才能在臉上刺上花紋。族人相信靈魂在離開人世到達祖靈居所時，祖先會按照紋面判定是否為泰雅族人子孫，因此也具有宗教上的意義。紋面的位置包含臉、胸、腹部、手、腳，其中以臉部最重要。額頭部位的紋刺男女都有，主要為3到5條重疊的橫紋直線條；除了額頭部位之外，男性在下巴也刺紋直條紋路，女性則在臉頰兩側紋刺斜線平行紋、交叉紋。

文字來源：原住民委員會全球資訊網

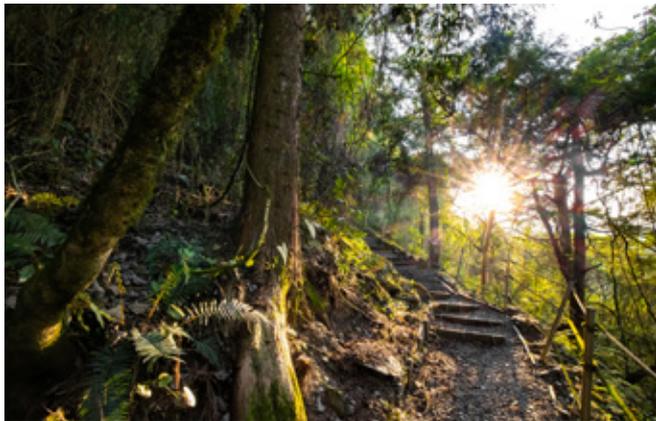


拍攝者：趙守彥



梨山耶穌堂

落成於 1969 年的梨山耶穌堂為歷史建築，是目前全臺最高教堂，哥德式樣的特色建築、能夠一望山谷美景的地理位置，以及特殊的歷史價值，使得這座「雲端上的教堂」成為了梨山的打卡熱點之一。



希利克步道

「希利克」為泰雅語中占卜靈鳥 - 繡眼畫眉的意思，步道連接梨山賓館及攬勝樓，全長 600 公尺，以不破壞自然生態的工法施作，步道中可觀賞種類繁多的鳥類、昆蟲、蝴蝶等，植物花草數目不勝枚舉，是一條能夠輕鬆親近自然環境的登山步道。



獵人步道

獵人步道位於環山部落旁，是泰雅族人狩獵古徑，步道內設置許多融合泰雅元素的休憩節點，如以原木及部落圖騰打造的淨化祈福之地、以木造結構整建的半穴居遺址群落，以及獵人階梯教室、獵人射箭競技場等，讓遊客能更深入的認識部落文化。



手飛 Sobih

「Sobih」取自泰雅語「靠近」的意思，能品嚐到屬於梨山在地風味的餐點，認識食材源頭，靠近這一片土地。



尤麓部落工作坊

梨山新佳陽 (Yulu) 部落的 3 位工藝師，透過開課教學弓織文化及開發文創商品，承載著祖靈的智慧，致力於發揚泰雅族的工藝精髓。



古邁茶園

位於高海拔 2200 公尺的茶園，是泰雅族古邁 (KUMY) 家族的家，友善栽培管理茶樹生長，造就茶葉清甜的本質。



梨山春發農園

「春發農園」承襲著父親的名字，與梨山大地一同在春天綻放生命力，將土壤裡的食材，以熟悉的烹調展現最自然的味道。



平岩山 - 望向雲端露營區

位於環山部落的望向雲端露營區，能夠在百岳環繞的懷抱中，欣賞四季更迭的美景，雲霧繚繞間，享受放鬆身心的療癒滋味。



屋頂上的天空

曾獲好客民宿金質獎「屋頂上的天空」民宿，適合包棟旅人一起入住，並提供森林療癒及野宴等深度部落旅遊服務。

雲端之上的獵人部落

“循著部落族人狩獵的蹤跡與耆老的傳說，來場部落深度旅遊”



遊程體驗

隸屬臺中市和平區的梨山有豐富的季節景觀，以及鮮甜可口的高冷蔬果，同時也是泰雅族的重要聚居地，共有梨山部落、松茂部落、環山部落及新佳陽部落等 4 個泰雅族部落，想感受傳統的泰雅文化，值得前來探索！

探索在地魅力之旅

梨山部落：到希利克步道健行，發現泰雅獵人的狩獵蹤跡 / 走進梨山文物陳列館，認識泰雅族文物與生活型態。

松茂部落：跟著泰雅族人的腳步走入蒐鹿步道，尋找玄武岩湖泊秘境 / 樂山溪水中泅泳的櫻花鉤吻鮭，展現人類積極復育的生態成果。

新佳陽部落：徜徉海拔高度 2200 公尺茶園風光，品茗品質絕佳的高山烏龍茶 / 在終年陰暗而得名的黑森林步道森呼吸，步道涼爽舒適且生態豐富。

環山部落：獵人步道內繩索橋、半穴居遺址、淨化之地等設施，重現泰雅族人古老智慧 / 每年 3-4 月紫藤花盛開，展現紫藤山城美景。

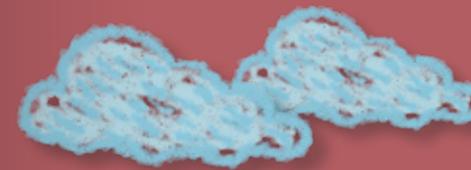
相關資訊



部落導覽資訊



梨山旅遊資訊



長滿染料樹之地

向天湖部落。賽夏族

位在南庄鄉東河村，海拔高約 138 公尺，在賽夏族語中稱作 *lareme:an* 其由來是因為先人開墾這塊土地之時，發現在這一塊土地上有許多植物，而其種子可以做染料，染料的賽夏族的族語稱為 *lareme:*，生產這染料植物的地方叫 *an*，所以稱向天湖為 *lareme:an*，也就是長滿染料樹之地。

照片提供：參山國家風景區管理處



賽夏族的聖地
如詩如畫的人間仙境
一起來場巴斯達隘的對話

賽夏族服飾

傳統以麻為主要材料，經過剝皮、抽絲、紡線、框線、漂染、整經等程序，成為麻布後，再縫接為服裝。

傳統服裝形式有無袖長衣、無袖短衣、腰裙、遮陰布、披風、胸兜等，常用白、紅、黑三色，以白色為底、紅色為圖樣、黑色為點綴用色。

賽夏族的服裝分為日常服裝與儀式慶典服裝，日常服裝多半是素色麻布衣，盛裝時穿有幾何花紋圖樣的服裝，裝飾品有頭飾、頸飾、耳飾、手飾、腿飾等，傳統材料使用貝殼、骨頭、竹等。

文字來源：原住民委員會全球資訊網



照片提供：參山國家風景區管理處

深藏著超脫凡俗的美景

鹿場部落。泰雅族

原名「久布斯」（泰雅族語），是泰雅族人的聚集部落，部落以泰雅族為主，日據時期包括風美社管鹿湖社居民三百餘人，部落特色景點有加里山登山步道、神仙谷以及苦花潭美等，吸引遊客造訪，自然不造作的風情，就是鹿場部落最大的吸引力。

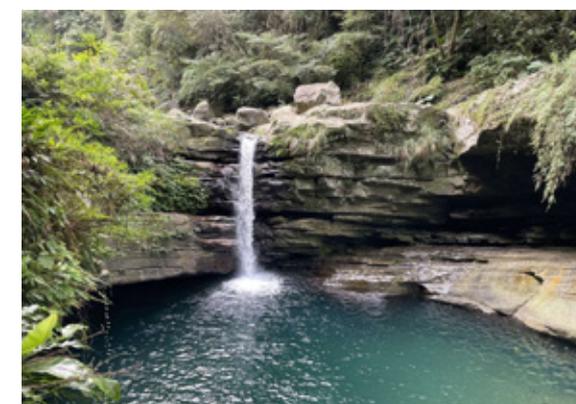
照片提供：參山國家風景區管理處



昔日在淺山之處經常出現鹿蹤
遂將此地取名為「鹿場」

苦花潭

苦花潭位於苗栗縣南庄鄉鹿場部落附近，潭水源頭為風美溪，藏在山谷裡的瀑布，周遭林木鬱蔥，是非常療癒的自然秘境，步道改善後提供遊客更安全友善的休憩空間及解說設備，吸引不少喜愛大自然的旅客前往。



照片提供：參山國家風景區管理處



賽夏族民俗文物館

賽夏族民俗文物館位在苗栗縣的向天湖畔，占地約 6,000 平方公尺，為三層樓式建築，遠眺時即可看見由賽夏圖騰裝飾的石柱以及被竹片包覆的建築本體，館內保存珍貴的賽夏族文化與文物供遊客參觀，還會不定期舉行手作體驗和藝文展演。



櫟木食坊

食坊坐落於南庄東河村，以當季新鮮的在地部落食材為核心，結合餐桌上的菜餚與族語介紹，呈現賽夏族的文化內涵。



石壁染織工坊

以原住民染織工藝為主題的園區，提供植物染 DIY、原民法式甜點、泰雅元素裝潢的民宿等，是體驗自然與傳統工藝的好去處。



蓬萊溪自然生態園區

苗栗縣南庄鄉的蓬萊溪溪水清澈，沿著護魚步道溪畔前行，在林蔭以及微風吹拂下非常舒適，仔細看溪裡生態，可以看見臺灣鏟頰魚、臺灣馬口魚、臺灣石鱚等悠遊其中，而夏天夜晚，無光害的地方更可發現螢火蟲的蹤跡，為熱門的生態旅遊勝地。



瓦祿產業文化館

文化館內可參觀南庄工藝師們精細製作的部落傳統編織服飾與手工藝品，同時提供當地特色農產品、輕食和咖啡販售。



伯優農場

咖啡屋坐落石壁部落的高地，可眺望山景、採收高麗菜、泡菜 DIY、採收甜柿及椴木香菇等，夜晚還可欣賞螢火蟲與滿天星空。



嘎嘎歐岸文化部落

位於南庄的賽夏族八卦力部落，其名稱源於賽夏族語中代表「赤柯喬木生長地」，園區內設有多樣化的體驗活動，如射箭、藤編、搗麻糬及鹿角藤上板 DIY，並提供賽夏族特色服飾體驗與文化解說導覽服務。



向天湖咖啡民宿

坐落於向天湖中央的烏龜島（賽夏族稱為 rakolo'），提供住宿、咖啡及簡餐，可享受悠閒的湖畔時光。



喝納灣

坐落於南庄鹿場部落，是一家充滿溫馨氛圍的木造咖啡小屋，店舖周圍保留著祖先留下的大樹，在自然環境中與部落和諧共存。

水源豐沛土地肥沃、適合人居住的地方

松鶴部落。泰雅族

舊名為「德芙蘭 qalang Tbulan」，意為水源豐沛土地肥沃、適合人居住的地方。日據時期稱「久良栖」社，譯音為「古拉斯」。之後因盛產松樹且吸引許多白鷺鷥，遠望有如白鶴在飛舞，故更名為「松鶴」，過去曾是八仙山林場的轉運站，部落內的檜木林場巷便是珍貴的歷史資產。

照片提供：參山國家風景區管理處



『在台八線上相遇德芙蘭「Tbulan」』

久良栖站、林場巷

松鶴社區林場巷有一整排檜木板屋，是日據時代臺灣三大林場之一的「八仙山」林場，保持最完整的歷史見證。

貫穿部落的「林場巷」其實便是從前的林業鐵道，而昔日的宿舍區保存尚稱完整，是松鶴部落的文化遊覽重點。遊客依然能見到日式拉門、觀景廊道，屋內榻榻米的老建築，這裡活像是日本歷史老街，歲月淹沒許多事物，卻也保留許多古蹟。

文字來源：參山國家風景區管理處



照片提供：參山國家風景區管理處



捎來步道

取名來自當地的部落頭目之名（音同捎來），全程步行時間約 1.5 小時，步道有兩處登山口分別通往谷關吊橋及捎來吊橋，走在吊橋上越過溪谷，可以看見壯麗的大甲溪流淌在山林之中，是一條能夠近距離體會谷關山林之美的登山步道。



五葉松大道

座落於谷關大甲溪畔的松鶴社區，當地種植大量五葉松，部落內有一條約 250 公尺長的五葉松大道，林蔭茂密，夏日行走其間，陽光從層層枝葉間灑落，營造出彷彿置身森林浴的舒心氛圍。



谷關遊客中心暨入關博物館

谷關遊客中心重新轉換成了一個在地的微型博物館來接待旅人，希望遊客以此作為準備探索谷關入山旅遊泡溫泉前的最佳巡禮中繼站與知識的充電起點。



泰好玩獵人體驗營

在谷關可一站式深度探索山林與部落生活的體驗營，有一系列的勇士試煉、織布手作、飛鼠夜觀、獵人故事館等，帶你體驗最真實的泰雅精神。



NANUSA 莊園

NANUSA 納奴薩莊園為一座五葉松森林，可了解到泰雅文化的歷史、舞蹈、音樂和傳統手工藝等，體驗原住民的生活和文化。



握著工藝坊

提供泰雅族口簧琴、藤、竹、木藝文創商品研發製造、體驗及部落生活文化講解教學，感受竹片訴說的古老旋律。



阿嬌姨的店

熱心公益、喜歡交朋友的阿嬌姨所經營的雜貨店，除了販售民生必需品、在地蔬果及農特產品外，也協助帶領觀光客導覽認識松鶴部落。



鶴芝庭園餐坊

隱身松鶴部落裡的合菜餐廳，餐點多取材於當地的原住民風味料理，適合三五好友或團客一起預約享用。



波波的家

位於谷關松鶴部落內的獨棟民宿，別墅型外觀佇立於群山環繞之間，擁有絕佳的地理位置，為谷關松鶴部落深度旅遊的住宿好選擇。

「德芙蘭 Qalang Tbulan」

“水源豐沛土地肥沃、適合人居住的地方”



八仙山國家森林遊樂區



繡眼畫眉



景點名稱：

1. 南勢部落
2. 裡冷部落
3. 松鶴部落
4. 哈崙台部落
5. 谷關遊客中心暨入關博物館
6. 八仙山國家森林遊樂區



谷關遊客中心暨入關博物館

遊程體驗

谷關位於臺中市和平區，在日據時期便已開始進行溫泉資源開發，發展至今成為名聞遐邇的溫泉遊憩區。分布於大甲溪兩側的南勢部落、裡冷部落、松鶴部落、哈崙台部落等 4 個泰雅部落深具人文特色，加上豐富的自然生態資源，遊客可以透過部落觀光，體驗多元的賞玩魅力！

探索在地魅力之旅

裡冷部落：泰雅族樂器口簧琴工藝師，手把手教學吹奏、樂器 DIY 手作體驗 / 高山林相、瀑布、溪流及林道等豐富的自然生態，非常適合來場生態旅遊

松鶴部落：街道保留日式風情建築，見證日據時期林業的發展史 / 獵人體驗闖關、原藝品 DIY 等多項活動，深度體驗泰雅人的生活

南勢部落：在五葉松園區裡，體驗泰雅家屋、族語及飲食文化 / 原住民技藝研習中心廣大戶外園區，可讓民衆休憩散步

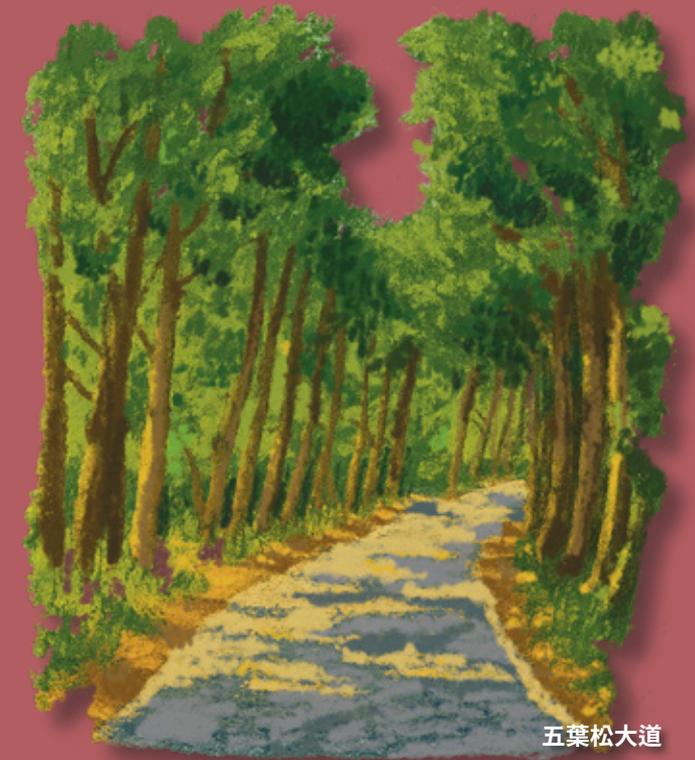
相關資訊



部落導覽資訊



谷關旅遊資訊



五葉松大道

「Kabua-sua」吉貝耍部落 - 歷史長河中失落的族群，依靠傳統文化與堅實信仰走過黑夜

東山。吉貝耍部落。西拉雅族

「吉貝耍」為東山區東河里的古地名，在西拉雅族語為「木棉花部落」的意思。部落中保留五座家族公廨及一座大公廨，透過陶板故事牆、歷史街道椅、入口意象指標、樹下空間細石版畫故事等，來認識這個文化底蘊豐富的部落。

照片提供：西拉雅國家風景區管理處



『西拉雅族遺落在平原上的一顆珍珠』

吉貝耍部落致力發揚與保存西拉雅族的文化，因此不定時舉辦講座、體驗行程、導覽等各式活動，讓來自各地的旅人更加了解部落的文化歷史，從西拉雅神話傳說、傳統祭祀（夜祭、孝海祭）到如何區分部落的大公廨、家族公廨，帶領旅人認識西拉雅族之美，歸途時帶著滿滿的知識回家。



照片提供：西拉雅國家風景區管理處



吉貝耍部落學堂

位於臺南市東山區的吉貝耍部落學堂，堪稱臺南市保存最完整西拉雅祭祀信仰文化的部落，想要瞭解更詳細的部落體驗，一定要先記得預約喔，有專業的導覽團隊會帶領遊客們走訪部落。



吉貝耍部落導覽

若欲前往吉貝耍參觀，歡迎提前向吉貝耍文史工作室聯繫預約，告知參訪日期、人數，以便安排導覽人員與備餐。

連絡方式：陳小姐 /06-6233190



吉貝耍部落傳統風味餐

結束導覽解說後還可以在當地享用風味餐，西拉雅族人相當善用田間野味料理，看了保證讓人食指大動。

照片提供：西拉雅國家風景區管理處



吉貝耍十字繡

十字繡是西拉雅族人傳承和認同的重要方式，透過繡品的色彩、圖案和故事展現特有文化。



西拉雅族會用檳榔與米酒祭祀



陶板故事牆、歷史街道椅、入口意象、樹下空間細石版畫故事等，讓更多人認識西拉雅文化。

木棉花部落

“從西拉雅神話傳說、傳統祭祀（夜祭、孝海祭）到部落的公廨”



景點名稱：

1. 官田遊客中心
2. 烏山頭水庫風景區
3. 八田與一紀念園區
4. 德元埤荷蘭村
5. 吉貝耍大公廨
6. 吉貝耍部落

這裡保存著最完整的西拉雅族文化，主要圍繞著其豐富的西拉雅文化、傳統信仰（阿立母）及生態體驗。想要更深入地瞭解西拉雅族嗎？現在就跟著我們一起從吉貝耍進入西拉雅的時光隧道吧。

★建議您在規劃行程前，預先聯繫部落文化發展協會進行導覽預約，以獲得最深入且完整的體驗。

探索在地魅力之旅

文化體驗：參加「部落走讀」活動，由導覽老師帶領認識部落歷史、神話傳說、祖靈信仰及西拉雅文化。

參觀公廨與信仰據點：參訪保留完整的五座家族公廨及一座大公廨，認識西拉雅族祖靈信仰。

相關資訊



西拉雅族吉貝耍部落

住宿資訊



觀光署旅宿網

交通資訊



交通指南 | 吉貝耍部落資訊網



西拉雅向水祭祀文化

離天空最近的地方

神山部落。魯凱族

神山部落是魯凱族的重要聚落之一，座落於海拔約 1000 公尺、終年雲霧繚繞的圓形台地，擁有豐富的自然生態與獨特的文化風情。由於地勢高且常有雲霧，加上流傳的月神傳說，神山部落又被稱為「月亮的部落」。

照片提供：原住民族原住民文化發展中心



『曾被下凡的月亮之神造訪，深入雲霧上的月亮部落』

魯凱族社會的特色為任務分工縝密的階級制度，融入婚姻、政治、宗教、祭祀與藝術各領域。以百合花為「魯凱族族花」，文化核心價值以百合花的配飾權最富特色，具有表彰聖潔、膽識、勇氣與尊榮的意義，經濟生活以小米種植為主體，小米收穫祭為最重要的祭典。

魯凱族部落分布於中央山脈南段兩側，分屬高雄縣、屏東縣與臺東縣三個行政區。

魯凱族相信各種超自然力量的存在，包含自然類的太陽、星星、月亮、彩虹和百步蛇、雲豹等等，另外亦包含對過往祖先靈魂的溝通與祭拜。

文字來源：原住民族委員會全球資訊網



照片提供：屏東縣政府

愛上部落廚藝學校

- ★全臺首創部落廚藝學校
- ★食農教育產地旅遊
- ★俯瞰全臺最高橋梁

為全臺首創結合部落文化與自然資源的餐飲特色遊程體驗，其設計理念以「綠色設計」作為出發，食用當地種植作物、使用當地植物所作為餐點設計及盛裝器皿（如假酸漿葉、月桃、血桐葉等），採用自然環境下易降解的材料和易於回收的材料，在地業者也持續透過綠色餐廳、家庭農園、土地永續等努力，朝綠色永續旅遊前進。

※ 建議事先預約部落廚藝學校體驗，不僅享受美食，也認識魯凱族的飲食文化與傳統智慧！



DIY 體驗 -

來到部落就該認識部落常用的植物及瞭解其文化，部落提供多項體驗供遊客選擇，有琉璃串珠手鍊、布面月亮吊飾等。

文字、照片提供：茂林國家景區管理處



以農事採集與料理食材為主，讓你採什麼農作物就拿它來入菜，採集的過程有部落農事組媽媽或青年帶你到部落秘境農地採收午餐食材，讓你邊做邊吃，好玩又好吃。



假酸漿是部落常見野菜，不少家家戶戶門前就有幾株，也是魯凱族傳統美食「吉拿富」(cinabu) 不可或缺的食材之一。進入部落廚藝學校，能感受自己採集食材、DIY 烹飪等體驗樂趣。



耶穌聖心堂

教堂以當地石板為建材，裡面最具特色則是由當地族人雕刻的人形座椅，一致朝右方觀看，也就是太陽升起的方向，具有日出東昇，象徵希望之意。



霧臺谷川大橋

八八風災將台 24 線 1 號橋沖毀，經過四年的時間打造全國最高的霧臺谷川大橋，谷川大橋高度為 99 公尺，為通往雲的故鄉 - 霧臺的便道。

山腹中央之圓形臺地

“雲霧上的月亮部落”



- 景點名稱：**
1. 霧臺魯凱文物館
 2. 岩板巷
 3. 耶穌聖心堂
 4. 神山瀑布



旅遊組合自由配

可依據實際旅遊需求與停留時間進行多元化遊程組合：

深度導覽

1. 霧臺谷川大橋
2. 頭目巷道
3. 神山耶穌聖心堂
4. 霧臺岩板巷
5. 霧臺基督長老教會

手作體驗

1. 部落廚藝學校
2. 琉璃串珠手鍊
3. 布面月亮吊飾
4. 月桃編織杯墊
5. 部落石板彩繪

風味餐食

1. 部落風味餐
2. 吉拿富
3. 神山愛玉
4. 小米甜甜圈
5. 香草麵包
6. 霧臺咖啡

預約方式：10人成團

屏東縣霧臺鄉觀光導覽協會 劉小姐 0912-136697

* 神山瀑布位於台 24 線 39km 往佳暮聯絡道上，隱藏於山林之中。周圍盡是山谷風光，沁涼的飛瀑及壯麗山景，彷彿踏入了世外桃源。也是第一個成立的原住民自然人文景觀區，遊客無法自行進入，必須透過霧台鄉公所網站或電話申請遊程，並在有合格解說員的帶領下才能進入參觀。

相關資訊



「漫遊霧臺」小旅行線上預約

住宿資訊



屏東民宿網

交通資訊



台灣好行 神山線郵輪式公車



「歐佈諾伙」Oponoho 《孤巴察額的神祕愛情故事》

萬山部落。魯凱族

位於茂林區高132線道上，經過茂林區公所約1公里後即抵達萬山部落入口，日治時期萬山村稱為「萬斗籠」(Mandaulan)社，原聚落位於海拔高度1475公尺的萬頭蘭山下，曾是茂林區最偏遠的部落，族人稱為「歐佈諾伙」，意為曙光照射的美地。



照片提供：萬山部落文化健康站

『蘊藏著神祕的萬山岩雕群』

魯凱族服飾

魯凱族的服裝屬於方衣系統，以棉麻為主要材料，底色以黑色為主，再以紅、黃、綠三原色等鮮豔色彩刺繡襯出圖案。男子傳統服裝以皮革為主，過去在平時戴皮帽、頭巾、上衣、肩帶、腰帶、鹿皮衣、鹿皮套褲等，盛裝時加上頭飾。女性日常服裝包括頭巾、長袍、腰裙、綁腿、手套等等，盛裝時同樣換上刺繡、珠繡裝飾的衣服，再加上花冠、頸飾、肩飾等各種飾品，如今在祭典隆重場合或婚禮皆可看到族人盛裝著傳統服飾以示重視，並藉此彰顯魯凱族的文化。

文字來源：原住民委員會全球資訊網



照片提供：萬山部落文化健康站



龍頭山遊憩區

龍頭山因其山形似巨龍而得名，位於茂林區高 132 線 12 公里附近，面積約 22 公頃。龍頭山屬珍貴的環流丘地形，三面為高山所環繞，溪流流向曲折蜿蜒。在長期的侵蝕作用下，流水把山丘分成二段，遠望就像是條巨龍在吐珠，故名「龍吐珠」，此處常見成群老鷹在崖壁上盤旋或沿著溪谷翱翔，故又稱為「老鷹谷」。



多納高吊橋

多納高吊橋位在萬山與多納間的龍頭山，全長 232 公尺、高 103 公尺，橫跨濁口溪，號稱東南亞最高的吊橋。在日治時期，因強勢的理番政策引發激烈的衝突，地處深山的多納部落始終未被攻陷，因此日本人以「和戰」之名，提出興建吊橋用以運送糧食的計畫，實則藉著打通道路貫徹理番政策。



小長城步道

位於茂林龍頭山遊憩區，係延著龍頭山背脊稜線建造，一路延伸至多納高吊橋，視野遼闊可以俯瞰整個龍頭山的環流溪谷、多納大橋、望夫崖、蛇頭山及濁口溪流，遠望木棧道宛如小號的萬里長城的木棧步道，適合大人小孩一起來趟健康的踏青之旅，呼吸新鮮空氣，享受大自然的鬼斧神工。

以上照片提供：茂林國家景區管理處



古老主食「超級食物」油芒 - 油芒餅乾



油芒（左）與乾燥芋頭粉（右）



品味部落餐桌上的「超級食物」
油芒、懶惰吉拿富、勇士湯

以上照片提供：高雄市政府新聞局 / 攝影者：Carter



勇士豆 - 樹豆



照片提供：萬山社區發展協會

「國定」萬山岩雕群考古遺址

「萬山岩雕群」

是臺灣首見的史前「岩雕藝術」，位於高雄市茂林區魯凱族萬山舊社（萬斗籠社）的傳統狩獵區山林中，刻鑿於岩石表面的圈狀紋、重圓紋、人形紋、足狀紋，及許多無法解釋的圖形。萬山岩雕圖紋豐富，其刻鑿於岩石表面的紋路，配合魯凱族傳說與神話式的故事背景，推估岩雕年代距今約 500 年至 1600 年前，其確實的創作年代及創作族群仍有待進一步研究。

文字參考來源：高雄市文化局
(<https://heritage.kcg.gov.tw/Wanshan/>)

攝影者：許恆康

- 參觀小提醒 -

萬山岩雕群考古遺址深藏於山林之中，是珍貴的史前藝術瑰寶，也位於當地原住民族的傳統領域。若您想親自探訪這處充滿神秘魅力的文化遺址，請先向部落及相關單位提出申請，並獲得同意後再前往，以表達對在地文化的尊重。

前往遺址的路途遙遠且地形崎嶇，沿途多為山徑，行程艱辛，建議遊客做好充分準備，並遵從導覽人員或當地嚮導的指引，以確保安全與對文化的尊重。

高雄市茂林區萬山岩雕文化館

原為已停用的茂林國小之萬山分校舊校舍，為活化既有空間、延續在地文化資產的脈絡，作為部落文化保存與萬山岩雕展示，為全台 12 處國定遺址之一的萬山岩雕與萬山部落族群共同生活與記憶的展示館。

萬山岩雕文化館試營運期間：
平日週一至週五 9:30-15:30 開放自由參觀，週六、週日需電話預約，亦可搭配預約部落在地遊程，透過深度導覽、原民風味餐、DIY 體驗，讓族人帶您一揭神秘的萬山岩雕與部落文化。

詳洽萬山社區發展協會：07-6801538；
或 FB 搜尋萬山部落。



照片提供：萬山社區發展協會

曙光照射的美地

“「萬斗籠〈Mandaulan〉社」，曾是茂林區最偏遠的部落”

萬山部落 / 小長城步道 / 龍頭山望夫崖 / 多納高吊橋

從龍頭山觀景台到小長城步道，再到多納高吊橋，來回約 60~70 分鐘，沿途風景秀麗、景觀優美，視野遼闊可以俯瞰整個龍頭山的環流溪谷、多納大橋、望夫崖、蛇頭山及濁口溪流，是全家親子出遊的好地方！

相關資訊



微笑台灣



萬山社區發展協會 fb



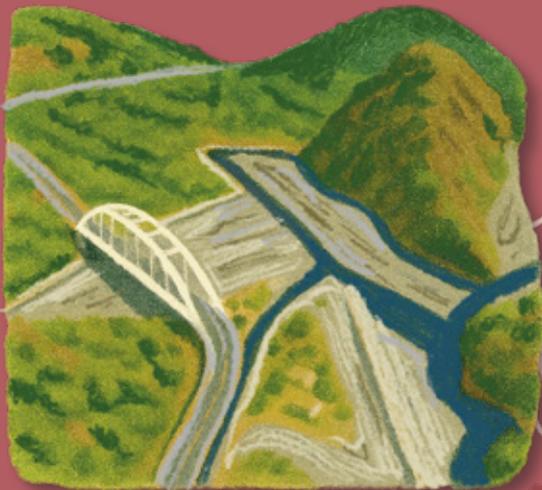
樹豆 - 勇士豆

探索在地魅力之旅

- ◆位於萬山村往多納村途中的龍頭山，因其形狀貌似巨龍而成爲茂林國家風景區內著名的地標與景點。
- ◆頗負盛名的小長城步道，有著浪漫故事的龍頭山望夫崖，漂亮的多納高吊橋，
- ◆蛇頭山從龍頭山觀景台或小長城步道上即可看見，因神似百步蛇盤於濁口溪樣貌而得名，蛇頭山是個典型的曲流地形，原爲一環流丘，與龍頭山分置兩旁相對映，百步蛇頭山被視爲守護族人的聖山，更是茂林地區著名的景點之一。

交通資訊

1. 大眾運輸
左營高鐵站搭乘高雄客運快線公車 E101A 及 E101B，或市區公車 8023 到旗山轉運站，轉乘茂林區的公車前往。
2. 自行開車
從國道 10 號旗山交流道下，循高 140 線、台 28 線、台 27 線轉高 132 線進入茂林區，再沿指標前往約 7 公里處的萬山部落入口。



龍頭山遊憩區



多納高吊橋

禮納里——在族語中意為「我們一起走，大家一起往那兒去的地方」

禮納里部落。排灣族—魯凱族

三地門鄉大社村、瑪家鄉瑪家村及霧臺鄉好茶村三村的居民遷移來此，並由世界展望會援建永久屋，命名為「禮納里」部落，象徵重生希望的美麗家園。

照片提供：原住民族原住民文化發展中心



『漫步在臺灣版的普羅旺斯』

排灣族小米收穫祭

小米從開墾、播種、除草到收穫每一階段都有祭儀，在農事活動完成時，辦理的祭儀稱為 masalut（感恩收穫祭）。masalut 具有跨越、超過、過年的意思，在以農業生產為主的部落生活中具有「時間」指標的意義。收穫祭的第一天，將小米收進穀倉，接著進行祈福，並選擇來年播種用的種子。第二天傳統領袖召集巫師、祭司到各家探訪收成並進行祈福，一部分收成會由傳統領袖帶走，在祖靈屋獻給祖靈；另一部分收成則在巫師進行祭祀後，由各家戶將新粟入倉。

文字來源：原住民族委員會



照片來源：【小米收穫祭 (作者：彭淑惠)】



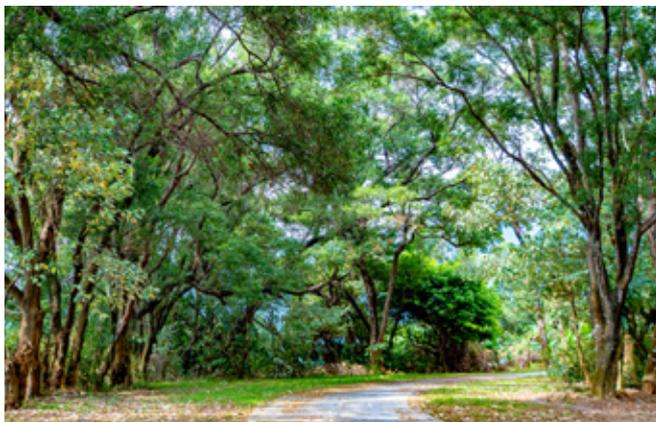
臺灣原住民族文化園區

處於三地門、瑪家、霧臺等 3 個原住民鄉對外交通之樞紐地帶。佔地面積約 82 公頃，園內主要以展示、保存臺灣原住民族文化為主，以原住民族傳統建築為展示對象，完整呈現聚落的風貌，是國內規模最大、最具研究價值的野外博物館。



三地門工藝步道

位於三地門鄉中正路一段，行走在工藝步道上，等於巡禮整個部落的主要工藝坊，步道以「峨格工作室」為起點，全長約 453 米，於民國 91 年由全村居民共同創作，裡面 1212 塊陶板也都是村裡的老人和孩子們親手繪製而成的喔。



禮納里環區步道

禮納里環區步道入口處位於禮納里遊客中心對面停車場旁，環繞於禮納里部落兩側，步道地勢平坦好走，沿途有多個出入口可自由進入步道，走在步道上可遠眺三地門和隘寮溪，感受綠意盎然的悠閒氛圍。

照片提供：茂林國家風景區管理處



魯魯灣，luluwan

是間獨特又漂亮的玻璃屋無菜單料理餐廳，採用部落傳統食材烹調出有溫度的家庭式料理。



督拉拜亞之家民宿

居住環境優美及安靜，另有魯凱族舊好茶石板屋深度旅遊行程。



琉璃花園

採用原住民當地食材，以養生自然風味，為每位顧客烹煮最美味料理，搭配假酸漿葉、洋蔥將山豬肉肥瘦肉均勻，口味獨特不油膩。



禮納里 - 最美的街角

隱身山間的溫暖庭院，伴著貓兒的靜謐時光；在充滿自然木香的空間裡，每位入住的旅人都能感受到質樸而真誠的溫暖。



莉姆姆的歌 (禮納里店)

自屏東縣霧臺鄉起家的小米甜甜圈專賣店，Q 彈恰到好處的口感，成為席捲部落的新時代烘焙美食。



嵐雲綠海山居風格館

從種植、烘豆、手沖皆自產自銷的冠軍咖啡館，多種風味，順口且層次豐富，店外即可近距離看到咖啡樹，也販售屏東盛產可可，歡迎來品味部落的好風味。

照片提供：各店家



景點名稱：

- 1. 禮納里遊客中心
- 2. 1N1原創空間
- 3. 禮納里環區步道
- 4. 瑪家遊客中心
- 5. 臺灣原住民族文化園區
- 6. 山川琉璃吊橋

我們一起走，大家一起往那兒去的地方

“伴隨旅人腳步而行的是隨處可見的原住民工藝品”

熊鷹

禮納里遊客中心

建議遊客預留半天時間，探訪禮納里遊客中心、瑪家遊客中心（瑪家穀倉）、臺灣原住民族文化園區、部落工坊等周邊景點。在禮納里遊客中心一處巨幅壁畫，是魯凱族藝術家杜寒崧所創作的「無言的抗議」，用色鮮明，讓人驚艷。透過族人無奈的眼神，傳達著對觀光失序的深沉抗議，無聲地提醒每位造訪者：請以謙遜與尊重的心，珍惜禮納里這片承載著深厚文化的土地。

探索在地魅力之旅

- 部落導覽：由在地人帶領認識部落的歷史與文化特色。
- DIY 體驗：琉璃珠、皮雕、構樹皮工藝等，親手製作紀念品。
- 原住民族歌舞表演：原住民族文化園區傳統歌舞表演。
- 部落特色美食：享用原住民風味餐

相關資訊



茂管處
禮納里遊客中心

住宿資訊



屏東民宿網

交通資訊



台灣好行 神山線郵輪式公車



臺灣原住民族文化園區



185 沿山可愛咖線
(預約成行，郵輪式公車)

排灣族的重要發源地

舊排灣部落。排灣族

是排灣族的重要發源地之一，保存了許多珍貴完整的石板屋遺跡，於2019年榮獲亞太旅行協會 (Pacific Asia Travel Association, PATA) 文化與遺產類金獎，近年來也積極發展深度人文生態旅遊，透過傳統頭飾花環、月桃編織、石板屋巡禮及石板屋住宿體驗等，帶領遊客深入認識這座千年古城。

攝影者：蕭金念薇



『從大武山的大巖石誕生』

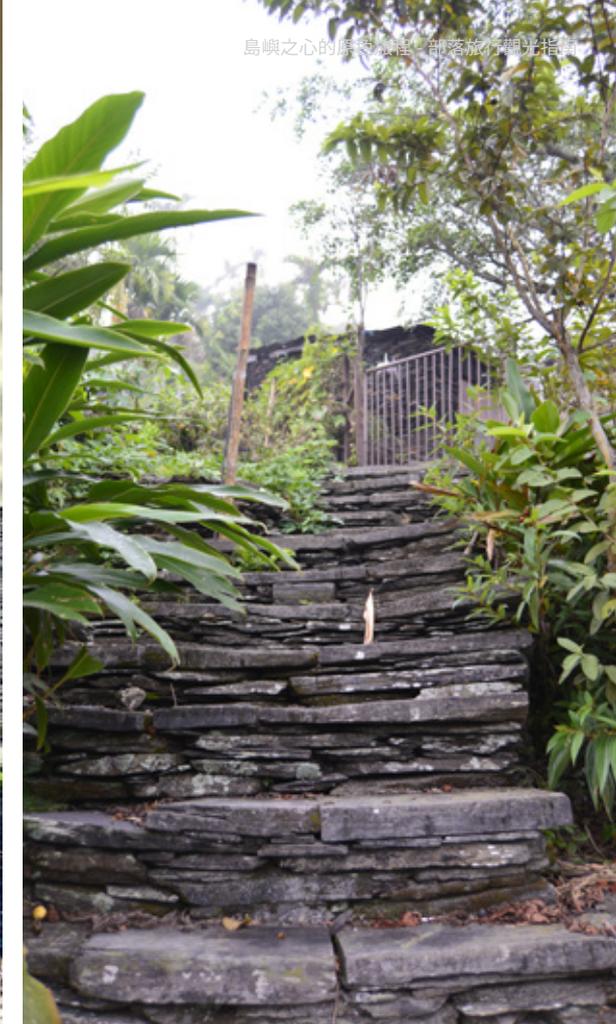
舊排灣部落頭目家屋

舊排灣部落為現今排灣村舊址，是排灣族的發源地，部落裡保存完整石板屋群，其中又以頭目家屋最具規模，屋內可見祖靈柱、葬坑、天窗等結構。還有一處吶喊石，古時多透過吶喊的方式向遠方部落傳達訊息，也是頭目宣布重大事件的地點。

沈寂百年的石板屋聚落，宛如一座遺世古城，神秘且莊嚴，走在部落裡，會讓我們忘記時間流逝，會忘記都市帶給我們的煩擾，好好享受在古城慢活的時光中。



攝影者：蕭金念薇



照片提供：蕭金念薇



傳統石板屋

以石板為材料，部分使用木材、竹與茅草或土坯為建築材料。典型的排灣族家屋，基地為梯型平臺，房屋的地面、屋頂與牆面使用板岩。一般平民家屋分為家屋內部與前庭兩部分，家屋內部空間為橫向長形，室內靠牆處有臥床，灶設在走進門側牆邊。

貴族家屋在前庭空間上特別寬敞舒適，也有植栽與座椅方便聚會與乘涼，多半設有高約一公尺半、設有立石柱的神聖平臺；貴族家屋正門前橫楣有雕刻裝飾，屋內的中柱與床柱則有祖先雕像神柱；住屋內前面設有床臺，後方則有專門放置陶罐之處。

而祖靈屋內有人像雕刻與百步蛇主柱，其上懸掛著各類獸骨與儀式用具。祖靈屋是族人祭拜祖先、舉行各項儀式的地方。

「尋找傳說中的黑色王國」

“如梯田般隨處可見的石板屋建築工藝及百步蛇紋與雙頭蛇紋飾的圖騰雕刻”



大武山



景點名稱：

- 1. 排灣社(舊址)
- 2. 石板屋
- 3. 瑪家村
- 4. 望夫崖涼亭

舊排灣部落一日遊

舊排灣部落屬北排灣群重要發源地之一，因多重因素搬遷，遺留廣大石板屋群，近年來族人努力重建舊部落石板屋，且於舊部落發展人文生態旅遊，讓來訪的旅人擁抱舊排灣山間能量、人文生態。

深度導覽 -

- 1. 石板屋聚落巡禮、2. 頭目的家、3. 望夫離別處、4. 祈福儀式、5. 部落傳統設施解說（烤芋棚、穀倉、瞭望台）、6. 舊教室文藝空間

手作體驗 -

- 1. 花環編織、2. 月桃小編籃

風味餐食 -

- 1. 部落風味餐、2. 無菜單料理

相關網站



茂林國家風景區

住宿資訊



屏東民宿網

交通資訊



台灣好行 神山線郵輪式公車



185 沿山可愛咖線
(預約成行，郵輪式公車)

※ 以上公共運輸僅到轉運點，需再預約接駁進入部落



石板屋聚落

前世今生 日月潭與邵族人的故事

伊達邵部落「Ita Thau」。邵族

主要居住在南投縣魚池鄉伊達邵部落和水里鄉大坪林聚落，其中伊達邵部落至今仍然嚴謹地遵循傳統祖靈信仰，傳統祖靈信仰以 Ualuan（祖靈籃）為供奉對象，具體象徵祖靈之存在，並且供奉於各家戶內。邵族的傳統祭祀體系主要分為農曆 3 月的播種祭、農曆 7 月的狩獵祭及農曆 8 月的祖靈祭等重要祭儀。

攝影：趙守彥



『萬古山中水沙連，邵族原住水潭邊』

“邵族 Tungkariri Lus'an（祖靈祭），於 2015 年登錄為國家重要民俗”

樂舞特色

邵族具有獨特的樂舞特色，如舂石音、歌舞展演等，被認為是邵族最具特色的文化風采。邵族的歌舞原是精神生活的呈現，更與祖靈信仰、祭祀、生命禮俗、…息息相關。

而邵族的歌謠充滿著生命與感情，呈現族人與自然的深刻關係，是邵族的「文化復育」重點所在。



文字照片提供：日月潭國家風景區管理處



伊達邵水上自行車步道

伊達邵自行車步道全長 2.6 公里，起點位於伊達邵碼頭，途經日月潭纜車站至水蛙頭，棧道沿著潭畔鋪設，沿途邊坡有許多原生的筆筒樹，對應前方狀似飛碟的纜車站，原始與現代的交錯，更顯現日月潭這樣的風貌。(日月潭纜車站至伊達邵遊客中心，約 900 公尺)



伊達邵文物館

位於伊達邵的伊達邵國小，以邵族圖騰與意象裝飾的「邵族文物館」，展示的文物相當可觀；有傳統的狩獵、漁撈、農耕、生活等器物，亦有春石音的杵和傳統樂器，而這些邵族文物提供教育資源外。目前僅供教育及相關學術單位申請參觀，需事先與校方預約。



伊達邵遊客中心

遊客中心位於伊達邵碼頭前，是搭乘遊艇必經之地。建築物外形猶如一艘大型遊艇，於 2011 年啟用，2023 年再次整修。一樓為遊艇售票處、特產品店、緊急醫療站、公廁、哺乳室，建築物外設有小客車停車場。二樓為管理站辦公室及遊客中心。

以上照片提供：日月潭國家風景區管理處



麓司岸餐坊

是道地的邵族原住民，本身又曾是星級飯店主廚，常常結合不同的食材呈現新的料理及口味。



春華飯店

自然農法野放方式，並以人工除草方式，保持自然生物鏈完整生息繁衍，無化肥無農藥，讓土地回歸土地的原貌。



瑪蓋旦風味餐廳

以原住民料理為主題的餐廳，菜色多樣化。



小米酒博物館 (日月酒莊)

已傳家 4 代，對鄰家原住民生活習性，文化傳承，尤其對小米酒的製作及釀造過程更是熟悉，經長期經驗累積及堅持傳統釀造方式，造就了風味獨特且越陳越香的小米酒。



映涵渡假飯店

為日月潭伊達邵商圈規模最大的飯店，距離伊達邵（德化社）碼頭僅 30 公尺，與日月潭纜車站步行約 15 分鐘路程。



日月潭力麗溫德姆溫泉酒店

日月潭力麗溫德姆溫泉酒店為力麗集團投資興建的國際品牌酒店，由世界知名的酒店管理集團—美國溫德姆集團（管理）特許經營。

伊達邵部落重要生活場域

“水沙連的逐鹿傳說”



伊達邵遊客中心



日月潭全景



景點名稱：

1. 向山行政遊客中心
2. 水社碼頭
3. 九族文化村
4. 九蛙疊像
5. 達克拉哈水上自行車道
6. 伊達邵文物館
7. 伊達邵商店街
8. 伊達邵碼頭
9. 玄光碼頭



伊達邵文物館

伊達邵部落（原名德化社）位於日月潭湖畔，是邵族人的主要居住地，提供豐富的文化體驗和自然景觀。建議您規劃一趟結合文化體驗、美食探索與湖畔休閒的遊程。

探索在地魅力之旅

邵族文化：伊達邵是邵族文化的核心區域，遊客可以在此體驗獨特的邵族祭典（需配合時節）或平日的文化導覽。

在地美食：老街有許多攤販，提供各種特色小吃，是體驗當地風味的好去處。

湖畔景觀：伊達邵碼頭是日月潭的重要停靠點，無論是搭船遊湖還是騎行步道，都能近距離感受日月潭之美。

DIY 手作：部分遊程提供馬告文化或傳統編織等手作體驗，讓您帶回獨特的紀念品。

相關網站



南投縣魚池鄉
邵族文化發展協會

交通資訊

大眾運輸：
高鐵 / 臺鐵 - 轉乘「台灣好行」
轉搭臺灣好行 6670 日月潭線

抵達日月潭站轉搭遊湖巴士 6669（全線無障礙班次）至伊達邵站下車。

相關導覽資訊

連絡信箱：
thao2850036@gmail.com



觀光署 日月潭伊達邵



貓頭鷹

視飛魚為天神恩賜的民族

蘭嶼部落。達悟族

達悟族 (Tao) 亦稱雅美族 (Yami)，是臺灣唯一主要傳統聚落分佈在臺灣離島的原住民族，分佈於臺灣本島東南外海的蘭嶼上，語言為達悟語。

達悟族是海洋民族，以捕魚為主要產業，並以其獨特的飛魚季文化聞名，但也會種植小米、番薯、芋頭等農作物。

達悟族視飛魚為天神賜予的禮物，在飛魚季期間，各漁船船員需住在共宿屋內，在這期間只捕撈飛魚，不捕其它魚種，而所有的漁獲皆與部落共享，因為達悟族相信若在飛魚季結束前將漁獲分食完畢，來年就會有源源不絕的漁獲。

照片提供：副總統參訪「野銀部落地下屋」
Official Photo by Simon Liu / 總統府提供 CC BY 2.0



『雅美族的美式生活、海味、熱情與活力』

小米豐收祭於每年好月節 Apiya Vehan 舉行，是達悟族在飛魚季中最重要的祭典之一，又稱為收穫節、豐年祭。

依循傳統曆法，播種小米始於秋冬、收割於春末，於盛夏飛魚汛期尾聲最好的月份辦理小米豐收祭。藉由歌聲與舞蹈讚頌節日之美好，感謝飛魚季平安豐收，並祈求來年一切順利。

小米豐收祭，由部落耆老集體承擔、引領，自初始整地播種、採收貯藏、進行搗小米舞蹈和歌謠慶豐收等，老中青世代並肩深入理解文化面貌，實踐傳統儀式內涵。



副總統出席「蘭嶼鄉紅頭部落聯合小米豐年祭」 Official Photo by Simon Liu / 總統府提供 CC BY-SA 2.0



照片提供：交通部觀光署 (28648-PH_20130520)

龍頭岩

龍頭岩的形成是隆起的大型珊瑚礁岩，在大自然的海蝕風化下，漸漸形成現在的樣貌。達悟族人（雅美族人）稱龍頭岩為 ji-mazing，意為岩石鋒利不規則，形成坑坑洞洞的岩壁。龍頭岩附近海域為蘭嶼人重要豐富的漁場，經常可看到當地人在捕魚海釣。



照片提供：交通部觀光署 (28648-PH_20130430)

寧靜海

其清澈見底、湛藍無比的海水，加上當地得天獨厚的多元生態，除了有特殊生物海蛇和形狀獨特的礁岩，猶如天然泳池般的地理位置，讓許多遊客著迷於此游泳、浮潛、跳水等。



照片提供：交通部觀光署 (28648-PH_2013017)

青青草原

青青草原四季各有不同風情，春季期間草原開滿野百合與山菊花，一片綠地點滿黃、白花海美不勝收；春夏之間草原滋長綠意遍野漫步其間優游自然，是觀景的好去處；秋冬季節受東北季風吹拂草原呈現枯黃，又是不同風情的美景，每個季節都可欣賞到各有不同的感受。



小院 inaorod

位於東清部落裡的露天食堂每道料理都像做給家人地用心與實在，讓你吃得健康安心。



老椰食堂

如果想吃點有蘭嶼特色的原住民風味料理，可以試試老椰食堂這間在地老店。尤其是飛魚卵香腸，吃得到飛魚卵在嘴裡噼噼爆開的感覺！



玖伍貳民宿

民宿前就可以望著太平洋發呆也可以脫掉一切煩惱跳下太平洋，民宿內有著乾淨舒適的房間還有無敵的海景跟熱情的心等著旅人們到來。



海很藍咖啡

是一家帶有慵懶氣氛的特色咖啡館，店內有許多貓咪，並提供咖啡、甜點和調酒。建議前往可先透過電話或社群媒體確認是否營業。



藍海屋民宿

藍海屋是一個小巧而精緻的熱帶島嶼風格渡假村，鬱鬱蔥蔥的熱帶林木所包圍的小木屋，設有寧靜的午後餐廳，每棟木屋皆設有獨立陽台，讓你安靜的欣賞專屬私人美景。



KAOZI

是一間藏身在蘭嶼朗島部落巷弄裡的複合式餐酒館 / 小酒吧，氣氛隨性、帶有濃厚海島與在地風味，暖燈 + 海風 + 小酒 + 簡餐，非常適合在島上放空，慢慢享受蘭嶼的夜。

一個充滿獨特達悟文化和壯麗海洋景觀的島嶼

“太平洋上的遺世珍珠”



蘭嶼日出



景點名稱：

1. 開元漁港
2. 蘭嶼航空站
3. 椰油
4. 朗島
5. 東清
6. 野銀
7. 紅頭
8. 青青草原
9. 龍頭岩
10. 寧靜海

拼板舟文化

包含環島公路沿線的景點（如東清灣、情人洞、青青草原、雙獅岩等），以及深度體驗活動（如達悟族地下屋導覽、拼板舟體驗、夜間生態觀察、潛水、SUP 立槳等），其中推薦行程可規劃搭配浮潛、生態導覽等活動，以充分感受蘭嶼的自然風光與人文風情。

探索在地魅力之旅

達悟族文化體驗：參加地下屋導覽、拼板舟體驗、夜間生態觀察等，深入了解達悟族文化。

水域活動：浮潛、潛水、SUP 立槳體驗，欣賞蘭嶼清澈海域下的豐富生態。

環島：騎機車環島，是探索蘭嶼各部落景點最方便的方式。

相關導覽資訊



看見太陽產業平台

交通資訊

搭船

1. 台東富岡漁港
2. 屏東後壁湖遊艇港：
航程時間約 2 到 2.5 小時，視海象狀況而定。
3. 搭飛機 - 出發地點：台東機場。



由於航班會因天候或海潮取消或改變航行時間，建議出發前最好與客輪公司了解狀況。

斑鰭飛魚

黑鰭鬚唇飛魚

白鰭鬚唇飛魚



花東

以海與山編織出原鄉獨特的生活與旅程氣質

沿著花東一線，群山與大海之間流動著原鄉的氣息。臨太平洋的台 11 線，如同阿美族的生活長廊，海風把歌聲與祭儀傳得很遠；而順著台 9 線穿越縱谷，布農族、排灣族的部落在山影與稻浪間延續著世代的脈動。於是，東部海岸國家風景區管理處以「一烈！海派過生活」的方式擁抱生活的奔放；花東縱谷國家風景區管理處則以「縱谷原遊會」承載大地的溫柔。這兩條路線，如兩種氣質的旅程，交織成花東大地獨有的節奏與美感。



水璉部落



高山部落



新社部落



貓公部落



靜浦部落



奇美部落



比西里岸部落



都歷部落



都蘭部落



永康部落



支亞干部落



崁頂部落



大埔部落



織羅部落



水璉部落。阿美族 在蕃薯寮溪聽「遺勇成林」的傳說

據悉過去世居蕃薯寮的原住民崇尚勇士，只要能撐竹竿跳過這陡峭深谷，就會被族人尊奉為酋長。但峽谷實在太寬太深，許多跳不過的青年葬身谷底，他們使用過的竹竿，插入溪谷成長為茂密竹林，即「遺勇成林」故事之濫觴。

文字照片提供：東部海岸國家風景區管理處

相關資訊



一烈！海派過生活

位於花蓮縣壽豐鄉的水璉部落是阿美族四大古部落之一，族語為 Ciwidiyan，意指多水蛭之地，過去稻田中隨處可見水蛭身影，亦被荷蘭人稱為美麗的村落。依山傍海的水璉，各種山海技巧族人皆嫻熟於心，更醞釀出獨特的獵人文化，吉籟獵人學校正是為傳承這份與自然學習的智慧而存在。吉籟（Cidal），是阿美族語太陽的意思，也象徵著母親。除發揚文化以外，更期許能如母親守護孩子般，守護部落裡的人們。

水璉以阿美族人為主，還有百年前因戰亂隱姓埋名的撒奇萊雅族，以及漢人族群，融合成多元民情。跟著族人走訪部落，看曾經的水璉糧倉搖身一變成生活博物館，重現舊時部落主要生活場景，包含曾是舊省道的老街，沿街行經昔日油行、碾米場、藥房、診所、雜貨店，來一趟舊時光之旅。



和吉籟獵人一起，師法自然

文字照片提供：東部海岸國家風景區管理處



高山部落。布農族

走進獵徑，感受萬物氣息

遠離喧鬧的都市塵囂，到高山來趟擁抱自然、洗滌身心的旅行。跟著高山人走入森林深處，矗立百年之久的雀榕映入眼簾，這兒是老鷹的家，也是從前部落孩子們尋找鳥蛋的地方。鼓起勇氣攀上大樹吧！

文字照片提供：東部海岸國家風景區管理處

相關資訊



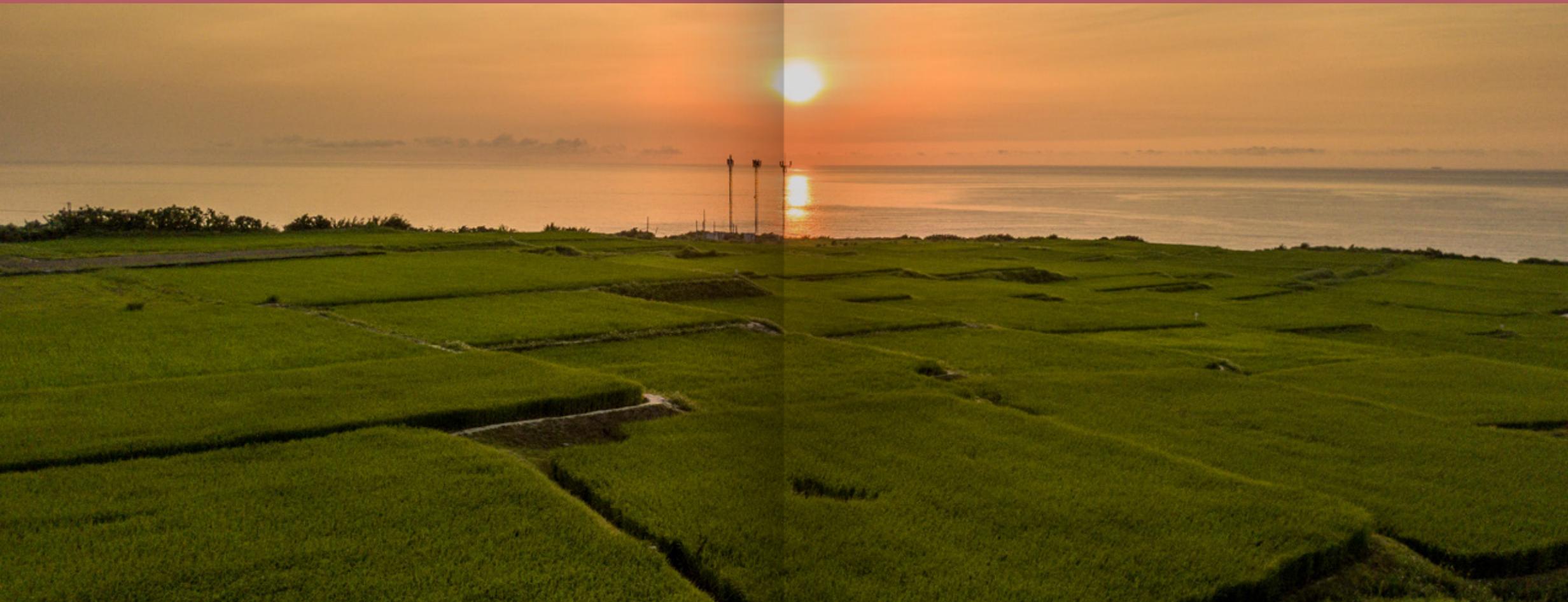
一烈！海派過生活

位於花蓮縣豐濱鄉，緊鄰台 11 線旁的海岸山脈上有一處秘密據點 - 高山森林基地。高山，不是很高的山，是部落的名字，這裡住著一群近百年前祖先從中央山脈翻山越嶺遷移至海岸山脈的布農族人。離鄉背井，定居陌生的加路蘭山，看到從未見過的海洋，遇見當地阿美族人與撒奇萊雅族人，擁抱更多元豐富的海洋文化，成為全台唯一臨海而居、會下海拋網捕魚的「海岸布農」。

在布農族人嘹亮的歌聲中，聽高山先祖翻山越嶺、筆路藍縷的遷徙之路。從祖輩徒手開墾的石洞遺跡開始，跟隨族人走入森林裡羊腸小徑，看似靜謐的森林在獵人眼中卻是另一番光景：山豬所經之處比較寬、細長的路徑則是山羌經過的痕跡，蔥鬱綠林蘊含滿滿生命力。



跟著獵人走進森林獵徑



新社部落。噶瑪蘭族 絲絲入扣的部落秘密

發源於海岸山脈的大不岸溪有著豐富生態物種，不僅讓先民得以溫飽，更發展出獨特漁獵工藝：將小型漁筍放在流水落差處，藉由餌料氣味吸引蝦蟹、或藉由強勁溪水將魚蝦沖進大型魚筍中。跟著漁人走向大不岸溪，認識日本禿頭鯊、大吻鰕虎等珍貴迴游魚類，體驗傳統漁獵智慧，共同守護溪流環境與部落文化。

文字照片提供：東部海岸國家風景區管理處

相關資訊



一烈！海派過生活

位於花蓮縣豐濱鄉的新社部落，族語「pateRungan」，意為船隻停泊靠岸、萬物養生之處，不僅是全台最大的噶瑪蘭族聚集地，更保有完整噶瑪蘭文化。自海面上吹來的水氣滋養，使新社部落擁有得天獨厚的臨海梯田，無論是春耕時的一片翠綠，或秋收前令人炫目的金黃色，一望無際的景象讓人心曠神怡。來到新社，千萬別錯過此處與眾不同的飲食習慣、慶典祭儀、與獨特的工藝技術！

吃過香蕉、喝過香蕉牛奶，但你曉得香蕉能夠織布嗎？新社噶瑪蘭族獨有的香蕉絲工藝超過百年歷史，可謂臺灣珍貴的文化資產。從刮取香蕉樹纖維開始，經過晾晒、分線、捻線、繞線、整經、染色等多道工序，才成為能用於編織的線材。



香蕉絲編織技藝



貓公 (fakong) 地名來自阿美族對「文殊蘭」的發音，位於花蓮豐濱，地處聖山腳下，倚著海岸山脈，擁有豐富的手感技藝與獨特青年制度文化。

貓公部落。阿美族

聖山腳下的手感部落

沿著八里灣溪而行，跟著族人的腳步來場部落漫遊。文化底蘊深厚的貓公部落，有說不完的历史、聽不夠的故事，走進工坊一條街，藤編、釀酒、苧麻、輪傘草，處處都是傳承，傳統家屋、八角亭聚會所，比比皆是文化。走，一起貓公吧！體驗部落生活真實面貌、感受部落樸實之美。

文字照片提供：東部海岸國家風景區管理處

相關資訊



一烈！海派過生活

座落於花蓮縣豐濱鄉的貓公部落，地處海岸山脈東側，亦是最接近聖山 Cilangasan 的阿美族部落。貓公，族語為「Fakong」，源自於海濱隨處可見的文殊蘭，相傳先祖來到此地時，遍地皆是文殊蘭，夜晚還能隱約看見在月光下反射的微光，部落便以此為名。這座古部落至今仍保有傳統祭儀與歌謠樂舞，以及許多珍貴的手工作藝，耆老們溫柔守護、青年們積極傳承，讓貓公繼續優雅發光。

走進部落工藝坊，深入瞭解貓公的歷史與文化，從工藝復興遠古的美好與智慧。葉片向外散成傘狀，看來就像一把把雨傘的骨架，輪傘草因此得名，跟著部落媽媽 (ina) 的巧手一起用輪傘草編織各種生活小物，妝點家中角落。編完輪傘草，來點苧麻吧！苧麻是部落傳統製線的重要植物，纖維經多道工序處理後相當耐用，相傳一件苧麻衣穿幾十年也不會壞，快向部落媽媽 (ina) 討教如何「捻線」製作麻線編織提袋，一口氣打包回憶。



輪傘草編織



靜浦部落。阿美族 在秀姑巒溪上遨遊

在河口討生活，沒點技能傍身怎麼行！跟著族人腳步來場接地氣的原味之旅，體驗在地漁獵生活。走，膠筏划起來！在過去，竹筏對靜浦人而言是重要的生活工具，讓我們追尋前人腳步，划著膠筏將海、河、山、島美景盡收眼底。回到岸邊，和族人一起追逐浪花蟹。

文字照片提供：東部海岸國家風景區管理處

相關資訊



一烈！海派過生活

臨近於北回歸線，亦被稱為「太陽的部落」的靜浦，阿美族語「Cawi'」，意為山谷裡的平地。靜浦部落位處花蓮縣豐濱鄉最南端，緊鄰秀姑巒溪出海口，族人百年來群居於此，在天未亮時出海捕撈，日日迎接晨曦升起、太陽照耀，孕育出東海岸獨特的河口文化。快來和族人一同撒網捕魚，感受與海搏鬥的日常，看暗夜中盞盞燈火伴隨著天光漸漸交疊成一片，將靜浦的暖，雋刻在心底。俗稱「倒退嚕」的浪花蟹，平時藏身於沙灘裡，看族人利用古法智慧，利用浪花蟹喜歡腐肉的習性將誘餌綁在鐵條上插入沙中，靜待海浪上岸之際就可見分曉。別忘了還有肩負族人生計的八卦網，收繩、分網，利用扭腰的力量撒網，以海為生絕非易事！帶著一身海水上岸，彎弓搭箭，快來試試自己有沒有成為靜浦獵人的潛力吧！



點滿你的漁獵技能樹！



奇美部落。阿美族

Tatadok 漂一段，奇美風景

「Tatadok」在阿美族語中意指為順流而下，有別於其他地區驚險刺激的泛舟之旅，奇美反其道而行，領著旅人們悠悠晃蕩在群山圍繞的秀姑巒溪中，和部落勇士們沿著溪流穿越時光隧道，走一趟奇美先祖的行腳路線，聽族人導覽海岸山脈、秀姑巒溪與部落數百年來共生的故事。

文字照片提供：東部海岸國家風景區管理處

相關資訊



一烈！海派過生活

秀姑巒阿美群裡古部落之一的奇美部落，藏身於花蓮縣瑞穗鄉大磯山山腰處。奇美，族語為「Kiwit」，意為海金沙，這種強韌的植物質地堅韌、生命力極強，更象徵奇美部落的堅毅精神。部落至今依然保有完整的傳統文化，以嚴謹的年齡階級制度做為支撐整個部落運作的中心，從歲時祭儀、山林知識、植物應用到飲食特色，無一不保留先祖生活智慧。整個奇美部落，就是一座活的博物館！

在奇美，溪裡的魚蝦是必吃美食，跟著族人們下水，在沁涼秀姑巒溪裡練習摸蝦，順手撿拾溪畔的麥飯石，就能開始準備午餐啦！將燒紅的麥飯石投入由檳榔葉鞘摺成的鍋具，待水燒滾後放入溪蝦小魚，最後以鹽巴調味，熱騰騰的鮮甜滋味令人垂涎三尺，快來奇美小試身手吧！



燒燙燙的「美」式火鍋！



比西里岸部落

。阿美族

鼓動傳承文化的初心

穿梭在比西里岸的巷弄之間，村落中處處可見漁民們的生活痕跡，利用漁網、浮球及竹片打造魚簍造型的裝置藝術，以及漂流木製作而成的羊群。空氣中滿是臨海漁村獨有的鹹味，海岸邊徐徐海風吹拂，聽青年們訴說過往放羊之地的部落故事，沉浸在富有文化特色的部落生活中。

文字照片提供：東部海岸國家風景區管理處

相關資訊



一烈！海派過生活

位於台東縣成功鎮，隱身於三仙台旁的比西里岸，舊時族人們在離岸小島上養羊，部落裡處處可見山羊漫步，於是將此地稱為「Pisirian」，也就是放羊之地。曾經，部落面臨人口外移、文化傳承因此產生斷層，如今，以「寶抱鼓」樂團為起點，青年們將文化慢慢找回。被譽為來自部落最原始聲音的嘹亮鼓聲，不僅為部落重新注入生機，更成為名聞遐邇的藝術表演團體。有機會造訪比西里岸，千萬別錯過響徹東海岸的寶抱鼓響宴！

Paw Paw 是族語「浮球」的意思，音似寶抱，由藝術家范志明老師於駐村時以環保概念為發想，蒐集部落裡隨處可見的廢棄浮球，把浮球切半做成鼓身，將竹子或漂流木做為鼓座，鼓面則是使用部落羊隻所製成的羊皮，並以阿美族傳統編織、圖騰彩繪當成裝飾，最具部落特色的環保樂器 Paw Paw 鼓就此誕生。



PAW PAW！Pisirian！



都歷部落。阿美族

點捲菸草，漫遊月桃原鄉

走進都歷，隨風搖曳的椰子樹環繞著傳統茅草屋，彷彿走入秘境，叫人捨不得移開雙眼。走訪東海岸最早的都歷神社、散落在海岸山脈的珍珠 - 天主堂遺跡；跟著族人們一起，看一串串月桃花、編一片片月桃梗，品一勺勺月桃美味，漫遊月桃原鄉，感受都歷與眾不同的部落風情。

文字照片提供：東部海岸國家風景區管理處

相關資訊



一烈！海派過生活

位處臺東縣成功鎮南端，花東海岸線上歷史悠久的都歷部落。「Torik」，為阿美語編織之意，部落裡臥虎藏龍、男女老少皆嫻熟編織工藝，部落也因此得名。被山海環抱，擁有秀麗海灣、肥沃土地的都歷，族人們在山林、潮間帶、與海洋之間來回穿梭，感懷自然賦予的豐沛資源，點滿各項上山下海的生活技能，活出與山海依存的在地智慧。來都歷吧，一起沉浸在部落之美裡欲罷不能！

不只月桃，都歷還有種植特殊植物菸草，絕不能錯過這門工藝體驗。一邊聽族人介紹菸草生長環境、處理過程，一邊將去菁後的菸葉搓揉捲起，並以菸草片包裹，接縫處交給天然黏著劑葛鬱金，一捲手工類雪茄於焉產生，快來試試菸草獨特香氣。



手捲一縷菸草香



都蘭部落。阿美族

入境「都蘭國」，體驗石縫生存記

推開都蘭國入境大廳廳門，濃厚部落氣息迎面而來。匯聚多項都蘭元素，串聯在地職人手工工藝、文創小物，蒐羅各式新鮮野菜、特色飲品、阿米斯音樂節周邊，這裡是引領旅人走進都蘭不同地景的入口與資訊串連平台，因應深厚的文化底蘊，開發最接地氣的遊程。家，在石頭堆砌的地方，來都蘭吧！

文字照片提供：東部海岸國家風景區管理處

相關資訊



一烈！海派過生活

位於臺東縣東河鄉的都蘭部落，阿美族語「Etolan」意為有很多石頭的地方，據說從前開墾時挖出非常多的石頭，便將石頭堆砌成田的界線、家的界線直到整座部落的界線，從此人們稱此處為「Etolan」。背倚聖地都蘭山，前俯廣闊太平洋，都蘭人既有山的堅毅，亦有海的柔軟，交織出與自然共生共存、獨特深厚的風俗民情。到都蘭來趟說走就走、隨興不羈的旅行，好好認識這個熱情迷人的部落吧！

都蘭身處山海交界之處，將山林做為糧倉，把大海當成冰箱，其食材豐富程度令人驚嘆不已。阿美族人依循季節時令採集野菜、捕撈各式海鮮水產，秉持永續共存的信念，取得人與大自然間的平衡。以水煮及火烤等方式烹調，品嚐食材原味，用都蘭專屬「美」味強勢收服你的味蕾！



都蘭部落青年帶領遊客走入社區導覽



烏尼囊餐桌

登上永陵山，眺望花東縱谷美景，把滿滿的布農滋味，收攏在此；聽著布農家族故事，吃著布農傳統食材所烹煮的料理，以芋頭、地瓜、樹豆、小米、玉米等，煮出原汁原味的玉米花生飯、清蒸地瓜芋頭、樹豆排骨湯，自己圍著火爐像獵人一樣烤豬肉串，每道菜，都是最家常、最動人的美味。

※ 除烏尼囊餐桌外，部落另有提供風味餐

相關資訊



花東縱谷國家風景區管理處



縱谷原遊會官方網站

布農族。永康部落

祈福之音，獵人與天地的共鳴

永康部落位於台東縣延平鄉東北方，鹿野溪與鹿寮溪流經此地，居民多數為布農人。他們善於狩獵，體察山林韻律，發展出祈福之音（俗稱八部合音）。布農人的畫曆，記錄不同季節的工作與祭儀，其最著名的祭儀「射耳祭」，每年在百年茄苳樹前舉辦，勇士聚集在此，感謝獵物們的奉獻，讓部落族人可以存活，同時將文化與禁忌傳承給孩子，叮囑他們勿忘傳統，這才是射耳祭的真正意義。

文字照片提供：花東縱谷國家風景區管理處



共築耕吧青年夢

來到支亞干部落，跟著返鄉青年，在學習傳統與新視角間，享用對土地有情，對生命有義的田地餐桌。當中一道道餐食：耕吧天光、咖哩火雞、愛的豬肉轉圈圈，是餐點，是日記，也是與生活拼搏的故事。2021年四位深耕在地的太魯閣族青年，成立「阿改玩生活」，「阿改(AKAY)」是太魯閣族語，是生活中常見的語助詞，他們運用多年田野調查經驗，將部落故事與豐富的文化、自然資源轉化後推陳出新，成為旅人能深度認識、與感受支亞干部落的體驗遊程。目前團隊青年們成立「耕吧園區」，「QMPAH 耕吧」在太魯閣族族語是勞動、工作的意思，目前搭建完成傳統竹屋，做為凝聚部落運作文化事務的核心，持續耕耘，盼能為往後的部落體驗創建更好的場域。

相關資訊



花東縱谷國家風景區管理處



縱谷原遊會官方網站

太魯閣族。支亞干部落

月光下耕吧樹洞餐桌

位於花蓮縣萬榮鄉的支亞干部落，已有百年歷史，過去因太魯閣族與賽德克族爭奪佔據此地，留下 Rangah Qhuni (打開的樹洞)、Krmuhan(交戰之地)等地名，日治時期將太魯閣族人統一由高山遷往平地，隨後因地理條件與自然資源豐富，吸引各大家族移居前來，逐漸形成千人的大型部落。根據考古，全東亞最大的史前製玉遺址也位於部落，存留巨人與小黑人的精采傳說。

文字照片提供：花東縱谷國家風景區管理處



樹皮布製作

樹皮布是南島語族經常使用的材料，從構樹採集後取下樹皮，經過敲打與加工，可以拿來當作容器與製作衣服。蓋亞那工作坊的二女兒依布，長期專注於傳統纖維植物的研究，以及包括苧麻、竹籐編、植物染和構樹皮等植物纖維的取材與應用，希望重新詮釋傳統植物在現代生活運用的可能性。一起 DIY 敲打構樹皮，感受樹皮加工延展的原野體驗。

相關資訊



花東縱谷國家風景區管理處



縱谷原遊會官方網站

布農族。坎頂部落

山腳下的小米田，傳唱布農悠揚樂音

坎頂部落，在海端鄉山坡上，一塊塊小米田中混著紅藜，錯落交織，遠看鋪蓋成金黃與桃紅的美麗階梯。以文化傳承、延續傳統為使命，蓋亞那工作坊在此美麗的部落裡成立了。提供一日及半日遊程，以布農族畫曆、小米不迷路風味餐、植物染工藝為特色，接待遠到而來的遊客，推動部落觀光不遺餘力。

文字照片提供：花東縱谷國家風景區管理處



部落青醬製作

手做青醬，為生活增添風味情調。加入部落常使用的香料搗碎並加以混和，倒入橄欖油，即完成此一封存迷人香氣的手做青醬。風味百搭，可作為烤肉及義大利麵的佐醬，或麵包上的抹醬。

相關資訊



花東縱谷國家風景區管理處



縱谷原遊會官方網站

阿美族。大埔部落

月光下的穀倉豐收餐桌

鄰近台東池上火車站的大埔部落，源自 18 世紀中期，當時有一群來自恆春地區的阿美族人，為了尋找新的生活空間，跨越了海岸山脈，最終在池上的大埔池附近定居，隨著時間的推移，人口逐漸增加，部落族人開始向外擴散，逐步形成了今日大埔部落，而部落族人主要務農為生，其中又以種植稻米為主，每到秋日，池上金黃的稻浪則成為部落美麗的風景。

文字照片提供：花東縱谷國家風景區管理處



彩繪米 DIY

爲了推廣部落農產，靈機一動開發出米彩繪，現在已經成爲織羅部落的農產招牌。經過檢驗與計算的營養成分比例，用在地栽植的紅米、紫糯米、小米與白米、糙米，透過層層疊疊的有趣手法，讓織羅部落栽種出的米粒，拼出自己心中的美麗圖像。

相關資訊



花東縱谷國家風景區管理處



縱谷原遊會官方網站

阿美族。織羅部落

原鄉葛鬱金，互助米 86 (Mipaliw)

織羅部落，在花蓮縣玉里鎮的春日里，秀姑巒溪與其支流匯流在此，193 縣道也穿過此處，聚落中客家、閩南、外省與阿美族等多元族群一起生活，形成多樣、活潑又熱鬧的獨特面貌。稻米、葛鬱金、金多兒筍，是織羅部落的三大特色，在部落族人尊重生命與友善環境的態度下，成爲重要的部落產業。

文字照片提供：花東縱谷國家風景區管理處

原住民文化

以多元創作展現島嶼最深層的生命力

臺灣原住民族的文化創作，如同島嶼脈動般持續而深沉地展現著多元與生命力。除了歲時祭儀與部落文化的延續，原民藝術也在近代以更自由、更勇敢的姿態綻放。

從琉璃、木雕到陶器，每一件作品都是族群記憶的延伸；在線與線交織的傳統編織裡，不只是技藝，更是一代代女性累積的美學與故事。

歌聲更是原住民族最動人的語言——阿美族的和聲、排灣族的吟唱、布農族的八部合音，都以最純粹的方式向世界展現對自然與生命的讚頌。

在影像與文學創作上，許多原民導演與作家以獨到視角，講述族群與土地的情感連結，讓更多人重新理解「身為原住民」這件事所代表的多重面向。

無論是電影中對山林的凝視、小說裡族語與記憶的再現，或詩人筆下的海風與部落之光，這些創作不只是文化表述，更是屬於臺灣的重要當代藝術風景。

因此，原住民文化並非被保存於歷史的一頁，而是與時代同行、持續創造的新力量——它讓這座島的故事更立體、更深刻，也讓每一位旅人得以在不同藝術形式中，看見臺灣最本質的美。



照片提供：九族文化村

九族文化村

千株重瓣緋寒櫻的滿山春色

擁有臺灣最豐富、最齊全的原住民文化歌舞演出與介紹，園區落內之建築、圖像、美食、音樂、服飾與生活的介紹均依照各族原貌、原材具體展現；精緻的傳統技藝表演與原住民風味餐，讓旅客可以在綠樹如蔭的山林間悠閒的欣賞體驗原住民族文化之美。

而每年二月份臺灣山櫻花盛開的季節，園區種植數千棵的「重瓣緋寒櫻」綻放季節，舉辦了 10 年的「九族櫻花祭」吸引無數賞櫻人潮，白天時桃紅色春櫻綻放，夜間則在特殊光雕燈光照射下化身成為絢爛的夜櫻世界。



藏身日月潭的臺灣原住民生活博物館



官方網站



照片提供：泰雅渡假村



官方網站



賽德克族與泰雅族部落文化體驗

泰雅渡假村

來一場滿足身心靈的山林之旅

位於臺灣南投縣國姓鄉，以泰雅族文化為經營主軸，園區內擁有許多象徵泰雅族文化特色及早期部落的建築提供遊客參觀，還有精彩的少數民族舞蹈表演。除了泰雅文化特色之外，更結合遊憩、住宿、溫泉、生態、露營、烤肉等，因此擁有全方位渡假遊樂區的美稱。

園區擁有巴洛克式建築風格的泰雅皇宮，整體氣勢富麗堂皇，使人有如身處歐洲皇室貴族般的享受，另外還有渡假木屋的房型，整個木屋以原木打造，世外桃源般的森林浴，彷彿沉浸在大自然的洗禮，讓人完全忘卻塵世的喧擾，座落在綠意之中，住起來有如森林之中吸取芬多精相當的享受，快來一趟親近大自然的樂活之旅。



照片提供：華映娛樂

哈勇家 GAGA

獻給每一個家庭的情書

劇情介紹：

《哈勇家》為陳潔瑤導演第三部劇情長片，以高山上的泰雅族部落為背景，描繪一個三代同堂家族，如何因選舉、異國文化等價值觀而產生衝突，全片以渾然天成的寫實基調，悠悠道出一個家族的衝突與和解，情感力量飽滿，締造首位原住民影人榮獲金馬獎最佳導演的歷史紀錄，亦獲最佳女配角。

泰雅族高山部落的一天，始於烤火房一縷煙 -

哈勇家三代同堂，阿公在深秋離世，也揭開濃霧重重的冬日。鄉長斗力家族越界佔地未了，哈勇長子巴尚毅然投入選戰，從紐西蘭歸家的巴尚獨女阿莉卻傳出異國戀曲。隨著選情愈烈，巴尚弟弟席浪一家與阿嬤也不得不賭上所有。默默見證家族驟變的，是得到阿公真傳的小孫子以諾。導演陳潔瑤動人新作，一揭價值碰撞下的家庭紀事。

第 59 屆金馬獎

★最佳導演獎 / 最佳女配角獎

第 33 屆新加坡國際電影節

★「亞洲長片競賽」最佳導演獎

第 25 屆台北電影獎

★最佳劇情長片 / 最佳新演員 / 最佳剪輯



官方 youtube 頻道



官方網站

原民會國際宣傳影片

走進部落 一起見證臺灣的美好

臺灣在大海的環抱下，孕育出我們這塊美麗的土地

穿梭時間的光譜中，我們結合了傳統與現在
透過文化的傳承延續著臺灣 16 族南島民族智慧的軌跡
在傳唱、舞蹈與文化的展現中，喚起我們所有擁有的價值
與大自然產生密切的連結，懂得珍惜才能享受豐收的成果

帶著感謝與尊重的心，永續我們摯愛的土地
向大海一樣默默守護這個島嶼

接續世界的篇章
臺灣 歡迎你



影片來源：原住民族委員會



2025 Taiwan PASIWALI Festival

原住民族國際音樂節

觀光雙年曆 - 國際級

「PASIWALI」是阿美族語，往東方的意思，東方是太陽升起的地方，也是孕育臺灣許多原住民族群的地方，便以「PASIWALI」為名，打造一場原住民族的音樂盛會，音樂節每年皆邀請國內外原住民族音樂人參與音樂節演出，持續的用音樂與國際交流，而音樂節現場設立部落屋、攤商市集及部落大跳舞，不僅呈現南島民族多元文化內涵，也讓參與活動民眾可認識更多原住民族文化的不同面向。



本婚禮主要活動為排灣族、魯凱族的傳統貴族婚禮，其求婚、送採薪禮、豎鞦韆架、下聘、成婚等古禮儀式是排灣族、魯凱族獨特的文化，讓參與活動的新人們可以深度體驗原住民族傳統文化及婚禮，在部落族人及耆老共同見證下，遵循部落古禮完成人生大事，並藉觀光活動及套裝遊程的推動，讓遊客對於原住民文化有更多的了解與尊重。

2025 南島族群婚禮

觀光雙年曆 - 全國級



2025 太平洋南島聯合豐年節

觀光雙年曆 - 全國級

聯合豐年節結合樂舞展演，呈現原住民族歌謠、舞蹈與文化祭儀的精髓，保存、傳承原住民族文化，並設置特色攤位如原住民特色美食區、手工藝品、農特產品展售區及部落微旅行簡介等，展現花蓮原住民族獨特的文化內涵。



結合在地部落體驗及行銷花東縱谷原住民多元美食為主體的活動，亦為全國首創且規模最大部落食物體驗樂園。活動集結超過 20 個原住民部落齊聚一堂，邀請花東縱谷地區包括阿美族、布農族、賽德克族、太魯閣和卑南族等原住民族群共同推出山野獵場、mumu 廚房、美學家屋、限定野宴、山谷舞台及選品市集等特色主題區域。

2025 縱谷原遊會 部落食樂園

觀光雙年曆 - 全國級

歲時祭儀查詢頁

看完本書中對臺灣原住民族歲時祭儀的介紹，你是否也心動了呢？請特別留意，歲時祭儀的日期每年皆可能調整，出發前務必先與相關部落、社區協會或公所聯絡，同時也別忘了預約你專屬的奇幻旅程！
以下依照書中的介紹順序，為你整理各原住民族部落的歲時祭儀查詢方式：

鄒族 Mayasvi



阿里山鄉公所



嘉義縣阿里山鄒族達邦庫巴文化發展協會



嘉義縣鄒族庫巴特富野社文化發展協會

太魯閣族 Mgay Bari



原住民族委員會



花蓮縣秀林鄉公所

布農族 Malahtangia / Mintuhtuh



高雄市桃源區公所



台東縣延平鄉公所



台東縣海端鄉公所



南投縣信義鄉公所

臺灣 2026 年 原住民族歲時祭儀日期



原住民族委員會

魯凱族 Kalabecengane



達魯瑪克部落小米祭



屏東縣霧台鄉公所

魯凱族 Titiudale



高雄市茂林區公所

排灣族 Masalut



屏東縣泰武鄉公所



台東縣金峰鄉公所

西拉雅族 Ta-ai / 孝海祭



西拉雅族吉貝耍部落



吉貝耍阿立母夜祭介紹

蘭嶼 Mapabosbos



蘭嶼部落文化基金會

阿美族 Malalikit



花蓮縣豐濱鄉公所



花蓮縣玉里鎮公所



台東縣東河鄉公所

港口部落 ilisin no makota'ay



Makotaay
港口部落發展協會

貓公部落 ilisin no fakong



花蓮縣文化局

出版資料

書名：島嶼之心的原色旅程

發行人：陳玉秀

策劃：黃怡平、蔡桂均、大凡整合規劃設計有限公司

主編撰稿：大凡整合規劃設計有限公司

美術編輯：黃孝純

插畫：王嘉瑄

文字及影像提供：原住民族委員會、交通部觀光署、東部海岸國家風景區管理處、花東縱谷國家風景區管理處、日月潭國家風景區管理處、參山國家風景區管理處、茂林國家風景區管理處、西拉雅國家風景區管理處、阿里山國家風景區管理處

影像提供：嘉義縣阿里山鄒族達邦庫巴文化發展協會、花蓮縣秀林鄉公所、有限責任臺東縣原住民布拉谷果菜生產合作社、高雄市茂林區公所、珈雅瑪部落、勞動部勞動力發展署雲嘉南分署 好時光靚市集網站、保證責任嘉義縣茶山部落產業社區合作社、內政部國家公園署太魯閣國家公園管理處、原住民族原住民文化發展中心、屏東縣政府、萬山部落文化健康站、萬山社區發展協會、高雄市政府新聞局 / 攝影者 :Carter、九族文化村、泰雅渡假村、華映娛樂 (依書中排序)

影像提供 (個人)：林文智、徐明正、郭文吉、許恆康、彭淑惠、趙守彥、蕭金念薇、Yang Yao Long (依筆畫排列)

影像提供 (商家)：各部落商家

出版機關：交通部觀光署

地址：106 臺北市大安區忠孝東路四段 290 號 9 樓

電話：02-23491500

網址：<https://www.taiwan.net.tw/>

出版年月：中華民國 114 年 12 月

版 (刷) 次：1 版 (一刷)

著作財產權人：交通部觀光署阿里山國家風景區管理處

G P N : 1011401700

I S B N : 978-986-531-737-9

※ 著作權管理資訊：如欲利用本書全部或部分內容者，需徵求著作產權人同意或書面授權，請洽聯絡電話：05-2593900

本印刷品採用環保大豆油墨印製