

花蓮八大必去景點

圖、文/周以真 林子喬 陳享真 陳鄺莉莎

景點介紹

花蓮以壯麗的大自然景觀聞名，除了豐富的人文旅遊景點外，自然美景更是花蓮旅遊的最大亮點。本篇報導的旅遊路線以探索自然之美為主軸，從山海交織的壯麗風光到寧靜的溪谷湖泊讓旅客沉浸於大自然的懷抱。其中也穿插了著名美食小吃景點，帶領大家體驗花蓮的風味文化。



一、清水斷崖：清水斷崖是位於蘇花公路至崇德路段邊的海岸斷崖，被譽為台灣八大奇景之一。它的懸崖直接俯瞰太平洋，最高處達800公尺，山海交融的景色十分壯麗。斷崖由大理岩構成，展現了大自然的鬼斧神工。沿著蘇花改行駛，可以輕鬆欣賞壯闊的太平洋美景，那裡也有一小條步道可以讓人下車走走休息一下，看看美景，也十分適合拍照，是台灣東部旅遊的必訪之地。



清水斷崖

二、砂卡礑步道：砂卡礑步道位於花蓮縣的太魯閣國家公園，全長1.5公里，單程約需步行1小時。步道沿著砂卡礑溪左岸修建，大多使用早期台灣電力公司為興建輸水管與攔砂壩所開闢的施工道路，因此路面平坦、行走輕鬆。步道生態資源豐富，沿途可見榕樹、蕁麻科植物、樟楠及多種蕨類植物，展現豐富的自然景觀。此外，赤腹松鼠與台灣獼猴時常穿梭林間，樹梢間則可觀察到繡眼畫眉、青斑鳳蝶、紫斑蝶及枯葉蝶等動植物。砂卡礑步道是一條結合自然之美與輕鬆步行體驗的絕佳路線，非常適合想親近大自然的遊客前往探索。但是因為2043地震的影響，目前還未開放。

三、水簾洞：水簾洞位於花蓮太魯閣國家公園內，是山壁湧泉而形成的天然瀑布景觀。清澈的水流從岩壁垂直而下，形成如簾幕般的壯觀景象，在走了許久的路之後，洞內空氣涼爽濕潤，令人十分沁人心脾。遊客可沿著步道走到洞底，近距離感受瀑布飛流直下的動態美，也能親自體驗看看水流的衝擊力，走到山洞往外看還能欣賞周圍的自然景觀，當陽光打進來時，也顯得洞內光影錯落有致。是太魯閣國家公園不可錯過的熱門景點。



水簾洞

四、鯉魚潭：鯉魚潭位於花蓮縣壽豐鄉，面積約10公頃，湖面呈南北長東西窄的橢圓形，水深最深達25公尺，湖水自地底的湧泉而來，因此水質清澈。鯉魚潭除了優美的景色可以欣賞以外，也可以在湖面上踩天鵝船、滑獨木舟，或者騎著自行車環湖，還有露營區可以露營。近年的4、5月會舉辦螢火蟲祭，有專業生態導覽員帶遊客賞螢，是一個自然景觀和休閒活動兼備的觀光勝地。



鯉魚潭



七星潭

五、七星潭：七星潭名字的緣由是南北縱向的湖泊連線，看起來像北斗七星。七星潭以弦月形的卵石海灘聞名。清澈海水和藍天交織成絕美景致，是賞景、拍照及觀星的熱門地點。有美麗的海灣和湛藍的海，也可以眺望遠方的山巒。

六、東大門：花蓮東大門是花蓮市知名的夜市，來到花蓮一定不會錯過這個夜晚的重頭戲，結合多元飲食文化和在地特色的夜市，每晚吸引著無數遊客前來，烤玉米、官板、竹筒飯、原住民烤肉等攤位，每樣都讓人垂涎三尺。除了美食，東大門綠地共融公園裡還有設施可以讓小朋友開心玩耍，也有地方能讓人坐下慢慢品嚐買的食物，美食與文化交織的氛圍使人流連忘返。



砂卡礑步道



東大門夜市

旅遊路線

七、光復糖廠：光復糖廠是日治時期建造，糖廠內保留了許多日式建築，先再已經成為觀光景點。遊客到訪不僅可以參觀日式糖廠，還可以吃到美味的冰品，以及坐小火車體驗當時糖廠的日常，好好回味舊時糖業的風光。

八、秀姑巒溪：秀姑巒溪是東台灣最重要的河川之一，全長約104公里，以泛舟活動聞名國內，許多人也慕名而來，溪流穿越險峻的花東縱谷，河道兩側峽谷地形壯麗、水流湍急，形成挑戰性極高的泛舟路線，特別是每年夏季更吸引無數冒險者挑戰。除了泛舟，秀姑巒溪切穿海岸山脈，水流湍急沖出許多陡峭的峽谷，風景美不勝收。



光復糖廠



秀姑巒溪泛舟



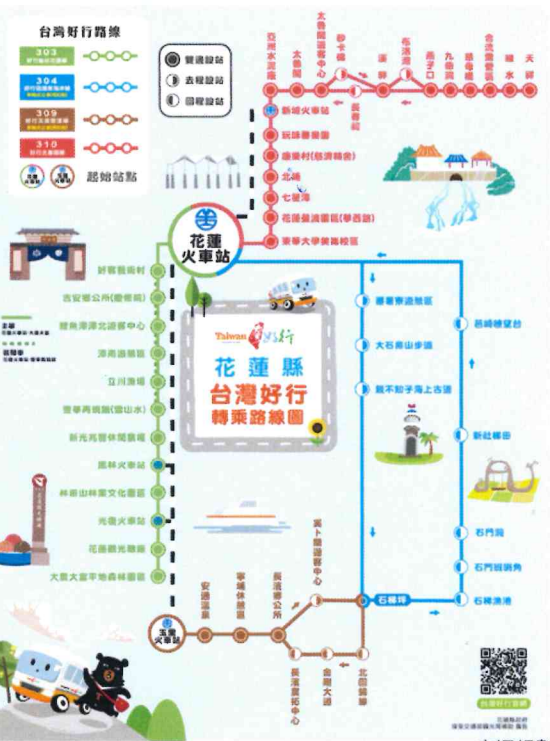
旅遊路線圖

方案一：北到南一日遊（適合自駕）
路線規劃：清水斷崖→砂卡礑步道→水簾洞→七星潭→鯉魚潭→東大門夜市
交通建議：可以自駕或租車或搭乘公車和火車，部分景點需轉車或步行。

方案二：南到北兩日遊
Day 1：秀姑巒溪→光復糖廠→東大門夜市
Day 2：七星潭→水簾洞→砂卡礑步道→清水斷崖
交通建議：可以自駕或租車或搭乘公車和火車，部分景點需轉車或步行。



鯉魚潭



交通規劃

花蓮不僅展示了自然與人文的完美融合，也反映了在地居民對這片土地的熱愛與守護。無論是熱情的導覽解說、精緻的小吃，還是道路沿途的指引標示，皆能看出花蓮人對遊客的用心與歡迎。這樣的細膩與包容，讓每位來到這裡的旅人，都能感受到深深的歸屬感。當你漫步於這片土地，感受海風拂面、山林圍繞，你會發現，花蓮並不只是地圖上的一個旅遊地點，而是讓人能夠重新連結內心與自然的地方。無論是探險、休閒，還是尋找心靈的片刻寧靜，花蓮都能以其豐富的內涵滿足每位旅客的需求。