

知本國家森林遊樂區

特殊景點介紹

■ 遊客服務中心

設有多媒體室每日定時播放園區簡介，原住民木雕區展示原住民藝術家木雕作品，販賣部（知森物語）販售輕食飲料及紀念品等，另有集哺乳室、休憩空間等可供使用。此外，服務台提供輪椅、娃娃車借用以及園區導覽解說服務（平日須預約申請，假日可預約申請或現場申請）。

■ 千根榕意境館

位於遊客服務中心2樓的千根榕意境館，展示「知本的森林」、「知本溪流域」、「季風的詩」、「星空下的知本」等主題，透過生動活潑的互動設施，讓您認識知本，愛上知本！



千根榕意境館

■ 花見知本百草園

占地廣闊的花見知本百草園，規劃有「香草廣場」、「傳統青草茶植物區」、「藥草區」等主題區域，區內種植香草植物、濱水植物等50種以上植栽，更有清澈溪澗水流，讓您感受視覺、嗅覺、聽覺等感官盛宴。此外，觀景平台可欣賞知本溪沿岸美景，雨後更有機會眺望對岸「時雨瀑布」。

花見知本百草園

■ 生態池

自成一特有之生態系，多種水生植物依不同時節開花、結果、吸引多種昆蟲，水中還有許多蝦、蟹、魚、蛙，宛如森林的一處桃花源。

■ 吾名台東區

群集種植以「臺東」為名的植物，如臺東龍眼、臺東火刺木等，並栽植蕨類、誘蝶食草植物，營造相關生物之棲息環境。並設置小棧橋及12生肖廊道，遊客暢遊此處，可猜猜看有哪12種動物蹤跡在你左右？



吾名台東區



原民之森區



溫泉休憩小棧

■ 季風穿林區

體驗以風為主題，設置風鈴、聽風管、楓葉片，感受風穿越林間的聲音，打開聽覺的體驗。



季風穿林區



嬉遊林間區-空中棧道



吊索橋

■ 嬉遊林間區

以葉脈意象設計空中棧道讓您貼近林木樹冠層，觀察樹冠層之生態，並設置吊索橋體驗設施，讓你於林間嬉遊。

■ 景觀步道

全長約420公尺，步行約45分鐘，沿途經吾名台東區、季風穿林區、原民之森區、山莊、水流腳底按摩區…等主要設施據點，是一條適合小朋友、年長者行走的輕鬆步道。



景觀步道-共鳴入口意象



好漢坡步道

■ 森林浴步道（含支線）

全長約1.82公里，輕鬆步行時間約90分鐘。坡度平緩、林木繁茂，適宜健行及森林浴。途中經大葉桃花心木林、臺灣白蠟樹林、樟樹林等樹型優美之造林樹種，四季各有獨特風味。漫步林間，時時可聞各類鳥聲競相鳴嘯，喜愛賞鳥的遊客行走此步道時，別忘了隨身攜帶一副望遠鏡。



森林浴步道



七里香步道

■ 好漢坡步道

因坡度陡峻而得名，長雖僅770公尺，1710階、但落差卻有180公尺，是考驗體力、耐力最佳據點。稜線上數棵巨大高聳、佔地遼闊的「白榕」，是陽光普照時歇息的好地方，靠近終點的「千根榕」，視野廣闊，得以鳥瞰知本內溫泉及遠眺太平洋的浩瀚。

歡迎各路英雄好漢前來挑戰，但請量力而為，身體不適、或有心血管疾病、高血壓或心臟病等病史者切勿嚐試。

的步道。除了順應地形，還採取節能減碳概念，就地取材（塊石及倒木）設置砌石階梯與護坡，導流橫木及會呼吸的木格框集水井等排水設施。

■ 榕蔭步道

全長約2.03公里，輕鬆步行時間約1.5小時。最高標高約421公尺，可從各個角度遠眺知本溫泉區。全步道自然蜿蜒於天然林間，樟樹、無患子、灑葉榕、筆筒樹…等各式林木混生其間。沿途有數棵長著鬚鬚的百年大白榕提供遊客涼爽遮蔭。



榕蔭步道

■ 水流腳底按摩區

引入知本山區的山泉水，提供遊客有益健康的按摩步道。當踩踏在砌石按摩的圓卵石上，一旁清涼舒爽的水氣迎面而來，令人忘卻夏日的煩熱。



水流腳底按摩區

請注意

1. 本遊樂區部分步道陡峭易滑，請小心慢走。請勿攀爬樹木；遠離枯木或大樹，並注意警告標示。
2. 本遊樂區禁止露營、野炊、生火、烤肉。知本溪非本處所轄，遊客請勿入溪戲水，以免發生危險。
3. 請注意兜售藥酒者，避免花錢受騙。
4. 請尊重森林裡的野生動物，請勿接觸或干擾、餵食。



知本國家森林遊樂區

地址：臺東縣卑南鄉溫泉村龍泉路320號 電話：089-510986
緊急聯絡電話 / 遊客服務中心服務台：089-510961 分機0
臺東林區管理處：<https://taitung.forest.gov.tw>
臺灣山林悠遊網：<https://recreation.forest.gov.tw>

園區全面禁菸



臺灣山林悠遊網



臺東林區管理處



返棧歸真FB



知本自然教育中心FB

園圖



山羌



一、預約申請：20人以上、120人以下之團體，可於15天前電話洽詢(089-510961)或逕至臺灣山林悠遊網(<https://recreation.forest.gov.tw>)申請。

二、現場申請：僅例假日提供現場申請服務，**10**人以上之遊客團體於遊客服務中心服務台申請。申請時間：星期六、日**08：30~10：00；13：30~15：00**。

■ 開放時間

開放時間：07：00~17：00（7月及8月開放至18：00）

■ 交通指南

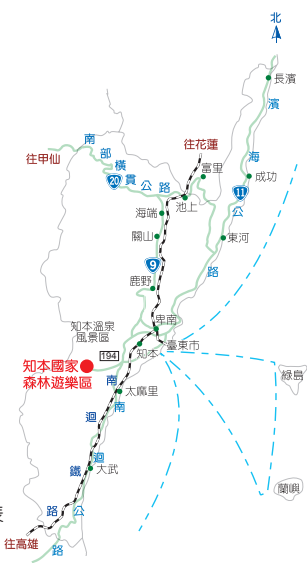
開車：臺東→省道 11 號→知本→縣道 194 號→循「知本內溫泉」或「知本國家森林遊樂區」指標即可到達。

客運：臺東市搭乘鼎東客運 **8129** 號班次（山線）至「內溫泉站」下車，前行 **300** 公尺即可抵達（每日去程及回程各約 **15** 班次）。

鼎東客運查詢電話：089-328269，
網址：[http:// ett333023.com.tw/page3](http://ett333023.com.tw/page3).



備註：遊客亦可搭乘台鐵南迴線至知本火車站下車，再租騎摩托車至遊樂區（約 **15** 分鐘）。



■ 門票說明

全票：100元

一般優待票：80元（適用於非假日入園、20人以上團體等）

半票：50元（適用於軍警、7-12歲兒童、持學生證者）

優待票：10元（適用於65歲以上者、3-6歲兒童）

免購門票：持有「志願服務榮譽卡」者、身心障礙易辨或持有身心障礙手冊者及其必要之陪伴者1人、0-2歲兒童（需由購票大人陪同）。



* 民國 2004 年 6 月通過 ISO 9001 國際標準品質認證。並於 2018 年 11 月 5 日通過 ISO9001：2015 改版稽核輔導及 2019 年 9 月 27 日通過續評驗證。



賞遊建議路線

■ 1 小時輕鬆路線

售票亭—遊客服務中心—花見知本百草園—吾名台東區—原民之森區—季風穿林區—水流腳底按摩區—樂林橋（出口）

■ 2 小時 40 分鐘健行路線

售票亭—遊客服務中心—花見知本百草園—森林浴步道（含支線）—七里香步道—好漢坡步道—景觀步道—水流腳底按摩區—嬉遊林間區—植物生態園區—樂林橋（出口）

■ 4 小時 40 分鐘健行路線

售票亭－遊客服務中心－花見知本百草園－森林浴步道（含支線）－七里香步道－好漢坡步道－十字路口－森林浴步道－水流腳底按摩區－嬉遊林間區－植物生態園區－樂林橋（出口）

