

# 台南親山步道行



## 大凍山步道

海拔1241公尺的大凍山，與嘉義大凍山同名，是台灣小百岳之一，為台南第一高峰。山頂西側為有百餘公尺的垂直岩壁，從關子嶺仰望，彷彿雄獅頭，當地人又稱獅子頭山。大凍山步道指標路徑清晰明確，有兩座木涼亭供休息，亦有豐富的低海拔闊葉森林景觀，沿途可眺望白河、嘉義縣仁義潭、關仔嶺溫泉區及廣大的嘉南平原。步道全程海拔落差約600公尺，坡度較陡，建議攜帶登山杖輔助。

步道長度：約6公里  
所需時間：三~五小時  
難易度：挑戰級



## 梅峰古道/伍龍步道

梅嶺為南部最大梅林区，亦是賞螢、賞梅和熱門登山地點。梅嶺有四條步道，均可通往竹仔尖山的稜線步道。由停車場旁的登山口出發，沿途能欣賞豨薟、野百合、螢火蟲生態。步道後半段為天然山徑，登上梅峰後，可銜接稜線步道。沿稜線步道往北至福德祠，可接伍龍步下行。伍龍步道為小車可通行的水泥產道，緩下步道可接至伍龍殿停車場。

步道長度：環型梅峰古道、稜線步道、伍龍步道總共約5公里  
所需時間：四~五小時  
難易度：梅峰古道前半段 親子級，後半段 挑戰級  
伍龍步道 親子級



## 龍麟山步道

王爺崙山又稱桶頭山、龍麟山，位於烏山山脈南段，是一條環狀的登山步道。從登山口的水泥產道出發，沿途綠蔭濃密，接近稜線，步道轉為天然路面。整個步道最高點為王爺崙山，木構觀景台展望極佳。由北往南走，經過王爺崙山，就是特殊的龍麟岩景觀，二、三百公尺的稜脊上，有如龍麟般佈滿白石。稜線兩側分別為台南草山月世界與高雄內門的楠仙梓溪河谷平原，腳底踩著巨石，眺望風景，十分讓人心曠神怡。

步道長度：2.3公里  
所需時間：三小時  
步道難易：挑戰級



## 碧雲火泉步道

枕頭山週邊除了連接關子嶺與枕頭山的關嶺古道，另有連接水火同源與碧雲寺的碧雲火泉步道。從水火同源的步道口出發，一小段上坡後，幾乎都是緩下坡，山徑上鋪滿柔軟的落葉，悠閒漫步約半小時可抵達碧雲寺。碧雲寺位於海拔270公尺山腰，北倚650公尺的枕頭山，前方視野展望遼闊，嘉南平原至台灣海峽盡入眼裡，是觀賞夕陽的好地方。

步道長度：單程1.3公里  
所需時間：一小時往返  
步道難易：親子級

## 炭頭山步道

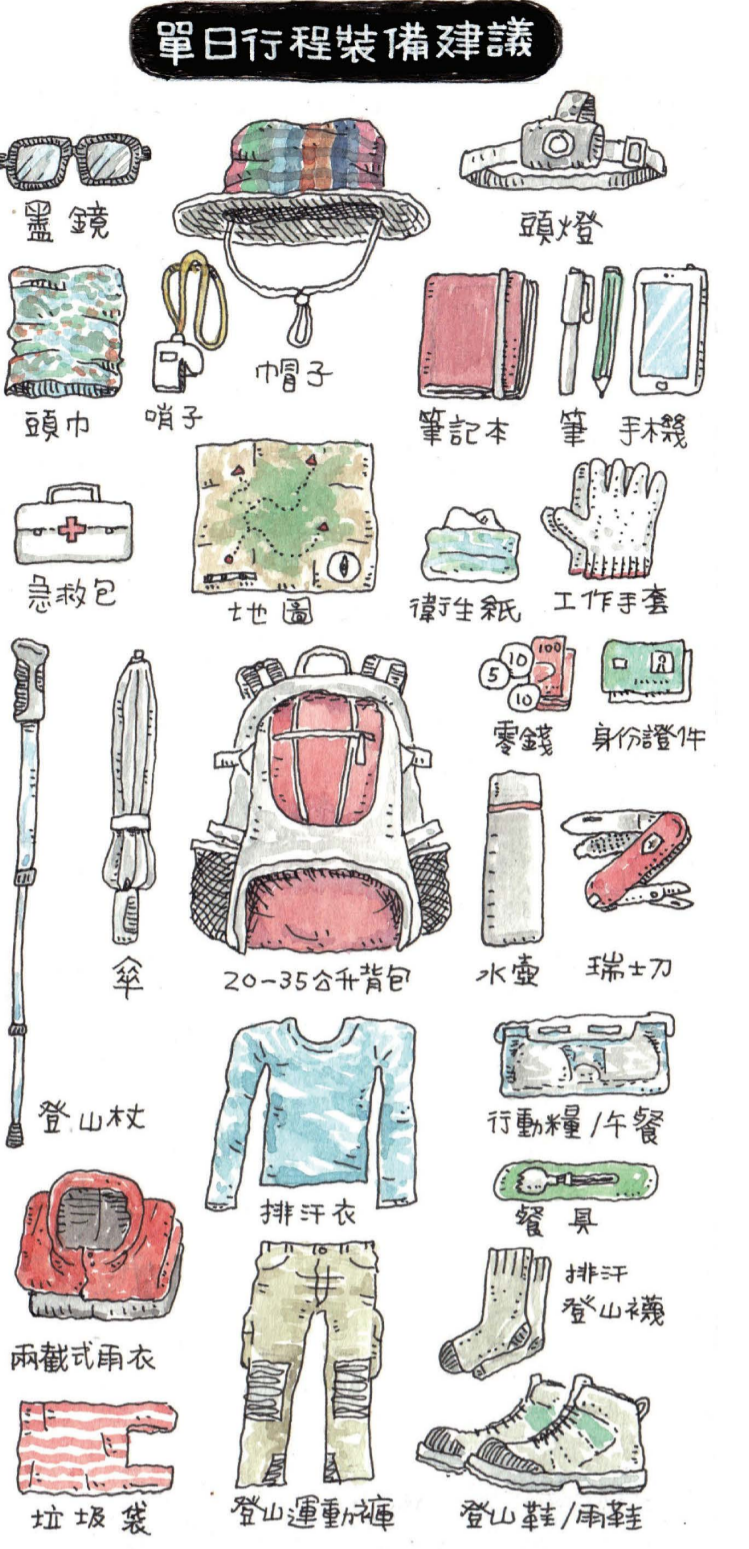
位於175市道(咖啡公路)旁的炭頭山，海拔841公尺，是台灣小百岳之一，也是台南第二高峰。從宇佑宮(仙宮廟)後方登山口出發，循石階上行，林蔭茂盛，有石鐘、乾寶塔爐、情人石等特殊地質景觀，步道沿途多處可眺望東山地區的丘陵地，視野展望佳。

步道長度：全長約2.5公里  
所需時間：三小時  
步道難易：挑戰級

## 草山月世界

左鎮的草山月世界地形，與高雄內門、田寮、燕巢連成一片。主要由砂岩與頁岩構成。由於土質特性，使得草木難生，只有耐旱的刺竹得以生長。其中二寮觀日亭為最佳觀日出拍照點，可俯瞰整個月世界，不同季節造訪，可欣賞刺竹隨季節變換綠、黃、紅不同的顏色。已廢校的岡林國小近年轉型為月世界旅遊服務中心，提供露營、住宿服務，亦是觀賞二寮日出的絕佳基地。

台南市的山與丘陵約占台南面積的1/3，主要為玉山、阿里山山脈南端後脈組成。以大凍山海拔1241公尺為最高。山勢不高，卻擁有多具特色的山徑步道。很適合一日、半日的親山行程。本地圖選錄其中數條步道，邀請大家一起進入山林，迎向大自然的擁抱。想盡情享受親山之趣，請記得做好計劃並備妥完善的裝備，並記得一起維護山林的美好，減少對環境的衝擊。走吧！一起上山趣。



## 單日行程裝備建議

- 墨鏡
- 頭巾
- 頭燈
- 筆記本
- 筆
- 手機
- 急救包
- 地圖
- 衛生紙
- 工作手套
- 20-35公升背包
- 水壺
- 瑞士刀
- 登山杖
- 排汗衣
- 行動爐/午餐
- 餐具
- 排汗登山襪
- 兩截式雨衣
- 登山運動襪
- 登山鞋/雨鞋
- 垃圾袋

## 無痕山林·減少環境衝擊

1. 做好計劃與準備
2. 依照指示行走
3. 帶走垃圾
4. 保持環境原貌
5. 謹慎用火
6. 尊重野生動物
7. 友善並尊重他人

### 旅服中心

臺南火車站旅遊服務中心  
臺南市東區北門路二段4號  
06-2290082

臺南航空站旅遊服務中心  
臺南市南區機場路775號  
06-3359209

原合同廳舍旅遊服務中心  
臺南市中西區中正路2號  
06-2219527

安平旅遊服務中心  
臺南市安平區安平路790號  
(06)2281382

高鐵臺南站旅遊服務中心  
臺南市歸仁區歸仁大道100號  
06-6008338

臺南左鎮化石園區旅遊服務中心  
臺南市左鎮區樂和里61-1號  
06-5732629

新營火車站旅遊服務中心  
臺南市新營區中山路1號  
06-6378821

無米樂旅遊服務中心  
臺南市後壁區寶豐75號  
06-6622725

德元牌旅遊服務中心  
臺南市柳營區神農里新厝100號  
06-6231896

月之美術館遊客旅服中心  
臺南市鹽水區中山路23號  
06-6321350

虎頭埤風景區旅服中心  
臺南市新化區中興路42巷36號  
06-5901325

2022.11印製發行廣告

1999 24th Anniversary  
for Residents of Tainan City



玉山 3952M

玉山北峰 3858M

玉山南峰 3844M

玉山西峰 3518M

鹿林山 2845M

祝山 2541M

大凍山 1976M

頭寮山 1286M

東子頂山 1180M

二凍山 927M

雞胸山 858M

白龍山 670M

大白鷲山 613M

白鷲山 512M

金鏡山 496M

關子嶺

紅葉公園

鹿草

義竹

東石

布袋

北門

雪山 3562M

向陽山 3603M

關山 3668M

小關山 3248M

梅峰 1059M

竹仔尖山 1110M

圓空山 668M

烏山 780M

台子湖山 799M

糖子頂山 642M

一尖山 806M

二尖山 863M

三尖山 823M

枕頭山 650M

西拉雅國家風景區

烏山頭水庫

大內

新市

永康

仁德

台南市區

台江國家公園

卑南主山 3293M

往三地門

往旗山

往旗山

往旗山

往旗山

往旗山

往旗山

往旗山

往旗山

往旗山

往旗山

往旗山

往旗山

往旗山

往旗山

往旗山

往旗山

往旗山

往旗山

往旗山

往旗山

