

東興國中111學年度遠征式學習課程活動



112年1月28日(六)~ 112年2月1日(三)

組別: _____

姓名: _____

目錄

行李須知	2
出發前自我檢核表	5
行程及路線	6
景點介紹	17
集章園地	41
筆記	44

行李須知

一、行囊：

請用適當大小包包，請勿使用行李箱等堅硬物品。



請再帶一個可以攜帶水壺的隨身包、小包或是可放水瓶的腰包，並且攜帶一個保溫瓶。



二、保養品

保養品：可攜帶防曬乳與保濕乳液、護唇膏。



三、衣物

外套：本活動有提供外套，可自行攜帶防風、輕防潑水外套。

內裡衣物：建議排汗衫加保暖長袖，貼身衣物帶足4天份。(記得別只帶厚的)

褲子：建議2件戶外運動的長褲加上一件室內睡眠用的長褲

底層

目的

吸濕
排汗
抗臭

常見材質

羊毛
聚酯纖維



中層

目的

保暖

常見材質

一般保暖外套
化纖/羽絨
刷毛



外層

目的

防風
防雨

常見材質

尼龍
Gore-tex



四、鞋類：

鞋子：盡量以運動、慢跑鞋為主，由於行走距離長，出發前先確認鞋子抓地力、是否有磨腳、破損等問題。新鞋請在出發前幾天長時間穿上，讓鞋子適應腳掌型狀以免不必要的痠痛。

拖鞋：請配置運動拖鞋或涼鞋於高美濕地及旅館活動使用，或當作下雨備用鞋，配有袋子攜帶。



六、襪子：

襪子請勿穿船型襪，建議以低筒或高筒襪為主。

七、其他衣物：

可以攜帶毛帽、脖圍來增加防風效果、運動圍巾亦可。

八、衣物攜帶量：

5天衣著，除了內衣與內褲等貼身衣物外，褲子及保暖層與外套不需帶到4天份，以減少行李體積重量。(舉例：1-2天同伴褲子，3-5天同伴褲子，配上一件休閒褲當睡褲。)

九、個人證件：

1、健保卡 2、學生證 3、悠遊卡(一卡通)搭乘火車使用

攜帶現金請不要超過1000元，只有在便利商店及1/29(大甲鎮瀾宮)、1/30(梧棲行旅)、1/31(鹿港老街)等，晚上有機會買個簡單的補給品，大部份時間不會用到錢。

十、隨身補給：

人在長途活動時會流失能量、電解質等降低行動力，可以自行攜帶如：鹽糖、小包裝巧克力、提神糖果等。也可以攜帶綜合維生素來維持機能，但不建議攜帶含咖啡因物品。

注意：個人藥物請隨身攜帶，以備不時之需。

出發前自我檢核表


<input type="checkbox"/> 軟式行李背包	<input type="checkbox"/> 健走隨身背包
<input type="checkbox"/> 4天份內衣褲	<input type="checkbox"/> 中層保暖衣物
<input type="checkbox"/> 輕薄戶外長褲	<input type="checkbox"/> 保暖戶外長褲
<input type="checkbox"/> 4雙襪子	<input type="checkbox"/> 室內休閒長褲(薄)
<input type="checkbox"/> 個人盥洗用品	<input type="checkbox"/> 牙刷牙膏
<input type="checkbox"/> 毛巾/浴巾	<input type="checkbox"/> 髒衣袋
<input type="checkbox"/> 拖鞋或涼鞋	<input type="checkbox"/> 頭套、圍脖、毛帽
<input type="checkbox"/> 面紙及濕紙巾	<input type="checkbox"/> 保溫瓶(補充溫水)
<input type="checkbox"/> 證件(健保卡、學生證)	<input type="checkbox"/> 悠遊卡(/一卡通)並儲好錢
<input type="checkbox"/> 隨身補給	<input type="checkbox"/> 個人藥品
<input type="checkbox"/> 護膝(選配)	<input type="checkbox"/> OK蹦(選配)
<input type="checkbox"/> 防風防水外套(選配)	<input type="checkbox"/> 護唇膏(選配)
<input type="checkbox"/> 乳液(選配)	<input type="checkbox"/> 少量現金
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

行程及路線

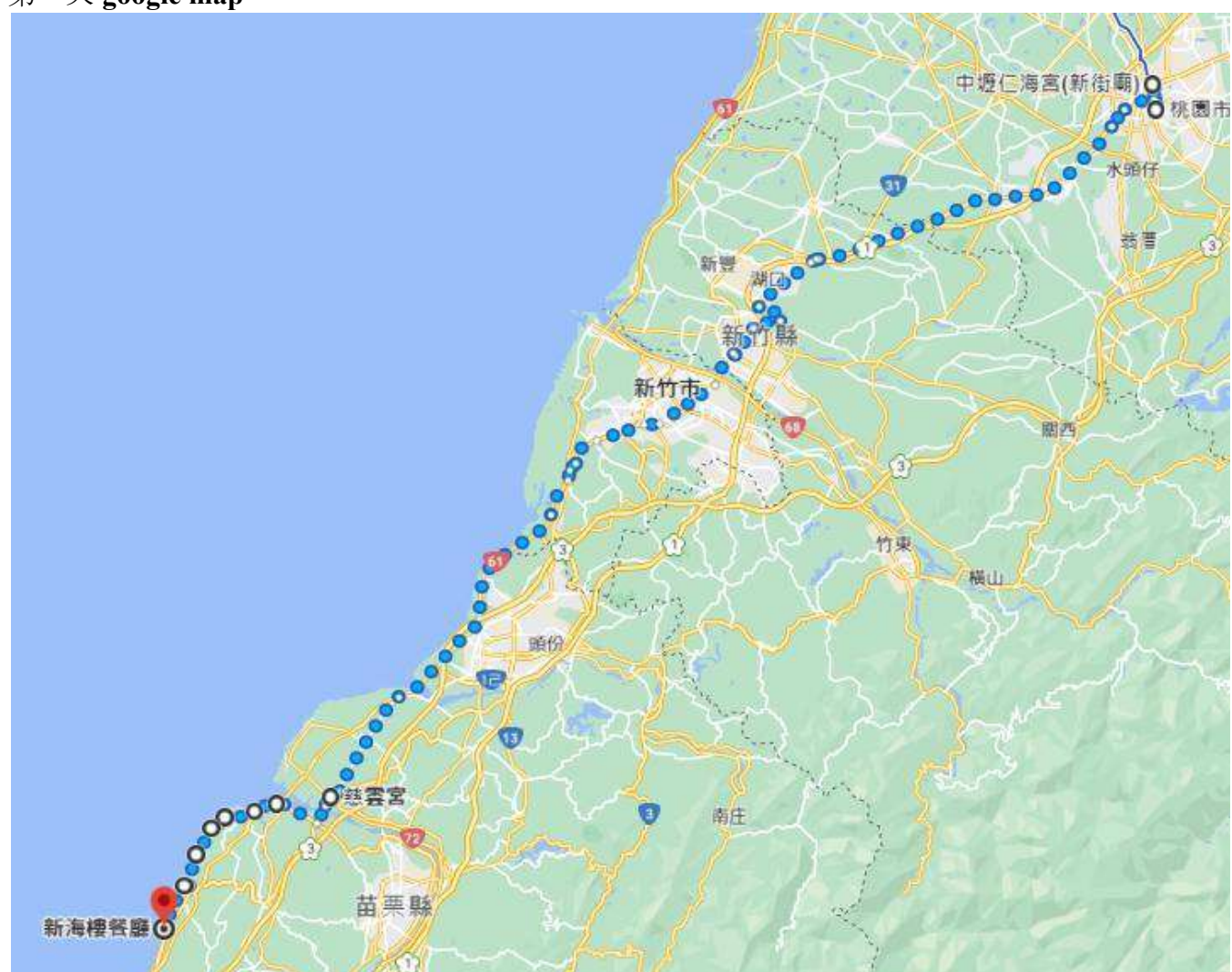
第一天1/28

	站點	行程時間	備註	距離	時長
1	學校集合	06:50~07:30	健走師生集合		
		07:40~08:40	分組點人數、行李上車。		
2	行前啟程儀式	09:00~10:00	記者會(東興國中圖書館)		
	(課程九)	=====	=====		
	步行至仁海宮	10:00~10:30	沿溪州街步行	2公里	30分鐘
3	仁海宮	10:30~10:50	仁海宮參訪祈福		
	搭遊覽車→後龍	10:50~12:00	(新街國小乘車)	75公里	約70分鐘
4	後龍慈雲宮	12:00 (抵達)	保母車、家長車會合	(乘車)	(經國道)
	參訪、午餐時間	=====	=====		
	港味燒臘店(便當)	12:20~13:00	(香客休息區用餐)	5公里	20分鐘
5	(搭車前往)	13:00~13:20	抵達龍港車站	乘 車	台 1線
	台鐵龍港車站	=====	(準備健走隨身裝備)		
	健走1-1	13:30~13:50	前往自行車鐵橋	1.5公里	20分鐘
6	西湖自行車鐵橋	13:50~14:00	休息喝水拍團照		
	健走1-2	14:00~14:30	前往化石層	2.0公里	30分鐘
7	過港隧道化石層	14:30~14:50	喝水休息拍團照		
	步行穿過港隧道	14:50~15:20	(瀏覽解說與拍照)	2.0公里	30分鐘
8	後龍清海宮(巨型媽祖像)	15:20~15:35	休息參訪		
	健走1-3	15:35~16:00		2.1公里	25分鐘
9	山邊媽祖廟	16:00~16:10	參觀與導覽		
	健走1-4	16:10~16:50		3.0公里	40分鐘
1	白沙屯香客大樓	16:50~17:10	放置行李		

0	新海樓用餐 健走1-5	17:10~17:45	步行前往用餐		
1	新海樓餐廳	18:00~19:25	晚餐時間	單趟2.7公里	去程35分鐘
2	回香客大樓 健走1-6	19:25~20:00	步行前往用餐	來回5.4公里	回程35分鐘
1	第一天檢討會	20:00~21:00	第一天檢討會	總計:18公里	
3	(課程十) 心得分享	21:00~22:00	心得分享		
	(課程十一) 運傷與保健		運動傷害與復健		
	夜宿香客大樓	22:00~	健走團就寢		

第一天 google map	起:東興國中 慈雲宮參訪(午餐) 迄:夜宿白沙屯香客大樓 ※詳細路徑請掃右側QRC	
----------------	--	---

第一天 google map



健行筆記與心得反思:

第二天1/29

	站點	行程時間	備註	距離	時長
1	起床收拾行李	06:00~07:00	收拾行李上車		
	大廳一樓早餐	07:00~07:30	中、西式早餐		
2	拱天宮	07:30~08:00	前往拱天宮參訪 (團體照)	4公里	60分鐘
	健走2-1	08:00~09:00	沿堤防步道		
3	新埔火車站	09:00~09:10	休息喝水拍團照	4公里	60分鐘
	健走2-2	09:10~10:10	(經台一線)		
4	後龍慈后宮	10:10~10:30	喝水休息參觀	3公里	45分鐘
	健走2-3	10:30~11:15			
5	通霄慈惠宮	11:15~11:30	喝水休息參觀	4.5公里	60分鐘
	健走2-4	11:30~12:30			


6	7-11通苑門市	12:30~12:40	休息	1公里	15分鐘
	健走2-5	12:30~12:45			
7	龍園餐廳午餐	12:45~14:00	苑裡龍園餐廳桌菜	2公里	30分鐘
	健走2-6	14:00~14:30			
8	苑裡麥當勞	14:30~14:45	休息	5.5公里	70分鐘
	健走2-7	14:45~15:55			
9	7-11永在門市	15:55~16:10	休息	2公里	30分鐘
	健走2-8	16:10~16:40			
10	日南火車站	16:40~16:50	搭乘台鐵區間車(15元/人)	搭火車	5分鐘
	時刻16:51	16:51~16:56	(自備悠遊卡)		
11	大甲火車站	17:00~17:15	前往商旅(進房、放行李)	1公里	15分鐘
	健走2-9				
	大甲茂華商旅	17:20~18:00	Check in 休息		
12	晚餐時間	18:00~18:30	晚餐:便當	總計27 公里	
	第二天檢討會	20:00~21:00	第二天檢討會		
	(課程十二)	21:00~22:00	心得分享		
	(課程十三)		運動傷害與復健		
	夜宿茂華商旅	22:00~	就寢		

第二天 google map	起:白沙屯香客大樓 龍園餐廳(午餐) 迄:夜宿茂華商旅 ※詳細路徑請掃右側QRC	
第二天 google map		

第三天1/30

	站點	行程時間	備註	距離	時長
1	起床、收拾行李	06:00~07:00	收拾行李上車		1小時
	商務早餐	07:00~07:30	早餐時間		
2	鎮瀾宮	07:30~08:00	健走團參訪	0.3公里	10分鐘
	健走3-1	08:00~08:10	拍攝團照	0.3公里	10分鐘
3	林氏貞節牌坊	08:10~08:30	解說介紹(拍團照)		
	健走3-2	08:30~09:30		4公里	60分鐘
4	台亞石油大甲橋站	09:30~09:50	休息(保母車補給)		
	健走3-3	09:50~10:30		3公里	40分鐘
5	清泉國中	10:30~10:50	喝水休息		
	健走3-4	10:50~12:00		5.5公里	70分鐘
6	高美濕地保護區	12:00~13:00	(午餐時間)		
7	高美野生保護區	13:00~14:30	認識高美濕地		
	濕地野鳥觀景台	14:30~15:00	下午2點乾潮	1.4公里	30分鐘
8	濕地遊客中心	15:00~15:20	休息上廁所		
	高美雙曲景觀橋	15:20~15:50		2公里	30分鐘
9	臺灣風能訓練	15:50~16:30	參觀風力發電		
	股份有限公司	16:40~17:40	訓練基地認識風能	4公里	60分鐘

1	新港城宴會廳	17:50~19:20	晚餐時間		
0	健走3-8			0.5公里	10分鐘
	梧棲行旅	19:20~19:50	行旅Check in		
1	第三天檢討會	20:00~21:00	第三天檢討會		
1	(課程十四)	21:00~22:00	心得分享		
	(課程十五)		運動傷害與復健		
1	夜宿梧棲行旅	22:00~		總計:21公里	
2					

第三天 google map	起:茂華商旅 高美濕地保護區 (午餐) 迄:夜宿梧棲行旅 ※詳細路徑請掃右側QRC	
----------------	--	---

第三天 google map




健行筆記與心得反思:

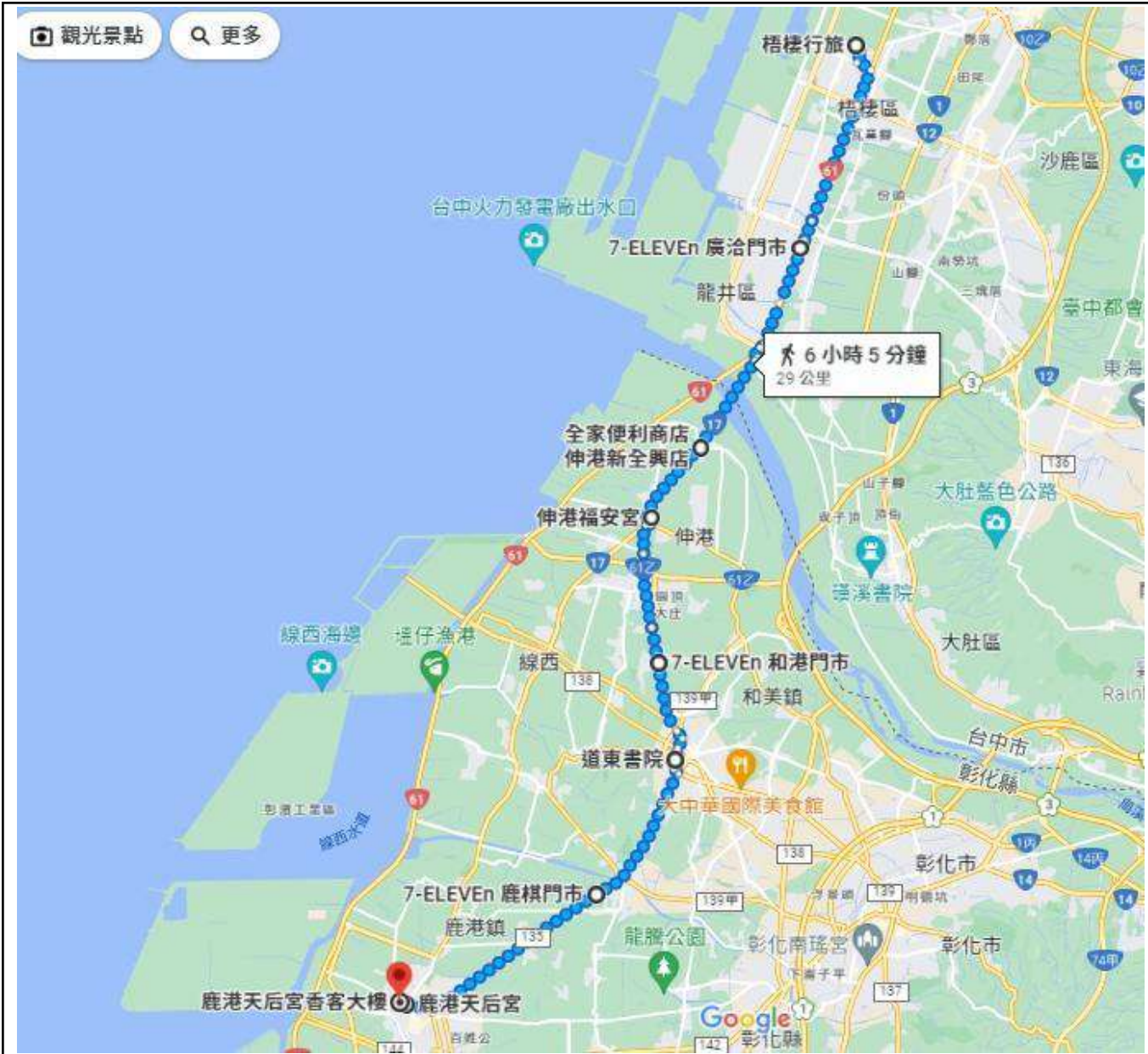
第四天1/31

	站點	行程時間	備註	距離	時長
1	起床、收拾行李	06:00~07:00	收拾行李上車		1小時
	商旅早餐	07:00~08:00	早餐時間		
	健走4-1	08:20~09:40		5.5公里	80分鐘
2	7-11廣洽門市(休息)	09:40~10:00	喝水休息		
	健走4-2	10:00~11:20		5.5公里	80分鐘
3	全家-新全興(休息)	11:20~11:35	喝水休息		
	健走4-3	11:35~12:10		2.5公里	35分鐘
4	伸港福安宮	12:10~13:10	午餐:便當		
				3.5公里	50分鐘

	健走4-4	13:20~14:10			
5	7-11和港門市(休息)	14:10~14:30	喝水休息		
	健走4-5	14:30~15:10		2.5公里	40分鐘
6	道東書院	15:10~15:40	導覽參觀休息		
	健走4-6	15:40~16:40		4公里	60分鐘
7	7-11鹿棋門市 (全家柑仔店)(休息)	16:40~17:00	喝水休息		
	健走4-7	17:00~18:10		5.5公里	70分鐘
8	鹿港天后宮	18:10~19:00	阿道餐廳		
	鹿港老街探索	19:00~20:00	住宿Check in		
9	第四天檢討會 (課程十六) (課程十七)	20:00~21:00 21:00~22:00	第四天檢討會 心得分享 運動傷害與復健	總計: 29公里	
10	夜宿香客大樓	22:00~	健走團就寢		

第四天 google map	起:梧棲行旅 伸港福安宮(午餐) 迄:夜宿天后宮香客大樓 ※詳細路徑請掃右側QRC	
----------------	--	---

第四天 google map




健行筆記與心得反思：

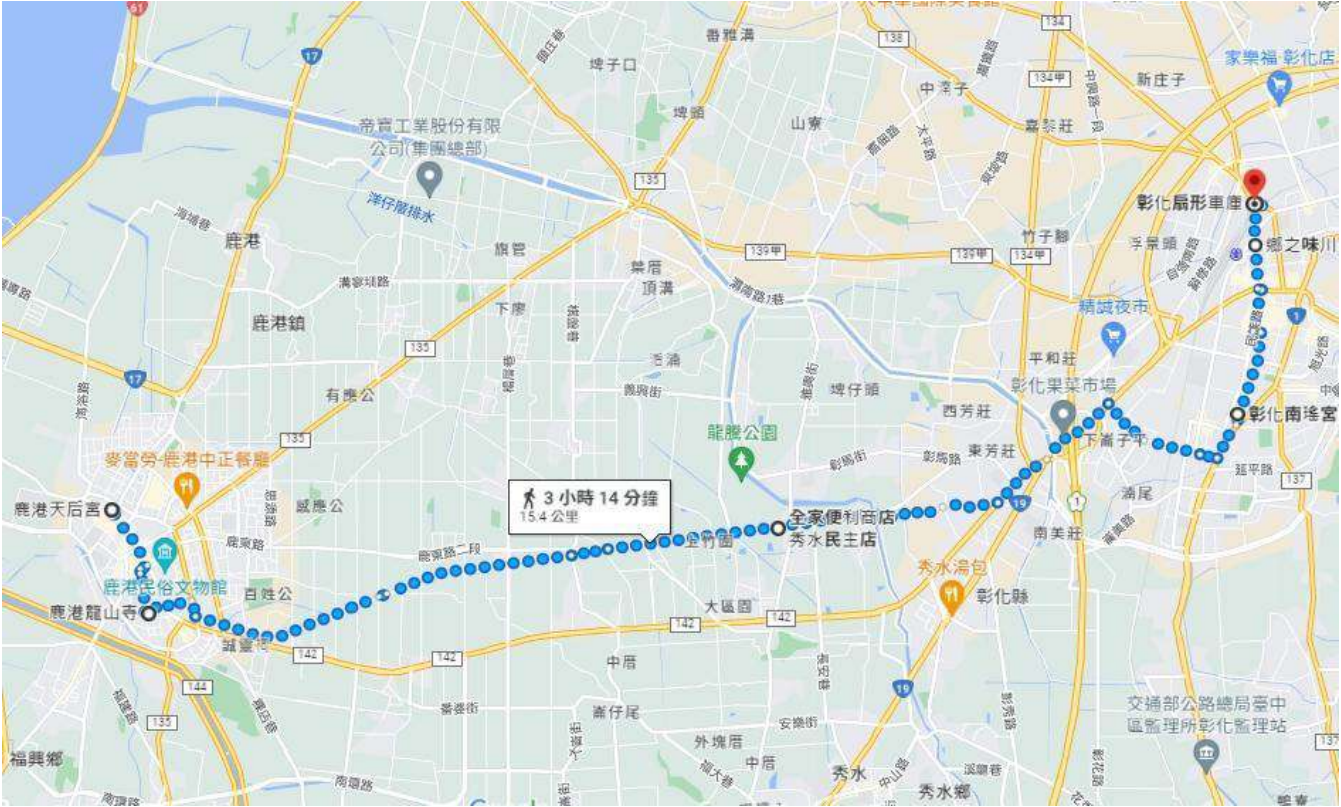
第五天2/01

	站點	行程時間	備註	距離	時長
1	起床、收拾	06:30~07:30	收拾行李上車		1h
	香客大樓早餐	07:30~08:00	早餐		
2	鹿港天后宮	08:00~08:30	參觀、拍攝團照	1.2公里	20分鐘
	課程(十七) 健走5-1	08:30~08:50	漫步鹿港老街		
3	鹿港龍山寺	09:00~09:20	參觀、拍攝團照	6.3公里	100分鐘
	課程(十八) 健走5-2	09:20~11:00	龍山寺導覽		
4	全家秀水民主店	11:00~11:20	喝水休息	搭車	30分鐘
	搭車	11:20~11:40			
5	彰化南瑤宮	11:40~12:00	參觀、導覽	2公里	30分鐘
	健走5-3	12:00~12:30			
6	鄉之味川菜館	12:30~14:00	午餐	0.5公里	10分鐘
	健走5-4	14:00~14:10	行走地下道		
7	彰化扇形車庫	14:00~15:00	扇形車庫歷史	總計:	10公里
	課程(十八)		介紹與導覽		
	健走活動總檢討	16:00~17:00	健走活動總檢討		
	課程(十九)		遊覽車上進行		

	課程(二十)			
	搭遊覽車返校	16:00~18:00		
8	東興國中	18:00 (返抵學校)	賦歸~任務完成!	
				五日合計 105公里

第五天 google map	起:天后宮香客大樓至 鄉之味川菜館(午餐) 迄:彰化扇形車庫/遊覽車賦歸 ※詳細路徑請掃右側QRC	
-----------------------	---	---

第五天 google map



步行 3 小時 14 分鐘
15.4 公里

健行筆記與心得反思:

景點介紹

中壢仁 海宮



中壢仁海宮，因位在新街又稱為新街廟，仁海宮創立於西元1826年，迄今已有180多年的歷史是中壢市最古老的廟宇。原先仁海宮供奉的主神為觀世音菩薩，後來鑒於此地區的商旅人數眾多，為保旅途平安，仁海宮增奉媽祖為主祀神祇，香火綿延興盛。因為建造初期較為簡陋，在西元1870年時修築為宮殿式大廟，同時將廟宇定名為「仁海宮」，並且懸掛上「海國長春」的匾額。在民國八十一年(西元1992年)時因香客絡繹不絕，再將後花園修建成為廟宇殿堂以增祀神祇，是新街居民重要的信仰中心。

後龍慈 雲宮



後龍慈雲宮，位在苗栗縣後龍鎮，主祀天上聖母媽祖，創建於清朝乾隆35年(西元1770年)，原本為一間簡陋的茅屋，直西元1771年才完成現今慈雲宮的基礎，為後龍鎮歷史最為悠久的廟宇。寺廟中也有許多年代久遠的歷史文物，包括乾隆時期的古供桌與印有光緒皇帝宮印的「與天同功」匾額，相當具有歷史文化價值。慈雲宮外觀是為民國78年所改建的，建築富麗堂皇，終年香火鼎盛。最有名的活動是「慈雲宮攻炮城」，搭配當地歲時節慶元宵節，是後龍生活圈內重要的活動。「慈雲宮攻炮城」最早源自於清朝時期，相傳因瘟疫嚴重肆虐，地方人士向當地信仰中心慈雲宮主神媽祖祈求平安，獲指示要在

廟前搭建炮城，再以投擲鞭炮來驅趕瘟神，由鞭炮硝火產生消毒作用，果真瘟疫停止、疫情不再蔓延，此民俗就傳承至今，演變成後龍鎮重要的元宵節慶。

龍港車站



位於苗栗縣後龍鎮的「龍港車站」是西部幹線上搭乘人數最少的車站之一，站房牆面原寫有「龍港車站」的看板，現已拆除不復存在。「龍港車站」於1922年設立，舊名「公司寮驛」，因其緊鄰後龍溪出海口有一座「公司寮漁港」，早期河面寬闊，在未淤積前，夜時燈火通明，「寮港歸舟」的景象還被列為昔日苗栗勝景之一，「公司寮」名稱的即源自於港邊曾是貿易公司聚集的

地方，故名「公司寮」。台灣光復後，與閩粵沿海各地交易頻仍，商旅雲集，盛極一時，至民國38年大陸淪陷後，不復有船隻出入，因軍事需要，一度奉令關閉。民國40年9月，為顧及附近漁民生活而重行開放，並撥款整修為一完全之避風漁港。「公司寮驛」於1952年改名為「龍港車站」，現車站等級為招呼站（無人管理站）。

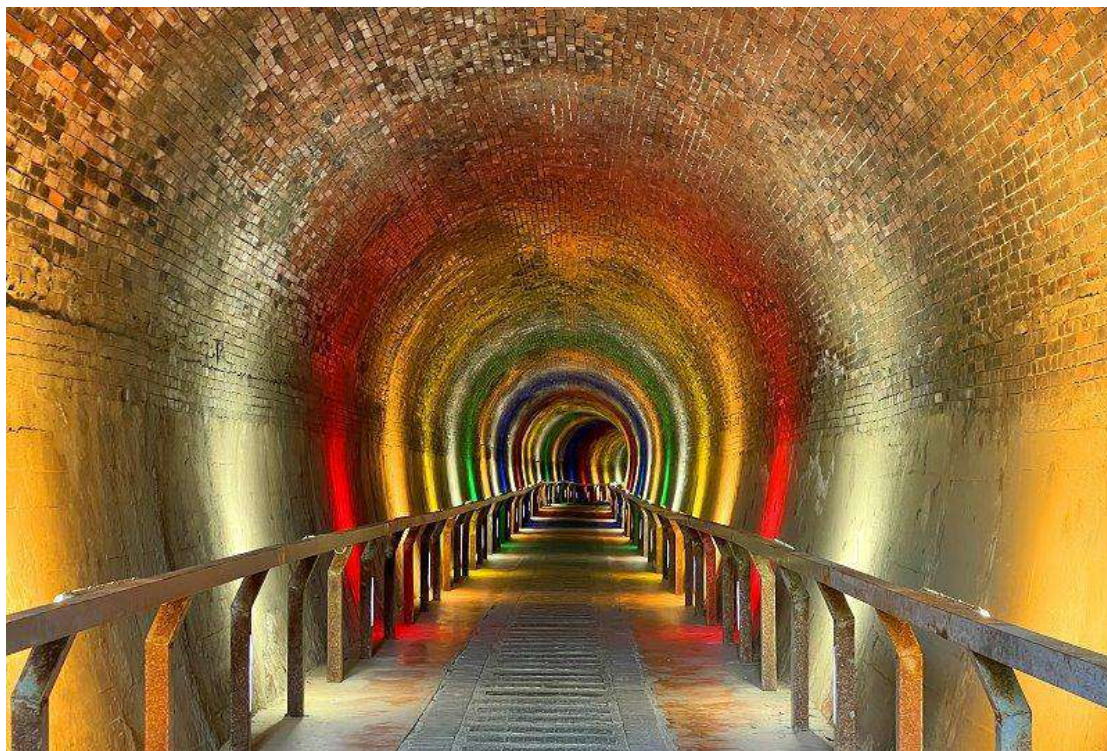
西湖自行車鐵橋



西湖自行車鐵橋為苗栗縣政府獲經濟部水利署前瞻經費補助，投入2.86億進行之「西湖溪整體環境營造計畫」，辦理自行車橋、自行車道及水岸環境工程，2018年1月動工，工程歷時2年半，於2020下半年啟用。自行車道全長約850公尺、寬約4公尺，完工後使得綠光海風自行車道，不需再繞道西濱公路，可直接由新自行車鐵橋跨越西湖溪。新建的自行車鐵橋與海線鐵路並行，以西湖溪出海口舊有海線鐵路橋墩作為基礎，融入海域特色景觀橋，重新打造215公尺的新鐵橋，橋體採用能夠抵抗海邊氣候的鋼構設計，並將傳統蝦籠竹編工法納入外

觀設計的構想；橋上並有觀景台，可在此觀賞西湖溪出海口、濕地的夕陽美景，西側就是西湖溪河口，是看賞夕陽的最美景點。

過港隧道



後龍過港隧道位於後龍鎮苗33-1線附近，屬於海線道路的一部份，大約興建於大正11年(1922年)，共計三座隧道六個洞門。「海線鐵路」的興建是因為日治時期完成的舊有縱貫鐵路(山線)，因南北運輸量大幅增加，因此臺灣總督府在竹南與彰化之間，闢建「海線鐵路」。「海線鐵路」於大正11年(1922年)，反映當時臺灣經濟逐漸繁榮的階段。「海線鐵路」直到民國62年(1973年)，鐵路縱貫線全面電氣化，「海線鐵路」西移改道後，「後龍過港隧道」走入歷史。「後龍過港隧道」三座隧道六個

洞門的建造型式都不相同，是平原地帶海線唯一火車隧道，也是全國最低海拔的隧道景觀。隧道前右側小徑，通往上方的小平台上，由苗栗縣政府於民國44年（1955年）立有一塊石碑，正面刻寫「過港貝化石層」，背面刻有「古蹟依法保存不得濫墾」。

後龍清



後龍清海宮，位於臺灣苗栗縣後龍鎮南港里，奉敬主神為媽祖

娘娘，建廟由來是因檢到西湖鄉五龍宮的神像。媽祖娘娘於民

國六十五年十月經與湄洲島連在一起的大清海中自己登陸起

來救世，由於一再神跡顯赫並指點各地信眾在位於登陸地點

附近建造大廟並親自命名為【清海宮】乃宮名之緣由。清海宮

於民國105年10月完成高32米聖顏莊嚴之石雕媽祖，石雕媽

祖望向無際大海保佑各路船隻航行平安。

山邊媽 祖廟



山邊媽祖，又稱為山邊媽、山邊天上聖母，因早期並無文字記載而無從考究。2013年以前，山邊媽祖一直都是「有神無廟」的形式，幾百年來都是由值年爐主輪流將神像迎請至家中奉祀。有鑑於人口外流嚴重，每年參與擲選爐主的信眾越來越少，為維護其珍貴傳統，信眾因而衍生蓋廟之決心。擲筊獲媽祖婆同意後，展開籌建臨時行宮，並組織山邊媽祖宮管理委員會。山邊媽祖每年都會跟著白沙屯媽祖一起到北港進香，幾百年來不曾間斷，2010年被中華民國文化部列為中華民國無形文化資產民俗類。

白沙屯拱天宮



白沙屯拱天宮，位於苗栗縣通霄鎮白東里白沙屯聚落，是當地居民的信仰中心。白沙屯媽祖集開基、鎮殿、進香為一身，媽祖神像獨特的特色為軟身四肢可活動，早期白沙屯先民因海上捕漁艱苦與危險，便奉祀軟身天上聖母，以祈求平安。每年以步行方式前往北港朝天宮進香是白沙屯一年一度的宗教節慶盛事，被列入台灣宗教百景之一，媽祖鑾轎因為轎頂覆蓋一層粉紅色薄帆布，有時行進非常快速，被信徒暱稱為「粉紅超跑」或是「粉紅法拉利」。

新埔火車站



新埔車站舊名「新埔驛」，是一座位於臺灣苗栗縣通霄鎮的鐵路車站，於1922年啟用至今，現經指定為苗栗縣歷史建築。隨著西部幹線鐵路電氣化，海線鐵路的列車減少，新埔車站被降等為乙種簡易站，僅有區間車停靠和一人站員服務。想拜訪的話僅能靠著搭乘區間車前往，新埔車站是西部幹線與海岸線距離最近的車站，從新埔車站出站後，走路約兩百公尺即可抵達海邊。從車站往北走可以抵達「新埔海堤」，天氣良好時，可以看見夕陽緩緩沉入台灣海峽的美景。

後龍慈 后宮



通霄慈后宮，位於苗栗縣通霄鎮通灣里之通霄慈后宮，供奉天上聖母為主神，建廟迄今已有16年之歷史，天上聖母神靈赫，庇護群黎，廟向臺灣海峽，保佑船隻航行及海上作業漁船安全，漁獲滿載，因此香火鼎盛，已為南庄、中庄及北庄村民及近居民之信仰中心，民國90年由天上聖母及白沙屯天上聖母共同勘查後建廟並供奉天上聖母，在十方信眾及地方全紳善信大德出錢出力之下，於民國101年宮廟主體竣工，天上聖母神威也更加顯赫。

通霄慈惠宮



通霄慈惠宮，為通霄鎮上最古老的廟宇，肇建於道光丁酉年（西元1837年）自設爐供奉天上聖母迄今已有186年之歷史，當時在整個重建和修復時期參與的人全部都是客家人，因此也充斥豐富的客家風情依該宮之門聯所述應係自北港朝天宮分靈而來，天上聖母神威赫，香火鼎盛，慈惠宮位居通霄鎮的鎮中心，北有虎嶼山，南有沙、石兩河匯集有如神龍之通霄溪，正是龍蟠虎踞之地為通霄地區之宗教信仰、經濟和文化之中心。

日南火車站



日南站位於臺中市大甲區，大安溪以北，為臺灣鐵路管理局海岸線的鐵路車站。日南車站的命名源自於以往此地平埔族社名的漢譯，1922年10月落成啟用至今已有93年的歷史，為國內少數幾個古蹟車站的代表之一，亦是海線沿線尚存的五座木造車站之一，與談文、大山、新埔等站採用的是幾乎一樣的建築式樣(洋和風型式的歇山頂建築)除了典雅構造外，可見當年與國際同步接軌的木造窗架及廊柱，並有以泥土混合米糠及石灰砌成的牆壁。本站最大的特色，是那設在側邊高處，狀似牛眼的「牛眼窗」，從月台觀看，便可以見到醒目的牛眼窗就穩穩的鑲在高處，而車站四周草木茂密，綠意盎然，儘管夏日再熱，太陽再大，在本站也享受綠蔭帶來的清涼。由於到日

南火車站搭車的人數極少，平均每天乘客只有數十人，大都是搭往大甲的短程乘客，現今已被台鐵改成甲種簡易站，不過每日仍有許多火車迷到此造訪。

大甲火車站



大甲過去是為平埔族中的道卡斯(TAOKAS)族所生活居住的場域，在漢人移入後，以平埔族的「道卡斯」來稱呼本地，「大甲」之地名便由這譯音而來。本站為二等站，是大甲地區的重要交通樞紐，各級列車均有停靠，同時為成追線區間車的終點站。大甲車站大廳與月台層採用黑白復古的地磚設計，站內設有「鐵道旅行·幸福美好111」之戳章，供旅客蓋戳留念；進站後隨即為月台，車站設有島式月台、岸式月台各一座，月台上放了不少芋頭的裝置藝術作品，與大甲盛產的芋頭相呼應。

大甲鎮瀾宮



大甲鎮瀾宮，俗稱大甲媽祖廟，是臺灣台灣媽祖信仰的代表廟宇之一。每年元宵節舉行「筊筓典禮」擲筊決定大甲媽祖遶境進香出發的日期與時辰，依照傳統舉行獻敬禮儀。遶境進香中包含了十大典禮，包括筊筓、豎旗、祈安、上轎、起駕、駐駕、祈福、祝壽、回駕及安座，每一項典禮都按照既定的程序、地點及時間虔誠行禮，來自各地的百萬信徒組成聲勢浩大的進香隊伍，以鎮瀾宮為出發點，在九天八夜中徒步至南部來回，堪稱是台灣地表最大規模遷徙活動，現為臺灣民間信仰中受矚目的宗教盛事，被列為中華民國無形文化資產民俗類重要民俗之一。

林氏貞節牌坊



林氏貞節牌坊是一座豎立於臺中大甲的清代貞節牌坊，位於鎮瀾宮附近，為表彰淡水廳大甲街地方人士余榮長之妻林春娘之貞孝事蹟，而興建於道光二十八年(1848年)之紀念性建築物。本身是「四柱三間式」的古坊，橫樑上有著細緻的石雕及多對楹聯，前方有兩座充為侍衛的石獅，雕刻精美傳神，栩栩如生！坊頂檐安「聖旨」，是為最高榮譽表徵。百年來民間尊稱林氏為「貞節媽」，塑像奉祀在鎮瀾宮裡觀站佛祖的神龕內。民國七十四年(1985年)8月19日，此牌坊經中華民國內政部指定為臺中縣三級古蹟。

高美濕地保護區



高美濕地(高美野生動物保護區)位於清水大甲溪出海口南側，面積廣達701.3公頃，擁有豐富的天然資源，是國內少數幾處雁鴨集體繁殖區之一。曾在高美濕地棲息的鳥類有多達120餘種，為重要之生態保育區。高美濕地雖然面積不大，但是由於泥質及沙質灘地兼具，加上與河口沼澤地帶鑲嵌在一起，所以孕育了豐富又複雜的濕地生態，以及目前所知全臺灣最大族群的雲林莞草區，形成乾濕相間伴有植物生長的複雜地形，因為地形多變，生態種類亦相當複雜，主要種類為鳥類、魚

類、蟹類及其他無脊椎類等生物；每年秋冬之際，都會有大批的候鳥前往作客，不管是短暫的休息，或是駐足過冬，都為高美濕地增添了不同的生態風貌，目前已逐漸取代大肚溪口，成為喜好賞鳥人士的新興據點。

台灣風能訓練公司



臺灣風能訓練股份有限公司(Taiwan International

Windpower Training Corporation Ltd.)是由臺灣港務股份有

限公司、中國鋼鐵、臺灣國際造船、台灣電力公司、臺英風電

及上緯新能源等，多方企業共同合資成立，成立主旨為培養本土風電人才，並將風電技術在地化，為台灣打開離岸風力發電市場的大門。臺灣風能引進國際風能組織(Global Wind Organization, GWO)制定的基本安全訓練標準規範，對外開辦離岸風電相關訓練課程。除了GWO基礎技術訓練(BTT)外，亦提供GWO基礎安全訓練課程(BST)，授課包括緊急救護、徒手搬運、火場應變、高空作業、海上求生等五大課程。此份證照為大部分風場開發商、風機商及相關公司對於其從事作業人員要求取得專業證照之一。台灣風能訓練公司成立4年多，培育本土風力發電人才，也進軍海外訓練市場，到日本開課，協助日本培養在地的風電產業人才。

伸港福安宮



伸港福安宮，是位於臺灣彰化縣伸港鄉大同村的媽祖廟，為該鄉的信仰中心，其媽祖稱為「伸港媽」，遶境範圍為擴及和美鎮的伸港十八庄。

太平天國期間，咸豐四年（1854年），泉漳移民為避免戰亂到此建立家園，為求出海捕魚及經商平安，而去福建莆田湄洲請神來建立媽祖廟。媽祖稱為「舊塗葛堀港三媽」、「伸港媽」。

道東書院



和美德東書院是目前台灣各地留存清代書院中較具原貌者，在台灣清代書院建築史上占有重要地位。創建於咸豐七年，當時由地方夙儒阮鵬程、士紳陳茂才、貢生王祖培、稟生黃際清等人奔走倡建，並親自籌劃督造營造工程，隔年落成。取名道東書院，意指「王道東來」，地方雅稱「文祠」。道東書院占地面積達二千五百坪，四周有圍牆將連照壁，及巽位的山門，入內有泮池，廟體坐北朝南為二進之四合院。門廳面寬三開間，闢三門，前埕右側立一座惜字亭，亭高二層，體態秀逸可掬；中庭亦寬敞，左右各加一護室，正殿講堂亦為三開間，深有五間，殿宇氣勢恢宏，內祀宋徽國文公朱子神位，講堂左右有日月

圓門，內為古時山長住宿場所。書院格局完整，建築尺度親切，氣氛寧靜，充分顯現古代優美的學習空間，而西廡前之惜字亭，常見於書院，說明著傳統社會對文字尊敬之態度。

鹿港天

后宮



鹿港天后宮，又稱鹿港媽祖宮、鹿港湄洲媽，前身為鹿港天妃廟，是臺灣彰化縣鹿港鎮的信仰中心，是臺灣最早唯一奉祀湄洲天后宮天上聖母開基聖母神尊的廟宇，此尊湄洲島天上聖母(開基二媽)是清代福建水師提督施琅將軍迎奉來台，也是世界僅存的湄洲開基天上聖母神尊。鹿港天后宮是臺灣歷史悠久的知名廟宇之一，至今三百多年，目前由中華民國文化部評定為國定古蹟。

鹿港龍山寺



鹿港龍山寺，為臺灣彰化縣鹿港鎮的廟宇，主祀觀世音菩薩，本廟與臺灣另外幾座以龍山寺命名的寺廟——淡水龍山寺、艋舺龍山寺、臺南龍山寺、鳳山龍山寺等，都是分靈自福建省泉州府晉江縣的泉安龍山寺，本廟也是臺灣所有龍山寺中規模最大，被認為是現在在臺灣保存最完整的台灣清治時期建築物。整個廟宇最重要的是其建築和雕刻目前為國定古蹟。

彰化南瑤宮

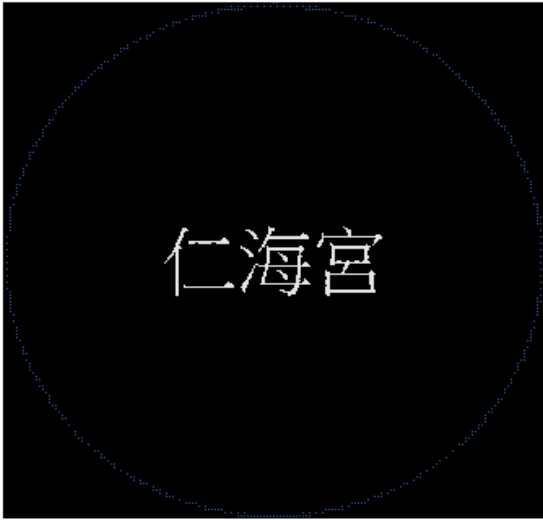


彰化南瑤宮是臺灣彰化縣彰化市南瑤里的一座主祀天上聖母的媽祖廟，俗稱「彰化媽」或者「南門媽」，約在清朝乾隆年間建立，在彰化縣城南門外。香火鼎盛，屢稱靈驗，有「彰化媽蔭外方」之名。現為中臺灣的重點古廟，1985年4月25日中華民國內政部公告指定為三級古蹟(今為縣定古蹟)。從嘉慶十九年(1814年)即有記載彰化南瑤宮笨港進香為台灣進香團之鼻祖。

彰化扇形車庫



彰化扇形車庫是全國僅存的扇形火車庫，是彰化縣的國定古蹟，位於彰化車站北方，隸屬彰化機務段，建於1922年（大正11年）屬於台灣日治時期遺留下來的產物之一，現今開放予民眾參觀。庫房建物以調車轉盤為中心，軌道由車庫向外展開如一面扇子，呈十二股道放射狀形成一座半圓弧狀車庫，因而稱為扇形車庫，火車頭經長距離奔馳後進入車庫休息、保養，因此扇形車庫也又有「火車頭旅館」之稱。進入彰化機務段後可看到機務人員忙著保養和維修火車頭，如扇形的鐵軌透過轉盤移動，火車頭因此轉動而進出車庫，電氣機車和蒸汽機車都並列車庫。





鎮瀾宮

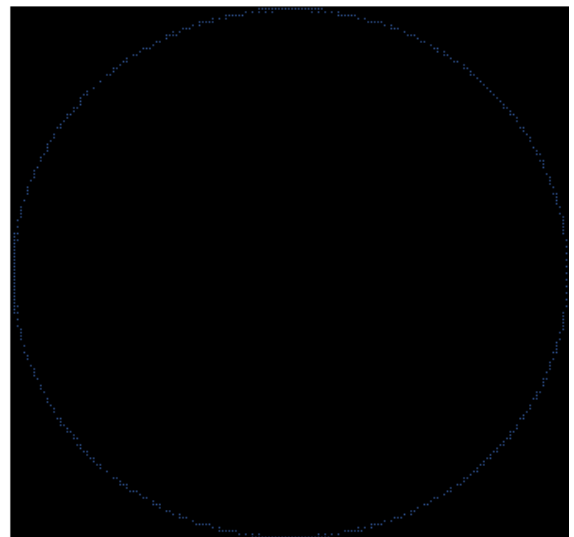
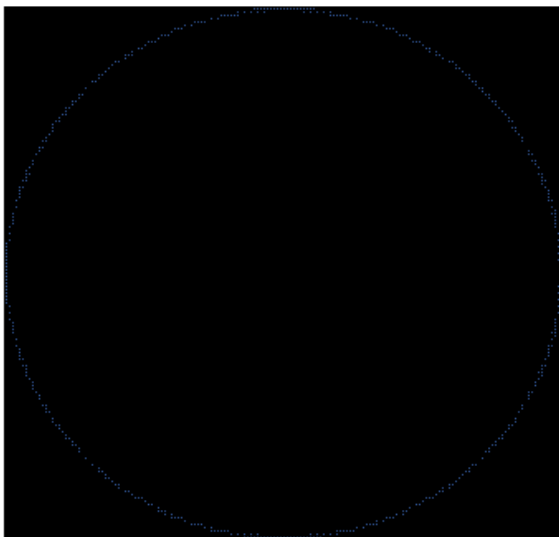
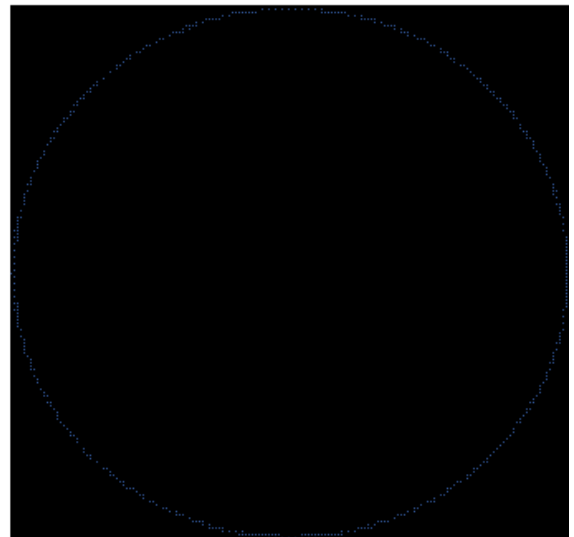
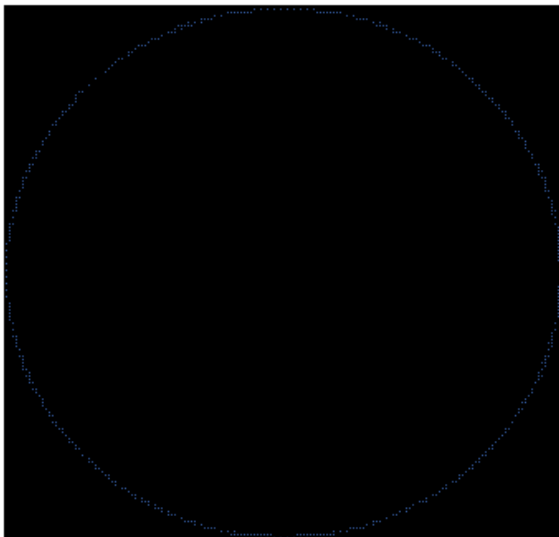
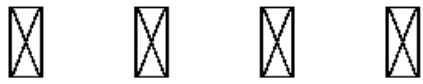
高美濕地

伸港
福安宮

道東書院

鹿港
天后宮

鹿港
龍山寺



MY NOTES

A large grid of small dots for writing notes, covering most of the page.

