



■頭城農場指引清晰



■頭城農場環境清幽，給人有種純樸的感覺。



■這班退休教師銀髮族對農場遊很喜歡。

台灣宜蘭頭城農場是幾年前曾到訪，今年6月再到此一遊，感覺農場的旅遊設施多了許多，一些景點設計已完善了許多，完全是與綠色旅遊結合的休閒農場，而且是親子遊的設計。見到不少台灣的學生團、退休銀髮族，據負責人說他們這幾年也是很多學生團到訪，包括本地和外地。難怪他們已有一隊專屬導賞團服務客人。只要入住他們民宿，他們就有專項安排供你選擇，如果是一家大小去，可能覺得少了很多安排交通、節目行程的煩惱，但要有心理準備這裡賣點不是豪華舒適，而是純樸，相對比較經濟實惠。 文：婷婷 攝：焯玲

宜蘭頭城農場親子樂 遠離喧囂體驗有機生活



■頭城農場職員進行園區導賞



■很奇妙的綠草變「鑽石」的方法。

頭城農場總面積約100公頃，園區裡有桂竹林，還有三條溪流等，構成了得天獨厚的自然景觀及豐富的生態資源，遠離城市的喧囂，田園、樹林、動物等，你可以接觸到一切有生命的事物，吃喝玩樂都來自大自然。遊客服務中心裡除了有櫃檯外，食堂早、午、晚餐也都是在這裡享用，全部是自助餐形式，餐點看似簡單味道卻是很不錯，富客家風味，有肉燥麵、魚丸、黃酒雞、油飯、麵線等，有甜湯圓、有仙草、有綠豆湯及水果，讓大家吃得開心又滿意。傳統點心全天供應，可以品嚐到原汁原味的綠豆湯、手工湯圓、芋頭米粉、切仔麵……當然也可以DIY煮食體驗，自己動手柴火煮食，學會珍惜和享受食物。

入住當晚的晚餐為BBQ烤肉可吃到飽，也是自助式，桌上有烤肉網、夾子、烤肉醬、火柴等，而烤肉食材：香菇、豬肉、香腸、玉米、鑫鑫腸、甜不辣、花枝丸、青椒、四季豆、杏鮑菇、米血、豆乾、吐司等想吃多少隨你拿。

體驗粒粒米來之不易

農場創辦人卓媽媽的農場經營理念

就來自她的「兒時記憶」，讓我們回到「阿麼的家」，熱鬧開闢的玩耍，感受「豐收、自在」的情懷。除此之外，頭城農場有很多令人意想不到的主題活動，例如探究釀酒過程，近距離接觸水牛、火雞及山豬等牲畜，還有水稻文化體驗，在烈日下插秧，深受外國旅客歡迎，不少人在田中站不穩而滿身泥漿，深刻體驗粒粒之米的來之不易。

到有園區生態導覽時間到了，由專人帶領講解園區裡的生態點滴，頭城農場裡有許多好玩好看的，真的要走走逛逛整個園區，走訪動物園區、植物園區認識一些常用草藥植物、蔬菜園可摘青菜、水稻田園看稻谷、果園區摘水果、古早味的矮房子廚房等設備讓大家體驗磨米漿……要將米磨成米漿，製成米苔目冰、綠豆湯及熱騰騰的鼎邊銼，這些都是現磨現煮兼即食，相當的Q彈好吃，每個人都可以任吃好幾碗。

農場有多項親子DIY

天氣熱時可以選擇室內活動，農場還會有許多親子DIY，例如果醋DIY、薄餅DIY、葉拓彩繪DIY、天燈DIY供客人選擇。要做DIY，按活

動時間來到的有着紅色大屋頂的DIY園藝中心。葉拓彩繪DIY，是可以選擇手提袋或是衣服，葉子是自己採的，看自己想要什麼圖形的葉子自己動手在園區裡採。

DIY祈福天燈通常等傍晚，要製作天燈，首先看農場人員示範教學，然後再自己動手做做看，聽講解時覺得很簡單，但真的自己開始後就東忘西忘了，貼好後，在天燈上寫了上願望然後放上天，大家特別興奮！是個受歡迎節目。

同時，也透過農場各項體驗活動的帶領讓訪客能體驗農業的自然知性之美，利用「吃在地食當季」的食農教育概念，設計出許多傳統又豐富的農村體驗課程，按季節設計，例如若入住時是螢火蟲的季節夜晚有螢賞活動，讓旅客一起翱翔在大自然的海洋之中。

厭倦了每天營營役役的生活，周而復始的繁忙工作，是否有衝動來體驗一下有機生活？每天抬頭可見綠油油的田野，蔚藍的天空，一起來歸園田居，彷彿回到過去那自然純樸，又充滿生機的年代。



■DIY天燈在頭城農場是受歡迎項目



■頭城農場有自己烘焙窯烤的PIZZA。



■孩子們來到農場，可以接觸磨米，品嚐到古早味的點心，如綠豆湯、米苔目。



■頭城農場吃的是地道客家菜。



■立川漁場摸蜆體驗

花東縱谷立川漁場摸黃金蜆

自己認為台灣的花東縱谷是最有山水美感的，因花東縱谷位於海岸山脈與中央山脈之間，是台灣最大的河谷，從花蓮市到台東市全長約150公里，是台灣島最重要的地質構造區。海岸山脈位在台灣島的最東側，東臨太平洋，西側為花東縱谷；以花東縱谷與中央山脈為分界；縱谷西側聳峻綿延的山脈就是中央山脈，是菲律賓海板塊與歐亞大陸的碰撞帶，所以常聽到花蓮地震的消息。

花蓮有很多農場，位在壽豐的立川漁場是旅遊花蓮必到的地方，主要是參加親子戲水活動、手作DIY、品嚐風味料理、立川漁場導覽解說，不一定住宿。立川漁場主打養殖的貴妃魚、活力鯛、黃金蜆。壽豐鄉擁有清澈乾淨的水質，源源不絕的湧

泉，加上無污染的環境，不但讓立川漁場孕育出優質的黃金蜆，也成功研發出蜆錠、蜆精等多項產品外銷國際，他們並設立了文化生態館、蜆之館、體驗池、餐廳等，不僅能夠讓人認識黃金蜆的一生、養殖的過程之外，還能親自下水體驗「摸蜆仔兼洗褲」的樂趣，餵食養殖的魚群，是一個非常受歡迎的親子同樂景點。來到立川漁場，當然是體驗摸黃金蜆體驗早期漁村風情、品嚐肥美新鮮的鹽烤活力鯛、現炒黃金蜆、清蒸貴妃魚、黃金蜆丸等美食。

免費參觀

- 摸蜆體驗每人120元，5歲以下不收費，僅需付陪同大人的費用。
- 蜆殼DIY每人150元，需於3天前事先預約。



■立川漁場風味餐



■立川漁場蜆殼DIY

自遊行 澳門威尼斯人打卡新景點

巨型「可口可樂」高罐 化身經典澳門故事



■巨型高罐展現澳門90年代風情

跟香港毗鄰的澳門對每位香港人來說都不會陌生，不論是50後還是90後，小時候都總會跟家人或朋友前往澳門旅遊。大三巴、西灣湖、銅馬茶座，還是澳門大賽車，都是不少人的共同回憶。同樣，植根澳門70年的「可口可樂」亦是一直伴隨大家成長。

為慶祝在澳門成立70周年，「可口可樂」早前特別推出6款特別版「可口可樂」高罐，敘述着上世紀50年代至現在的澳門故事。由即日起至7月31日，「可口可

樂」更於澳門威尼斯人舉辦「年代故事經典回味」展覽，除了會有由巨型「可口可樂」高罐組成的歷史場景，更會有不同的遊戲及活動，讓遊客拍照之餘，同時回味澳門跟「可口可樂」70年的歷史故事。

在展覽中，「可口可樂」把上世紀50年代至今的澳門故事幻化成六個歷史場景，每個場景都有一個兩米高的「可口可樂」高罐，配以切合主題的有趣裝置，讓遊客可以重踏當年的澳門街道，回到過去。遊客可以走進60年代的「西灣風情」，

幻想自己坐上舒適的人力車，一邊喝着冰凍的「可口可樂」，經過停泊着一艘艘商船的西灣，亦可以踏入70年代的「澳門大賽車」，擠在熱鬧的大看台看着跑車在面前呼嘯而過；更可以踩着單車來到80年代美食林立的「地堡街」來個美食巡禮。此外，遊客亦可以在代表50年代的大三巴、70年代的茶座及90年代的新馬路留影。

文、圖：兩文



■走進60年代的「西灣風情」，幻想自己坐上舒適的人力車。

■「年代故事經典回味」展覽

