



誤闖美麗-阿朗壹古道健行分享

文. 圖/溪湖地政 陳綉陵

那個夜裡，小魏傳 line 並附上碧海藍天圖片說：「來吧！阿朗壹古道，藍天白雲美麗海岸線，我們會在台東天氣晴。」，上網看了一下圖片，那藍天那漸層色湛藍海水也太吸引人了，沒多想一口允諾。

等實際開車到達集合處，聽完解說員解說後，打從心底發出哀號聲…誰？是誰要從台東走到屏東，是我嗎？我不是要坐在躺椅上愜意的欣賞蔚藍海岸嗎？有種誤上賊船的感覺，我真的狠瞪召集人小魏，難怪前一天要我睡飽飽，帶厚襪，帶厚底鞋…搞了老半天是趟飆汗之旅啊，大熱天的而且健行一趟要花四到六小時左右！小魏拼命解釋真的一生一定要來一次，保證值回票價，而且他事前已經安排好了四台車停台東，四台車停屏東，人不必再回走，大伙中間相遇交換車鑰匙再開車至飯店會合。



圖一 阿朗壹古道健行起訖點



圖二 出發吧 台東組



圖三 美麗的礫岩海岸



圖四 靜謐絕美海蝕景觀





圖五 坡度真的高 需自備手套



圖六 觀音鼻自然保留區 制高處

◆ 阿朗壹古道簡介

原來要上阿朗壹古道也沒那麼簡單，首先每天都有限制人數上古道健行而且被要求一定要聘雇解說員，阿朗壹古道跟佳樂水是台灣唯二沒被開發且保存完整的海岸線，而「阿朗壹」一詞是台東縣安朔的舊稱，古道是從屏東縣旭海村步行至台東縣南田村，是條南北向的古道，並有觀音鼻自然保留區，如果夠幸運還可以看到綠蠵龜在海域上活動並有海蝕景觀地形可欣賞，森林區亦有不少特有、瀕絕或珍貴稀有保育類動物，是條寓教於樂闔家體驗環境教育或是親子教育的好去處。

◆ 就個人淺見，注意事項：

- 一、夏天絕對是阿朗壹古道最美的季節，但毒辣辣的太陽會讓路程更艱難數倍。
- 二、闔家出遊當然是好，但真摯建議不要帶低年級小孩來阿朗壹古道，這趟旅程都是看旁邊下車的遊覽車團的阿嬤在揹小孩，而不是小孩的媽媽或是爸爸（瞪大眼睛~台灣阿嬤超堅強~讚嘆），真的建議帶小學高年級以上的。
- 三、穿厚底運動鞋或登山鞋，礫石海岸需要厚底鞋才能較好征服，還有超過 70 度的爬坡，請記得要帶厚手套避免擦傷或刺傷。
- 四、有幾個路段旁邊就是陡峭的海岸坡，但沒有護欄、沒有護繩，情緒掌控不好的人別來，小孩也要特別注意，更要注意鞋底摩擦力是否足夠、免得腳一滑，人也栽了。

走完阿朗壹古道，才發現人生又多了件可以說嘴的事！當然值得推薦給大家！

