

鹿窟記憶健走段

南港茶葉製造示範場—鹿窟事件紀念公園—光明禪寺

第 1 級

走進鹿窟的歷史與茶鄉，一條搭公車就能到的緩坡散步路 | 主題：歷史記憶 × 茶鄉 | 一般大眾、親子、樂齡



全長
0.96 km (單程)

步行時間
20~30 分，含導覽約 1 小時

海拔
355 → 440 m，爬升 81 m

適合對象
一般大眾、親子、樂齡

建議季節
全年；4~5 月賞螢、春季山櫻

1 茶葉製造示範場、2 鹿窟事件紀念公園、3 光明里站、4 光明禪寺

怎麼去

- 捷運昆陽站 4 號出口對面搭台北市小 5，「茶葉製造示範場」下車
- 回程「光明寺」或「光明里」站上車；平日 7 班、假日 5 班，先查末班
- 自行開車：示範場汽車 71 格、機車 22 格

沿途服務

- 廁** 示範場、光明禪寺
- 補** 示範場可裝水；沿線無商店
- 停** 示範場停車場
- 車** 小 5 公車：示範場、光明里、光明寺
- 撤** 任一點沿公路退回示範場

安全提醒

- 山區公車班次少且隨招隨停，回程時間先抓好
- 車道無人行道，靠邊行走、注意來車
- 夏季午後雷陣雨、冬季霧雨濕冷，攜帶雨具
- 延伸往四分尾山坡度轉陡，量力而為

故事亮點

鹿窟事件（1952 年 12 月）是白色恐怖時期的重大案件；紀念公園與紀念碑立於汐止、石碇、南港三叉路口，光明禪寺前身為當年的鹿窟菜廟。南港舊莊是台灣包種茶的發源地之一，示範場展示製茶機具並提供品茗空間。

延伸走法：延伸段 A：光明禪寺 → 大崎頭觀景台 → 四分尾山（641 m），再加 2.6 km、爬升約 200 m。延伸段 B：文山煤礦站 → 三才靈芝農場 → 碇峰 → 九龍山上帝宮，礦業聚落與蜂場生態。



淡蘭溪畔慢健走段

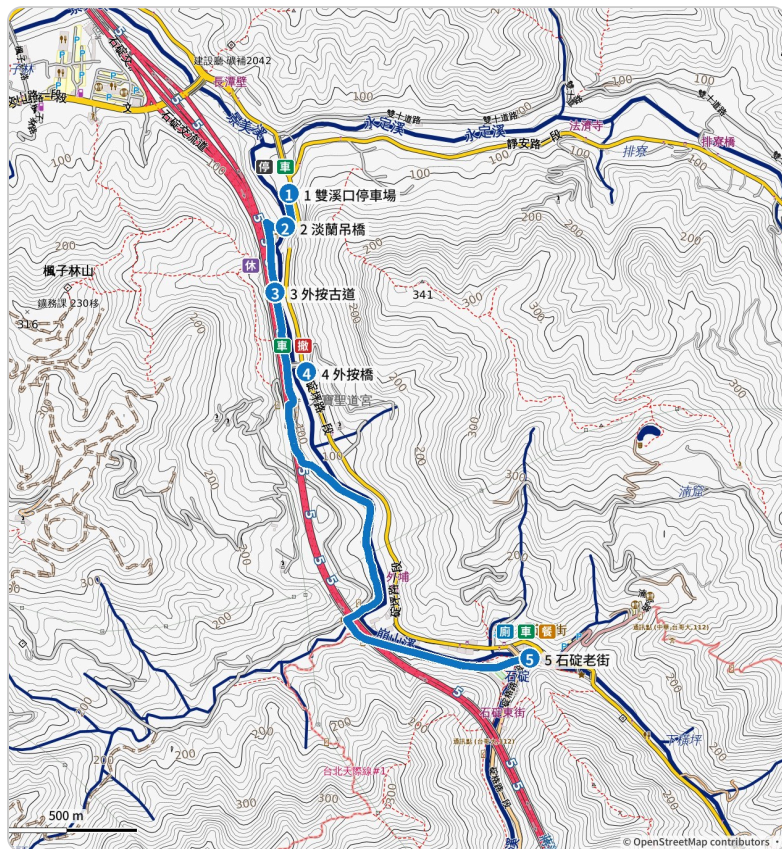
淡蘭吊橋—外按古道—烏塗溪親水步道—石碇老街

第 1 級

沿著景美溪走淡蘭古道南路，吊橋、溪谷到石碇老街的慢健走
大眾、親子、樂齡

主題：淡蘭古道 × 溪谷 × 老街

一般大



全長

2.56 km (吊橋 → 老街)

步行時間

50~90 分，含停留約 1.5 小時

海拔

80~117 m，爬升 40 m

適合對象

一般大眾、親子、樂齡

建議季節

全年；夏季上午、雨後防滑

1 雙溪口停車場 2 淡蘭吊橋 3 外按古道 4 外按橋 5 石碇老街

怎麼去

- 捷運木柵站轉新北市 666 或 795，「雙溪口」下車步行 5 分鐘到淡蘭吊橋
- 回程於「石碇區公所」「石碇」站搭 666 回木柵
- 自行開車：雙溪口第二停車場（假日車位有限）或老街周邊停車場

沿途服務

- 廁** 雙溪口入口、石碇老街公廁
- 補** 老街豆腐、包種茶、麻糬；古道無商店
- 停** 雙溪口第二停車場、老街停車場
- 車** 666/795 雙溪口、外按橋、石碇區公所
- 撤** 外按橋可上公路搭 666

安全提醒

- 溪畔石板雨後濕滑、有青苔，穿止滑鞋
- 高架橋下路段無遮蔭，夏季備水防曬
- 颱風豪雨後先查路況，臨溪段曾坍方封閉
- 全年護溪，禁止下溪戲水

故事亮點

外按古道是淡蘭古道南路（茶道）的石碇段，清代是大菁與文山包種茶的輸出要道。淡蘭吊橋長約 100 m、高約 30 m；石碇老街以懸在溪床上的吊腳樓與全台僅存的不見天街聞名。

延伸走法：延伸段：石碇國小（集順廟）→ 烏塗溪親水步道 → 烏塗窟聚福宮，單程約 2 km、木棧道與石板路，沿途有運煤橋遺跡與大板根老樹。

115 年山海運動聚落、聚樂、俱樂部公私共推計畫 | 計畫編號 06 | 雙北交界五匹山林健康步道治理與運動地圖建置計畫

執行單位：社團法人台灣園藝福祉推廣協會 指導單位：運動部全民運動署 #山海聚樂

分級依林業及自然保育署自然步道使用困難度分級標準；路況以現場公告為準。底圖 © OpenStreetMap contributors、魯地圖。115 年 10 月 29 日

掃碼看地圖、相片與最新路況
https://wusi-trails.pages.dev/#r2



紙寮坑山徑縱走段

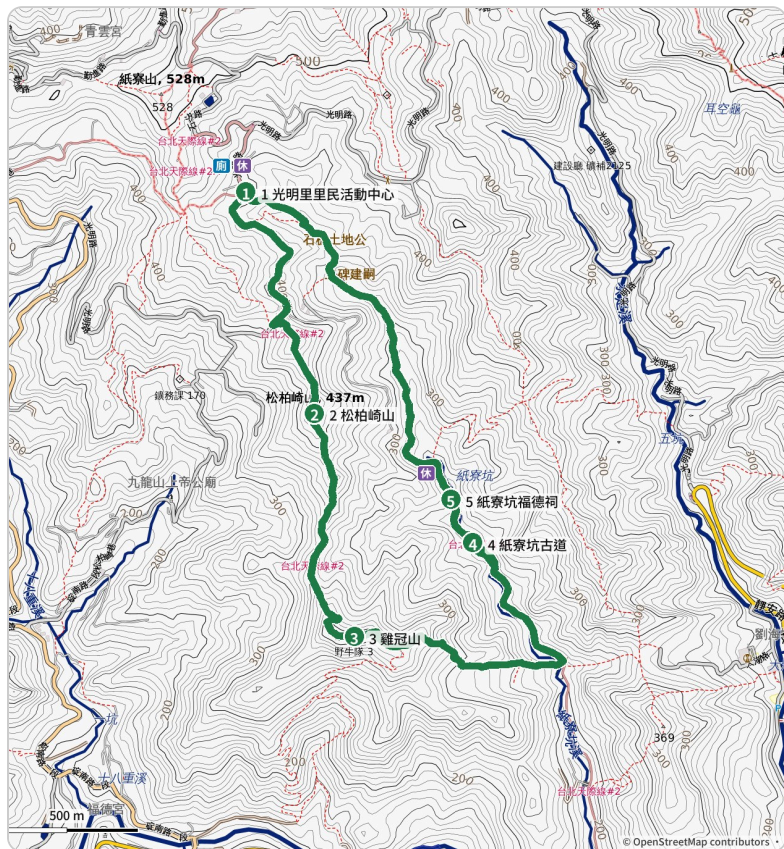
松柏崎山—雞冠山—紙寮坑古道

第 3 級

松柏崎山、雞冠山稜線到紙寮坑古道，給體力佳者的山徑縱走登山者、體力佳且具初步地圖判讀能力者

主題：山徑 × 礦業與紙寮聚落遺跡

初級



全長

O 形約 5.5 km

步行時間

5~7 小時 (含休息)

海拔

230~440 m，爬升約 270 m

適合對象

初級登山者，嚮導帶隊

建議季節

秋、冬、春；雨後勿入

1 光明里里民活動中心、2 松柏崎山、3 雞冠山、4 紙寮坑古道、5 紙寮坑福德祠

怎麼去

- 起點光明里里民活動中心：小 5 終點「光明寺」站起沿光明路步行約 1.5 km；或 F903 免費巴士（班次少）
- 出口永定國小：新北市 795「永定國小」「大溪墘」站
- 自行開車：活動中心周邊或永定國小旁路邊

沿途服務

- 廁** 光明里里民活動中心；全程無廁所
- 補** 全程無補給，每人至少 1.5 L 水
- 休** 活動中心可躲雨；紙寮坑福德祠
- 車** 小 5 光明寺站、795 永定國小站
- 撤** 松柏崎巷；古道下至福德祠接產業道路

安全提醒

- 稜線拉繩與假山頭多，須手腳並用，不適合親子
- 過溪點雨後水量上升；倒木與青苔石濕滑
- 離開聚落後訊號不穩，備離線地圖與 GPX
- 長褲、高筒鞋或雨鞋防螞蝗；09:00 前出發、15:00 前下山

故事亮點

紙寮坑因先民築寮製紙得名，是昔日汐止與石碇往來的古道，沿線有三座百年土地公廟（其一刻「光緒丁丑年」1877）、光緒六年古石碑與廢棄礦坑。松柏崎山又名三板橋山（437 m），雞冠山以山形得名（420 m）。

延伸走法：出口段：紙寮坑福德祠 → 下紙寮坑福德祠 → 永定國小站，2.6 km 下坡，可作為縮短版或撤退路線。

115 年山海運動聚落、聚樂、俱樂部公私共推計畫 | 計畫編號 06 | 雙北交界五山林健康步道治理與運動地圖建置計畫

執行單位：社團法人台灣園藝福祉推廣協會 指導單位：運動部全民運動署 #山海聚樂
分級依林業及自然保育署自然步道使用困難度分級標準；路況以現場公告為準。底圖 © OpenStreetMap contributors、魯地圖。115 年 10 月 29 日

掃碼看地圖、相片與最新路況
<https://wusi-trails.pages.dev/#r3>

