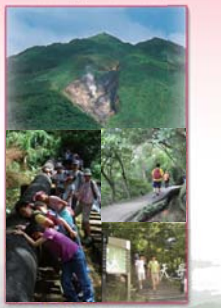
Qixingshan 七星山系 登山步道路線圖 Hiking Trail Map



臺北市政府工務局大地工程處 Geotechnical Engineering Office Public Works Department Taipei City Government 編製

甚麼是親山步道？
為了讓民眾更容易抵達登山口，親山步道的規劃，串連了鄰近大眾運輸系統與登山步道系統，在臺北街道上，可前往親山步道的捷運站或公車站附近，都能發現親山步道的標誌，只要隨著標誌的指引前往，就能體驗臺北的好山好水。

甚麼是親山認證拓印台？
臺北市目前有20條親山步道路線，每一條親山步道都有一組獨特的紀念戳（立體鋼印浮雕的效果），共20組，民眾想取得這些紀念戳，最好的方式就是前往分布在每一條步道上的親山認證拓印台，將紀念戳拓印在預先準備好的拓印摺頁或小筆記本上，讓您的登山行動再添一筆驕傲的記錄。

臺北大縱走．一生一次的壯遊合照活動
臺北市的山系由大屯山系、七星山系、五指山系、南港山系、二格山系五大山系構成，經過歷年的步道建設，逐漸形成一條能夠串連五大山系的步徑，107年特別規劃臺北大縱走步道路線，高差1120公尺，共92公里，經關渡、大屯山、七星山、碧山、劍潭山、四獸山、拇指山、福州山、二格山、貓空及政治大學等山稜線，並分為南區茶香大縱走及北區稜線大縱走，可以遠眺城市、可以洗溫泉、可以賞花、賞蝶、賞芒、生態漫遊，好不自在。
規劃約需7天方能完成，估算消耗卡路里高達約3萬8千大卡，此外在各登山口、步道叉路、以及相鄰捷運站等處標示專屬縱走步道LOGO的指向設施，沿途尚有廁所、補水處及AED急救設施，您只需跟尋指標，就能一步步邁向一生一次的壯遊，而無後顧之憂。

請查詢臺北市工務局大地工程處官網
或活動網址：http://163.29.39.182/release/

圖例說明
登山步道入口　山頭 標高 ▲114
主要地點　洗手間　停車場
小學　中學　高中職以上
寺廟　涼亭　警政
拓印台　景點　公車站牌
臺北市政府列管步道
新北市政府列管步道
臺北大縱走路線
環狀步道路線
親山步道-親子級
一般步道　產業道路
國道　省道
縣道　鄉鎮道　溪流

廣告
發行人　池蘭生
發行單位　臺北市政府工務局大地工程處 | 臺北市松德路300號3樓 | 02-27593001 | http://www.tcge.taipei.gov.tw/
再版日期　2019年3月再版3000張 | 著作權所有・轉載或翻印請事先洽詢

臺北市民當家熱線：市話或手機直撥1999，（外縣市請撥:02-27208889）

登山基本資訊 Basic Information

七星山的自然體驗-讓我們成為花、鳥、樹與大地的朋友
臺北盆地四周的郊山是民衆健行、踏青、散步與大自然互動的好地方。臺北近郊山區由北到南，共有大屯、七星、五指、南港及二格等五大山系，每座山系各有其自然景觀和地方特色，正是假日休閒、健身的最佳去處。
本刊介紹位於臺北市北方的七星山系，不但有地熱煙霧昇騰的噴氣景觀，其沿線周邊的山林翠谷、碧茵草原及山際線雲嵐霧湧之景觀，利用親山步道串連成為本山系最熱門的遊憩重點。山區的自然體驗，讓民衆能享受一個遠離塵囂、縱情山水的戶外空間，山是森林的家、水的故鄉，在登高之後我們還能遠望，展開視野與大自然相處的同時，讓我們與大自然山野有個約定守則：無痕山林（Leave No Trace）

1. 事前充分的規劃與準備：
走入自然環境前，預先蒐集當地的相關資訊，作好充分的計畫與準備，避免因不瞭解或準備不足，造成自己、他人或環境的傷害。
2. 在可以承受的地點行走與宿營：
健行或登山時，待在指定的步道上和宿營地點內；不走捷徑，並儘可能留下最輕的足跡。
3. 適當的維護環境、處理垃圾：
只攜帶適量的裝備與食物，並帶出所有攜入的物品。萬不得已時，亦應妥切的處理無法攜出的棄物。
4. 勿取走任何資源與物件：
致力保持造訪地點的原始風貌，不任意改變當地自然與人文環境，也不取走任何物件。
5. 減低用火對環境的衝擊：
不輕易生火，若有必要亦應使用對環境傷害最少的器具來煮食或照明。
6. 保育自然環境與野生動植物：
自然是各種生物的家，尊重並盡量不影響其生活習慣，不任意餵食動物、不破壞任何植栽及林木。
7. 尊重其他的山林使用者：
與他人分享山林環境，尊重他人獨處所需的寧靜，審慎思考自己的行為對環境和他人的影響。

（本文相關資訊由 中華民國健行登山會 提供）

緊急醫療院所（毒蛇血清注射）
臺北榮民總醫院 臺北市北投區石牌路二段201號 02-28712121
新光醫院 臺北市士林區文昌路95號 02-28332211
臺北市立聯合醫院陽明院區 臺北市北投區中和街8號 02-28912670
三軍總醫院松山分院 臺北市松山區健康路131號 02-27615844
馬偕紀念醫院 臺北市中山區中山北路二段92號 02-25433535
臺大醫院 臺北市中正區中山南路7號 02-23123456
三軍總醫院內湖院區 臺北市內湖區成功路二段325號 02-87927044

登山健行要領
1. 進入山區前必須隨時注意氣象變化。
2. 平時應有充分的體能及技能鍛鍊，吸收山野新知，保持良好的體力和耐力。
3. 完整的裝備、充分的飲水和糧食，是保護自身生命安全不可或缺的要項。
4. 起步時不要快，保持穩健步伐，步步踏實，將重心放在腳掌上，暖身後，以平均速度前進。
5. 適當的休息，適度的調整，方能保持充沛的體力走完全程。
6. 遇到斜坡，應放慢腳步，上身傾斜，步伐縮小，以大腿肌肉帶動全身，平穩攀爬。
7. 下坡時腰部放低，視線注視向下方向，步步為營，不可急衝，以避免腳部及腰部受傷。
8. 迷路時應折回原路，或尋找避難處所，避免消耗體力，以通訊器材求救，靜待救援。

登山健行重要裝備
1. 登山鞋：登山鞋必須兼具防滑、防水及透氣功能，選擇合腳並搭配登山襪，保護足部及腳踝。
2. 背包：選擇寬背帶及有腰帶背包，可調整貼合背部，減輕肩部負擔。
3. 衣著：選擇三層式具排汗透氣服裝，及排汗透氣內外褲，並戴防晒、防寒帽，輕鬆活動在山野間。
4. 飲食：視行程長短，攜帶充分的飲水，營養價值高、不易腐敗之食物，輕便無毒容器，裝備輕量化。
5. 雨具：兩截式雨衣是最好選擇。
6. 其他：地形圖、指北針、GPS、手機、哨子、煮食容器、輕便油燈、燃具、手套、頭燈、手杖、小刀、隨身藥品及急救用藥、毛巾、衛生紙等，以上各項視行程長短配備。

登山鞋
油燈、燃具
多功能小刀
具備排汗、快乾、舒適的第一層
羊毛、羽毛或人工保暖材料所製保暖的第二層
能抵擋風雨，將身體所散發的水氣排出的最外層

天母古道親山步道 Old Tianmu Hiking Trail

步道小檔案
地理位置/臺北市士林區七星山系西側
路徑長度/登山步道約2.6公里，全線約3.75公里
海拔高度/約387公尺
步行時間/約1小時30分鐘
景觀特色/步道高低落差大、大水管林蔭小徑、汩汩流水聲伴行
活動方式/健行、賞景、享受森林浴
步道動線/公車天母站→(0.3k 約5分)中山北路七段登山口→(0.63k 約25分)天母產業道路→(0.47k 約15分)涼亭→(0.92k 約20分)拓印台→(0.58k 約15分)愛富三街登山口→(0.85k 約10分)公車山仔后站
（步行時間僅供參考）

天母古道親山步道
天母古道親山步道穿越士林華岡地區的西北山坡，也是紗帽山南邊的鞍部，屬於早年魚路古道的後段，涵蓋華岡至天母間的數條步道，沿著大水管構築，潺潺溪水、原始林相，步行其間，讓人倍覺涼爽舒適。步道還可順遊經翠峰瀑布至猴洞產業道路的「翠峰步道」，夾峙在山間林蔭中，走起來特別涼爽舒適。天母古道曾經是金山與天母間重要的連絡要道，自從仰德大道開通後，這條早年的便道就成為名符其實的古道，近年更躍昇為熱門的登山路線，每逢假日遊人如織。

天母古道親山步道登山口
天母古道當心猴群警語

天母古道生態景觀
天母古道全區海拔高度從約300公尺至120公尺屬於臺灣低海拔亞熱帶闊葉林生態系。從大屯山鞍部吹來的東北季風帶來強風、雨水和低溫，使山腰古道迎風面，呈現暖溫帶闊葉林景致；相反的山腰避風面溪谷陰溼地環境則利於熱帶熱帶闊葉樹種生長，如熱帶板根、幹生花、纏勒等現象。天母古道雖海拔僅300公尺，卻有著熱帶、亞熱帶及暖溫帶闊葉林等不同生態之壓縮型生態系環境，相當難得而珍貴。
◎特別提醒山友：步道上看見猴群出現時，請不要任意餵食，以免猴兒為爭搶食物，不小心傷害到您喔！

水管路步道
水管路步道自日據時代便是保安林區的水源重地，不僅林相原始豐富，沿途築水而居的蕨類、姑婆芋等植物，更見茂盛而繁多。水管路係為接引第三水源地泉水到天母、士林一帶所興建，步道前段爬坡路沿線已不見大水管，而步道後段水管就埋在步道底下。1930年間水管上陸續鋪設石板和水泥作為保護，水管路因此而形成，水管路與步道在天母地區因山勢漸緩才分道揚鑣。目前步道入口處的三角埔發電廠是步道起點，也是水管路的終點。

水管路步道
天母古道親山步道

周邊景點
翠峰瀑布
瀑布發源自南磺溪溪水，瀑布豐沛直瀉，是許多攝影愛好者流連忘返的地方，瀑布、林間小徑是龐大的筆筒樹群極佳的生長之地，令人稱奇。

翠峰瀑布

天母國際商圈
早年的天母因有美軍駐紮在此，致使後來不少西方人士皆選擇該地定居，聚集多國美食和精品的國際商圈，有知名的異國風味的洋行，專營進口舶來名品、外銷的成衣店、二手的衣物專賣店、西式餐飲店等，其他如：泰式料理、韓國烤肉、法式料理、美墨鄉村菜，都是老饕耳熟能詳的美食商店，讓夜晚的天母展現無限魅力，越夜越美麗。

慈悟寺

交通
1. 捷運石牌站下車，轉乘紅15、紅19、224至「天母站」下車；捷運劍潭站下車，轉乘紅5、260至「山仔后站」下車，步行至愛富三街登山口。
2. 公車220、267、601、603至「天母站」下車，步行至中山北路七段底。

天母古道親山步道愛富三街登山口

天母古道親山步道

坪頂古圳親山步道（陽明山國家公園範圍） Pingding Ancient Canal Hiking Trail

步道小檔案
地理位置/臺北市士林區七星山系東側
路徑長度/登山步道約1.3公里，全線約2.3公里
海拔高度/484公尺
步行時間/約1小時20分鐘
景觀特色/林蔭夾峙、沿途古圳溪流伴行
活動方式/健行、賞景、享受森林浴洗禮
步道動線/平等里公車內厝站→(0.42k 約10分)清風亭（拓印台）→(0.12k 約5分)古圳口→(0.5k 約20分)桃仔腳橋→(0.46k 約20分)田尾仔橋→(0.1k 約5分)步道登山口→(0.7k 約15分)公車坪頂古圳步道口站
（步行時間僅供參考）

坪頂為士林平等里的舊地名，位於平等里有兩條古圳以坪頂為名，一是坪頂古圳，一是坪頂新圳，兩處古圳都是超過150年的引水設施，肩負灌溉、飲水、運水三種功能，至今仍是平等里居民所仰賴的民生用水來源。

坪頂新圳

坪頂古圳親山步道
這條親山步道自平等里平菁街95巷起登，沿途上坡、下坡地面佈滿青苔，首先抵達設置 印台的清風亭，這時古圳口就在不遠處了，抵達水道口可見有坪頂古圳的大紅題字，一旁還簡述古圳的開鑿史。步道與水圳並行最後才抵圳道尾端的水渠石洞，其旁讓人目不暇給的水中生態與水域環境，讓山友瞧見圳道處處迷人的風采。

坪頂古圳親山步道
清風亭與拓印台
田尾仔橋

坪頂古圳步道生態景觀
坪頂古圳親山步道海拔約300至500公尺範圍內，也就是士林區平等里，地勢北高南低，有內雙溪與內寮溪流經其間，山地丘陵與溪水孕育出豐富的植物生態景觀，最多的要算是姑婆芋、紅楠、無患子、風藤及竹子等，水中生物則有多樣化的昆蟲與爬蟲類，讓山友在探訪步道的同時，也能感受處處是驚奇的豐富之旅。

桃仔腳橋涼亭

鵝尾山
鵝尾山海拔523公尺，位於七股山與竹篙山的連稜間，又有「無尾山」之稱，山勢低緩，山頂上長滿了許多芒草和樹木，景致清幽。從平等里放眼望去，宛若一堆小土丘，山頂平坦渾圓，每當山嵐霧湧堆高，即可見迷濛飄渺的景象。山友可搭乘小18公車於礁坑或礁坑橋站下車後，循至善路三段181巷北行，經371巷20弄15號旁的登山口上登。

鵝尾山
途中叉路

周邊景點
平等里觀光果園
平等里為臺北市著名的高冷花蔬區，其中又以蘭花的栽培更是出名，水果類栽植如草莓、柑橘等最多，附近的市民農園更開放給民衆認養，收成時可見採果蔬人潮，闔家動員前往，適合親子同樂遊賞。

天溪園
天溪園位於陽明山國家公園東南方區域，主要是劃分為特別景觀區，面積大約8公頃，該區域自然形成一個特別的生態體系。園區因交通便利且自然環境多樣化，不僅提供北臺灣居民一個親近自然的教育空間，更可藉由自然教育推廣計畫的執行，推行生態教育的最佳場地。

天溪園自然景觀

交通
1. 捷運士林站下車，轉乘公車小18至「坪頂古圳步道口站」下車，步行至至善路三段370巷29號。
2. 公車小19至內厝站下車、303至平等里站下車，往95巷走即可進入坪頂古圳步道。

七星山登山步道（陽明山國家公園範圍） Qixingshan Hiking Trail

步道小檔案
地理位置/臺北市士林區七星山系　海拔高度/約1120公尺
七星主峰、東峰步道
登山步道/約5.4公里，步行時間/約3小時15分
步道動線/小觀音站→(0.89k 約20分)小油坑登山口→(1.65k 約80分)七星主峰步道→(0.3k 約15分)七星東峰→(1.1k 約40分)七星公園→(1.6k 約40分)苗圃登山口
紗帽山步道
登山步道/約2.03公里，步行時間/約1小時30分
步道動線/前山公園陽明湖登山口→(1.05k 約50分)紗帽山→(0.98k 約40分)紗帽路大埔登山口
景觀特色/硫磺噴氣口白煙裊裊、芒草高原（秋末冬初），近觀步道幽徑、遠眺淡水河蜿蜒水域
活動方式/登山健行、欣賞小油坑自然奇景、階梯步道健腳
（步行時間僅供參考）

七星山位於陽明山區的中央地帶，是陽明山國家公園內最高的山峰，主峰海拔1120公尺，山體為錐狀火山熔岩組成，由於山頂有大小不一的七座山頭群立組成，狀如北斗七星，七星山之名由此而來。七星山主峰呈「山」字形，遠望極容易辨認，恢宏雄偉、展望極佳。西面即為著名的小油坑硫磺谷，岩層裸露，滾滾硫磺終年自七星山下騰昇，嬝嬝繞繞，直上雲霄。七星山山頂視野廣闊，車行無法抵達山頂，登山者可從遊客中心旁的苗圃或小油坑旁的登山口步道上行便可抵七星山頂。兩條路線均為石階陡坡步道，走起來相當費力。

七星公園
小油坑

紗帽山
海拔643公尺，山勢渾圓獨立，極像古代官員戴的烏紗帽，是陽明山國家公園重要的火山體之一。紗帽山區為水源保護區，故在管制進入下，森林保護的相當完整。隨著北側的湖山路、西側的湖底路、東南側的紗帽路、紗帽山橫向步道的完成，為紗帽山帶來更多的旅遊人潮。前往紗帽山主要有兩個登山口，一個在前山公園陽明湖附近，另一個在紗帽路途中的第一展望台附近，全線均為石階步道。

紗帽山

周邊景點
夢幻湖
夢幻湖位於七星山山腰，原名鴨池，因湖畔經常雲霧飄緲、湖水如夢似幻而得夢幻湖之名，湖中稀有植物「台灣水韭」，正是全世界分布緯度最低處的水韭，因而顯得彌足珍貴，秋冬涸水期，湖泊顯得較小，甚至乾涸見底，春夏豐水期，湖面便顯得大的多了。夢幻湖已規劃為生態保護區，湖邊設有觀景台及步道，供遊客佇立觀賞。

夢幻湖

花鐘
花鐘位於光復樓西邊，用紫花九重葛和龍柏雙層圍繞而成的大花鐘，是陽明山頗富盛名的景致。鐘面中央乃是梅花型花檯，綠草為底，再由紅綠莧組成時鐘數字，鐘背飾則以龍頭雙鱷的浮雕。其四周環繞的水池，有噴水管噴出水柱，並植有各色睡蓮，景致十分怡人。

花鐘

小油坑遊憩區
小油坑位於七星山西北麓，以火山噴氣孔、硫磺結晶、溫泉及壯觀的崩塌地形聞名，也稱為硫磺谷，狀如橢圓形內凹馬蹄，是爆裂的火山口，整體看起來有月球表面荒涼的風貌。其終年硫煙繚繞，四周峭壁高懸，坑內又熱泉不斷，兼具雄渾和細緻之美。

小油坑遊憩區

冷水坑遊憩區
位於七星山與七股山間東側谷地冷泉池，湧泉水溫約攝氏30、40度，遠低於一般泉溫，故稱之為冷水坑。冷水坑泉源附近岩質受熱液換質作用而呈現黏土化，水質呈現黃白色的中性碳酸氫鹽泉，故冷水坑也稱為「牛奶池」。冷水坑風景區遠眺除可欣賞冷水坑白色的湖泊外，夏季高冷蔬菜區、吊橋、擎天崗草原及七股山秀麗的山貌，也是遊賞重點。

絹絲瀑布
絹絲瀑布為內雙溪上游支流匯聚陷落而成，即是冷水坑地區山泉下的下游泉水。其瀑水水量不大，細柔如絲，猶如一匹披瀉而下的白絹，終年蔭涼可人，是夏季避暑的好地方，由於瀑水水質含氧化鐵，瀑底山石因鐵鎂礦物氧化而呈深紅色，配以石旁的綠色植被，使得白瀑、紅石再加上綠草，構織成鮮活有趣的畫面。

絹絲瀑布

交通
1. 捷運劍潭站，轉乘紅5、假日休閒公車109、111於陽明山公車總站下車，再轉搭遊園公車，於小油坑或冷水坑站下車，約10分鐘抵。
2. 皇家客運於苗圃站下、230、260、小9於陽明山站下或小15於冷水坑站下。

苗圃登山口

「甚麼是人車分道？」
人車分道簡單的說就是將人和車分道而行，除了可以排除人車爭道的危險外，更可以引導民衆已徒步的方式，深入大自然，體會流汗的快樂，和融入大自然之中的單純愉悅。有鑑於此，管理處從陽明山公車總站開始，經竹子湖、冷水坑、菁山露營場，再回到公車總站，設置了一個環形的人車分到系統，並與西側的百拉卡公路人車分道系統銜接，串連本區七星山系與大屯山系原有的步道，形成一個網狀的步道系統，期望提供民衆一個充滿綠意蟲鳴，且無車輛干擾的步行空間，並配合解說牌，以自導式的解說方式傳達種種知性與感性之美，歡迎民衆帶著輕鬆的心情，沒有塞車的煩惱、困擾下，來一趟人車分道之旅。

人車分道入口

陽明山國家公園旅遊 遊客須知

遊客安全守則
■硫氣孔、地熱溫泉等高溫地區土質鬆軟，請保持距離，避免燙傷。
■請勿離開步道，以免迷途、摔傷或遭蟲、蛇咬傷。
■山區氣候高溼，步道溼滑，請謹慎慢行。
■山區道路全天請開大燈。冬季多霧，開車時請開霧燈，並慢行。
■本區氣候多變，登山健行請預作妥善準備。

禁止及注意事項
■國家公園屬潛在危險區域，具潛在天然災害地區請隨時保持警覺。
■禁止挖掘土石、砍伐樹木、攀折花木、採摘藥草，及其他將自然資源攜出園區之行為。
■園區內禁止使用放音器材與大聲喧譁。
■任意丟棄垃圾，最高可罰款新台幣一萬五千元。
■使用後之衛生紙、保麗龍、塑膠產品，請自行處理或攜帶離開，以確保國家公園區內之整潔。
■溫泉區沐浴前後，請注意服裝儀容。
■若在國家公園區內不小心迷路，請儘量保持鎮靜並將自己置身明顯路徑或地標上，以便利人員搜救。
■陽明山第一、第二停車場、小油坑遊憩區停車場，收費標準依該區域停車場所公告金額收取。
■其他依國家公園法禁止之事項。

聯絡電話
■陽明山國家公園管理處	(02) 28613601-6
■陽明山國家公園遊客中心	(02) 28616341
■國家公園警察大隊陽明山警察隊	(02) 28613609-10
■小油坑遊客服務站	(02) 28617024
■龍鳳谷遊客服務站	(02) 28935580
■擎天崗遊客服務站	(02) 28615404
■大屯遊客服務站	(02) 28617294
■冷水坑遊客服務站	(02) 28617934
■陽明書屋遊客服務站	(02) 28611444

遊園公車路線
■遊園公車108
陽明山公車總站→遊客中心站→竹子湖站→小油坑站→冷水坑站→擎天崗站→冷水坑站→松園站→絹絲瀑布站→陽明山公車總站
平常日每30-40分一班
例假日每10-20分一班
（視天候機動調整）

遊園公車

擎天崗周邊步道（陽明山國家公園範圍） Around the Qingtiankong Hiking Trail

步道小檔案
地理位置/臺北市士林區七星山系山區
海拔高度/約799公尺
登山步道/約2.4公里
步行時間/約2小時
步道動線/
擎天崗環形步道
擎天崗福德宮→(0.5k 約20分)牧場解說中心→(1.4k 約80分)古城門→(0.5k 約20分)擎天崗福德宮
景觀特色/草原、密林、溪流、林相、涼亭、野放牛群
活動方式/親山近水活動、草原團康活動、享受森林浴
（步行時間僅供參考）

擎天崗
擎天崗位在七股山的東南方，無山峰，也無基點；由於四周山巒皆在800公尺以上，讓擎天崗顯得更為低平，太陽谷是由擎天崗向東延伸的山稜，放眼連綿數公里的草皮，迤邐起伏，蒼穹茫茫，是綠瞳浴的最佳地點。擎天崗也是串連金包里大路和萬溪古道的通道，沿途可見階梯狀的草原，呈北國原野風光，牧牛是主要的功能，也是崁腳前往大嶺頂、台北的便捷道路。

擎天崗

磺嘴山
海拔912公尺，又叫烏爐窟山，位於七星山以東近北縣萬里鄉，頂上有兩顆三角點，分別位於主峰頂與西峰頂，山勢呈東西走向，山容極為開闊雄偉，從大尖連稜方向望去景色尤其壯麗。磺嘴山雖有多處噴泉露頭，常見噴氣口採集黃色硫磺結晶，著名的大油坑口就距此不遠，然而卻因屬於生態保護區，因此遊客不得擅自進入。

磺嘴山

竹篙山
處於七星山和五指山連稜上，海拔830公尺，有顆四等三角點，山頂遼闊，大片的草坡地極具踏青的條件，非常適合前往從事休閒健行之活動。登頂竹篙山，周邊無障礙物，視野相當良好，山頂上荒廢的碉堡，開放給一般民衆踏青休憩使用，北面的大片芳草地，媲美人工鋪植的草皮，放眼望去滿山滿谷的青翠，不愧為視覺上的享受。

竹篙山

七股山
七股山位於七星山東側，山形成圓錐狀，山上佈滿芒草，山友須撥草前進才能登頂，算是容易迷路的山頭，山頂視野被芒草所遮蔽，展望不佳，所以顯少有遊客登臨。七股山同時也是昔時金包里大路前段所經，所以自古以來便是熱鬧的山徑路線之一。

七股山

擎天崗環型步道
擎天崗環型步道從冷水坑遊憩區，經過冷擎步道至擎天崗，循指標進入擎天崗的環狀步道，抵達擎天崗遊客服務站，如此環繞一圈成為擎天崗健行的最佳途徑，這條路徑平鋪好走，沿途盡是綠地草坡，景致十分宜人。

周邊景點
金包里大路
金包里大路又叫魚路古道，建於清光緒29年間，是當年金包里（今金山鄉）漁民由此大道，翻山越過擎天崗，將漁獲運送到士林芝山岩、大龍峒、大稻埕等地販賣。後來因陽金公路建設，靠金山的路徑不復存在，如今北方的入口處在陽金公路頂八煙附近、綠峰山莊旁的小徑入口。金包里大路後段即是「天母古道」，原是一條綠蔭濃密、清朗便捷的步道，經市府產發局規劃整建，如今已成為一條登山健行、適合全家同遊的親山步道。

金包里大路

挑硫古道、大油坑遊憩區
這條古道在1895年大油坑開採硫磺時的運硫通道，入口處在陽金公路大油坑站對面的產業道路，路徑非常狹隘彎曲，不易進入。沿著古道步行大約20分鐘，可以看到硫磺噴孔所冒出的白煙，嬝嬝騰升，這裡就是大油坑遊憩區所在，景致雖迷人，但瀰漫的硫磺味卻非常嗆鼻，若你能屏氣忍受硫磺刺激的味道，在進入大油坑硫磺作業區，採硫過程即可令你大開眼界。越過採硫區左轉可往大油坑沼澤區，眼前所見，即是一幅放牧水牛的景象，此時古道落差約400公尺，尤其後段古道多處荒廢，民衆不得不小心行走為是。

大油坑

古城門
為記錄金包里大路歷史，於古道近臺北市縣界岔路上，建置一座紀念城門，訪古時舊城門、城牆造型，同時建置休憩石椅供遊客休息賞景使用。

古城門（金包里大路入口）
石梯嶺步道

陽明山國家公園的珍貴景象
花卉植物景觀
梅花、杏花、緋寒櫻、金毛杜鵑、紅星杜鵑、迎春花、山茶花、海芋
昆蟲動物景觀
赤腹松鼠、白鼻心、紫鳳蝶、螳螂
生態保護景觀
磺嘴山生態保護區、夢幻湖植物生態區、鹿角坑溪生態保護區
溪流瀑布景觀
磺溪、大屯溪、絹絲瀑布、楓林瀑布、不動瀑布
地熱噴氣溫泉
陽明山溫泉區、小油坑溫泉區、冷水坑溫泉區、馬槽七股溫泉區、龍鳳谷溫泉區、地熱谷溫泉區、硫磺谷溫泉
火山地形景觀
小油坑噴氣口、硫磺谷噴氣口、夢幻湖與竹子湖屬火山口湖、金山斷層與崁腳斷層（造成行義路溫泉、北投溫泉、馬槽溫泉等）

陽明山國家公園知名賞花地點
1. 陽明公園
陽明公園的花卉種類以山櫻花、杜鵑、梅花、桃花、杏花為主，尤其是大花鐘之地，這裡的花鐘是陽明山的春花中開的最早的，而花鐘也一向是花季「朝聖」的地方，花季時幾乎所有的遊客都湧向這裡，所以每此欣賞的不只是花海，同時也是人海。
2. 杜鵑茶花園
位在遊客中心附近、第二停車場旁的杜鵑茶花園，是一個人潮較少的賞花點，這裡是松樹、茶樹與杜鵑花的家，讓人為之心動，因為少有人潮的吵雜聲，山茶花也顯得浪漫、淒美許多，直教人流連不捨。
3. 前山公園．後山公園
2、3月開花多為園藝杜鵑，花朵大且鮮豔；4、5月則多是原生杜鵑，花朵小，數量多，值得細細品味。
4. 竹子湖
竹子湖是座堰塞湖，湖水流失後，早期以種水稻及竹子為主，在農會的輔導下，竹子湖農民利用原來的水田，開始大面積栽培高經濟價值的海芋，大片的花田在竹子湖山城間，也成為陽明山賞花的新勝景之一。
5. 平等里
平等里不僅有觀光果園、菜園，還有美美的櫻花林，尤其入口處約有近百棵的台灣緋寒櫻，集中在菁礐橋到陳厝附近，除此外，平等里到永公里的路上，還有一棵百年以上的櫻花樹，這是一棵古老的櫻花樹，樹幹之粗，一個人難以環抱。