5+3 Wuzhishan 五指山系 登山步道路線圖 Hiking Trail Map

基隆走親山步道？
為了展示更完整地連接登山口、親山步道的規劃，由過了解此大眾運輸系統與登山步道系統，在臺北沿線上，可用往親山步道的捷運站或公車站別於，都能發現親山步道的標誌，只要隨著標誌的指引前往，就能體驗著北的好山好水。

基隆走親山路線和印台？
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專門的紀念戳（又體與印章類的效果）。其20組，民眾想取得這些紀念戳，最好的方式就是前往沿有在每一條步道上的親山設置的印台，將紀念戳記印在預先準備好的紀印登頂紀念冊上，讓你的登山記錄再添一筆豐富的紀錄。

臺北大城走，一生一次的挑戰台灣活動
臺北市的山系由大屯山系、七星山系、五指山系、南港山系、二龜山系五大山系構成，經過歷年的步道建設，逐漸形成一條長達南港五大山系的步道，107年時完成劃設全大眾北步道路線，高度1172公尺，其設公里，經圓滑，大屯山、七星山、碧山、劍潭山、觀音山、獅頭山、雞母山、二龜山，都定及放次大學等山脈線，至少為南區等高大級走及北區後來大眾走，可以連結城市，可以賞花、賞蝶、賞芒、生態漫游，好不自在！
投影的陽「天大能完成，台灣消耗卡路里高達約3萬8千大卡，此外在各登山口，步道又路，以及相關捷運站等處標示等臺北北步道100的指向設施，沿途有教育、解說、導覽及紀念戳等，就能一步步邁向一次一次的挑戰，而無疑最之愛。

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		山脈	標高 ▲114
主要地點	洗手間	停車場	公車站牌
小便	中便	高中風以上	
市廁	涼亭	民宅	廟宇
拓印台	U-bike租賃站		
捷運淡水信義線與車站			
捷運文湖線與車站			
臺北市政府列管步道			
新北市政府列管步道			
臺北大眾北路線			
電話步道路線			
親山步道-親子線			
一般步道		產業道路	
省道		省道	

發行人 池榮生
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.taipei.gov.tw/
再版日期 2019年5月再版3000冊（請在場所有，轉載或翻印請事先洽詢）
臺北市民管家熱線：市區或手機直撥1999，（外縣市請撥02-27208889）
臺北市政府工務局大地工程處 Taipei Geotechnical Engineering Office Public Works Department, Taipei City Government

登山基本資訊 Basic Information

五指山的自然體驗，讓我們成為花、鳥、樹與大地的朋友
臺北盆地四周的環山是民眾踏行、踏青、賞景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，正是親近休閒、健身的最佳去處。
本刊介紹位於臺北市東北方的五指山系，不但有自然清靜的森林，其沿線周邊的溪谷溪布、巨岩陡壁及尾稜的南山風景線提供豐等等觀賞點，都是本山所最熟悉的遊憩處點。
山頭的自然觀點，讓民眾能享受一個遠離塵囂、紛擾山水的戶外空間，山里森林的家、水的放歌，在登高之後我們邂逅清靜、清爽視野與大自然相處的時時，讓我們與大自然山野有愉悅可期！ 開園以待。(Leave No Trace)

1. 事前充分的規劃與準備：
在入山前環境前，檢充滿無當地的相關資訊，任時充分的計畫與準備，避免因不熟悉環境準不足，造成迷路，或人或環境的傷害。
2. 在可以承受的地點行走與宿營：
避行或登山時，時在設定的步道上和宿營地點內；不走捷徑，並盡可能選下載都的空間。
3. 適當的維護環境，處理垃圾：
將攜帶過量的食糧與食物，並帶出所有無入的物品。萬不得已時，亦應妥切的處理所造成的環境。
4. 勿刻意生任何資源與物件：
我力保持森林的原始狀態，不任意改變當地自然與人文環境，也不刻意任何動作。
5. 減低用火對環境的衝擊：
不輕易生火，若有必要而應使用對環境傷害最少的器具來食或烹調。
6. 保護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環境，不任意棲食動物，不破壞任何植物及林木。
7. 尊重其他的訪山休閒者：
與他人分享山林環境，尊重他人環境所需的寧靜，善與禮者自己的行為對環境和他人的影響。
（本次相關資訊由 中華民國鐵行會山會 提供）

緊急醫療設所（毒蛇血清注射）
三軍總醫院內湖部院 臺北市內湖區瑞光路二段325號 02-87927044
三軍總醫院松山分院 臺北市松山區健康路131號 02-27615844
臺北市立聯合醫院忠孝院區 臺北市南港區同德路87號 02-27861288
馬偕紀念醫院 臺北市中山區中山北路二段92號 02-25433535
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 臺北市北投區文昌路26號 02-28332211
臺北醫學大學附設醫院 臺北市信義區吳興街252號 02-27372181

劍潭山親山步道 Jiantanshan Hiking Trail

步道小檔案
地理位置/臺北市中山區五指山系西側
路徑本度/登山步道約2.74公里，全程約3.3公里
海拔高度/約106公尺
步行時間/約1小時25分鐘
景觀特色/欣賞觀賞點，俯覽基隆河沿岸風光，國立風雅藝術家
活動方式/賞景，賞花，賞蝶，賞蛙
步道數量/中山北路段公車劍潭站登山口→大忠宮→拓印台→
0.2K 0.6K 1.1K
約10分 約20分 約25分
老地方→過北新165巷登山口
約30分
（步行時間僅供參考）

劍潭山親山步道
劍潭山海拔153公尺，位於臺北市士林區劍潭山西麓，是臺北山區近後山的北麓，也是臺北市最接近市中心的小山，沿著蜿蜒步道繞繞前行可抵達頂巔山谷，是經典幾乎是輕鬆山在，在交通便捷上也有極大之優勢。

中山北路四段公車劍潭站登山口

劍潭山親山步道
登山口位於中山北路四段公車劍潭站旁，這裏有是專事管制既與保安林地，因此自然林相與生態特別保存的相當完整；步道兩旁許多人工栽種植被與經濟植物，讓步道充滿茂密的綠色魅力，這麼步道已為市民最讓健身的場所，於是更被定上「老地方」，就是大家熟知的健身據點，步道沿途可以欣賞圓山飯店、基隆河河濱公園等景致，步道盡頭為大直的通山坡地，北投路口處，是一條坡緩易行的親山步道。

劍潭山親山步道

劍潭山親近現代藝術美
劍潭山親山步道沿線，有現代藝術公園，其上方的為圓山大飯店，入口處擺設現代藝術雕塑，這些特殊與奇，擺上傳統藝材採和藝術收塑重，重工組裝精巧，原出自林宗龍重要的手筆設計，圓區中最收出所建，草木扶疏，是散步休憩的好去處，公園旁有一間極別致的茶館，這間茶館是一間高級的咖啡館，也是前往劍潭山親山步道的路徑。

劍潭公園

周邊景點
劍潭古寺
臺北市北安路3巷6號
位於劍潭山上，建於二次大戰之後，因地理高聳俯視基隆河，今日樓閣，為臺灣首屈一指的國際都市，外觀中國式的雕飾，石雕、梅花雕飾，相當美麗，相當美麗，也成為臺北市的著名地標之一，圓山飯店的原址在日治時期是日人所建的皇室別宅，因於戰後，劍潭山頂，突出於臺北盆地之上，地理位置極佳，故有人稱此位置為龍穴，因此，此地又被稱為龍穴的穴地，而其地與其的龍脈相對的穴位，此地與其的龍脈相對的穴位，此地與其的龍脈相對的穴位，此