

望天丘沒有高樓遮蔽，彷彿伸手就能摸到蔚藍的天空。

平原小鎮森呼吸

羅東運動公園

近年來，擁有自然、人文、教育等多元景點的宜蘭，成功吸引許多國旅遊客的目光，羅東更是熱門首選，其中羅東夜市聞名遐邇，每逢假日總能吸引大批人潮，但羅東鎮不只有夜市，還有幾處耐人尋味的景點，靜謐而日常地等著您前去探訪。

文、圖／陳冠宇

虹明湖的
朝夕晨昏
氣象萬千。

羅東鎮，是蘭陽平原上最熱鬧的城鎮，是自清代以來蘭陽溪南岸的重要轉運地，一九二四年太平山的林業開發促使羅東森林鐵道開通；到了一九七〇年，林務局為因應旅客乘車方便，特別在臺鐵羅東站北端加設林鐵羅東站，產業、交通的興盛讓這座小鎮成為宜蘭縣的商業重鎮。規劃一趟蘭陽平原之旅，在羅東車站下車，出發探訪專屬羅東的美好日常。

羅東運動公園就坐落在熱鬧的羅東市區，園區占地四十七公頃，由高野景觀建築株式會社規劃，以水、綠、健康做為園區三大主題，將地形景觀、植物景觀、水流景觀及運動設施結合，整體設計理念也融入在地特色

及蘭陽風情；擁有廣大腹地的公園，適合各種休憩活動，不管是在草地散步、湖邊賞鳥、餵魚，或是踩著單車一路奔馳，都能十分盡興，因此成為許多遊客放鬆遊玩的好選擇。

通往天國的階梯 望天丘

若是選擇漫步遊園，沿著虹明湖的左側走，就能抵達公園的制高點——望天丘，沿著石階拾級而上，仰望沒有高樓遮蔽的廣闊，彷彿再一步就能接觸那片蔚藍的天空，伸手就能抓住朵朵白雲，夢幻的景致也讓望天丘被譽為「通往天國的階梯」。望天丘狀似火山，山頂造景及山頂圓碗弧坡，讓遊客白天能盡覽園區美景或遠眺龜山島；夜間則可以選擇靜臥其上細數繁星。在望天丘上眺望遠方，耳邊傳來孩童的嬉笑聲，讓人不自覺想停下腳步，品味專屬平原的愜意生活。

秋冬限定的秘境 東丘落羽松

公園內還有一處秋冬限定的秘境，隱身在

網球場旁的「東丘」，成片的落羽松林在季節流轉下，呈現翠綠、橘黃、橘紅的色系變化，沿著流水河道佇立，時而緩緩落下羽毛般的葉子，漫步林間就能欣賞宛如異國般的美景，其中秋冬之際那逐漸由黃轉紅的景色最為入稱道，迅速在網路上竄升為羅東的打卡熱點；遊客也可選擇在夕陽落下的時刻走訪東丘，橘紅色的晚霞披在婆娑的落羽松葉上，交織出一幅暖色調的畫，別忘了拿起相機收藏這美得令人屏息的瞬間，為一天的旅程畫下完美句點。

同場加映 羅東養生觀光休閒驛站

走完羅東運動公園，推薦您漫步到羅東養生觀光休閒驛站，富含在地特色的品牌「羅董 LOTON」由羅東鎮農會結合地名故事所創造。有趣的DIY課程是這裡的一大亮點，課程採預約制，在專業老師的帶領下，發掘科學與農產品奇妙的化學反應，其中最熱門的課程就是豆奶續續樂及鹽滷豆腐的製作，沁涼香甜的豆奶炒冰每一口都吃的到濃郁香醇；鹽滷豆腐入口軟嫩，豆香味讓人為之驚艷。

為了讓下一代了解過去農業社會的歷史足跡，羅東養生觀光休閒驛站以二十四節氣為主題，將祖先的智慧結合春耕、夏耘、秋收、冬藏的四時運作融為一體，陳設為DIY教室的背景，希望藉此落實食農教育的推廣。一旁的農產品販售區在假日人潮總是絡繹不絕，「養生豆奶」是最熱門的商品，也成為羅東鎮近年最健康也最有在地特色的伴手禮。

虹明湖是整座公園水域匯集的中心。

羅東運動公園以水、綠、健康做為園區三大主題。

羅東運動公園

- 地址：宜蘭縣羅東鎮公正路666號
- 電話：03-9541216
- 如何前往：在羅東火車站下車，步行60公尺至羅東轉運站，搭乘台灣好行冬山河線，至羅東運動公園站下車即可抵達。

羅董養生觀光休閒驛站

- 地址：宜蘭縣羅東鎮倉前路14號
- 電話：03-9574525；0978-696-816
- 開放時間：09：00～17：00
- 如何前往：在羅東火車站下車，沿站前北路步行約260公尺後右轉倉前路，再步行約84公尺即可抵達。

- ↑羅東鎮農會結合地名故事創造在地品牌。
- ↓東丘落羽松是羅東運動公園內秋冬限定的秘境。