****中華民國思樂醫之友協會

宜蘭一日輕旅

親愛的會員們、好久不見!

讓我們一起探索宜蘭的隱藏寶藏，用不同的視角欣賞這片美景！  
從穿越宜蘭版伯朗大道，悠閒划獨木舟漫遊稻田，帶上家人朋友

來一場田野間的奇幻漂流吧!再到清幽的禪風寺廟，融合中國風與日

式庭園，讓您放鬆身心，享受心靈之旅。最後品嘗來自世界各地的起

司料理，體驗DIY起司冰糕，見識一下起司的魅力。  
這趟宜蘭之旅絕對不容錯過，讓我們一起探索並且感受宜蘭的獨

特魅力！

**活動日期：113年10月06日(週日)**

**活動行程：黃金河稻獨木舟 　 午餐(無菜單料理) 北后寺(宜蘭的文化古物資產) 超品起司主題館(手做DIY) 台北**(詳細旅遊地點及行程請參考p.3、p.4)

**★注意事項：帶拖鞋、換洗衣物/ (黃金河稻獨木舟時弄濕可換)**

**集合地點：台北車站東三門 6：45報到 7:00準時出發**

**費　　用：會員每人＄1300 <優惠價>(會員已繳費至112年者)**

**（優惠對象含配偶、子女、父母、兄弟姐妹）**

**非會員每人＄1800**

**<內含車資、早餐、中餐(無菜單料理)、門票、DIY費用、導遊、保險等>**

**名　　額：40人**

**即日起報名，採先付費保留座位，額滿截止；出發前二週取消可全額退費，前10日扣款1/3，前7日扣款1/2，不足7日恕不退款，費用全數轉入捐款。**

**（如繳費後要退費、需另扣除行政手續費每筆６０元）**

**繳費方式：請於報名成功確認旅費金額後，一週內繳交費用**

**協會帳戶：中華民國思樂醫之友協會（下列帳號二擇一付款）**

**劃撥帳號：15268925**(請註明：旅遊活動）

**郵局帳號：0002367-0097665**

(若以轉帳方式請轉帳後，將後五碼告知協會)

一張含有 樣式, 正方形, 藝術, 像素 的圖片

自動產生的描述

**報名方式：**

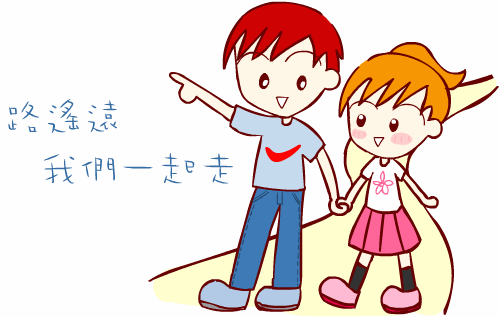
**方式1. 請掃QRcode**

**方式2. 請填以下報名表後回傳協會 FAX:02-2823 4887**

報　名　表

會員編號：　　　　　　　　　　　　　　　　　 　 參加人數：　　人

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 姓　　名 |  | | | | | | | | | | 身份證字號 | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 出生日期 | 年 月 日 | | | | | | 聯絡電話 | | | | ( ) | | | | 手機： | | | | | | | |
| 緊急聯絡人 |  | | | | | | | | | | 電 話 | | ( ) | | | | | | | | | |
| 飲食限制 | □素食 □葷食 □對海鮮過敏 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 眷屬姓名 | 身份證字號 | | | | | | | | | | | 出生日期 | | | 保險受益人 | | | | | | 關係 | |
|  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  | 年　月 日 | | |  | | | | | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  | 年　月 日 | | |  | | | | | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  | 年　月 日 | | |  | | | | | |  | |



**\*旅遊行程需配合當時路況、天氣等因素，**

**協會可做時間或順序等調整，謝謝合作。**

宜蘭祕境～冬山S型河道獨木舟、日式禪風北后寺、糕餅DIY之旅

|  |  |
| --- | --- |
| **第一天:協會指定地點集合→冬山獨木舟→午餐→北后寺→超品起司觀光工廠→台北** | |
| **20241006(日)** | 行程內容 |
| 06:45-07:00 | **台北車站東三門 6：45報到 7:00準時出發** |
| 07:00-08:30 | 沿途國道風光..蚊子電影館、行動KTV歡唱、視路況停靠休息站…… |
| 08:40-11:00 | 【黃金河稻獨木舟】(全程含換裝約2小時)：這裡是三奇美徑，同時也是宜蘭版伯朗大道。避開陸上的賞景人群，用另一種新奇的方式、不同的視角欣賞這片美景，體驗在稻田間的渠道中悠閒划著獨木舟漫漫遊，不用擔心風浪太大而翻船，不會游泳也沒關係，這是適合全家一起進行的親子活動。即使在稻田收割後，划行於田野間，也能聞到淡淡的稻草香氣，別有一番豐收的喜悅之感；帶上大小朋友一起來場田野間的奇幻漂流吧！  宜蘭｜冬山S型黃金河稻獨木舟划船體驗 宜蘭｜冬山S型黃金河稻獨木舟划船體驗 宜蘭｜冬山S型黃金河稻獨木舟划船體驗  相片  相片 |
| 11:10-12:10 | 宜蘭無菜單料理..來到宜蘭怎能錯過呢! |
| 12:40-14:00 | 【北后寺】 一進寺內會看到大尊的觀世音菩薩，是北后寺的主要供佛，旁邊造景的唯美，滿滿的庭院風。位在宜蘭員山，禪風的佛寺帶點日式風格十分清幽，有宜蘭版慶修院的之稱，大殿裡面有尊泥塑大佛，已被列為宜蘭縣的古物類文化資產。北后寺融合中國風與日式庭園一起的庭園造景，是一座美麗的禪風寺廟，讓人能夠清靜放鬆的地方，適合來趟心靈之旅。隱身於鄉間小路的禪風寺廟，環境幽雅清新，入門的右手方為藝文中心，左方即是供奉泥塑大佛的大殿。原位於礁溪的泥塑大佛，近年來因預防風化，已加工使用金箔覆身。大佛法相莊嚴，極具保存價值，也被列為宜蘭的文化古物資產。  相片 相片 相片  相片 相片 |
| 14:30-16:00 | 超品起司烘焙工坊、綠豆冰糕DIY 起司迷千萬別錯過的宜蘭室內景點「超品起司烘培工坊」，是一間以起司烘培糕點為主的觀光工廠，外觀是美美的巴洛克建築，在這邊可以品嘗到各國起司做成的各式料理。當然也有下午茶可以自由選擇喔!  館內結合現烤烘焙、起司料理、伴手禮、咖啡飲品、手作DIY的起司主題館，讓品牌年輕活化帶給新一代年輕人不同選擇。並將工業風穀倉與歐式巴洛克風格結合，不僅融入早期年代樸實，更蘊含現代化創意與想法，讓顧客體驗在新式歐風建築裡回味傳統記憶美食。  相片 581A0162 相片  相片 相片 |
| 17:00-17:30 | 台北..愉快賦歸!!(晚餐自理) |