

文圖／王鐘毅 國立台灣大學園藝學研究所

台北後花園

內雙溪森林自然公園



自然步道



步道入口標示



青蛙石雕

位於台北市士林區的「內雙溪森林自然公園」，為北市近郊保有完整林相的僅存林地，園區內生態景觀豐富，規劃完善，是大台北地區難得可以放輕鬆深呼吸的地方，對於久居都市叢林的人，是一個解放自己回歸大自然的好去處。

成的林木區占本園最大的面積，但是受東北季風強烈的影響下，使得部分迎風坡面地區形成「風衝矮林」，會在此坡地內意外的發現生長在中海拔的植物並形成特殊的生態景觀，如雀榕的纏勒現象、台灣樹蓼以及北降型植物裹白。

這種因為氣候因素使中高海拔地區植物與生理現象，朝北方低海拔地區下降稱為「北降現象」，在台灣多樣化的生態系中，是非常特殊的例子。而更令人興奮的是在林區中較潮濕的溪谷地帶亦可發現了

「內雙溪森林自然公園」約104公頃，幅員遼闊，東起大侖頭山，西至大侖尾山，北倚陽明山，南接內湖區，屬碧溪集水區，水源涵養豐沛，為孕育生物的溫床，因此生態景觀豐富多變，是台北市政府為了宣導森林生態保育觀念、加強對野生植物的認識與珍惜而規劃闢建的自然森林公園。

以氣候環境而言，內雙溪森林自然公園全區基本上屬於亞熱帶闊葉林生態系，其中以大明橘、大頭茶、小葉赤楠、紅楠、香楠、紅葉樹、烏來柯等樹種構

熱帶闊葉林木的身影，因此，本園區可說是綜合了熱帶、亞熱帶與暖溫帶闊葉林生態系



溪山苗圃入口



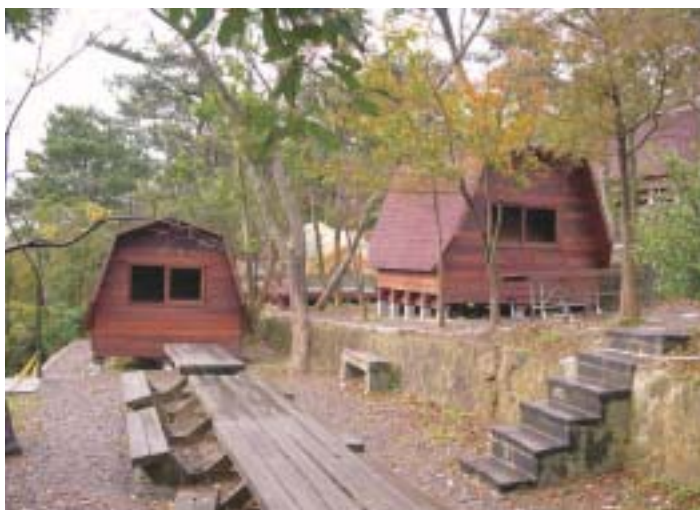
藥用植物園標示



藥用植物園須專人解說

域，針對以上各區不同的屬性，分置教育中心、有機果園區、森林步道、苗圃園、樹木標本園、藥用植物園、地圖解說牌等，以提供民眾親近自然、認識生態保育環境的機會。

園區內的這座森林藥用植物園，占地



露營區提供住宿小木屋

約0.3公頃，每周三、六、日開放，採20~50人團體預約方式，不接受個別報名，目前委託台北市農會管理及提供解說服務，費用全免。園區內規劃的枕木與石階三條健康步道，可讓民眾享受森林浴，一條是大崙頭山森林步道，這步道全是由木製的階梯所組成，立有清楚指標，相當的好走，是條老少閒宜的路徑；一條是大崙頭山自然步道，此步道是枕木步道，沿途林木幽深，韻致雋永，每當白霧繚繞，有如漫步在溪頭或是杉林溪中；第三條步道是碧溪森林步

特色的「壓縮型生態系」。

除森林生態外，區內人工堰塞湖、圓山仔單面山地形，和臨近內湖地區的厚層風化土等，亦為重要的地質景觀，值得細細瀏覽。

園區目前規劃為農業體驗區、森林經營區、自然生態保育區，以及開放民眾活動之核心區

道，這步道的沿途上盡是些高聳入天的樹木，一路蛙鼓蟲鳴，景觀更為原始，偶會與遊客不期相遇，大太陽天來到這步道也感覺像是陰天一般涼爽。

園區內還有種植台灣常見樹種的樹木標本園，和孕育樹苗的溪山苗圃，是專門規劃設計為生產台北市造林所需要的原生樹苗，並配合鄰近的樹木標本園，蒐集大台北地區代表性的樹木種源，並且提供台北市都市綠化所需的誘鳥、誘蝶、昆蟲食餌等具生態功能的原生植物苗木。為一具生態保全復育等多功能目標的示範育苗場。



溪山苗圃

藥用植物園

預約電話：27070612 轉 254

交通：自行開車者請將車停於碧溪橋頭之至善路上，或在捷運士林站，轉乘公車255、304、紅30、小型公車18、小型公車19、假日休閒公車101至故宮博物院，步行到順益原住民博物館前搭乘接駁專車，下車步行至園區僅15分鐘。