

文/圖 吳昌祐

長濱，舊名加走灣，是位於臺東最北方的鄉鎮，北邊隔著秀姑巒溪與花蓮豐濱鄉相鄰，是個依偎著海岸山脈，望向無際太平洋的鄉村美景，在季節信風及黑潮的滋養洗禮下，孕育出臺灣迄今最古老的長濱文化，也是絕無僅有的在地文化遺產；這裡聚居了不少自他處遷徙而來的族群，其中包括阿美族、平埔族、布農族、噶瑪蘭族及漢族等，可說是融合了多元文化的薈萃福地。

沿省道臺11號公路，從花蓮南下或自臺東北上均可抵達長濱，在2007年玉長公路開通後，拉近了長濱及成功等東海岸地區與花東縱谷的距離，不僅改善了當地居民對外聯繫的交通，也豐富了遊客旅程規劃的選項。來到長濱最讓人耳熟能詳的旅遊景點，無非就是極具文化遺址價值的八仙洞、加走灣、白桑安及忠勇等處，也有讓人流連忘返的濱海漁村風情的烏

石鼻，更值得一提的是頗具歷史價值的安通越嶺古道，這條古道以玉里鎮安通為起點，橫跨海岸山脈連通東部



色香味俱全的在地美食上桌囉！

海岸及花東縱谷的道路，是清朝至日治時期兩地通婚、傳教、挑貨的重要道路，目前僅重修位於花蓮縣玉里鎮境內的安通越嶺古道西段。



聚集在地小農的長濱野市集

農業是長濱的重要產業，以稻米生產為大宗，近來八仙米的知名度與日俱增，建議遊客可前往長光社區或永福社區走走，一覽由海岸山脈向太平洋緩坡向下、層次分明的梯田景緻，特別是光著腳丫站在田埂邊上與秧苗作伴時，吹拂著那薄而不膩的鹽沫輕風，望向南方賞心悅目的層巒疊翠，好一幅田園悠哉好風情！既然來到長濱，也別錯過永福社區夥伴們用心栽培料理的部落美食饗宴，或是預約嘗嘗「長濱100號」、「齒草埔料理研究工作室」或「小麗廚房」的創意或無菜單料理。

近幾年有不少來自外地的新移民，多以寄情自然田野及從事農業生產為主，足見長濱鄉間適景緻及慢活步調，對於長久居住於都市民衆的吸引力；在1月起，這些用心在地經營的夥伴們，更以「長濱野市集」(Kakacawan wild market)開啓了在地農產市集的新頁，小農們帶著自家生產的農特產品，與喜愛親近市集及在地農業的消費者直接互動，透過彼此的交流，傳遞「不僅是交易，更要重建人與土地的彼此信任及相互感動」；落實「以人為本、以愛為念」的在地行動，迄今已成功辦理了3次活動，在臉書上也吸引了不少關注，5月9日將是第四次的市集活動，建議您可以在初夏的週末，抽空來趟專屬於您與家人的自然農趣田野之旅，想必能讓您闔家擁有截然不同的鄉村體驗旅程。



貼近田園土地體驗友善