

● TAIWAN RAILWAY · 240 STATIONS

免費試讀版

# 台灣鐵道 環島打卡 全攻略

240 站收集手冊 · 2026 年版

路線規劃 · TR-PASS 划算試算 · 六大支線

秘境車站圖鑑 · 打卡構圖建議 · 十大失誤清單

附 240 站可列印打卡進度表

RAILSTW

不油膩數位工作室

# 台灣鐵道環島打卡全攻略【免費試讀版】

---

240 站收集手冊・2026 年版・RAILSTW

---

這是免費試讀版，收錄完整版的第 1 章全文、行前規劃的核心一節，  
以及兩則車站圖鑑樣張。完整版共六章，另附 240 站可列印打卡進度表。

讀完覺得有用再買，不用急。

---

# 第 1 章：為什麼要搭火車環島

---

## 1-1 火車環島不可取代的三件事

環島這件事，開車、騎車、搭火車都做不到。但只有火車能同時給你這三樣：

### 一、你可以真的在看窗外

自駕環島最大的謊言是「沿路風景很美」——開車的人根本不能看。蘇花、南迴、東海岸這些路段，正是最需要專注的路段。騎車更慘，你的視線幾乎全給了路面和後照鏡。

火車把「移動」和「觀看」拆開了。清水斷崖那幾分鐘，你唯一要做的事就是把頭轉向窗外。這不是浪漫，是分工問題。

### 二、不必為停車這件事付出代價

十分老街、集集、內灣、菁桐這些地方，假日停車位就是修羅場。火車環島的行程裡沒有「找停車位」這個節點，也沒有「車停太遠所以只逛半小時」這種妥協。你在車站下車，走出來就是老街。

### 三、每一站都是可抵達的目的地

這是本書真正的立論。

開車環島時，「站」不存在——你只有景點。但搭火車環島，車站本身就是內容：談文、大山、新埔、日南、追分這幾座日治時期的木造站房，多良的高架月台，枋山的最南端站牌，八斗子緊貼海岸的月台，車埕的貯木池。它們不在「景點清單」上，它們在**時刻表**上。

台鐵路網總營運里程約 1,065 公里（含支線，2026-08 查證），環島主線一圈依各線里程加總約 900 公里（本書編輯估算，非官方單一公告數字，2026-08 查證）。1992 年 1 月 12 日南迴線正式營運後，環島鐵路網才算成形（2026-08 查證）；2020 年 12 月 23 日南迴電氣化通車，全線電氣化完成，同一列電聯車可以跑完整圈（2026-08 查證）。

也就是說：環島鐵路變成今天這個樣子，其實才五年多。

---

## 1-2 這本書是什麼，以及不是什麼

這不是遊記。你不會在這裡讀到「當列車緩緩駛入月台，我的心也跟著沉靜下來」。

這是一本執行手冊。核心假設只有一句話：

把每一座車站當成收藏品，環島就從「旅行」變成「收集」。

收集有兩個好處。第一，它給你一個明確的完成度——你知道自己集到幾站、還差哪些。第二，它讓冷門站有了意義。望古、加祿、山里這些平常沒理由下車的站，在收集邏輯下，跟九份、花蓮一樣有價值。

本書附錄提供可列印的**打卡進度表**，收錄 240 座車站（清單口徑與 RAILSTW App 一致），依路線分區，每站一格。你可以：

- 一次跑完一條線就整段畫掉
- 只求「到站即算」（列車經過不算，要下車踩到月台）
- 或用嚴格版：每站拍一張站名牌

規則自己訂，但**一開始就要訂好**，不然跑到第三天你會開始跟自己討價還價。

### 1-3 怎麼使用這本書

| 章     | 內容                  | 什麼時候讀     |
|-------|---------------------|-----------|
| 第 1 章 | 定位與使用說明             | 現在        |
| 第 2 章 | 行前規劃：方向、天數、票種、訂票    | 出發前 2-4 週 |
| 第 3 章 | 主線攻略：西部／東部／南迴分段     | 排行程時      |
| 第 4 章 | 六大支線：一日券、班距、必去站     | 排支線日時     |
| 第 5 章 | 秘境與特色車站圖鑑           | 挑打卡目標時    |
| 第 6 章 | 實用工具：寄物、自行車、雨備、常見失誤 | 打包前一晚     |
| 附錄    | 240 站打卡進度表（可列印）     | 印出來帶著走    |

**建議動線：**第 2 章先讀完（它決定你花多少錢、走哪個方向），再翻第 5 章挑出 5-10 個「一定要去」的站，然後回頭用第 3、4 章把這些站串成路線。不要反過來——先排路線再塞打車站，一定會排出一份自己都不想執行的行程。

**附錄打卡表用法：**出發前印出來，用鉛筆先圈出這趟的目標站（不要用筆蓋掉，你會想留給下一趟）。收到票之後，把當天的目標站數寫在表格上緣。每天結束前打勾一次，別等回家補——你會忘記。

### 1-4 誠實聲明（請務必讀完這一段）

本書所有票價、班次、營業時間，都是 2026 年 8 月查證的結果，而且它們一定會過期。

台鐵的資訊變動比你想的頻繁：

- 2025 年 6 月 23 日新票價制度上路，票價全面調漲約 26.8%，電子票證優惠乘車里程從 70 公里縮短為 50 公里（2026-08 查證）
- 2026 年 7 月 1 日改點後，每日 4 列莒光號、2 列 PP 自強號退場，由 EMU3000 接棒（2026-08 查證）
- 莒光號在該次改點後僅存 7 個班次，規劃 2028 年底前全數退役（2026-08 查證）

所以本書的做法是：

1. 每一個實用數字後面都標「(YYYY-MM 查證)」，你一眼就知道這筆資料多舊。
2. 票價以官方現行使用須知為準。若媒體與官方數字不同，本書會保留查證紀錄，但不讓次級來源蓋過官方公告；出發前仍要再查一次。
3. 不寫死車次號。車次會隨改點消失，寫進書裡就是害你。本書教你查，不替你記。
4. 附上官方查詢入口，讓你可以自己複查：
  - 台鐵全球資訊網：<https://www.railway.gov.tw/>
  - 台鐵旅客服務／票價試算：<https://www.railway.gov.tw/tra-tip-web/tip>
  - 官方 App：台鐵 e 訂通

出發前 3 天，請把行程裡的班次與票價再查一次。這句話不是免責聲明，是這本書的使用方法。一本承認自己會過期、並教你怎麼更新的書，比一本假裝永遠正確的書有用得多。

## 2-1 順時針 vs 逆時針怎麼選

### 先把名詞定義清楚（這裡最多人吵錯架）

網路文章對「順時針／逆時針」的稱呼並不一致，同一條路線在不同文章裡有相反的標籤。所以本書一律用地圖方位定義，看順序不看標籤：

| 本書用語 | 實際順序                                                     |
|------|----------------------------------------------------------|
| 順時針  | 台北 → 宜蘭 → 花蓮 → 台東 → 南迴 → 屏東／高雄 → 台南 → 台中 → 台北（東岸南下，西岸北上） |
| 逆時針  | 台北 → 台中 → 台南 → 高雄 → 南迴 → 台東 → 花蓮 → 宜蘭 → 台北（西岸南下，東岸北上）    |

看別人的行程時，直接看城市順序，不要相信標題上的順逆時針。

### 三個決策變數

#### 變數一：海景在哪一側

先講一個很多人搞錯的事實：東部幹線不是整段都看海。

- 宜蘭線（八堵-蘇澳，93.6 km，2026-08 查證）：時海時田，中後段靠海。

- **北迴線（蘇澳新-花蓮，79.2 km，2026-08 查證）**：最經典的太平洋段，隧道多，海景是「一段一段閃出來」的。
- **臺東線（花蓮-台東，150.9 km，2026-08 查證）**：走**花東縱谷**，兩側是稻田與山脈，基本上看不到海。想看東海岸得走台 11 線公路，那是另一種旅行。
- **南迴線（枋寮-台東，98.2 km，2026-08 查證）**：分成三段——枋寮到枋山、加祿一帶沿**台灣海峽**（西側海），中段穿越中央山脈（隧道群，什麼都看不到），出山後太麻里到台東沿**太平洋**（東側海）。所以南迴的海景是「先西邊、再黑、再東邊」。
- **海線（竹南-彰化，90.2 km，2026-08 查證）**：靠台灣海峽，是西部唯一有海味的主線選項，也是「海線五寶」木造車站所在（見第 5 章）。
- **山線（竹南-彰化，85.5 km，2026-08 查證）**：無海景，但走苗栗、台中內陸，班次密、轉乘方便。

怎麼判斷座位該坐哪一側：不要背，用一句話推——**面向列車行進方向，海在你的左手或右手，取決於你往南還是往北開。**

| 路段         | 海在哪一邊（地理） | 南下時 | 北上時 |
|------------|-----------|-----|-----|
| 海線（竹南-彰化）  | 台灣海峽在西    | 右手邊 | 左手邊 |
| 南迴（枋寮-枋山）  | 台灣海峽在西南   | 右手邊 | 左手邊 |
| 南迴（太麻里-台東） | 太平洋在東     | 左手邊 | 右手邊 |
| 北迴（花蓮-蘇澳新） | 太平洋在東     | 左手邊 | 右手邊 |
| 臺東線（花蓮-台東） | 縱谷，無海     | —   | —   |

劃位時如果不確定，在訂票畫面把地圖打開對一次，30 秒的事。

## 變數二：日出與日落

台灣東岸面太平洋、西岸面台灣海峽，所以：

- **東岸適合早上**：日出從海面升起，清晨的北迴、南迴東段光線最好，海是藍的不是白的。
- **西岸適合傍晚**：海線下午到黃昏可以拍到海上落日。
- 反過來排，你會在東岸吃到整片逆光，在西岸看到一片灰。

這一條的實務結論很簡單：**你想拍照的那一段，安排在該側的順光時段。**順時針的人會在旅程前段拿到東岸早晨；逆時針的人會在旅程後段拿到東岸早晨（但通常已經累了）。

## 變數三：住宿與補給密度

| 區段                 | 補給密度 | 實務意義                     |
|--------------------|------|--------------------------|
| 台北-台中-台南-高雄（西部）    | 高    | 隨時能改行程、能臨時找住宿、便利商店密集     |
| 宜蘭、花蓮、台東市區         | 中    | 有住宿但旺季要早訂                |
| 南迴沿線小站（枋山、加祿、內獅一帶） | 低    | 站區周邊幾乎沒有商業機能，班次少，錯過就是等很久 |
| 平溪、集集、內灣支線末端       | 中低   | 商家多在觀光時段營業，末班車前要撤        |

## 給結論

| 你的狀況       | 建議方向        | 理由                             |
|------------|-------------|--------------------------------|
| 第一次環島、體力普通 | 逆時針（西岸先南下）  | 前半段補給密集，先在容錯高的區段把節奏抓穩，最後才進東部長途 |
| 主要目的是拍東部海景 | 順時針（先進東部）   | 體力最好、天氣運氣還沒用完的時候先拿下北迴與南迴東段     |
| 只有 1-2 天   | 看班次決定，不要看方向 | 天數愈短，銜接效率愈重要，方向是次要變數           |
| 帶長輩或小孩     | 逆時針         | 疲勞累積在西部段時比較好中止、好接駁             |

## 5-6 合興（內灣線）

**一句話定位：**台灣少見的折返式車站，加上一段追火車的求婚故事，被叫做「愛情車站」。

### 為什麼值得專程來

合興站有兩層價值，一層給眼睛、一層給故事。

**給眼睛**的是軌道形式：折返式車站在台灣非常少見，軌道的分歧與轉折本身就是難得的攝影題材，一般車站不會有這種線條。

**給故事**的是它為什麼叫愛情車站——1958 年，曾春兆沿著鐵軌跑了 2.1 公里追上火車（2026-08 查證），這個舉動後來成了合興站的愛情傳說。這是全書最適合「講給同行的人聽」的一站：你不用背任何鐵道知識，只要說「有人為了追一班車跑了 2.1 公里」，現場氣氛就不一樣了。

### 打卡構圖建議

- **主構圖：**站在軌道分歧點的延伸方向（月台安全範圍內），讓兩股道在畫面裡形成 V 字或交叉。折返式的辨識度全在這個線條上，正面平拍站房反而看不出特別。

- **第二構圖：站名牌 + 同行者背影**，兩人站在畫面同一側、留出軌道延伸的空間——留白比塞滿更有敘事感。
- **第三構圖：長軌道的「距離感」照**。呼應 2.1 公里的故事，蹲低、用長焦端（手機 2x 或 3x）壓縮軌道，讓鐵軌一路延伸到看不見的地方。這張配上故事說明，就是這站最好的一頁。
- **光線**：木造站房邏輯同海線五寶，避開正午。傍晚側光拍軌道特別好，鋼軌會反出一條亮線。

#### ⚠ 踩雷提醒

- ⚠ **站內設施現況請務必再查**。2024 年有報導指出，站內由民間經營的房舍因無使用執照而遭終止租約（2026-08 查證之報導）。這代表你到現場時，**站內的商店、展示、文創空間可能已經不同於網路上的舊照片**。本書不對現場設施下結論——請把它當成「風景與軌道是穩定的，人為設施是浮動的」來安排期待值。
- 合興在內灣線上；內灣線往內灣方向班次約 1 小時 1 班（2026-08 查證），錯過一班等一小時，請務必先看回程。
- 如果你打算一天內收合興 + 內灣老街，注意內灣線與六家線在竹中站交會（2026-08 查證），換乘動線先看清楚。

## 5-8 八斗子（深澳線）

一句話定位：月台緊鄰海岸線的「北台灣多良」。

### 為什麼值得專程來

深澳線很短（瑞芳–八斗子，6.0 km／3 站，2026-08 查證），但它把最好的東西放在終點：**八斗子的月台就貼著海**。這是北部唯一能複製「多良感」的車站，而對從台北出發的人來說，抵達成本低到不合理。旁邊還有國立海洋科技博物館（2026-08 查證），是這站最值錢的兩備選項（見 6-4）。

### 打卡構圖建議

- **主構圖：月台 + 海的雙層水平線**。和多良一樣，海平線不要放中間。差別在八斗子的月台更貼近水面，可以把月台護欄或月台邊緣當前景，形成「前景欄杆 → 中景海 → 遠景天空」三層。
- **站名牌 + 海同框**：這是八斗子最有辨識度的一張。找到能同時容納站名牌與海面的角度（月台上通常只有一兩個位置做得到），用 2x 拍，牌面才不會變形。
- **光線**：套用原則四——避開正午，早晚的斜射光才會讓海有顏色。**面海方位請現場確認**，順光海色飽和、逆光會變剪影（要拍剪影就把人壓成純黑，別半黑不黑）。
- **加碼**：鄰近深澳岬（象鼻岩）（2026-08 查證），時間充裕可延伸，但這是**離站行程**，回程班次要重新算。

#### ⚠ 踩雷提醒

- 全書最常見的失誤之一：不是每班平溪線的車都到八斗子。平溪線班次多為「八堵／瑞芳-菁桐」直通，只有部分班次延駛八斗子，也只有這些班次停海科館與八斗子（2026-08 查證）。在瑞芳看到一班車來就跳上去，很可能被載去菁桐方向。
  - 上車前只要做一件事：看清楚該班次的終點站標示，或直接向站務人員確認「這班有沒有到八斗子」。
  - 海邊風大，帽子與輕薄物品請收好——月台旁就是海。
- 
-

# 以上是試讀內容

---

完整版還有這些：

| 章節    | 內容                                         |
|-------|--------------------------------------------|
| 第 2 章 | 三種天數版本的每日路線切法、TR-PASS vs 分段買票划算框架、訂票搶票規則   |
| 第 3 章 | 西部（山線 vs 海線的抉擇）、東部、南迴三段主線攻略，含莒光號告別專欄       |
| 第 4 章 | 集集／平溪／深澳／內灣／六家／沙崙六大支線，含一日券與併入行程的時機         |
| 第 5 章 | 14 站秘境與特色車站圖鑑，每站附打卡構圖建議與踩雷提醒               |
| 第 6 章 | 自行車三種帶法、行李寄放、電子票證能不能用、十大常見失誤清單             |
| 附錄    | <b>240 站打卡進度表</b> （可列印，清單與 RAILSTW App 同源） |

完整版 NT\$249 —— 付款後系統自動寄下載連結到你的信箱。

👉 [rail.drnogreasy.life/guide](http://rail.drnogreasy.life/guide)（點此前往購買頁）



用手機掃描前往購買頁

---

本試讀版可自由分享給想搭火車環島的朋友，但請勿修改內容或轉售。

© 2026 RAILSTW · 不油膩數位工作室