



人·間·天·堂

Palawan

巴拉望

Welcome to Palawan

歡迎來到巴拉望

巴拉望群島被譽為「菲律賓最後一片處女地」，近六成的面積被原始森林 (56%) 及紅樹林 (3.35%) 所覆蓋，是動物和植物的天堂樂園，風景美得令人難以置信，在這裡，你將發現種類繁多而世上絕無僅有的物種。巴拉望群島在 2007 年被美國旅遊雜誌《Condé Nast Traveler》票選為「全亞洲最美的沙灘」，2011 年又被《國家地理雜誌》評選為「全球 20 個最佳旅遊景點」之一，2014 年《Condé Nast Traveler》更將「全球最美島嶼」第一名頒給宛如人間天堂的巴拉望。

巴拉望在 1967 年被指定為魚類和野生動物保護區，尤其北部的卡拉威島是野生動物聚集地，充滿原始森林的風貌；同時，巴拉望也以地下洞窟及河流著名，乘船深入長達 8 公里的公主港地下河流國家公園，兩側千奇百怪的鐘乳石造型讓人嘆為觀止。主島南部則靠近馬來西亞沙巴州知名的潛水地—西巴淡島嶼，擁有最美麗的海域，到處可以看見稀有的海洋生物，其中以圖巴塔哈群礁最受潛水玩家青睞。



巴拉望小檔案

地理位置：位於民都格島與北婆羅洲之間的狹長型島嶼群，在馬尼拉西南方 586 公里處，北有民都格島、南有馬來西亞的婆羅洲、東鄰蘇祿海、西有中國南海。**面積：**巴拉望由 1,768 個島嶼組成，陸地面積 1,489,655 公頃，主島長 452 公里、最寬處為 40 公里，是菲律賓最大的省份。**居民：**人口約 31.2 萬，其中 18% 為巴拉望當地的土著。**語言：**旅遊觀光勝地均能使用英語。巴拉望共有 52 種方言，其中以塔加路 (Tagalog) 語的使用最為普遍。**地形：**巴拉望本島呈東北、西南走向，最高處 3,250 公尺，屬於熱帶雨林，動植物生長旺盛，而散布於本島周圍的諸多小島坐擁潔白海灘，更是各國遊客的最愛。**主要城市：**位於本島的公主港 (Puerto Princesa) 是巴拉望首府，另外還有 23 座城市。**氣候：**巴拉望的北端、南端與西海岸皆為半年乾季、半年雨季，東岸的乾季僅在每年 1~3 月，其他月份雖然有雨，但無特別明顯的雨季。

CONTENTS 目錄

02 巴拉望·完全娛樂指南

03 巴拉望地圖

04 北巴拉望

04 布蘇安加島／科隆島

05 跳島遊／達布亞斯山／Maquint Hot Spring

06 二次大戰沉船／凱央根湖／卡拉威國家野生動物保育區

07 科隆住宿精選

11 科隆特色餐廳推薦

12 Pamalican Island

13 愛妮島

16 泰泰鎮

17 中巴拉望／公主港

18 巴拉望野生動物保育中心／巴拉望博物館／紅樹林

19 貝克山／省長的家／巴拉望教堂

20 美軍紀念公園／蝴蝶園與原住民村

21 本田灣／海星島

22 蛇島／莎班海灘

23 班丹島／路尼島

24 公主港地底河流公園

25 海濱公園／烏攻探險場

26 監獄農場／螢火蟲之旅／賞海豚

27 紡織創作工坊／手工藝品伴手禮商場／羅賓遜購物廣場

28 公主港特色餐廳推薦

30 公主港住宿精選

35 南巴拉望／蘇祿海／圖巴塔哈群礁／奎松塔邦洞穴群

38 巴拉望旅遊資訊



巴拉望 · 完全娛樂指南

為了維護上天所恩賜的潔淨生態，巴拉望被列為世界自然保護區，使得至今仍保有一塊自然生態完整的人間天堂。來到巴拉望，不妨選個風景優美的度假村，享受與大自然融為一體的安靜時光，亦可參加各式海上活動，揮灑用不完的精力。

住特色飯店

巴拉望是由 1,768 座島嶼所組成，其中不乏無人居住的小島，國際大型度假飯店紛紛進駐，形成「一島一飯店」的獨特景觀，這些度假村具備完善設施，即便不外出也不會覺得無聊，同時度假村還會安排一系列海上活動，絕對讓你玩翻巴拉望。

hotel



啖在地美食

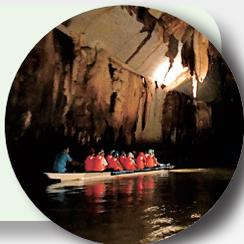
巴拉望擁有豐富的海鮮，建議找間靠海的餐廳，大啖現撈的海鮮大餐；如果膽量夠大，勇於嘗鮮，不妨點一盤 TamiLoc，這種味道類似牡蠣的樹蟲，滑而黏稠，通常是沾醋生吃，其獨特風味保證今生難忘。

food

訪天然景觀

巴拉望的生態保存相當完善，踏上充滿原始森林的卡拉威島，可以發現來自非洲及菲律賓當地的野生動物；而在公主港地下河流公園裡，有一條蜿蜒八公里的地下河道，划著獨木舟進去，欣賞鬼斧神工的鐘乳石洞，都是不能錯過的活動。

view



潛海底美景

擁有豐富海洋資源的巴拉望，向來是潛水遊客的度假天堂，幾乎每個地方都有不錯的潛水環境，海底種類繁多的魚類及五顏六色的珊瑚，都能讓遊客留下深刻而美好的回憶。

ocean

北巴拉望

北巴拉望指的是巴拉望主島的北端部分，以及散落於主島北方的列嶼，涵蓋 Calamian 和 Quiniluban 等群島。這裡不僅是潛水勝地，還有罕見的野

布蘇安加島 Busuanga Island 未遭破壞的度假天堂

在北巴拉望諸多列嶼中，面積最大的就是布蘇安加島，島上的小鎮科隆（Coron）是交通轉運站，不少旅客從馬尼拉搭乘飛機先抵布蘇安加島，再轉乘船隻前往其他島嶼。布蘇安加島周圍擁許多著名景點，包括科隆灣（Coron Bay）一帶的沉船區；北端的卡拉威島國家野生動物保護區。



科隆 Coron 冒險家們的終極群島

科隆（Coron）位於巴拉望北方 Calamian 群島最北端，全球知名的《富比士》旅遊雜誌讚譽她為世界十大熱門潛水景點之一。《Lonely Planet》將她名列 2013 年世界最佳旅遊目的地，形容她是冒險家們的終極群島、現代伊甸園、野生動植物的樂園。成千上萬座耀如珍珠的島嶼環繞成一條 2,000 公里長的原始海岸線。

科隆市是由科隆島、部分 Busuanga 島和其他 20 多個小島所組成。擁有得天獨厚的白沙灘、石灰岩峭壁、溫泉、火山湖、豐富的海洋生態以及珍貴的喀斯特海上石林地貌，坐擁 500 多個鐘乳石洞穴。

世界最大的石斑魚養殖場和數萬公頃的海上珍珠農場（尤以金珍珠最富盛名）都在科隆島海域，純淨為受污染的水世界擁有超過 600 種珊瑚，佔全球珊瑚品種的八成，居全球之冠！科隆也是一個很好的中繼點，租船跳島遊也很便利，可以聯絡 Calamianes 觀光船協會（Calamianes Tourist Boat Association）。



如何前往科隆

布蘇安加島劃分東西兩鎮：西南海岸的布蘇安卡鎮和東邊的科隆鎮。從馬尼拉搭飛機抵布蘇安加島，從機場沿路續行半小時可抵科隆鎮，再搭船 20 分鐘可抵對岸的科隆島。

生動植物群聚，頂級度假村 Amanpulo Resort 也座落在此，渾然天成的美景讓北巴拉望成為度假天堂。

Northern Palawan

科隆跳島遊

成千上萬原始熱嶼

極限旅遊網站讚譽科隆為「最具有不同尋常的冒險與文化」的地方。科隆由成千上萬、星羅棋布的原始島嶼串成珍珠般的海岸線，精采的跳島遊不容錯過！無論是地熱瀉湖 Barracuda



Lake，坐擁絕美白沙灘的 Dimanglet Island、Smith Beach、Banol Beach，奇妙的雙生礦泉湖 Twin Lagoon、被彩色水母環繞的雙峰礁 Twin Peaks Reef、被譽為世上最清澈的 Cayangan Lake，以及多處絕讚潛點像是七仙女島 Siete Picados、CYC、Caps Point Reef，以及浮潛就可看見沉船的 Skeletal Wreck。

達布亞斯山 Mt.Tapyas

360 度眺覽珍珠群島

達布亞斯山 (Mt.Tapyas) 的山頂設有眺望台，可以 360 度全方位俯瞰科隆鎮、科隆島和南邊的卡拉棉島群，大小島嶼如珍珠般灑落碧海的美景超怦然！想要攻頂一共要走 726 階，沿路設有座位可供休憩。拾級而上，輕鬆登到一百級高度，便可看見蔚藍海洋，續往上行，科隆島愈發清晰，無敵視野讓人大開眼界！



Maquint Hot Spring

無敵海景露天海水溫泉

位於科隆鎮附近車程約 20 分鐘的 Maquint Hot Spring 是一處被紅樹林擁抱的海水溫泉，特殊的天然湧泉水溫約為 30 至 45°C，終年從泉眼汨汨湧出的熱泉清澈潔淨，一旁還有紅樹林步道可直通蔚藍海。對於上山下海一整天的旅人來說，來此舒泡罕見溫泉最能消除疲勞！養生專家指出天冷泡溫泉是暖身，而夏天泡溫泉才是養身祕訣呢！



二次大戰沉船 World War II shipwrecks

潛水探險樂趣多

位於北巴拉望布蘇安加島南方的科隆灣（Coron Bay）一帶，有相當多二次世界大戰被擊沈的日本軍艦。聚集數量以科隆灣最多，Club Paradise 附近的海域也有一艘長 152 公尺的 Kyokuean Maru 軍艦，深度約在 25 公尺，度假村有沉船潛水套裝行程。



凱央根湖 Cayangan Lake 菲律賓最乾淨的湖泊

科隆島坐擁七座優美的高山湖泊，以凱央根湖（Cayangan Lake）最出名，四周被熱帶植物和石灰岩洞環繞，被譽為菲律賓最乾淨的湖泊。從鎮上步行，行經石灰岩峭壁的小徑，約 1 小時可抵。這裡也是大梭魚的原產地，因此又稱梭魚湖。

卡拉威國家野生動物保育區 Calauit National Wildlife Sanctuary

非洲野生動物成功進駐

位於布蘇安加島北端的卡拉威島（Calauit Island）是野生動物的樂園，島上西北部設有一座相當特殊的卡拉



威國家野生動物保育區，園區於 1977 年由國際自然保護聯盟自非洲引進 8 種、104 隻野生動物，包括斑馬、長頸鹿、大羚羊、薮羚、黑斑羚、瞪羚、水羚（Waterbucks）等，也有巴拉望熊狸、食蟻獸、菲律賓豪豬等當地原生動物。遊客不僅可以搭乘專用探險車來場精彩的動物旅行，還可以下車和這些溫和的動物們近距離接觸。



科隆住宿精選

Asia Grand View Hotel

貼心提供專業潛水訓練

Asia Grand View Hotel 的建築風格呈現亞洲現代工藝特色，特意打造三種不同主題區，並融合巴拉望充滿魅力的海底世界，飯店還打造了一座專門設計的泳池可提供潛水訓練。科隆以豐富多樣的海洋生態聞名，吸引無數潛水客湧進科隆朝聖，體驗世界級的沉船潛水，並欣賞繽紛多彩的珊瑚礁。



DATA

地址：Jolo, Barangay 5, Coron, Palawan, Philippines
電話：+63-2-400-6261
網址：asiagrandview.com/

Busuanga Bay Lodge

坐擁靜謐迷人碧藍海灣

Busuanga Bay Lodge 座落在科隆的布蘇安加島，靠近 Puerto del Sol，是一座靜謐的度假村。海灣是遊艇和漁船的避風港，也是 14 間海景房美麗的風景之一，海岸線上點綴著小船隻，搭配山巒稜線，勾勒出一幅美好風景。度假村有 4 種房型，錯落不同位置，呈現獨特的景觀和隱私。室內設計由知名建築師 Rolly Mendoza 操刀，所有的家具都是菲律賓製，為度假村特別量身訂作的，度假村則洋溢一派百慕達式休閒而優雅的氛圍。



DATA

地址：Sitio Lawi, Barangay Concepcion, Busuanga, Coron, Palawan
電話：+63-2-625-8627
網址：busuangabaylodge.com

Club Paradise

潛水客的夢想天堂

Dimakya Island 位於巴拉望北部，隸屬於 Calamian 群島，度假村坐落於一個非常潔淨的海域，周圍的海域孕育著俗稱美人魚的保育動物——儒艮。運氣好的話，在度假村的淺灘海域就可以與這個善良溫和的生物相遇呢。布蘇安加島的機場約需一小時，再轉吉普尼（Jeepney）行駛 40 分鐘的泥石路到碼頭，最後乘坐小船 45 分鐘才能抵達 Dimakya Island 的 Club Paradise。Club Paradise 以超過 700 公尺的美麗沙灘與知名潛點著稱。佔地 19 公頃的島上總共有 52 間客房，以菲律賓傳統茅屋 Bohay Kubo 為雛型。



DATA

地址：Dimakya Island, Palawan, Philippines
電話：+63-2-838-4956
網址：www.clubparadisepalawan.com

Coron Gateway Hotel 景觀絕佳時尚精品飯店

Coron Gateway Hotel 是科隆第一間時尚精品飯店，入住於此可欣賞壯麗的科隆港灣和科隆鎮雙色絕景。飯店風格以極簡、抽象藝術為主調，空間寬敞，氣氛典雅。飯店共有 31 間豪華套房及供應多樣佳餚的餐廳和咖啡廳，每間套房皆配有觀景落地窗，另設有私人陽台，讓旅人可輕鬆擁抱科隆島的寧靜與悠閒。



DATA

地址：Barangay Poblacion 1, Coron Town, Palawan, Philippines
電話：+63-2-887-7107，+63-2-887-2420
網址：www.corongateway.com/

Corto del Mar Hotel and Suites 菲式地中海悠閒度假風

Corto del Mar 位於科隆鎮的中心，共有 32 間套房，飯店建築與裝潢融合了地中海風格及菲律賓傳統特色，入住於此可輕鬆眺賞科隆島的迷人景致。遊客可搭乘螃蟹船、跳島遊、潛水、浮潛、健行、划艇或是騎摩托車體驗當地迷人風光。房間、餐廳、大廳、酒吧統統提供免費網路，很是便利！



DATA

地址：Comiseria Street, Barangay 1, Coron, Palawan, Philippines
電話：+63-2-514-0279
網址：www.cortodelmar.com/index.htm

Coron Westown Hotel 時尚悠閒坐擁海島美景

坐落於幽靜祥和區域的 Coron Westown Hotel 適合喜歡寧靜、不受打擾的旅人。飯店共有 80 間頂級套房、兩座大型泳池和戶外露台休憩區，融合度假天堂與時尚新潮雙風貌。高樓層的房間可從陽台眺望矗立碧海中的小島，而從一樓的房間只需走個幾步路即可跳進沁涼的泳池裡暢快一下！



DATA

地址：Sitio Dipulao, Brgy Poblacion 6, Coron, Palawan, Philippines
電話：+63-917-704-6176，+63-919-993-5474
網址：coronwestownresort.com/



El Rio Y Mar Resort 享受寧靜擁抱自然

位於布蘇安加島科隆鎮上的 El Rio Y Mar Resort，座落於一處美麗海灣與起伏的山巒之間。度假村內的 27 間客房全都面向海灣的美麗沙灘，四周則被茂密的紅樹林圍繞，而觀賞海灣落日最佳位置就在客房的陽台上。El Rio Y Mar Resort 距離機場約 60 分鐘車程，鄰近主要商業、購物以及娛樂區域。度假村內提供按摩、游泳池、SPA、機動式與非機動式的水上活動等。



DATA

地址：Brgy. San Jose, Coron, Busuanga, Palawan
Philippines 5316
電話：+63-920-951-5009
網址：www.elrioymar.com



Huma Island Resort & SPA 菲國最大五星奢華水上別墅

五星級的奢華度假村 Huma Island Resort & Spa 隱匿於巴拉望位置較偏遠的布蘇安加島 (Busuanga)，坐擁無敵海景、純淨的海洋生態、世界潛水客專程來訪的日軍軍艦與軍機沉船遺址，被譽為全球前十大最棒潛水勝地！斥資上千萬美金打造的度假村共有 81 間別墅，每間皆有獨立浴池，並設有 8 間餐廳、健身中心、圖書館、親子室、附有菲國第一間透明玻璃地板打造的 SPA 中心。81 間別墅中有 64 間為水上別墅，是菲國最大間的水上別墅。

DATA

地址：Dicilingan Island, Busuanga, Palawan, Philippines
電話：+63-2-553-0119
網址：www.humaisland.com/

MiCasa Lodge 交通便利服務細膩

MiCasa Lodge 離碼頭只有兩分鐘距離，且步行可抵鎮中心，佔盡地利之便！而飯店貼心的服務也獲得旅客大好評！潔淨時尚的空間洋溢一派熱情島嶼度假風。

DATA

地址：National Highway, Barangay 1, Coron, Palawan,
Philippines
電話：+63-919-910-1010
網址：www.micasacoron.com/



Northern Palawan



Sunlight ECO-Tourism Island Resort 桃花仙境一島一飯店

在此，每一個角落等待與你的想像力相遇！你可以享受 360 度的天堂，占地 18 公頃，地形多樣，從細軟白沙、紅樹林成蔭的海岸到慵懶悠閒的餐館、咖啡館，設備齊全，周邊圍繞著野生自然的動植物生態。這裡是巴拉望最大

的一島一飯店度假村之一，提供極致樂活的住宿體驗，挑戰菲律賓最頂級的度假村。從科隆搭船只需 30 分鐘即可抵達這座海島天堂，或是從布蘇安加機場購買接駁船接送服務。

DATA

地址：Naglayan Island, Calamianes Group of Islands, 5316 Culion, Palawan
電話：+63-2-519-8086、+63-2-519-6312
網址：www.sunlighthotelandresort.com/

Two Seasons Island Resort & Spa 隱世奢華超純淨度假天堂

坐落於熱帶花園小島上的 Two Seasons Island Resort & Spa，這座被茂密蔥鬱的椰子樹環繞的隱世奢華度假飯店，是科隆地區第一座具生態環保概念的度假村。純淨絕美的海域孕育繽紛的珊瑚礁景觀，也是海龜和巨蚌的棲息地。度假村西邊坐擁 200 公尺的白沙灘，東邊海岸遍布紅樹林生態，只需輕鬆漫步便可通往小島的沙洲享受遺世獨立的美景，成為無數愛侶心目中的蜜月天堂！

DATA

地址：Malaroyroy, Bulalacao Island, Coron, Calamianes Group of Islands, Palawan, Philippines
電話：+63-2-410-2075-80，+63-917-566-5810(週末及國定假日)
網址：www.twoseasonsresorts.com/coron/



科隆特色餐廳推薦

Helldivers Bar & SeaDivers Restaurant 海景餐廳分享潛水樂

於 1997 年開幕的 SeaDive 是科隆當地沉船潛水的先驅者，獲得五星 PADI 認證，除了提供專業的潛水活動也經營飯店和餐廳。在悠閒的環境下邊賞美景邊享受美食，伴著海風輕拂，啜飲冰飲最是暢快！入夜後不妨在 Helldivers Bar 和來自世界的旅人分享潛水體驗與美好的旅遊回憶。

DATA

地址：Seadive Pier, Coron, Palawan, Philippines
電話：+63-920-945-8714
網址：www.seadiveresort.com/index.php



Kawayanan Grill Station 燒烤海鮮吮指回味

人氣餐廳 Kawayanan Grill Station 打造成菲式傳統竹屋，餐廳和酒吧設計都極具在地特色，等餐之餘還可逛逛旁邊的紀念品店。這裡主要提供美味燒烤、海鮮料理和道地的菲律賓餐點。你也可以帶著在市場採買的新鮮海產請大廚幫忙料理，客製化服務以重量計價，再加上 10% 服務費。

DATA

地址：Calle Don Pedro, Bngy. 2 Poblacion, 5316 Coron, Philippines
電話：+63-908-692-4449
FB：www.facebook.com/public/Kawayanan-Grill-Station



La Sirenetta Bar Restaurant 人氣碼頭餐廳美景佐美食

位在科隆碼頭旁的 La Sirenetta Bar and Restaurant 是巴拉望屬一屬二的人氣酒吧餐廳，外面掛有許多大魚飾品，第一眼就充滿浪漫 FU！因為位於淺水區，在此可輕鬆坐擁科隆碼頭迷人的海景與絢麗日出和夕陽美景。遠近馳名的特色料理美味又多元，提供頂級美饌和奢華的用餐氣氛。

DATA

地址：Coron Waterfront, Near Seadive Resort Reef Pier, North Central Market, Coron, Palawan, Philippines
電話：+63-918-903-7063

Pamalican Island

遺世獨立的一島一飯店

位於巴拉望省東北海域的帕瑪莉肯島 (Pamalican Island)，歸屬於庫悠群島 (Cuyo Islands)，四周被 7 平方公里的珊瑚礁所圍繞，鄰近水域經常可發現海豚和海牛的蹤

跡，沿著白色沙灘走完島嶼一圈為 5.5 公里，約莫一個半小時的腳程。1993 年，第 11 家 Amanresort 在此開幕，以一島一飯店的頂級服務迎接來自全球的旅人。



Amanpulo Resort

享受絕無僅有的阿曼服務風格

位於北巴拉望東部海域的 Amanpulo，屬於阿曼飯店集團的度假村之一，原意為祥和寧靜之島，要來這裡只有從馬尼拉搭乘私人小飛機方可抵達，而真正的 Aman 體驗從馬尼拉的私人機場就開始了。

Amanpulo 擁有一望無際的寶藍色海濱，整座島上只有 50 間客房，將「隱密低調、遺世獨立」的氛圍發揮到極致。度假村坐擁全長 2 公里的傲人海灘，四周被超過 5 公里以上的珊瑚礁包圍，沒有陽光時，海水能見度也可達十幾公尺，光是浮潛就可以看到大海龜優遊。

島上最特別的景象是：島的南端居然有鯊魚！又因為珊瑚礁岩環繞，水深有限，只有小鯊魚游得過來。島上的原生動物相當多，例如海蛇、吉他魚。



DATA

地址：Pamalican Island, Palawan, Philippines
電話：+63-2-976-5200 網址：www.amanresorts.com



愛妮島 El Nido

人間天堂

El Nido 的中文雖然翻譯為「愛妮島」，事實上它並非只是個島嶼或度假村，而是位於巴拉望省西北海岸的一座市鎮，同時管轄著鄰近 45 座大小海島。El Nido 市鎮目前設有 18 個村莊，總人口數約 27,000。

鄰近的 45 座海島皆為黑色石灰岩峭壁地形，在兩億五千萬年前就被海底沉積的珊瑚層切割出來，距今六千萬年前，因受到中國及印度板塊的擠壓，這些岩石突然隆起形成現今的海域。由於石灰岩峭壁的縫隙吸引了大量雨燕前來築巢，蔚為奇觀，而 Nido 在西班牙語中

就是鳥巢的意思，El Nido 的命名於焉而生。

這些峭壁島嶼多半有著口袋似的白沙海灘與天然洞穴，退潮時就形成礁湖，可乘坐獨木舟到此，跳入翡翠般的海水中賞景；也可參加度假村安排的休閒活動，例如釣魚、賞鳥、探索荒島、遊覽紅樹林、與五顏六色的熱帶魚潛水游泳、健行至海島的最高峰等。

為了保存這些罕見的天然資源，El Nido 已經由資源部規劃為海洋生態保護區。對所有造訪的人而言，El Nido 實堪稱為天然純淨的「人間天堂」。

如何前往愛妮島

前往愛妮島 (El Nido) 必須從馬尼拉機場位於安德魯路 (Andrews Avenue) 的入口，直接進入島嶼航空公司 (Island Transvoyager Inc, 簡稱 ITI) 的專用候機室，然後搭乘島嶼航空公司的多尼爾 228 型 19 人座飛機，飛往愛妮島機場，單程時間約 1 小時 15 分鐘，每天 2 ~ 3 班。抵達愛妮島鎮的機場後，除在當地觀光，也可再另行搭船前往度假村，依不同度假村船程約 30 ~ 50 分鐘。

Miniloc Island Resort 碧綠潟湖絕景之境

El Nido 度假村集團自 1982 年成立，在 45 個無人島嶼的其中兩座設立了度假村，分別是 Miniloc Island Resort 與 Lagen Island Resort。Miniloc 由於珊瑚礁、海中生物等自然環境保存相當完善，深受全球潛水客的好評。

Miniloc Resort 共有 43 間菲律賓式的茅草小屋，推開海上木屋的房門，就是一片碧藍色的海水，海濱木屋前方則是純淨的沙灘。水上活動從浮潛、潛水、划獨木舟、出海賞夕陽、風帆、釣魚、無人島野餐、健行、攀岩到跳島之旅（Island Hopping）都有，附近有兩座大小不一的潟湖，是來這裡絕對必訪的美景寶地。



DATA

地址：Miniloc Island, El Nido, Palawan, Philippines
電話：+63-2-902-5985
網址：www.elnidoresorts.com



Pangulasian Island Resort 奢華生態島嶼度假村

舉世聞名的愛妮島度假村集團於 2012 年 9 月新推出奢華生態島嶼度假村 Pangulasian Island Resort，潘嘉露香島 (Pangulasian Island) 以生態環保為設計主軸，從大門就可看見如同水晶般清澈的海灘，室內滿布珊瑚礁群，而後方還有一大片蒼鬱的熱帶森林。

度假村位於海洋保護區域，珍貴的海洋生態成為無數潛水客的朝聖地。在島上的任何地方或是在海上泛舟，都可坐享浪漫美景和璀璨的日出和夕陽。

潘嘉露香島共有 42 間豪華套房，包括：8 間緊鄰森林的天幕別墅，可環視巴奎灣 (Bacuit Bay) 美景；24 間海灘別墅坐擁私人沙灘，另有步道可直通海灘；6 間設有私人泳池的泳池別墅；4 間位在島嶼側面海灣的卡勞別墅，最適合喜歡隱匿感的人。

DATA

地址：Pangulasian Island, El Nido, Palawan, Philippines
電話：+63-2-813-0000
網址：www.elnidoresorts.com



Lagen Island Resort

奇石峭壁中的私人度假天堂

Lagen Island 是 El Nido 管轄的眾多島嶼之一，擁有高聳於海上的怪石峭壁，而岩壁前方往往是一片絕美沙灘或原始森林，隨處可見多種原生生物的蹤影，這些都構成了 Lagen Island 的獨特景觀，一處私密的度假島嶼。

抵達 El Nido 機場之後，接待人員會帶客人到茅草屋頂蓋成的簡單 Lounge，再從這裡的小河搭船出海，沿途穿過一片海島國家常見的紅樹林，再轉乘菲律賓特有的螃蟹船（Bonca），航行約 30 分鐘，穿過無數聳立於海中央嶙峋的黑色奇石峭壁，來到一處前方有純白沙灘及珊瑚礁圍繞的島嶼，在島嶼近海處轉搭八人座小汽艇，經過一片由深藍色到寶藍色再轉為淺淺的碧綠色海水後，終於抵達宛如祕境般的度假村，Lagen Island Resort。

Lagen 度假村自 1998 年開幕以來，一直是巴拉望頂級私密度假的代名詞，雖然等級不敵 Amanpulo，但是這段海域的石灰岩地形卻是



自成一格，來此的交通極為複雜，相形之下，更有一種人間仙境的感覺。

島上大多是喜歡靜謐空間的住客，白晝時分，住客大多搭船出海遊玩，從事各種海上活動，而島上則更顯得寧靜。這裡總共有 51 間客房，分為海上小屋、海景房、森林小屋及森林套房。

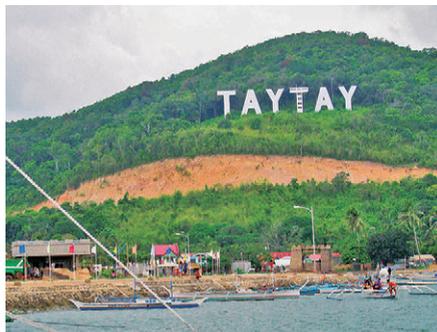
DATA

地址：Lagen Island, El Nido, Palawan, Philippines
電話：+63-2-894-5644
網址：www.elnidoresorts.com

泰泰鎮 Taytay

見證西班牙殖民風華

泰泰鎮 (Taytay) 位於巴拉望主島東北部，距離首府公主港約 215 公里，從公主港搭車前往約需 4 小時，距 El Nido 約 50 公里。Taytay 在西班牙殖民時期留下許多壯觀的建築，像是建於 1622 年、同時也是西班牙人最早在巴拉望建造的石砌堡壘。而 Taytay 西邊的馬蘭巴亞海灣 (Malampaya Sound) 更因壯觀魚群而贏得菲國「魚缸」美名。鄰近的帕利島 (Paly Island) 每年 11、12 月都可見大海龜下蛋奇景。



Apulit Island Resort 生態豐富一島一飯店

享譽全球的 El Nido 度假村集團於 2010 年在泰泰鎮 (Taytay) 推出精品級的一島一飯店 Apulit Island Resort，以豐富生態和未受污染的繽紛水世界聞名。從 Taytay 搭船約 45 分鐘來到 Apulit 島，眼前盡是藍天碧海，探紅樹林、訪鐘乳石窟，周遊列島尋奇訪勝，還可大玩浮潛、風浪板、獨木舟等活動。日出或黃昏乘獨木舟出海，伴著夕陽海景吃晚餐，都好浪漫！度假村的烤肉、海鮮大餐教人食指大動！度假村共有 50 間客房，全都打造成傳統菲式海上高腳屋，從臥房就可欣賞 Taytay Bay 周圍的海島美景。



DATA

地址：Apulit Island, Taytay, Palawan, Philippines
電話：+63-2-902-5980
網址：www.elnidoresorts.com

如何前往 Taytay

前往 Taytay 的交通有兩個選擇，一是從巴拉望公主港搭車前往，車程約 4 小時；另一選擇是從馬尼拉搭乘島嶼航空 (ITI) 飛抵愛妮島機場，再轉車前往 Taytay，島嶼航空的乘坐方式請見 El Nido。

中巴拉望

巴拉望中部最繁華的區域就是首府公主港，擁有「模範生態城市」的美譽，城市周邊著名的景點包括鱷魚農場、監獄農場，還有大自然鬼斧神工塑造而成、名列「世界七大奇景」之一的公主港地下河流國家公園，更有多處美麗海灘如本田灣、蛇島、海星島等，遊客除了安排城市觀光，亦可從事各種水上活動，或來一趟大自然探索之旅。



公主港 Puerto Princesa 菲律賓模範生態都市

公主港名稱的由來，有許多傳說。有人說此名稱得自一位美如公主的女子，很久很久以前，據說每一年到一些特別的夜晚，就會看見這位公主般的女子出現。又有些說法比較實際，當初西班牙統治者在他們的地圖上將「公主港」這名稱歸因於它的地理優勢一位於港口，常年守護這塊土地，容納各樣船隻，是船隻們忠誠的樂園，也是一個如同公主般的港。在西班牙殖民時期，公主港只是個小鎮，後來成為海軍基地而逐漸繁華，從 1883 年發展至今，已是一座模範都市和生態旅遊天堂。

公主港是全菲律賓最乾淨的城市，踏遍大

街小巷，幾乎連一張紙屑都看不到！政府積極保育並推廣鄰近多處生態旅遊勝地，如：本田灣、

公主港地下河流公園等，成為菲律賓的模範生態都市。每逢 6 月國慶，整個城市到處插滿菲律賓國旗，相當壯觀。有機會不妨搭乘當地特色三輪摩托車（Tricycle），從熱鬧市中心一路到寧靜郊區，體會不同的城鄉風情。走入西班牙風味的小教堂，到學校籃球場和當地小朋友來場鬥牛，前往琳瑯滿目的雜貨小鋪買幾包口味濃郁的起士薯片和當地特產腰果。



巴拉望野生動物保育中心

Palawan Wildlife Rescue and Conservation Center

推廣鱷魚保育觀念

距離 Puerto Princesa 不遠的巴拉望野生動物保育中心原本只是鱷魚養殖農場，是菲律賓第一個合法飼養並販賣鱷魚肉、鱷魚皮的機構，同時也是推廣鱷魚保育觀念的教育中心。後來漸漸擴充收容了更多的巴拉望罕見野生動物，於是更名為巴拉望野生動物保育中心，並在此培訓生態保育人員，推廣生態保育的觀念。

不論你喜歡或害怕鱷魚，到這裡來一趟教育性觀光，可以看見鱷魚的美麗及牠們所面臨的生存危機，進而對鱷魚有更深層的認知。在這裡也可以購買合法的鱷魚皮紀念品，如鱷魚皮包、皮鞋等，還可以看見已經作為標本的鱷魚王。這裡還有一個迷你動物園，專門飼養巴拉望罕見動物。巴拉望野生動物保育中心每半小時才開放進場，解說人員會先做簡短的 5 分鐘介紹，接著觀光客便可以自由進入鱷魚養殖場以及迷你動物園參觀，這裡的小餐廳還有賣鱷魚肉，想嘗試的旅客不妨試試。



巴拉望博物館

Palawan Museum

深度探索在地歷史文化

巴拉望博物館位於公主港市中心，館內展示著巴拉望的歷史、文化、藝術等相關資料，呈列傳統樂器及手工藝品，以及原始祖先用來狩獵的各種工具等。另外還附設了一間圖書館，提供許多巴拉望民族歷史、考古、動植物相關的書籍。從市區搭乘當地的三輪車即可前往巴拉望博物館，交通便利。



DATA

地址：Old City Hall Building, Mendoza Park, Puerto Princesa City, Palawan, Philippines

電話：+63-48-433-2963

網址：<http://thepalawanmuseum.wordpress.com>

門票：成人 20 披索，學生 5 ~ 10 披索。

開放時間：週一至週六早上 9 點至下午五點，每週日休館。

紅樹林 Mangrove

最豐富的自然資源

巴拉望擁有豐富的森林資源，森林面積廣達 73.34 萬公頃，其中，紅樹林就佔據 4.645 萬公頃，為了留下這些珍貴資源，巴拉望於 1993 年制定禁止商業伐木的規定，並成立相關單位保護森林，讓森林覆蓋率更加擴充。巴拉望為熱帶雨林區，豐富的紅樹林資源讓不



少度假村與旅行業者推出探險行程，帶領遊客深入認識巴拉望的紅樹林生態。

貝克山 Baker's Hill

歡樂休閒的主題公園

Baker's Hill 是由一間烘焙坊逐漸發展而成的主題公園，涵蓋了公園、餐廳、兒童遊戲區及動物展示區，園區內隨處可見各種童話故事主角或明星的人形雕像，深受鄰近學校的學童歡迎，也是許多遊客留影的好地方，適合週末假日在此度過休閒時光。用餐選擇多樣，除了有道地菲律賓菜色以外還有比薩以及主人最引以為傲的麵包糕點。有開放式攤販，也有正式的餐廳可以選擇。



DATA

地址：Mitra Road, Santa Monica, Puerto Princesa, Palawan, Philippines
電話：+63-48-433-3414

省長的家 Mitra's Ranch

綠意盎然的木造別墅

這是最受遊客及當地人喜愛的景點，原為菲律賓參議員 Ramon Mitra 所有，現任屋主則為 Ramon Mitra 之子 Baham Mitra。優美的木造別墅座落在充滿綠地的高地上，除了可以眺望巴拉望的美景，還可在廣闊的草地上休憩和野餐，站在房子前方的陽台上遠眺，蘇祿海及本田灣的景色一覽無遺。參觀此景點不需收取費用，參觀時間為每日上午 9 點至下午 5 點。



巴拉望教堂

Immaculate Conception Church

菲律賓古風百年建築



Immaculate Conception Church 建立於 1872 年的西班牙殖民時期，距今已超過一個世紀之久，尖角結構的建築外觀保存相當完整，值得細細觀賞，而巴拉望的守護神 Immaculate Conception 的雕像也佇立在此，是當地居民重要的精神象徵。

教堂內部還是宗教文物的展示空間，陳列著手工精製的雕像和優雅繽紛的彩繪玻璃等。教堂位於公主港市的 Rizal Avenue 上，搭乘當地三輪車或其他大眾交通工具約 10 分鐘即可抵達，可免費入內參觀。



美軍紀念公園 Plaza Cuartel 撫慰巴拉望大屠殺亡靈

美軍紀念公園是為了紀念在 1944 年「巴拉望大屠殺」中殉難的美軍。1941 年，二戰期間，日軍攻佔菲律賓群島，美軍後來投降並撤退菲律賓，未能及時撤退的美軍們則不幸地淪為日軍戰俘，並被發入菲律賓各島的集中營。當年，美國麥克阿瑟將軍留下一句名言”I shall return.”（我一定會再回來！）。

1944 年，麥克阿瑟將軍再度登陸菲律賓與日軍對抗，兩國在菲律賓各地展開激烈火拼，當年日軍為了防止戰俘被盟軍解救，下令對美軍戰俘進行「人道毀滅」；日軍第十四區軍隊率先將公主港之役的 150 名美軍戰俘聚集在 3



個封閉的壕溝中，以汽油放火焚燒，這場屠殺事件，只有 11 人逃出死亡命運。此一事件，陸續引發了美國一連串 POW（戰俘）搶救行動，而美國電影《搶救前線》便是依據當年這一連串史實拍攝而成。

蝴蝶園與原住民村 Butterfly Eco Garden & Tribal Village 生態人文風情萬種

蝴蝶園成立的宗旨在於藉由教育影片向遊客介紹蝴蝶的生長環境和過程，並設有蝶蛹展覽吸引遊客前來認識公主港的美麗蝴蝶生態。此外還可看到巴拉望特有的「巴拉望熊貓」，巴拉望熊貓也被稱為「馬來麝香貓」，其名稱的由來則是因為牠們尾巴附近的小囊腺含有

麝香，就是現今最為昂貴的香水原料。巴拉望熊貓屬夜行性動物，長有毛茸茸的



長尾巴、簇絨耳朵、眯眯小眼睛、無毛的足掌和小尖臉，體型瘦長，模樣可愛！

在此還可一探原始巴拉望人文風貌。本地的巴拉望原住民是巴拉望島上眾多原住民族群中，唯一於此定居數千年的民族。雖然新生代巴拉望原住民的生活漸趨現代化，一些傳統生活特色和手工藝仍保留至今。原住民村便是為了保存傳統和手藝，透過文化表演，遊客可以藉著難得的機會和這些保有純正血統的原住民互動。此外，也可體驗巴拉望原住民的狩獵方式、生存技能和生活方式，膽子大的人不妨試試與原住民的寵物蟒蛇來場親密接觸，合影留念。



DATA

地址：3Bgy Santa Monica, Puerto Princesa, Palawan, Philippines
開放時間：08:30-17:00
電話：+63-917-597-5544
Email: palawanbutterfly_ecogarden@yahoo.com

本田灣 Honda Bay 珊瑚礁水晶宮遊樂園

由 1,768 座島嶼所組成的巴拉望擁有豐富海洋資源，海底珊瑚礁面積廣達 1.1 萬平方公里，充滿形色海底魚類及珊瑚，無論潛水或浮潛，都是不可錯過的水上活動。巴拉望各地都可進行潛水或浮潛活動，不過位於公主港東北方的 Honda Bay，海灣內散布著許多出色的島嶼，包括海星島 (Starfish Island)、蛇島 (Snake Island)、考里島 (Cowrie Island)、蝙蝠島 (Bat island)、班丹島 (Pandan Island)、路尼島 (Luli



Island) 等，這裡擁有迷人的海灘景緻與豐富的海底景觀，成為鄰近公主港的海上遊樂園。不妨從這些小島挑選一座進行一日遊，或是夜宿島上的度假村，亦可多花幾天來個跳島遊，潛入海中觀賞各種珊瑚礁奇景。



海星島 Starfish Island 公主傷心的淚珠滴落

Starfish Island 的由來有一則淒美的愛情傳說，相傳很久以前有位部落公主，因為情人的地位與自己相差太懸殊，提親時被酋長拒絕，公主傷心地連哭數日，不飲不食，正當酋長心軟想答應婚事時，公主卻已香消玉殞。公主的淚珠化成一顆顆海星出現在島上，不時地上岸尋覓情郎芳蹤，這就是為何今日海星島的海星



特別多，並經常在岸邊出現的原因。

遊賞海星島必須秉持全新的休閒觀，因為這裡沒有吵雜的水上摩托車，也沒有喧嘩的拖曳傘，沒有對大自然過度的開發，有的只是清涼海風及



美豔海星，一切都原始。隨手抓來一隻可愛海星合照留念之後，千萬別忘了放生，沒有人捨得吃牠們的。這是個適合野餐烤肉的地方，只要記得別把垃圾留下。島上有人工搭建的茅草涼亭出租，任君選擇。



蛇島 Snake Island

蜿蜒四公里的潔白海灘

Snake Island 雖名為蛇島，其實島上並沒有蛇，純粹是以島嶼外貌狀似蛇形而得名。當遊客搭飛機即將抵達公主港時，如果留心一下窗外風景，就會看到海上一條蜿蜒四公里長的大白蛇熱情擁抱著公主港，便是蛇島了！

相傳這條大蛇是佩多公主的守護神，為了能夠長久庇佑當地居民而幻化成蛇島。島上的白砂不僅顏色美麗而且砂細如粉，赤腳踩上去的感覺十分舒服，目前島上並無居民，非常靜謐安詳，宛若世外桃源。

小島後方除了一大片被台灣人視為國寶的水筆仔紅樹林，還有數不清的螃蟹、貝類及珊瑚



（都是活的喔），島上的日落景色更是美得不像話，這是一座適宜親子遊及生態之旅的寶貝島。值得一提的是，Snake Island 雖擁有特殊的三月灣，卻因行銷較少而沒沒無名，但比起許多知名的度假島嶼絕對要漂亮多了！

莎班海灘 Sabang Beach

迷你漁村山海秀麗

Sabang 為中巴拉望的一個小村莊，也是公主港地底河流的入口，幽靜的 Sabang Beach 非常適合喜歡到海灘悠閒度假的旅客，其周圍有許多度假村提供住宿選擇。通常 95% 的旅客都會花一天的時間從公主港先到 Sabang 沙灘吃一頓悠閒的午餐，然後再來一趟 45 分鐘的公主港地底河流之旅。或者是一早先進去參觀地底河流公園，結束後在海邊吃一頓悠閒的午餐，享受這小小漁村山海的美麗。

可從公主港市搭三輪摩托車或租賃迷你巴



士前往，到了 Sabang 境內可採步行方式遊覽，若欲前往公主港地底河必須先前往地底河流碼頭服務中心登記，再搭船前往國家公園入口。



班丹島 Pandan Island 慵懶度假的寧靜島

這是位於中巴拉望的一處靜謐小島，擁有潔白沙灘、湛藍大海、棕櫚樹以及五彩繽紛的鳥類，有時甚至可在海灘上發現海龜的蹤影。班丹島是本田灣設施較為完善的小島，島上有各式水上活動、潛水店、小教堂、雜貨店、海鮮攤販甚至還有按摩服務。在此盡情享受熱帶島嶼的氛圍，除了慵懶地躺在吊床上發呆、睡覺或看書，也可拜訪周圍遺世獨立的小島，或前往 Apo Reef 潛水，欣賞五彩繽紛的魚群及珊瑚礁，非常適合喜愛悠閒海濱度假的遊客。



路尼島 Luli Island 蕞爾小島大玩跳海樂

路尼島是一座美麗的蕞爾小島，放眼望去，可見一大片沙洲環繞在一片紅樹林中，透着世外桃源般的小清新！島上設有可以讓遊客休憩、吃點心的露台。

這裡的海水湛藍純淨，鄰近環伺綠翡翠般的綿延島嶼。而島上最吸引人的是一座木搭跳水台。不少遊客鼓足勇氣，從台上一躍而下，挑戰跳海樂趣！藝高人膽大者，還不忘擺出各種帥氣姿態下水，讓台下的觀眾們不斷熱情地歡呼鼓舞、驚聲尖叫，拍手叫好，無論是台上還是台下，總是一片歡聲雷動！



公主港地底河流公園 Puerto Princesa Underground River 全球最長的觀光地底河流

公主港地底河流公園位於巴拉望主島中部的西岸，於1999年被聯合國教科文組織（UNESCO）評列為世界自然遺產，並於2012年當選「世界七大奇景」之一，是來到 Puerto Princesa 的遊客必訪的旅遊勝地。

這條地底河洞已規劃為國家公園，也是少數開放給一般遊客參觀體驗的洞穴，可供參觀的河流長度約4.3公里，被譽為世界最長的可供參觀河域。公主港地底河流公園提供的槳船將帶領遊客展開為時1小時的遊覽之旅，沿途可欣賞洞穴中不同的岩層，以及數以千計棲息洞內的蝙蝠群與金絲燕。開放時間為上午8:30至下午3:30，除天候不佳不予開放外，每日皆開放。

公主港地底河流量積約5,753公頃，包含8.2公里長的地底河。該地下河流系統的特色在於

河流直接流入海中，下游受到海水潮汐的影響為鹹水，使其成為全球獨特的自然景象。洞穴中滿是令人驚豔讚嘆的石灰岩景觀，有挑高數十米壁頂宛如天主教堂圓頂的大洞窟，巨大的窟窿足可高達60公尺，寬120公尺。星羅棋佈著大小小小可令人發揮無限想像空間的鐘乳石造型，蔚為奇觀。公主地底河流國家公園擁有壯觀的石灰岩及岩溶景觀，其地底河流直通海洋，下游部分與海洋相連，受潮汐影響為苦鹹水。地底河流區域內從山到海，包含完整海陸生態，孕育巴拉望省內的生物多樣性，保護豐富完整的原始森林。為了保存公主港地底河流獨特的價值和生物棲息地，園內每日限制900位遊客入園，嚴格執行沒有許可證就不開放入園參觀的政策。參觀地底河流公園請記得攜帶護照，以供核對資料使用。

DATA 公主港地底河流公園報名中心

地址：No. 350 Rizal Avenue, Puerto Princesa City 5300, Philippines

電話：+63-48-723-2563 / 傳真：+63-48-434-2509

Email: undergroundriver_ppsrnp@mzcom.com



海濱公園 Baywalk 散步吹風吃海鮮賞夜景

公主港碼頭旁的海濱公園，近年來被開發成晚上散步、吃海鮮、小吃、看夜景的最佳去處。每天晚上都有來自本地以及外來的觀光客到此逛夜市，吃宵夜、賞夜景，每逢節慶時分，當地政府還會將路燈加以裝飾，把夜晚點綴得繽紛亮麗。晚上不妨到此一遊，探探公主港市浪漫、悠閒的夜晚。



烏攻探險場

Ugong Rock Adventures 挑戰石灰岩登頂與垂降

由石灰岩構成的 Ugong Rock 座落於一大片綠油油的稻田裡，高約 75 呎，適合熱愛冒險的遊客前來挑戰。現場將有導遊帶領攀登石灰岩，為了防止在狹小岩縫中穿梭時受傷，遊客必須配戴安全帽及手套，並留意別讓相機與堅硬的石壁碰撞。

在 1 小時的石灰岩登頂體驗過程中，遊客將置身於狹小的岩石縫隙、爬梯，甚至擠入窄小的洞穴裡，半途還會面臨陡峭斜坡，需要藉著兩條繩索協助，才能順利攀爬。如果遇到體力不足或身形較豐滿的遊客，導遊也會盡力協助登頂。

Ugong Rock 還有另一項人氣活動「高山垂降」，從石灰岩頂點垂直下降 380 公尺至廣闊的農田，直接挑戰膽量與心跳指數。由公主港市搭乘巴士或其他交通工具，約 2 小時可抵達這座探險場。



監獄農場

Iwahig Prison & Penal Farm

開心監獄的另類體驗

這座監獄農場於 1904 年由美國人成立，用來供應其他監獄所需的食物，也被稱為最古老的無圍牆監獄。佔地 37 公頃的農場種有椰子樹、稻米及其他農作物，所有作物皆由囚犯及其家人耕種。此地收容約兩千名囚犯，他們可以藉由工作賺取收入，例如利用木頭製作手工藝品或在商店裡工作等，雖然監獄沒有嚴密的監控，但也不見囚犯逃跑，因為他們在此擁有各種工作機會，也可以在特定區域內與家人同住，如果囚犯想逃走也得面臨翻山越嶺的困難和危險性。

農場裡設有商店供應點心、飲料及囚犯親製的手工藝品，一進入場區便會有囚犯向遊客兜售商品，遊客多半會心生恐懼，但其實無須



擔心，因為這些囚犯很友善而且也受到應有的控管。監獄農場參觀免費，從公主港市可搭乘當地三輪摩托車前往，車程約 30 分鐘。

螢火蟲之旅

Iwahig Firefly Watching

划船看河岸螢火蟲

到 Iwahig 觀賞螢火蟲是當地推廣生態旅遊的代表景點之一，透過這種方式不僅可以保護自然資源，也可以讓遊客欣賞 Iwahig 河流的美景。Iwahig 乾淨無污染的河域，正好提供了螢火蟲良好的生長環境。參加螢火蟲之旅的遊客 2 至 4 人一組，划著小船，進行約 45 分鐘的航程，沿途可盡情享受寧靜原始的自然風光，傾聽大自然的原始交響樂章，尋找河岸一閃一閃亮晶晶的螢火蟲蹤影。



賞海豚

Dolphin Watching

長鼻旋轉海豚調皮嬉戲

瞧瞧眼前這群可愛的長鼻旋轉海豚！這些稱作 "lumba-lumba" 恆溫呼吸的哺乳類動物可是擁有三角背鰭，並身懷絕技的呢！長鼻海豚兩側呈現深灰色，而肚子則是白色。公主港觀光局提供最新的水上探險活動，就是開放公主港海灣讓遊客觀賞海豚，在這裡可以看到海豚嬉戲玩耍，樂趣無窮！觀賞海豚最好的時間在於海水平穩的好天氣，若海浪波動，風大造成過度炫光則較不易看到海豚。



紡織創作工坊 Binuatan Creations 草竹編織藝術鮮體驗

幾千年來，手動紡織機在編織藝術上占有重要地位。在 18 世紀中葉到 19 世紀中葉工業革命時期，機器大量生產取代手工生產的時代，傳統編織逐漸成為即將消逝的產業。目前全球仍有一些地方保留手工編織產業，在巴拉望公主港的 Binuatan Creations 紡織創作工坊，利用島上生產的草與竹創造出精美的產品出口到世界各地，你可以實際體驗手工編織，並有專人為你示範傳統編織手藝。

進入創作工坊，映入眼簾的是紡織生產現場。除了地板以外，整間工廠皆以傳統建材，如椰子樹和竹子搭蓋而成。手動編織機排列整齊，進入工廠就像是時光倒流一般。Binuatan 紡織創作工坊有一個作品陳列室，如提袋、桌



墊、杯墊、帽子及其他商品，在這裡您可以用非常低廉的價格購買當地特有的編織產品。

DATA

地址：Employees Village, Sta. Monica, Puerto Princesa, Palawan, Philippines
電話：+63-48-434-1907、+63-48-433-7630、+63-920-542-8548

手工藝品伴手禮商場 Tiangge Tiangge 特色伴手禮一次購足



這是一個專門販售巴拉望紀念品商品的平價商場，如貝殼、木雕、當地珠寶、光亮貝殼手工藝品製成的燈飾，還有手工編織籃，由藤籃、藤籃、芭蕉絲、柳條、結實根莖與蘆葦，做成不同設計與質感的籃子。還有當地島嶼特有石材與珊瑚製成的珠寶盒、銀製品；也有道地傳統小點心如芒果乾、OTAP 菲律賓糖餅乾跟 Turones 牛軋糖、小魚乾、花生、腰果等，在此可以一次夠足各式伴手禮。

羅賓遜購物廣場 Robinsons Place Palawan 服務齊備購物中心

Robinsons Place Palawan 為 the Robinsons 購物中心旗下第 31 間分店，同時也是巴拉望第一間提供完整服務的購物中心，深受當地居民與觀光客喜愛。距離巴士站、機場、公主港港口只需 15 分鐘車程，乘坐當地三輪摩托車輕鬆可達。購物中心共 2 層樓，設有超市、百貨公司、雜貨店、電器行、銀行與藥品，並有 300 人座的美食廣場、露天餐飲店、時尚精品店、專賣店、銀行、遊樂中心、服務中心和手機用品行，並附有 4 間電影院。



公主港特色餐廳推薦

TIKI Resto Bar

撼動五感靈魂的夜晚

走進 TIKI，寬敞的空間伴隨著炫目燈光迎面而來，中央設置了一座迷你舞台，每晚提供現場樂團表演。友善的接待人員將為遊客親切介紹當地知名餐點，味覺的滿足、菲式音樂的魅惑，再加上精彩的火舞表演，令人震撼不已，絕對是體驗巴拉望夜間娛樂的好去處。



DATA

地址：Rizal Avenue, Puerto Princesa City, Palawan, Philippines

Mangan Kayon Grill

菲式傳統美食與設計



Mangan Kayon Grill 餐廳採用了許多菲律賓元素裝飾來設計餐廳，道地傳統的竹子、茅草屋，其中還運用了許多再生資源回收物利用。餐廳主要提供菲律賓傳統美食，用餐以外還可以欣賞菲律賓傳統建築的特色。

DATA

地址：Dagomboy, Rizal Ave, Puerto Princesa, Palawan Island, Philippines
電話：+63-50-0343-3690

Skylight Seafood Restaurant

精緻石鍋海鮮料理

Skylight Seafood 是公主港城中較高單價的海鮮餐廳，餐廳水族箱內飼養各種常見的活海鮮，龍蝦、石斑、紅蟳、虎蝦、鮑魚、琵琶蝦等，比較不常見的是石頭魚，廚師以石鍋料理，魚肉非常鮮嫩，值得一嚐。此外也提供平價套餐料理，廚師手藝還蠻符合東方人口味。



網路評價不錯的餐廳，海鮮食材都是當日現捕，並有現場演奏。巴拉望擁有最美味的鱷魚肉 Sisig，這可是公主港的必嚐道地美食！不用擔心，只有鱷魚太多的時候才會有這道佳餚。另一個推薦必點，是 Ugong Rock 冰紅茶（岩冰紅茶）。Ginataang Hipon sa BuKo 和 Ensaladang Lato（海草與番茄）也值得一試。

DATA

地址：Rizal Avenue, Barangay Bancao-Bancao, Puerto Princesa City 5300, Philippines
電話：+63-48-434-9095

Ugong Rock Grill & Seafood Bar

必嚐道地美食鱷魚肉



Kinabuchs Grill & Bar 吃樹蟲挑戰美味葷

Kinabuchs 是公主港市生意最好的餐廳之一，每天從下午 5 點開始營業，通常 7 點不到就客滿了。除了西式餐點外，菲律賓佳餚更不能錯過，勇於嘗試的人不妨試試 Tamiloc，這是生長在紅樹林腐爛樹幹的樹蟲，長條形、呈現灰色半透明狀，吃起來類似牡蠣，當地人都沾醋生吃。巴拉望各地餐廳幾乎有這道菜，特別是公主港。

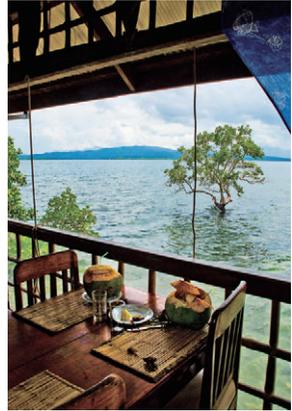


DATA

地址：348 Rizal Avenue, Puerto Princesa City, Palawan
電話：+63-48-434-5194

Badjao Seafront Restaurant 當天現撈的海鮮大餐

位於公主港的 Badjao 海濱餐廳，是品味巴拉望海鮮的好去處，從市區搭乘三輪摩托車前往只要 15 分鐘。餐廳建築於紅樹林棲地上，沒任何牆壁阻隔，讓大海的風光全部融入餐廳之中。餐廳裡擺設了許多地方土著的器具與五顏六色的編織物，這裡供應的海鮮大餐都是當天從海裡捕撈起來的，保證新鮮百分百。



DATA

地址：A. Abueg Sr., Puerto Princesa City, Palawan
電話：+63-48-433-3501

La Terrasse Restaurant 究極食材人氣餐廳

知名餐廳 La Terrasse 連續兩年獲得優良餐廳推薦！除了提供巴拉望特色美食，亦有少量其他地區佳餚。餐廳嚴選新鮮食材，像是有機飼養雞、放養雞或土雞，海鮮都是當天到市場選購，就連醬料和湯頭皆為餐廳自製，不使用如味精等對人體有害的人工添加物。



DATA

地址：Rizal avenue, Banca Banca, Puerto Princesa city, Palawan
電話：+63-48-434-1787

Kalui Restaurant 洋溢菲式藝術風情

巴拉望必訪人氣菲式餐廳，供應新鮮的海鮮與蔬菜水果製成之佳餚。熱情友善的服務人員及優美的用餐環境深受觀光客喜愛，牆面掛著繽紛繪畫，充滿南國藝術氣息；木製的裝潢和潔淨拋光的地板讓遊客可以赤腳用餐。



DATA

地址：369 Rizal Avenue, Puerto Princesa City, Palawan
電話：+63-48-433-2580
網址：www.kaluirestaurant.com

公主港住宿精選

Aziza Paradise Hotel 隱密幽靜頂級飯店

Aziza Paradise Hotel 提供佔地 7778 公頃的高級住宿環境，共有 125 間客房，包括 35 間豪華客房，39 間家庭房，2 間家庭套房，17 間頂級奢華客房，2 間蜜月套房和 30 間高級雙人房，分別坐落在三棟不同的建築物中，"Cliaantha" 代表「燦爛之花」，"Xylia" 代表「住在森林中的人」，而 "Pomona" 則意味「多產富饒」。飯店也有 4 間私人高級別墅，皆有獨立泳池。飯店內也有小酒吧、咖啡館、會議中心等設施供客人使用。



DATA

地址：BM Road, Bgy. San Manuel, Puerto Princesa City, Palawan, 5300, Philippines
電話：+63-48-434-2405 / +63-9175801198 / +63-998983220
網址：www.azizaparadise.ph

A&A Plaza Hotel 首府商務型飯店

位於巴拉望首府公主港的 A & A Plaza Hotel，為一棟擁有 86 間客房的四層樓飯店，舒適的客房提供寬頻上網、冷氣空調等設備，



飯店內的按摩 SPA 等健身休閒設施讓旅客舒緩疲勞、放鬆心情。宴會廳與會議

廳除了提供舉辦活動、說明會外，還可容納最多 1,000 人的晚宴。飯店距離機場約 10 分鐘車程，相當便利，讓遊客享受傳統的舒適與現代化的便利性。



DATA

地址：National Highway cor. Wescom Road, Puerto Princesa City, Philippines
電話：+63-48-434-2274
網址：aaplazahotel.com

Asturias Hotel 彷彿回家般的溫暖飯店

位於巴拉望首府公主港的 Asturias Hotel，座落於遠離市區的寧靜環境，由於緊鄰著國道，因此交通十分便利，前往機場與公主港市中心僅 10 多分鐘車程。擁有 60 間豪華客房，設有冷氣空調、私人衛浴、有線電視台、國際直撥電話等設備，每間客房都迎向美麗的花園與泳池。飯店內的 Pescados 餐廳提供當季海鮮與國際美食，供應午餐與晚餐；另有酒吧、咖啡廳、KTV、撞球室等設施。



DATA

地址：South National Highway, Tiniguiban, Puerto Princesa City, Palawan, Philippines
電話：+63-48-434-3851
網址：www.asturiashotel.ph



Dos Palmas Island Resort 自然與藝術交融的島嶼度假

Dos Palmas Resort 位於公主港附近的 Arceffi 小島，是巴拉望中部最具規模的海島度假村。Dos Palmas 為島上特有的棕櫚樹名，因而成為度假村名稱的由來。島嶼面積約 20 公頃，雖是一島一飯店的型態，但由於距離公主港不遠，來此從事海島一日遊的遊客為數不少，有一半以上皆是菲律賓人，私密感並不高，反而因為海上活動相當多樣，使得這座度假村充滿活力。

跳島之旅處處是驚奇

黃昏時分，島上的白沙灘與棕櫚樹林散發出浪漫夢幻的感覺，不論是海邊 Villa 或是水上小屋，都可以看到美麗的日落。從水上屋推開落地窗便是清澈的海水，但是礁石稍多，不太適合直接跳水下去，有些令人遺憾，所幸島上的整體感覺相當不錯，尤其是每日的跳島之旅特別值得推薦，無論是附近的蛇島或海

星島，以及退潮才會浮出海面的 Meara 島都是不錯的玩賞點，有的可以看到廣大的紅樹林，有的



則是絕佳的浮潛點。Dos Palmas 另一個特別之處就是島上的藝術工作室，度假村與公主港當地的藝術家合作，提供島上住宿給他們，而藝術家便以其畫作或是雕刻等作品交由度假村運用或販賣，目前的駐島藝術家是巴拉望知名畫家 Johnthan Benitez，他除了自行創作外，有時也會幫客人畫素描，晚上還會拿著吉他到餐廳演唱。

DATA

地址：Arceffi Island, Palawan, Philippine
馬尼拉辦公室：1005 Antel Global Corporate Center, Julia Vargas Ave., Ortigas Center, Pasig City, 1605 Philippines

電話：+63-2-637-4226 轉 36

網址：www.dospalmas.com.ph

交通：搭乘菲律賓航空由馬尼拉到公主港機場，約 4,000 披索，由機場到度假村接送免費。

房價：海邊木屋每人 268 美金，水上 Villa 每人 248 美金，含機場接送、三餐及所有水上活動、體驗潛水或一次 SPA，另需附加 10% 服務稅及 12% 政府稅，實際房價以度假村公佈為準。

潛水：每人每次 2,000 披索起

網路：商務中心可免費上網



Daluyon Resort 客房坐擁海灘美景

Daluyon Resort 座落於 Sabang Beach，鄰近公主港知名的世界自然遺產聖保羅地下河流公園，16 間客房都能坐擁最美麗的沙灘海景。度假村內的餐廳提供亞洲與各式異國佳餚，來自馬尼拉的主廚採用了當地最新鮮的海鮮食材，加上菲律賓傳統餐點，絕對讓遊客品嚐到最豐富的饗宴。



自馬尼拉的主廚採用了當地最新鮮的海鮮食材，加上菲律賓傳統餐點，絕對讓遊客品嚐到最豐富的饗宴。



DATA

地址：Daluyon Beach and Mountain Resort Sabang Beach, Puerto Princesa City Palawan - Philippines
電話：+63-48-723-0889
網址：www.daluyonresort.com

Fersal Hotel 交通便利溫馨旅店

Fersal Hotel 位於巴拉望公主港市的黎剎大道（Rizal Avenue）上，鄰近機場，距離市區主要地標如巴拉望省議會大廈（Palawan Provincial Capitol）、巴拉望教堂、公主港市體育館（Puerto Princesa City Coliseum）和公主港市的學術機構，以及商店和食品中心都只有有幾分鐘的路程。這裡提供家般溫馨的氛圍，客房內柔和的背景和自然採光的設計，讓人疲憊頓消。



DATA

地址：Rizal Avenue Ext. Brgy. Banca-Banca, Puerto Princesa City, Palawan
電話：+63-48-433-8000 / 傳真：+63-48-433-0257
網址：www.fersal.com.ph/palawan



DATA

地址：San Pedro National Highway, Puerto Princesa City, Palawan, Philippines
電話：+63-48-434-1111
網址：www.hotelcentropalawan.com/ppc

Hotel Centro 交通便利的市區飯店

Hotel Centro 位於公主港市中心，地理位置優異，15 分鐘即可抵達機場，是前往巴拉望各大知名景區的最佳根據地，屬於商務與休閒皆宜的住宿環境。飯店佔地 1.2 公頃，備有完善的軟硬體設施，可以到健身房運動揮汗，或



跳進奧林匹克標準尺寸的游泳池裡戲水，同時，這裡還有各種 SPA 療程、戶外水療按摩池及池畔酒吧，可撫慰疲憊的身心靈。

Legend hotel Palawan 休閒商務兩相宜

位於巴拉望首府公主港的 Legend hotel Palawan，擁有當地首屈一指的住宿環境，無論是商務客或休閒度假旅客，都相當適合。飯店就在公主港的市中心，從公主港主要商業區起算，距離機場只有 1 公里，到碼頭也僅需 5 分鐘的車程。

飯店的花園旁有個露天游泳池，咖啡廳每天從上午 6 點就開放營業直到深夜 12 點，其



酒吧也深受青睞。除了住宿，本地人或觀光客都會來此開商務會議、舉辦家庭聚餐或在酒吧淺酌談心。



DATA

地址：Malvar Street, Puerto Princesa City, Palawan, Philippines
電話：+63-48-434-4270
網址：www.legendpalawan.com.ph



Microtel Inn & Suites Puerto Princesa 遠離塵囂的濱海度假飯店

距離公主港僅 20 分鐘車程的濱海度假飯店 Microtel Inn & Suites，座落於 Emerald Beach，遠離公主港市區的喧囂，住宿環境舒適實惠。緊臨沙灘的飯店設有 50 間不同風格的客房，每間都可擁抱絕佳的海景風光，並且提供最現代化的各式設備，例如液晶電視、有線電視台、冷氣空調、私人衛浴、陽台等，讓旅客享受忙碌的觀光或商旅之後能安心的休息。飯店內還規劃了游泳池、水上運動（非機動項目）、私人海灘等休閒設施，服務完善，讓人賓至如歸。



DATA

地址：The Emerald Playa Beach & Nature Park San Jose, Puerto Princesa City, Palawan, Philippines
電話：+63-48-723-0977
網址：www.microtel-palawan.com

Central Palawan

Princesa Garden Island Resort & SPA

風景優美悠閒度假村

Princesa Garden Island Resort & Spa 擁有多元完善的設施，為旅人提供休閒度假的舒適及放鬆，一切的服務皆唾手可得。度假村的設施包含商務中心、Wi-Fi 以及針對商務旅行客人提供的保險箱等等先進設備，一應俱全。對於攜帶外幣的客人，飯店也貼心提供外幣兌換服務。入住於此，可以沿著木棧道來趟水上漫步，而度假村內所有精采有趣的水上活動就從木棧道展開。



DATA

地址：Canigiran Street, Brgy. Bancao -Bancaos, Puerto Princesa, Palawan
電話：+63-48-723-1356-59 / +63-998-9753768
網址：www.princesagardenisland.com/

Sunlight Guest Hotel

擁抱絕美海景的設計飯店



Sunlight Guest Hotel 位於公主港市的觀光商業區，地點便利，設備功能多樣，既可享受娛樂又可放鬆。飯店建築走美學設計風格，同時流露亞洲人熱情好客的氣氛。內有 74 間寬敞及設備齊全的豪華客房，房型有豪華公寓、豪華客房、奢華客房，每間皆有明亮寬敞的窗戶，採光一級棒，也是飯店特色之一。溫暖的陽光灑落窗間，夜間則有溫暖柔和的燈光，所有客房皆能一覽公主港灣美麗的海景。

DATA

地址：Malvar Street, Brgy. Tagumpay, Puerto Princesa City Palawan 5300
電話：+63-48-434-2334 / 434-2336 / 434-2337
網址：puertoprincesa.sunlightintlgrouphotelsandresorts.com

Sheridan Beach Resort & Spa

倚山面海優質度假村

這座度假村濱臨 Sabang Beach，整體設計以亞洲風格為主，菲律賓在地特色為輔，將傳統與現代巧妙融合，也將之帶進 94 間豪華套



房裡，藤製沙發椅搭配深色木質地板與傢俱，典雅中不失簡約時尚。度假村最引人注目的賣點，就是擁有一座全巴拉望最大的游泳池，長達 340 英尺，在藍天山景映照下顯得更加寬廣，彷彿沒有邊際。除了免費使用完善的健身休閒設施，還可自費體驗 SPA 療程，舒緩日積月累的疲勞壓力；租借四輪 ATV 沙灘車在海邊奔馳；參加度假村推出的各種活動，包括叢林健行、紅樹林之旅、洞穴探險等；或者什麼都不做，只是到沙灘踏浪、撿貝殼。

DATA

地址：Sabang Beach, Puerto Princesa City, Palawan, Philippines
電話：+63-48-434-1449
網址：www.sheridanbeachresort.com

南巴拉望

巴拉望南部充滿原始氣息，有許多神秘的岩洞等待世人探索，還有多處瀑布及豐富的自然生態景觀，其中，散布於蘇祿海的圖巴塔哈群礁孕育了各類海洋生物與絢爛的珊瑚礁，堪稱世界級潛水勝地，已被列為世界遺產。



蘇祿海 Sulu Sea 最原始的世界自然遺產

蘇祿海位於菲律賓巴拉望群島的東南方，是個東北—西南走向的半封閉海盆，數千萬年前由於地殼變動，加上珊瑚長期的堆疊，形成了 Sulu 群礁，由東北至西南涵蓋了 Jessie Beazly Reef、North Tubbataha Reef、South Tubbataha Reef、Basterra Reef 等大小環礁。因為深受東北季風與西南季風所影響，蘇祿海每年適合航行的季節僅限於 3 月至 6 月，因而幸運地保存了原始生態景觀。

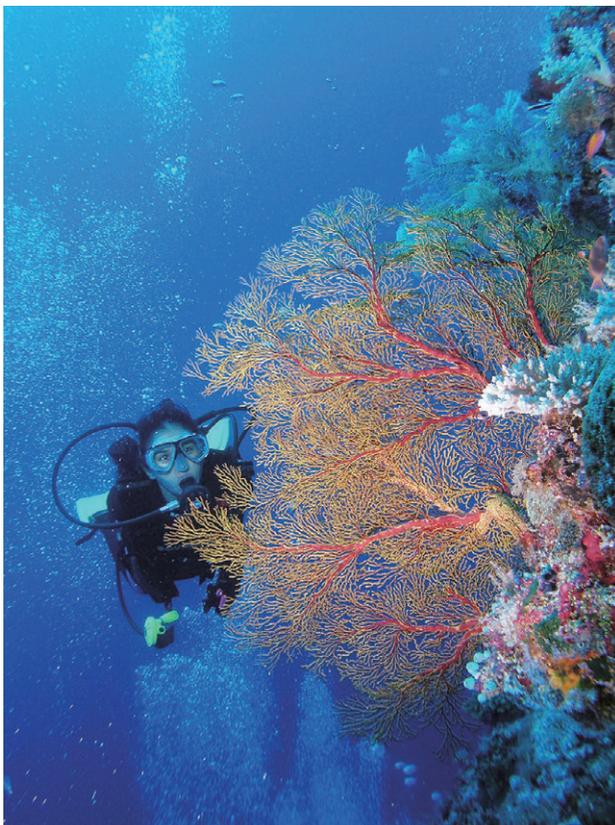
1988 年，菲國政府在此正式成立了 Tubbataha Reefs Natural Park (TRNP)，這片海洋保護區於 1993 年被聯合國教科文組織 (UNESCO) 評列為世界自然遺產。



圖巴塔哈群礁 Tubbataha Reef 豐富海洋生物

位於蘇祿海中央的圖巴塔哈群礁（Tubbataha Reef），由分布廣達 33,200 公頃的軟硬珊瑚所組成，成千上萬的繽紛熱帶魚棲息其中，像是蝠魞、海龜、鷹鰩等等都是常客，其他像是各類鯊魚也喜愛在此覓食，是座海洋生物種類相當多樣的水晶宮殿，也是潛水客一生必訪的海底殿堂。

Tubbataha Reef 由 8 英哩寬的水道分割成北島與南島，根據統計，這裡有超過 400 種珊瑚、7 種海草及 71 種藻類，色彩繽紛，深受攝影愛好者的青睞。在此潛水，不僅綠龜、玳瑁時常擦身而過，運氣好的話，也許還可以看見鮪魚、鯖魚、鰹魚等遠洋魚類。



DATA

1. 前往圖巴塔哈群礁：從馬尼拉搭國內線飛機抵達巴拉望的公主港機場，再從機場轉車約 5 分鐘來到碼頭搭船，約 9 ~ 10 小時船程可抵達。2. 潛水船套裝行程：許多潛水公司推出各種天數的套裝，可直接購買潛水行程，再由潛水公司代為安排船隻前往圖巴塔哈群礁。從容納 6、7 人的小木船到 20 人的大型鋼鐵船皆有，請於出發前 6 個星期預訂。船公司名單推薦如下：

• M/B Dschubba

地址：PO Box 107, Puerto Princesa City, Palawan, Philippines
網址：www.moonshadow.ch

• M/Y Vasco

網址：www.divephil.com/liveabs/vasco

• M/Y Sakura

網址：www.sakuracharter.com

• Symbiosis Asia

網址：www.symbiosis-travel.com/philippines/diving

• Dive Discovery

網址：www.divediscovery.com/philippines

3. 每年適合潛水季節為 3 月下旬至 6 月中旬，大部分潛水船在此段時間才運作。相關資訊可參考圖巴塔哈群礁海洋公園網址：www.tubbatahareef.org。





奎松塔邦洞穴群 Tabon Caves of Quezon

菲律賓最古人類遺骸塚

塔邦洞穴群位於利普角保育區（Lipuun Point Reservation），是一間位於南巴拉望海岸，佔地 138 公頃的遺址博物館。它位於奎松自治區西北部的 Poblacion，東西北岸三面鄰海。此地曾是一座島，如今則因為大片紅樹林生長而成為連接至巴拉望的地峽。雖然當時只有一個山洞稱為塔邦洞，後來因在此區挖掘到一系列考古文物，因此目前所有利普角保育區內的山洞統稱為塔邦洞穴群。1972 年 4 月被列為遺址博物館保育區，捍衛洞穴群及鄰近生態的完善。

保育區內約有 215 座洞穴，其中 38 座為重大考古及人類學研究發現遺址。今日，只有 7 座洞穴開放遊客參觀。1962 年至 1966 年間，由國家博物館組成的考古團隊在人類學家羅伯

特·福克斯博士的帶領之下前往利普角度穴群進行研究，並有驚人發現。洞穴群內擁有豐富的文化遺址，橫跨菲律賓大幅歷史年代，並可能只有在東南亞其他少數地區被發現（如馬來西亞砂勞越和泰國南部）。

被復原的文物分別屬於不同時期，涵蓋 5 萬年前至西元 14 世紀。最重大的考古發現是塔邦人，也是在菲律賓最古老的人類遺骸之一，距今一萬六千五百年（公元前一萬四千年）。目前塔邦洞穴裡找到最古老的人類化石是脛骨（小腿骨），其年代可追溯至四萬七千年（相當於公元前四萬五千年）。

菲律賓觀光部與國家博物館合作，為塔邦洞穴群推出深度觀光發展計畫，不但可以保存史前考古遺址及其環境資源，同時在此區域發展觀光以達到最佳經濟效益。主要的基礎建設發展計畫已成型，預估未來塔邦洞穴群將成為菲律賓提供國內外遊客一個重要考古及觀光的旅遊勝地。

巴拉望旅遊資訊

如何抵達巴拉望

國際航線

目前台灣沒有直飛巴拉望，必須先飛抵首都馬尼拉再轉機。從台灣直飛馬尼拉約 2 小時，再轉搭菲律賓國內線航空可抵達巴拉望首府公主港、布蘇安加島機場航程約 1.1 小時，若前往愛妮島則約 1.2 小時。另外，Amanpulo 及 El Nido 度假村，在馬尼拉每天都有私人飛機專程接駁入住度假村的客人。

入境須知

台灣旅客必須辦理菲律賓簽證，請準備 6 個月以上有效護照、身分證正反面影印本及 2 吋彩色白底照片兩張，單次簽證費用為新台幣 1,200 元，至馬尼拉經濟文化辦事處簽證組辦理，若上午 11 點 30 分之前辦理，當天下午 4 點之後即可取件，若下午 1 點 30 分之後辦理，則於隔天上午 9 點 30 分之後取件。

馬尼拉經濟文化辦事處

- 地址：台北市長春路 176 號 11 樓
- 電話：(02)2508-1719
- 網址：www.meco.org.tw

菲律賓簽證須知

★自 2009 年 4 月 1 日起，馬尼拉經濟文化辦事處開始核發機器可判讀簽證。倘若所繳交照片不符下列規定，有可能被退件，申請簽證之新相片詳細規格如下：

1. 照片規格：申請人最近 6 個月拍攝的彩色照片
2. 照片大小：2 吋
3. 背景顏色：白色
4. 人像姿勢：正面
5. 人像大小：臉部佔據整張相片面積的 70 ~ 80%
6. 照片表面：無墨跡、摺痕、污損、油漬、指印或黏膠印
7. 人像衣著：衣著整齊
8. 照片畫質：色彩呈現自然膚色，光源均勻且不能有陰影或閃光反射在臉部。
9. 臉部輪廓：五官清晰呈現，如有殊痣、胎記、疤痕等均不遮蓋。
10. 配戴眼鏡：相片中人像不得配戴眼鏡或墨鏡，足資辨識人貌，視障者除外。
11. 頭巾配戴：不得配戴頭巾，人貌五官尤其眼部須清楚呈現，宗教因素例外。
12. 頭部裝飾：相片中人像不得配戴頭帽或其他裝備
13. 隱形眼鏡：人像不得配戴有色隱形眼鏡

14. 簽證申請表格含下列照片一律退件：

- A. 人像眼部呈現紅眼
- B. 相片含污跡
- C. 臉部佔據相片面積太大
- D. 臉部佔據相片面積太小
- E. 非白色背景
- F. 畫質不清晰、白平衡非經調整、非自然膚色
- G. 眼睛無正視相機鏡頭拍攝（視障者除外）

★線上申請電子旅遊許可證 EVISA

線上申請不須準備照片等文件，直接在網路上申請即可，適用於滿十五歲以上台灣護照持有者，申請者可隨時隨地線上申請，申請核准後，將核發的電子簽證印出隨身帶著備查即可。

詳細資訊：www.meco.org.tw

官方連結：<https://onlinetravel.meco.org.tw/EVISA>

海關

為了加快通關速度，建議旅客下機前先行填寫海關申報單 Customs Declaration 及入境單。旅客若攜帶現金超過 1 萬美元，必須申報總金額。旅客若攜帶菲律賓披索入境，不得超出披索 5 萬元。

交通

馬尼拉市區上下班非常塞車，滿街的吉普尼常常讓 5 分鐘的路程可以走上 30 分鐘，如要去大雅台等較遠的地區，建議早一點出門，最好選在 7 點上班族人潮出現以前。巴拉望除了首府公主港的主要道路是水泥地之外，其他鄉鎮還是以泥土路居多。

小費

菲律賓的飯店習慣上會收取小費，每人每次小費約 20 披索，一般多給紙幣，以硬幣作為小費，會被視為不禮貌的做法。

關於菲律賓

- 地理環境：菲律賓由 7,107 個海島所組成，從中國南部一路延伸到北婆羅洲。多個種族（印度人、馬來人、華人、西班牙人與美國人）共處一地，醞釀出菲律賓獨特的文化，並形成了超過一百種族群的人文風情。
- 面積：300,000 平方公里
- 語言：菲律賓文、英文

- 宗教：82% 天主教、9% 基督教、5% 伊斯蘭教、3% 佛教
- 氣候：菲律賓是標準的熱帶氣候，全年溼熱，氣溫約為攝氏 25°C ~ 32°C，1 月的溫度最低，5 月最炎熱，年均溫約 25°C。7 ~ 10 月為雨季，多雷陣雨及颱風，巴拉望一帶較不受颱風影響。每年 10 月到隔年 5 月屬於乾季，最佳旅遊季節是 12 月至隔年 5 月，也是飯店及旅遊業者的旺季。
- 時區：格林威治標準時間 (GMT) +8 小時，與台灣無時差。
- 電壓：220V、60Hz
- 插座：與台灣同為扁形雙孔
- 貨幣單位：披索 (PESO)，硬幣有 2.5 毛、5 毛、1 元、5 元；紙鈔則有 20 元、50 元、100 元、200 元、500 元、1000 元。
- 參考匯率：1 披索約為 0.698 新台幣、1 美元約為 43.14 披索 (匯率會因時間而變動)

國際線航空資訊

· 菲律賓航空

地址：台北市松江路 139 號 11F-1
訂位電話：(02)2506-7255
傳真：(02)2503-9901
網址：www.prholiday.com.tw

· 中華航空

地址：台北市南京東路三段 131 號
訂位電話：(02)2715-1212
傳真訂位電話：(02)2514-6006
網址：www.china-airlines.com/ch/index.htm

· 長榮航空

地址：台北市長安東路二段 117 號
訂位電話：(02)2501-1999
票務傳真：(02)2501-6099
網址：www.evaair.com

· 宿霧太平洋航空

台灣總代理：凱行旅行社
地址：台北市南京東路三段 19 號 10 樓
電話：(02)2509-6665
網址：www.cebupacificair.com

國內線航空資訊

· 菲律賓航空

航線：從馬尼拉飛往宿霧、公主港市、大堡、卡利波、那加、三寶顏等城市。
地址：PNB Financial Center, Pres. Diosdado Macapagal Avenue, CCP Complex, Pasay City
電話：+63-2-855-8888
網址：www.philippineairlines.com

· SEAIR

航線：從馬尼拉飛往巴拉望公主港城 Puerto Princesa 以及其他菲律賓國內主要城市。
地址：2nd Floor La'O Centre, Arnaiz Ave. Makati City
電話：+63-2-849-0100
網址：www.flyseair.com

· 宿霧太平洋航空 / 虎航 Tigerair Philippines

航線：從馬尼拉飛往宿霧、公主港市、大堡、卡利波、三寶顏等城市。
地址：Old Domestic Road, Pasay City
電話：+63-2-702-0888
網址：www.cebupacificair.com

· Airphil Express

航線：從馬尼拉飛往布蘇安加、Caticlan (長灘島)、那加等城市。
地址：R1 Hangar, APC Gate 1, Andrews Avenue, Nichols, Pasay City
電話：電話：+63-2-855-9000
網址：www.airphilexpress.com

· 菲律賓亞航 Air Asia Zest

航線：菲律賓各大國內航線都有飛。
地址：Domestic Road, Andrews Avenue, Manila Domestic Airport, Pasay City
電話：+63-2-851-1796
網址：www.airasia.com/tw/zh/about-us/airasia-zest-organizational-structure.page

· SKYJET

航班：從馬尼拉飛往北巴拉望 Busuanga Coron 以及其他菲律賓 Basco, Virac 等地。
地址：PADC Hanger, Old Domestic Airport, Pasay City
電話：+63-2-966-8916
網址：www.skyjetair.com

交通程序

① 台灣機場



② 馬尼拉國際機場



③ 搭乘計程車或 Shuttle Bus 到國內機場



④ ITI 專用機場



④ 馬尼拉國內機場



⑤ 抵達愛妮島



⑤ 抵達巴拉望各城市



愛妮島機場

從馬尼拉搭乘國內線前往愛妮島，約 1.2 小時的飛航時間。

實用菲律賓話

謝謝	Salamat
您好嗎	Kamusta Ka
再見	Paalam
早安	Magandang Umaga po
午安	Magandang Hapon po
晚安	Magandang Gabi po
請問芳名	Ano ang pangalan mo ?
你會說英文嗎	Marunong ka bang magsalita ng English ?
多少錢	Magkano ho ito ?
對不起	Ipagpaumanhin ninyo
是的	Oo
不是	Hindi
沒關係	Walang Anuman
往前走	Diretso
往右邊	Kanan
往左邊	Kaliwa
轉	Liko
停	Tigil / Hinto
後面	Likod
前面	Harap
輕一點	Gaanan ng kaunti
重一點	Iidiin ng kaunti
快一點	Bilisan ng kaunti
慢一點	Bagalan ng kaunti

數字說法

1	Isa
2	Dalawa
3	Tatlo
4	Apat
5	Lima
6	Anim
7	Pito
8	Walo
9	Siyam
10	Sampu
20	Dalawampu
100	Isang Daan
200	Dalawang Daan

貼心提醒

1. 因為天氣炎熱，穿輕便的衣服是一年到頭最理想的選擇，尤其從 3 月到 5 月氣候最為炎熱又乾燥。平均溫度為攝氏 25°C~32°C，平均濕度 77%。
2. 在多雨的 6 月到 10 月期間，或出發前往多山地區時，需要攜帶雨具及薄外套。
3. 在市場購物時，可以討價還價。
4. 除了菲律賓語 / 塔加路語，英語是被廣泛使用的語言。學習基本的本地片語可能用得上，尤其是在一個超過 111 種地方方言的國家。
5. 最好穿著舒適且好走路的鞋子，尤其是需要走路的行程。
6. 到偏遠地區，最好準備防蟲咬之工具及自備瓶水，並記得準備地圖。
7. 當地交通工具有很特殊、隨處可見的吉普尼 (Jeepny)、三輪車或三輪腳踏車。最好準備零錢以方便搭乘這些公共交通工具。
8. 最好事先打聽交通運輸時間表，有些站只提供間歇服務，更不用說天氣變化將影響這些時間表。
9. 在教堂和辦公室裡面可以穿著休閒服裝。宴會與飯店並沒有強制的服飾規定，但是短褲和拖鞋比較不合宜。
10. 在正式場合中，傳統的 Barong 服號稱是菲律賓男人的國服，就像套裝和領帶一樣合適。
11. 不要錯過夏天到菲律賓旅遊的機會，這個時節有較多的節慶活動。
12. 學習接受當地風俗並尊重文化差異。菲律賓分為 16 個區域，每區都有自己獨特的傳統特性。
13. 菲律賓貨幣單位為披索 (PESO)，在主要城市裡都有提供換錢服務。
14. 小費支付標準為總金額的 10%。如果帳單內已包括 10% 服務費，則小費可選擇是否支付。
15. 記得品嚐各種當地不同的料理，尤其是每一區都有不同的特色。菲律賓可說是由 7,107 種不同的味道組成，讓人情不自禁的想要把它們帶回家。
16. 想要多瞭解旅遊訊息或尋求協助，可跟全國各地的旅遊服務單位接洽。

國際漫遊 在各大國際國內機場都有販賣網路漫遊電話卡，價格非常實惠。

國際電話直撥

1. 自菲律賓打電話回台灣 當地國際碼 (00) +886 (台灣國碼) + 區域碼 + 電話號碼
2. 從台灣打電話到菲律賓 002+63 (菲律賓國碼) + (區域碼) + 當地電話

註 1：馬尼拉區碼為 2，巴拉望區碼為 48。

註 2：在菲律賓旅遊使用漫遊時，只要直接撥打對方電話號碼即可。

註 3：撥打菲律賓緊急求救電話，無論是以當地電話或手機漫遊，只要直撥 117 即可。



**IT'S MORE FUN IN THE
PHILIPPINES**

菲律賓觀光部台灣分處

地址：台北市內湖區洲子街 55/57 號 2F

Email：philtour@ms57.hinet.net

電話：02-2658-2851、02-2658-2861

網址：www.itsmorefuninthephilippines.com.tw

申請電子簽證官方連結：<https://onlinetravel.meco.org.tw/EVISA/>