秋高氣爽北上郊遊 灣區尋野趣 山水就近賞

秋高氣爽，正適合出門郊遊。港人北上想尋找「秋風起」的郊野感，其實不用跑太遠，毗鄰的廣州、東莞等就有不少各具特色的郊野公園：森林徒步、山林溪瀑、稻田咖啡、濱水棧道、濕地湖景……據廣東省林業局最新數據，截至目前，全省已建成63個郊野公園、山地公園，覆蓋20個地級市。這些公園挖掘各地山水和人文特色，打造差異化樣板：沿海地區突出山海聯動，內陸地區依託山林水庫，通過綠道、郊野徑把公園串聯起來，成為市民遊客深秋出遊的好去處。

●文、攝：香港文匯報記者 方俊明



●五桂山長坑郊野公園觀景平台


●在中山南朗沖口郊野公園裏的翡翠色礦坑湖

五桂山長坑郊野公園 溪瀑森林+生態步道



●遊客在五桂山長坑郊野公園拍照。

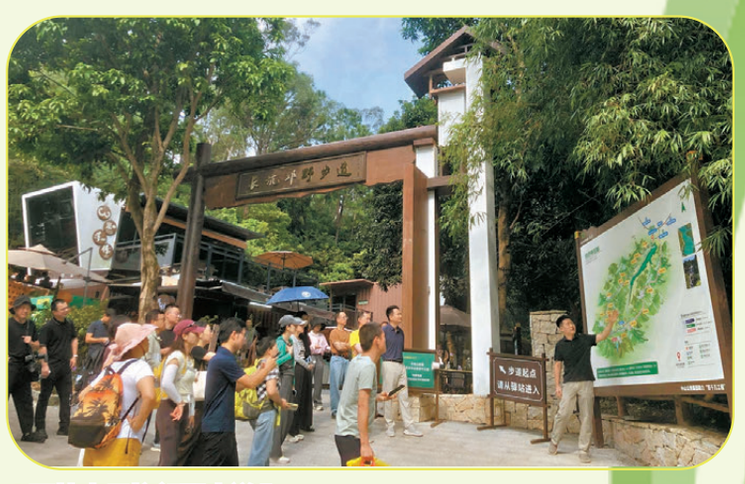


●林間設有動植物科普解說牌。

這裏是全國「首批精選美麗中國打卡點」，7.15公里森林步道穿行在山林溪瀑之間，4段體驗不同的線路把水庫、溪流、飛瀑等自然景觀串聯了起來。「雲山在望、天瀑觀止、棲坪聽風、漱石琴音、雲崖飛瀑」等觀景平台，是灣區市民遊客常去打卡的點位。

一進園區，步道就貼着水庫岸線往前延伸，沿路可以平視水面、看水鳥掠過。轉入溪谷後，很快被水聲包圍。一條常年不斷的山溪順着岩石往下淌，水清澈見底，淺灘很多，是當地熱門的輕溯溪點。走到溪谷盡頭，就是長坑主瀑布。豐水期水流從崖壁落下，水霧撲面，涼意十足。瀑布旁是由舊石屋微改造而成的「瀑布咖啡」，石牆保留了山野粗糲的質感。坐在屋前平台喝咖啡，面前就是瀑布山景，成為全園辨識度最高的節點。

從瀑布區域繼續往上，進入登山進階路線，沿途設置9處觀景平台，林間也有動植物科普解說牌。爬到高處，可以俯瞰長坑水庫全景，層層疊疊的山峰鋪展開來，晴天傍晚還能看落日山嵐。這條線路也成為遊客徒步、登高取景的熱門選擇。


●五桂山長坑郊野步道入口



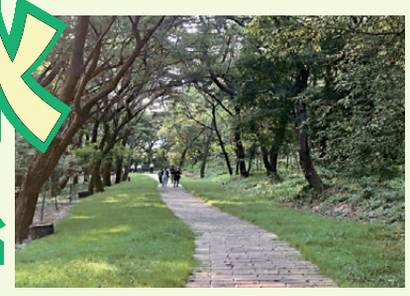
●爬到高處，可以俯瞰長坑水庫全景。



●由舊石屋微改造而成的「瀑布咖啡」

交通：從香港西九龍到深圳北站或廣州南站，換乘到中山站，再打車到「五桂山長坑郊野步道」。

中山南朗沖口郊野公園 古樹+網紅礦坑湖

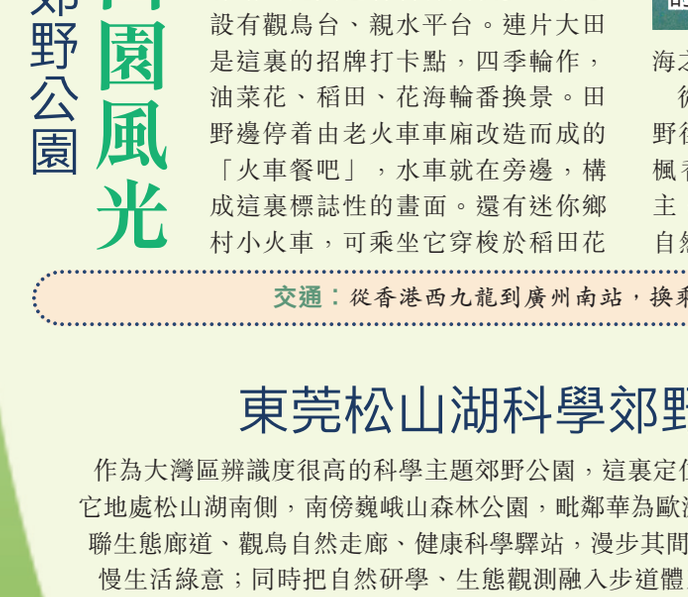

●穿行而過的竹林與樹林形成綠色拱廊。


●南朗沖口郊野公園的太空艙民宿

作為大灣區鄉村融合型郊野公園樣板，中山南朗沖口郊野公園設有郊野徑、打造文化IP、引入營地經濟。從開闊田野到古樹秘境，成片原生風水林適合「慢慢走」、觀鳥、認識鄉土古樹生態，是天然的森林課堂。最有辨識度的亮點，則是採石坑積水形成的翡翠色礦坑湖，湖邊草坡上安放一排以星座命名的太空艙民宿，搭配帳篷區、泳池、戶外影院等，成為區別於其他郊野公園的特色景觀。

入園先來到牛王林，這裏也是全園容易出片的地方。巨大的百年古榕站在田邊，樹下是仿木的平緩步道，向外伸出多處稻田觀景平台。站上平台，視野一下子打開，連片稻田鋪到遠處村屋和山腳。春夏是翠色稻浪，秋收時一片金黃；風一吹，滿是禾香。旁邊就是雨來咖啡，坐在田邊喝杯咖啡、看看田野，別有一番安靜。

再往裏走，轉入林地。古樹樹根盤繞、樹冠合攏，形成天然綠頂。沿路有科普解說牌、樹樁休憩點；穿過樹林和竹林，旁邊有淺溪與荷塘，小橋跨在水面上，走起來很愜意。該公園還把古村文脈串進了郊野線：沖口村有600多年歷史，是孫中山先祖遷居香山的首站，村中宗祠保留着嶺南祠堂形制，為這條自然線路增添了一段人文風景。


●坐在田邊喝咖啡、看田野，別有一番寧靜。

交通：從香港西九龍到深圳北站或廣州南站，換乘到中山站，再打車到「南朗沖口村」。

古村落+田園風光 廣州逕下郊野公園

逕下靜美，陌上花開。有近300年歷史的逕下村四面環水，盛產嶺南蔬果；遠山與屋舍相互交融，稻田與白牆黛瓦相互映襯，生機盎然。遊客在此除了看田園美景，還可到農田裏採摘蔬果，體驗豐收之樂；這裏也是大灣區少有的田園濕地郊野樣本。

入園先到東湖，環湖建有碧道和驛站，尤其適合騎行與漫步；沿途設有觀鳥台、親水平台。連片大田是這裏的招牌打卡點，四季輪作，油菜花、稻田、花海輪番換景。田野邊停着由老火車車廂改造而成的「火車餐吧」，水車就在旁邊，構成這裏標誌性的畫面。還有迷你鄉村小火車，可乘坐它穿梭於稻田花海之間。


●廣州逕下郊野公園的東湖　受訪者供圖

從田園往山裏走，便轉入森林郊野徑。這一片是多彩林示範區，以楓香、山烏桕等鄉土彩葉樹種為主，也是秋天最大的看點。這裏的自然探索徑沿途設有科普廊、菌菇秘境、樹葉化石工坊，適合親子家庭認識植物、觀察昆蟲和鳥類。還有一條「南粵紅綠徑」，串聯紅色基因館、東江縱隊相關紀念碑等，生態徒步與紅色人文結合的模式在大灣區郊野公園中較為少見。

交通：從香港西九龍到廣州南站，換乘廣州地鐵到「何棠下站」，再打車到「逕下村」。

東莞松山湖科學郊野公園 科創+生態廊道

作為大灣區辨識度很高的科學主題郊野公園，這裏定位「自然+科學+藝術」。它地處松山湖南側，南傍巍峨山森林公園，毗鄰華為歐洲小鎮。5.6公里郊野徑串聯生態廊道、觀鳥自然走廊、健康科學驛站，漫步其間，可在快節奏裏走出一片慢生活綠意；同時把自然研學、生態觀測融入步道體系，兼顧科研觀測與市民休閒需求，成為大灣區科創城區的「生態後花園」。

入園最為搶眼的區域，是以「散裂中子源」科學概念打造的兒童樂園。與普通郊野公園的簡易鞦韆不同，這裏的遊樂設施本身就是科普載體，把粒子、原子結構等科學概念轉化為攀爬、滑道裝置。「科學之塔」「數學科學之門」「自然生態之窗」等構築物，也是該公園區別於其他郊野公園的最大特色，把數學、物理概念轉化為景觀，呼應松山湖科學城的底色。

臨松山湖的濱水棧道、親水平台、落日平台，也備受遊客青睞。湖面開闊，常見白鷺身影；秋冬落羽杉變色，臨水倒影氛圍感強。由原生荔枝林改造而成的科普山林段，規劃6條不同主題的自然教育徑，涵蓋尋鳥之路、尋香之路、生態啟蒙徑等，吸引灣區不少研學團前來開展自然課堂。往南側巍峨山方向的山丘線路，可通往全園登高點；山頂觀景台可以遠眺松山湖水面、遠處的華為片區和群山。


●科學之塔

●在松山湖舉行的自然教育嘉年華，有不少動物標本亮相。


●東莞松山湖科學郊野公園地處松山湖南側。

交通：從香港西九龍到虎門站，再打車到「松山湖科學公園」。