



2016 · NO.004

榮耀時刻

浪漫和家庭旅遊東部首選

P.03

理想角落

攀爬牆面的蔓藤植物

P.05

住房新鮮事

理想深呼吸-熱力野放

P.07

三天二夜樂悠遊假期

P.09

旅客故事

玩一天都不無聊的親子理想假期

P.11

旅客祝福

這裡真的很美

P.13

美好攝

水與天 | 陳思豪

P.15

微光漫步 | 陳思豪

P.16

EYE 上花蓮

自然客 大地野趣遊程

P.17

探古尋幽「共和流光」單車旅行

P.19

推薦伴手禮

廣式月餅溫暖傳心意

P.20

理想梅子醋

P.21

發行人 梁清政

總編輯 陳美婷

主 編 陳美玲

編輯室 鄧祥仁 · 劉仁達 · 林玠箏 · 曾鈺婷 · 黃文廷 · 施昭憶

美術設計 潘娟妤

發行所 理想大地股份有限公司 · 97447花蓮縣壽豐鄉理想路一號 · www.plcresort.com.tw

版權所有：刊物未經同意不得轉載或翻印





發行人手記

近年「環保減碳生活」不僅是愛地球的行為，更是一種對家人、對自己的健康實踐，特別在空氣品質的議題，**PM2.5**懸浮粒子、一氧化氮升高等新聞，讓大口的深呼吸竟然成生活裡奢侈享受的一件事！

花蓮壽豐鄉曾有被媒體冠為全台最幸福鄉鎮的美譽，鄰近鳳林也是台灣第一個被世界慢城組織認證的慢活鄉鎮，理想大地就是座落在這幸福土地之間，園區內種滿**2萬6千**多株的樹林，製造的活氧清淨空氣，幫大地減碳排放量是台北大安森林公園的**3.78**倍，更遑論結合**2.2**公里的湧泉運河，每日產生的芬多精負離子，更是國內飯店無能比擬，如要與首善區的台北大安區居民相比，來此度假的貴賓們更是獲得一千倍健康空氣財。

所以來到園區，建議大家多多走出房外，大口深呼吸，不僅活化腦中細胞，舒緩平日情緒，置身於浪漫運河和萬坪綠地裡，無論是散步、慢走，還是草原活動、單車尋幽等，都能藉身體活動獲得更多空氣能量。多多「理想深呼吸」，把新鮮能量帶回去吧~

理想地

Top Romantic Date and Best Family Fun Vacation

理想親子渡假

文 | 林玠箏



有台灣飯店最高綠覆蓋之稱的理想大地，以「綠飯店」為概念，水資源為發展主軸，保護原有的綠色植栽，半數以上面積都留給綠樹的自然生態、低密度建築、有機健材及原生湧泉河道，更以綠生活、綠旅遊、綠生態為範疇，即日起，您的肯定是我們服務的成就，花東縱谷絕對是您全家出遊的最佳選擇。



榮獲【財訊雙週刊】

「全台人氣五星級飯店」浪漫和家庭旅遊東部首選

2016年第一季財訊雙週刊為消費者揭開飯店高人氣的神秘面紗，鎖定國內五星級飯店，進行人氣票選網路調查活動，理想大地也獲得「浪漫和家庭旅遊東部首選」殊榮，夏季期間，園區不僅有清涼泳池、Niño Club尋寶趣、鐵馬自由行、天生神射手等戶外活動，植物拓染、DIY旅遊手札等適合情侶或親子的互動體驗，等待您來享受台灣最美麗後山的理想深呼吸假期。



2016 Tripadvisor 「Travellers' Choice award」 Top 25 Hotels-Families-Taiwan

全球最大旅遊網站Tripadvisor網站以公開評論收錄全球超過上億人的旅遊建議，協助消費者規劃完美的渡假時光，日前公布今年「Travellers' Choice award旅行者之選」評選結果，理想大地再次獲得「Top 25 Hotels for Families-Taiwan」殊榮，在園區豐富的自然生態和濃郁的人文氣息裡，全家出遊體驗自然客大地野趣遊程，從接觸草地開始到單車小旅行，都是暑假寓教於樂的最佳渡假內容安排。





攀爬牆面的蔓藤植物 薜荔 *Ficus pumila*

文 | 林玠箏

旅行在巴塞隆納市區，隨處可見高第的宏偉建築設計，從聖家堂、奎爾公園、米拉之家到巴特婁之家等四大建築，不僅被完整保存，更被列入世界遺產之中，高第從小生性安靜，習慣觀察周遭事物，以大自然的生長原理發展出仿生建築 (zoomorphic) 概念，他曾說：「直線屬於人類，曲線屬於上帝」，每個西班牙經典建築從外觀就可知悉其中奧秘。

理想大地的西班牙建築結合高第式、拜占庭和摩爾式風格，呈現全球獨家原創特色；清晨，當陽光灑落每棟建築，攀爬於牆面的綠色蔓藤植物不規則的向上延伸，幾乎找不到直線與菱角，讓大自然的生命韌性顯得更加活躍及旺盛；薜荔，學名 *Ficus pumila*，是園區最常見的原生植物之一，由於枝葉細小，蔓莖可延伸至5~10公尺，是環境藝術美化的最佳小幫手，平時更具有淨化環境效果，也是園區純淨的空氣來源之一。

薜荔於每年夏季果實得以成熟，此時果皮將轉為紫紅色，果肉內則有溶於水的些許果膠，為半透明色澤。淺黃色的凝膠，晶瑩剔透的果肉為可食用食材，並含有蛋白質、碳水化合物、多種維生素、礦物質等營養成分極高的物質，清洗搓揉再加以冷凍後，就如同平時常見到的愛玉凍般清涼可口，下回造訪園區渡假時，不妨靠近外觀牆面研究一下薜荔成熟的果實喲！





07/PROMISED LAND



理想深呼吸 熱力野放假期 兩天一夜

春夏時刻是四季中最適合旅行的季節，草木蓬蓬盛開，百花爭奇鬥艷，踏入東台灣，到訪理想大地，以大地氣息延續旅行的溫暖，感受有如森林公園般的活氧悸動，此刻，一起跟著微風呼吸最理想的大地。

第一天

01

【15:00】在充滿大自然
清新空氣的大廳Check in



02

【15:20】宴會廳前正上
演西班牙佛朗明哥舞，
歡迎您今日蒞臨



03

【16:00】水花四濺的戶
外中島泳池將準備好融
化您此刻的笑容



04

【17:00】漫舞在浪漫的小島，等待東海岸最美的夕陽落下



05

【17:30】來到里拉或風味餐廳，以在地晚間美食揭開夜晚的序幕



06

【19:30】怡然自得的自在旅行，培養孩子創意的美勞教室



07

【20:00】徜徉在威尼斯風情的應許河，呼吸著大自然的浪漫情懷



08

【21:00】天幕劇場晚會散發自然節奏，與您共享園區寧靜的夜晚



第二天

01

【08:00】早安！迎接美好晨光的里拉餐廳自助早餐



02

【09:00~11:30】自然客大地野趣遊
腳趾輕踏草地，以能量接地氣展開舒活的旅行天



03

【09:30】親手拌、揉、捏麵糰，窯烤出香噴噴的手作麵包



04

【10:00】騎乘著單車，探索壽豐鄉共和村人文歷史的冒險



05

【11:00】返回園區後，熱呼呼的窯烤麵包馬上出爐



06

【11:10】喝一口田園香草茶，讓身體能量跟著呼吸最理想的大地





樂悠遊假期 三天兩夜

第二天

01

【風味慢活午間套餐】
11:30~14:00
每人NT\$450+10%



02

【12:00】欣賞優雅東方
書法字畫，享受中式在
地養生套餐



03

【14:00】乘坐環保輕艇，
呼吸萬坪綠野，感受森
林活氧悸動



04

【14:30】天幕劇場室內
玩樂天堂，滿足大小朋
友的旅行能量



05

【16:00】大哥哥大姊姊
在兒童故事屋裡，與您
一起冒險遊戲



06

【17:00】人文藝術導覽
漫步各隅，一步一腳印認
識創辦人用心打造的點點
滴滴



07

【18:00】園區歐式主題
房型以西班牙造景實現
您的異國旅行



08

【19:30】輕鬆享受里拉
或風味餐廳美味晚餐的
好食光



09

【22:00】小島池畔、清
涼調酒，極致夢幻的浪
漫夜晚即將來臨



第三天

10

【09:00】旅行尾聲，純
淨空氣環繞，享受陽光
下的里拉餐廳早餐



11

【10:00】天幕劇場毛利
球DIY舞蹈教學，優雅姿
態循環身心能量



12

【11:00】大廳吉他表演
場讓我們約定好，下次
再見唷！



遠離塵囂、清新空氣，
與家人、朋友來趟理想深呼吸 慢遊花蓮，
邀您2016一起闔家來花蓮理想大地深呼吸！



玩一天都不無聊的親子理想假期 小寶貝兒龍爭虎鬥的恩愛生活

多了小寶貝就要有不一樣的驚喜～
原來親子的玩法這麼不一樣！

有別於以往兩人世界的甜蜜渡假，再次造訪理想大地多了兩位小寶貝，也讓父母重新認識飯店裡貼心安全的親子設施對於小朋友的重要性。

文 | 林玟箏整理撰文



走進大廳二樓，眼前諾大的兒童故事屋裡有一個小型溜滑梯，小寶貝可是對它一見鍾情，旁邊還有扮家家酒小廚台滿足她們當廚娘的心願；每天下午四點開始，還有大姊姊帶著小朋友進入兒童故事時間，今天的故事「理想島的奇幻冒險」是一本有關「地心人」的故事書，敘述一位小男孩提起他的行李帶著心愛的小狗拉拉，前進尋找地心人，過程中意外發現一處世外桃源「理想島」，展開了有趣的冒險旅程…看著小朋友聽的入神，父母也可以安心的在一旁休息；每天晚上七點的兒童美勞教室，更是培養小朋友的藝術創作天份。

說到親子渡假，寶貝媽咪好愛聖地牙哥系列的「閣樓童畫套房」，因為有小朋友最愛的公主啊！閣樓童畫套房有一個獨立玄關，進來就看到好浪漫紗幔圍繞的大床，房間內還提供膠囊咖啡機，特別的是迎賓小品除了招牌蜂巢糕之外，還有好可愛的熊造型手工餅乾，衛浴空間也是好大，衛浴間的馬桶旁邊有個專用類似免治馬桶之類，還可以沖洗屁屁，更貼心的是，還有兒童專屬的繽紛備品。看完一樓的大空間，緩緩步上二樓的閣樓，隱約間已經看到很可愛整面彩繪牆，床頭旁還有一個故事播放機及童話繪本，在這個小天地裡能邊看繪本、邊聽著故事甜甜入睡…好幸福啊！理想大地有多少好玩的活動等你來發掘，真的是不怕你不玩，怕你玩不完！



親子閣樓童畫假期
一泊二食・每房NT\$13,629起

部落格：小寶貝兒，"龍"爭"虎"鬥的恩愛生活
文章取自：

<http://rita26.pixnet.net/blog/post/34007340>

這裡真的 很美



文 林玠箏整理

文章取自：旅客感謝信

Hi :

很開心能夠來到這裡~ 我們住了三天兩夜，走的好玩的!! 風景也很美!

以下是我的心得↓

我很愛吃，而來這的餐廳，都害我吃太飽...真的很好吃也! 我很喜歡綜合起司盤~ 真的好飽好飽...我想和中式餐廳的廚師說聲抱歉...昨天晚上我們真的吃不下了...但是菜真的很好吃呦! 十分對不起了...我們是很不好的客人呀...我走飽飽的~ 不只飽到天靈蓋，還會像鯊魚一樣從頭上噴出來(?)

晚會的表演很精彩! 大家都會跳舞呦~ 噢! 還有前天在lobby迎接我們的，昨天晚上在中式餐廳的3個人，唱歌很好聽!! 有一個人彈奏的是一個奇怪的樂器(是班九琴嗎?) 好酷呦~

這裡真的很美~ 可以看到山! 昨天晚上我們有搭船，好漂亮呦! 我們的船長姊姊(名字好像是每如月? 解說的好好詳細又幽默~ 我們都很開心!

最後要謝謝你們所有人，讓我們有一個美好的假期! 我不想回去了啦...我不要回國中呀.....(泣) 總之真的謝謝你們! 下次有機會我還會再來的!!!!



1110 & 1120號房的某位房客 敬上

里拉餐廳

早餐：陽光活力自助早餐 06:30~10:30

下午茶：理想茶點餐 14:30~16:30

晚餐：幸福自助晚餐(第一餐期) 17:30~19:00

(第二餐期) 19:30~21:00



水與天

文・劉仁達 攝影・陳思豪

與天水共譜的建築韻律，
在理想的旅途中抬頭尋找一方屬於自己的藍

機型：NIKON D4S

曝光時間：1/125秒

ISO速度：ISO-100

曝光偏差：+0.7步

光圈孔徑：f/13

焦距：17mm



微光漫步

文・劉仁達 攝影・陳思豪

磚與樹，木與石，與自然共鳴的悠遠景深，
旅人的散步沒有終點

機型：NIKON D4S

曝光時間：1/1250秒

ISO速度：ISO-320

曝光偏差：+0.3步

光圈孔徑：f/5

焦距：200mm

自然客大地野趣遊程

有任務的單車旅行

脫下腳上的鞋子，體驗大地帶來的腳底按摩，捲起衣袖，製作獨一無二手工麵包，今天開始，緩緩的走在，歷史場景中，感受先烈在這片土地上開墾畫面。

文|黃文廷

理想大地園區約有2萬6千多株植物，覆蓋面積高達60%以上，栩栩的微風吹著，不論走到哪哩，新鮮的空氣總是環繞四周，讓自己置身於最真實的自然環境，讓鼻子呼吸最新鮮的空氣，自然客大地野趣遊程活動從赤腳走在草地上，舒展全身筋骨，就像是小時後運動會前的大會操，準備展開一場刺激的賽跑，挑戰自我；接下來親手搓揉著百分百天然麵粉的窯烤麵包DIY，體驗鄉村農作樂趣，製作專屬自己的創意造型窯烤麵包。





1	2	4	1. 能量接地氣
	3		2. 共和流光單車漂鳥
			3. 窯烤麵包 DIY
			4. 竹筏生態導覽

等待麵包發酵送進烤爐的同時，我們準備啟程今天的文化衝突之旅。騎乘單車前往壽豐鄉共和村，村內在日治時代是一座糖廠、殖民村，因二次大戰結束，日本人紛紛回到日本，留下的只有日本文化及日式建築；後期國民政府來台，許多的日式建築開始結合中華文化，形成了獨具特色的文化融合。至今仍有多處建築保存相當完整，許多在台灣長大的灣生都會回來找尋曾經的童年記憶。

小旅程結束，故事也說完了，期待已久的麵包也出爐了，好好享受手作麵包的窯烤柴香自然味道，再配上一杯現採現泡的香草茶，坐在豐之谷自然生態公園裡的茶樹下品嚐這美味的人生。

自然客大地野趣遊程

時間：每日09:00~11:30、14:00~16:30

行程：能量接地氣→竹筏生態導覽→窯烤麵包

DIY→共和流光單車漂鳥→田園喫茶趣

費用：NT\$700

(4人成行，全程2.5小時，請於活動前一天完成預約)



探古尋幽「共和流光」單車旅行 「自然客」也是「歷史課」

文 | 鄧祥仁

在自然客的單車旅行行程以壽豐共和村為主要內容，在共和村有兩處是不能錯過的人文古蹟景點——「日本糖廠招待所」、「奉安殿」，這兩處也是壽豐曾是日據時期最大糖廠基地的歷史見證。

在單車行程中首先會經過由日據時代的壽豐小學內的日式神社「奉安殿」改建而成的福德宮土地公廟，廟的外觀卻仍還是保持著當年的日式建築，除門口的鳥居建築外，在廟門上還保留著當年日本皇室中獨有的「五七の桐」，3片桐葉上，中央有7朵桐花，左右各配置5片桐花，桐花原是天皇服裝的圖飾，桐紋與菊紋都是皇室認定的徽章，就可遙想當年這座神社的重要性，這也是目前全台保留最完整的皇室徽章，近年連日本觀光客都指名要來此參觀。

另外，沿這條鄉間產業道路直行，兩旁有很多荒廢房舍都是在二戰時期美軍大量轟炸這座最大糖廠遺留下來的戰後殘址，見證當年此處曾有的輝煌年代。現今花蓮農場大門對面有一座日式庭園建築，據說當年原本是為迎接日本天皇來台視察居住的招待所，但因戰爭原故都未曾來花蓮，所以就變為當年糖廠廠長的住家，所以在建物的建料及格局、庭園規劃都十足考究日本當時豪門建築，前幾年日本東京大學教授還曾帶領學生來此研究日式建築的示範教材，就可知這處建物的可貴之處。

「自然客—大地野趣」單車旅行，不只是由活動員帶領客人欣賞花蓮鄉間的田野之美，路線安排也是透過解說讓客人了解這塊土地的人文故事，全程約時1.2小時，詳情請洽天幕棚活動櫃台 分機2622。



廣式月餅溫暖傳心意

中秋食光意團圓

文 | 林玠箏

中秋滿月，涼風四起，乘坐大樹下，無疑是月圓時刻最溫馨的團聚，月餅最早出自於唐朝，迄今已成為中華文化傳統風俗之一，由於時間的推移，月餅已變成中秋送禮的代名詞。

理想大地秉持廣東傳統月餅作法，以清晰花紋外觀為第一印象，油光閃閃的餅皮，烙印著百合花Logo，色澤金黃、皮薄鬆軟；「核黃棗泥」以滑順棗泥加入剛烘烤過的核桃堅果，包裹濃郁飽滿的豆沙蛋黃，甜而不膩，清香宜人；「蓮蓉蛋黃」選用地優質蓮子細熬慢燉，搭配清新油潤的蛋黃內餡，口感細滑，甜鹹適中；廣式鹹味的「叉燒伍仁」則是嚴選花蓮網室梅花肉特製叉燒，融合極品研磨伍仁，餅皮香潤，飽滿爽口；「XO干貝」更是精選頂級深海干貝，拌炒主廚特製的XO醬，香辣鮮甜，獨特口感，保證品嚐後唇齒留香，餘韻不絕。



訂購專線：03-865-4209 分機 2509



理想梅子醋

花蓮在地滋味

文 | 施昭憶、林玠箏

一般健康人體體質都應呈弱鹼性，但隨著空氣和環境的污染，以及現代人不當飲食習慣，大部分人的體質早在無形之中漸漸轉為酸性。在日本，被譽為鹼性食物之王的梅子，不僅可以平衡體內酸鹼值，更富含多種礦物質，是現代人消除疲勞的最佳養生、養顏聖品；在中國，早在千年前《神農本草經》就有記載梅子的神奇功效，隨著自主健康意識興起，梅子釀醋可說是養生風潮下的新寵兒。

理想梅子醋挑選花蓮玉里、萬榮地區產地的有機梅子，以傳統古法釀造，靜置自然發酵熟成一年，配上陳年老甕，製作過程完全不添加香料及化學成分，梅醋飲用方式以1:3的方式稀釋飲，天然果香的甘醇口感，入口酸甜美味，可舒緩餐桌上佳餚帶來的油膩感，飯後飲用更可促進消化，同時，健康醋飲夏季開胃、冬季養生，不僅擁有天然回甘的完美口感，也是健康養生、愛自己愛大地的最佳有機飲品。



每年四月是梅子的盛產季節，在即將到來的夏天，推薦可將梅子醋入菜，梅果帶著清香，卻有酸、甜、鹹等多種豐富滋味，梅醋可提升菜餚的鹹味，成為清涼拌菜最佳調味配角，成為老少咸宜的桌上開胃小品，不讓炎熱的天氣破壞品嚐美食的好心情。即日起，理想梅子醋健康上市，在風味餐廳限定銷售與您見面。



理想梅子醋外帶瓶裝禮盒

售價：每罐NT\$800

特價：每罐NT\$432

訂購專線：03-865-4209 分機2509

理想深呼吸 幸夏光年

小小時光就有大大理想 幸福 只要簡簡單單 深呼吸



敬請期待NO.005



PROMISED LAND 理想大地渡假飯店

RESORT & LAGOON

97447花蓮縣壽豐鄉理想路1號 TEL:886-3-86-56789 FAX:886-3-865-6555 | www.plcresort.com.tw

台北市內湖區瑞光路258巷50號7樓 TEL:886-2-2658-8181 FAX:886-2-2658-1616 · 高雄市前金區中正四路151號8樓之3 TEL:886-7-211-7997 FAX:886-7-211-9181