

訪百年原鶴溫泉 | 感受日本幕府時代氛圍

3/19-23  
**朝倉自行車節**

<b>挑戰組</b> 117km 88km	<b>騎遊組</b> 33km 秋月城・陶藝散策	<b>加油團</b> 不騎車也能同行 兒童滑步車體驗
-----------------------------	--------------------------------	----------------------------------

完騎送 ¥1,000 日幣消費券

## 日本福岡朝倉自行車節 行前注意事項

親愛的好朋友，大家好！

期待多時的「福岡朝倉自行車節」終於要出發了，這趟兼具運動與休閒觀光的行程，包含賞花、看景、溫泉、騎車、購物的旅程，將在下週 3/19桃園機場見喔！天氣10-15度、也許有雨，請注意保暖衣物及雨備，美好的日本福岡行程大家再見喔～

【出國日期】2026年3月19-23日（星期四～星期一）

【集合班機】2026年3月19日 14:00桃園國際機場第二航廈

CI116 16：25桃園機場起飛～19：35福岡機場

CI117 20：35福岡機場起飛～22：20福岡機場

【行程內容】3/19-23活動行程詳附件表格。

【天氣參考】氣溫10-16度，可能會下雨喔

\* 一周參考天氣 <https://reurl.cc/Q23L75>

15 ☀️ 15° 7°	16 ☁️ 16° 8°	17 ☁️ 16° 8°	18 ☁️ 16° 9°	19 ☁️ 15° 10°	20 ☁️ 14° 8°	21 ☁️ 15° 8°
22 ☁️ 16° 9°	23 ☁️ 16° 11°	24 ☁️ 16° 11°	25 ☁️ 18° 11°	26 平均 16° 8°	27 平均 17° 8°	28 平均 17° 9°

## 【活動路線圖】

### 福岡縣朝倉單車節2026 (Asakura Cycle Festival 2026) 活動路線圖 3月21日 (周六)

**SS Course : 約117KM**

獲得海拔: 1,820m / 完成時間: 6.5小時以內



**●時間安排:**

- 7: 00 大會報道
- 7: 50 開幕式
- 8: 00 出發

**●路線經過:**

麒麟啤酒福岡工廠 → 大城橋 → 筑後川單車道 → 原鶴温泉 → 杷木 → 小石原 → 小石原川大壩 → 江川大壩 → 上秋月 → 寺内大壩 → 十文字 → 一木 → 麒麟啤酒工廠

**A Course: 約88KM**

獲得海拔: 1,163m / 完成時間: 5小時以內



**●時間安排:**

- 7: 00 大會報道
- 7: 50 開幕式
- 8: 30 出發

**●路線經過:**

麒麟啤酒福岡工廠 → 大城橋 → 筑後川單車道 → 原鶴温泉 → 杷木 → 小石原 → 小石原川大壩 → 江川大壩 → 上秋月 → 寺内大壩 → 秋月 → 夜須高原 → 三並 → 十文字 → 一木 → 麒麟啤酒工廠

**特別初心者Course: 約33KM**

獲得海拔: 約500m / 完成時間: 4小時以內



**●時間安排:**

- 7: 00 大會報道
- 7: 50 開幕式
- 9: 00 出發

**●路線經過:**

麒麟啤酒福岡工廠 → 草場川 → 歴史の里公園 → 甘水の銘水 → 眼鏡橋 → 秋月: 廣久葛本舗 → 秋月歴史町並み → 小石原川大壩 → 行者杉 → 行者堂 → 皿山地区 → 東峰村小石原庁舎  
※在小石原結束後 乘坐大巴返回大會現場

## 【住宿資訊】

3月19日 (四) , 3月22日 (日)

### 博多 Green Hotel 1號館

地址: 〒812-0012 福岡県福岡市博多区博多駅中央街4-4  
 官網: <https://www.hakata-green.co.jp/hakata1>



3月20日 (五) ~ 21日 (六)

### 原鶴温泉 泰泉閣

地址: 〒838-1521 福岡県朝倉市杷木志波2-0  
 官網: <https://taisenkaku.co.jp/>



名稱	位置	電話
博多 GREEN HOTEL 1 號館	日本〒812-0012 Fukuoka, Hakata Ward, Hakataekichuogai, 4-4 博多グリーンホテル1号館 1F <a href="https://maps.app.goo.gl/8ceKNtUotsdBKK7Q8">https://maps.app.goo.gl/8ceKNtUotsdBKK7Q8</a>	+81 92-451-4110
泰泉閣	20 Hakishiwa, Asakura, Fukuoka 838-1521 日本 <a href="https://maps.app.goo.gl/jPL5ojagtn9AVKjV7">https://maps.app.goo.gl/jPL5ojagtn9AVKjV7</a>	+81 946621140

【日本入境規定】可以先申請喔，現場用手寫入境單也可以。

## Visit Japan Web ( VJW ) 線上入境資料填寫系統

請於登機前點選以下連結 <https://www.vjw.digital.go.jp/main/#/vjwplo001> 註冊帳號並填寫入境申請，請記得將 QR Code 截圖或存檔在手機中，因為入境日本時，每位旅客都需出示 QR Code 供海關人員掃描。

入境資料填寫也是需要護照、機票資訊 ( 航班號碼、抵達日期 )、日本住宿地址 ( 飯店名稱、地址 )、個人基本資料

**要自行填寫，並下載 QR code 碼至自己手機裡**

### 【騎車注意】

1. 日本需靠左騎行。
2. 長短程騎乘，可自備安全帽，視騎乘組別專用單車褲或休閒運動褲。
3. 記得要帶自行車專用水壺，建議攜帶太陽眼鏡及雨具。
4. 自行車租借使用前，先熟悉變速及煞車等，現場有專人指導。
5. 騎車時請勿帶耳機，以維安全。
6. 自行車裝箱時，請記得輪胎氣放掉。請勿攜帶打氣氣瓶會沒收。

中華民國自行車騎士協會 電話：02-8919-3595/ LINE ID：@730qmryb。

E-mail: [service@cyclist.org.tw](mailto:service@cyclist.org.tw) 網址：[www.cyclist.org.tw](http://www.cyclist.org.tw) Facebook: <http://fb.me/tcf1999>

# \*\*\*登機前注意事項及說明\*\*\*

## 出境及登機前

1. 請於飛機起飛前 2 小時，到達機場指定地點集合。
2. 托運行李，每人限 23 公斤，超重部分自付。
3. 可攜台幣 60,000 元以內，美金現金 10,000 元為限（或等值外幣現金），旅行支票不限。超過限額者，應填具『貨品進出口同意書』（91.10.1 中央銀行新規定）。
4. 通關前仔細聆聽領隊的解說並牢記登機門號及登機時間。

## 機艙內

1. 飛機座位係航空公司電腦依客人英文名字首字排定，若無法與親朋好友同座，敬請見諒。
2. 手提行李請依照航空規公司規定攜帶上機，以免發生危險。
3. 機上**全程禁煙**，請勿於洗手間內抽煙，以免觸動警鈴又受罰。
4. 機上免費供應茶、咖啡、果汁等（喝酒請勿過量）。
5. 行動電源禁止託運，只能隨身攜帶上飛機，100Wh（約 27,000mAh）以下可攜帶、100-160Wh 需航空公司同意、160Wh 以上禁止，且必須有清楚容量標示並於飛行中禁止使用。
6. 前座椅置物袋內有
  - (1)安全說明卡
  - (2)機上餐食內容
  - (3)機上雜誌（內有航空公司飛航景點介紹及播放影片、各音樂頻道內容及免稅煙酒、化妝品目錄）
  - (4)嘔吐袋
  - (5)耳機。
7. 於飛機起飛前及用餐時，降落前請將椅靠背歸回原位。
8. 機上用餐，若需特殊餐食（如：素食、不吃牛肉、兒童餐、嬰兒餐）請出發前 3 日告知旅行社，以便安排。
9. 為維護飛行安全，機上禁止使用行動電話，並開啟飛航模式。以免觸犯刑法。
10. 旅客於機上任何時間請繫安全帶，飛機降落完全停止前，請勿站起來取隨身行李，以免發生危險。

## 時差

日本全國同屬一個時區，格林威治標準時間(G.M.T.)+9 小時，台灣時刻+1 小時

P.S 日本不實行夏時制。

## 餐食

1. 進入餐廳時，請於入口處待領檯員引導。自助餐取食時，請適量取食，勿浪費且不可攜帶外出。
2. 用餐時勿高聲談笑喧嘩以保持餐廳用餐氣氛，並請勿自備酒或飲料在餐廳使用。（開瓶費請自付）

## 衣物

1. 請勿穿戴名貴手錶、鑽戒、項鍊，以免引來不必要之麻煩。
2. 出門在外，安全為重，女性衣著還是以「不暴露」為原則。
3. 衣著以輕便、舒適、免燙、易洗、快乾、不縐為宜。
4. 請依當地氣候及行程準備，如室外泡溫泉需要泳裝、褲...

## 住宿

1. 個人財物請妥善保管，如有貴重物品可寄存飯店櫃檯或房間保險箱內。在房間內看電視或聊天，請將房門關上，以免妨礙他人並確保自身安全。
2. 飯店內請注意國際禮儀，勿穿著睡衣、拖鞋或赤腳離開房間或至大廳走動。（日本溫泉飯店除外）
3. 離開飯店外出時，請攜帶飯店名片，以備萬一迷路時用。
4. 入浴時，請將浴簾帶上並置於浴缸內以防積水外溢。
5. 在飯店中，首先應注意本樓層安全門，房間門上安全圖示及說明，於浴缸中留些水以備緊急時之用。

## 旅程中

1. 參觀遊覽，下車時請牢記團號、車牌號碼、集合時間及地點，貴重物品請隨身攜帶，勿隨意放置。
2. 搭乘遊覽車或其它交通工具應保持車內清潔，請勿在車內抽煙、磕瓜子、剪指甲...等。
3. 觀光途中若與團體脫隊迷失請於原地等候導遊或領隊。
4. 請勿於“禁止拍照錄影”處拍照錄影，或“禁煙區”、公園、神社（宮）區抽煙及亂丟紙屑。
5. 錢財不露白，隨時提高警覺，以免被竊、被搶之機會。
6. 到達觀光點，請先聆聽導遊解說後再自行活動攝影留念，以免影響導遊解說情緒或及減少團體活動時間。
7. 異國浪漫的邂逅可能是死亡的陷阱，還是純旅遊並向色情說「不」！

## 購物

1. 水果店或路邊小攤購買水果，請勿摸弄以免爭執。
2. 百貨公司、購物中心購物時請索取收據以免產生誤會。

## 回國及入關

1. 旅客攜帶外幣入境，不予限制，但超過等值美幣 1 萬元者，應於入境時向海關申報，入境時未經申報，其超過部份予以沒入。

2. 禁止攜帶違禁品，如：槍械、刀具（槍型玩具及用品）、毒品、水果、仿冒品、保育類動物及其製品，以免觸犯刑法。
3. 為防止國外病蟲害入侵，保護國內農業生產之安全及其生態環境，旅客回國時，請勿攜帶動、植物或其產品入境。
4. 入境旅客 20 歲以上每人限香煙 1 條，酒 1.5 公升，否則依法課稅或沒收。

#### 其它

1. 本公司遵照觀光署規定依法投保旅行業責任險每人 250 萬附加 20 萬意外醫療險。。
2. 出國旅遊期間若發生傷病，須至當地合法醫院就醫，並索取
  - (1) 診斷書
  - (2) 醫療費用收據正本與費用明細，於回國後 6 個月內，檢具以上證明
  - (3) 旅途中有任何問題，請隨時向導遊、領隊提出反應，儘可能協調，討論圓滿解決。**領隊及導遊不是 24 小時保姆，應給予休息時間，並尊重其專業的服務，請給予感謝及鼓勵。**

### ※試試小祕招、給您好心情※

★搭飛機產生耳鳴現象，可吃點東西或嚼口香糖，或吞口水，嚴重時可捏鼻閉口吹氣即可消除

★容易暈機（車、船）者，建議於上機（車、船）前，勿食糖果之類甜食，可喝杯冰水，座位儘量靠窗戶  
凝視遠方景物，避免看近距離景物或多和別人聊天，以舒緩緊張的氣氛則可改善。

★房間內開暖氣時，請在浴缸內留些熱水，讓房間內空氣不致太乾燥而引發“口乾咳嗽”，

若已發生喉嚨疼痛時，可用冷茶水或鹽水漱口，清涼喉嚨以減少疼痛。

★可將濕衣服放在乾的大浴巾中擰乾，快乾效果很棒喔！

# 中華民國自行車騎士協會

## 日本福岡朝倉自行車節-行程表

DAY1：3/19(四) 台北桃園16:25⇒福岡機場19:35 ( CI116 )

20:30 乘坐大巴至福岡市內

21:00 住宿：博多 Green Hotel 1 號館

---

DAY2：3/20(五) 10:10飯店大廳集合、出發大巴前往原鶴溫泉

途中經過SA休息站自由午餐

14:00抵達飯店CHECK IN /原鶴溫泉泰泉閣-

存放行李，領取單車，單車熱身

14:30 山苞之路→麒麟啤酒廠 ( 25KM )

巨峰葡萄酒莊作休息

14:45 巴士發車前啤酒工廠

16:30 麒麟啤酒工廠，報到領物資，存放單車

乘坐遊覽車回到飯店

18:00 享用飯店晚餐-泰泉閣

---

DAY3：3/21(六) 06:15 大廳集合 搭乘大巴前往會場

07:00 抵達會場 領取單車、暖身準備出發

08:00 117K、88k、33k，間隔 30 分鐘出發

12:30 返回會場，美食券享用會場周邊在地美食

搭乘大巴回飯店/泰泉閣

17:30 享用飯店晚餐

---

DAY4：3/22(日) 10:00 大廳集合 搭乘大巴出發前往太宰府天滿宮

12:00 太宰府照星館-日本在地便當

14:30 check IN 住宿飯店\_博多 Green Hotel 1 號館

自由活動-福岡博多市區/晚餐自理

---

DAY5：3/23(一) 11:00 飯店退房，寄存行李-自由活動/午餐自理

17:00 飯店集合 搭乘大巴前往福岡機場

福岡機場 報到辦理手續

20:35 搭飛機~中華航空 CI117

22:20 抵達桃園機場，期待再相會



# 日語旅遊會話

## Japanese Conversation

### 基本語應用

早安  
おはようございます  
O.ha.yo.go.za.i.ma.su

您好  
こんにちは  
Ko.n.ni.chi.wa

晚安  
こんばんは  
Ko.n.ba.n.wa

再見  
さようなら  
Sa.yo.na.ra

最近好嗎?  
お元気ですか  
O.ge.n.ki.de.su.ka

初次見面  
はじめまして  
Ha.ji.me.ma.shi.te

謝謝  
ありがとうございます  
A.ri.ga.to.go.za.i.ma.su

對不起  
すみません  
Su.mi.ma.se.n

不客氣  
どういたしまして  
Do.i.ta.shi.ma.shi.te

很高興能見到你  
お会いできて嬉しいです  
O.a.i.de.ki.te.u.re.shi.i.de.su

我從台灣來的  
私はたいわんから来ました  
Wa.ta.shi.wa.taiwan.ka.ra.ki.ma.shi.ta



### 提問·購物



\_\_\_\_\_ 有嗎?  
~はありますか?  
~wa.a.ri.ma.su.ka?

\_\_\_\_\_ 在哪裡?  
~はどこですか?  
~wa.do.ko.de.su.ka?

請給我 \_\_\_\_\_  
~をください  
~o.ku.da.sai

請等一下  
ちょっと待ってください  
Cho.to.ma.te.ku.da.sai

這個 / 那個 / 那個是甚麼?  
これ / それ / あれは何ですか?  
Kore/sore/a.re.wa.na.n.de.su.ka?

這個多少錢?  
これはいくらですか  
Ko.re.wa.i.ku.ra.de.su.ka?

廁所在哪裡?  
といれわどこですか?  
To.i.re.wa.do.ko.de.su.ka?

我想要去 \_\_\_\_\_，怎麼走比較好。  
\_\_\_\_\_ へはどう行けばよいですか  
\_\_\_\_\_ he.wa.do.u.i.ke.ba.yo.i.de.su.ka

我現在在地圖上的哪個位置?  
この地圖で現在地はどこですか?  
Ko.no.chi.zu.de.ge.n.za.i.chi.wa.do.ko.de.su.ka

可以幫我包裝嗎? 要送人的。  
フト用にラッピングしてもらえますか?  
Fu.to.yo.ni.ra.pi.n.gu.shi.te.mo.ra.e.ma.su.ka?

有會說中文 ( 英語 ) 的人嗎?  
中国語 ( 英語 ) を話す人はいますか?  
Chugokugo(Eigo)o.ha.na.su.hi.to.wa.i.ma.su.ka?

