

2025年越南胡志明市及鄰近地區 與湄公河三角洲之境外教學

2025 Geographical Field Study in Ho Chi Minh City, Vietnam, surrounding areas, and Mekong Delta

114年下半年地理系唯一的海外教學行程！！！！

時間

2025/11/2 (Sun.) – 2025/11/8 (Sat.)

參加對象

臺師大地理系有興趣的**老師**和**大二~碩博士生**

帶隊老師

林宗儀老師

說明會內容

1. 參訪院校介紹
2. 行程規劃
3. 每日行程簡介
4. 團費支出、報名方式
5. 考察手冊與專題研究

參訪院校介紹

3

參訪院校



- 胡志明市理工大學(HCMUT)-環境與自然資源學院
- 創辦於1957年，坐落在胡志明市市區，前身為越南國家技術學院
- 該校將舉辦講座，講述越南南中部海岸災害的管理，以及兩校學生共同討論永續議題

圖片來源：Google、HCMUT

4



行程規劃

5

日期	行程內容
第一天 (2025/11/2)	自桃園機場出發前往新山一國際機場，到達機場後前往飯店，接著參觀西貢中央郵局、聖母院主教座堂、歌劇院、市政廳等，並漫步於舊西貢街區。晚餐享用越南特色料理，且於濱城市場自由活動。
第二天 (2025/11/3)	早上：參訪胡志明市理工大學 - 環境與自然資源學院，將討論海岸災害與永續議題。 下午：前往古芝地道，瞭解越戰時月共游擊戰的基地，地下通道網絡的建造與設計與地質條件的關係。 晚上：回胡志明市自由活動與自理晚餐。
第三天 (2025/11/4)	早上-中午：前往頭頓市(7/1已併入胡志明市)的頭頓海灘，抵達即在當地餐廳享用午餐。 下午：沿著海岸，考察海岸地形及海灘美景，思考觀光遊憩發展與海岸災害議題。 晚上：於當地餐廳享用海鮮晚餐，該區域也有咖啡、街邊小吃、Bar可供體驗。
第四天 (2025/11/5)	早上：前往耶穌山觀賞亞洲最大耶穌像，以及頭頓燈塔俯瞰海灘和市區美景。 下午：頭頓的歷史與文化之旅，參觀越南末代皇帝保大的夏宮(White Palace)，與頭頓佛寺群(Niet Ban Tinh Xa - 涅槃精舍、Thich Ca Phat Dai - 釋迦牟尼佛台)。

6

日期	行程內容
第四天 (2025/11/5)	晚上：於頭頓市自由活動與自理晚餐。
第五天 (2025/11/6)	早上：前往藩切市 (Phan Thiet) ，沿路欣賞稻田與村莊風光。抵達後參觀附近漁村，觀察漁夫日常作業與生活，造訪富海河口(Phu Hai Estuary) 。 中午-下午：前往美奈仙女溪(Fairy Stream) ，穿越體驗沙丘與石灰岩地形的奇特景觀。 晚上：飯店check in ，並搭配夜晚海景享用海鮮晚餐。飯後可於美奈逛街、自由活動。
第六天 (2025/11/7)	早上：前往美奈白沙丘欣賞廣大潔白的沙丘地形，並可自費體驗沙丘越野車、駝鳥騎乘等活動；隨後前往美奈紅沙丘，可自費體驗滑沙活動。 中午-晚上：返回胡志明市休息與自理晚餐。
第七天 (2025/11/8)	於飯店享用早餐後，可自由參訪活動，11:30退房，前往新山一國際機場搭乘飛機返回桃園機場。

7



每日行程簡介

8

西貢中央郵政局、西貢聖母聖殿主教座堂



西貢中央郵政局於1892年啟用，是**法國殖民時期的第一座郵政局**。在廊柱外圍可見精美的雕花設計，建築造型左右對稱。長廊的底端掛有胡志明的畫像，以紀念他對越南的貢獻。

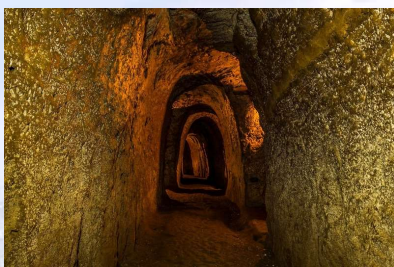


西貢聖母大教堂暱稱為紅教堂，於1880年以巴黎聖母院為藍圖所建，外牆的紅磚進口自法國馬賽，是胡志明市舉行**天主教**活動的重要教堂，在法國殖民時期也稱國家教堂。

資料來源：新住民數位資訊網、易遊網、Wikipedia

9

古芝地道 Củ Chi Tunnels



古芝地道(Củ Chi Tunnels)距離胡志明市中心約70公里，是**第一次印度支那戰爭、越戰**時期相當重要的歷史遺跡，充分展現越南人的戰時智慧與韌性。整個隧道長達250公里，深度約3-8公尺，地道內設有指揮中心、醫療設施、武器儲藏室、廚房、臥室等生活設施，足以讓越共軍隊在其中隱匿作戰。

資料來源：<https://8car.com.tw/article/183>、老師的臉書

10

頭頓海灘 Vung Tau Beach



資料來源：Google Maps、<https://lilystravelagency.tw/badi-toudun/>

頭頓海灘(Vung Tau Beach)位於巴地頭頓省(7/1併入胡志明市)，距離胡志明市約110公里、2.5小時的車程。在越戰期間，這個地方是美國和澳洲軍人的熱門休閒地點。

該地區擁有豐富的海鮮美食與海岸景色，晚上也有咖啡、街邊小吃、bar可以體驗。

11

頭頓耶穌像、頭頓燈塔



資料來源：<https://lilystravelagency.tw/badi-toudun/>

頭頓耶穌像位於頭頓市的耶穌山頂上，由越南天主教會修復於1993年。這個雕像是**全亞洲最大、最高的耶穌像**，雕像裡面有133級階梯，可入內參觀。

頭頓燈塔是東南亞最古老的燈塔之一，遊客可以爬上燈塔，俯瞰整個海灣和城市景觀。

12

頭頓保大帝行宮(Bach Dinh)、頭頓佛寺群



頭頓保大帝行宮(Bach Dinh)建於20世紀初，是法屬印度支那總督、越南阮朝末代皇帝 - 保大帝的避暑勝地。但在這之前，這個地方其實是法國殖民政府囚禁阮朝皇帝成泰王的地方。行宮內部混和著**法式建築**特色，與**越南阮朝**的文物。

頭頓佛寺群包括Niet Ban Tinh Xa (涅槃靜舍寺) 與Thich Ca Phat Dai (頭頓釋迦牟尼佛像)。前者被認為是頭頓最美麗的寶塔之一，為越南的**國家級歷史遺跡**。後者為佛教建築群，最具代表性的是金身佛像，是越南**小乘佛教**的其中一個象徵。

13

藩切市-美奈(Mui Ne, Phan Thiet)、美奈仙女溪



美奈(Mui Ne)位於平順省藩切市(Phan Thiet)，距離頭頓市約195公里、4小時車程。這裡也是以美麗的海灘聞名，可以觀察當地漁夫的日常生活，更坐擁豐富、特殊的自然景觀。

美奈仙女溪(Fairy Stream)為當地最著名的自然地標之一，該區域為石灰岩地形，溶蝕作用盛行。紅沙、灰色的石灰岩以及綠樹，呈現鮮明的對比。

14

美奈白沙丘、紅沙丘



廣袤無垠的美奈白沙丘緊鄰東海（越南所稱東海，即是國際所稱南中國海），擁有潔白的沙子，彷彿置身於沙漠之中，是**海岸風沙堆積**而成，自費沙丘活動包括越野車、駝鳥騎乘等。

美奈紅沙丘擁有橘紅色的沙子，其來自於土壤層下的古老**鐵礦石**，經**風化、氧化**後呈現的顏色。紅沙丘的坡度較白沙丘緩，但仍可進行滑沙等沙丘活動。

15

團費支出、報名方式

16

團費支出

- 未補助的總團費(含來回機票+越南旅行社費用+全程保險費)初步估計約23,000~24,000元。(越南電子簽證eVISA，自行申辦，約850元，自行刷卡付)
- 在學學生可補助金額約5320(25人)~6650元(20人)
- 出團總人數若超過(含)26人，旅行社團費略減
- 只有臺師大地理系的師長與在學學生才符合補助資格

17

報名方式 – 即日起開放報名！

- 報名人數與期限：在學學生優先20人，先報名先錄取，總人數達25人即止，最慢 9/5 截止
- 報名時請提供以下訊息：
 1. 護照的個人資訊頁(要確認護照效期及號碼等)。
若護照過期或效期不足6個月，請立刻去申辦。
 2. 護照上的中英文姓名、身分證/居留證字號、出生年月日、電子信箱、聯絡手機
 3. 師大地理班別及是否為役男(要自行申請役男出國許可)
 4. 家長(或保險受益人)的姓名、關係、聯絡電話
 5. 應屆畢業生或校友在有團員空位情況下，可經老師同意後加入，但須完全自費
- 完成報名者即加入LINE群組，互動討論。

18

考察手冊製作與專題研究

- 將公告於群組，會以小組形式依照其中一個點位選擇主題撰寫，可參考2023印尼、2024泰國考察手冊來撰寫。
- 徵求3-5位參加的同學協助整理大家寫好的內容，編製成一個完整的考察手冊，可以參考2023印尼、2024泰國考察手冊。
- 鼓勵以3-5人為一小組，就考察過程野外觀察和探討的各種地理議題，加以整理後，撰寫成小論文，尋求在2026年的第30屆國際地理研討會中以工作坊的形式發表，展示海外教學成果。