杨口郡 篇

양구군 · Yanggu

计划是不是留在家里啦？那就对了。



你好呀！
我是Amudena的向导**多扣**。
我本来是粘在路人衣服上旅行的苍耳种子哦。
这次就粘着你们一起去！

“Amudena”在韩语里是“哪儿都行”的意思。转盘停在哪儿，这次就去哪儿。



두타연 (강원평화지역 국가지질공원) Dutayeon Gangwon Pyeonghwa Jiyeok Gukga Jijil Gongwon · 头陀渊(江原和平地区国家地质公园) · 照片 韩国观光公社 (公共Nuri第1类型)

Amudena 旅行规矩



出发前只要约好四件事！

NO □□
手机只用来打电话和拍照！
其他的先让它歇一歇吧。

NO
住的地方和吃饭的地方，到了再决定。
是不是有点心动？

NO
路就靠纸质地图和问当地人。

NO □□□□
只走国道和地方道路。
慢慢走才看得到风景嘛。

这本书怎么用



住1 吃1 茶1 玩1 住1、吃3、茶1、玩2……用编号叫起来很方便。
比如“住3，打个电话问问！
”

- 我们没有亲自去过。不过你们可以打电话问问，自己判断。你会怎么选呢？
- 价格我故意没写。想知道的话……对，打电话。
- 信息截至2026年10月。和现场不一样？那也是旅行的一部分啦！
- 纸质地图请各自准备。我是种子，没有地图。我就粘着你们走啦。

着急时打这里

112	119	1330
警察	火警・急救	旅游咨询

□□□□□□□

中国驻韩国大使馆 领事保护（24小时） 02-755-0572

□□□□□□□

금강산 가는길 안내소 金刚山之路咨询处 日 033-480-7266

杨口郡，是个什么样的地方呢



我只告诉你我知道的一点点哦。

这里是韩国国土的正中央。连面的名字都叫“国土正中央面”！

北边亥安面有潘趣碗盆地，方山面有头陀渊。是离DMZ很近的地方。

节庆名字也很有趣。春天是熊耳菜，夏末是“肚脐”，秋天是干菜叶和苹果！

#国土正中央 #DMZ潘趣碗 #破虏湖

今年节庆日历

5.2 – 5.5	청춘양구 곰취축제 Cheongchun Yanggu Gomchwi Chukje · 青春杨口熊耳菜节
8.28 – 8.30	국토정중앙 청춘양구 배꼽축제 Gukto Jeongjungang Cheongchun Yanggu Baekkop Chukje · 国土正中央青春杨口肚脐节
11.6 – 11.8	청춘양구 펀치볼 시래기사과축제 Cheongchun Yanggu Peonchibol Siraegi Sagwa Chukje · 青春杨口潘趣碗干菜叶苹果节

💡TIP! 日期每年都会变。去之前悄悄打1330问一下吧。

睡哪儿呢？



只挑了有电话号码的地方。
有没有空房……打电话才知道！

💡TIP! 地址保留了韩文，方便拿给当地人看。

住1

산골나그네 펜션 Sangol Nageune Penseon · 山村旅人民宿

方山面的山村民宿。房间是瓦房1号和2号，
下午2点入住。

电话	**0507-1314-3975**
客房	瓦房1号 · 瓦房2号
入住	14:00
地址	강원특별자치도 양구군 방산면 남밭길150번길 69

住2

다옴스테이 Daom Seutei

2026年刚获得许可的全新住宿。在杨口邑，
有16间房。

电话	**033-481-2599**
类型	住宿业(其他)
客房	客房16间
地址	강원특별자치도 양구군 양구읍 사명길 109 2026年取得许可

住3

강변장 Gangbyeonjang · 江边庄

国土正中央面的小旅馆。只有4间房，
最好提前打电话问问。

电话	**033-481-2255**
类型	旅馆业
客房	客房4间
地址	강원특별자치도 양구군 국토정중앙면 정중앙로 65-37, 2층 2024年取得许可

住4

테라피하우스펜션 Terapi Hauseu Penseon · 疗愈之家民宿

在东面的药水泉路。听说有13间房。

电话	**033-481-1119**
类型	住宿业(一般)
客房	客房13间
地址	강원특별자치도 양구군 동면 약수터길 82 2022年取得许可

睡哪儿呢？(续)

住5

양구 테마모텔 Yanggu Tema Motel · 杨口主题汽车旅馆

在杨口邑四溟路。可以选床铺房或地暖房。

电话	**033-482-3113**
客房	床铺房 · 地暖房
地址	강원특별자치도 양구군 양구읍 사명길 84-10

吃什么呢？



是不是名店我也不知道。
记住一道招牌菜去试试吧。 本指南还介绍了2家咖啡馆。

吃1

석장골오골계숯불구이 Seokjanggol Ogolgye Sutbul Gui

・石场谷乌鸡炭火烤

用炭火烤乌鸡。也有清炖乌鸡，全年无休。

电话	**033-482-0801**
招牌	오골계숯불구이 Ogolgye Sutbul Gui ・ 炭火烤乌鸡
另有	清炖乌鸡
营业	12:00~21:00
休息	全年无休
地址	강원특별자치도 양구군 양구읍 양록길23번길 16-7

吃2

전주식당 Jeonju Sikdang ・ 全州食堂

招牌是农家豆腐火锅。下午3~5点是休息时间，周一休息。

电话	**033-481-7922**
招牌	촌두부전골 Chon Dubu Jeongol ・ 农家豆腐火锅
另有	猪肉泡菜汤 ・ 烤豆腐 ・ 调味烤肉等
营业	09:00~20:00 (休息时间 15:00~17:00)
休息	每周一
地址	강원특별자치도 양구군 비봉로 91-23

吃3

강원한우정육식당 Gangwon Hanu Jeongyuk Sikdang ・ 江原韩牛精肉餐厅

是精肉餐厅，招牌是韩牛板腱。
听说也有生拌牛肉片！

电话	**0507-1449-3782**
招牌	한우 부채살 Hanu Buchaesal ・ 韩牛板腱
另有	韩牛眼肉盖 ・ 韩牛肋条肉 ・ 生牛肉片等
营业	10:00~21:00 ・ 休息时间 16:00~17:00 ・ 最后点餐 20:30
休息	全年无休
地址	강원특별자치도 양구군 정중앙로 202

吃4

도촌막국수 Dochon Makguksu

荞麦面，还有荞麦煎饼卷和土豆煎饼。
晚上6点半就停止点餐了。

电话	**033-481-4627**
招牌	막국수 Makguksu ・ 荞麦面
另有	荞麦煎饼卷 ・ 白切肉 ・ 土豆煎饼等
营业	10:00~19:00 ・ 最后点餐 18:30
休息	每周一
地址	강원특별자치도 양구군 국토정중앙로 6

吃什么呢？(续)

茶1

양구농사꾼 Yanggu Nongsakkun · 杨口农夫

杨口邑破虏湖路的咖啡馆。
听说有苹果奶油拿铁和元祖土豆面包！

电话	**0507-1397-8827**
招牌	애플크림라떼 Aepeul Keurim Latte · 苹果奶油拿铁
另有	元祖土豆面包 · 苹果洛神花茶 · 苹果肉桂茶等
营业	10:00~22:00 (最后点餐 21:30) · 11月~2月 10:00~20:00 (最后点餐 19:30)
休息	全年无休
地址	강원특별자치도 양구군 양구읍 파로호로 937-30

茶2

위러스틱 Wireoseutik

国土正中央面的咖啡馆。
招牌是手工西柚气泡饮，周二休息。

电话	**033-481-9640**
招牌	수제 자몽에이드 Suje Jamong Eideu · 手工西柚气泡饮
另有	手工蓝莓气泡饮 · 手工苹果气泡饮 · 美式咖啡等
营业	11:00~18:00
休息	每周二
地址	강원특별자치도 양구군 국토정중앙면 가오작리 11

去哪儿玩呢？



只挑了5个地方。
其他的我们路上再遇见。

玩1



두타연 (강원평화지역 국가지질공원) Dutayeon Gangwon Pyeonghwa Jiyeok Gukga Jijil Gongwon · 头陀渊(江原和平地区国家地质公园)

只能在规定时间入场。要提前30分钟到咨询处登记，周一休息。

时间 **08:30~16:20 · 上午入场时间 09:00, 09:30, 10:00, 10:30 · 下午入场时间 13:00, 13:30, 14:00, 14:00, 15:00**
须在入场时间30分钟前到咨询处登记

休息 每周一

地址 강원특별자치도 양구군 방산면 두타연로 297

玩2

파로호(양구) Paroho (Yanggu) · 破虏湖(杨口)

杨口邑下里一侧的破虏湖。一起看看开阔的湖景吧。

时间 **常年开放**

休息 全年无休

地址 강원특별자치도 양구군 양구읍 하리

玩3



국토정중앙천문대 Gukto Jeongjungang Cheonmundae · 国土正中央天文台

下午2点开门，一直开到深夜。周一休息。

时间 **夏季(4月~9月) 14:00~23:00 · 冬季(10月~3月) 14:00~22:00**

休息 每周一(周一为公休日时正常营业) · 1月1日

地址 강원특별자치도 양구군 국토정중앙면 국토정중앙로 127

玩4



박수근미술관 Park Soo-keun Misulgwan · 朴寿根美术馆

听说成人门票6千韩元里，有3千韩元会以杨口爱心商品券返还。周一休息。

时间 **10:00~18:00 (截止入场 17:00)**

休息 每周一(周一为公休日时照常开馆，改为之后第一个工作日闭馆) · 1月1日 · 春节 · 中秋上午

地址 강원특별자치도 양구군 양구읍 박수근로 265-15

去哪儿玩呢？(续)

玩5



국립DMZ자생식물원 Gungnip DMZ Jasaeng Singmurwon ·

国立DMZ自生植物园

亥安面的国立植物园。周一休息，12~2月周日也休息。

时间 **夏季(4月~10月): 09:00~18:00 • 截止入场 17:00**
冬季(11月~3月): 09:00~17:00 • 截止入场 16:00

休息 每周一 · 1月1日 · 春节 · 中秋假期 · 冬季(12月~2月)每周日

地址 강원특별자치도 양구군 해안면 펀치볼로 916-70

逢集一定要逛逛



杨口中央市场的赶集日是带5和0的日子!
逛小镇怎么能少了市场呢?

양구중앙시장 Yanggu Jungang Sijang · 杨口中央市场

集日	**每月5・10・15・20・25・30日**
形式	常设市场 + 五日集
卖的东西	农产品、服装、餐馆
摊位	58家
地址	강원특별자치도 양구군 중앙길 68

💡**TIP!** 也会有这里没收录的市场。问问当地人“这里集市什么时候开?”

向当地人问问看



标准答案不在这本书里。
真正的答案，当地人才知道。

💡TIP! 可以直接把韩文句子给对方看，或者照着读出来。

Q1 **곰취는 어떻게 먹는 게 제일 맛있어요?**
gom-chwi-neun eo-tteo-ke meong-neun ge je-il ma-si-sseo-yo?
熊耳菜怎么吃最好吃?

Q2 **펀치볼 시래기는 어디서 사요?**
peon-chi-bol si-rae-gi-neun eo-di-seo sa-yo?
潘趣碗的干菜叶在哪里买?

Q3 **두타연 가려면 어디서 접수해요?**
du-ta-yeon ga-ryeo-myeon eo-di-seo jeop-su-hae-yo?
去头陀渊要在哪里登记?

Q4 **국토 정중앙 배꼽은 어디 가면 볼 수 있어요?**
guk-to jeong-jung-ang bae-kko-beun eo-di ga-myeon bol su i-sseo-yo?
国土正中央的“肚脐”去哪里能看到?

Q5 **양구 사과는 언제가 제일 맛있어요?**
yang-gu sa-gwa-neun eon-je-ga je-il ma-si-sseo-yo?
杨口的苹果什么时候最好吃?

Q6 **여기 사람들만 아는 별 보기 좋은 자리가 있어요?**
yeo-gi sa-ram-deul-man a-neun byeol bo-gi jo-eun ja-ri-ga i-sseo-yo?
有没有只有当地人才知道的看星星好地方?

会费账本



钱的事要清清楚楚！
总务大人，拜托啦。

总务 _____ 人数 ____人 每人会费 _____韩元

日期	内容	收入	支出	结余