涟川郡 篇

연천군 · Yeoncheon

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。



재인폭포 (한탄강 유네스코 세계지질공원) Jaeinpokpo (Hantangang UNESCO Global Geopark)・才人瀑布（汉滩江联合国教科文组织世界地质公园） • 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

□□□□□□□

연천역 관광안내소 涟川站旅游咨询处	031-834-1230
백의리층 탐방안내소 白蚁里层探访咨询处	031-839-2289
재인폭포 탐방안내소 才人瀑布探访咨询处	031-839-2278

涟川郡，是个什么样的地方呢



我只告诉你我知道的一点点哦。

临津江、汉滩江流经的郡。才人瀑布属于汉滩江联合国教科文组织世界地质公园！

全谷邑有史前博物馆，长南面有瓠芦古垒和高浪浦。

5月有涟川旧石器节，10月有菊花节和薏米节！

#才人瀑布 #旧石器节 #临津江

今年节庆日历

5.2 – 5.5	연천구석기축제 Yeoncheon Guseokgi Chukje · 涟川旧石器节
6.24 – 10.31	2026 문화가 있는날 - 문화배달 2026 Munhwaga Inneun Nal – Munhwa Baedal · 2026 文化日 – 文化配送
10.16 – 10.25	연천 국화축제 Yeoncheon Gukhwa Chukje · 涟川菊花节
10.23 – 10.25	연천율무축제 Yeoncheon Yulmu Chukje · 涟川薏米节

💡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

행복하개 애견 펜션 Haengbokhage Aegyeon Pension · 幸福狗狗宠物民宿

嵋山面的宠物狗民宿。有1号店和2号店，
下午3点入住。

电话	**010-5688-5816**
客房	1号店 · 2号店
入住	15:00
地址	경기도 연천군 미산면 노아로 670-84

住2

언덕 위에 집 Eondeok Wie Jip · 山坡上的家

2026年开业的白鹤面农渔村民宿。
只有1间客房！

电话	**031-924-0611**
类型	农渔村民宿
客房	客房1间
地址	경기도 연천군 백학면 백학로40번길 42-11 2026年取得许可

住3

백의게스트하우스 Baegui Guesthouse

青山面的旅舍。自2022年起，共7间客房。

电话	**031-835-3310**
类型	住宿业（生活型）
客房	客房7间
地址	경기도 연천군 청산면 백의로13번길 13-21 2022年取得许可

住4

고려모텔 Goryeo Motel · 高丽汽车旅馆

涟川邑涟川站路的汽车旅馆。共9间客房。
“Farm Chef Aerom”也在同一条路上！

电话	**031-834-3636**
类型	住宿业（其他）
客房	客房9间
地址	경기도 연천군 연천읍 연천역로 14-1 2019年取得许可

睡哪儿呢？(续)

住5

미라클 모텔 Miracle Motel · 奇迹汽车旅馆

新西面的汽车旅馆。自2017年起，
共17间客房。

电话	**031-834-7775**
类型	旅馆业
客房	客房17间
地址	경기도 연천군 신서면 도대로11번길 58 2017年取得许可

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

고려설렁탕해장국 Goryeo Seolleongtang Haejangguk · 高丽雪浓汤醒酒汤

青山面的雪浓汤店。只营业到下午4点。
周六休息。

电话	**031-835-2102**
招牌	설렁탕 Seolleongtang · 雪浓汤
另有	雪浓汤 · 石锅雪浓汤 · 醒酒汤 · 牛膝骨汤
营业	10:00~16:00（最后点餐: 15:00）
休息	每周六
地址	경기도 연천군 청산면 초대로 5

吃2

팜셰프에이롬 Farm Chef Aerom

涟川邑的餐馆。招牌是鲜虾奶油意面，
也有纯素松饼。周一休息。

电话	**0507-1327-0122**
招牌	새우크림파스타 Shrimp cream pasta · 鲜虾奶油意面
另有	黄油司康 · 软糖布朗尼 · 纯素松饼等
营业	周二至周六: 11:30~19:40 · 休息时间 15:00~17:00 · 最后点餐 19:00 周日: 11:30~15:40 · 最后点餐 15:00 食材售完即止
休息	每周一
地址	경기도 연천군 연천읍 연천역로5번길 19

吃3

임진강쉼터어부식당 Imjingang Swimteo Eobu Sikdang · 临津江休憩处渔夫食堂

全谷邑的辣鱼汤店。招牌是淡水鱼辣汤，
也有鳜鱼辣汤。

电话	**0507-1304-1484**
招牌	민물매운탕 Minmul Maeuntang · 淡水鱼辣汤
另有	砂锅鱼面片汤 · 鳜鱼辣汤 · 烤野生鳗鱼等
营业	11:00~19:00 · 最后点餐 18:00
休息	全年无休
地址	경기도 연천군 전곡읍 은전로 24

吃4

고랑포이야기 Gorangpo Iyagi · 高浪浦故事

长南面长南路的小店。招牌是芒果汁。周一、
周二休息。

电话	**0507-1488-3402**
招牌	망고주스 Mango juice · 芒果汁
另有	番茄汁 · 五谷粉饮 · 美式咖啡等
营业	工作日 12:00~19:00 · 周末 10:00~19:00
休息	每周一 · 周二
地址	경기도 연천군 장남면 장남로 205

吃什么呢？(续)

茶1

연천회관 Yeoncheon Hoegwan · 涟川会馆

涟川邑的咖啡馆。招牌是涟川咖啡，
也有薏米冰淇淋和支石墓红豆黄油面包！

电话	**0507-1300-7011**
招牌	연천커피 Yeoncheon Coffee · 涟川咖啡
另有	薏米冰淇淋 · 涟川咖啡面包 · 支石墓红豆黄油面包等
营业	周一至周四 09:00~20:00 · 周五至周日 09:00~21:00
休息	每周三（公休日照常营业）
地址	경기도 연천군 연천읍 평화로1219번길 42

茶2

전곡역 새마을회관 Jeongogyeok Saemaeul Hoegwan · 全谷站新村会馆

全谷邑的咖啡馆。招牌是新村咖啡，
也有意式冰淇淋。周一休息。

电话	**010-4874-1925**
招牌	새마을 커피 Saemaeul Coffee · 新村咖啡
另有	意式冰淇淋 · 新村山羊奶草莓拿铁 · 香草拿铁等
营业	08:30~21:30（最后点餐 20:30）
休息	每周一
地址	경기도 연천군 전곡읍 은전로78번길 80

去哪儿玩呢？



只挑了5个地方。
其他的我们路上再遇见。

玩1



재인폭포 (한탄강 유네스코 세계지질공원) Jaeinpokpo

(Hantangang UNESCO Global Geopark) · 才人瀑布

（汉滩江联合国教科文组织世界地质公园）

涟川邑的瀑布。全年无休，入场到5点。

时间 **09:00~18:00**
入场、售票及瀑布台阶截止 17:00 / 电动接驳车截止 16:30

休息 全年无休

地址 경기도 연천군 연천읍 부곡리 192

玩2



연천 호로고루 Yeoncheon Horogoru · 涟川瓠芦古垒

长南面的瓠芦古垒。随时都能去。

时间 **全天开放**

休息 全年无休

地址 경기도 연천군 장남면 원당리

玩3



전곡선사박물관 Jeongok Seonsa Bangmulgwan · 全谷史前博物馆

全谷邑的史前博物馆。周一休息，入场到5点半。

时间 **10:00~18:00 (截止入场 17:30)**

休息 每周一（逢公休日除外） · 春节、中秋当天 · 1月1日

地址 경기도 연천군 전곡읍 평화로443번길 2

玩4



연천 숭의전지 Yeoncheon Sungeuijeonji · 涟川崇义殿址

嵋山面的崇义殿址。9点到6点开放，全年无休。

时间 **09:00~18:00**

休息 全年无休

地址 경기도 연천군 미산면 숭의전로 382-27

去哪儿玩呢？(续)

玩5



연천 고랑포구 역사공원 Yeoncheon Gorangpogu Yeoksa Gongwon · 涟川高浪浦口历史公园

长南面的历史公园。周一休息。同一条长南路上有“高浪浦故事”！

时间 **10:00~18:00 · 截止入场 17:00**

休息 每周一 · 1月1日 · 春节、中秋当天（周一逢公休日则次日休息）

地址 경기도 연천군 장남면 장남로 270

逢集一定要逛逛



逛街区，市场最好不过。
1963年开张的全谷传统市场每天都开！

전곡전통시장 Jeongok Jeontong Sijang · 全谷传统市场

集日	**每天**
形式	常设市场
卖的东西	家居用品、餐馆
摊位	64家
地址	경기도 연천군 전곡읍 전곡로172번길 4-15

💡**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 **재인폭포는 비 온 뒤에 가면 더 멋있어요?**
jae-in-pok-po-neun bi on dwi-e ga-myeon deo meo-si-sseo-yo?
才人瀑布雨后去更壮观吗?

Q2 **호로고루는 언제 가면 제일 예뻐요?**
ho-ro-go-ru-neun eon-je ga-myeon je-il ye-ppeo-yo?
瓠芦古垒什么时候去最美?

Q3 **임진강 민물고기 요리는 뭐가 맛있어요?**
im-jin-gang min-mul-go-gi yo-ri-neun mwo-ga ma-si-sseo-yo?
临津江的淡水鱼料理什么好吃?

Q4 **연천 율무로 만든 먹거리 있어요?**
yeon-cheon yul-mu-ro man-deun meok-geo-ri i-sseo-yo?
有用涟川薏米做的吃的吗?

Q5 **전곡전통시장에선 뭘 사 먹으면 좋아요?**
jeon-gok-jeon-tong-si-jang-e-seon mwol sa meo-geu-myeon jo-a-yo?
全谷传统市场买什么吃比较好?

Q6 **여기 사람들만 아는 해 지는 자리가 있어요?**
yeo-gi sa-ram-deul-man a-neun hae ji-neun ja-ri-ga i-sseo-yo?
有没有只有本地人知道的看日落的地方?

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