

## 宿霧 CEBU



### 簡介

宿霧氣候宜人，水清沙幼，素有“度假伊甸園”之美稱。對於貪戀陽光海灘的度假者來說，這裡無疑是世外桃源，沿海有許多度假勝地，豪華、一流的酒店、餐飲、娛樂、購物等設施一應俱全。對於潛水愛好者來說，這裡簡直是夢中的天堂，完善的潛水設備、專業的潛水課程、驚險刺激的水世界之旅，無一不令你流連忘返。

麥克坦島（Mactan Island）、莫阿爾博阿（Moalboal）都是不容錯過的夢幻樂園。致力於探尋古跡的朋友在這座古老的城市處處可見歷史的烙印，在這裡，古韻風情與現代活力被演繹得近乎完美。

州政府所在地宿霧市是菲律賓最早的城市，被稱為“南方皇后市”（Queen city of the South），也是維薩亞斯政治、經濟、文化、教育的主要命脈。舉世聞名的麥哲倫十字架、聖嬰教堂……散發著傳奇般的色彩。1521年，葡萄牙航海家麥哲倫由西班牙航行到中南美洲，途中，他驚喜地發現了這個美麗靜謐的小島。如今，在菲律賓的7000多個島嶼之中，詩情畫意的宿霧島已發展成為最受遊客歡迎的觀光點。

### 區域分佈

宿務市位於宿務省（島）的東部沿海，維薩亞斯（Visayas）群島的中心位置，是宿務省首府，菲

律賓第二大城市，僅次於馬尼拉，系中央直轄市。宿務面積 340 平方公里，人口 70 萬。宿務市、曼達威市和拉普拉普市組成大宿務，總人口 110 萬，是維薩亞（Visaya）地區的經濟中心。

## 機場 - 麥克坦-宿霧國際機場

<http://www.mactan-cebuairport.com.ph/vital-information/>

## 潮遊好去處

宿霧海水乾淨，珊瑚美麗，加上終年仲夏的好氣候，如今宿務成為潛水者眼中不可多得的天堂。潛水一般由教練帶領，包括海底尋寶探險、海底懸崖探險等項目。穿上潛水服，套上 BC，背上氣瓶，穿上蛙鞋，戴上面鏡，咬住呼吸器，一手前扶鏡，一手後扶頭，一個漂亮的跨步入水，滾滾的氣泡將讓你開始神奇的大海之旅。

## 水上遊覽

是宿霧很地道的遊玩方法，也是最逍遙自在的遊覽途徑。如果你不想乘坐渡船，可以租用一艘小船暢遊小島。很多海灘都有等待出租的小船，建議找信譽良好的船主查詢，除了可確保安全之外，也可避免被“剝削”。一切準備就緒了，就去薄荷島、麥克坦島、莫阿爾博爾享受湛藍的海水、雪白的沙灘、柔和的陽光吧，還有許多可愛的小島、優美的海灘有待你去發掘呢。

宿霧地形複雜，是爬山、遠足愛好者的好去處。經過辛苦的旅程之後，迎接你的總是如詩如畫的好風光。

熱愛高爾夫球的朋友手癢了，可到位於市內 Banilad 及 Pardo 的宿霧鄉村俱樂部 Alta Vista Golf and County Club。此外，距離市中心約 33 千米的 Danao City 亦設有 Club Filipino Golf Course。

宿霧的夜生活在菲律賓非常有名，在遍佈四處的夜總會、音樂廳、酒吧、咖啡廳裡，你能深刻感受當地居民對音樂、舞蹈的熱忱。在 Cebu Plaza 的 Bai Bar 和 Waterfront Hotel 的 H2O，你可以盡情跳舞，也可以到卡拉 OK 大展歌喉，嗜酒的可以去酒吧（Fuel，Club Royale，Rhythm ad Brews.....）好賭的可以到 Waterfront Hotel 的 Casino Filipino 一展身手，試試運氣，千萬注意淺嘗輒止哦。大部份的酒吧和夜總會都營業至凌晨時分，或等到最後的客人離開才打烊。去山頂欣賞璀璨的星光也是不錯的選擇。

一般來說，宿霧夜生活的價格是頗為便宜的。但叫飲料酒水時，記得先看清楚價目表，迪士高通常營業至凌晨 4 至 5 點，星期三女士可以免費入場。星期五、六是生意最好的時間。

## 麥哲倫十字架 Magellan's Cross

這是麥哲倫到達宿霧後在海灘上豎起的十字架，象徵著西班牙國王將這些島嶼殖民化，如今被安置在宿霧市政廳廣場中央一個六角型亭子裡，外面用菲律賓緬茄木建造了一個空心十字架將原來的十字架包住，以起保護作用。

宿霧人非常信奉並尊敬這個深具歷史及文化意義的十字架，每逢星期日的早上，無數的善男信女

會帶著香燭前來虔誠地祈求平安好運。存放十字架的小堂頂部有精美壁畫，保留了當年原貌，頗具觀賞價值。

### 薄荷島 Bohol Island

薄荷島是菲律賓 7000 小島中最好的潛水勝地海水清澈，海底色彩豐富。島上有多家潛水學校可提供各種潛水套餐，按照住的天數和潛水的次數，價格從幾千到一萬多比索不等。薄荷島也可以觀賞海豚，但需要一大早乘船出海等待。

薄荷島是菲律賓第十大島，是個珊瑚島。碎珊瑚被海水沖成的沙灘，不是像面粉那樣的細沙，但即使在暴曬的烈日下，踩上去仍是涼涼的。沙灘雪白雪白，把海水映得層次分明，近處是淺淺的綠，遠處是深深的藍。島上景點有古老的教堂、盟約紀念碑，還有森林區全世界最小的猴子——眼鏡猴，除此之外，薄荷島還是潛水的天堂，租上服氧氣瓶，雇一位新手教練，隨後就可以坐船出海，進入千姿百態的海底世界了。

### 巧克力山 Chocolate Hills

- 上千座小山丘在旱季時呈現出巧克力一般的色彩，是薄荷島標誌性的自然奇景。
- 電影《哈利·波特》中主人公騎掃帚飛躍山頂的情節就是在此拍攝的。

巧克力山位於薄荷島中部的卡門（Carmen）附近，是島上不可錯過的一處標誌性自然奇景。它由 1268 座外形近乎一致、高度 40-120 米不等的小山丘組成，之所以叫“巧克力山”，是因為每到旱季山上的草坪便會乾枯成褐色，遠遠望去就像是一顆顆的巧克力，非常漂亮。電影《哈利·波特》中主人公騎著掃帚飛過山頂的鏡頭就是在這裡取景的哦。想要一睹成片的“巧克力”，就要在 2-5 月的旱季時前往，尤其在清晨的薄霧或夕陽的光線下顯得格外美妙。其他季節看到的則是爽目的綠色，雖然也很漂亮，只是少了點魔法的味道。登巧克力山，其實就是爬上一座觀景台來眺望遠方的小山丘。不過，由於 2013 年的地震，巧克力山的主觀景台嚴重受損且尚未修復，如今遊客只能到另一處觀景台來眺望巧克力山，觀景效果也遜色一些。在巧克力山的山腳下可以找到摩托車載你上山，當然你也可以自己步行上去，沿途色彩明快的花朵和綠色植物會令人心情舒暢，走大約 20-30 分鐘就能到達頂端的觀景台。之前這裡很流行借掃帚來模仿哈利·波特的動作，拍出飛翔在巧克力山上的照片，但現在借掃帚拍照的地方也封閉起來了，多少有些遺憾。不過，你也可以發揮

### 處女島 Virgin Island

處女島是一個無人小島，是一個非常美麗的小島，在海中延伸出一條長長的沙壩，沒有漲潮的時候去最高，在水中可以走出幾百米遠，海水清澈透亮，顏色層次分明，仿佛童話世界。但是漲潮時，水位上升，就不能體會到她的神奇了。她的第一個奇妙之處在於，因為岸邊的水太淺，船老大要乘著漲潮的時候，從海面上找到一條天然的水道入口，才能夠從一條寬闊的有足夠水深的白色沙底的水道開到島上，所以不是每個人都有運氣能夠上島，要看船隻大小和潮汐的情況。這個島的第二個奇妙之處在於，從島上伸出去兩道沙堤，就像張開的左右臂膀一樣擁抱來客，沙很白很細，海水剛好淹過沙堤，但很淺，基本是到腳踝，走在清涼的海水裡，細軟的沙堤上，非常舒服。沙堤外面的海床上全是茂密的海草，而海草中，埋了很多地雷——海膽！這也正是儘管水很

淺，但人卻不能涉水上島的原因。

### **眼鏡猴游客中心 Philippine Tarsier Sanctuary**

眼鏡猴是菲律賓的國寶，也是瀕危保護動物，它們的體型非常迷你，只有手掌般大小，卻有著大而圓的眼睛，像是戴了副眼鏡，因而得名眼鏡猴。眼鏡猴遊客中心是薄荷島著名的眼鏡猴保護中心及參觀點，你可以在這裡近距離觀察眼鏡猴的各種姿態，還有機會看到它靈巧的小腦袋是如何旋轉 180°的。

前往眼鏡猴遊客中心前請留意一下天晴狀況，別在雨天去，否則眼鏡猴會藏著不出來。遊客中心不大，但裝飾得十分可愛，包括資訊板、視聽展覽、一個圈養繁殖區、一個野生動物保護區和一條步道。

跟隨工作人員進入一片小小的樹林，你會在枝繁葉茂的樹上發現數隻縮著身體、抱著樹枝的眼鏡猴，非常萌。你還會注意到，它們除了有著大大的眼睛，還有比身體長上好幾倍的尾巴。

由於眼鏡猴是一種典型的夜行動物，白天參觀時很可能撞見它們睡覺的模樣。在遊覽時請務必保持安靜，也不要為了弄醒它們而去搖動樹枝。眼鏡猴很膽小而且身體極其脆弱，因此拍照時禁止使用閃光燈，更不能伸手去摸，否則會對它們造成嚴重傷害甚至死亡。

遊客中心還提供與眼鏡猴合影的服務，需要付點小費，請提前備好零錢。你可以擺出假裝手捧眼鏡猴的姿勢來合影，但不能真的觸摸哦。

另外，遊客中心也出售一些零錢包、掛飾等手工藝品，價格便宜、做工也不錯，你可以買一點，既作為紀念，也是對眼鏡猴遊客中心的基金支持。

### **聖佩特羅堡 Fort San Pedro**

佩特羅堡坐落於宿霧市海邊，建造於 1738 年，由西班牙殖民者指揮本土宿霧人建造，最開始的時候是為了抵禦穆斯林侵略者，在第二次世界大戰早期，美軍曾經把這裡用做軍事基地和訓練營，日軍統治期間城堡又被作為集中營。幾經風雨，如今的聖佩特羅堡已開闢為國家公園。

佩特羅堡為菲律賓最早、最小的三角形的城堡，內部占地面積 2025 平方米，城牆高 6.1 米，寬 2.4 米，城牆四角上設有碉堡。城堡內部樹木繁茂，百花盛開，綠茵茵的草地上靜靜的躺著幾尊大炮，這是戰爭時期遺留下來的，至今依然保護著這個古老的城堡，同時也是當年殘酷戰爭的見證。登上聖佩特羅堡的最高處，即可一覽無餘的欣賞宿霧市的風光。城堡的一小部分被開闢為博物館，用來收藏當年的西班牙殖民者遺留的物品，如檔、繪畫、雕塑等。

### **聖嬰教堂 Basilica Minore del Santo Nino**

聖嬰教堂於 1565 年在宿霧修建。聖嬰教堂現在在教堂的聖壇上祀奉著宿霧的保護神——木制聖嬰聖像，高 40 釐米，是菲律賓最古老的聖像。聖像原本是麥哲倫來到宿霧宣揚天主教教義，適逢當地土著族族長 Rajah Humabon 攜妻子 Queen Juana 及近 400 名土著人接受洗禮成為天主教徒，於是麥哲倫向 Queen Juana 贈送了一個木制的黑皮膚的聖嬰像作為禮物。到了 1565 年，宿霧經歷了一場大火，整個宿霧被夷為平地，但是唯獨聖嬰像完好無損，成為一個傳奇。人們認為聖嬰像是有神的賜福，於是加以膜拜，並特地在發現聖嬰像的地點修建了一個幼年耶穌基督像，將聖嬰像的複製品放在天主教堂的女修道院內，原版的聖嬰像便在教堂的聖寺上保存。

以上資料，只供參考之用！

## 宿霧大教堂 Cebu Metropolitan Cathedral

宿霧大教堂距離聖嬰教堂一個街區，是一座較新的教堂。和聖嬰教堂略顯頹廢的年代感相比，這裡很整潔、肅穆、簡單，融合了現代簡約派和古典教堂的風格。

去宿務很多人一般會去聖嬰教堂，但宿務大教堂同樣不能錯過。距離聖嬰教堂不遠，規模更大，建築更漂亮。

## 馬拉帕斯卡島 Malapascua Island

馬拉帕斯卡島因其外形酷似絲瓜蒂，故旅行家們戲稱為“媽媽拍絲瓜島”。這個狹長形的小島以原始、清靜和潛水而著稱。在這裡潛水，有機會去到世界唯一一處看到長尾鯊的地方，觀賞到難得一見的“鯊魚”，最適合親子遊的一個原始生態保存完好的小島了。

馬拉帕斯卡島最主要的活動是潛水，最有名的潛點是莫納淺灘（Monad Shoal），乘螃蟹船 15 分鐘可到達，在這裡可以看到長尾鯊。跳島遊：附近的 Carnassa 和 Calangaman 兩座島嶼都有非常美的海灘和極好的浮潛條件，環島遊包括浮潛和看海豚，一天費用約 3000 比索。

不過這並不代表不潛水的人就沒有其他選擇了。花上 3 小時就能繞島一周，這是一段美妙的行程，中間有機會拍到很多好照片。

## 潮食篇

宿霧的美食包羅萬象、物美價廉。島上美食以肉類和海鮮為主，傳統的菲律賓風味混合少許西班牙風格。最常見的烹調方式有三種：用醋浸泡、碳烤或白灼，然後加上辛辣的調味品。在眾多的菜式中，以中國菜和西班牙菜最為流行。在設施完備的度假小島上，俯首皆是風格各異的主題餐廳。

去蜜蜂農場（Bee Farm）吃一頓自助餐是這裡的一大特色。農場的麵包美味香甜，菜肴都加了農場自產的蜂蜜作調味，雖然自助餐的菜肴種類不多，但在農場鄉村自然的田園環境下用餐，吃的已不只是甜甜的美味了。自助餐價格 450 菲幣加 10% 服務費。

菲律賓風味的 CAFE LAGUNA，CHIKAAN SA CEBU，GOLDEN COWRIE，中國風味的 GRAND MAJESTIC CONVENTION CITY，CEBU FAMILY CHOICE，島上風味的 BASELINE RESTAURANT，CHATEAU DE BUSAY 都是值得嘗試的好地方，還有地中海風味、歐洲風味、日本風味、西班牙風味等等，簡直舉不勝舉。就等待你親自去品評吧。

菲律賓的芒果舉世聞名，而宿霧的芒果又是菲律賓最好的，又香又甜而絕對不澀。芒果汁更是美

以上資料，只供參考之用！



味，黃的是熟芒果汁，又香又濃，吸管豎在杯子中間可以動都不動；青的是生芒果汁，甜中帶酸，特別爽口。特別推薦青芒果汁！

如果想要一次享用各種風味美食，而花費又不大的話，自助餐是最好的選擇了。位於 Pres Osmena Blvd 和 Jasmine St 拐角處的 Joven's Grill 餐廳晚上供應品種繁多價格平易的自助餐（P120/位），菲律賓菜、沙拉、水果和甜品飲料應有盡有。

特色菜點：

熟芒果汁，功能表上的名字叫 mango shake，黃黃的熟芒果汁色彩誘人，喝起來又香又濃，吸管豎在杯子中間可以動都不動。

生芒果汁，功能表上 green mango juice，即青芒果汁，甜中帶酸，特別爽口。在宿霧炎熱的氣候中來上一杯，解暑清涼。