



大眾小哥

AOTEAROA · 長白雲之鄉

2026 紐西蘭 行前準備清單 + 必玩攻略

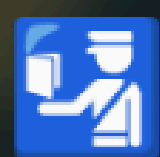
從簽證、打包到南北島私房路線，這篇幫你把出發前的焦慮，換成一份可以直接照抄的行動清單。





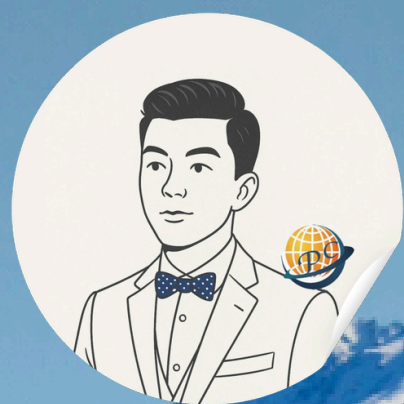
BEFORE YOU GO · 01

證件與保險



出發前必辦

- ☐ 護照效期需 **超過 3 個月** 以上
- ☐ 申請 **NZeTA** 電子旅遊許可 (約 3 個工作天)
- ☐ 繳交 **IVL 國際旅客稅**
- ☐ 投保 **海外旅平險**，含醫療後送與戶外活動
- ☐ 申請 **國際駕照**，與台灣駕照併用



BEFORE YOU GO · 02

財務與通訊

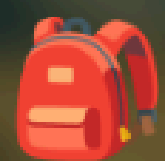
錢包裡先準備好

- ☐ 準備一張 **海外刷卡回饋** 信用卡
- ☐ 兌換少量 **紐幣現金**，小鎮常只收現金
- ☐ 出發前開通 **eSIM** 或機場買實體卡
- ☐ 下載 **BNZ / ANZ** 常見商店行動支付
- ☐ 告知銀行 **海外用卡**，避免被鎖卡



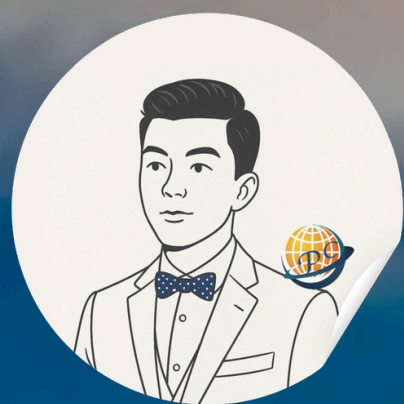
BEFORE YOU GO · 03

打包清單



行李箱打勾表

- ☐ 洋蔥式穿法：**刷毛外套 + 防風防水殼**
- ☐ 紫外線強，**防曬乳、太陽眼鏡** 不能少
- ☐ **轉接頭**（紐西蘭為澳規三孔插座）
- ☐ 健行用 **防水登山鞋** 與快乾衣物
- ☐ 一天內可能經歷四季，**保暖層帶足**



BEFORE YOU GO · 04

交通與行程預訂

訂位時間軸

- ☐ 提早預訂 **租車或露營車**，旺季價差大
- ☐ 加保 **全險 (Zero Excess)**
- ☐ 熱門健行 **提前數月訂位**
- ☐ 下載 **NZTA、Rankers、CamperMate** App
- ☐ 南北島間搭 **Interislander** 渡輪



NORTH ISLAND · 02

北島 必玩攻略

地熱、火山與哈比人的故鄉
適合安排 5-7 天慢慢晃



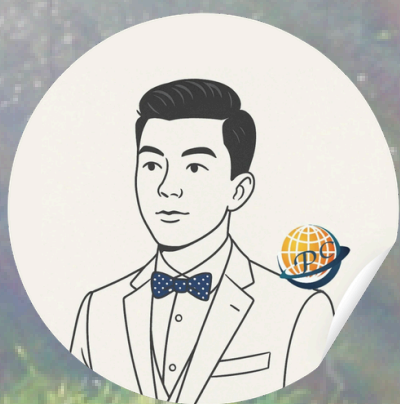
01 / 04

羅托魯瓦 Rotorua

地熱噴泉、泥漿池與硫磺味撲鼻而來的活火山地質公園，晚上可以參加毛利文化 Hangi 晚宴，體驗窯烤大餐與哈卡舞。

地熱奇景

毛利文化



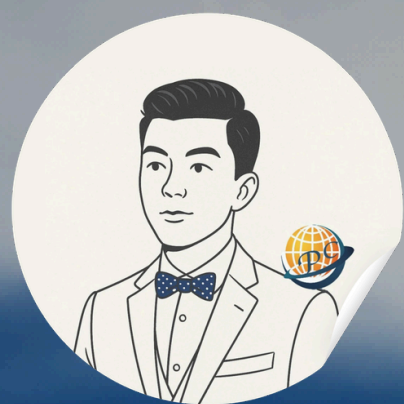
02 / 04

哈比屯 Hobbiton

電影《魔戒》與《哈比人》實景拍攝地，44 座哈比人小屋散落在綠色農莊間，行程結束會招待一杯在地精釀啤酒。

電影場景

建議預留半天



03 / 04

陶波湖 Lake Taupo

紐西蘭最大的湖泊，是紐西蘭跳傘的熱門起跳點之一，
湖畔還能欣賞胡卡瀑布湛藍的水流衝擊力道。

[高空跳傘](#)[瀑布](#)



04 / 04

東加里羅 Tongariro

經典一日健行路線 Alpine Crossing，19.4 公里穿越火山口與翡翠湖，也是電影《魔戒》中魔多的取景地。

一日健行

需提早接駁預訂



SOUTH ISLAND · 03

南島 必玩攻略

峽灣、冰河與星空
建議至少留 7-10 天

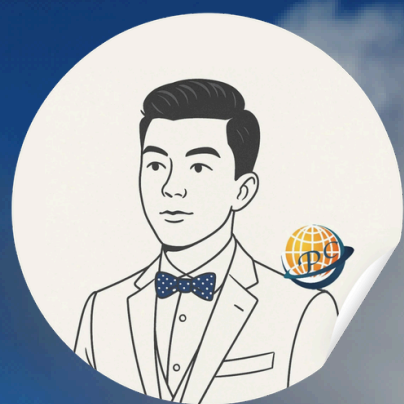


01 / 05

皇后鎮 Queenstown

世界極限運動之都，高空彈跳的發源地，也是探索瓦卡蒂普湖與遠山纜車景觀的最佳基地。

[高空彈跳](#)[纜車景觀](#)



02 / 05

米佛峽灣 Milford Sound

被稱為「世界第八大奇景」，搭船深入峽灣，兩側是垂直而下的瀑布與雨林峭壁，運氣好還能遇見海豹與海豚。

峽灣遊船

建議早班避開人潮



03 / 05

蒂卡波湖 Lake Tekapo

南半球國際暗空保護區，牛奶藍的湖水搭配善良牧羊人教堂，夜晚是全世界數一數二清晰的觀星地點。

觀星

魯冰花季 11-12月



04 / 05

瓦納卡孤獨樹

長在湖中央的孤獨柳樹，四季皆美，是南島最容易拍出明信片級照片的角落，順遊瓦納卡小鎮享受悠閒步調。

網美拍照點

日出最美



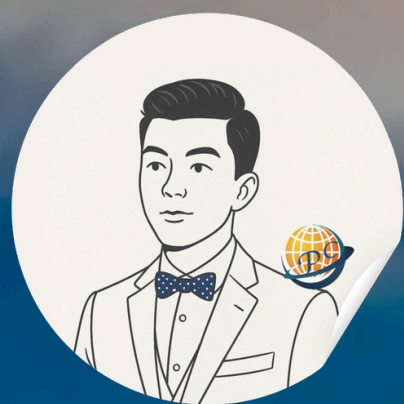
05 / 05

法蘭士約瑟夫冰河

少數能從溫帶雨林一路健行到冰河腳下的地方，也可以搭直升機登上冰原體驗冰隙健行。

冰河健行

直升機登冰原



GETTING AROUND · 04

交通攻略

RULE 01

靠左行駛，圓環禮讓右方

圓環要禮讓已在環內、以及來自右側的車輛。

RULE 02

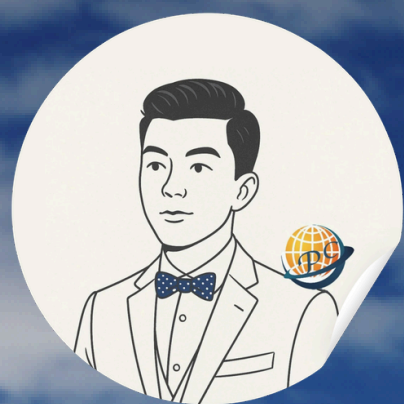
注意單車道橋

遵守指示牌上標示的優先通行方向，別搶快。

RULE 03

加油趁早

偏鄉加油站少，油量剩一半就建議找站加。



LOCAL FLAVOURS · 05

美食清單



紐西蘭羊肉

草飼羊肉肉質細嫩無腥味



青口貝

白酒清蒸最對味



麥蘆卡蜂蜜

認明 UMF/MGO 認證標章



馬爾堡白酒

酸度明亮、果香奔放



GOOD TO KNOW · 06

當地禮儀與注意事項



入境生物安全檢查嚴格

食物、蜂蜜、戶外裝備泥土都要申報。



簽署 Tiaki 承諾

紐西蘭旅遊環保守則，取用時心懷關愛。



偏鄉訊號不穩定

建議提前下載離線地圖。



SEE YOU IN AOTEAROA

把清單存起來， 剩下的交給紐西蘭的風景。

如果這篇對你的行前準備有幫助，記得分享給下一個要
飛去紐西蘭的朋友。

2026 · 紐西蘭自助旅行手記

出去玩 讓你省錢不踩雷



PUBLICTRAVEL_



大眾旅遊 PC TRAVEL

大眾旅行社

台北 桃園 台中 台南 高雄 屏東



大眾小哥

護照 台胞證 各國簽證



@PUBLICTRAVEL_