

WEIYA

amazing  
THAILAND



# 10 ที่..น่าเที่ยว



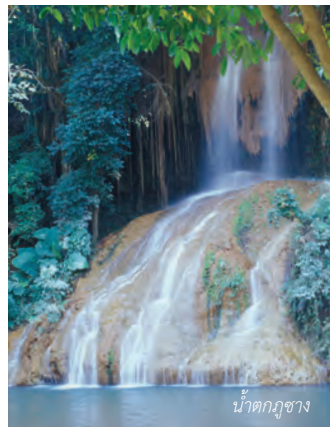




วัดอนาลโยทิพยาราม



จุดชมวิวก้างน๋อย



น้ำตกภูซาง



บ้านดินคำปู้จู้



ถนนคนเดินพะเยา

แบบประเมินความพึงพอใจเอกสารท่องเที่ยว



Satisfaction Questionnaire of Tourist Information Brochures



คอยกุนม วนอุทยานภูสิงห์









พระเจ้าตนหลวง วัดศรีโคมคำ

พะเยา

กว๊านพะเยาแหล่งชีวิต ศักดิ์สิทธิ์พระเจ้าตนหลวง  
บวงสรวงพ้อขุนจำเมืองงามลือเลื่องคอยบุษราคัม

**พะเยา** เดิมมีชื่อเรียกว่า “ภูกามยาว” หรือ “พยาว” หมายถึง หมู่บ้านที่เรียงรายไปกับภูเขายาว อีกนัยหนึ่งหมายถึง เมืองที่มีผายาว เป็นเมืองเก่าแก่มีประวัติศาสตร์ยาวนาน ก่อตั้งเมื่อ พ.ศ. ๑๖๓๘ โดยพ่อขุนจอมธรรม กษัตริย์ราชวงศ์ลัวะจิงคราชหิรัญนครเงินยางเชียงแสน และเจริญรุ่งเรืองสูงสุดในสมัยพ่อขุนจำเมือง ภายหลังมีการเปลี่ยนแปลงอำนาจพะเยาจึงตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของอาณาจักรล้านนา ต่อมาในสมัยรัชกาลที่ ๕ แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ เมืองพะเยาถูกยุบเป็นอำเภอพะเยา ส่วนหนึ่งของจังหวัดเชียงราย และได้จัดตั้งขึ้นเป็นจังหวัดที่ ๗๒ ของประเทศไทย เมื่อวันที่ ๒๘ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๒๐

จังหวัดพะเยาแบ่งการปกครองออกเป็น ๙ อำเภอ ได้แก่ อำเภอเมืองพะเยา อำเภอจุน อำเภอเชียงคำ อำเภอเชียงม่วน อำเภอดอกคำใต้ อำเภอปง อำเภอภูกามยาว อำเภอภูซาง และอำเภอแม่ใจ

## การเดินทาง

### รถยนต์

**เส้นทางที่ ๑** ใช้ทางหลวงหมายเลข ๓๒ (สายเอเชีย) ผ่านจังหวัดพระนครศรีอยุธยา อ่างทอง สิงห์บุรี นครสวรรค์ เข้าสู่ทางหลวงหมายเลข ๑ ผ่านอำเภอกลองชลูง จังหวัดกำแพงเพชร อำเภอบ้านตาก จังหวัดตาก และอำเภอเถิน อำเภอสบปราบ อำเภอองาว จังหวัดลำปาง เข้าสู่ตัวเมืองพะเยา ระยะทาง ๗๕๔ กิโลเมตร

**เส้นทางที่ ๒** ใช้ทางหลวงหมายเลข ๓๒ (สายเอเชีย) ผ่านจังหวัดพระนครศรีอยุธยา อ่างทอง สิงห์บุรี และนครสวรรค์ เลี้ยวขวาเข้าสู่ทางหลวงหมายเลข ๑๑๗ จนถึงจังหวัดพิษณุโลก แยกซ้ายเข้าสู่ทางหลวงหมายเลข ๑๒ ไปจนถึงสุโขทัย เลี้ยวขวาไปตามทางหลวงหมายเลข ๑๐๑ ผ่านอำเภอเด่นชัย จังหวัด

แพร่ เลี้ยวซ้ายเข้าสู่ทางหลวงหมายเลข ๑๐๓ ผ่านอำเภอร้องกวาง และเข้าสู่ทางหลวงหมายเลข ๑ ผ่านอำเภอองาว เข้าสู่ตัวเมืองพะเยา ระยะทาง ๘๔๒ กิโลเมตร

**รถโดยสารประจำทาง** บริษัท ขนส่ง จำกัด (บขส.) มีรถออกจากสถานีขนส่งผู้โดยสารกรุงเทพฯ (จตุจักร) ถนนกำแพงเพชร ๒ ทุกวัน สอบถามข้อมูล โทร. ๑๔๕๐, ๐ ๒๕๓๖ ๒๘๕๒-๖๖ สำนักงานพะเยา โทร. ๐ ๕๔๔๓ ๓๓๖๓ [www.transport.co.th](http://www.transport.co.th) และสถานีขนส่งผู้โดยสารจังหวัดพะเยา โทร. ๐ ๕๔๔๓ ๑๔๘๘ สำหรับรถโดยสารเอกชนมีบริษัท สมบัติทัวร์ โทร. ๐๒๑๕ สำนักงานพะเยา โทร. ๐ ๕๔๔๑ ๑๑๘๗

**รถไฟ** จากสถานีรถไฟกรุงเทพฯ (หัวลำโพง) สามารถนั่งรถไฟลงที่สถานีลำปาง หรือสถานีเชียงใหม่ แล้วต่อรถโดยสารไปจังหวัดพะเยา สอบถามข้อมูลได้ที่หน่วยบริการเดินทาง การรถไฟแห่งประเทศไทย โทร. ๑๖๙๐ [www.railway.co.th](http://www.railway.co.th)

**เครื่องบิน** สามารถเดินทางโดยเครื่องบินไปลงท่าอากาศยานแม่ฟ้าหลวง เชียงราย จากนั้นเดินทางด้วยรถประจำทางหรือเช่าเหมารถมายังจังหวัดพะเยา สอบถามเที่ยวบินได้ที่

- บริษัท การบินไทย จำกัด (มหาชน) โทร. ๐ ๒๓๕๖ ๑๑๑๑ [www.thaiairways.com](http://www.thaiairways.com)
- สายการบิน บางกอก เออร์เวย์ โทร. ๐๗๗๑ [www.bangkokair.com](http://www.bangkokair.com)
- สายการบิน ไทย โลอ็อน แอร์ โทร. ๐ ๒๕๒๙ ๙๙๙๙ [www.lionairthai.com](http://www.lionairthai.com)
- สายการบิน ไทย สมายล์ โทร. ๑๑๘๑ [www.thaismileair.com](http://www.thaismileair.com)
- สายการบิน นกแอร์ โทร. ๑๓๑๘ [www.nokair.com](http://www.nokair.com)



อนุสาวรีย์พ่อขุนงำเมือง

- สายการบิน แอร์ เอเชีย โทร. ๐ ๒๕๑๕ ๙๙๙๙  
www.airasia.com

### การเดินทางจากพะเยาไปจังหวัดใกล้เคียง

มีรถประจำทางสาย ๑๙๘ เส้นทางเชียงใหม่-พะเยา-เชียงใหม่ ให้บริการทุกวัน ตั้งแต่เวลา ๐๖.๓๐-๑๗.๓๐ น. สอบถามข้อมูลได้ที่ บริษัท ไทยพัฒนกิจขนส่ง จำกัด (กรีนบัส) โทร. ๐ ๕๓๒๖ ๖๔๘๐  
www.greenbusthailand.com

### ระยะทางจากตัวเมืองพะเยาไปอำเภอต่าง ๆ

|                |     |          |
|----------------|-----|----------|
| อำเภอจุน       | ๔๘  | กิโลเมตร |
| อำเภอเชียงคำ   | ๗๖  | กิโลเมตร |
| อำเภอเชียงม่วน | ๑๑๗ | กิโลเมตร |
| อำเภอดอกคำใต้  | ๑๕  | กิโลเมตร |
| อำเภอปง        | ๗๙  | กิโลเมตร |
| อำเภอภูพานยาว  | ๑๘  | กิโลเมตร |
| อำเภอภูซาง     | ๘๗  | กิโลเมตร |
| อำเภอแม่ใจ     | ๒๗  | กิโลเมตร |

### ระยะทางจากจังหวัดพะเยาไปจังหวัดใกล้เคียง

|          |     |          |
|----------|-----|----------|
| เชียงราย | ๙๔  | กิโลเมตร |
| น่าน     | ๑๗๖ | กิโลเมตร |
| แพร่     | ๑๔๑ | กิโลเมตร |
| ลำปาง    | ๑๓๑ | กิโลเมตร |

## สถานที่ท่องเที่ยว

### อำเภอเมืองพะเยา

**อนุสาวรีย์พ่อขุนงำเมือง** อยู่ที่สวนสาธารณะเทศบาลเมืองพะเยา (สวนสมเด็จพระเจ้า ๙๐) ถนนชายกว๊าน พ่อขุนงำเมืองเป็นกษัตริย์ที่ปกครองเมืองพะเยา ระหว่าง พ.ศ. ๑๘๐๑-๑๘๔๑ เป็นช่วงเวลาที่มีความเจริญรุ่งเรืองมาก พระองค์เป็นพระสหายร่วมน้ำสาบานกับพ่อขุนเม็งรายมหาราชแห่งเมืองเชียงราย และพ่อขุนรามคำแหงมหาราชแห่งกรุงสุโขทัย ทั้งสามพระองค์ได้กระทำสัตย์ปฏิญาณต่อกัน ณ แม่น้ำอิง ปัจจุบันคือบริเวณสถานีประมงน้ำจืดพะเยา พ่อขุนงำเมืองเป็นผู้ทรงอิทธิฤทธิ์ กล่าวกันว่าเมื่อพระองค์เสด็จไปทางไหน “แดดก็บ่อฮั่น ฝนก็บ่อฮำ จักให้แดดก็แดด จักให้บดก็บด” จึงได้พระนามว่า “งำเมือง” ในวันที่ ๕ มีนาคม ของทุกปี จะมีพิธีสักการะบวงสรวงพ่อขุนงำเมือง





กว๊านพะเยา

**กว๊านพะเยา** อยู่ถนนชายกว๊าน ตำบลเวียง คำว่า “กว๊าน” ใช้เรียกหนองน้ำหรือบึงน้ำขนาดใหญ่ เป็นภาษาท้องถิ่นล้านนา ใช้เฉพาะในจังหวัดพะเยา เท่านั้น กว๊านพะเยาเกิดจากการยุบตัวของเปลือกโลก เมื่อ ๗๐ ล้านปีมาแล้ว หากมองจากมุมสูง จะเห็นเป็น รูปพระจันทร์เสี้ยวเกือบครึ่งวงกลม แหว่งทางด้าน ตะวันออกเฉียงเหนือ ต่อมาเมื่อ พ.ศ. ๒๔๗๘ มีการ ตั้งสถานีประมงน้ำจืดจังหวัดพะเยาขึ้น บริเวณต้น แม่น้ำอิงและสร้างฝายกันน้ำ จึงเกิดเป็นบึงน้ำขนาดใหญ่ มีเนื้อที่ ๑๒,๘๓๑ ไร่ มีความลึกเฉลี่ย ๑.๕ เมตร เป็นทะเลสาบน้ำจืดใหญ่อันดับ ๔ ของประเทศไทย มีการเพาะพันธุ์ปลากว่า ๕๐ ชนิด เช่น ปลากลาย ปลา สวาย ปลาเทโพ ปลาจีน ปลาไน และปลานิล บริเวณ รอบกว๊านพะเยามีทัศนียภาพร่มรื่น มองเห็นทิวเขา สลับซับซ้อน มีสวนสาธารณะ เหมาะแก่การนั่งเล่น

พักผ่อนหย่อนใจ และชมพระอาทิตย์ตกยามเย็น มี บริการนั่งเรือพายชมกว๊านทุกวัน สอบถามข้อมูล ได้ที่ ชมรมเรือพายกว๊านพะเยา โทร. ๐๘ ๙๔๓๓ ๗๓๑๑ บริเวณถนนรอบ ๆ กว๊าน มีที่พักและร้านอาหารเปิดให้บริการ

**วัดติโลกอาราม** อยู่กลางกว๊านพะเยา มีอายุเก่าแก่ กว่า ๕๐๐ ปี จากหลักฐานศิลาจารึกที่ขุดพบบริเวณ วัด ทำให้ทราบว่าวัดแห่งนี้ เป็นวัดที่พระเจ้าติโลกราช แห่งอาณาจักรล้านนาเชียงใหม่ โปรดให้พระยาอุทิศ ธิระ เจ้าเมืองพะเยา สร้างขึ้นราว พ.ศ. ๒๐๑๙-๒๐๒๙ เป็นวัดที่จมอยู่ในกว๊านพะเยา เนื่องจากกรมประมง สร้างประตูกันเพื่อกักเก็บน้ำ ทำให้ชุมชนโบราณและ วัดหลายแห่งจมอยู่ใต้น้ำ วัดติโลกอารามจึงเห็นเพียง ยอดเจดีย์อิฐที่โผล่พ้นน้ำขึ้นมา ซึ่งชาวบ้านเรียกว่า “สันธาตุกลางน้ำ” ต่อมามีการบูรณปฏิสังขรณ์ใหม่



วัดศรีโคมคำ



วัดติโลกอาราม

เพื่อให้ผู้คนได้มาสักการะ มีบริการเรือพายจากท่าเรือ  
ก๊วนพะเยาไปยังวัดทุกวัน เวลา ๐๘.๐๐-๑๘.๐๐ น.  
ใช้เวลาไป-กลับ ๑๕ นาที สอบถามข้อมูลได้ที่ ชมรม  
เรือพายก๊วนพะเยา โทร. ๐๘ ๙๔๓๓ ๗๓๑๑ ใน

วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ วันมาฆบูชา วัน  
วิสาขบูชาและวันอาสาฬหบูชา จะมีประเพณีเวียน  
เทียนกลางน้ำรอบพระธาตุเจดีย์กลางก๊วนพะเยา  
ถือเป็นประเพณีหนึ่งเดียวในโลก

**วัดศรีโคมคำ (วัดพระเจ้าตนหลวง)** เป็นพระ  
อารามหลวงชั้นตรี ประดิษฐานพระพุทธรูปคู่บ้าน  
คู่เมืองอาณาจักรล้านนา คือ “พระเจ้าตนหลวง”  
เป็นพระพุทธรูปปูนปั้นปิดทอง ปางมารวิชัยศิลปะ  
เชียงแสนองค์ใหญ่ที่สุดในภาคเหนือ มีขนาดหน้า  
ตักกว้าง ๑๔ เมตร สูง ๑๖ เมตร สร้างขึ้นระหว่าง  
พ.ศ. ๒๐๓๔-๒๐๖๗ ในวันวิสาขบูชาของทุกปี จะ  
มีประเพณีนมัสการพระเจ้าตนหลวงเดือนแปดเป็ง  
บริเวณวัดมีพระอุโบสถกลางน้ำ ศิลปะล้านนาแบบ  
ประยุกต์ ตั้งอยู่ริมก๊วนพะเยา ด้านในพระอุโบสถ  
มีจิตรกรรมฝาผนังลวดลายวิจิตรสวยงาม วาดโดย  
อาจารย์องค์การ กัลยาณพงศ์ ศิลปินแห่งชาติ เปิดให้





วัดพระธาตุจอมทอง

เข้าชมเฉพาะวันพระ และช่วงที่มีงานสำคัญของวัด  
สอบถามข้อมูล โทร. ๐ ๕๔๔๑ ๑๐๖๒

**หอวัฒนธรรมนิทัศน์** อยู่ใกล้กับวัดศรีโคมคำ ตำบลเวียง เป็นอาคารศิลปะล้านนาประยุกต์ จัดแสดงเรื่องราววิถีชีวิตชาวพะเยาตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน และโบราณวัตถุหายาก เช่น เครื่องปั้นดินเผาและฉัตรทองคำอายุกว่า ๕๐๐ ปี ชากฟอสซิลช้าง ๔ งาอายุ ๑๕ ล้านปี เปิดให้เข้าชมทุกวัน เวลา ๐๘.๓๐-๑๖.๓๐ น. ค่าเข้าชม ผู้ใหญ่ ๒๐ บาท เด็ก ๑๐ บาท และชาวต่างชาติ ๔๐ บาท สอบถามข้อมูล โทร. ๐ ๕๔๔๓ ๑๐๕๓



หอวัฒนธรรมนิทัศน์

**วัดพระธาตุจอมทอง** อยู่บนดอยจอมทอง ตรงข้ามวัดศรีโคมคำ มีเจดีย์ทรงล้านนา สูง ๓๐ เมตร ส่วนยอดสุดเป็นฉัตรสีทอง คล้ายพระธาตุหริภุญชัยของลำพูน ภายในเจดีย์บรรจุพระเกศาธาตุของพระพุทธเจ้า

บริเวณโดยรอบเป็นสวนรุกขชาติ มองเห็นทัศนียภาพตัวเมืองและกว๊านพะเยา

**การเดินทาง** จากตัวเมืองพะเยา ใช้ทางหลวงหมายเลข ๑ เส้นทางไปอำเภอแม่ใจ ประมาณ





วัดอนาลโยทิพยาราม

๒.๕ กิโลเมตร และเลี้ยวซ้ายผ่านหอสมุดแห่งชาติ เอลิมพระเกียรติไป ๓๐๐ เมตร มีถนนทางขึ้นวัด อยู่ขวามือ

**วัดศรีอุโมงค์คำ** บ้านท่ากว๊าน ถนนท่ากว๊าน ตำบล เวียง สร้างเมื่อ พ.ศ. ๒๓๘๙ เดิมเรียกว่า “วัดสูง” ประดิษฐานพระพุทธรูปคู่บ้านคู่เมืองพะเยาอายุ กว่า ๕๐๐ ปี คือ “หลวงพ่องามเมืองเรืองฤทธิ์” หรือ “พระเจ้าล้านตื้อ” ถือเป็นพระพุทธรูปงดงามที่สุด แห่งล้านนาและมีศิลปะแบบสุโขทัยโดยเฉพา นอกจากนี้นั้ยังมีพระพุทธรูปหินทรายปางมารวิชัยที่ สำคัญอีก ๓ องค์ คือ “พระเจ้ากว๊าน” (หลวงพ่อดิลา องค์จำลอง) แต่เดิมมีการค้นพบหลวงพ่อดิลา (องค์ จจริง) ที่วัดนี้ ต่อมาถูกอุกฤษเิญไปประดิษฐานที่วัด ตีโลกอารามกลางกว๊านพะเยา ทางวัดศรีอุโมงค์คำจึง

สร้างองค์จำลองขึ้นมาแทน องค์ที่สองคือ “พระเจ้า ทันใจ” เหตุที่มีชื่อนี้เพราะว่า ผู้คนที่มาสักการะขอ พรหมก็จะสมหวังในไม่ช้า และองค์ที่สามคือ “พระ แข็งคม” เพราะองค์พระมีหน้าแข็ง (พระขงฆะ) เป็น สันเหลี่ยมคมชัดเจน ถือเป็นงานพุทธศิลป์ล้านนาที่ หาชมยากในปัจจุบัน และยังมีเจดีย์บรรจุพระบรม ธาตุ เป็นศิลปะสมัยเชียงแสน ที่โดดเด่นด้วยมีฐาน เจดีย์แบบย่อมุมไม้สิบสอง เปิดให้เข้าชมทุกวัน เวลา ๐๗.๐๐-๑๖.๐๐ น.

**วัดลีและพิพิธภัณฑ์เวียงพาว** อยู่หมู่ที่ ๒ ถนนวัดลี ตำบลเวียง เป็นวัดเก่าแก่สำคัญของเมืองพะเยา สร้าง เมื่อ พ.ศ. ๒๐๓๘ โดยเจ้าหมื่นหน่อเทพครู เพื่อถวาย แด่พระเจ้ายอดเชียงราย กษัตริย์เมืองเชียงใหม่ คำว่า “ลี” เป็นคำไทยโบราณภาคเหนือ หมายถึง กาดหรือ

ตลาด “วัดลี” จึงหมายถึงวัดที่อยู่ในย่านชุมชนตลาด ภายในวัดมีปูชนียสถานที่สำคัญคือ พระเจดีย์ธาตุวัดลี พระพุทธรูปจำลองหินทราย ศิลาจารึกวัดลี และ โบราณวัตถุอีกจำนวนมาก บริเวณวัดลี ยังเป็นที่ตั้ง “พิพิธภัณฑ์เวียงพายว” ก่อตั้งโดยพระครูอนุรักษ บวรานันท์ เจ้าอาวาสวัดลี เพราะเล็งเห็นคุณค่าของ โบราณวัตถุจำนวนมากที่ถูกทอดทิ้งตามวัดร้างต่าง ๆ ในพะเยา จึงนำมาเก็บรักษาไว้ที่วัดลี ต่อมาได้ตั้งเป็น พิพิธภัณฑ์ท้องถิ่น เพื่อรวบรวมโบราณวัตถุและเป็น แหล่งเรียนรู้ทางประวัติศาสตร์ของพะเยา เปิดทุกวัน เวลา ๐๙.๐๐-๑๕.๐๐ น.

**ชุมชนบ้านบัว** ตั้งอยู่ตำบลบ้านต๋อม เป็นชุมชนท่องเที่ยวแนวเศรษฐกิจพอเพียง ภายในหมู่บ้านมี

กิจกรรมท่องเที่ยวแบ่งออกเป็นฐาน เช่น การสานแข่งจากไม้ไผ่ สบสุมไก่ เฟอร์นิเจอร์ไม้ไผ่ เตาถ่านชีวมวล เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีโฮมสเตย์รองรับผู้ที่สนใจมาเที่ยวแบบค้างคืนด้วย สอบถามข้อมูล โทร. ๐๘ ๒๖๙๔ ๐๙๓๘

**การเดินทาง** จากตัวเมืองพะเยา ใช้ทางหลวงหมายเลข ๑๑๙๓ จนถึงสสแยกบ้านต๋อม ให้เลี้ยวขวาทางไปอบต. บ้านต๋อมตรงไปจนถึงวัดดอกบัว จะเห็นที่ทำการของชุมชนบ้านบัวตั้งอยู่ข้างวัด รวมระยะทางจากตัวเมืองพะเยา ๑๒ กิโลเมตร

**วัดอนาลโยทิพยาราม** อยู่หมู่ที่ ๖ บ้านสันป่าบง ตำบลสันป่าม่วง บนดอยบุษราคัม ในวัดประดิษฐาน







อุทยานแห่งชาติดอยหลวง

พระพุทธรูปศิลปะสุโขทัยองค์ใหญ่ พระพุทธรูปปางต่าง ๆ เช่น ปางไสยาสน์ ปางลีลา ปางนาคปรก และมีรัตนเจดีย์เป็นศิลปะแบบอินเดียพุทธคยา เก่งจินประดิษฐานเจ้าแม่กวนอิม หอพระแก้วมรกตจำลองจากยอดดอยสามารถชมทัศนียภาพของกว๊านพะเยาได้ชัดเจน จากถนนด้านล่างมีทางขึ้นไปถึงตัววัด ทั้งทางบันไดนาคและทางรถยนต์ และมีรถสองแถวรับ-ส่ง จากทางขึ้นดอยไปตัววัด ราคารอบละ ๔๐๐ บาท สอบถามข้อมูล โทร. ๐ ๕๔๔๘ ๑๗๐๔

**การเดินทาง** จากตัวเมืองพะเยา ใช้ทางหลวงหมายเลข ๑ เส้นทางไปเชียงราย ระหว่างกิโลเมตรที่ ๗๔๑-๗๔๒ ให้เลี้ยวซ้ายเข้าถนนสาย พย. ๑๐๐๑ ทางหลวงหมายเลข ๑๑๒๗ ไปอีก ๙ กิโลเมตร ห่างจากตัวเมือง ๑๕ กิโลเมตร

**อุทยานแห่งชาติดอยหลวง** ครอบคลุมพื้นที่ ๓ จังหวัด ได้แก่ พะเยา เชียงราย และลำปาง รวมเนื้อที่ ๗๓๑,๒๕๐ ไร่ ประกาศเป็นอุทยานแห่งชาติ เมื่อ ๑๖ เมษายน พ.ศ. ๒๕๓๓ ลักษณะภูมิประเทศเป็นเทือกเขาสูงสลับซับซ้อน มีป่าไม้และสัตว์ป่าอุดมสมบูรณ์เป็นต้นน้ำของกว๊านพะเยา แม่น้ำวัง และแม่น้ำลาว ที่ทำการอุทยานฯ ตั้งอยู่ที่อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย สถานที่ที่น่าสนใจในเขตอุทยานฯ ได้แก่

**น้ำตกจำปาทอง** อยู่ในพื้นที่อำเภอเมืองพะเยา เป็นน้ำตกสูงชัน ไหลลงมาเป็นชั้น ๆ ทั้งหมด ๕ ชั้น คล้ายงาช้างบ้าง หัวช้างบ้าง น้ำใสสะอาด เล่นน้ำได้ บริเวณน้ำตกมีต้นไม้ใหญ่ร่มรื่น มีลานกว้างสำหรับนั่งพักผ่อน มีเส้นทางเดินศึกษาธรรมชาติ ระยะทาง ๒,๒๐๐ เมตร สามารถเดินเองได้ โดยมีป้ายสื่อความ

หมายตามจุดต่าง ๆ ใช้เวลาเดิน ๒ ชั่วโมง สำหรับนักท่องเที่ยวที่ต้องการพักค้างแรม มีลานกางเต็นท์ แต่ต้องนำเต็นท์มาเอง

**การเดินทาง** น้ำตกจำปาทอง อยู่ห่างจากจังหวัดพะเยา ๒๓ กิโลเมตร ไปตามทางหลวงหมายเลข ๑ สายพะเยา-เชียงราย บริเวณหลักกิโลเมตรที่ ๗ เลี้ยวซ้ายไปตามทางหลวงหมายเลข ๑๑๒๗ ระยะทาง ๑๖ กิโลเมตร

**ดอยหนอก** เป็นจุดสูงสุดบนดอยหลวง สามารถชมทิวทัศน์ได้รอบ ๓๖๐ องศา โดยเฉพาะกัว้นพะเยา และตัวเมืองพะเยา การเดินขึ้นดอยหนอกต้องพักค้างแรม ๑ คืน บนดอยสามารถกางเต็นท์ได้

อุทยานฯ มีบ้านพัก สถานที่กางเต็นท์ และร้านค้าสวัสดิการ สอบถามข้อมูล โทร. ๐ ๕๓๑๖ ๓๓๖๓, ๐ ๒๕๖๒ ๐๗๖๐ [www.dnp.go.th](http://www.dnp.go.th)

**การเดินทาง** ใช้ถนนพหลโยธิน สายพะเยา-เชียงราย ห่างจากเมืองพะเยา ๓๙ กิโลเมตร บริเวณหลักกิโลเมตรที่ ๗๗๓ มีทางแยกซ้ายที่บ้านปูแกงเข้าไป ๙ กิโลเมตร หรือ นั่งรถโดยสารประจำทาง สาย เชียงราย-พะเยา ไปถึงบ้านปูแกง แล้วต่อมอเตอร์ไซค์รับจ้างไปที่ทำการอุทยานฯ

**ถนนคนเดินหน้ากว๊านพะเยา** จัดที่ลานเอนกประสงค์เทศบาลเมืองพะเยา เป็นสถานที่สำหรับจัดนิทรรศการ ออกร้านแสดงสินค้าหรือจัดกิจกรรมของทางราชการ เอกชน โดยเฉพาะเย็นวันศุกร์และวันเสาร์ จัดให้มีถนนคนเดินจำหน่ายสินค้าและอาหารในราคาถูกๆ นอกจากนี้ยังมีถนนคนเดินหอการค้าแฟร์ บริเวณหน้าตลาดสด - ศาลหลักเมือง ทุกวันอาทิตย์ ตั้งแต่เวลา ๑๗.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.



ดอยหนอก



บ้านดินคำปู้จู้

**บ้านดินคำปู้จู้** ความฝันเรื่องการมีบ้านดินมักเป็นความฝันของหลายคนที่คิดว่าอยู่บ้านดินหน้าร้อนแล้วเย็นสบาย อยู่บ้านดินหน้าหนาวแล้วอบอุ่น บ้านดินราคาไม่แพง และบ้านดินต้องเหมาะกับชีวิตพอเพียง สำหรับความคิดของคู่สามีภรรยาครูจ้อย-ชลดา และครูโชะ-ศักดิ์ชัย เวย้อย นั้น เริ่มจากแนวคิดอยากพึ่งพาตนเอง จึงเริ่มศึกษาและหาข้อมูลเกี่ยวกับบ้านดินให้มากขึ้น และในที่สุดทำให้รู้ว่าการสร้าง

“บ้านดิน” ไม่ได้ทำให้ทั้งคู่ได้แค่ “บ้านหลังใหม่” แต่ทั้งสองยังกลายเป็น “คนใหม่” ไปพร้อมๆ กับเวลาที่บ้านเสร็จ ปัจจุบันนอกจากบ้านดินคำปู้จู้จะเป็นบ้านดินสำหรับพักอาศัยของคุณครูทั้งสองแล้ว ยังกลายเป็นแหล่งเรียนรู้วัฒนธรรมชุมชนเรื่องการสร้างบ้าน





วัดพระธาตุขิงแกง

ดิน เกษตรพอเพียง และศิลปะที่เปิดอบรมให้ความรู้กับผู้คนโดยไม่มีค่าใช้จ่าย นั่นเป็นเพราะหัวใจความเป็นครูที่นึกย้อนกลับไปคิดถึงช่วงที่ตนเองเหน็ดเหนื่อยกับการแสวงหาความรู้ก่อนสร้างบ้านดิน หากใครสนใจแนวความคิดเรื่องการสร้างบ้านดิน รวมถึงวิถีการพึ่งพาตนเอง สามารถติดตามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่เพจบ้านดินคำปู้จู้ live & learn mud house สอบถามข้อมูล โทร. ๐๘ ๔๖๑๔ ๔๒๒๒

## อำเภोजุน

**โบราณสถานเวียงล่อ** อยู่ตำบลล่อ เป็นเมืองโบราณขนาดใหญ่ มีอายุราว ๕๐๐-๖๐๐ ปี ตามหลักฐานศิลาจารึกและพระพุทธรูปหินทราย ที่ขุดพบในตัวเมืองเวียงล่อภายในคูเมือง กำแพงเมือง พบโบราณสถาน ๑๐ แห่ง และพบซากโบราณสถานนอกคูเมืองอีก ๔๐ แห่ง ที่สำคัญคือ มีวัดร้างอยู่มากมาย มีพระธาตุและวัดเก่าแก่ คือ วัดศรีปิงเมือง ใกล้เวียงล่อยังเป็นจุดที่ลำนํ้าจุนไหลลงแม่น้ำอิง จึงเรียกบริเวณนี้ว่า “สบอิง” เปิดให้เข้าชมทุกวันจันทร์-ศุกร์ เวลา ๐๙.๐๐-๑๖.๓๐ น. สอบถามข้อมูลได้ที่ เทศบาลตำบลเวียงล่อ โทร. ๐ ๕๔๔๔ ๗๑๙๙

**การเดินทาง** อยู่ห่างจากอำเภोजุน ตามทางหลวงหมายเลข ๑๐๒๑ ถึงบ้านห้วยจั่ว ระยะทาง ๑๗ กิโลเมตร มีทางแยกไปถึงบ้านนํ้าจุนอีก ๙ กิโลเมตร

**วัดพระธาตุขิงแกง** อยู่บนเนินเขาธาตุขิงแกง องค์พระธาตุเป็นทรงล้านนาคล้ายกับพระธาตุสรวนที่อำเภोजุนคำ แต่ขนาดใหญ่กว่า สามารถมองเห็นทัศนียภาพของหมู่บ้านขิงแกงได้อย่างชัดเจน

**การเดินทาง** อยู่ห่างจากอำเภोजุนตามทางหลวงหมายเลข ๑๐๙๑ ถึงบ้านธาตุขิงแกงระยะทาง ๑๐ กิโลเมตร แยกขวาเป็นทางเดินไปอีก ๓๐๐ เมตร ถึงตัววัด

## อำเภोजุนคำ

**วัดพระนังดิน** อยู่หมู่ที่ ๗ ตำบลเวียง เป็นวัดที่องค์พระประธานของวัดไม่มีฐานชุกชีรองรับเหมือนกับพระประธานองค์อื่น ๆ เคยมีราษฎรสร้างฐานชุกชีเพื่ออัญเชิญพระประธานขึ้นประดิษฐาน แต่ปรากฏว่าพยายายมยกเท่าไรก็ยกไม่ขึ้น จึงเรียกสืบทอดกันว่า “พระนังดิน” ตามตำนานกล่าวว่าพระพุทธรูปนี้



พระนั่งดิน

สร้างตั้งแต่ครั้งสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังทรงพระชนม์ชีพอยู่ ดังนั้นพระเจ้านั่งดินน่าจะมียุกว่า ๒,๕๐๐ ปี

**การเดินทาง** จากตัวอำเภอเชียงคำ ใช้ทางหลวงหมายเลข ๑๑๔๘ ทางที่จะไปจังหวัดน่าน วัดตั้งอยู่ริมถนนทางซ้ายมือ ห่างจากตัวอำเภอเชียงคำ ๔ กิโลเมตร

**อนุสรณ์ผู้เสียสละ พ.ศ. ๒๕๒๔** อยู่ตำบลเชียงบาน สร้างขึ้นเพื่อระลึกถึงวีรกรรมของพลเรือน ตำรวจ และทหาร ผู้พลีชีพในการสู้รบเพื่อรักษาอธิปไตยในพื้นที่ชายแดนจังหวัดพะเยาและเชียงราย ภายในบริเวณจัดเป็นพิพิธภัณฑ์แสดงภาพถ่ายรูปจำลองและอาวุธยุทโธปกรณ์ ที่เคยใช้ต่อสู้ในการรบครั้งนั้นไว้ด้วย เปิดให้เข้าชมในวันเวลาราชการ

**การเดินทาง** ใช้ทางหลวงหมายเลข ๑๐๒๑ ห่างจากตัวอำเภอเชียงคำ ๒ กิโลเมตร

**วัดพระธาตุสบแวน** เป็นที่ประดิษฐานองค์พระธาตุเจดีย์ที่มีอายุเก่าแก่มาก คาดว่าอายุราว ๒,๕๐๐ ปี ภายในบรรจุเส้นพระเกศา และกระดูกส่วนคางของพระพุทธเจ้า องค์พระธาตุได้รับการบูรณะมาหลายครั้ง แต่ยังคงรักษาสภาพศิลปะแบบล้านนาไทยไว้ได้ ภายในบริเวณวัดมีศูนย์และมีต้นจามจุรีทรงพุ่มงามที่สุดในประเทศไทยอีกด้วย เปิดทุกวันตั้งแต่เวลา ๐๖.๐๐-๑๘.๐๐ น. สอบถามข้อมูล โทร. ๐๕๔๔๕ ๒๑๓๓

**การเดินทาง** อยู่ห่างจากที่ว่าการอำเภอประมาณ ๔ กิโลเมตร



พระธาตุสบแวน



วัดนันทาราม



**วัดนันทาราม** อยู่บ้านดอนไชย ตำบลห้วยวัน ใกล้กับตลาดเทศบาลตำบลเชียงคำ เป็นวัดที่มีศิลปะแบบพม่า ตัววิหารสร้างด้วยไม้สักทั้งหลัง ตกแต่งลวดลายฉลุไม่อย่างสวยงามตามส่วนประกอบต่าง ๆ เช่น หน้าต่าง หน้าบัน ระเบียง ภายในประดิษฐานพระเจ้าแสนแล้ว สร้างด้วยไม้สัก มีเจดีย์แบบไทยใหญ่ มีพิพิธภัณฑสถานบัตรเก่า เครื่องใช้โบราณ ผ้าลายโบราณ และภาพวาดโบราณเกี่ยวกับการเทศน์มหาชาติแต่ละตอน เปิดให้เข้าชมเวลา ๐๘.๐๐-๑๘.๐๐ น. สอบถามข้อมูล โทร. ๐ ๕๔๔๕ ๑๖๓๖

**วัดแสนเมืองมา** อยู่ที่บ้านนาง ตำบลห้วยวัน สร้างในสมัยรัชกาลที่ ๑ เจ้าผู้ครองเมืองน่าน ได้กวาดต้อนชาวไทยใหญ่มากจากเมืองมาง สาธารณรัฐแห่งสหภาพเมียนมาร์ แล้วเรียกชื่อหมู่บ้านนี้ว่า “บ้านมาง” และได้ชักชวนชาวเมืองก่อสร้างวัดตั้งชื่อว่า “วัดมาง” ปัจจุบันเปลี่ยนชื่อเป็น “วัดแสนเมืองมา” จุดเด่นของวัดอยู่ที่หลังคาวิหารที่ซ้อนลดหลั่นกันหลายชั้น ประดับด้วยซ้อฟ้าซึ่งทำเป็นรูปหงษ์หรือตัวนาคคาบแก้ว พร้อมประดับประดาด้วยไม้แกะสลักภาพนูน ตกแต่งด้วยสีต่าง ๆ งดงาม บานประตูเข้าสู่พระวิหารทำเป็นสามमुख मुखแต่ละทิศทำเป็นสัตว์สามชนิด เชื่อว่าเพื่อช่วยปกป้องคุ้มครองพระศาสนา ได้แก่ พญานาค เสือ และสิงห์ โดยรูปปั้นพญานาคจะมีเขากว้างประดับด้วย ซึ่งแตกต่างจากวัดแบบไทลื้ออื่น ๆ มีพระพุทธรูปสมัยเชียงแสนเป็นพระประธานในพระวิหาร และมีภาพจิตรกรรมฝาผนังเล่าเรื่องราววิถีชีวิตชาวไทลื้อ นอกจากนี้ภายในวัดยังมีหอพิพิธภัณฑสถาน สอบถามข้อมูล โทร. ๐ ๕๔๔๕ ๑๓๙๙

**วัดบุญนาคน** อยู่หมู่ที่ ๘ ตำบลห้วยวัน เดิมชื่อ “วัดจองใต้” มีพระพุทธรูปศิลาไนมิต (พระเจ้าหิน) พระพุทธรูปปางมารวิชัย ศิลปะสมัยสุโขทัย แกะสลักขึ้นจากหิน



วัดแสนเมืองมา

สีเขียวเทา เป็นพระประธานในพระอุโบสถ มีพุทธลักษณะทั้งดงาม สันนิษฐานว่ามีอายุราว ๕๐๐ ปี ปัจจุบันวัดนี้เปลี่ยนชื่อเป็น “วัดบุญนาคน” เนื่องจากบริเวณวัดมีต้นดอกบุญนาคน ซึ่งเป็นสัญลักษณ์ของวัดนี้

**วัดห้วยวัน** อยู่หมู่ที่ ๓ ตำบลห้วยวัน สร้างขึ้นโดยชาวบ้านห้วยวัน ซึ่งส่วนใหญ่อพยพมาจากสิบสองปันนา โดยใช้ชื่อเมืองเดิมตั้งเป็นชื่อของหมู่บ้าน นั่นคือ “หมู่บ้านห้วยวัน” ชาวบ้านได้ก่อสร้างวัดขึ้นพร้อมการตั้งถิ่นฐานของผู้คนในหมู่บ้าน คำว่า “ห้วยวัน” ภาษาไทลื้อให้ความหมายว่า “สมัย” หรือ “เวลา” มีนัยยะหมายถึง สมัยที่รุ่งเรืองไม่ว่าเวลาจะเปลี่ยนไปอย่างไร ปัจจุบันที่วัดแห่งนี้เป็นศูนย์วัฒนธรรมไทลื้อวัดห้วยวัน และเป็นศูนย์ฝึกอาชีพทอดผ้าไทลื้อ สอบถามข้อมูล โทร. ๐๕๔๔๕ ๑๖๖๘

**เฮินไคลื้อแม่แสงดา** อยู่บ้านธาตุสบแวน ตำบลห้วยวัน เป็นเรือนไทลื้อยกใต้ถุนสูง ภายในมีการจัดแสดงห้องโถง ห้องนอน ระเบียง ห้องครัว ต่อจากเรือนจะเป็น



เฮือนไร่ไผ่แม่แสงดา

ชานยื่นออกไปเป็นยั้งข้าว ที่ยังคงรักษาสภาพเดิมไว้ มีอายุราว ๗๐ ปี นักท่องเที่ยวสามารถเข้ามาเรียนรู้ และศึกษาข้อมูลได้ทุกวัน

## อำเภอเชียงม่วน

**วัดท่าฟ้าใต้** อยู่ที่ตำบลสระ บ้านฟ้าสีทอง สร้างโดย คุรุบาทธรรมเสนาและพ่อเผ่าแสนอิฐ ผู้นำชาวไทลื้อซึ่งอพยพมาจากสิบสองปันนา ลักษณะตัวพระอุโบสถเป็นทรงเตี้ยก่ออิฐถือปูน หลังคาสามชั้นมุงด้วยแป้นเกล็ดตามแบบสถาปัตยกรรมไทลื้อ องค์พระประธานแกะสลักจากไม้ประดู่เป็นพระพุทธรูปปางมารวิชัย อัญเชิญมาจากสิบสองปันนา ประดิษฐานบนฐานชุกชี ทรงสี่เหลี่ยมย่อมุมศิลปะไทลื้อ ประดับด้วยลายปูนปั้นรูปเครื่องเคลือบรักปิดทอง ประดับกระจก มีแท่น

ธรรมาสน์ ลักษณะคล้ายมณฑปหรือปราสาท ฐานสี่เหลี่ยมย่อมุมยี่สิบชั้นประดับลายปูนปั้นรูปเครื่องเคลือบต่าง ๆ เช่น กวาง ช้าง ม้า นกยูง ลักษณะเด่นคือลวดลายดอกไม้ที่แพรวพราวไปด้วยกระจกประดับหลากสี ส่วนวิหารเป็นศิลปะไทลื้อ รูปร่างทรงเตี้ยก่อด้วยอิฐถือปูน หลังคาสามชั้นมุงด้วยแป้นเกล็ด ชั้นที่ ๑ เป็นแบบปั้นหย้า ครอบวิหารทั้ง ๔ ด้าน ชั้นที่ ๒-๓ ทรงแบบปราสาท มีหน้าบันทางด้านทิศตะวันตกมีหลังคากันสาดรับทั้งสองด้าน เปิดทุกวัน

**อุทยานแห่งชาติดอยภูนาง** อยู่ตำบลบ้านมาง ครอบคลุมพื้นที่อำเภอดอกคำใต้ อำเภอปาง และอำเภอเชียงม่วน มียอดเขาสูงสุด คือ ดอยภูนาง ภายในอุทยานฯ มีสัตว์ป่าหลายชนิด โดยเฉพาะนก



วัดท่าฟ้าใต้

ยุง นับเป็นอุทยานฯ ที่มีนกยุงมากที่สุดในภาคเหนือ เป็นนกยุงพันธุ์ไทยฝูงสุดท้าย มีฤดูผสมพันธุ์ในช่วง เดือนมกราคม-มีนาคม และช่วงเวลาที่เหมาะสมในการท่องเที่ยวคือ เดือนตุลาคม-กุมภาพันธ์

สถานที่ท่องเที่ยวที่น่าสนใจในอุทยานฯ

**น้ำตกธารสวรรค์** อยู่ห่างจากที่การอุทยานฯ ๓๐๐ เมตร เป็นน้ำตกขนาดกลาง มีสองชั้น สีเขียวมรกตของสายน้ำดูสวยงามท่ามกลางป่าเขาที่สมบูรณ์ มีน้ำไหลตลอดปีและในบริเวณนั้น ยังมีเส้นทางเดินศึกษาธรรมชาติ ระยะทาง ๒ กิโลเมตร ใช้เวลาเดิน ๓ ชั่วโมง

**น้ำตกห้วยต้นฝิ่ง** อยู่ห่างจากอุทยานฯ ๑๑ กิโลเมตร เป็นน้ำตกหินปูนขนาดเล็ก ไหลลงจากหน้าผาสูง ๘๐ เมตร มีน้ำไหลตลอดปี



นกยุงที่อุทยานแห่งชาติดอยภูนาง

**การเดินทาง** ใช้เส้นทางหลวงหมายเลข ๑๒๕๑ ถึงทางแยกเข้าน้ำตกบริเวณหลักกิโลเมตรที่ ๕๓-๕๔ เป็นถนนคอนกรีต ระยะทาง ๑ กิโลเมตร ถึงปากทางเข้าและเดินเท้าเข้าไปอีก ๑ กิโลเมตร ถึงน้ำตกห้วยต้นฝิ่ง





น้ำตกธารสวรรค์



น้ำตกห้วยต้นผึ้ง

อุทยานฯ มีบ้านพักและศูนย์บริการนักท่องเที่ยว  
สอบถามข้อมูลได้ที่ ๐ ๕๓๗๑ ๗๑๗๓ กรมอุทยาน  
แห่งชาติฯ โทร. ๐ ๒๕๖๒ ๐๗๖๐ [www.dnp.go.th](http://www.dnp.go.th)

**การเดินทาง** ใช้ทางหลวงหมายเลข ๑๐๒๑ จาก  
จังหวัดพะเยา ถึงอำเภอดอกคำใต้ เลี้ยวขวาเข้า  
ทางหลวงหมายเลข ๑๒๕๑ ประมาณ ๔.๕ กิโลเมตร  
แยกขวาเข้าเส้นทางไปหมู่บ้านบ่อเบี้ยประมาณ  
๔ กิโลเมตร ถึงที่ทำการอุทยานฯ หรือนั่งรถโดยสาร  
ประจำทาง สายกรุงเทพฯ-พะเยา ลงที่ตัวเมืองพะเยา  
มีรถสองแถวจอดบริเวณตลาดสดเมืองพะเยา ใช้เวลา  
ในการเดินทางประมาณ ๑-๒ ชั่วโมง ถึงที่ทำการ  
อุทยานฯ

### อำเภอบง

**วัดพระธาตุดอยหยวก** อยู่ที่บ้านหนูน ตำบลปง เป็น  
ที่บรรจุพระบรมสารีริกธาตุ พระเกศา และพระอัฐิ  
จักขุ (กระดูกริมตาข้างขวา) ของพระพุทธเจ้า วัดนี้  
ห่างจากตัวอำเภอบง ๒ กิโลเมตร เปิดทุกวัน สอบถาม  
ข้อมูล โทร. ๐ ๕๔๔๔ ๗๒๐๕

**ศูนย์พัฒนาโครงการหลวงปิงค่า** อยู่ที่บ้านปาง  
ค่า ตำบลผาช้างน้อย พื้นที่ของศูนย์ฯ เป็นภูเขาและ  
เนินเขามีความสูงจากระดับน้ำทะเล ๑,๐๐๐-๑,๓๐๐  
เมตร ภายในศูนย์ได้จัดทำแปลงสาธิตพืชผัก และ  
ไม้ดอกไม้ผล ให้นักท่องเที่ยวเข้าชม มีบริการบ้าน  
พัก เต็นท์ และถุนอน สอบถามข้อมูลได้ที่ โทร. ๐  
๕๔๔๐ ๑๐๒๓

**การเดินทาง** จากอำเภอมืองพะเยา ใช้เส้นทางสู่  
อำเภอยางคำ จากนั้นใช้ทางหลวงหมายเลข ๑๐๗๙  
เลี้ยวขวาวบริเวณหลักกิโลเมตรที่ ๘ เข้าทางหลวง  
หมายเลข ๑๑๔๘ สายเชียงคำ-น่าน จากนั้นเลี้ยว  
ซ้ายตรงหลักกิโลเมตรที่ ๙๐ ตรงไปตามถนน อีก ๕  
กิโลเมตร ถึงศูนย์ฯ



ศูนย์พัฒนาโครงการหลวงปิงค่า

**วนอุทยานภูลังกา** อยู่ตำบลผาช้างน้อย เป็นจุดชม  
วิวดอกไม้อกยอดนิยมของจังหวัดพะเยา ชาวเขา  
เผ่าเย้าเรียกยอดดอยบนภูนี้ว่า “พินจาเบาะ” หมายถึง  
ถึง เป็นที่สถิตย์ของนางฟ้า เทวดา บนยอดภูมีพื้นที่  
แคบจุได้ไม่เกิน ๑๐ คน สภาพพื้นที่ส่วนใหญ่เป็น  
ป่าดิบเขา มีต้นไม้ขนาดใหญ่จำนวนมาก ดอกไม้ป่า  
พันธุ์ไม้หายาก เช่น ต้นชมพูภูพาน เนียมแดง เอื้องสี  
ตาล เทียนธรา สัตถาธิ เป็นต้น

วนอุทยานภูลังกามีสถานที่น่าสนใจ ได้แก่ ภูลังกา  
กวนม พุดดอกลองเคลง น้ำตกภูลังกา ลานหินล้าน  
ปี หินแยงฟ้า ปากอโบราณ ร่องรอยตำนานผู้ก่อการ  
ร้ายคอมมิวนิสต์ในอดีต มีบริการบ้านพักและสถาน





วนอุทยานภูลังกา

ที่กางเต็นท์ สอบถามข้อมูล โทร. ๐๘ ๑๘๘๓ ๐๓๐๗  
หรือองค์การบริหารส่วนตำบลผาข้างน้อย โทร. ๐  
๕๔๔๐ ๑๑๐๐

**การเดินทาง** ใช้ทางหลวงหมายเลข ๑๐๒๑ ผ่าน  
อำเภอดอกคำใต้ และอำเภอจุน จนถึงอำเภอเชียงคำ  
จากนั้นเปลี่ยนใช้ทางหลวงหมายเลข ๑๑๔๘ ระยะ  
ทางจากจังหวัดพะเยาถึงวนอุทยานภูลังกา ๑๒๐  
กิโลเมตร รถยนต์สามารถขับได้ถึงสถานที่กางเต็นท์  
และอีก 4 กิโลเมตรที่ถึงยอดภูลังกาควรใช้รถยนต์  
ขับเคลื่อน 4 ล้อ

**จุดชมวิวผาข้างน้อย** เป็นจุดชมวิวยอดนิยมของ  
จังหวัดพะเยา ตั้งอยู่บนภูเขา ริมทางหลวงหมายเลข  
๑๑๔๘ (สายเชียงคำ-น่าน) ถ้ามาจากอำเภอเชียงคำ  
จะอยู่ระหว่างหลักกิโลเมตรที่ ๖๙-๗๐ มองลงไปเบื้อง  
ล่างซึ่งมีภูมิประเทศเป็นพื้นราบเล็กๆ โอบล้อมไปด้วย  
ภูเขาคล้ายกับแอ่งกระทะ จะเห็นภูเขาหินลูกเดียว  
ขนาดใหญ่โผล่ขึ้นมากลางทุ่งกว้าง เรียกว่า “ผาข้าง  
น้อย” จากจุดชมวิวสามารถเห็นพระอาทิตย์ขึ้นและ  
ทะเลหมอกที่สวยงามในยามเช้า บริเวณนั้นมีที่พักให้  
บริการนักท่องเที่ยวหลายแห่ง เช่น ภูลังกาบ้านสวน  
บ้านทะเลหมอก บ้านกลางหมอก ฯลฯ



**การเดินทาง** มีรถปรับอากาศสายเชียงราย-น่าน ของ บริษัท สหกิจเดินรถ วิ่งผ่านจุดชมวิว โดยรถจะออกจากสถานีขนส่งเชียงราย (แห่งเก่า) และสถานีขนส่งผู้โดยสารจังหวัดน่าน วันละ ๑ รอบ ในเวลาเดียวกัน คือ เวลา ๐๙.๐๐ น. สามารถลงรถบริเวณจุดชมวิวริมถนนได้

## อำเภอภูพานยาว

**อ่างเก็บน้ำร่องตั่ว** อยู่ตำบลห้วยแก้ว หลังที่ว่าการอำเภอภูพานยาว เมื่อ พ.ศ. ๒๕๓๑ เพื่อเก็บกักน้ำทำการเกษตร และผลิตน้ำประปาหมู่บ้าน มีทัศนียภาพสวยงาม เป็นจุดชมพระอาทิตย์ตกยามเย็น

**วัดพระธาตุภูขวาง** ตั้งอยู่ หมู่ที่ ๑ ตำบลห้วยแก้ว สร้างในสมัยพระยาศรีจอมธรรมมิกราช ภายในองค์พระธาตุบรรจุทักษิณหัตถ์อัฐิธาตุ (พระธาตุข้อมือขวาของพระพุทธเจ้า) ต่อมามีการบูรณะองค์พระธาตุขึ้นใหม่ เมื่อ พ.ศ. ๒๕๖๙ โดยครูบาศรีวิชัย นักบุญแห่งล้านนา และศิษยานุศิษย์

**การเดินทาง** จากตัวอำเภอภูพานยาว ใช้ทางหลวงหมายเลข ๑๒๐๒ เส้นทางไปอำเภอป่าแดด เมื่อเห็นป้ายโรงเรียนเฉลิมพระเกียรติทางซ้ายมือ ขับรถตรงไปอีก ๑๐๐ เมตร ให้เลี้ยวขวาตรงข้ามประตูโขง ขับผ่านหมู่บ้าน มีถนนขึ้นไปถึงตัววัดที่อยู่บนเขา

## อำเภอภูซาง

**วัดพระธาตุภูซาง** อยู่บ้านธาตุภูซาง ตำบลภูซาง เป็นพระธาตุคู่วัฒนธรรมสองแผ่นดินกับพระธาตุหลวง เมืองคอบ แขวงไชยบุรี สปป.ลาว มีการบูรณะครั้งแรกโดยครูบาคำหล้าและต่อมาโดยครูบาเจ้าเทือง นาดลีโล เป็นศิลปะล้านนาประยุกต์ โดยช่างเชียงใหม่ มีการวางผังทางสถาปัตยกรรม ที่สวยงาม เป็นเอกลักษณ์เฉพาะ



จุดชมวิวผาช้างน้อย

**วัดร่องเชียงแรง** อยู่ที่บ้านร่อง ตำบลเชียงแรง วัดนี้เดิมเป็นวิหารก่ออิฐฉาบปูนโครงสร้าง หลังคาไม้ ภายหลังมีการบูรณะใหม่เป็นโครงสร้างคอนกรีต ประกอบด้วยลวดลายปูนปั้น ลักษณะเด่น ภายในวิหารมีงานพุทธศิลป์ที่มีเอกลักษณ์ของฝีมือช่างท้องถิ่นและความงดงามหลายชิ้นได้แก่ พระประธานปูนปั้นและพระพุทธรูปไม้แกะสลัก ธรรมมาสน์ไม้ลวดลายประดับลงรักปิดทอง ลายพรรณพฤกษาและลายเทพพนม ขึ้นดอกแบะขึ้นแก้วทั้งสาม บันไดธรรมมาสน์ไม้แกะสลักรูปพญานาค เปิดทุกวัน



น้ำตกภูซาง

**อุทยานแห่งชาติภูซาง** เป็นส่วนหนึ่งของเทือกเขาตอยผาหม่น อยู่ในเขตอำเภอเชียงคำ อำเภอภูซาง จังหวัดพะเยา อำเภอเทิง จังหวัดเชียงราย และมีอาณาเขตติดต่อกับสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาวเป็นแนวยาว ๓๐ กิโลเมตร มีเนื้อที่ ๑๗๘,๐๔๙ ไร่ มีป่าไม้อุดมสมบูรณ์ เป็นต้นน้ำของลำธารหลายสาย

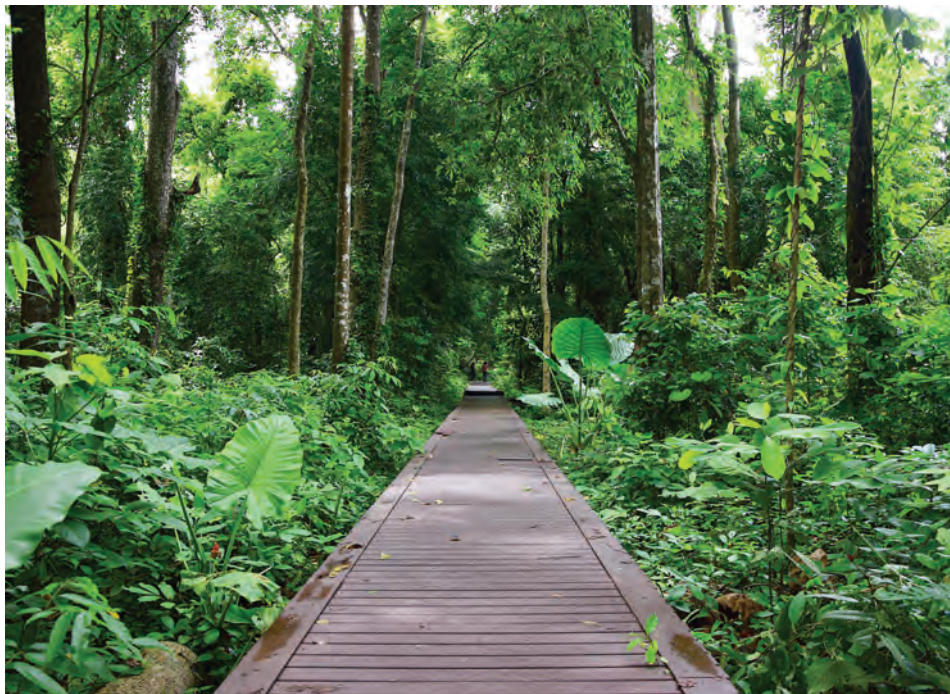
สถานที่ท่องเที่ยวที่น่าสนใจ ได้แก่

**น้ำตกภูซาง** ตั้งอยู่ริมถนนห่างจากที่ทำการอุทยานฯ ๓๐๐ เมตร เป็นน้ำตกหินปูนสูง ๒๕ เมตร มีน้ำตลอดปี อุณหภูมิของน้ำประมาณ ๓๓ องศาเซลเซียส น้ำใส ไม่มีกลิ่นกำมะถัน บางคนจึงเรียก

ว่า “น้ำตกอุ่นภูซาง” สายน้ำตกจะไหลลงไปที่แอ่งน้ำเบื้องล่าง ซึ่งเหมาะสำหรับการลงแช่ ผึ่งตรงข้ามน้ำตก มีร้านสวัสดิการสามารถนั่งพักผ่อนและรับประทานอาหารได้

**บ่อน้ำอุ่นภูซาง** เป็นบ่อน้ำซับแหล่งต้นน้ำของน้ำตกภูซาง อุณหภูมิ ๓๕ องศาเซลเซียส ตั้งอยู่ด้านบนของน้ำตกภูซาง สภาพป่าโดยรอบเป็นป่าดิบชื้นและป่าพรุที่สมบูรณ์

**ถ้ำผาแดง** เป็นถ้ำหินปูนขนาดใหญ่ มีความลึก ๔๕๐ เมตร ภายในถ้ำมีหินงอกหินย้อยสวยงาม อยู่ห่างจากอุทยานฯ ๔๗ กิโลเมตร การเดินเที่ยวชมถ้ำต้องติดต่อเจ้าหน้าที่นำทางก่อนล่วงหน้า



เส้นทางศึกษาธรรมชาติ น้ำตกภูซาง

**ถ้ำน้ำลอด** เป็นถ้ำหินขนาดเล็กอยู่เชิงดอยผาแดง ห่างจากถ้ำผาแดง ๑๐ เมตร ถ้ำลึก ๒๕๐ เมตร มีธารน้ำไหลผ่านตลอดถ้ำ ระดับน้ำลึก ๕๐-๑๐๐ เซนติเมตร การเที่ยวชมภายในถ้ำต้องเดินลุยน้ำตลอดและต้องมีคนนำทาง

**ดอยผาดำ** เป็นภูเขาหินปูนที่มีหน้าผาขนาดใหญ่ เป็นปฏิมากรรมของธรรมชาติที่มีความสวยงามอีกแบบหนึ่ง มีความสูงจากระดับน้ำทะเลปานกลาง ๑,๐๙๖ เมตร ดอยผาดำตั้งตระหง่านอยู่เหนือหน่วยพิทักษ์อุทยานแห่งชาติภูซางที่ ๑ (ผาแดง) อยู่ในพื้นที่ตำบลร่มเย็น อำเภอเชียงคำ จังหวัดพะเยา อยู่ห่างจากอุทยานฯ ๔๗ กิโลเมตร การเดินเที่ยวชมต้องใช้เวลา ๓-๔ ชั่วโมง และต้องมีเจ้าหน้าที่นำทาง

**ถ้ำหลวง** เป็นถ้ำหินปูนขนาดใหญ่ ลักษณะถ้ำกว้างแต่ไม่ลึก เป็นที่ตั้งของหน่วยพิทักษ์อุทยานที่ ๒ ห้วยสา ถ้ำหลวงอยู่ห่างจากหน่วยพิทักษ์ฯ ๕๐๐ เมตร และห่างจากที่ทำการอุทยานฯ ๓๒ กิโลเมตร การเดินเข้าชมถ้ำต้องปีนเขาบ้างเล็กน้อย และต้องมีเจ้าหน้าที่นำทาง

**ถ้ำน้ำคั่น** เป็นถ้ำขนาดใหญ่มีน้ำตกภายใน มีหินงอกหินย้อยที่สวยงามมาก เคยเป็นที่หลบซ่อนของ ผกก.

**เส้นทางเดินศึกษาธรรมชาติ** อุทยานฯ มี ๓ เส้นทาง คือ เส้นทางห้วยเมี่ยง ระยะทาง ๑,๔๐๐ เมตร เส้นทางน้ำตกภูซาง ระยะทาง ๑,๗๐๐ เมตร และเส้นทางห้วยสา ระยะทาง ๒,๔๐๐ เมตร แต่ละเส้นทางใช้เวลาเดิน ๒ ชั่วโมง มีป้ายสื่อความหมายสามารถเดินเองได้





อุทยานแห่งชาติแม่ปืม

**เต่าปูลู** เป็นเต่าหายาก มีถิ่นกำเนิดอยู่ทางภาคเหนือ ตอนบนและแนวเขตติดต่อกับสหภาพพม่า และจีน ตอนใต้ ลักษณะเฉพาะคือ ตัวเตี้ย กระดองสีเขียว เข้มถึงดำ ยาว ๑๕-๒๐ เซนติเมตร จุดเด่น คือ หาง เป็นปล้องยาวกว่ากระดอง หดหัว ขา และหางไม่ได้ สามารถปีนป่ายได้เก่ง โดยอาศัยเล็บและหางช่วยยัน เต่าปูลูออกหากินเวลากลางคืน กินกุ้ง หอย ปู และ ปลา ไม่ชอบกินพืช กลางวันมักหลบอยู่ตามซอกหิน เย็น ๆ หน้าหนาวจำศีล

บริเวณอุทยานฯ มี “เต่าปูลู” เต่าพันธุ์หายาก ซึ่ง ขาและหางไม่สามารถหดเข้ากระดองได้ยามมีภัย มา เมื่อเกิดไฟป่ามักพบเต่าชนิดนี้ถูกไฟคลอกตาย เป็นประจำ เต่าปูลูจึงถูกนำมาใช้เป็นสัญลักษณ์การ

ป้องกันไฟป่าของไทย มักอาศัยอยู่บนภูเขาสูงใกล้ น้ำตกหรือลำห้วยที่มีน้ำไหลตลอดเวลา และออก หากินในเวลากลางคืน

อุทยานฯ มีบ้านพัก สถานที่กางเต็นท์ และร้านค้า สวัสดิการบริการนักท่องเที่ยว สอบถามข้อมูล โทร. ๐ ๕๔๔๐ ๑๐๙๙, ๐ ๒๕๖๒ ๐๗๖๐ [www.dnp.go.th](http://www.dnp.go.th)

**การเดินทาง** อุทยานฯ อยู่ห่างจากจังหวัดพะเยา ๙๐ กิโลเมตร ไปตามเส้นทางสายพะเยา-ดอกคำใต้-จุน- เชียงคำ-เทิง ห่างจากอำเภอเชียงคำ ๓๐ กิโลเมตร แล้วเลี้ยวขวาเข้าทางหลวงหมายเลข ๑๐๙๓ อีก ๑๗ กิโลเมตร หรือจากเชียงคำก่อนถึงโรงเรียนภู ขางวิทยาคมเลี้ยวขวาผ่านที่ว่าการอำเภอภูซาง ขับ

ต่อไปราว ๑๔ กิโลเมตร ถึงที่ทำการอุทยานฯ หรือเดินทางโดยรถประจำทาง นั่งรถสายพะเยา-อำเภอเชียงคำ หรือ เชียงราย-อำเภอเชียงคำ แล้วต่อรถโดยสารประจำทางขนาดเล็กสายเชียงคำ-บ้านฮวก จะผ่านที่ทำการอุทยานฯ ตามทางหลวงหมายเลข ๑๐๙๓ ระยะทาง ๒๐ กิโลเมตร

**ตลาดการค้าชายแดนไทย-ลาว** (บ้านฮวก) เป็นหมู่บ้านที่มีร้านค้าจำหน่ายสินค้าพื้นบ้านอยู่หลายร้านให้เลือกซื้อ ซึ่งตั้งอยู่ 2 ข้างทางแควेतี้วเลือกซื้อสินค้าที่จุดนี้ก่อนก็ได้ จากนั้นขับไปอีก 2 กิโลเมตร จะถึงช่องทางก๊วหกซึ่งเป็นช่องทางติดต่อระหว่างประเทศไทยกับแขวงไซยะบุรี และในทุกปีในช่วงเทศกาลปีใหม่จะมีการจัดงานตักบาตรสองแผ่นดิน ณ จุดรอยต่อชายแดนไทย-ลาว บริเวณก๊วหก ณ จุดชายแดนบ้านฮวกจะมีจุดจอดรถโดยสารให้บริการไปอำเภอเชียงคำด้วย ณ หมู่บ้านแห่งนี้นักท่องเที่ยวสามารถไปเที่ยวชมเต่าปูลูที่บ่อเต่าปูลูโรงเรียนบ้านฮวก

**การเดินทาง** อยู่ห่างจากตัวจังหวัดพะเยา ประมาณ 100 กิโลเมตร ตามถนนสาย พะเยา-จุน-เชียงคำ-ภูซาง

### อำเภอแม่ใจ

**อุทยานแห่งชาติแม่ปืม** อยู่บ้านป่าตึง ตำบลแม่ใจ ครอบคลุมพื้นที่จังหวัดเชียงรายและพะเยา ภูมิประเทศเป็นภูเขาสูงชัน เป็นต้นกำเนิดของลำน้ำแม่แก้วและลำน้ำแม่ปืม และมีแหล่งเก็บกักน้ำที่สำคัญ คือ “อ่างเก็บน้ำแม่ปืม” ในเดือนมกราคม-มีนาคมของทุกปี จะมีนกเป็ดน้ำจำนวนมากอพยพมาที่นี่ และยังมีเส้นทางศึกษาธรรมชาติอีกด้วย สอบถามข้อมูลได้ที่ อุทยานแห่งชาติแม่ปืม โทร. ๐๙ ๓๒๖๕ ๓๐๓๕

**การเดินทาง** จากตัวเมืองพะเยา ใช้ทางหลวงหมายเลข ๑ เส้นทางไปจังหวัดเชียงราย จนถึง กิโลเมตรที่ ๗๕๔ จะมีทางแยกขวาเข้าสู่ที่ทำการอุทยานฯ พ

**บ้านเข้าปางปูเลาะ** อยู่ตำบลศรีถ้อย เป็นหมู่บ้านชาวไทยภูเขาเผ่าเย้า หรือ “เมี่ยน” ที่ตั้งอยู่ในหุบเขาสูงจากระดับน้ำทะเลประมาณ ๘๐๐ เมตร และยังคงรักษาวิถีชีวิตดั้งเดิม ด้วยการทำเกษตรกรรม ปลูกเมี่ยง (ชา) กาแฟ และเป็นแหล่งปลูกลิ้นจี่ที่มีชื่อเสียงอีกแห่งของจังหวัด ห่างจากหมู่บ้านราว ๒ กิโลเมตร เป็นที่ตั้งของ “ถ้ำประกายเพชร” ถ้ำหินงอกหินย้อยที่มีประกายระยิบระยับสวยงาม ในหมู่บ้านมีโฮมสเตย์รองรับนักท่องเที่ยว

### เทศกาลงานประเพณี

**งานอนุสาวรีย์ผู้เสียสละ พลเรือน ตำรวจ ทหาร ๒๓๒๕** จัดขึ้นวันที่ ๓๑ มกราคม - ๘ กุมภาพันธ์ ณ อนุสรณ์ผู้เสียสละ พตท. อำเภอเชียงคำ ในงานมีพิธีทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้กับ พลเรือน ตำรวจ ทหาร ผู้เสียชีวิตในการสู้รบกับ ผกค. นิทรรศการ การออกร้านของหน่วยราชการเพื่อหาเงินสมทบทุนช่วยเหลือทายาทผู้เสียชีวิต สอบถามข้อมูล ที่ว่าการอำเภอเชียงคำ โทร. ๐ ๕๔๔๕ ๑๓๓๕

**งานวันดอกคำใต้บาน** จัดขึ้นวันที่ ๑๑-๑๘ กุมภาพันธ์ ณ สนามหน้าที่ว่าการอำเภอดอกคำใต้ มีการแข่งขันงานหัตถกรรม และจำหน่ายของที่ระลึก สอบถามข้อมูล สำนักงานพัฒนาชุมชนอำเภอดอกคำใต้ โทร. ๐ ๕๔๔๔ ๑๔๗๔

**งานสักการะบวงสรวงพ่อขุนงำเมือง** จัดขึ้นวันที่ ๕ มีนาคมของทุกปี ณ ลานอนุสาวรีย์พ่อขุนงำเมือง สวนสมเด็จพระเจ้า ๙๐ ถนนเลียบริกวันพะเยา ในงานมีขบวนแห่เครื่องราชสักการะที่สวยงามยิ่งใหญ



### ประเพณีเวียนเทียนทางน้ำ

ชาวพะเยาทุกอำเภอทั้งข้าราชการ พ่อค้า นำเครื่องราชสักการะมาประกอบพิธีบวงสรวงพ่อขุนงำเมือง สอบถามข้อมูล ที่ทำการปกครองจังหวัดพะเยา โทร. ๐ ๕๔๔๔ ๙๖๒๗

**งานสืบสานตำนานไทลื้อ** จัดขึ้นต้นเดือนมีนาคมของทุกปี ที่อำเภอเชียงคำ มีการแสดงทางศิลปวัฒนธรรมไทลื้อ และนิทรรศการ

**งานประเพณีไหว้พระธาตุดอยจอมทอง** จัดในวันเดือนหกเป็ง (วันเพ็ญเดือน ๔) ของทุกปี ที่วัดพระธาตุดอยทอง ชาวเมืองพะเยาพร้อมใจกันทำบุญไ้พระด้วยความเลื่อมใสศรัทธา

**ประเพณีเวียนเทียนทางน้ำ กลางกว๊านพะเยา** ปีหนึ่งจะจัดขึ้นเพียง ๓ ครั้งเท่านั้น คือ วันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา และวันอาสาฬหบูชา ณ วัดติโลก

อาราม กลางกว๊านพะเยา อำเภอเมืองพะเยา โดยเมื่อพระอาทิตย์ใกล้ลับขอบฟ้าผู้คนจะนำดอกไม้ธูปเทียน จุดไฟสว่างไสว ล่องเรือไปเวียนเทียนบูชาพระพุทธรูปหินทราย หลวงพ่อศิลา อายุกว่า ๕๐๐ ปี ที่ประดิษฐานอยู่บนเกาะกลางน้ำ ณ วัดติโลกอาราม

**งานประเพณีปู้จาวญาลอ** (บูชาพญาลอ) จัดวันที่ ๙ เมษายน ของทุกปี บริเวณโบราณสถานเวียงลอ บ้านห้วยจั่ว อำเภोजุน ในงานมีกิจกรรมพิธีไหว้บรรพบุรุษของเวียงลอ ขบวนแห่และงานแสดงแสงสีเสียง การแสดงทางวัฒนธรรมพื้นบ้าน สอบถามข้อมูลที่สำนักงานที่ว่าการอำเภอจุน โทร. ๐ ๕๔๔๕ ๙๐๖๖

**งานเทศกาลลั่นจี่และของดีเมืองพะเยา** จัดขึ้นทุกวันศุกร์ เสาร์ อาทิตย์ ที่สองของเดือนพฤษภาคม ณ สนามหลังเทศบาลเมืองพะเยา กิจกรรมมีขบวนแห่ลั่นจี่ ออกร้านจำหน่ายลั่นจี่และของดีเมืองพะเยา



การประกวดธิดาลิ้นจี่ สอบถามข้อมูลที่ สำนักงาน  
เกษตรพะเยา โทร. ๐ ๕๔๔๑ ๑๒๑๘ - ๙

**งานประเพณีมัสการพระเจ้าตนหลวง** จัดในวัน  
เดือนแปดเป็ง (วันเพ็ญเดือน ๖) ช่วงเดือนพฤษภาคม  
ของทุกปี ณ วัดศรีโคมคำ อำเภอเมืองพะเยา ในงาน  
มีประเพณีแห่ควัรวาน สอบถามข้อมูลที่วัดศรีโคมคำ  
โทร. ๐ ๕๔๔๓ ๑๙๖๓

**งานประเพณีลอยกระทงกว๊านพะเยา** จัดในวันเพ็ญ  
เดือน ๑๒ ณ กว๊านพะเยา อำเภอเมืองพะเยา

**งานกาชาดและงานฤดูหนาว** จัดช่วงปลายเดือน  
ธันวาคม-ต้นเดือนมกราคม ณ บริเวณสนามช้าง  
สถานีขนส่งจังหวัดพะเยา มีการออกร้านของหน่วย  
งานราชการ เอกชน การแสดงทางวัฒนธรรมและ

การละเล่นต่าง ๆ สอบถามข้อมูลที่ ประชาสัมพันธ์  
จังหวัดพะเยา โทร. ๐ ๕๔๔๔ ๙๗๐๔

**งานเทศกาลตักบาตร ๒ แผ่นดินไทย-ลาว** มีการ  
ตักบาตรส่งท้ายปีเก่า ต้อนรับปีใหม่ที่ชาวนนทบุรี  
ด้านชายแดนบ้านฮวก ตำบลภูซาง อำเภอภูซาง

## สินค้าพื้นเมืองและของที่ระลึก

**ผ้าทอไทลื้อ** มีศิลปะและลวดลายที่เป็นเอกลักษณ์  
เฉพาะ และไปชมวิธีการทอ และซื้อหาได้ตามกลุ่ม  
ทอผ้าไทลื้อ เช่น ที่อำเภอเชียงคำ ศูนย์ทอผ้าไทลื้อวัด  
พระธาตุสบแวน โทร. ๐ ๕๔๔๑ ๕๒๐๘, ๐ ๕๔๔๑  
๕๐๖๖ กลุ่มทอผ้าบ้านชัยขมภู ตำบลน้ำแวน กลุ่มทอ  
ผ้าบ้านตลาด ตำบลห้วยน กลุ่มทอผ้าบ้านแดนเมือง  
ผ้าทอส่วนใหญ่เป็นผ้าถุงลายน้ำไหล ตุ้ง สไบ และ



ผ้าทอไทลื้อ



ผลิตภัณฑ์จากผักตบชวา

ย่าม กลุ่มทอผ้าบ้านทุ่งหมอก ตำบลบางมาง โทร ๐๘ ๒๑๘๐ ๙๔๖๘ กลุ่มทอผ้าแปรรูปย้อมสีธรรมชาติ ตำบลห้วยน โทร ๐๘ ๑๐๓๑ ๗๘๐๗

**หมู่บ้านทำครกหิน** บ้านจั่ว ตำบลบ้านสา อำเภอเมืองพะเยา ห่างจากตัวเมือง ๒๐ กิโลเมตร ใช้เส้นทางเดียวกับทางไปวัดอนาลโย ชาวบ้านมีอาชีพเสริมหลังการทำนาคือการทำครกหิน ใบเสมา และลูกนิมิต เป็นอุตสาหกรรมในครอบครัว ติดต่อนายหมั่ว หวานใจ โทร. ๐ ๕๔๔๒ ๗๕๖๐, นาย สจิต กิ่งแก้ว ๐ ๕๔๔๒ ๗๔๖๑, ๐๘ ๙๙๕๔ ๕๔๙๗, ๐๘ ๙๒๖๑ ๖๖๗๙

**หมู่บ้านทำผลิตภัณฑ์จากผักตบชวา** บ้านสันป่าม่วง ห่างจากหมู่บ้านจั่วซึ่งทำครกหิน ๒ กิโลเมตร และอีกแห่งคือกลุ่มจักสานบ้านห้วยเคียนเหนือ ๘๘ หมู่ ๑ บ้านห้วยเคียนเหนือ ตำบลบ้านต้า อำเภอเมืองพะเยา โทร. ๐๘ ๙๙๘๘ ๘๖๖๔ ผลิตภัณฑ์ที่ทำจากผักตบ

ชวา ได้แก่ หมวก กระเป๋า จานรองแก้ว และของประดับต่าง ๆ ติดต่อ โทร. ๐ ๕๔๔๕ ๘๖๓๓, ๐๘ ๑๖๐๒ ๗๗๗๑, ทิพย์ ๐๘ ๙๕๕๖ ๖๕๐๘, ป้าวาด ๐ ๕๔๔๕ ๘๗๘๘, ๐๘ ๖๑๑๕ ๗๖๑๕

นอกจากนี้ยังมีของกิน ของฝากขึ้นชื่ออื่น ๆ เช่น ปลาสาม แหนมหมู น้ำพริกแปรรูป ข้าวหอมมะลิ ลิ้นจี่ ลำไยอบแห้ง ผ้าปักมือ ผ้าปักชาวเขา เครื่องปั้นดินเผา ไม้กวาดดอกหญ้า

## ตัวอย่างรายการนำเที่ยว

### แบบ ๑ วัน

- สักการะพ่อขุนงำเมือง
- นั่งเรือชมกว๊านพะเยา ไหว้พระที่วัดติโลกอาราม
- นมัสการพระเจ้าตนหลวง วัดศรีโคมคำ

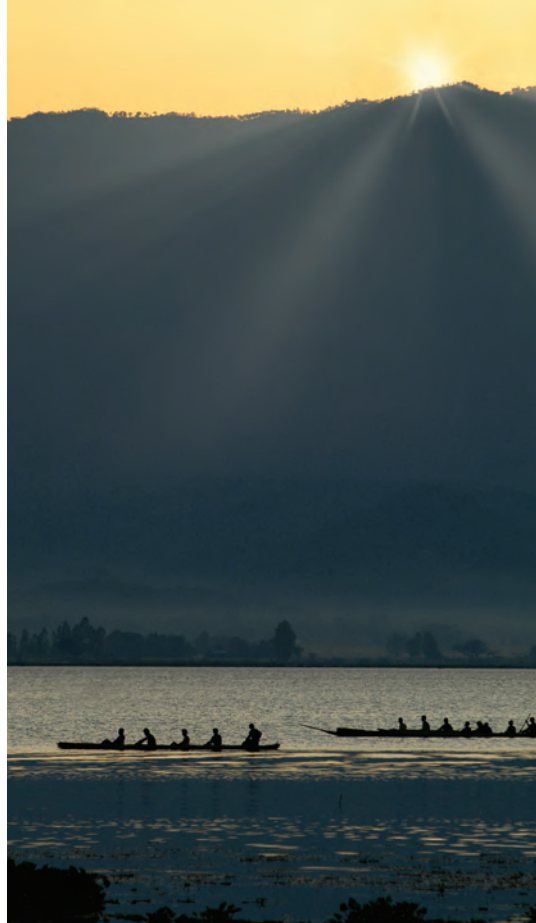
- ไปวัดอนาลโยทิพยาราม บนดอย  
บุษราคัม
- ไปบ้านสันป่าม่วง ชมศูนย์หัตถกรรม  
ผักตบชวา
- ไปอำเภอเชียงคำ ไปวัดแสนเมืองมา
- ชมวัดศิลปะพม่าที่วัดนันทาราม
- ไปวัดพระนั่งดิน
- ไปอุทยานแห่งชาติภูซาง น้ำตกภูซาง
- เดินทางกลับอำเภอเมืองพะเยา

## แบบ ๒ วัน ๑ คืน

- วันแรก
- ล่องเรือชมกว๊านพะเยา
  - สักการะหลวงพ่อดิลกและสันชาตุ  
กลางน้ำ วัดติโลกอาราม
  - นมัสการพระเจ้าตนหลวง วัดศรีโคมคำ
  - ชมหอวัฒนธรรมนิทัศน์
  - ไปวัดอนาลโยทิพยาราม ดอยบุษราคัม
  - แวะซื้อหาเครื่องจักสานและผลิตภัณฑ์  
จากผักตบชวา บ้านสันป่าม่วง
  - เข้าที่พัก
- วันที่สอง
- ไปอ่างเก็บน้ำแม่ปืม
  - ไปอำเภอเชียงม่วน วัดท่าฟ้าใต้
  - ไปอุทยานแห่งชาติดอยภูนาง น้ำตก  
ธารสวรรค์
  - เดินทางกลับอำเภอเมืองพะเยา

## ข้อเสนอแนะในการท่องเที่ยว

- ศึกษาและสอบถามรายละเอียดข้อมูลเกี่ยวกับ  
สถานที่ท่องเที่ยวแต่ละประเภทก่อนการเดินทาง  
หรือติดต่อวิทยากร หรือผู้นำทาง ตามความเหมาะสม  
ของสถานที่ท่องเที่ยวแต่ละแห่ง
- การท่องเที่ยวแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติ ควร  
ศึกษาฤดูกาลและช่วงเวลาที่เหมาะสมในการเดินทาง  
และเพื่อจัดเตรียมอุปกรณ์สำหรับการท่องเที่ยว  
ได้ถูกต้อง



กว๊านพะเยา

- ร่วมกันรักษาทรัพยากรทางการท่องเที่ยว เพื่อให้  
เป็นการท่องเที่ยวที่ยั่งยืนสืบต่อคนรุ่นต่อไป
- ไม่ประพฤติดิปฏิบัติขัดต่อวิถีชีวิตและประเพณีนิยม  
ของคนในท้องถิ่น
- การแต่งกายที่เหมาะสมสำหรับการท่องเที่ยวแต่ละ  
สถานที่ เช่น ศาสนสถานต่าง ๆ ควรแต่งกายสุภาพ
- ในการเดินทางไม่ควรประมาท และต้องคำนึงถึง  
ความปลอดภัย
- ปฏิบัติตามระเบียบ ข้อกำหนด และคำแนะนำของ  
เจ้าหน้าที่ ในสถานที่ท่องเที่ยวอย่างเคร่งครัด





# แผนที่ตัวเมืองพะเยา

## PHAYAO CITY MAP

### สัญลักษณ์ Legend

- |  |                  |                |
|--|------------------|----------------|
|  | ศาลากลางจังหวัด  | City Hall      |
|  | โรงเรียน         | School         |
|  | สถานีขนส่ง       | Bus Terminal   |
|  | ไปรษณีย์         | Post Office    |
|  | สถานีตำรวจ       | Police Station |
|  | ถนน              | Road           |
|  | แหล่งน้ำ, แม่น้ำ | Stream, River  |

.6 .3 0 กิโลเมตร  
Kilometers

ไป จ.เชียงราย  
To Chiang Rai

ไป อ.ป่าแดด  
To Amphoe  
Pa Daet

ไป จ.ลำปาง  
To Lampang

แม่น้ำพะเยา  
Kwan Phayao



### วัด Temple (Wat)

- 1 วัดพระธาตุจอมทอง Wat Phrathat Chom Thong
- 2 วัดศรีโคมคำ Wat Si Khom Kham
- 3 วัดไชยอาวาส Wat Chai A-wat
- 4 วัดหลวงราชสันตฐาน Wat Luang Ratsanthan
- 5 วัดศรีอุโมงค์คำ Wat Si Umong Kham
- 6 วัดลี Wat Li



### โรงพยาบาล Hospital

- 1 โรงพยาบาลพะเยา Phayao Hospital
- 2 โรงพยาบาลพะเยาราม Phayao Ram Hospital



### ตลาด Market

- 1 ตลาดมณีรัตน์ Manirat Market
- 2 ตลาดโต้รุ่ง Night Food & Fruit Stalls
- 3 ตลาดสดเทศบาลเมืองพะเยา Thetsaban Phayao Market



### สถานที่สำคัญ Place of Interest

- 1 ที่ว่าการอำเภอเมืองพะเยา Phayao Provincial Office
- 2 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา  
Mahachulalongkomrajavidyalaya University  
Phayao Campus
- 3 สำนักงานเทศบาลเมืองพะเยา Phayao Municipality Office



### สถานที่ท่องเที่ยว Tourist Attraction

- 1 หอวัฒนธรรมนิทัศน์ Phayao Cultural Exhibition Hall
- 2 อนุสาวรีย์พ่อขุนงำเมือง  
Phokhun Ngam Mueang Monument
- 3 กวนพะเยา Kwan Phayao
- 4 สวนสาธารณะสมเด็จพระย่า Princess Mother's 90 Park
- 5 ศาลหลักเมือง City Pillar





# PHAYAO TOURIST MAP

## สถานที่ท่องเที่ยว Tourist Attraction

- 1 ตลาดการค้าชายแดนไทย-ลาว บ้านฮวก  
Ban Huak Thai Laotian Border Market
- 2 อุทยานแห่งชาติภูซาง Phu Sang National Park
- 3 วัดนันทาราม Wat Nantaram
- 4 วนอุทยานภูลังกา Phu Langka Forest Park
- 5 จุดชมวิวผาช้างน้อย Pha Chang Noi View Point
- 6 อุทยานแห่งชาติดอยภูนาง Doi Phunang National Park
- 7 วัดพระธาตุขิงแกง Wat Phrathat Khing Kaeng
- 8 กว๊านพะเยา Kwan Phayao
- 9 วัดศรีโคมคำ Wat Sri Khom Kham
- 10 วัดอนาลโยทิพยาราม Wat Analayo Thipphayaram
- 11 อุทยานแห่งชาติแม่อ้อ Mae Puem National Park

## สัญลักษณ์ Legend

|                                                                                     |                   |                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|------------------------|
|  | อำเภอ             | Amphoe (District)      |
|  | สถานที่ท่องเที่ยว | Tourist Attraction     |
|  | แหล่งน้ำ, แม่น้ำ  | Stream, River          |
|  | ทางหลวง           | Highway                |
|  | เส้นขอบเขตประเทศ  | International Boundary |
|  | เส้นขอบเขตจังหวัด | Province Boundary      |
|  | เส้นขอบเขตอำเภอ   | District Boundary      |

## หมายเลขโทรศัพท์สำคัญ

ประชาสัมพันธ์จังหวัด

สำนักงานจังหวัด

ที่ว่าการอำเภอเมืองพะเยา

เทศบาลเมืองพะเยา

กองบังคับการตำรวจภูธร จังหวัดพะเยา

สถานีตำรวจภูธร อำเภอเมืองพะเยา

ตำรวจทางหลวง

ตำรวจท่องเที่ยว

โรงพยาบาลพะเยา

สำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬา

สำนักงานขนส่งจังหวัด

โทร. ๐ ๕๔๔๑ ๑๔๒๘

โทร. ๐ ๕๔๔๔ ๙๖๐๑

โทร. ๐ ๕๔๔๘ ๒๓๑๗

โทร. ๐ ๕๔๔๓ ๑๓๕๐

โทร. ๐ ๕๔๔๘ ๒๒๕๔

โทร. ๐ ๕๔๔๓ ๑๑๔๓, ๐ ๕๔๔๓ ๑๘๘๘

โทร. ๑๑๙๓

โทร. ๑๑๕๕

โทร. ๐ ๕๔๔๐ ๙๓๐๐

โทร. ๐ ๕๔๘๘ ๗๒๑๐

โทร. ๐ ๕๔๔๓ ๑๑๑๑,

## ศูนย์บริการข่าวสารท่องเที่ยว ททท. การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (สำนักงานใหญ่)

๑๖๐๐ ถนนเพชรบุรี แขวงมักกะสัน

เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐

โทร. ๑๖๗๒

โทรสาร ๐ ๒๒๕๓ ๗๔๔๐

อีเมล : [info@tat.or.th](mailto:info@tat.or.th)

เว็บไซต์ : [www.tourismthailand.org](http://www.tourismthailand.org)

เปิดบริการ ทุกวัน เวลา ๐๘.๓๐-๑๖.๓๐ น.

## ท่าอากาศยานสุวรรณภูมิ

อาคารผู้โดยสารฝั่งขาเข้าในประเทศ ชั้น ๒ ประตู ๓

โทร. ๐ ๒๑๓๔ ๐๐๔๐ (๒๔ ชั่วโมง)

## ททท. สำนักงานเชียงราย

๖๖๖/๑๔ ถนนธนาสัย ตำบลเวียง

อำเภอเมืองฯ จังหวัดเชียงราย ๕๗๐๐๐

โทร. ๐ ๕๓๗๑ ๗๔๓๓ โทรสาร ๐ ๕๓๗๑ ๗๔๓๔

อีเมล [tatchrai@tat.or.th](mailto:tatchrai@tat.or.th)

พื้นที่รับผิดชอบ: เชียงราย พะเยา

เปิดบริการทุกวัน เวลา ๐๘.๓๐-๑๖.๓๐ น.





น้ำตกธารสวรรค์



ข้อมูล : ททท. สำนักงานเชียงราย

กองข่าวสารท่องเที่ยว (โทร. ๐ ๒๒๕๐ ๕๕๐๐ ต่อ ๒๑๔๐ - ๖)

ออกแบบและจัดพิมพ์ : กองข่าวสารท่องเที่ยว ฝ่ายบริการการตลาด

ข้อมูลรายละเอียดที่ระบุในเอกสารนี้อาจมีการเปลี่ยนแปลงได้

ลิขสิทธิ์ของการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย

กันยายน ๒๕๖๒

ห้ามจำหน่าย



www.tourismthailand.org



บริการ ๒๔ ชั่วโมง

อีเมล info@tat.or.th

www.tourismthailand.org