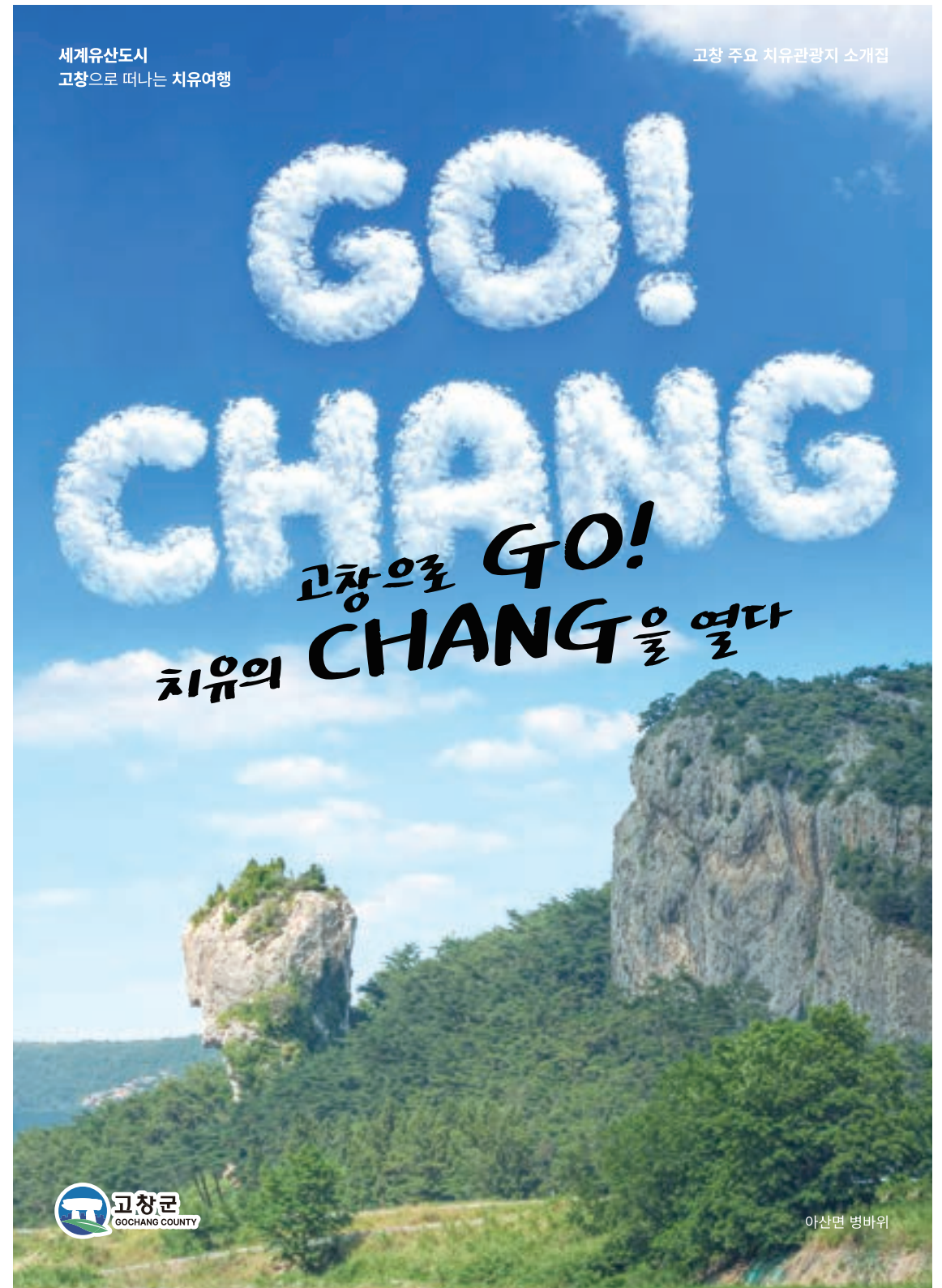


고창 주요 치유관광지 소개집

고창으로 GO!
치유의 CHANG을 열다





토굴발효(상하면)



상하농원(상하면)



광승서가(해리면)



책마을 해리(해리면)



고창서점마을(대산면)



국립고창치유의숲(고수면)





질마재시인마을(부안면)



책이 있는 풍경(신림면)



고창군 주요 치유 여행지 한눈에 보기



고창웰파크시티(고창읍)



전통예술체험마을(고창읍)



심드림(고창읍)



고창황윤석도서관(고창읍)

몸과 마음이 머무는 곳 고창 대표 치유 여행지

“자연·식(食)·휴식·치유가 어우러진 공간으로, 몸과 마음을 함께 돌보는
‘쉼의 여행’을 경험할 수 있는 힐링 명소



고창웰파크호텔

숲이 곧 치유가 되는 곳 국립고창치유의 숲

고창의 아름다운 편백숲에 조성된 산림치유 공간으로, 수령 약 35년 이상의 울창한 편백림과 약 34만 평 규모의 숲을 갖추고 있다. 편백숲 숲길을 따라 산책하며 편백향이 가득한 공기 속에서 산림욕을 즐길 수 있으며, 숲 명상, 호흡·이완 프로그램, 치유 체험 등 다양한 산림치유 프로그램을 통해 마음의 긴장을 풀고 일상의 균형을 회복할 수 있다. 자연 속에서 걷기·쉼·체험이 어우러진 공간으로, 누구나 편안하게 이용할 수 있다.

📍 고창읍 수량동길 85
☎ 063-563-5314



차분한 온기가 몸을 감싸는 스파 여행

고창웰파크시티

문화체육관광부 선정 '우수 웰니스 관광지 88선'에 이름을 올린 고창을 대표하는 치유 여행지로, 석정 온천휴스파의 게르마늄 온천을 중심으로 테라피, 재활·운동 프로그램 등 다양한 치유 콘텐츠를 갖추고 있다. 웰파크호텔, 석정웰파크병원 등 숙박·휴양시설과 산책로가 어우러진 체류형 힐링 공간이다. 특히 봄이면 벚꽃이 흐드러지게 피는 산책로 일대에서 벚꽃축제가 열려, 따뜻한 온천과 분홍빛 봄 풍경이 어우러진 고창의 대표적인 힐링 축제로 많은 관광객의 발길을 끈다.

📍 고창읍 석정2로 173
☎ 063-560-7500



편백숲 해먹 체험



농원 전체가 회복과 휴식이 되는 공간

상하농원

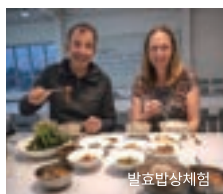
📍 상하면 상하농원길 11-23
☎ 1522-3698



농원 전반을 자연 친화적 환경으로 조성한 농촌 테마형 체류 공간이다. 유기농 목장과 공방을 중심으로 식(食) 체험, 동물 교감, 수목원 산책 등 자연과 교감하는 다양한 프로그램을 운영하고 있다. 숙박시설, 글램핑, 수영장 및 온천을 갖추고 있으며, 위케이션이 가능한 업무 공간도 함께 마련되어 자연 속에서 일과 쉼을 병행할 수 있다. 체험·휴식·숙박·업무가 유기적으로 연결된 치유 관광지로, 2025년 '한국 관광의 별'에 선정된 고창의 대표 관광지이다.



복분자코디얼 체험



발효밥상체험



맷돌커피 체험



복분자죽체험

머무르며 먹고 회복하는 곳 토굴발효

전북 우수 웰니스 관광지로 선정된 곳이자 농림축산식품부가 지정한 '식생활 우수 체험공간'으로, 전통 발효의 깊이를 직접 체험할 수 있는 공간이다. 장류·식초·발효청 만들기 체험과 몸에 편안한 발효 밥상을 통해 먹으며 회복하는 치유 음식을 경험할 수 있으며, 숙박이 가능해 머무르며 치유하는 체류형 힐링 여행지이다.

📍 상하면 선운대로 734-12
☎ 063-562-6800



꿈을 짓는 치유농업농장 씬드림

전북 우수 웰니스 관광지인 씬드림은 누구나 안전하게 치유와 회복을 경험하는 치유농업 농장이다. 다양한 체류형 프로그램을 통해 맷돌 커피 체험, 복분자 죽욕, 바비큐, 피크닉, 숙박을 아우르는 치유 여행을 제공하며, 스스로 회복을 느끼도록 설계되었다.

📍 고창읍 당촌길 75
☎ 010-2603-9101



책 길 따라 걷는 고창의 이색 도서관 치유 여행지

강추

책 공간을 따라 걷고 읽으며 사유와 휴식을 누리는 고창의 인문형 치유 여행지



고창황윤석도서관

건축가 유현준이 설계한 건축미가 매력적인 도서관이다. 세계문화유산인 종묘를 모티브로 한 절제된 선과 단정한 구조가 공간 전체에 고요하고 품격 있는 분위기를 더한다. 고창 출신이자 조선 후기 실학자인 황윤석의 학문과 기록 정신을 기념해 조성된 공간으로, 고창의 역사·문화적 정체성을 현대적으로 담아낸 문화공간이다.

고창읍 중앙로 340

화~금 09:00~22:00 / 토~일 09:00~18:00
매주 월, 공휴일 정기휴무



고창서점마을

국내 최초의 서점마을로, 서로 다른 주제의 독립서점 6곳이 모인 공간이다. 개성 있는 콘셉트의 서점들이 골목마다 이어져 볼거리가 풍부하며, 조용히 걷고 머물며 책으로 마음을 쉬게 하는 문화공간이다. 책과 자연 속에서 사색과 치유를 경험할 수 있는 특별한 마을이다. 잠시 멈추고 싶을 때, 나만의 쉼이 필요한 순간에 찾아가기 좋은 힐링 여행지이다.

대산면 지석남당길 106-8

매일 10:00~18:00

고창서점마을 둘러보기



그림책 전문 서점 **고릴라**



그래픽노블서점&피트위스키 바 **넵버나인**



실제 목수가 운영하는 책방 **목수의 서점**

🏠 북스테이(숙박)



책이 있는 풍경

고즈넉한 시골 풍경 속에서 책과 자연, 사람이 어우러지는 작은 문화 도서관이다. 약 4만 5천 권의 장서를 갖추고 있으며, 북스테이를 통해 머물며 독서와 사색을 즐길 수 있다. 강연과 북토크 등 다양한 프로그램과 카페를 함께 운영해, 여행 중 잠시 쉬어가기 좋은 치유형 독서 공간이다.

📍 신림면 입전길 45 ☎ 010-2992-5656 🕒 월~금 09:00~19:00
토, 일 10:00~18:00



책마을해리

책을 중심으로 한 문화예술 공간으로, 전시·체험이 이루어지는 복합문화공간이다. 조용한 마을 분위기 속에서 독서와 사색을 즐기며 인문 감성을 느낄 수 있으며, 폐교를 활용해 조성된 공간이다. 다양한 독서 공간과 프로그램을 통해 자유롭게 체험할 수 있다.

📍 해리면 월봉성산길 88 ☎ 063-563-9173 🕒 입장료 유료
📖 방문 전 문의



광승서가

광승마을에 위치한 작은 도서관으로, 여행 중 머물며 독서와 사색, 휴식을 즐길 수 있다. 다양한 미술 소품이 어우러진 공간은 빈티지한 감성과 아늑한 분위기를 자아내며, 인근 바다와 함께 서해의 자연을 가까이에서 느낄 수 있다.

📍 해리면 광승중앙길 77 ☎ 063-564-4245
🕒 화~토 14:00~18:00 / 일, 월, 공휴일 휴무



질마재시인마을

시인 미당 서정주의 생가와 문학관이 어우러진 문학·인문 관광지이다. 시인의 삶과 작품 세계를 만날 수 있으며, 문학관과 생가를 잇는 동선을 따라 문학과 인문 이야기를 체험할 수 있다.

📍 부안면 질마재로 2-8 ☎ 063-560-8018
📖 방문 전 문의

🏠 북스테이(숙박)
TEL 010-8383-3911



나무의사와 어쩌다 농부의 생태서점 **맹그로브**



운동주시집&독립출판물 서점 **초롱이와 숙**



인문철학서점&로스터리 카페 **세발자전거**

함께 산책하며 즐기면 더 좋은 치유 여행지

01

고창읍성&꽃정원

우리나라에서 원형이 가장 잘 보전된 고창읍성은 성곽을 따라 돌길을 천천히 걷는 '답성놀이'가 전해지는 역사형 치유 공간이다. 고즈넉한 성곽 풍경 속에서 걷기와 사색으로 일상의 긴장을 내려놓을 수 있으며, 꽃이 아름답게 피는 고창 꽃정원까지 이어지는 산책 동선을 따라 자연과 함께 치유를 완성하는 힐링 산책지이다. 또한 매년 중앙절(음력 9월 9일)에는 고창을 대표하는 전통문화 축제인 '고창모양성제'가 열려, 다양한 공연, 거리퍼레이드, 체험 프로그램을 통해 전통과 현대의 공존을 느낄 수 있는 명소로 사랑받고 있다.

📍 고창읍 읍내리 125-9 ☎ 063-560-8067

🚗 입장료 유료



02

전통예술체험마을

고즈넉한 전통 한옥 공간에서 천연염색, 전통자수, 도자기, 판소리 등 전통예술 체험은 물론, 각종 한복체험과 다양한 소규모 전통문화 축제가 함께 운영되는 명상형 치유 공간이다. 전통의 미학과 장인의 손길을 직접 느끼며 몰입·감성·회복의 과정

을 경험할 수 있도록 구성되어 있으며, 일상 속 스트레스를 완화하고 마음의 안정을 되찾는 치유의 시간을 제공한다.

📍 고창읍 서문2길 20-8

🕒 09:00~18:00(매주 월 휴관) 🎫 체험비 1~3만원 소요

☎ 070-4227-1607 *체험 사전예약 필수



천연염색체험



전통자수체험



도자기체험



판소리체험



03

고창 학원농장

끝없이 펼쳐진 들판을 따라 천천히 걷고 바라보며 마음을 비우는 자연형 치유 공간이다. 바람에 흔들리는 보리밭 풍경 속에서 호흡을 고르고 사색을 즐기며 일상의 긴장을 내려놓을 수 있으며, 매년 봄에는 초록빛 장관을 이루는 '청보리밭 축제'가 열려 많은 이들에게 사랑받는 명소이다. 겨울에는 눈덮인 들판이 장관을 이루어 사계절 내내 색다른 힐링 풍경을 선사한다.

📍 공음면 학원농장길 150



함께 산책하며 즐기면 더 좋은 치유 여행지2



- 📍 아산면 운곡서원길 15
- ☎ 탐방열차 063-560-2720
- ☎ 탐방안내소 063-564-7076



01

운곡람사르습지

사계절 변화하는 습지 생태를 따라 천천히 걸을 수 있는 자연형 치유 공간이다. 데크길을 따라 이어지는 산책 코스에서 물·숲·바람이 어우러진 풍경을 마주하며, 일상의 속도를 낮추는 치유의 시간을 보낼 수 있다. 총 800여 종의 동·식물이 서식하는 생물다양성이 매우 뛰어난 습지로, 수달, 황새, 삿, 담비, 팔색조 등 다양한 희귀 야생동물이 어우러져 살아가는 생태적 가치가 높은 공간이기도 하다. 여기에 탐방열차와 생태 체험 프로그램이 더해져 걷기 부담이 있는 방문객도 자연을 온전히 느낄 수 있으며, 해설과 체험을 통해 단순한 관람을 넘어 자연과 교감하는 회복형 여행을 완성할 수 있다.

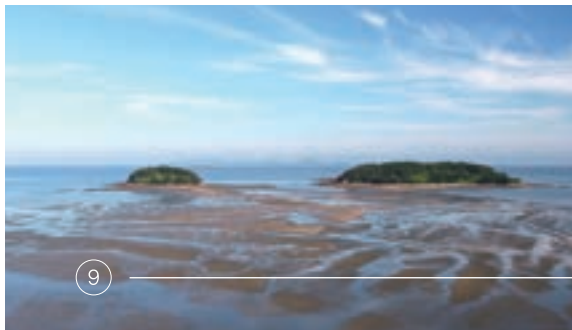
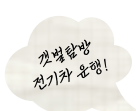


02

람사르고창갯벌센터

유네스코 세계자연유산으로 지정된 고창 갯벌의 생태적 가치를 알리고 체험할 수 있는 공간으로, 자연과 교감하며 몸과 마음의 휴식을 얻을 수 있는 치유형 관광지이다. 갯벌 생태 전시와 체험 프로그램을 통해 자연의 순환과 생명의 소중함을 가까이에서 느낄 수 있으며, 탁 트인 갯벌 풍경 속에서 일상의 피로를 풀어내기 좋은 힐링 공간이다.

- 📍 심원면 애항갯벌로 591-34
- ☎ 063-560-2644
- 🕒 화~일 09:00~18:00 / 매주 월 휴관



03

고창세계유산 고인돌박물관&유적지

고창 고인돌 유적지는 수천 년의 시간이 켜켜이 쌓인 들판을 따라 천천히 걸으며 사색의 흐름에 집중할 수 있는 역사형 치유 공간이다. 거대한 고인돌 사이를 잇는 산책길에서 바람과 하늘, 돌이 만들어내는 장엄한 풍경을 마주하며 일상의 속도를 내려놓는 시간을 보낼 수 있다. 탐방열차를 타고 유적지 곳곳을 편안하게 이동하며 걷기와 관람이 어우러진 깊이 있는 힐링 여행을 즐길 수 있다. 또한 박물관에서 선사인의 삶과 고인돌에 담긴 이야기를 차분히 마주하며, 눈앞의 풍경이 '이해'로 이어지는 깊이 있는 여정을 만날 수 있다.

- 📍 고창읍 고인돌공원길 74
- 🕒 매일 09:00~18:00 / 매주 월 휴관
- ☎ 063-560-8666



04

선운산도립공원

선운산도립공원은 계곡과 숲, 바위 능선을 따라 천천히 걷는 것만으로도 몸과 마음이 가벼워지는 자연형 치유 공간이다. 울창한 숲길과 맑은 계곡을 따라 이어지는 산책로에서 바람과 물소리, 햇살이 어우러진 풍경을 마주하며 일상의 긴장을 내려놓는 치유의 시간을 경험할 수 있다. 사찰과 암벽, 숲이 어우러진 길 위에서 걷기와 사색이 자연스럽게 이어지며, 계절마다 달라지는 풍경 속에서 마음이 쉬어간다.

- 📍 아산면 선운사로 242-86
- ☎ 063-560-8681



고창형 치유관광 추천코스

책 길 따라 걷는 고창 여행

책길을 따라 걷고 사색하는 인문 여행코스로, 농촌 체험과 책 문화, 서해의 바다 풍경을 잇는 동선 속에서 고창의 일상과 자연을 깊이 있게 경험하는 체류형·감성 치유 관광코스

1일차



①

고창서점마을

②

택1 | 책마을해리/광승서가

2일차



①

질마재시인마을

②

택1 | 상하농원/구시포해수욕장

③

택1 | 책이 있는 풍경/고창황윤석도서관

치유프로그램 운영



토굴발효

토굴발효 견학을 비롯해 전통 발효 체험(식초·장류 등), 전라도 발효밥상, 주변 명소 관광이 어우러진 1박 2일 체류형 체험 코스를 제공한다.



쉽드림

맷돌커피 및 복분자 족욕 체험, 바비큐와 불멍, 주요 명소 관광, 계절 밥상 제공 등 오로지 힐링에만 집중할 수 있는 꿈 같은 시간을 제공한다.

따뜻한 쉼 고창 치유 여행

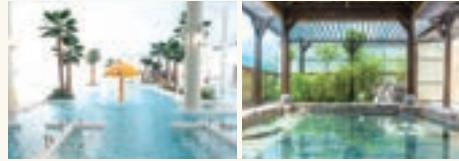
건축미가 돋보이는 고창황윤석도서관에서 사색을 즐기고, 고창읍성의 고즈넉한 역사 공간을 천천히 걸은 뒤 온천에서 몸을 풀고 전통예술체험마을 체험으로 마무리하는 체류형·느린 치유 관광코스

1일차



①

고창황윤석도서관



②

고창웰파크시티(석정온천휴스파)

2일차



①

전통예술체험마을



②

고창읍성

건강한 치유 고창웰빙트래킹

고창읍성과 고인돌 유적을 잇는 세계유산 산책로를 따라 차분한 트래킹을 즐기고, 선운사·도솔암 산책로를 연계해 고창의 자연과 역사를 건강하게 경험하는 치유·웰빙형 관광 코스

1일차



①

택1 | 고창읍성/국립고창치유의숲

②

택1 | 운곡람사르습지/고창세계유산고인돌박물관

③

선운산국민여가
캠핑장 글램핑

2일차



①

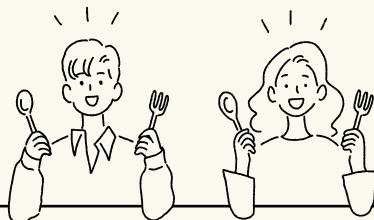
선운산 트래킹



②

고창웰파크시티(석정온천휴스파)

자연이 만든 치유 삼시세끼



고창복분자

당도와 폴리페놀, 안토시아닌 함량이 높아 항암과 항산화 작용에 탁월 하며 복분자주, 즙, 식초 등 다양한 식품으로 판매되고 있다.



고창 수박

풍부한 일조량과 토양 조건으로 당도가 높고 과육이 단단해 아삭한 식감이 뛰어나다.



땅콩 빵도 있어요!

고창 땅콩

미량원소가 많이 함유되어 단백질과 비타민 B1, B2가 다량 함유된 고창 땅콩은 구운 땅콩, 잼, 땅콩빵 등 다양한 형태로 판매되고 있다.



고창 멜론

진하고 달콤하며 한 입만 먹어도 계속 손이 가는 멜론으로 신선과일은 물론 선물용으로도 인기가 높다.



꿀맛!



고창 고구마

미네랄이 풍부한 황토에서 자라 전분함량이 높고, 부드러운 식감이 뛰어난 달콤한 꿀 고구마!

고창의 청정 자연에서 자란 농특산품은 몸의 균형을 살리고 일상의 리듬을 회복하는 건강한 식재료로, 제철 먹거리를 맛보는 경험을 통해 고창 치유 관광이 완성된다.



고창 한우

고창 한우는 깨끗한 자연환경에서 자라 육질이 부드럽고 마블링이 고르게 형성되어 깊은 풍미와 고소한 맛이 뛰어난 것이 특징이다.



고창 지주식 김

고창 지주식 김은 청정 고창 갯벌에서 자란 전통 친환경 김으로, 햇볕과 바닷바람에 자연 건조되어 향이 깊고 고소한 풍미가 살아 있는 프리미엄 김이다.



고창풍천장어

고창 인천강 하구에서 민물과 바닷물이 만나는 지역에서 잡히는 민물장어로 담백하고 구수한 맛이 뛰어나 고창에 방문한다면 꼭 맛봐야 할 대표 음식이다.



고창해풍고추

해풍을 맞고 자라 향이 진하고 매운맛이 깔끔해, 고춧가루와 양념에 쓰면 요리의 감칠맛을 더한다.

고창 바지락

유네스코가 보존 가치를 인정한 청정 갯벌에서 자란 고창 바지락은 전국 주요 산지로 알려져 있다. 시원한 국물과 깊은 감칠맛의 바지락 칼국수는 풍천장어와 궁합이 좋은 별미이다.

오프라인 판매처
고창 파머스 마켓

📍 고창읍 동리로 117
🕒 매일 09:00~18:00
☎ 010-2028-3062



온라인 판매처
고창 파머스 마켓

고창으로 GO!
치유의 CHANG을 열다