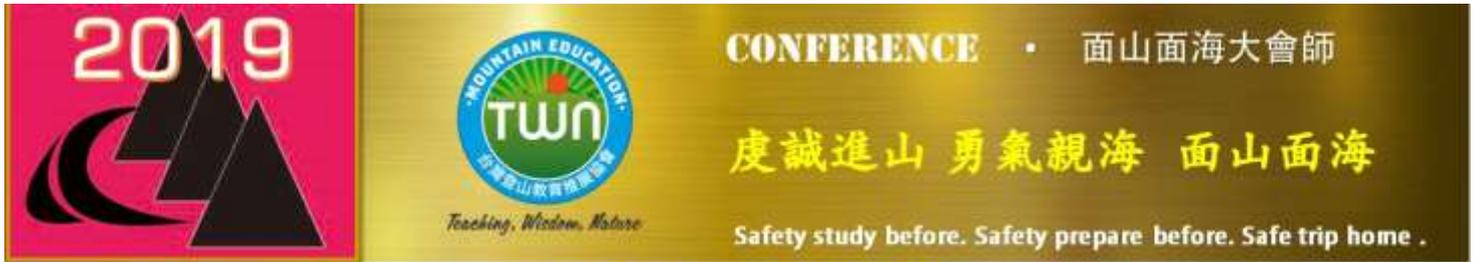


2019 各級學校面山面海大會師

暨愛護河川環境保護宣導活動



面山面海教育推廣(站講點)



- 野外求生學習站
- 山海技能學習營宣導

計畫書

社團法人台灣登山教育推展協會

中華民國一〇八年十二月二日

目 錄

壹、計畫緣起	03
貳、問題分析	03
參、計畫目標	03
肆、辦理單位	03
伍、辦理地點及時間	04
陸、實施對象	05
柒、實施項目及內容	05
捌、進度與期程	24
玖、財務計畫	25
壹拾、工作分配	27
壹拾壹、評估計畫	28
壹拾貳、預期成果與效益	24
壹拾參、活動保險	28
壹拾肆、報名方式及報名注意事項	28
壹拾伍、面海大會師籌備紀錄	45
壹拾陸、附件	47
附件一：主辦單位簡介與實績	48
附件二：舉辦之實例與實績	53
附件三：媒體報導	74
附件四：總統府函 立法院函	80
附件五：安全設備需要之申請	82
附件六：本案策劃人簡歷與實績	84
附件七：近期協助推動事項	85



為目標划向行

壹、 計畫緣起

舉辦首要目的在於體驗大自然，藉由面山面海大會師活動鼓勵前進一步勇氣，一起關注，增加家庭的親子互動關係，影響生活領域及提升戶外活動安全的風險評估準備的能力，近程可離開舒適圈的範圍，中程目標親土愛鄉，遠程可規劃可擴充國際視野。這不只是一項戶外健行活動，是推動面山面海教育的關鍵的起步開始。

貳、 問題分析(2019/1/20)

登山與面山的教育內涵是不同的清楚認知，登山是個人體能、耐力與毅力的訓練，是以登頂為成功與失敗的界定。而面山不但是體適能的增強，更重要的是虔誠面對自己生活的山海大環境；台灣有 78%的山林叢林、物種多樣豐富而獨特、文化珍貴的自然景觀保存。

探索山海大環境之生活美學，體驗生命之原力，藉由親近山的歷程中，在充滿芬多精的新鮮空氣蘊育著虔誠與謙卑的態度，體識登頂不是目標，而是心靈與領悟更深層的育化內涵，更能因自己與土地親近的經驗，對自己的家鄉更有情感交融。因此，面山面海會師活動是與環境的互動，讓失去山林的孩子，培植獨立思考及貼近體悟具備面山態度之體認與學習 People in Nature，能增進國人健康 Healthy Park Heathy People 更有實質效益以培養國民情操。當然國家教育有義務與承擔積極推動學子面山、親海、進出大自然，體悟生活的意義。

參、 計畫目標

國際各國之教育與經濟雖不同，但是國人的素質水準，是需要【面山面海教育】的提升與積極推廣，當然大山大海環境存在的冒險風險，國家提升戶外安全救難機制之全盤建置是相互與必需的。

肆、 辦理單位包括： 邀請單位支持與協助

一、指導單位：教育部體育署、教育部國民及學前教育署、內政部營建署、交通部觀光局、行政院環境保護署、行政院農業委員會林務局、內政部消防署等單位。(接洽徵詢中)

二、補助單位：行政院、教育部、內政部營建署、教育部體育署、教育部國民及學前教育署、行政院農業委員會林務局、經濟部水利署、行政院東部聯合服務中心、交通部觀光局、台北市政府體育局、行政院環境保護署、花蓮縣政府、台東縣政府、高雄市政府、南投縣政府、台南縣政府、桃園市政府、新北市政府、台北市政府、台中市政府、台灣電力公司、文化局等單位(接洽徵詢中)

三、主辦暨聯合主辦單位：社團法人台灣登山教育推展協會。屏東縣政府教育處、花蓮教育處、台東教育處、台北市教育局、新北市教育局、高雄市教育局、桃園教育局、台中教育局、台北體育局、國立台東大學、國立南投水里工商職業學校、玉山國家公園管理處、陽明山國家公園管理

處、雪霸國家公園管理處、墾丁國家管理處、林務局、行政院東部聯合服務中心。等單位(接洽徵詢中)

協辦單位：體育署、國教署、林務局、營建署、玉山國家公園管理處、太魯閣國家公園管理處、陽明山國家公園管理處、墾丁國家公園、各縣市政府消防局 (接洽徵詢中)
蘇帆海洋基金會、

贊助單位：民間企業、個人 (贊助經費或獎品) (接洽徵詢中)

伍、 辦理地點及時間

(一)時間：108 年 10 月 2 日(週三) 及 10 月 9 日(週三)。

(二) A.面山大會師地點：(現已與政府單位共同籌辦中)

台灣北部：

▲ P1 陽明山國家公園七星山

▲ P2 大屯山-面天池

台灣東部：

▲ P3 台東 都蘭山。

▲ P4 花蓮太魯閣國家公園白楊步道

▲ P5 花蓮太魯閣國家公園錐麓古道。

▲ P6 花蓮 佐倉步道。

▲ P7 花蓮瓦拉米步道健行與站(讚)點(玉里國小規劃中)

台灣中部：

▲ P8 台中(谷關)八仙山國家森林遊樂區。

▲ P9 南投(清境) 合歡山

▲ P10 單日單攻玉山(擬由國立水里高職提計畫實施案)

台灣最高峰 玉山就在我家門口

台灣南部：

▲ P11 屏東 墾丁國家公園 大尖山、

▲ P12 屏東 雙流國家森林遊樂區

▲ P13 高雄市茂林區新威森林公園、情人谷、龍頭山、尾寮山。

B. 面海大會師地點：

▲ P14 台東活水湖(擬由台東大學提計畫案)。

▲ P15 高雄興達港(擬由屏東教育處提計畫案)。

P16 新北市 關渡

陸、 實施對象

(一)各級學校(國小、國中、高中、大專院校)

安排有 16 處面山面海場域。

會師活動各場域 320/師生 32/帶隊志工 16/生態解說員 20/專業教練 2/總指揮

預計參加總人數：約 6,240 人次(師生、帶隊志工、生態解說員、專業教練、總指揮)

柒、 實施項目及內容

2019 面山面海大會師 總計 13 座山林步道與 3 處水域活動場域,每一處都進行野外求生學習站及山海技能學習營宣導等重要兩大項領域設置。

台灣北部：

P1 跨越勇氣的一步-七星山 台北市第 1 高峰

▲ P2 跨越勇氣的一步-向天池 匯集大屯山之靈氣



深深感謝陽管處的支持與協助 2018



七星山 台北市第 1 高峰,在七星主峰上的展望,可以 360 度的全覽北市、北海岸等地,「登七星而小台北」,登臨的快意也使七星山備受山客喜愛。小百岳-七星山(一等三角點)-海拔 1,120 公尺。可環視大屯山系群峰、北

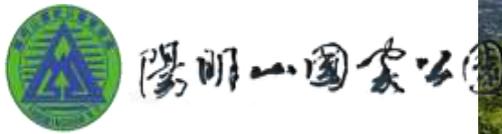
海岸地形及聚落、磺嘴山系群山、觀音山及台北都會區等自然景觀及人文地景。

在台北市區朝北邊往上望，經常也可以望見它獨立偉岸的山影，尤其是山頂上因侵蝕而形成的七個大小不一的山頭，猶如北斗「七星」般聳立在台北上頭，山也因此得名。

由於受冬季東北季風影響，山南山北呈現全然不同的自然景觀。山北受強風吹拂，植物生長不易，白芨芒與包籜矢竹成為優勢植物，每年秋季芒花開花時，甚是壯觀；山南則因有山頭遮去烈風，因此呈現典型的亞熱帶林相，林下豐富的多樣性生物，和山北截然不同。而七星山主、東峰步道貫穿山南北，走過步道，正好可以體驗兩種不同的生態景觀。

七星山還是天然的地質教室，小油坑、大油坑、夢幻湖、冷水坑，都是認識火山地形的絕佳處所。

圖資來源:



向天池 匯集大屯山之靈氣



面山大會師行腳程:



- 面山第一路線: 二子坪 → 面天山 → 向天池 → 二子坪
路程: 4.4 Km 腳程: 2 小時
- 面山第二路線: 清天宮 → 向天池 → 向天山 → 面天山 → 向天山 → 清天宮
路程: 6.2 km 腳程: 3 小時
- 面山第三路線: 興福寮古道 → 向天池 → 向天山 → 面天山 → 向天山 → 興福寮
→ 石梯嶺 → 金包里城門 → 擎天崗
路程: 6.4 km 腳程: 3.1 小時
- 面山第四路線: 小油坑 → 七星山 (1120) → 小油坑
路程: 7.1 Km 腳程: 3.5 小時
- 面山第五路線: 東峰步道 → 七星東峰 → 七星山 (1120) → 七星公園
路程: 7.9 Km 腳程: 4.1 小時

P3 台東都蘭山會師(由台東大學提計畫案)



都蘭山位於台灣台東縣東河鄉，為卑南族人心目中的聖山，同時也是目前台灣正向聯合國申請世界文化遺產的項目之一。都蘭山又名「台東富士山」，因山形似富士山，日治時期日人稱之為「台東富士」而來。

金峰鄉奇拿奧勒步道

奇拿奧勒登山步道是通往舊部落的古道之一，全長約 1.8 公里，由台東林管處定線、測量、施工，於民國 93 年底完成。步道周邊景色優美、並且也保持原始自然生態，與金峰溫泉、植物園區屬同一範圍，目前已規劃整體旅遊行程。

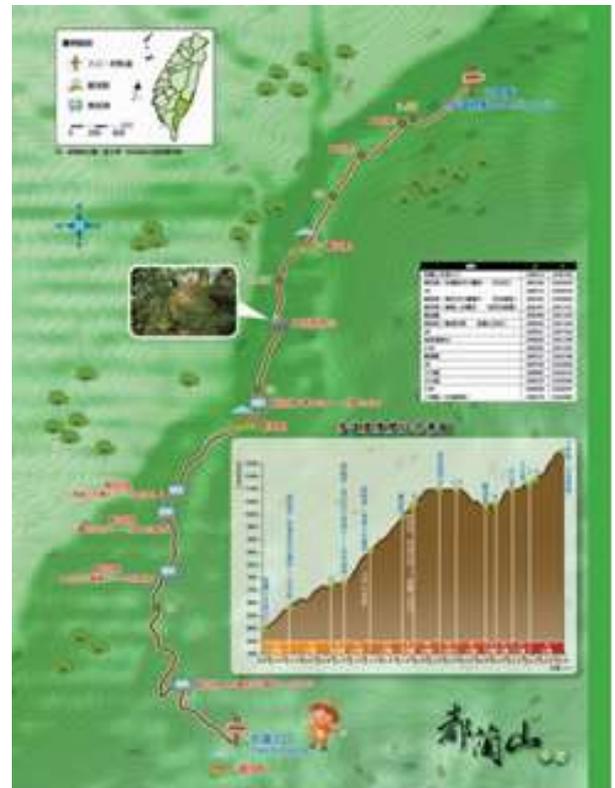
面山大會師行腳程:

- 都蘭山：登山口 → 稜線 → 普悠瑪祭台 → 登山口

路程：5 Km 腳程：4 小時

- 奇拿奧勒步道：拉冷冷橋登山口 → 植物園 → 瀑布 → 登山口

路程：4Km 腳程：4 小時



P4/P5 面山面海大會師 (東部-太魯閣國家公園)線路圖

A. 錐麓古道(帶隊代表 金清志領隊：0910408162)

07:00 管理處報到 → 07:20 出發→

14:00 遊客中心大草坪 → 15:00 遊客中心前停車場(返家)。

B. 白楊步道 (帶隊代表 林永賢領隊:0932-654813)

09:00 管理處報到 → 09:20 出發 → 14:00 遊客中心大草坪 → 15:30 遊客中心前停車場 (返家)。

透過面山會師在遊客中心大草坪 體驗學習活動包括四大站點:

第一站點: 健行背包準備

第二站點: 迷途自救

第三站點: PAC 攜式加壓艙

第四站點: 外帳營搭

◎ 抵達太魯閣管處報到可選擇方式

總指揮: 太魯閣國家公園管理處 聶課長

【方式一】 大巴士當日往返

【方式二】 10/2 露宿花蓮縣富世國小

說明:

【方式一】 大巴士當日往返

需與台灣登山教育推展協會聯繫提供車號及乘車人數。

聯繫電話: 李潛龍 面山學校教官 0911732598

張舒涵 老師 0925656106

【方式二】 10/2 露宿花蓮縣富世國小

校內提供露營區 (如相片 001,002)

校內提供兩間廁所(如相片 003)

校內提供兩間淋浴室 (如相片 004)

校內有兩台飲水機可使用(如相片 005. 006)

如有需要可提供大禮堂可使用(相片 008)

注意事項:

不可打破門窗

竹屋僅請圍觀 (相片 007)

請保持清潔整齊的原貌

請勿使用火源

到校紮營時間: 18:00~6:30 (第二天)



非常感激 花蓮縣富世國小 梁校長及全校師生的支持與協助 <<參考相片>>

001 這塊草原 可以紮營



002 這塊活動區可以紮營



003 廁所



004 廁所內有一間淋浴室 可使用



005 學校長廊兩側各有一台飲水機



006 學校長廊兩側各有一台飲水機



007 特色點 竹屋



008 學校大禮堂



P4 白楊步道

錐麓古道簡介:錐麓古道為合歡越嶺古道殘存遺跡。錐麓與福磯斷崖隔溪對峙，長約 1.2 公里，高約 600 公尺，幾乎全由大理岩構成，是太魯閣峽谷最壯麗的景觀。全程共計 10.3 公里。

※入園時間為上午 7:00-10:00，請遵守入園時間。

步道分級:

登山型

圖示: 太魯閣國家公園管理處 提供



P5 錐麓古道 (僅名額 80 名以內)

錐麓古道為合歡越嶺古道殘存遺跡，也是太魯閣國家公園境內唯一的史蹟保存區。錐麓與福磯斷崖隔溪對峙，長約 1.2 公里，高約 600 公尺，幾乎全由大理岩構成，是太魯閣峽谷最壯麗的景觀。全程共計 10.3 公里。



- 08:00~09:00 花蓮市區→燕子口
- 09:00~09:30 入園檢查和介紹
- 09:30~11:30 燕子口→吊橋→巴達剛駐在所→錐麓斷崖(H600M)→斷崖駐在所
- 13:00~15:00 斷崖駐在所→燕子口
- 15:00~15:30 燕子口步道
- 15:30~16:30 國家公園管理處 遊客中心

P6 佐倉步道。





面山大會師行腳程:

1. 步道起點（停車場）→【20 分鐘】
- 2.明隧道→【15 分鐘】→ 3.第



- 一觀景台→【35 分鐘】→ 4.第二
- 觀景台→【20 分鐘】→ 5. 第三
- 觀景台→【35 分鐘】→ 6.第四、
- 五觀景台（終點）→【90 分鐘】→ 7. 步道起點。

透過面山會師在大草坪上 體驗學習活動包括四大站點:

- 第一站點: 健行背包準備
- 第二站點: 迷途自救
- 第三站點: PAC 攜式加壓艙
- 第四站點: 外帳營搭

P7 花蓮瓦拉米步道健行與站(讚)點(玉里國小規劃中)

瓦拉米步道

瓦拉米 Maravi 在布農族語代表的是:一起來 跟著來。瓦拉米步道是八通關越嶺道東段的一部分，全長約 14 公里，步道沿著拉庫拉庫溪谷而上，具有亞熱帶至寒帶特色的完整

生態體系，蘊育著豐富多樣的動植物資源，此次健行 9 公里，由前段「步道口—山風瀑布」至中段「山風瀑布—佳心」，匯集南安旅客中心，進行面山站讚點學習活動。



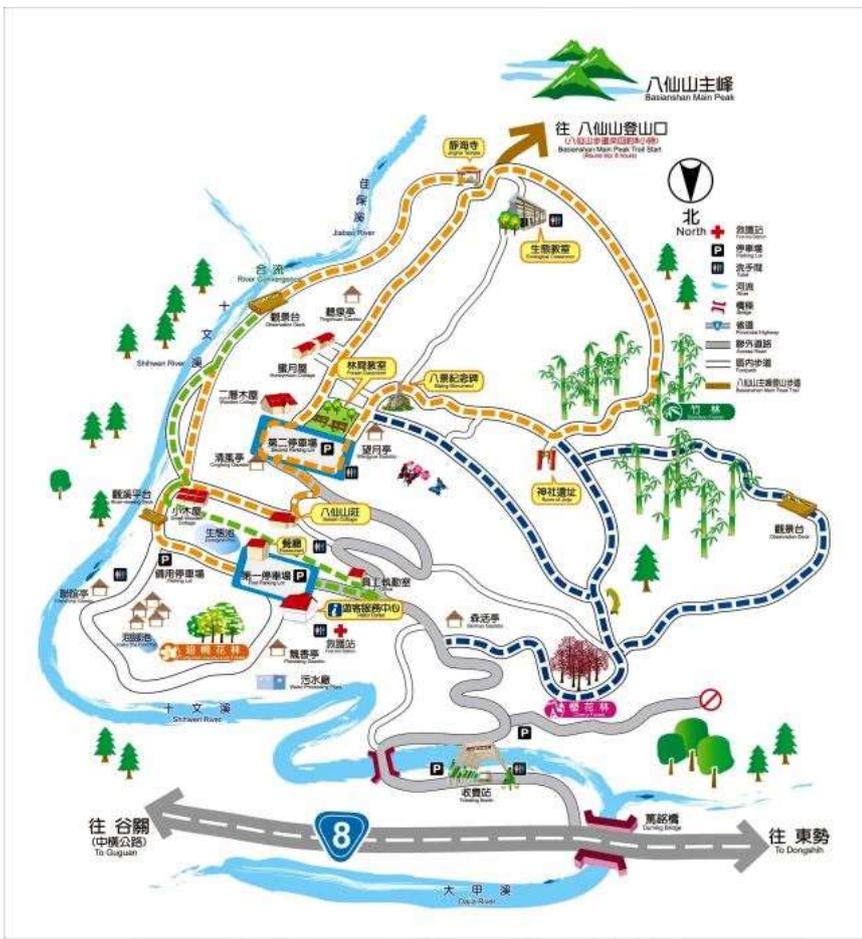
台灣中部:

▲ P8 台中(谷關)八仙山國家森林遊樂區。

▲ P9 南投(清境) 合歡山

▲P10 台灣最高峰 玉山就在我家門口

P8 台中(谷關)八仙山國家森林遊樂區。



透過面山會師在遊客中心大草坪及營地 體驗學習活動包括四大站點：

第一站點：健行背包準備

第二站點：迷途自救

第三站點：PAC 攜式加壓艙

第四站點：外帳營搭

場勘協助單位/志工



深深感謝台中消防局 曾進財局長之鼎力支持與鼓勵

讓人感動的一次場勘-為面山教育共同努力

感謝台中消防局的大力支持與鼓勵

感謝林務局東勢林管處的支持

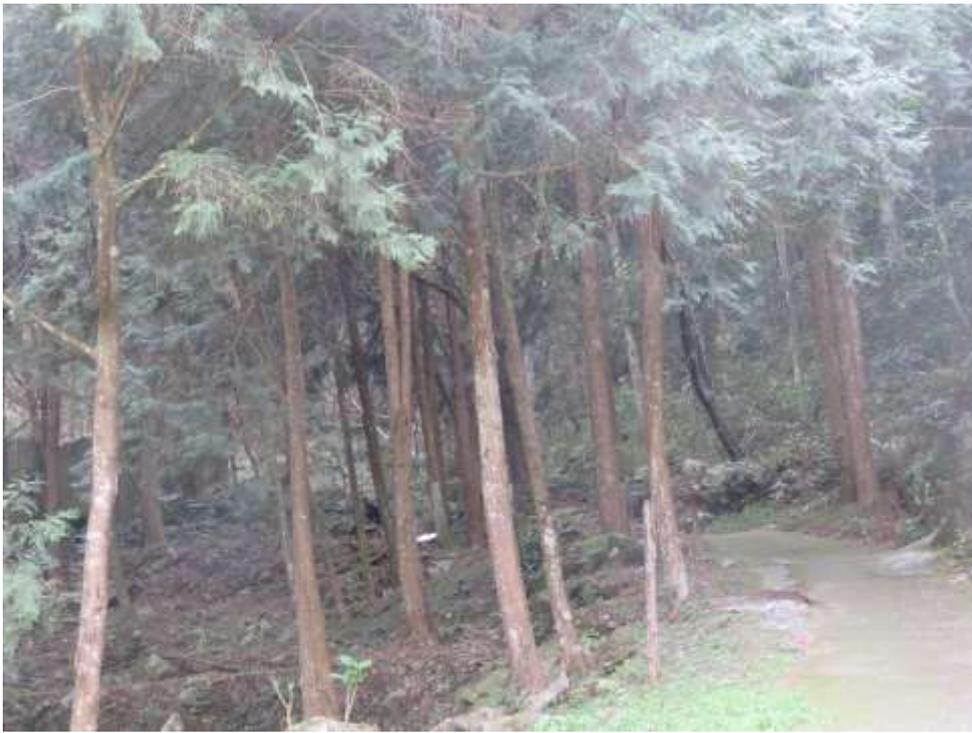
感謝台灣登山教育推展協會的支持

史添發教官

感謝志工乙玲的關注與幫忙



非常合適的訓練
課程場地



林木森林 非常適宜的山野課程發展活動

P9 合歡山

係由七座山峰所串連合稱合歡群峰，七座中之五座皆名列台灣百岳，合歡山主峰海拔 3,417 公尺，為合歡溪、濁水溪、北港溪和塔次基里溪的分水嶺。



合歡主峰場 勘



(與南投神鷹山區搜救隊密切籌備中)

面山大會師行腳程:

起程→ 埔里 → 霧社 → 清境國小(高度適應) → 清淨 Seven (高度適應) → 昆陽休息站
(高度適應) → 合歡山主峰 → 賦歸

▲ P10 單日單攻玉山(擬由國立水里高職提計畫實施案)

2018/10/23

規劃玉山會師執行籌備在南投縣國立水里高級商工職業學校



面山大會師行腳程:

台灣南部：

- ▲ P11 屏東 墾丁國家公園 大尖山、
- ▲ P12 屏東 雙流國家森林遊樂區
- ▲ P13 高雄市茂林區新威森林公園、情人谷、龍頭山、尾寮山。

▲ P11 屏東 墾丁大尖山



大尖山的海拔不過 318 公尺而已，只因四周地形過於低緩，因此才有鶴立雞群的感覺。由砂岩和頁岩礫石塊構成的大尖山，是地質長期侵蝕而後突露的結果。目前大尖山的登山口有兩處，從牧場出發，由東邊登頂來回約需 1 個半小時；由西邊登頂的話，則需 2 個半小時，均屬相當輕鬆的路程。

▲ P12 屏東 雙流國家森林遊樂區

臺灣南部面山會師-屏東林管雙溪森林遊樂區路會師/六站(讚)點推廣

森林教室設六站(讚)點:

1. 攜帶型加壓袋 PAC 操作說明
2. 繩索溪流橫渡操作
3. 簡易水上救生拋繩袋製作及操作
4. 外帳搭設法
5. 登山活動必帶救命寶之介紹展示
6. 攀樹-緊急吊帶繩索操作

1:00 會師 (拍團照)

1:30 開始站讚點山野學習課程

3:00 離場返家



▲ P13 茂林區新威森林公園：

採室內外靜動態課程混合方式，以簡報、視聽播放、人員解說、攀樹活動等方式，介紹台灣自然文化、生態景觀，並透過活動互動等方式，學習繩索技能。

面山大會師行腳程：

- (一) 情人谷：採戶外登山健行動態方式，由情人谷吊橋步行→步道區→瀑布區，其瀑布由下往上共有五層，實施水域安全宣導及水域活動。
- (二) 龍頭山：採戶外登山健行動態方式，行走小長城步道，沿途介紹自然生態景觀，實施山域野外求生課程活動。
- (三) 尾寮山：採戶外登山健行動態方式，登山健行路線為從西側登山口→【25分鐘】集義亭→【25分鐘】石頭公民宅→【30分鐘】觀景亭→【30分鐘】觀雲台→【50分鐘】三角點→【40分鐘】東側登山口，海拔標高約1,427公尺，沿途介紹自然生態景觀，實施山域野外活動課程。

B. 面海大會師地點:

▲ P14 台東活水湖(擬由台東大學協助提計畫案)。



▲ P15 高雄興達港(擬由屏東教育處提計畫案)。

P14 台東活水湖(由台東大學提計畫案)。

P15 高雄興達港(擬由教育處決議後提計畫案)。

財務徵信：依內政部「督導各級人民團體實施辦法」規定，事後財務收支將公開徵信。

本計畫總經費共新台幣 750,720 元整，詳細經費預算如下表：

2019 面山面海教育面山大會師計畫收支概算表

活動名稱	2019 面山面海教育面山大會師						
活動收入	經費來源		金額		說明		
	自籌款		233,800		企業捐助、會員贊助		
	政府機關部門補助		4,200,000		體育署、國教署及其他部門共同分擔		
	合計		4,433,800				

項目	科目	摘要	單價	數量	單位	合計	總計	備註
活動支出	講師費	總指揮	3,200	32	人	102,400	1,382,400	由各級學校分擔
		教練	2,400	320	人	768,000		
		安全戒護員	1,000	512	人	512,000		
		生態解說員	1,000	256	人	256,000		
	服裝費	活動服裝	240	0	件	0	0	
	印刷費	海報印刷	60	100	張	6,000	797,000	由各校部分分擔
		活動手冊印製	50	6600	本	330,000		
		教材編印	15	6600	張	99,000		
		證書/感謝狀	40	7000	張	280,000		
		指示牌	1500	32	批	48,000		
		邀請函/卡/信封	2,000	1	批	2,000		
		紅布條	2000	16	條	32,000		
	廣告費	網路媒體廣告費	10,000	16	批	160,000	480,000	由各校部分分擔
		攝影紀錄	20,000	16	式	320,000		
	交通費	接駁車(教練志工)	9,000	16	部	144,000	1,584,000	由各級學校分擔
		接駁車花東(42人)	13,000	0	部	0		
		接駁車(35人)	9,000	160	部	1,440,000		
		接駁車(20人)	7,500	0	部	0		
		台鐵接駁	100	0	人	0		
	膳食費	服務人員膳食費	80	0	人	0	0	
	雜支	郵電費	1,000	16	批	16,000	110,400	
		文具	1,500	16	批	24,000		
		影印費	1,000	16	批	16,000		
雜項用品		3,000	16	批	48,000			
短程交通費		200	32	次	6,400			
點心飲水		40	0	人次	0			
保險費	公共責任意外險	5,000	16	筆	80,000	80,000		

壹拾、工作分配

職稱	工作內容	姓名
顧問	統籌面山面海大會師 整合各單位協助	統籌整合 博歲媽媽 蔡秉誠老師
顧問	教育理念與指導	范春源主任 蘇達貞教授 劉美珍 (前任花蓮教育處處長)
理事長	領導台灣登山推展協會協助辦理與執行	籌畫研議 張俊卿
總監	策畫與執行	執行籌畫 陳嘉峰 徐秉正 張福和
監事	入山資訊評估與安全維護顧問	許輝騰
安全顧問	執行總評估與可行性	執行評估顧問 李潛龍 史添發教官 陳嘉峰
顧問	學校執行可行性顧問	劉美珍 (前任花蓮教育處處長)
顧問	學校執行顧問	執行顧問 曾建勳老師 蕭美珍校長 張信儒主任 吳明宗校長 高虔誠老師
顧問	評估顧問	執行顧問 錢煥欽 游寶環
秘書	紀錄收集及資料翻譯整理	秘書 張舒涵

壹拾壹、 評估計畫

壹拾壹、 評估計畫 (Back to nature)

成效 (outcome)	指標 (indicator)	蒐集方法與工具	資料運用
認識面山面海教育與社會和國家發展的關係	環境教育推展	愛國土的知感	教育與宣導
	生命教育新觀	獨立思考增強	
	山野技能發展	專業傳授	
整合政府單位發展面山面海教育的需求能量與執行	知所以任重道遠	視界變大了	反思與體驗探索之激勵
	發展國際觀	信心補劑	

壹拾貳、工作預期成果與反應

為促進政府與國人以實際活動響應【面山面海-安全先講究、安全早準備、平安回到家】。關注大自然價值(包括生命目標價值、經濟價值、休閒價值、科學價值、生活美學價值、歷史省思價值、文化傳遞價值、塑造正面氣質的價值、多樣性包容的價值、主動與自發性價值、團結與合作的夥伴價值，能播種與深耕，面對國家國土的態度和疼惜，自然環境的親近將提升國民素質水準(Competence、Respect、Fairness 等價值認真)與健康生活的品質。

壹拾參、活動保險：本活動全程投保公共意外責任險

保險期間自 107 年 10 月 13 日零時起至 107 年 10 月 26 日二十四時止
保險範圍含本論壇活動所有場地及參與人員

1. 每一個人身體傷亡：NT*3,000,000 元
2. 每一意外事故傷亡：NT15,000,000 元
3. 每一意外財物損失：NT*2,000,000 元

壹拾肆、報名方式及會師紀律規劃

(1) 會師目的地:登山活動安全宣導和教育與核心紀律宣導與行動體驗。

(2) 會師路線規

(3) 會師時間:

十月二日(星期三) 颱風天氣則延後至十月十六日(星期三)。

十月九日(星期三) 颱風天氣則延後至十月二十三日(星期三)。

(4) 報名方式

發文邀請各級學校報名參加

活動行事曆

實施項目	月次							備註
	4月	5月	6月	9月	10月			
七、八、確定參與之各縣市政府教育局(處)								
台灣東西南部								
二、確定參與之各縣市的各級學校								
三、確定參與之名單								
四、親子說明會								
五、體能訓練與登山裝備宣導與執行								
六、提交《體適能-步行里程紀錄》								
2019 面山面海大會師								
10/2 日 (週三)	台南運河	活水湖	大尖山	陽明山	八仙山	佐倉步道	瓦拉米步道	
10/9 日 (週三)	興達港	都蘭山	合歡山	茂林森林	雙流森林	太魯閣	玉山	

1. 五月一日前發文邀請各級學校報名參加
2. 六月一日 (週六) 西部親子說明會
3. 六月八日 (週六) 東部親子說明會(上午台東場)(下午花蓮場)
4. 六月十五日 (週六) 南部親子說明會
5. 六月二十四日(週六) 中部親子說明會
6. 九月十三日 提交參與名單與《體適能-步行里程紀錄》
7. 十月大會師當日，頒發第一屆大會師榮譽紀念證。

(6) 交通安排: 由各校安排中、大巴士車輛接送 or 大眾交通運輸。

(7) 活動行進注意事項宣導

山區安全須知:

總則:美國國家公園有這麼一句話:「入山者需自行負責自己的安全, 國家公園不能保證能及時救援成功。」這提醒每一位入山者, 都該認真的做好自己身體、心理、體能、裝備、資訊、糧食、安全、環保的準備, 才能進入山區活動, 而且隊友有難時, 應以自己救援為第一要素。做好熱身準備。登山前可利用 10~20 分鐘做肌肉伸展活動, 儘量使全身肌肉放鬆。開始爬山鍛鍊時, 切不可一上來就加大運動量, 要循序漸進。通常要先做一些簡單的熱身運動, 然後按照一定的呼吸頻率, 逐漸加大強度, 避免呼吸頻率在運動中發生突然變

化。鍛鍊結束時，要放鬆一下，這樣才能更好地保持肌群能力，使血液從肢體回到心臟。要走不要跳。三步並作兩步走或蹦蹦跳跳會加重膝踝負擔。要勻不要急。勻速行走最省體力，而且有利於保持良好的心態。走階不走坡。上下山時儘量走臺階，少走山面斜坡。走硬不走軟。在水泥、石板等硬地上行走比在草地、濕地、沙坡等軟地面行走更省勁和安全。別總往高處看。登山之初，向上看可導致疲勞感，最好攀登時目光保留在自己前方三五米為宜。用後腿的力量把身體帶上去，不要用前腳。隨身攜帶必要的衣物、食糧和裝備。一雙山地徒步登山鞋是必備的。買的稍微大號一碼，因為下山時腳趾能有一定空間，如果鞋子不合適你會由於不期而遇的氣溫變化而可能傷到腳；登山期間，你需要穿多層的服裝，因為山上的溫度變化頗富戲劇性，當雲層遮住太陽的時候，一切都很難說。一兩層的輕質的Gore-Tex比羊毛織物更加好用，因為多層更加方便脫下或者穿上。記著隨時帶好一件很輕的羽絨服，在日光下要用一頂帽子保護你的頭，帶一雙防水的手套有利於在雨天、冰布上行進，鴨絨的手套就更好了，另外，記著多帶一副手套作備份。檢查一下，帽子是不是可以很好的遮住面部、頸部，多帶一些輕的襪子以備替換。

1. 食衣住行

食

需考慮重量、保存期限、及營養均衡、實用簡便等原則。攜帶糖果、巧克力等高熱量食物做為行動糧，沿途補充熱量。應考慮食物包裝之重量及垃圾量，罐頭等食物不宜多帶。山區有水源，應盡量攜帶較為乾燥之食物以減輕重量。

衣

把握三層式穿法的原則-排汗層、保暖層、保護層。排汗層不宜使用棉質布料，應用聚酯纖維等快乾材質。女性可選擇快乾的排汗運動內衣。怕冷者可選擇保暖型排汗衣。保暖層可選擇刷毛或中空纖維、羽絨等填充物填充之服飾。保暖層衣物款式樣式特多，重量不一，應視個人喜好選擇保護層需能對抗惡劣天候的風、霜、雨、雪、紫外線。保護層衣物從數百元塑膠雨衣至上萬元gore-tex雨衣皆有，應視需求選購。高山必備毛帽，做好頭部保暖，以防感冒。襪子可分排汗襪及登山毛襪兩層。台灣氣候潮濕，登山鞋需有防水功能。

行

行進中應適時補充水分。山區行進，舉步自然速度平穩，切忌忽快忽慢，過快過慢均易使人疲勞。山區行進多做小休息少做大休息。在登山步道上下山中，

下山的山友應禮讓上山的山友先行。進入山區人人都須攜帶地圖及指北針，以防迷路。請走正路勿抄捷徑，以免造成登山步道侵蝕惡化。配合呼吸，盡可能以後腳用力、前腳平衡方式爬坡。

- 出發前，請剪短手、腳指甲。並多練習印度蹲、多爬樓梯練腳力。
- 出發前晚上請勿熬夜，出發前請勿感冒，否則會走得很辛苦。
- 每500公尺會小休一次，每1000公尺會再休一次，登山期間，可多作休息，但休息的時間不宜過長，以免身體肌肉僵硬或著涼。迷路時應折回原路，或尋找避難處靜待救援，以減少體力的消耗，最好能沿途標示記號，或依循前人所留下的旗幟辨別方向，絕對不要驚慌而亂闖，這會更容易出事。
- 身體有任何不適：頭痛、頭暈、厭食、失眠、噁心、周邊水腫、全身倦怠、運動表現變差、乾咳、疲倦、心跳加速、呼吸加速、或嚴重的頭痛(常會因走路、用力而加重)等，一定要告訴身旁隊友、領隊。
- 盡可能不要落單
- 不要塗抹過多的香水，也不要全身穿著太鮮艷。
- 請衡量個人體力，決定是否繼續前進。
- 若遇天雨，速度要放慢，遇到下坡或路上有突出樹根、青苔，盡量不要踏上，身體重心放低，穩健通過。
- 在高山上飲酒都有可能加重高山症的病情。
- 盡可能多喝水，建議每天應喝2000cc以上。登山時喝水時不可狂飲，否則汗量會增加，更容易造成身體疲勞。

12. 不要走捷徑、盡可能不要抽菸、請勿沿途丟垃圾，個人垃圾自行處理，並帶下山。
13. 呼吸時，盡可能用鼻子呼吸，若用嘴巴呼吸，比較容易呼出水分而口乾舌燥。
14. 啟程前，身體尚未軟身，在登山口先做體操，再慢慢登高，等身體熱了，再依個人節奏，配速而行。山區氣候變化很大，早上約 11 點之後就有可能起霧或變天，保暖衣物一定要帶。夏天雨季的豪雨與雷雨等惡劣天氣，是氣候特性所帶來的危險之一。有雨或雷雨發生時，會威脅對從事戶外活動者的安全。在山區會有行動不便、視線受阻、溪水高漲、雷殛、土石崩落、交通中斷等危險，基本上是不適合外出活動的時期。
16. 萬一發生高山症且症狀無紓解現象，安全作法就是請人陪同下降至登山口。
17. 不要跟隨沒有責任感及缺乏經驗的領隊。不要參加新手超過 1 / 3 以上的登山隊伍遠征。不要找沒有責任感，並對山區活動、計劃瞭解不夠的人擔任留守。行程、計劃須慎密完整，並讓每位隊員都徹底瞭解。
18. 平時應多訓練體能及技能，並閱讀專業書籍、雜誌，隨時吸收野外新知。
19. 登山時應有完整的裝備及充足的糧食。
20. 出發前應先作體能訓練，尤其是平日很少運動的人，更需認真訓練。
21. 活動前或進入山區後，應隨時注意氣象資料及變化。
22. 對於每一座山峰，都不可掉以輕心。
23. 登山隊伍不可拉太長，應經常保持可前後呼應的狀況，維持在視線可見、呼喊可聞的距離。
24. 降雨所帶來的影響，最明顯的就是溼寒，如果沒有雨具阻擋，可能造成失溫，做好防潮保溫的準備是基本的要求，切勿讓身體及衣物受潮，以免體溫散失。
25. 行進中應隨時調整步伐及呼吸，不可忽快忽慢。
26. 在面臨危機、疲勞等壓力時，維持體溫是首要之務，並應隨時注意自己及隊友的心理變化，設法維持情緒的平衡。
27. 山石崩落之前，多少會有徵兆與預警顯現，只要細心觀察，當可洞燭先機，避過災難。如看到小石礫緩緩自山滑落或者聽到窸窣窸窣的砂石或落石聲，就必須立刻脫離現場，這是土石鬆動，坍方落石在即的現象。根據一般經驗，從有徵兆到坍崩，刻不容緩，所能用以逃生的時間不多，稍有遲疑，就悔之莫及。通常在連續多天下雨，或山區地震之後，因土質膨脹，山石鬆動最易產生小石塊崩落，進而引發更大連鎖落石反應，應特加小心警覺，否則後果會很嚴重。
28. 高山地區，多質地疏鬆，空隙亦大的碎石岩堆，碰上坍崩，需靠敏捷反應及正確判斷來迴避。山崩時，緊貼山壁，在穩固的巨石或大樹下躲避，確是實用保命之道。
29. 台灣地區夏日午後多雷陣雨，來速之快常令人措手不及，當烏雲罩頂，電光暴閃，雷聲轟隆，加上山迴谷應，有若世界末日，臺灣高山稜線，會有橫向雷擊，要多加小心。
30. 提早出發、及時歇息；夏日天亮早，寧可黎明即行，不要摸黑趕路。

五、突發狀況處理：

1. 若遇黑熊，第一時間不可轉身逃跑，可雙手高舉增大身體體積，若黑熊站立，把身旁物品丟擲給牠，利用牠去聞物品空檔，趕緊跑。
2. 遇到虎頭蜂在身體四周飛翔，立刻站立不動，千萬不要揮手打牠，靜待一些時間，虎頭蜂就會飛走。偶而會遇到蜜蜂來舔身上鹽巴，多少施捨吧！
3. 猴子一般不會攻擊人類，但若遇到猴群搖動樹枝，盡快離開。
4. 萬一走到一半，發生扭傷、跌倒流血，應立刻包紮，再視情況決定行程。若無法再前進，即刻申請救援。
5. 各路段迷路機會不大，但若走一陣子發現迷路(看不到路標)，請立刻停留原地等待。不要亂跑、亂闖，節省體力。造成迷路的原因很多，如：無登山嚮導員隨行、不熟悉登山地理環境、體能差脫隊、未攜帶登山地圖、指北針、未養成隨時定位的習慣、天候因素等。登山健行切忌因為趕時間而抄不熟悉的小路。登山行動中應隨時留心觀察周圍的風景及地形、地物以及前面的人所留下的腳印，同時應注意嚮導員留下的記號或足以指引正確路徑的任何標誌。遇叉路時尤應仔細辨認觀察，可用哨音聯絡，或等候隊伍確定正確路徑。對於沒有到過的山區或濃密的芒草林、箭竹林，都應沿途留下記號，以便走錯路時可原路折回。並且對一些容易誤認的獸

徑、獵徑、林道、保線路、取水徑等，都應加以辨認。為了減少迷路時的困擾，最好避免單獨一人登山或脫隊。行前若能購置指北針、省電的LED手電筒或手搖(手壓)發電的手電筒(有些多功能的機型具有手機充電、收音機、閃光燈和哨音等功能)、(電池式)手機充電器、雨衣、禦寒衣物、打火機、口哨、萬能刀、GPS等攜帶備用，萬一迷路時，也比較能維護安全。

8. 若遇下大雨、打雷而危及安全，宜聽從領隊決定是否繼續前進、撤退。從事登山活動遇到惡劣的天氣變化時，不要勉強繼續前進，最好是及時撤退下山，或在較安全的處所休息等待天氣好轉。全體隊員應共同合作應付困難，不要過度分散行動，才能互動、互助合作共度難關。在登山活動途中遇到降雨，如果是短暫的小雨，尚可穿著雨具遮擋，如果是大雨或豪雨，最好是趕快停止行動，尋找可躲避休息的地方，切忌在大雨中勉強行進，否則很容易就發生失溫的危險。萬一發生意外時，領隊與隊員都不可慌亂失措，一定要分工合作鎮靜處理。可以視意外事件的情況，依意外救援與急救的作業程序處理，將傷害減低至最小的程度，並且避免發生後續的第二次意外。
9. 氣象預報會有豪雨時，對於已計畫好的登山活動，要不要照常進行或臨時取消，是最令人傷腦筋的問題。就要隨時注意氣象預報的後續發展，提防雨水劇增造成路滑、山崩、溪水暴漲、交通中斷等危險，並要審慎評估取消、延後行程的可能。
10. 遇有雷電時，散開行進，免全遭殃；雷雨交加時，若正在曠野中行進，應立即散開隊伍，以免過度集中，被雷轟擊。若閃光突現而雷聲瞬至，則附近落雷的機率很大，需特別當心。避開孤立木，曠地莫撐傘；孤立木因集聚電荷，致易遭雷殛，此為一般性之物理常識。因此在成叢矮林間避雷雨遠比在孤立樹下安全。而撐傘則與孤立木有相同效應，76年5月24日中市運會兩位撐傘丈量標槍擲遠之學生遭雷殛即為顯例。避雷不靠樹，淺流石罅莫進入；樹林內避雷時，身體應避免緊靠樹身，以防止感電。潮濕岩壁亦然，應於樹幹周圍45度內或離開岩壁二十公尺以上處所避雷，同時也避開溪流和狹窄的石罅隙，電流常順著這些通道走，遭殛的危險性較大。行進間如突然感到頭皮發麻、髮根豎立，皮膚有刺痛感覺，情緒亢奮緊張，這表示大氣中大量充電現象，會隨時落雷，應迅速蜷曲蹲下，俯臥地面避難的方式，並不算好辦法；人體和地面感電面積過大，較容易觸電；也不可抬頭上望，最好用絕緣衣物包覆頭部，直到刺痛感覺消除時，趕緊走避。登山杖大都是碳纖維製造，也會導電，千萬不要高舉。
11. 許多意外是因濃霧所造成，當大霧籠罩時，四野茫茫，看不見任何目標，就像在漆黑中摸索，雖然帶有地圖，指北針、地圖也無法絕對掌握眼前之地形地勢。錯開一條小徑，就有迷路可能，隊伍在這種情況下，前後較難呼應，最容易分散，也最易陷入迷途而不自知，時間一久，就會愈陷愈深，因此，在持續性濃霧裡，隊伍最好能集合一起行動；如需勉強前進，也要人員接踵而行，時刻憑藉經驗，配合地圖與指北針來校對位置，及早迷途知返。
12. 萬一與外界失去聯繫時，山友應適時安撫隊員情緒，並將僅有食物飲水集中管制分配，並即時補充水源，延長等待救援時間。
13. 人為負傷或遭受傷害時，不論傷勢輕重，都要沉著，立即採取急救措施並請求支援。通常失血只要不超過1000CC是不會有立即的生命危險，因此不用看到流血就驚慌失措。一般的外傷只要有適當的止血就不會有生命危險。失足落崖應心平眼快，即時手提最近樹幹、茅草、岩石等突起物以防繼續掉並等待救援。
14. 中暑症狀判斷：患者出現體溫高達攝氏40度以上、皮膚乾燥灼熱與潮紅、頭痛、昏眩、脈搏強而快，嚴重可能虛脫昏迷處理：將患者移到陰涼處。立刻降低患者體溫：採水浴或脫去衣物，用濕冷的衣物包住並加搨風以使體溫降至攝氏38度為止。如果患者昏迷，但呼吸正常，則採側臥之復甦姿勢，處理過程中儘速送醫。登山另一潛在危機：**失溫**，造成失溫的原因係因海拔愈高，氣候的變化愈大，當缺乏適當的保暖設備，或長期暴露在氣候惡劣的低溫環境下，特別是精疲力竭、衣物潮濕的情況下時，會產生體溫下降的生理反應。當體溫降到攝氏35度以下時，人體即已進入失溫狀態。失溫

症狀包括：感覺寒冷、皮膚蒼白、四肢冰冷、劇烈而無法控制的顫抖、言語含糊不清、肌肉不受意志控制、反應遲鈍、性情改變或失去理性、脈搏減緩、失去意識等。患者一旦進入失溫狀況，可能在數小時之內死亡，嚴重者可能心跳極慢，呼吸細微，即使呼吸及心跳停止，也不可認定患者已死亡，應立即施以急救處理。急救的原則：防止患者繼續喪失體溫，並逐步協助患者獲得正常體溫，將患者帶離惡劣的低溫環境，移至溫暖的帳篷或山屋內。脫掉潮濕冰冷的衣物，以溫暖的衣物、睡袋等裹住患者全身。若患者意識清醒，則可讓他喝一些熱而甜的飲料，若已不省人事，則讓他以復原姿勢躺著。可給與患者熱水瓶或施救者以體溫傳導，以防患者體溫再度下降。若患者呼吸及心跳停止，應展開心肺復甦術，並儘快送醫。切記不可給患者喝酒，亦不可擦拭或按摩患者四肢，也不可鼓勵患者作運動。

14. 無論是疾病或意外傷害，皆有可能造成輕重不同的休克症狀。症狀：感覺虛弱昏眩、焦慮不安、嘔吐、皮膚蒼白濕冷、呼吸淺而快、脈搏快而弱、甚至昏迷。正確處理：使患者採平躺姿勢，頭部偏向一側，腳部以毛毯、木箱等物墊高。鬆開項部、胸部的衣物束縛。蓋毛毯保暖（不可使用熱水袋，避免因皮膚血管擴張使血液流向皮膚，使器官缺血嚴重）。依休克的不同原因加以處理，如出血者給予止血、骨折固定患肢以減輕疼痛。患者口渴用濕棉籤擦嘴唇不可直接喝飲料。每 10 分鐘檢查呼吸、脈搏一次、並立刻送醫處理。當警覺到患者有休克之可能或休克正進行時，必須迅速採取措施，以逆轉病情的進行，使器官組織之灌注獲得改善，下列步驟，對病人將有助益：維持呼吸道暢通、給多高濃度氧氣、患肢固定控制出血、下肢抬高。休克的病人，要注意保持體溫，防止熱散失，但不要過度加溫，一般而言，用二條毛毯就足夠保暖，一條置於病人底下，一條覆蓋其上。但在懷疑有脊椎受傷的病人，則不要將毛毯強置於病人底下。不管用何種姿勢，第一要考慮的即是呼吸道必須維持暢通，在有脊椎受傷之可能時，更要注意避免過度彎曲頸部或其它脊椎部位。下列姿勢可供參考：
- 平躺，腳抬高 20-30 公分：但在下肢或骨盆腔骨折時，勿使用。
- 平躺，腳放平：適合肢體有嚴重外傷者，但須注意病人嘔吐時，易發生呼吸道阻塞。頭及肩部略為抬高：這種姿勢只用於呼吸困難而且無脊椎傷害之可能的患者。
- 半坐臥式：適用於心臟衰竭或肺部疾病者，但在出血性休克者，不宜用此姿勢。
15. 氣喘發作時緊急處理：先保持鎮定，以最舒服的姿勢坐好，維持緩慢和放鬆的呼吸方式。詢問患者是否攜帶隨身藥物，依醫生處方先使用支氣管擴張劑，若效果不好，間隔 5 分鐘後再噴一次（最多噴三次），若未好轉需儘速就醫。也可口服隨身攜帶的藥物，約 40 分鐘才見效。給予氧氣使用改善缺氧現象。如何預防氣喘發作：居住環境勿太潮溼，濕度維持 60-70% 避免接觸過敏原（灰塵、花粉、抽煙、寵物、地毯等）。避免吃冰冷的東西，注意衣物的保暖，避免吸入冷空氣。生活坐息正常，避免熬夜，過累。溫和的運動（溜冰、慢跑、游泳等）。學習如何適時放鬆自己、情緒管理、避免生氣、焦慮、緊張。少到通風不良的公共場所，以免被傳染感冒而引起氣喘發作。與家人、朋友同住，以防發作時無人協助就醫而危及生命。外出時請攜帶病情說明卡片，以便發作時施救者能立刻了解情況，協助送醫救治。按時服藥，藥物要隨身攜帶。不可擅自停用氣喘藥物或輕信偏方等不科學的治療。氣喘發作時切勿強制忍耐，必須儘快求醫，以免危及生命。

<<補充說明:>>

1. 不可輕忽颱風的危險，颱風警報一發佈，就不能上山。
2. 不亂丟煙蒂，應是國民應具備的習慣，在山林活動中更屬禁忌。

3. 建議攜帶保溫瓶，喝熱水心情會好!

4. 快樂心情上山!希望能全部安全回到家。

◎ 戶外安全(一日步道健行)

- 務必使用登山包:內容物有雨衣、禦寒外衣、水、行動糧、個人藥物。
- 務必穿著有止滑功能鞋。

◎ 核心紀律

1. 所有隊員絕隊服從領隊，特別是在攸關隊伍安全的情況下。
2. 戶外運動在於“自助”與“互助”，沒有任何人有義務來幫助你。必須首先靠自己，如果有隊友幫助，應當感謝隊友，而不是視為理所當然。
3. 領隊不是保姆，任何沒有獨立處理個人問題的隊員不適合參與這條線路。
4. 當隊伍陷入危險，只有在確實地保障了個人安全的前提下，才能對其他隊友施以救助。
5. 若有隊員走失，所有隊員沒有義務參與搜救。
6. 一旦有隊員走失，全隊絕對不允許隨意走動，必須原地等候救援。
7. 所有的垃圾，必須帶走或合理處理。
8. 隊伍保持前後可見，任何一名隊員，若無法看見其後面的隊員，需停下等候。
9. 全隊對外事宜（如：報警、與人的交涉、與嚮導的交涉、與司機的交涉等）的處理權在於領隊。
10. 所有隊員統一購買保險，否則不允許入隊。所有隊員需填寫緊急連絡人聯繫方式，否則不允許入隊。

編輯及宣導 具體教材：2019 各級學校面山面海(爬山健行)安全手冊

由各校發送及向參與之師生清楚說明。更具具體實效。

虔誠謙卑親近山林-面山

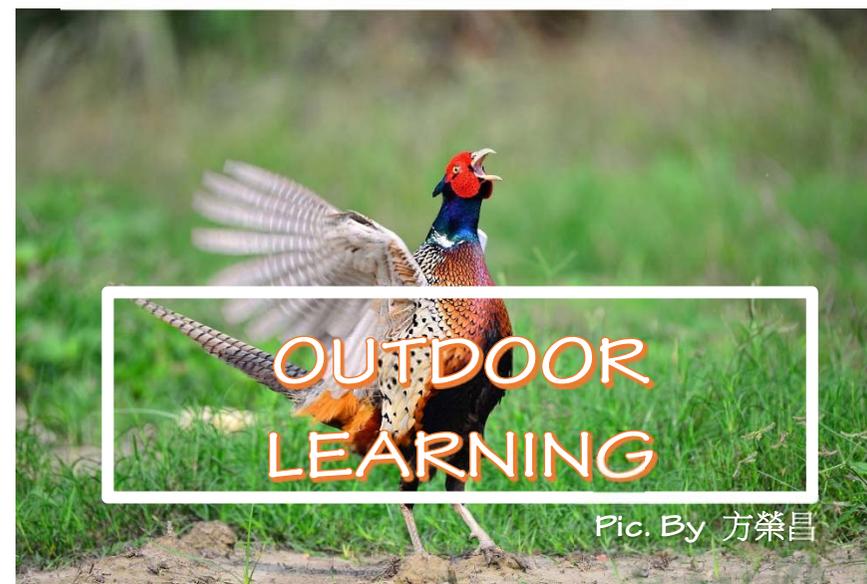
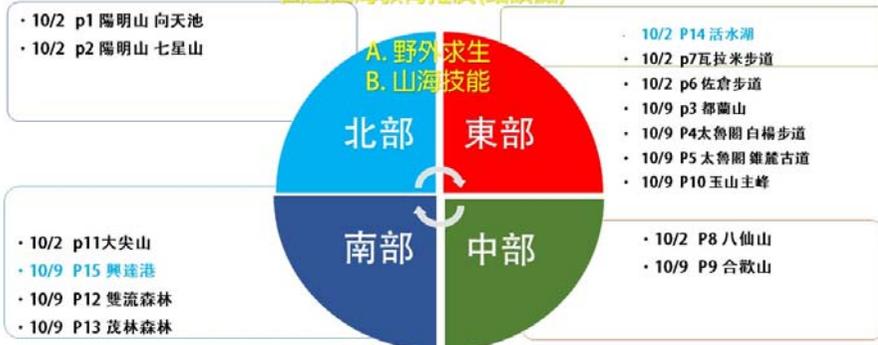
2019 各級學校面山大會師



爬山健行安全手冊

讓孩子快樂地飛起來

面山面海教育推廣(站點點)



學校	
姓名	
	領隊連絡電話(請當日詢問及確認)

編輯者：博嵐媽媽



面山面海教育 TWN Mountain Ocean Education



面山面海教育
Teaching **W**isdom **N**ature
Mountain Ocean Education

1. 事前充分的規畫與準備 Plan Ahead and Prepare	
2. 在可承受的(堅硬耐用)地點行走和露營 Travel and Camp on Durable Surfaces	
3. 適當的處理垃圾 Dispose of Waste Properly	
4. 保持環境原貌回歸原狀 Leave What You Find	
5. 儘量降低用火時對環境的衝擊 Minimize Campfire Impacts	
6. 尊重野地的生命 Respect Wildlife	
7. 尊重(考量)其他旅行者的權益 Be Considerate of Other Visitors	

NOTE:

Teaching **W**isdom **N**ature **M**ountain **O**cean Education
面山面海教育

迷途自救應對與信念

STOP!

- S** • Stop 停下來
停止任何的行動，讓自己先靜止下來。
- T** • Think 想一想
為什麼迷路？什麼時候開始迷路？有沒有辦法回到原地？
- O** • Observe 觀察
仔細觀察周遭環境與自己現有資源。
- P** • Plan 計畫
思索如何保暖，並盡可能將資源分配到最多天數。



- 1. Hug a Tree, and STOP!
擁抱一顆樹，然後停！
- 2. Always carry a trash bag and whistle
永遠攜帶一個垃圾袋跟口哨
- 3. My parents won't be angry at me.
我的父母不會對我生氣
- 4. Make yourself BIG
把你自己變很大！
- 5. There are no animals out there that will hurt you.
動物不會攻擊你
- 6. You have hundreds of people looking for you.
有很多人在找你

面山面海教育 TWN MOUNTAIN OCEAN EDUCATION

下溪谷求生，等同於選擇一條不歸路。

臺灣國土有 78% 的面積是山林與丘陵。全島超過海拔三千公尺的高山有 268 座山，全台有 3,561 座山，縱橫交錯，山勢陡峭加上驟變的海洋型氣候影響。人在溪谷中是濕冷，容易失溫致死。因此，若迷路了，請勿下溪谷求生。

發生迷路請即刻 STOP 停留下來。(參考下一頁說明)



© 2011 TrekSafe (USA) Inc.

高原反應 - 高山症 妙方 分享

特效藥：趕緊下撤！

急難急救設備：PAC (攜帶式加壓艙)。使用程序是簡單的，可依照 PAC 步驟使用，最好在之前學習使用，一般十五分鐘學會，請參考網站 <https://treksafe.com.au/pac/> 由博崴媽媽 2013 年引進和推廣。

預防與治療：服用 丹木斯 Diamox

登高山(海拔 2500 公尺以上)會造成人體偏酸的失衡狀態，這會影響身體，有不適感，甚至昏迷、甚至惡化致死亡。丹木斯是調整體內酸鹼平衡，有效治療或預防高山症的藥品，但是，**舌頭，手腳、臉頰的麻刺感**則是代謝性酸血症的症狀，麻辣感因體質不同，麻感的程度不同，但不會造成肌肉無力，目前案例少見。因此，應該先告知服用者，則會減少心理的影響。丹木斯是目前最有效的藥品，預防高山症需在前 24 小時開始，**每 12 小時口服 125mg**，要注意的是文獻建議如果對磺胺類或盤尼西林類藥物為輕微過敏的人，可在上山前醫療可近之處，先服用一個劑量丹木斯測試是否有過敏反應。至於威爾鋼是昂貴的，其作用機轉是降低肺動脈壓，用來預防高海拔肺水腫；但是對於預防急性高山症和高海拔腦水腫完全無效，更不能代替丹木斯，這是很普遍的誤解，且劑量難分配。

有關紅景天的做用是增加血紅素，但需較長的時間身體才會蘊釀生成，因此，最好在三個月前即服用。

服用丹木斯後仍會嘔吐或頭疼(高山症狀)，則劑量可增加。

諮詢：賴育民 醫生

我是森林的訪客

保持距離是對生命的基本尊重
靜悄悄是訪客的基本禮貌

不餵食動物 不干擾 不摘取花草



Pic. By 賴懋宗

遇到打雷如何避難?

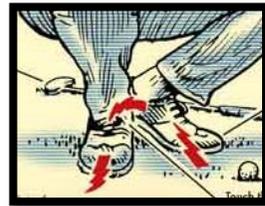
Lightning crouch

測量主要的單胞雷雨是愈來愈近或愈來愈遠可以用 12345 的方法。閃電或雷聲之後數數到下次閃電（或雷聲）用來定量估計雷雨胞距離。

數數 1, 2, 3, 4, 5 知雷區：

1, 2, 3 雷區在 1 公里內。

1, 2, 3, 4, 5 雷區遠得很，安全範圍內。



打雷時，蹲下縮小表面積，把手放在耳朵上，將你的腳跟放在一起免受雷擊。

找個大的洞穴進入 不貼近山壁（即使在洞穴中也一樣）避開空曠地區及高聳的物體或植物週圍保持低姿勢，或是找地勢低窪地區防護 但小心暴雨淹水。

千萬不可以抱樹躲在樹下。



潘大綱 氣象博士指導

爬山健行安全-準備與裝備

計畫為上策, 行程告知家人或朋友為上上策。

身體安全:

上山前, 每天慢跑 30 分鐘。Or 步行 1~ 2 小時。

如果有老師在固定的時間, 站點紀錄效果翻倍。

上山時, 小步慢走, 行進間須專注呼吸, 講話輕聲細語,

拍照時務必停止腳步, 手機可備但不用。

下山時, 更須提高警覺, 回到了家才是安全回家了。

健行基本裝備

背包內容物品:



胸前固定環扣帶

身背背包容量約 10~20 公升
(以雙肩背包為主並附有腰部固定環扣帶為宜)

腳穿著具有止滑功能的健行鞋
頭戴遮陽帽 or 頭巾

手機可備用但行進間絕不可使用
提醒服裝, 上衣須穿長袖排汗的內衣,
運動長褲或休閒長褲

(請勿穿著純棉材質, 如牛仔褲)
太陽眼鏡與防曬油可依環境

1. 健行線路圖
2. 水: 1200c. c. (兩罐 600cc)
2. 雨具: 上衣下褲兩件式雨衣
3. 大垃圾袋(防水袋)與哨子
4. 禦寒薄外套
5. 個人藥品
6. 行動糧(餐點)
7. 小垃圾袋
8. 頭燈(輕便及蓄電力高為佳選) or 手電筒
10. 打火石 (or) 打火機

虎頭蜂的正確防範



1. 在識別: 黑尾虎頭蜂、棕長腳蜂、黃腳虎頭蜂、黑腹虎頭蜂, 等胡蜂。
2. 8-11 月被蜂螫的案例最多。被蜂螫刺的數目超過十隻以上 0-30 分鐘會發生過敏性休克, 必須住院觀察後續的併發症等。通常被 30-50 隻蜂螫後, 累積足夠的毒素才會造成全身的嚴重症狀。
3. 黑腹虎頭蜂的勢力範圍約在一百公尺左右, 黃腳虎頭蜂有五十公尺左右。遇到蜂群時請保持鎮定, 迅速離開。
4. 有過敏體質者請攜帶: Epi-pen (腎上腺素注射筆), 以備急需。

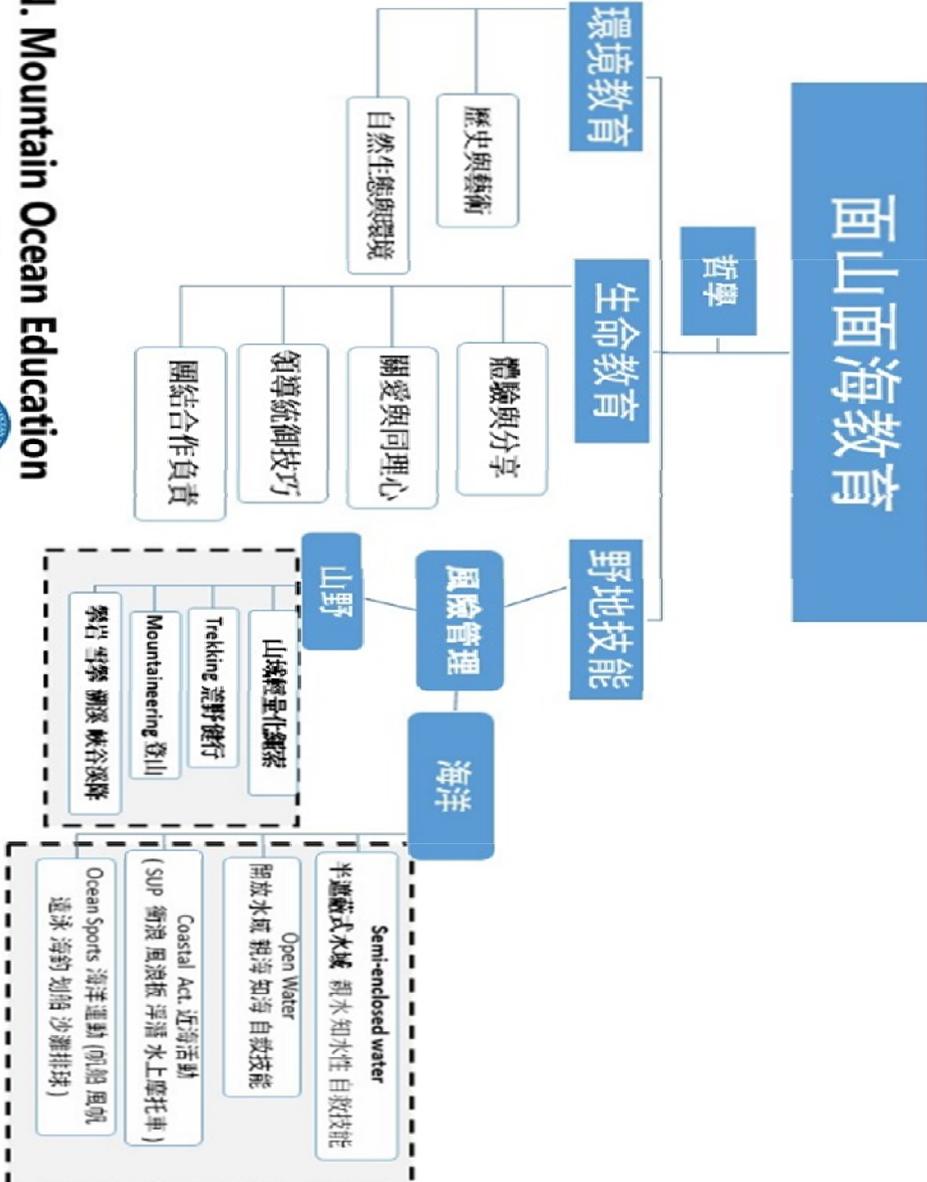


戶外平安險必須辦理好, 登山健行無後顧之憂。

我認識面山面海的知識藍圖嗎?

◎ Yes ◎ No

博威媽媽®



T.W.N. Mountain Ocean Education
Teaching Wisdom Nature



我為什麼需要參加面山大會師?

親近大自然的世界



台灣 TAIWAN



是學習的教室

也是心靈生活的教堂
是創作與靈感的大殿堂

也是撫育護佑子孫世代之大地

百年魔咒需破解

博威媽媽®

在山林教室內我學習到甚麼?

健行山林步道間我覺得辛苦嗎?

我最想分享的經驗?



Teaching, Wisdom, Nature

面山面海教育 TWN Mountain Ocean Education

地圖
黏貼處

溫馨提示：請將地圖頁對摺

紀念貼



◎ 核心紀律

1. 有隊員絕隊服從領隊，特別是在攸關隊伍安全的情況下。
2. 戶外運動在於“自助”與“互助”，沒有任何人有義務來幫助你。必須首先靠自己，如果有隊友幫助，應當感謝隊友，而不是視為理所當然。
3. 領隊不是保姆，任何沒有獨立處理個人問題的隊員不適合參與這條線路。
4. 當隊伍陷入危險，只有在確實地保障了個人安全的前提下，才能對其他隊友施以救助。
5. 一旦有隊員走失，全隊絕對不允許隨意走動，必須原地等候救援。
6. 所有的垃圾，必須帶走或合理處理。
7. 隊伍保持前後可見，任何一名隊員，若無法看見其後面的隊員，需停下等候。
8. 全隊對外事宜（如：報警、與人的交涉、與嚮導的交涉、與司機的交涉等）的處理權在於領隊。
9. 入廁時必須告知領隊，尋求隊友相伴隨行。
10. 所有隊員統一購買保險，否則不允許入隊。所有隊員需填寫緊急連絡人聯繫方式，否則不允許入隊。
11. 身體不適時務必告知領隊。



面山面海教育 TWN Mountain Ocean Education

第一步：怎麼走路

我們在許久之前就最先學了走路這件事。但近來，由於原本天然崎嶇的土地已經被平順的人行道，臺階和手扶梯取代，使得人們逐漸忘記了該如何正確的“走路”。

以下關於如何走路的提醒建議，是基於我長期在山上渡過以及跟山上的牧羊人，嚮導和當地人交談的經驗。

我們可以把行走的行為分解成三部份：

意識：

我們如猴子般活躍而不肯安歇的思維讓我們人類可以存留數百億年的時間並生存到現在。我們的意識是被設定為要不斷的躍動，以應對可能的危險或搜尋食物。我們可以透過行走來平靜我們無法安定的思維想法。練習正念覺察，走路應成為一個能平靜並給予能量的冥想。

走路時注意你身體裏面而不是你的頭腦。把主要注意力集中在你的呼吸上或是你要放置腳步的地方，或兩者選其一。如果你的思維依然無法平息或你覺得疲憊，試著看見自己正被一個安靜的太陽能絞車和掛在自己腰帶上的銀繩毫不費力的拉上去。

最終這樣的專注可以幫助你放鬆並進入到正念減壓的狀態。這時你會覺得自己是輕輕的飄上山，而不是辛苦的爬上去，時間也覺得融化了。



外部：

安靜的走路，儘量少講話。如果你真的需要說話，就短暫的停止走路。

- 專注看與你行走有關的事物上。
- 將身體重量放在前腳上，儘量將兩腳都精確的踩踏在最平坦的表面上以避免身體搖晃，因為搖晃會需要消耗能量。
- 集中注意力在安靜行走上，避免產生鞋子摩擦地面的聲音。
- 用最少的力氣走出最高的優雅
- 停下來，當要講話、拍照或在感到疲憊之前的時候，但只停留短暫的時間以避免身體變僵硬。

內部：

- 呼吸應保持規律平均，而不是喘不過氣。
- 將空氣吸入至腹部，然後進入全身。
- 全身性呼吸法是一個右腦的活動，平息說話和喋喋不休的內在思維活動。
- 每一步你所花費的力氣應該都是一樣的，所以在比較陡峭的地面就縮短並放慢你的步伐；在好走的地面就拉長並加快你的步伐。
- 呼吸、力氣和速度之間應取得平衡。
- 放鬆你的身體，注意到你肩膀、臉和手部的緊張感並使他們放鬆。

最後，讓自己產生愉悅的心情去擁抱大自然。



此頁由各校提供該隊進行健走之路線圖規劃及地圖如附件舉例

學校名稱 行進里程 (參加人數)	建議會師路線 地點>里程(行進時間)>地點 行進時程控制表(擎天崗會師點會合時間約在11:30~12:00間) 會師解散時間預計12:30
台北市 5.7K 蘭雅國中 (340+20)	蘭雅國中>(車程50 min)>渴絲瀑布>2.7Km(90min)>擎天崗> 0.5 Km(5min) >金包里大路>2.5 Km(90min) >上磺溪停車場 8:30 > 9:30 > 11:30 > (休12:30) > 12:40 > 14:30
台北市 5.8K 雙溪國小 (40+6)	雙溪國小>(車程60 min)>冷水坑>1Km(60min) >夢幻湖>1.2Km(50min)> 冷水坑>1.8 Km(50min)>擎天崗> 1.8 Km(50min) >冷水坑 8:00 > 09:00 > 10:00 > 10:50 > 11:40 > (休12:30) > 13:30
桃園市 4.5K 內壢國中 (31+6)	內壢國中>(車程90 min)>渴絲瀑布>2.7Km(80min)>擎天崗> 1.8 Km(50min) >冷水坑 08:30 > 10:00 > 11:30 > (休12:30) > 13:30
桃園市 4.6K 中壢國小 (116+7)	中壢國小>(車程90 min)>冷水坑>1.8 Km(50min) >擎天崗> 0.5 Km(5min) >金包里大路城門> 0.5 Km(5min) >擎天崗>1.8 Km(50min) >冷水坑 08:30 > 10:00 > 11:00 > 11:10 > 11:30 (休12:30) > 13:30
桃園市 4.6K 北門國小 (103+17)	北門國小>(車程90 min)>冷水坑>1.8 Km(50min) >擎天崗> 0.5 Km(5min) >金包里大路城門> 0.5 Km(5min) >擎天崗>1.8 Km(50min) >冷水坑 08:30 > 10:00 > 11:00 > 11:10 > 11:30 (休12:30) > 13:30

渴絲瀑布>2.7km(80min) >擎天崗
冷水坑>1.8km(50min) >擎天崗>1.8km(50min)>冷水坑
擎天崗>0.5km(10 min)>金包里大路城門0.5km(10 min) >擎天崗
擎天崗>0.5km(10 min)>金包里大路城門2.5km(90min) >上磺溪停車場
冷水坑>1Km(60min) >夢幻湖>1.2Km(50min)> 冷水坑>

地圖頁

會師路線規畫說明頁

壹拾伍、面海大會師籌備紀錄

B. 面海大會師地點:

台東活水湖。高雄興達港。台南運河。

懇請參考目前屏東教育處近期積極籌辦面山面海各項活動之摘紀

2019/Jan. 10 屏東教育處團隊 34 位到興達港搭乘 3 艘帆船出海體驗，為舉辦 2019 年度各級學校面海會師籌辦準備。

江國樑江處長重點發言:

大家晚安!大家好!非常開心!今天真的是被召喚過來的~
由於博歲媽媽，很早就是感謝~ 尤其是在交接時，雖然寫到一百多點，但是我們王處長有特別寫到這一點，今天來我寧聽了我們的博歲媽媽經驗分享，我靜靜地聽，真的是靜靜的感動，她生命的歷程，非常有靈魂感的來傳遞她的信念，我受教很多。尤其是今天有幸跟著大家出海，炫海風，整船聽到我們聽到刁船長生命經驗分享

還說:Who am I? 船長很豪氣。



在興達港,博歲媽媽分享面山面海與生命教育

我也想到 Who am I?我是一個賭徒，從另一個面向，我也是一個賭徒啦，我把生命把青春堵在教育上面，真的賭下去了!『慫慢』兩字很簡單寫，但是我真的很努力去拚(台語)。我感覺到還有一個味道，尤其跟屏東的好朋友們一定的成長，看到孩子成就素養，我內心都非常非常有感，尤其屏東的孩子需要大家一起來的疼惜，屏東當然有很好的戶外教育及環境我內心都非常非常有感，戶外教育一定要去注意到安全，一定的啟動和備套，好在有博歲媽媽及教練們有成熟的經驗可以跟我們分享，其實前一陣子，這真的是心痛到

我們一輩子，有一位雄中的學生騎腳踏車騎到霧台，一個人回來的時候不見了，到找到時已經掛在..，有這麼一件事情。讓我們可以一輩子的心痛。我們希望探索美好的時候，一併的跟安全來結合，謝謝博歲媽媽的推動，今天看到他的配套奮鬥這麼久，給我們一些很多的防護，我們知道要成就孩子實際操作。通常活動如果太多就會變成，勞動太多，勞動完，就會做不動叫不動，這是正常的現象，要脫困，就是一條路，就是課程化尤其是校定課程裡面，我們每個學校都必須面對的問題，教育部的國家政策，必須涉時的去產出課程，戶外教育尤其是面山面海教育是一個非常重要的著力點縝密點，非常好做跨域也好或者是直接進去也好，都值得我們去思考的地方，課程務必牽涉到教學，我們要借重專家豐富的教學經驗，如果刁船長來教，孩子馬上亮起來，尤其在國中階段，會把他信得像神一樣。教學一定要有一個東西，我們統稱他為工程，設變，這個環境或者設施，我們缺少設施，比如說設施帆船這也是一個切入口，讓孩子去親海知海愛海，我們該怎麼做，後續我們就會不斷的請益，不斷的來做成長，這大概是我們可以做的方向，把它好好思考到課程裡，不斷地來做成長我們怎們結合今天我們出海乘坐這麼棒的帆船或者其他獨木舟

之類的，讓孩子真的進入到的探索的領域，五感體驗，孩子最容易留下印記，我們播種進去以後，勇於面對挑戰。



今天我們的嘉峰，特別提到一點點，但我們的印象很深刻：船停泊在港灣裡面最安全但是她絕不是造船的目的，這個船應該去接受風浪去接受挑戰，即使受傷了，那個都是都是一個非常美好的故事，人生的一個歷程，這個是我們鼓勵孩子一起參與的一個方向，今天特別感謝好朋友你們，往後我們會保持聯繫，今天告一個段落，回去記得，平安平安再平安！對今天感謝感謝再感謝！

屏東縣教育處面海教育訪視興達港帆船出海
文字稿紀錄 2019/1/10

2019/2/26 博歲媽媽參與【琉球之子、挑戰出航與屏東大鵬灣畢業季】活動第一次籌備會與帆船入港場地會勘。



與會人員：屏東教育處發展柯蔡學斌科長 屏東縣立琉球國民中學 屏東縣琉球鄉白紗國民小學 屏東縣琉球鄉琉球國民小學 屏東縣琉球鄉全德國民小學 屏東縣琉球鄉天南國民小學 台灣外展教育發展基金會 親子水樂園林立仁先生 屏東縣琉球鄉海域救難協會 海岸巡防署南部分署第五岸巡 海洋志工隊 中華民國十字會新高雄分會 屏東縣海洋及漁業事務管理所 屏東縣琉球鄉公所 屏東縣琉球鄉衛生所 屏東縣政府消防局琉球分隊 刁望聖船長 陳嘉峰船長 博歲媽媽

期待政府攜手領航各級學校面山面海之深耕教育。

壹拾陸、附件

- 一：單位簡介與實績
- 二：舉辦之實例
- 三：媒體報導
- 四：總統府函 / 立法院函
- 五：安全需求申請：國家通訊傳播委員會函
- 六：策劃人之簡歷與紀錄報導
- 七：近期推動海域開放之記錄摘要



Teaching, Wisdom, Nature

設立宗旨

- 本會依法設立，非以營利為目的之社會團體。以發展登山教育
- 促進登山教育訓練機構之設立，傳播正確戶外運動正確觀念、知識及技術，提昇國人健康的身心靈生活及了解本身生活的大環境並促進國際登山教育交流為宗旨。

台灣登山教育推展協會

Taiwan Mountain Education Association

任務目標

1. 推展全國面山教育，設立面山學校(TWN Mountain Education School)在各行政區域。
2. 國內面山師資、揸工、嚮導、野餐協作員認證及訓練、攀岩教練等人員之培訓。
3. 代表中華民國加入國際有關山野教育、揸工、國際嚮導、攀岩技術師等相關組織機構，並參與該組織之相關活動。
4. 辦理國內外有關面山教育、社區親子活動及訓練等事項。
5. 編制、研究各類各級登山、山野、面山教育教材。
6. 彙集研究及登山器材之安全標準。
7. 推廣並成立揸工、嚮導、攀岩工會。

台灣登山教育推展協會

Taiwan Mountain Education Association



Teaching, Wisdom, Nature

協會實績

- 措工基本權益受到重視與關注
- 面山學校(台東) 成立
- 面山教育與救難機制論壇辦理三屆2013 /2014/ 2015
- 面山面海教育與救難機制論壇辦理兩屆2016 /2017
- 面山教育推廣至各縣市學校
- 舉辦兩屆貴子坑親子健行
- 協助求救通訊設備爭取開放
- 協助政府重視民間救難隊與整合推進
- 協助爭取台灣高山犬復育
- 爭取山林步道與山屋維修與增設
- 推動山林管理辦法立法與修正
- 推動PAC(高原反應-高山症之神兵利器)之廣設山屋與知識宣導
- 協助博歲媽媽推動山海開放 營造新瑞士國

圖片紀錄 請參考 台灣登山推展協會網站

<http://twnmouedu.wixsite.com/-twnmountain>

舉辦登山安全講座



定期舉辦論壇媒體報導(全國版)採訪



2013 面山教育論壇(第一屆)



2014 2015 2016 2017 邁入第六屆2018



媒體報導

健行筆記 大紀元 聯合報 國語日報 公視 中央廣播電台 民視 等報社之報導
 中天 三立新聞台 台灣新聞報 蘋果日報 中央社 花蓮更新報 原住民電視台 壹電
 視 千代電視台
 新新新聞雜誌 東森電視 台灣電視 亞視 八大電視 中國時報 香港亞視 鏡周刊 壹
 週刊 ...等

論壇記錄摘要





2015 面山教育與救難機制國際論壇

主題：**我的山脈。我的家-健行中央山脈暨愛護河川活動**

議題包括

- 1 繩索工作系統與輕量化 (特種偵測項目專業員指導)
- 2 救災搜救系統運作 (特種偵測與救難訓練所講師專業員指導)
- 3 民間救難隊整合救援平台
- 4 台灣高山搜救犬之發展
- 5 健行台灣最高山脈 (國家公園及林務局管理員和台灣登山專業員指導)
- 6 災難現況 (特種偵測與救難訓練所講師、台大、中興大學、華夏科技大學教授和登山專業員指導)
- 7 外國人推薦台灣 (特種偵測項目指導)
- 8 部落精工總部落-南投望鄉
- 9 研習PAC (攜帶式加壓艙-高山症神丹之利器)(南投神農救難隊及高雄消防局指導)※可獲FAC研習證書
- 10 國際PLB-個人定位器、衛星手機及GPS與電子地圖運用 (特種專業員指導)
- 11 全國步道分級管理與避難山屋維修增置緊急救援設備
- 12 宣布：台灣登山安全聯盟
- 13 面山教育推廣實例分享：花蓮銅門國小
- 14 高包打包學堂-特請台灣專業員指導
- 15 近山飲水思源

報名方式 聯絡電話 0953-547-199 0925-656-106

經行政院、教育部審核通過，可列入正式的公務員終身學習課程時數、教師研習時數、公務人員及教師欲申請時數者，請至活動網頁完成報名後再至下列網址報名登錄

1 統一由活動網址報名
<http://www.accupass.com/go/twnmouedu2015>

2 公務人員終身學習網 報名
<https://lifelonglearn.dgpa.gov.tw/>

3 全國教師在職進修網 報名
<https://www1.inservice.edu.tw>

11/7-8 高雄場 高雄消防局訓練中心
【面山教育與救難機制國際論壇】
地點：高雄市博愛路土庫一號119號2樓

11/10 玉山國家公園場
【面山教育與救難機制國際論壇】
地點：南投縣水里鄉中山路一段519號

11/11-12 南投望鄉部落
【東台沙飛論壇】
地點：南投縣望鄉部落

11/14-15 台北場 國立陽明大學
【面山教育與救難機制國際論壇】
地點：台北市北投區立農街二段155號

網路報名表

主辦單位：林務局山教育推廣協會 協辦單位：玉山、太魯閣、雪霸國家公園管理處、玉山國家自然公園管理處、高雄市政府消防局、國立陽明大學
 補助單位：外交部、教育廳體育署、內政部警政署、內政部消防署、國史館、國史館、交通部觀光局、救難協會、財團法人登能戶外體育協會、臺灣山岳協會、臺灣山岳協會

附件二：舉辦之實例與實績.....

【去年 2018 年紀錄】

2018 各級學校面山大會師 75 所學校參與人數約 2,561 人

(師生、志工、解說員、工作人員等)

西部會師-石梯嶺東方大草原

內壢國中、中壢國小、北門國小、雙溪國小、蘭雅國中。

西部會師 - 雙流森林公園

屏東縣教育局著急:春日國小、古華國小、丹路國小、楓林國小、草埔國小、楓港國小、加祿國小、力里國小、獅子國中、內獅國小。

高雄市政府教育局高雄教育局:計 36 所學校。大榮中學 三民高中 三信家商 小港高中 中山大附中 中華藝校 文山高中 左營高中 立志中學 林園高中 高雄高工 國際商工 路竹高中 鼓山高中 樹德家商 中山高中 中正高工 中正高中 仁武高中 前鎮高中 高師大附中 高鳳工家 高餐大附中 楠梓高中 瑞祥高中 道明中學 福誠高中 三民家商 明誠中學 高雄女中 復華中學 新莊高中 高雄高商 新興高中 海青工商 高雄中學

東部會師-太魯閣國家公園沙卡噹 三間屋

台東大學、仁美國中、銅門國小、明禮國小、瑞北國小、春日國小、新城國小、銅門國小、銅蘭國小、新社國小、秀林國中、秀林國小、瑞美國小、富里國小、玉里國小、明廉國小、瑞穗國小、中正國小、三民國中、富里國中、富世國小。

東部會師-知本森林

台東面山學校召集:海線的泰源國小 30 位學員,縱谷線的關山國小 60 位學員,與市區的太平國小 30 位學員。

2018 各級學校面山大會師 參與人數 2,561 次 (包括 64 所學校師生 志工)





森林教室
站讚點

頒發 2018 各級學校面山大會師榮譽狀



AWARDS

學校 School Name	
學生姓名 Student Name	
簽名 Signature	
日期 Date	

社團法人台灣登山教育推廣協會 花蓮縣政府教育處 苗栗縣政府 桃園市政府教育局
 屏東縣政府教育處 基隆市政府教育局 大都會國家公園管理處 陽明山國家公園管理處
 林務局嘉義林區管理處 林務局屏東林區管理處 行政院東部聯合服務中心
 教育部體育署 國立嘉義大學 臺北市雙溪國小 臺北市立華僑國中
 花蓮縣大會師登山陣線處 中華民族山脈自然教育推廣協會

謝謝玉里國小的支持
特邀玉里國小 高麗誠老師策畫明年瓦拉米步道之面山大會師

博歲媽媽 20181015



富里國中 謝謝校長的建議: 希望明年面山大會師時,在步道上遇見外國友人的問話,孩子們都能開口交流問安,
請博歲媽媽邊基本教材。

20181016

謝謝蕭校長,每次和蕭校長談面山教育總是欲罷不能,因時間限制會促到下一站明康國小,這幾年的帶動,蕭校長體誠增廣又盡全力的支持,萬分感謝~

博歲媽媽 20181030

中正國小 校長說支持,轉身趕忙隨著教育處長官會勘,非常謝謝教長的建議。
讓明年的面山大會師活動更安全更精采的預期。

博歲媽媽 20181030



瑞美國小 蕭校長通知小朋友一起來與博歲媽媽照相留影



蕭校長帶領我參觀美麗又有歷史的校園,真美~
博歲媽媽 20181016



富里國小
201810/16



三民國中 謝謝校長的帶領讓我更接近孩子
校長的鼓勵與激勵，是孩子們向上的活力！ 同學的分享

校長：成功的主因是先說服自己，
謝謝阿蛇導師的引導，讓孩子勇敢的說出願望：明年全班都要再參加，
雖然我們曾跟阿蛇老師喊累過～～

博威媽媽 20181030



花蓮春日國小

博威媽媽 20181029



同學的分享



讓我知道爬山前必須要有準備的東西，可以和同學一路的聊天，
也讓我了解山的形成是由海底下出來的，還有石頭的形狀和顏色，
這次讓我很興奮我不覺得辛苦，下次可以在爬山 可以在山上
睡一晚。



爬山可以身體健康，可以看見一些山和石頭，也可以認識很多
大自然的環境和東西，我想挑戰更高更險的山，我會害怕，但
是我還是想要！

同學的分享



剛開始我本來跑在前面，可是我的鞋子越來越滑，
被後面的秀林國中超過了，每個人都說不要休息了，
不要被秀林趕上，
原本跑到上面了，我要休息了，我不要跑了，
可是我怎麼下去呢？我還是走完成了！



爬到很累，可是我們還是完成了！

花在孩子身上的教育是小錢，
但是學生學到甚麼是重要的，
以謙誠的心面對這樣好的環境，
更以寬宏而開放的心胸和雅量
陪伴孩子一起成長

因此，我鼓勵大家社區的居民能共同進來校園活動



非常感謝，壽林國中劉校長及童軍課老師的支持，鼓勵我與孩子們上一堂課，謝謝～
博歲媽媽 20181101



同學的分享



爬山前每天第六節要留下來體能訓練，很累嘛～我們還是要撐！但是我們2小時就爬到了上面，就很好！我們發現拿登山杖很好，比較走得穩，下山較難，不好走，容易跌倒，下次想爬更高的山，我們也想去海上活動。



我是八年級的學生，當時我的腳受傷了，可是我還要硬撐，後面就沒有甚麼爬不了的，有機會我還想遊艇，我也想到海上活動。

深刻印象高度映象
與銅門張校長合影
博歲媽媽 20181030



銅門銅蘭文蘭國小一起來推而山教育
是共同的期望與努力
20181030



台北雙溪國小張校長開心的說：而山會輝煌，小朋友愛上了登山，我們現在天天體能訓練，準備整合歡山三天兩夜了。

博歲媽媽 2018/11/1



感謝桃園北門國小校長 主任及老師的招待與支持。
我們都看見孩子們驚喜笑容!
我們更期待明年全年級都能參與。

博藏媽媽 20181102



仁美中學
學生騎腳踏車遊台灣一周
兩周收穫滿滿家長更是鼓掌舉讚
校長開心得說博藏媽媽我們永遠支持你
高老師說會阿婆辦三天 那麼我們每一場都能參與!
每個感動深深烙印在每一個人的心中

2018/11/2

與新社國小黃主任及校長和大有校長，會談後，感動著認真認為，冒然的請問：為什麼這般好的生態資源沒有與教育處請命要求?

博藏媽媽 20181031

黃校長與和平國小艾校長及金清志理事長和博藏媽媽合影，留下一起努力的紀錄。

而山大會師後，太魯閣登山隊協會金清志理事長在花蓮鯉魚潭舉辦了花蓮縣首屆聯合大會師，整合花蓮登山協會的力量漸漸融合，當理事長告訴這樣的訊息時，我好欣慰，找對的人做對的事，情勢的發展是正向與融合，可發揮無限力量的合作與團結的精神~讚!

博藏媽媽 20181101





<一> 面山會師後參訪各校

2018各級學校面山大會師 43所學校2,561位師生、解說員、志工等參與。

- 國立台東大學。
- 玉里國小 富里國中小 瑞英國小 國立水里高工職校 明禮國小 明德國小 中正國小 春日國小 三民國中 銅門國小 桐蔦國小 文閣國小 新社國小 新城國小 秀林國中小 台北雙溪國小 桃園北門國小 桃園仁美(華德橋)國中。
- 預定行程: 11/8 蘭雅國中 11/9 瑞德國小 瑞北國小 11/12 桃園中壢國小 桃園內壢國中。
- 11/6 屏東教育處舉辦會師後檢討與分享會談(春日國小 古華國小 丹路國小 楓林國小 草埔國小 楓蔭國小 加祿國小 力里國小 獅子國中 內獅國小)。計10所學校。
- 高雄各校拜訪預定行程: 11/14 中山高中 11/14 高師大附中 11/14 路竹高中 11/15 高雄女中 11/15 三信家賓 11/15 新興高中。計6所學校。

台東面山學校召集: 海線 的泰源國小30位學員, 縱谷線的關山國小60位學員, 與市區的太平國小30位學員。

- 11/9 花蓮教育處 11/19 桃園教育處 11/28 台東教育處。

〈二〉 綜合建議:需加強項目之建議

1. 在太魯閣山區使用手機、無線電機子 是受限收訊幾乎受阻，無法執行【半點報人數整點報點】。遇到身體不適的學生需下撤時需通告或需個別陪同時，均無法與指揮中心聯繫，還好有充足的志工人員協助。
2. 大巴士接送雖準時等候接送，但路途中應注意速度不可以太快甚至插車入車道。須重視與要求。
3. 解說志工沒有發揮或執行教育實質意義，非常可惜。(國家公園管理處)
4. 行前說明需要更多的場次說明。
5. 行進中過隧道時，交通安全維護需加強。
6. 希望主辦單位能安排如雙流場的站讚點，在森林中實地學習情境與效果好。
7. 無線電頻率是否頻段能統一通訊品質強化，使用前加強訓練與演練。

〈三〉 明年策畫與籌備之展望

◎ 同樣每年十月第一周舉辦:【各級學校面山面海大會師】。

◎ 2019 各級學校面山面海大會師之籌辦，懇切期待各縣市教育局(處)能認真思量:『花在孩子身上的教育是小錢，但是學生學到甚麼是重要的.以謙誠的心面對這樣好的環境，更以寬宏而開放的心胸和雅量，陪伴孩子一起成長，因此,我鼓勵大家能共同進來..』。

◎ 【登山】是一座山的踏實，【面山】是山林子民虔誠入山的態度與冒險原力持續的講究。面山教育(TWN Mountain)能納入國家基礎教育。

附件二:【歷年紀錄】

2011 年 10 月 25 日 臺灣面山教育傳播種子第一屆里民大會

2013~ 2018 舉辦六屆【面山面海教育與救難機制論壇】

籌辦 35 場次

推廣至九個縣市包括(台北、南投、高雄、屏東、台中、苗栗、花蓮、台東、雲林。)

2015~ 2017 籌辦三屆 Rope rescue Training 山域繩索種子教官訓練與四年之宣導: 受訓種子教官 85 位, 單位包括: 消防署特種搜救隊、南投縣政府消防局、台南市政府消防局特種搜救隊、台南市府消防局義消特種搜救隊、台北市政府消防局 桃園市政府消防局、基隆市政府消防局、台南市政府消防局、台中市政府消防局、高雄市政府消防局、新竹市政府消防局、新竹縣政府消防局、花蓮縣消防局、太魯閣國家公園管理處、



銅門國小「面山教育」課程 奇萊山下銅門趣



學習體驗 樹攀



學習走繩



面山教育 山野技能- 繩索



2016 高雄屏山國小 新北市雙峰國小 龜山國小 桃園義聖國小 宜蘭蘭陽學院 等校雙週課程及戶外活動



新北市龜山國小



面山教育 在新北市雙峰國小



新北市雙峰國小 2016/3/5 家長日



教師研習 2016/03/02



義盛國小

高雄屏山國小



屏東 泰武 國小



南投 同富國中



潭美國小教師研習會



民族國小師研習會



蘭陽技術學院



拜訪關山國小談面山教育推廣2017





國業里民活動中心

參與合歡山民間救難隊淨山活動2017



支持與參與民間救難隊



20170831 林務局 步道發展研討會



山難救援指揮作業之精進。

通訊。 2016/03/18 NCC 會議遇險
緊急求救

使用無線電/PLB 爭取開放及常識宣
導



台北市政府 消防局 山搜論壇



關注原住民部落
重視捐工基本權益
面山教育推廣



面山教育論壇舉辦在南投望鄉



2015 引進山域(區) 繩逆救援系統



2015 山域救援繩索及推動繩索認證



2011 年推動台灣高山犬復育





參與和支持 蘇帆基金會

2017 花蓮教育處國民小學校長會議 年度



面山教育談生命



2018 屏東縣教育處 校長行政會議



2018 面山大會師之後



獲得 屏東教育 王惠蘭 處長 重視與鼓勵



獲得學生致謝與鼓勵 由丹路國小 吳宗明 校長 代表表達

附件三：媒體報導.....

向自然學習-2018 首屆面山教育千人大會師

海峽(萬佛)公報|海峽(城市)公報記者 葉承孝報導 20181005



「2018 首屆各級學校面山大會師」全國性活動，



屏東、高雄花蓮、台東、桃園共五縣市，於 107 年 10 月 3 日（星期三）同時舉辦。屏東縣與高雄市約 670 名師生，在屏東縣獅子鄉雙流國家森林遊樂區參加本項活動，藉由會師學生親近自然山水，培養獨立思考及正確面山態度，向自然大地學習。

會師活動將帶領學生親自體驗山林探索，透過繩索、登山及救護任務等分站體驗與冒險挑戰，參與人員主要包含屏東縣與高雄市師生分 4 路 22 中隊進行，旨在培養學生獨立自主、多元接納、團隊合作、同理心及社會服務之多元素養。此次活動結合南區搜救委員會、林務局屏東林管區管理處及台灣登山教育推展協會等單位共同協力合作。安

排分站體驗學習課程包含：(1)攜帶型加壓袋 PAC 操作說明；(2)繩索溪流橫渡操作；(3)簡易水上救生拋繩袋製作及操作；(4)外帳搭設法；(5)登山活動必帶救命寶之介紹展示；(6)攀樹-緊急吊袋繩索操作文化體驗。本次活動係由「面山教育」博歲媽媽倡導，活動目的地是宣導登山活動安全、培養核心紀律與行動體驗。



屏東縣政府教育處表示，全球暖化現象與過度開發，對人類的生存環境已造成嚴重威脅。縣府期待透過親近山林大會師活動，喚起自然環保意識，提升學子戶外活動安全參與實作經驗，成為快樂的大地之子。

面山大會師 走進太魯閣 2018-10-03 14:15:15

教育廣播電台



落實面山教育，花蓮縣政府與社團法人臺灣登山教育推廣協會共同主辦「2018 各級學校面山大會師-東部大會師」，除了花蓮縣 17 所推動「小鐵人」運動的學校參與，還有桃園仁美國中與臺東大學師生齊聚太魯閣，走進山林，學習如何與大自然共處。

花蓮縣政府教育處體育保健科白鴻儀科長表示，花蓮縣近年來推動「小鐵人」運動，除了希望孩子們有健康體魄外，因為花蓮面山又面海，藉此也希望讓孩子們以正確的態度去親近自然。透過這次面山大會

師，讓已經推動小鐵人運動的學校，進一步引導學生，培養學生具備在自然中應具備的態度與知能。

面山教育的推手，「博歲媽媽」杜麗芳表示，呼籲社會與政府重視面山教育的重要性，已經連續六年舉辦「面山面海教育與救難機制論壇」，今年首度增加「走進自然」的實際體驗，除了太魯閣國家公園，還有臺東知本國家森林公園、陽明山國家公園、以及屏東雙流國家森林公園等四處同步舉行，讓參與師生走進山林間，實地觀察自然生態，並感受與自然共處的和諧感。

「2018 各級學校面山大會師-東部大會師」，324 位參與師生兵分兩路，分別由大禮步道與砂卡噹步道出發，在三間屋會師，讓師生在過程中獲得環境教育與生命教育體驗。

臺東縣面山學校辦理「2018 各級學校面山大會師」活動

日期：107-10-04 資料來源：台東縣政府教育處

為了推展登山教育，臺東縣面山學校與台灣登山教育推展協會、林務局台東林區管理處共同合作，於 107 年 10 月 3 日在知本國家森林遊樂區舉辦了「2018 各級學校面山大會師」活動，希望藉由活動的辦理，提供學生與自然環境互動的機會，並培養學生在面對山林海洋時，能具備正確的安全觀念與環境保育態度。

本次活動的辦理，由台灣登山教育推展協會籌畫與推動，於 107 年 10 月 3 日同時異地舉辦，全台共有 4 場次同時舉行，分別在太魯閣國家公園、臺東知本森林遊樂區、陽明山國家公園及雙流國家森林公園等地。

臺東場次是由臺東縣政府主辦，臺東縣面山學校承辦，由於臺東縣幅員廣闊，縣內土地有山有海，孩子在成長的過程中，必須學會尊重土地，並學習如何與大自然相處，進一步透過面山課程的參與，幫助學生擁有面山教育的相關技能與儲備健全的山野生活態度。

藉由此活動辦理場地-知本國家森林遊樂區內豐富的自然生態環境，以健行親近山林，引發學生跟大自然的互動，同時結合區內的自然教育中心設計了「迷途自處」、「LNT 無痕山林」、「登山穿著」、「裝備 Bingo」及「森林躲貓貓」等分站教育體驗課程，以增廣學生生活領域、學習戶外活動安全及風險管理的能力，讓孩子們在接觸山林時，能具備正確的觀念與技能，享受臺東豐富的山野資源。

「2018 各級學校面山大會師」-東部會師 10 月 3 日於太魯閣國家公園舉辦。

BY [911ROAD](#) ON [2018 年 10 月 02 日](#)

花蓮新聞雲/編輯整理

由花蓮縣政府及社團法人台灣登山教育推廣協會共同主辦的「2018 各級學校面山大會師」-東部會師，將於 10 月 3 日於太魯閣國家公園舉辦。花蓮縣計有秀林國中、中正國小等 19 所國中小逾 300 人次參與，期望透過活動，讓孩子能以虔敬謙卑的態度認識山林環境，並學習如何與山林融合共處，進而落實面山教育「培養孩子在山林所應具備的態度與知能」等理念。

2018 各級學校面山大會師是第六屆面山面海教育與救難機制論壇系列活動的一環，活動當天將在臺灣東、西部 4 處同步舉行，共計有 2,056 人參與。活動主軸是帶領學生踏足自然生態，以了解臺灣特有之自然與文化景觀、認識野生動植物，同時也啟發學生思考山林的重要文化資產及其與居民間的關係。

此次活動強調與環境的互動，讓平常較少接觸大自然的孩子能從中培養獨立思考的能力，進而擴展生活領域，並提升從事戶外活動的風險評估及應變能力。活動將在 10 月 3 日當天上午兵分二路進行，分別是由大禮步道及砂卡噹步道入口處出發，預計於當天下午 1 時在三間屋會師。此外，部分學校更是在活動前一天即至富世國小紮營，讓同學擁有更完整的山野生活體驗。除了縣內 19 所國中小之外，還有自桃園遠道而來的仁美國中師生 62 人，以及來自台東大學 29 位夥伴共同參與，增加跨縣市的交流體驗。

屏縣丹路探索山林 認識家鄉生態

(2018/10/6)

實施山野教育的屏東縣丹路國小，日前參與首屆全國各級學校面山大會師，與高雄、屏東地區六百七十名師生透過繩索、攀樹、登山及救護任務等活動探索山林。校長吳明宗表示，學生難得有機會與這麼多人在大自然互動，學習沒有接觸過的面山教育，還有緊急救生知識，以及了解家鄉常見但不認識的昆蟲與植物。



吳明宗表示，師生每年都會攀登當地的最高峰「里龍山」，認識當地動植物，也會由雙流自然教育中心帶領，調查楓港溪的水質。但這次面山活動，讓學生感受到課堂體會不到的經驗和視野，並在戶外展現課業以外的長處。

學生侯湘婷說，入山健行的沿途，學習不少植物知識，了解哪些可以碰觸、哪些不能碰觸，避免意外發生，也學到登山知識與野外急救技巧。學生高曉光說，讀國中

莊舒仲／屏東報導

後可能要離開丹路，這次活動給了他走讀家鄉山林的機會，讓自己更熟悉生長的地方。學生戴子翰表示，學習攀樹時，感覺自己好像變成一隻猴子，且經過教師指導才知道，學會攀樹還可以救人，很有意義。

圖說：屏東縣丹路國小學童透過面山教育，了解學會攀樹可以救人。圖片提供／丹路國小

各級學校面山大會師 5縣市千人參與學習愛山愛地球

徐炳文 2018-10-03 19:18



「各級學校面山大會師」培養學生獨立思考及正確面山的態度。（圖／徐炳文攝）

首屆「各級學校面山大會師」今（3）日在屏東、高雄花蓮、台東、桃園5縣市同時開跑。屏東縣與高雄市約670名師生，在屏東縣獅子鄉雙流國家森林遊樂區參加本項活動，藉由會師學生親近自然山

水，培養獨立思考及正確面山態度，向自然大地學習。

會師活動將帶領學生親自體驗山林探索，透過繩索、登山及救護任務等分站體驗與冒險挑戰，參與人員包含屏東縣與高雄市師生分4路22中隊進行，旨在培養學生獨立自主、多元接納、團隊合作、同理心及社會服務之多元素養。

喚起環保意識 倡導登山安全知識

此次活動結合南區搜救委員會、林務局屏東林管區管理處及台灣登山教育推展協會等單位共同協力合作，安排分站體驗學習課程包含攜帶型加壓袋PAC操作說明、繩索溪流橫

渡操作、簡易水上救生拋繩袋製作及操作、外帳搭設法、登山活動必帶救命寶之介紹展示，以及攀樹緊急吊袋繩索操作文化體驗。本次活動係由「面山教育」博歲媽媽倡導，活動目的地是宣導登山活動安全、培養核心紀律與行動體驗。

屏東縣政府教育處表示，全球暖化現象與過度開發，對人類的生存環境已造成嚴重威脅。縣府期待透過親近山林大會師活動，喚起自然環保意識，提升學子戶外活動安全參與實作經驗，成為快樂的大地之子。



學校相關報導

- 全國首座「面山學校」紅石培訓中心啟用期許教育孩子深耕山林智慧| 台灣 ...
www.taiwanhot.net/?p=469521
 - 避免山難憾事台東成立全國首座「面山學校」 - 中時電子報
www.chinatimes.com › 中時 › 生活
 - 博歲媽媽爭設台東首座「面山學校」紅石培訓中心啟用| ETNEWS 地方 ...
www.ettoday.net › 地方
 - 活化閒置校舍臺東成立「面山學校」紅石培訓中心文教新聞- 國立教育廣播 ...
eradio.ner.gov.tw/news/?recordId=39301&_sp=detail
 - 南部 › 推廣登山教育全國首創面山學校啟用- 地方- 自由時報電子報
news.ltn.com.tw/news/local/paper/1114749
 - 全國首座「面山學校」紅石培訓中心啟用期許教育孩子深耕山林智慧 LIFE ...
<https://life.tw/?app=view&no=624280>
 - 預防山難台東成立首座"面山學校培訓中心"- 公共電視台新聞網
news.pts.org.tw/article/363172
 - 活化紅石分校縣府首創登山培訓中心
titv.ipcf.org.tw/news-31004
 - 【新聞】減少山難悲劇台東成立全台首座「面山學校」 | 健行筆記
tw.hiking.biji.co › 文章
 - 活化閒置空間臺東面山學校啟用-國語日報社
https://www.mdnkids.com/news/?Serial_NO=103393
 - 全國第一所面山學校 - 更生日報宜蘭花蓮台東新聞
www.ksnews.com.tw/index.php/news/detail/1015439
 - 減少山難悲劇台東成立全台首座「面山學校」 | 基宜花東| 地方| 聯合新聞網
<https://udn.com/news/story/7328/2552834>
 - 台東縣首座面山學校啟用(2017/06/28) - 中華日報新聞網
www.cdns.com.tw/news.php?n_id=0&nc_id=170636
 - 活化閒置校舍臺東成立「面山學校」紅石培訓中心-生活新聞-新浪新聞中心
news.sina.com.tw/article/20170628/22839658.html
- 16
- 106 年臺東縣面山學校「種子教師訓練無痕山林課程研習」
210.240.145.196/.../downfiles.php?...106年臺東縣面山學校「種子教師訓練無痕山...
 - 炭頂紅石分校正式裁撤轉型促地方產業
titv.ipcf.org.tw/news-23394
 - 面山學校傳授登山安全| 中天快點 TV

gotv.ctitv.com.tw > 社會萬象

- 避免山難憾事台東成立全國首座「面山學校」 | 生活新聞| 20170628 ...
m.match.net.tw/mi/news/life/20170628/4136430
- 避免山難憾事台東成立全國首座「面山學校」 | 生活新聞| 20170628 ...
m.match.net.tw/mi/news/life/20170628/4136430
- 野外進階急救證照訓練課程研習 - 台東縣東海國小全球資訊網
210.240.115.1/school/web/index.php?dt=pub&pubid=6389
- 臺東面山學校種子教師訓練
210.240.112.130/.../downfiles.php?... 臺東縣推動 106 年度面山學校計畫種子教師訓...
- 崁頂紅石分校正式裁撤轉型促地方產業 2016-08-25 Cou TITV 原視族語 ...
<https://www.youtube.com/watch?v=tiKMCdICFcQ>
- 全國首座「面山學校」紅石培訓中心啟用期許教育孩子深耕山林智慧| 社會 ...
social.subjectblogs.com/archives/.../全國首座「面山學校」紅石培訓中心啟用 期許...
- 【情報】台東海端鄉崁頂國小紅石分校 105 年 8 月裁併- 一點通學習 EDTung ...
www.edtung.com > 國小新聞區列表
- 臺東紅石培訓中心啟用深耕山林智慧| 基宜花東— 青年日報
www.ydn.com.tw/News/243075
- 國語日報親子報 - 國語日報社
www.mdnkids.com.tw/epaper/
- 臺東縣仁愛國小
210.240.109.1/school/pub/print_msg.php?id=8073
- 博歲媽媽爭設台東首座「面山學校」紅石培訓中心啟用 - Malaysia News
malaysia.shafaqna.com/.../博歲媽媽爭設
- 台東首座「面山學校」紅石培訓中心啟用...
野外進階急救證照訓練課程研習 - 台東縣東海國小全球資訊網
210.240.115.1/school/web/index.php?dt=pub&pubid=6389
- 臺東面山學校種子教師訓練
210.240.112.130/.../downfiles.php?...
- 臺東縣推動 106 年度面山學校計畫種子教師訓...
崁頂紅石分校正式裁撤轉型促地方產業 2016-08-25 Cou TITV 原視族語 ...
<https://www.youtube.com/watch?v=tiKMCdICFcQ>
- 臺東紅石培訓中心啟用深耕山林智慧| 基宜花東— 青年日報
www.ydn.com.tw/News/243075
- 臺東紅石培訓中心啟用深耕山林智慧
全國首座「面山學校」紅石培訓中心啟用。(記者楊鈞典攝).
記者楊鈞典／臺東報導. 臺東縣海端鄉崁頂國小紅石 ...
國語日報親子報 - 國語日報社 www.mdnkids.com.tw/epaper/

全國首座「面山學
期許教育孩子深耕

TaiwanHot.net

全國首座「面山學
用...

TAIWANHOT.NET



校」紅石培訓中心啟用
山林智慧 | 台灣好新聞

校」紅石培訓中心啟



2019

TOGETHER

各級學校面山面海大會師

體驗大自然生活

第 1 頁 共 1 頁

地址：10048 臺北市中正區重慶南路1段
122號

111

臺北市士林區中山北路6段754巷4號3樓

受文者：杜麗芳女士

發文日期：中華民國108年2月23日

發文字號：華總公三字第10800017430號

速 別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附 件：

主旨：檢送杜麗芳女士（署名「博歲媽媽」）2月12日致總統二
函及附件（文集6冊），所陳盼將「2018面山面海教育與
救難機制論壇」文集納入相關會議參考資料，以及請求建
置「全國緊急救難救護機制」等事，請卓處逕復，並副知
本府。

正本：行政院秘書長

副本：杜麗芳女士（無附件；111臺北市士林區中山北路6段754巷4號3樓）

總 統 府

第 1 頁 共 1 頁

檔 號：
保存年限：

立法院程序委員會 函

地址：台北市中山南路1號
聯絡方式：黃淑芬
電 話：02-23585858#1207

受文者：博巖媽媽

發文日期：中華民國107年3月8日
發文字號：台立程字第1072800021號
類別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：如說明二

主旨：博巖媽媽為建請推廣面山教育、救援繩索新知識與運用價值乙案，事涉 貴管，請查照卓辦。

說明：

- 一、本案經提報107年2月26日本會第9屆第5會期第1次會議決定：「依立法院職權行使法第65條第2項規定，函請內政部處理。」
- 二、檢送博巖媽媽107年1月12日為民為國334號請願文書乙份。

正本：內政部
副本：博巖媽媽（無附件）

立法院程序委員會

檔 號：
保存年限：

立法院程序委員會 函

地址：台北市中山南路1號
聯絡方式：黃淑芬
電 話：02-23585858#1207

11152 台北市中山北路6段754巷4號3樓

受文者：博巖媽媽

發文日期：中華民國107年3月8日
發文字號：台立程字第1072800020號
類別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：如說明二

主旨：博巖媽媽為建請政府支持十年繩索訓練計畫乙案，事涉 貴管，請查照卓辦。

說明：

- 一、本案經提報107年2月26日本會第9屆第5會期第1次會議決定：「依立法院職權行使法第65條第2項規定，函請內政部處理。」
- 二、檢送博巖媽媽107年2月3日為民為國336號請願文書乙份。

正本：內政部
副本：博巖媽媽（無附件）

立法院程序委員會

附件 五. 安全需求之申請



研商「銜衛星 (Iridium Satellite) 通信服務無法在臺灣使用事宜」會議議程

壹、時間：108年1月11日(星期五)上午10時

貳、地點：本會北區監理處8樓會議室(臺北市中正區延平南路143號)

參、主持人：本會北區監理處 溫處長俊瑜

肆、報告事項：

1、衛星通信業務管理規則相關規定及通信服務開放現況說明(本會平臺事業管理處)

2、銜衛星 (Iridium Satellite) 通信服務終端設備使用需求說明(博歲媽媽)

伍、討論事項：

銜衛星 (Iridium Satellite) 通信服務無法在臺灣使用之解決方案討論。

散會：

研商「銱衛星 (Iridium Satellite) 通信服務無法在臺灣使用事宜」會議紀錄

壹、時間：108年1月11日(星期五)上午10時

貳、地點：本會北區監理處8樓會議室

參、主持人：本會北區監理處 溫處長俊瑜

肆、出席人員：如簽到表

記錄：謝志煌

伍、主席致詞(略)

陸、報告事項(略)

柒、會議結論：

- 一、本會現行核准衛星行動通信業務之經營者，有中華電信公司代理經營 Inmarsat 及 Thuraya 衛星通信服務；銱衛星行動通信業務，目前國內並無取得經營特許執照或合法代理之業者，依規定不得在我國提供服務或推展其業務。
- 二、依衛星通信業務管理規則第5條規定，外國衛星行動通信業者得與我國衛星通信業務或經營國際網路業務之固定通信業務之經營者訂定合作契約，並由我國衛星通信業務或經營國際網路業務之固定通信業務之經營者代理在我國推展其衛星行動通信業務。若與會業者有意願代理或委託其他業者代理銱衛星 (Iridium Satellite) 行動通信業務，可依規定備齊資料向本會平臺事業管理處提出申請。
- 三、擬代理銱衛星行動通信業務業者應依衛星通信業務管理規則第5條第4項第2款及第52條第2項規定，辦理通訊監察事項，建請先向通訊監察權責機關法務部調查局及內政部警政署刑事警察局洽詢有關事宜後再行申請。
- 四、為強化山區緊急救難通訊及船舶通訊安全，本會樂見銱衛星行動通信業務之代理案，提供民眾及山友之多元選擇。

捌、散會：上午11時40分

博崴媽媽—簡歷與這八年來的推動和改變

- 18K 英語教育機構創辦人 (2 所英文補習班/美國美語托兒所/水晴球國際書店) 及山海博崴社會企業負責人
- 提出山難國賠以帶動山海救援機制的改變
-

◎首創面山教育理念

- 山野教育首推動者。
- 以生命價值探討人類與大自然之推廣
- 以恢復人類自然原力的實踐發展體實教育之推展
- 推動面山學校設置(台東面山學校)
- 山域嚮導認證管理辦法修訂
- (野外)緊急醫療救護法修法完成
- 推動重視揹工基本權益與健康
- 國際揹工組織台灣代表
- 推動並完成登山保險業務
- 推動緊急醫療救護直升機
- 推動完成 430~440 MHz 頻道開放
-

籌辦面山面海教育與救難機制國際論壇(2013~2018 年度)

- 2012 年推動無人駕駛飛機搜索運用
- 2013 年推動衛星手機 開放民營 (僅舒拉亞衛星系統)
- 2013 年成功引進 PAC 攜帶式加壓艙 (治療高山症利器)
- 2015 年引進山域救援繩索 Rope Rescue
- ☆ 2017 成功推動開放 PLB 個人 遇險定位器 繼續推動 PLB 登錄平台
- ☆ 推動全面開放山區、海域及領空
- 推動全國步道統一分級管理
- 推動山區緊急救護直升機
- 20160526 推動山區排遺帶下山
- ☆ 20160923 推動完成撤案 【國家公園登山活動安全管理條例草案】
- 推動入山申請全國統一網路窗口
- 推動開放 CH16(海上國際緊急救難頻道)
- 推動 Epi-Pen (腎上腺素注射筆)開放
- 推動整合運用民間救難隊、協會
- 推動台灣高山犬復育
- 推動登山無線電頻道
- 推動解除山禁廢止國安法山區管制條例
- 推動 2018 首屆各級學校面山大會師
- 推動 2019 首屆各級學校面山面海大會師
- 推動開放 In-Reach 定位追蹤設備-鈹衛星行動通信業務案 20180111



博歲媽媽近期協助推動之項目

一、協助宜蘭縣政府開放由烏石港至和平溪海域轉載李元治 P.O. 文



今天針對南澳水域禁令問題在宜蘭縣史館召開會議，會議大結論就是南澳將會廢除現有公告，東澳粉鳥林禁航問題的協調討論列為下一波，其他河湖內陸水域的水域遊憩解禁下下一波。另外一個重點是宜蘭未來將加強水域岸際的民眾親水知識教育及保護配套措施，以期從今以後大幅降低溺水傷亡的案件。最後，會場各單位對結論沒人反對，算是 " 全票通過 " 😊

https://drive.google.com/.../18q2JcXvOiyC35rN0qftn7g-_m.../view...

以上是今天會議現場錄音，恕無法做成逐字稿，但內容有許多與會先進分享了一些有趣的觀念，平素就對水域遊憩權益有興趣的朋友可點上址去聽聽，相信會有一些收益。(上址如果開不了，再麻煩把 email address 私訊給我。)

二、府教出航

協助屏東縣政府處琉球之子

檔 號：
保存年限：

屏東縣政府 函

地址：900屏東縣屏東市自由路527號
承辦人：蔡慶誠
電話：08-7320415轉3652
傳真：08-7320185
電子信箱：a270001@ou.pthg.gov.tw

11152
台北市士林區中山北路六段754巷4號3樓
受文者：博歲媽媽

發文日期：中華民國108年3月22日
發文字號：屏府教學字第10808825700號
類別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：第一次籌備會議紀錄及名冊

主旨：為辦理「琉球之子、挑戰出航與屏東大鵬灣畢業季」活動第二次籌備會議，請惠予出席人員公(差)假登記出席，餘請依說明辦理，請查照。

說明：

- 一、依據108年度琉球之子第一次籌備會議決議辦理。
- 二、為了解本年度「琉球之子、挑戰出航」之各項工作，邀集學校及相關人員代表共同研擬相關工作與建議內容，爰辦理本次會議。
- 三、時間：108年3月29日(星期五；上午10時)。
- 四、地點：全德國小圖書館。
- 五、出席人員：琉球鄉五所學校校長及各單位相關人員。
- 六、檢附第一次籌備會議資料1份。

正本：教育處教學發展科蔡學斌科長、屏東縣立琉球國民中學、屏東縣琉球鄉白沙國民小學、屏東縣琉球鄉琉球國民小學、屏東縣琉球鄉全德國國民小學、屏東縣琉球鄉大南國民小學、台灣外展教育發展基金會、親子水樂園林立仁先生、屏東縣琉球鄉海域救難協會、海岸巡防署南部分署第五岸巡隊、海洋志工隊、中華民國紅十字會劉高維分會、屏東縣海洋及漁業事務管理處、屏東縣琉球鄉公所、屏東縣琉球鄉衛生所、屏東縣政府消防局琉球分隊、刁望聖船長、陳嘉峰船長、博歲媽媽

副本：教育處教學發展科

縣長潘孟安

1頁，共2頁