

115 年太魯閣國家公園天祥有約系列活動簡章

一、活動緣起

2024 年 0403 地震劇烈的改變太魯閣地景地貌，位處地質交接帶的天祥地質地貌變化亦歷經巨大變動。曾造訪過太魯閣的遊客在地震之後重遊天祥，或者新朋友前來體驗太魯閣，今年度辦理天祥有約活動，期能帶領您體驗轄區步道，達成建立戶外活動風險概念，更進一步提醒如何管理風險、在面臨巨大的變動之後如何進入天祥體驗自然。

二、活動名稱：山行大智慧-震後天祥的行走課

三、主辦單位：太魯閣國家公園管理處

四、活動課程規劃大綱：

建立戶外活動風險概念並提出風險可控制可管理的方法，課程包括 1.危險 vs.風險，差別在哪？2.真正風險與想像風險 3.事故發生的潛在原因&Near miss 4.現地風險評估方法 5.風險值的感受 6.氣象預報使用與閱讀 7.風險回顧與課程收整 8.風險評估與訊息收集 9.風險管理策略與運用 10.人為風險的掌控與難處。

五、活動日期：

(一) 第一梯次：115 年 4 月 25~26 日 (星期六、日，共 2 天)。

(二) 第二梯次：115 年 5 月 9~10 日 (星期六、日，共 2 天)。

如遇颱風或地震等不可抗之因素，活動將順延或取消 (另行通知)，報名前請先審慎評估確認時間許可參加再行報名。

六、活動地點：

太魯閣國家公園綠水、天祥及洛韶遊憩區。

七、活動對象：滿 18 足歲以上之公民。

八、活動名額：共計 20 名 (15 名以上開隊)，依報名順序錄取。

九、報名日期：

115 年 3 月 14 日 (星期六) 上午 08:00 至 115 年 4 月 6 日 (星期日)

17:00 止 (額滿為止，另設定候補名額 10 名)。

十、報名方式：

太魯閣國家公園官網首頁 > 為民服務 > 線上報名，如有疑問請電洽

(03) 862-1466 陳小姐。

十一、報名費用：

活動全額由太魯閣國家公園管理處支應。

十二、交通：

第 1 天於花蓮火車站後站（時間：上午 9 時）或新城火車站（時間：上午 9 時 25 分）報到，由本處安排車輛接送學員，請務必準時，逾時不候；或自行於上午 9 時 50 分前至本處遊客中心報到；第 2 天活動結束後亦會載送參加學員返抵花蓮火車站後站解散，建議選擇 17 時後的火車班次（花蓮火車站距離本處車程約 50 分鐘、新城火車站約 10 分鐘）。

十三、活動內容：

第 0 天（時間待定,另行通知）

時間	活動內容	地點	講師	備註
視訊 2 小時	留守人與四張 關鍵照片觀 念、行前會議	個人家中	林妍杏教練	事前的規劃與準備

第 1 天（4 月 25 日、5 月 9 日）

時間	課程	講師	地點
09:00-09:50	車程 - 花蓮市至太魯閣遊客中心		太魯閣遊客中心
09:50-10:00	報到		太魯閣遊客中心
10:00-10:15	名稱：即將揚帆 相見歡--活動說明	承辦人	
10:15-12:00	課程名稱：目的地：遠方 課程內容： 1.危險 vs.風險，差別在哪？ 2.真正風險與想像風險	林妍杏教練	

	3.事故發生的潛在原因 & Near miss		
12:00-12:50	午餐		
12:50-13:30	車程—遊客中心至綠水		車程--
13:30-16:00	課程名稱：嗨到馬黑洋 課程內容： 1.現地風險評估方法 2.風險值的感受 3.加乘思維 (天氣 地形 團隊)	林妍杏教練	綠水 - 至馬黑洋，實際操作課程
16:00-16:30	車程-綠水至洛韶山莊	承辦人	
16:30-17:30	洛韶巡禮	洛韶居民	
17:30-18:30	CHECK IN 晚餐：洛韶上菜		劉玲製作
18:30-20:10	課程名稱：宵夜場 課程內容： 1.氣象預報使用與閱讀 2.風險回顧與課程收整	林妍杏教練	洛韶山莊

第 2 天 (4 月 26 日、5 月 10 日)

時間	課程	講師	地點
07:30-08:30	早餐：有洛韶風味的早餐	承辦人	洛韶山莊
08:30-09:00	車程	承辦人	洛韶至天祥
09:00-12:00	課程名稱：天祥怎麼了 課程內容： 1.風險評估與訊息收集 2.風險管理策略與運用	林妍杏教練	天祥巡禮(含塔比多步道)
12:00-12:15	車程		天祥至綠水

12:15-13:00	午餐	承辦人	綠水
13:00-14:50	課程名稱：天祥有約·山水重逢 課程內容： 1.人為風險的掌控與難處 2.課程收整	林妍杏教練	綠水
14:50-16:00	過 3 點管制		綠水至花蓮車站

十三、配合事項

- (一) 為顧及權益及活動資源，若因事不克前來，請於活動 7 日前主動告知，以利主辦單位遞補學員。
- (二) 活動環境位於中低海拔山區（最高海拔高度約 1,150 公尺），請評估個人身心體能狀況再行報名，身體不適者如高血壓、心臟病、氣喘、癩癩、高山疾病、行動不便等或曾接受心血管或腦部手術者請勿報名參加。
- (三) 因山區氣候多變，為確保學員安全，將視當時天候狀況，彈性調整活動內容，如遇颱風、豪大雨（以中央氣象局氣象預報為主）、地震、道路坍方或中斷等不可抗力因素，本處有權延期或取消活動，並以電子郵件通知錄取學員。
- (四) 活動建議攜帶物品：請參考後附裝備建議表。
- (五) 登山時建議穿著排汗透氣輕便服裝（洋蔥式穿法）、戶外運動鞋或輕型登山鞋、運動襪為宜，請勿穿著厚棉質牛仔褲、涼鞋、高跟鞋、拖鞋、無鋸齒平底鞋及船型薄襪等。
- (六) 本次活動係團體行程，除不可抗力之原因，中途不得要求單獨或提早離開。
- (七) 為維護學員身心健康與安全，請勿攜帶違禁品、危險或違反社會善良風俗之物品，並盡量避免攜帶貴重或非必要物品。

建議攜帶裝備：以下的清單為建議攜帶的裝備。為了要達到戶外安全和最好的上課效果，這些裝備你必須在課程開始前準備妥當。因為山區的環境會因天候與環境因素而有所不同，請考量個人需要攜帶。以下是建議攜帶裝備列表。

類別	項次	裝備	規格	數量	必備	選備	備註
背負	1	背包	35 升	1	V		
	2	背包防水內袋			V		
	3	背包套				V	
睡眠	4	睡袋			V		夜宿洛韶山莊僅提供床位
	5	睡袋防水袋			V		
	6	睡墊			V		
	7	睡袋內襯				V	
衣著	8	排汗衣		1	V		
	9	襯衫/薄上衣		1		V	
	10	保暖衣物		1	V		
	11	換洗衣物、毛巾					
	12	雨衣		1	V		
	13	雨褲		1	V		
	14	遮陽帽		1	V		
	15	登山鞋/健行鞋		1 雙	V		
	16	輕便鞋		1 雙		V	夜間可使用
餐具 飲水	17	碗		1	V		
	18	湯匙/筷子/叉子		1	V		
	19	個人水壺/水袋		1	V		
保健 衛生	20	衛生用品				V	面紙/濕紙巾/衛生棉
	21	牙刷		1		V	
	22	個人藥品			V		
	23	防曬油		1	V		
電子	24	頭燈/手電筒		1	V		

設備							
	25	健保卡			V		
	26	筆記本與筆			V		
	27	小塑膠袋/密封袋			V		裝垃圾或防水
	28	行動糧			V		2 天份

個人同意書

本人_____對於太魯閣國家公園以及「115年太魯閣國家公園山曉大智慧：震後天祥的行走課」活動相關之各單位、人員、志工等所執行的戶外教育課程，我已詳閱並且同意以下聲明：

- 本活動將會在偏遠的山區進行，偏遠山區皆有其不安全與潛在之風險，包括個人裝備財物的損失、疾病與意外的傷害、甚至在最極端的狀況下，有可能造成個人心理上或身體上永久的傷害甚至死亡。我知道太魯閣國家公園管理處並不希望增加我的恐懼感，進而影響我參與活動的期待，但是我認為能夠在事先告知即將參與此活動的人對於可能的風險有更多的認識，絕對是一件很重要的事。
- 我明瞭活動帶領團隊會有受過美國野外急救(Wilderness First Responder)之人員，協助活動過程中之傷患治療與送醫的後續處置，並且隨身攜帶初階醫療急救包，以協助第一時間與到院前之救護處置。
- 因活動場域在戶外，存在許多不可避免的自然因素如：下雨、雷擊、地震、颱風、水災、落石…等；與個人因素如跌倒、運動傷害、中暑、蟲咬、墜落、帶領人員以經驗做出之決策與其他個人產生之不安全等，本活動帶領團隊無法避免上述之危險，但本活動帶領團隊會以專業之態度及精進之個人技術，來減低可能發生之危險，以提高活動之安全，但大自然的變化無法以人為因素來完全避免，須讓參與者先行瞭解。
- 我明瞭並同意活動若因惡劣天氣或不可抗力災害如：颱風、雷擊、地震、火災及其衍生的災情等，為確保參加人員安全，太魯閣國家公園管理處有保留對活動地點及內容調整變動的權利，且在活動中我應遵循活動帶領團隊的指導，聽從工作人員專業判斷是否能繼續參加活動。
- 我同意活動中必須完全遵從工作人員之指示及太魯閣國家公園的活動戶外風險管理系統。因此，若因參加人員個人的特意行為而造成身體或財物損失時，我同意放棄對本活動帶領團隊相關人員之一切請求。
- 我確認已將身體特殊狀況填寫告知於報名表中之「身體狀況調查」，如有因隱瞞未告知而致人身危害時，我願意放棄對本活動帶領團隊相關人員之一切訴求。
- 我確認所填妥的資料皆為真實而無虛偽隱匿之情且同意太魯閣國家公園管理處使用，且明瞭太魯閣國家公園管理處僅將資料使用於活動報名相關必須程序及身體健康狀況了解評估，對我個人資料隱私皆完全保密。
- 我已詳細閱讀並完全了解且同意太魯閣國家公園管理處所提供以上個人同意書的條款含義。

同意人：_____ 日期：_____年____月____日

【攝影 / 錄音 授權同意】(可自行決定是否簽署)

我同意太魯閣國家公園在本次活動中得以照相機或攝影機進行活動過程與個人的影像與聲音的紀錄，並得以無償使用我在本次活動中的所有個人影像、聲音、文字與姓名，包括由太魯閣國家公園以任何形式進行的出版、發行、展覽與推廣環境教育之各種用途，我願意放棄相關的版權與報酬。

同意人：_____ 日期：_____年____月____日