

# 教育部 107 年度大專學生登山安全訓練實施計畫

## 壹、目的：

為提升大專學生山難預防與處理能力，俾在山野發生意外事件時，能以正確的自救與求救技能即時處理，將損害減至最低程度，特辦理本次登山安全訓練。

## 貳、訓練目標：

- 一、提升大專學生登山安全知能，培養山難預防與處理能力。
- 二、降低大專學生山難傷亡事件。

## 參、實施方式：

- 一、主辦單位：教育部。
- 二、承辦單位：米亞桑戶外國際有限公司(得標廠商)。
- 三、協辦單位：教育部國民及學前教育署、教育部桃園市聯絡處、教育部宜蘭縣聯絡處、新北市教育局校安室。
- 四、實施日期：107年7月2日(星期一)至7月6日(星期五)，5天4夜。
- 五、實施地點：宜蘭縣宜蘭國民小學、勝光派出所周遭20公里範圍、南湖大山七一0林道。
- 六、訓練對象及學員人數：

### (一)對象：

1. 各大專校院登山社團幹部及經常至山區從事研究、調查之學生計90人。
2. 經推薦帶領學生從事山野活動教官、大專校院登山相關社團指導老師共計6人(報名人數若不足由學生遞補)。

(二)人數：96人(參加人員均須具備基礎登山知識及登山經驗，且須自備行動糧、並由小隊共同準備炊具、爐具、過夜裝備等公裝)

## 七、訓練編組：

(一)學員編組：區分甲、乙組，各組另分4小隊，視報名學員人數，由承包商依學員能力妥適編組編隊。

1. 甲組：曾任或現任登山社幹部且具基礎登山知識或高山登山經驗者，區分4隊。
2. 乙組：入門者，區分4隊。

(二)工作人員：每10位學員編配1員，合計9人。

(三)總領隊 1 人及兩組領隊各 1 人，合計 3 人。(總領隊及副總領隊不得兼任小隊教練)

(四)教練兼高山專業嚮導(專業顧問)各隊 1 人及預備教練 1 人(預備教練需具 5 年以上登山經驗，協同醫護人員緊急護送重大傷患下山醫療事宜)，合計 9 人。

(五)醫護人員：2 人具有 3000 公尺以上登山經驗之合格醫師。

(六)督考鑑測人員 6 人，由教育部指派。

#### 八、訓練內容：

(一)核心訓練課程與共同課目：遇颱風時處置與避難、迷途處理、自救技術與求救方法、困難地形通過、滑落墜崖之處置、緊急避難帳搭設與營地選擇、野外常見傷害與救助、高山症發覺與緊急處理、高山症發覺與緊急處理、學生登山安全及緊急通報處理要領等。

(二)甲、乙組其他訓練課程：由得標廠商依學員登山能力與經驗，排定與登山安全及營隊管理有關課程。

(三)綜合測驗：由教育部督考組配合課程訓練施測，以驗證施訓成效。

#### 肆、訓練流程：

##### 一、室內課：

第一天		
時 間	研習課程與活動安排	備 註
08:40~09:10	宜蘭國小報到	宜蘭國小
09:10~09:40	始業式、研習活動說明、長官來賓致詞	宜蘭國小
09:40~11:20	學生登山安全及緊急通報處理要領	講座
11:20~12:10	<b>團體動力與小隊默契培養</b>	承辦單位/教練群
12:10~13:20	午餐、午休	
13:20~15:00	<b>裝備與糧食檢整</b>	
15:00~15:20	<b>搭車前往山區(宜蘭國民小學→思源啞口登山口)</b>	
15:20~18:00	抵達各隊登山口	
18:00~19:00	<b>紮營</b>	
19:00~19:30	晚餐	
19:30~21:00	小隊時間，準備就寢	
21:00~23:00	就寢夜間安全巡察	

## 二、戶外實作演練課程

第二至四天		
時 間	甲 組 課 程 內 容	乙 組 行 程 與 課 程 內 容
05:30~21:00	(第二至四天) 1. 登山糧食 2. 山區氣候環境應變與登山衣著 3. 野外急救 4. 登山步行技巧與登山杖的使用 5. 山難的認識與防範 6. 輕量化登山 7. 困難地形通過 8. 地圖使用與方向判定 9. 迷途預防與自處	(第二至四天) 1. 登山糧食 2. 山區氣候環境應變與登山衣著 3. 迷途預防與自處 4. 登山步行技巧與登山杖的使用 5. 山難的認識與防範 6. 地圖使用與方向判定 7. 困難地形通過與意外傷害後之處置
21:30~23:00	就寢夜間安全巡察	就寢夜間安全巡察

第五天			
時 間	研 習 課 程 與 活 動 安 排	備	註
05:30~07:30	營地復原與早餐	營地復原 LNT	
07:30~10:30	車程	思源啞口登山口→宜蘭國小	
10:30~11:30	心得分享	宜蘭國小	
11:30~13:00	午餐(餐盒)	宜蘭國小	
13:00~14:30	綜合座談結業式	宜蘭國小	
16:30	賦歸(平安返回所屬學校或返家) 甲線：宜蘭→台北      乙線：宜蘭→新竹→台中→台南→高雄		

### 伍、一般規定：

#### 一、報名方式：

(一)請有意願參加人員於 107 年 3 月 28 日至 4 月 11 日前，至教育部校安中心網站 <http://csrc.edu.tw/>「研習活動」登山活動系統報名，並下載報名表(如附件一)，大專院校請送學校軍訓室或課外活動組/高中職教官請送直轄市或縣市聯絡處辦理初審。

(二)大專院校院軍訓室或課外活動組/各直轄市及縣市聯絡處協助檢查報名表及自我檢核表是否完整、確實，於 4 月 11 日前以專函寄送教育部複審，以郵

戳為憑。(免備文，未經初審者，恕不受理，郵寄地址：臺北市忠孝東路 1 段 172 號 4 樓)。

(三)報名人數：考量訓後之傳承，大專院校每校至多陳報 4 名，各直轄市及縣市聯絡處至多陳報 2 名。

二、本部會依報名人數、社團規模、訓後傳承等因素，核定送訓學員，並於 5 月 4 日前將審查結果公布於校安中心網站。

三、訓練人員之裝備及攜帶物品，請依附件二所列項目，妥為準備，並於出發前由承包廠商之教練團逐項檢查。

四、訓練場地及活動設計應注意安全性，活動期間由得標廠商統一辦理投保公共意外責任險、登山險或相關傷害保險。(保險起迄時間：施訓報到當日零時起至結訓當日 24 時止)。

五、研習全程必須自行背負裝備及行動糧，請參加人員依需要自行加強體能訓練。

六、請各校惠予參加學員公(差)假。對於本部核定、未參訓且未報備學員，將管制下梯次該校(單位)員額，以避免訓額浪費。。

#### 陸、應變措施：

一、報到日前 3 日，中央氣象局發佈颱風警報或獲知研習地點、步道崩塌(以下簡稱天然災害)，則由校安中心網站公告研習活動延期訊息；報到後始獲知天然災害，活動改於適當地點實施，俟天然災害解除後，再依交通狀況調整課程及研習活動地點。

二、報到當日，中央氣象局發佈天然災害，報到日順延 1 日，研習活動結束時間亦延後 1 日，若報到日順延 2 日以上，則研習活動縮減 1 日。

三、研習活動天候或環境狀況惡劣時，撤至訓練指揮所授課，由督考組討論轉進或變更課程。

四、遇其他天然災害或事故時，經校安中心公告停止研習活動。

柒、經費：本次經費由本部相關經費支應。

捌、本計畫如有未盡事宜將另補充，並公告於本部校安中心網站網頁。

附件一：

## 教育部 107 年度大專學生登山安全訓練報名表

### 基本資料

姓名		血型		性別	
身分證字號		出生年月日 (民國)			
E-mail		行動電話			
通訊住址					
系科別			年級		
緊急聯絡人		關係		電話	
學校		系級		所屬社團	

※依個人資料保護法，本人授權個資同意主辦單位使用。

### 自我檢核表

狀 況	是	否	備 考
是否有心臟病			
是否有高血壓			
是否於某項療程服用藥物中 或有其他藥物過敏狀況			說明： 藥物名稱：
其他病史或特殊體質			說明：
是否素食			
是否曾罹高山症			地點： 狀況：
是否曾參加過三天以上的高 山登山活動			3000 公尺以上的高山
是否曾任三天以上登山活動 之領隊			
是否曾任三天以上登山活動 之嚮導			
是否曾受過三天以上之登山 安全訓練活動			
是否曾參加過教育部辦理過 之登山訓練			年度：                      隊別：

此次訓練是否攜帶自己的登山背包		背包容量： <input type="checkbox"/> 60 升以下 <input type="checkbox"/> 61-70 <input type="checkbox"/> 71-80 <input type="checkbox"/> 80 以上
是否能於訓練前，依附件三之裝備攜行表完成裝備整備工作		缺少之裝備或服裝：
此次訓練所攜帶之雨衣型式	<input type="checkbox"/> 兩截式 <input type="checkbox"/> 斗篷式 <input type="checkbox"/> 輕便式 <input type="checkbox"/> 其他	
是否閱讀過此次訓練之計畫及其附件	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	
評估自己登山基礎繩結能力	<input type="checkbox"/> 完全不會 <input type="checkbox"/> 略懂 <input type="checkbox"/> 熟練 <input type="checkbox"/> 熟練且曾實地運用	
評估自己地圖閱讀能力	<input type="checkbox"/> 完全不會 <input type="checkbox"/> 略懂 <input type="checkbox"/> 熟悉 <input type="checkbox"/> 熟悉且曾實地運用	
評估自己登山時的健行能力	<input type="checkbox"/> 經常落隊 <input type="checkbox"/> 可以勉力跟上 <input type="checkbox"/> 跟隊無虞 <input type="checkbox"/> 健腳 <input type="checkbox"/> 健腳且有能力照顧其他隊員	
登山社現有社員人數(經常參加活動者)	<input type="checkbox"/> 10 人以下 <input type="checkbox"/> 11 至 20 人 <input type="checkbox"/> 21 至 30 人 <input type="checkbox"/> 31 至 40 人 <input type="checkbox"/> 41 至 50 人 <input type="checkbox"/> 51 人以上	
考量自己的登山經驗及能力後，希望參加那一組	<input type="checkbox"/> 甲組(進階) <input type="checkbox"/> 乙組(基礎)	

附記：

- 一、經審核通過(因故不克參加)須電話通知教育部校安中心李國禎教官 02-77367937。
- 二、對於本部核定、未參訓且未報備學員，將管制下梯次該校(單位)員額，以避免訓額浪費。
- 三、本報名請學校軍訓室(或課外活動組)至教育部校安中心/表報作業區填報並完成初審核章，紙本郵寄至教育部，否則不予受理。

填寫後請親筆簽名：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

優先順序：\_\_\_\_\_ (請初審單位排訂優先順序)

初審：\_\_\_\_\_

複審：\_\_\_\_\_

(大專校院軍訓室、課外組或縣市聯絡處)

( 本 部 )

※依個人資料保護法，本人授權個資同意主辦單位使用。

附件二：

## 教育部 107 年度大專學生登山安全訓練裝備表

### 一、個人穿著：

序號	名稱	推薦材質	數量	屬性	備註
1	排汗長袖內衣	聚酯纖維	2	核	內層：排汗功能；第二件備用。
2	排汗內褲	聚酯纖維	2	核	內層：排汗功能；第二件備用。
3	排汗運動胸罩	彈性纖維	2	必	女性必備
4	排汗長褲	聚酯纖維	1	選	雨天或寒冷時備用。
5	保暖衣物襯衫	聚酯纖維	1	核	中層：保暖功能。
6	登山長褲	尼龍/混紡	1	核	中層：保暖功能。
7	防風防水雨衣	Gore-Tex	1	核	外層：防風雨；可用機車雨衣替代。
8	防風防水雨褲	Gore-Tex	1	核	外層：防風雨；可用機車雨衣替代。
9	風衣	化纖	1	選	替代雨衣作為防風夾克。
10	遮陽帽	Gore-Tex	1	必	一般鴨舌帽。
11	保暖帽	毛線或化纖	1	必	可準備 2 頂，一頂遮陽，一頂保暖。
12	頭巾	彈性纖維	1	選	亦可為童子軍領巾/可作為帽子替代。
13	保暖手套	毛線或化纖	1	必	高山易手腳冰冷得加強保暖
14	防水手套	Gore-Tex	1	選	雨中工作方需
15	排汗襪	彈性化纖	1	必	亦可用短絲襪替代
16	保暖襪	毛或聚酯	2	選	第二雙為睡覺或雨天或寒冷時備用
17	登山鞋/雨鞋	Gore-Tex	1	核	習慣穿雨鞋的亦可用雨鞋替代
18	防風防水綁腿	Gore-Tex	1	選	穿登山鞋者建議需有綁腿

## 二、個人裝備：

序號	名稱	推薦材質	數量	屬性	具備並妥善堪用者請打 <sup>√</sup>
1	大背包	耐磨化纖	1	核	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
2	睡袋	羽毛製	1	核	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
3	睡墊	泡棉/錫箔	1	必	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
4	登頂小背包	耐磨化纖	1	必	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
5	餐具	輕巧材質	1	必	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
6	頭燈	LED	1	必	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
7	指北針		1	必	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
8	地圖	等高線圖	1	必	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
9	登山杖	輕固金屬	2	必	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
10	大塑膠袋	黑厚垃圾袋	1	必	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
11	多功能刀	瑞士刀	1	必	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
12	行動糧 3 天份	高熱量食品		必	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
13	水壺	耐熱塑材	1	必	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
14	水袋或寶特瓶		1	必	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
15	證件相關			必	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
16	保溫瓶	合成金屬	1	選	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
17	防曬油		1	選	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
18	護脣膏		1	選	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
19	寬口空瓶	保特瓶	1	選	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
20	露宿袋	Gore-Tex	1	選	有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
21	帳篷或天幕	含營釘營繩		隊	
22	地布			隊	
23	鍋具	4-6 人套鍋		隊	
24	擋風板	鋁箔片		隊	
25	山刀	銅門刀		隊	
26	瓦斯爐頭	EPI 系統		公	
27	瓦斯罐	高山用		公	
其他：身分證、健保卡、行動電話及個人藥品等、紙筆、不使用化學清潔用品					

### 1. 「個人裝備」屬性分為核心、必要、參考三類：

- A. 核心裝備（核）：為保命和安全所需、必要中的必要，不可或缺的裝備。
- B. 必要裝備（必）：為與安全所需之必要裝備，缺少恐引發不必要的危險。
- C. 參考裝備（選）：為舒適需求之選用裝備，可以有其他替代性，非必須。

### 2. 「公共裝備」：為小隊共同使用之裝備：

- D. 小隊準備（隊）：由小隊內部自行協調後合力準備之。
- E. 公家準備（公）：由承辦單位提供，用畢後統一歸還。