

國立苗栗高中山野教育火焰山登山計畫

- 一、目的：藉登山活動讓學生走入山林，觀察自然，享受自然，身體力行感受台灣大自然美景，在爬山的過程中，進行自我身心體驗的生命教育，提升自我身心素養，並且培養學生耐力與體力，同時將山上的垃圾清運下山，還給大自然乾淨的環境，讓學生了解保護及愛護自然環境的重要性。
- 二、地點：火炎山自然保留區(需提出申請，火炎山 602 公尺，位於臺灣苗栗縣三義鄉、苑裡鎮交界，為臺灣小百岳之一，如附件 1。)
- 三、預計行程：108 年 4 月 14 日(星期日)。
 - (一) 去程：07:30 學校集合 → 07:40 學校出發 → 08:10 抵達火炎山登山口(台 13 線 55.3 公里處) → (經過 0.2K，約 10 分鐘) → 08:20 抵達南火炎山 → (經過 1.6K，約 1 小時) → 09:20 抵達最佳展望點 → (經過 1.2K，50 分鐘) → 10:10 抵達山頂休憩區 → (經過 0.2K，10 分鐘) → 10:20 抵達火炎山三角點(休息 20 分鐘)。
 - (二) 回程：10:40 火炎山三角點 → (經過 0.2K，10 分鐘) → 10:50 山頂休憩區 → 往南鞍古道 → (經過 1.9K，35 分鐘) → 11:25 抵達產業道路 → (經過 1.1K，15 分鐘) → 11:40 抵達火炎山登山口(台 13 線 55.3 公里處) → 12:00 出發回學校 → 12:30 學校解散(發放餐盒)。
- 四、參加對象及人數：苗栗地區大專院校、高中職及國中師生，80 人。(需完成網路報名作業，參加人員未滿十八歲者，另需繳交家長同意書，如附件 2)
- 五、交通方式：搭乘遊覽車，大型巴士 42 人座 2 部(符合教育部規定之車輛：5 年內新車，駕駛一年內無重大違規紀錄)。
- 六、攜帶裝備：背包、登山杖、頭燈(或手電筒)、禦寒衣物(保暖外套)、一套乾淨衣物(用塑膠袋包住做好防水保護)、水壺(或保特瓶之礦泉水 2 瓶)、雨衣(兩節式雨衣，請勿攜帶輕便型雨衣)、帽子、手套(防水)、毛巾、行動糧食、午餐、相機、個人藥品(如擦癬滅、普拿騰止痛藥、胃腸藥、暈車藥等)。
- 七、環境維護：遵守林務局相關規定，愛護園區內自然環境草木動物，並隨形將地上垃圾撿起，並帶下山處理，以還給大地一個乾淨又美麗的環境。
- 八、注意事項：
 - (一) 登山前睡眠必須充足。
 - (二) 登山活動要領-緩步慢行、深呼吸，將空氣中的氧氣確實吸入肺部。
 - (三) 帽子戴上(保護頭部.避免冷空氣直接吹襲頭部由其是太陽穴)。
 - (四) 攜帶足夠的禦寒衣物。
 - (五) 靠近懸涯處土質崩塌流失，容易危險，請勿遠離步道區域。
- 九、緊急災難處理：
 - (一) 攜帶小型急救箱，處理一般性傷害。
 - (二) 要求學生登山途中身體如有不適，立即反應告知帶隊老師。如迷失方向於原地待援，並用任何方式求援(手機、哨子)。
- 十、預計費用估算(略)。

