

平溪仔 登百岳

# 行前教育

鄭益堯校長

# 畢業前完成六項考驗



# 畢業前完成六項考驗



今年任務

挑戰不敢吃的青菜

# 認識合歡山群峰



合歡山附近，共有七座主要山峰，分別為合歡主峰、東峰、北峰、西峰及石門山、石門北峰、合歡尖山，合稱「合歡群峰」，其中前五座更名列台灣百岳。

# 認識合歡山群峰



石門山屬於「第一級」：  
開放性步道，  
步道路平整，坡度平緩

合歡北峰屬於「第三級」：  
非開放性步道，  
位於生態保護區或山地管制區  
內，危險性稍高

\*Iris繪合歡地圖

## 認識合歡山--主峰



圖片:登山口

合歡主峰(3416m)為百岳之一。站在山頂上環顧四周，合歡群峰、奇萊連峰、能高山、南湖大山、中央尖山一覽無遺。

## 認識合歡山--主峰



圖片：登山口設有路障，禁止汽車進入

## 認識合歡山--主峰



圖片：登山步道，就是小車道

## 認識合歡山--主峰



圖片：前方小山頭設有觀景平台，沿途有三座

## 認識合歡山--主峰



圖片：觀景平台

## 認識合歡山--主峰



圖片：軍事碉堡

## 認識合歡山--主峰



圖片：最後登頂路

## 認識合歡山--主峰

<http://www.tonyhuang39.com/tony/tony1197.html>



圖片：合歡山主峰

## 認識石門山



石門山為合歡山群峰之一，海拔高度**3237公尺**，山頂平坦開闊，阿公阿嬤小朋友都能輕鬆登頂。石門山步道又被稱為**台灣「八小巒」**之一，走在其中，可欣賞大草原寬闊景觀，並可觀覽**奇萊群峰、屏風山、合歡群峰、中央尖山**等大山景緻，在春秋兩季更為觀日出最佳地點，於山頂俯看立霧溪接受陽光洗禮，金黃光束灑下、美麗異常。

認識合歡群山—石門山



圖片：石門山登山口

認識合歡群山—石門山



圖片：石門山登山口

# 認識合歡群山—石門山



圖片：石門山—入口處-解說牌

## 認識合歡群山—石門山



圖片：石門山登山步道

## 認識合歡群山—石門山



圖片：石門山登山步道

## 認識合歡群山—石門山

石門山影片：

<http://www.tonyhuang39.com/tony/tony1198.html>



石門山，海拔3237公尺。登頂時，山頂已籠罩於雲霧中，導覽解說牌所展示的奇萊山、奇萊北峰、南湖大山、中央尖山等百岳名峰之山景，都已消失在白茫之中。回望合歡主峰、東峰，亦在雲霧間，忽隱忽現。

圖片：石門山—登頂成功

認識合歡群山—石門山



玉山龍膽



玉山杜鵑



阿里山龍膽



高山沙蔘



玉山佛甲草



高山白珠樹

認識合歡群山—石門山



圖片：刺柏、玉山箭竹

## 認識合歡群山—合歡尖山



合歡尖山有其特色。地理學者考證，合歡尖山是台灣冰河時期形成的一座冰斗峰（[註1](#)）。從山頂俯瞰合歡山主峰、東峰之間的凹谷（陸軍寒訓中心所在地），被稱為「合歡谷」，就是早期冰川侵蝕所形成的「冰斗」（又稱圈谷）。合歡尖山是台灣最容易親近的冰河遺跡。

圖片：觀景平台

## 認識合歡群山—合歡尖山



圖片：成功登頂-合歡尖山

認識合歡群山—石門山

合歡尖山影片

<http://www.tonyhuang39.com/tony/tony1198.html>



圖片：眺望 合歡山東峰



石門山北峰(左)、石門山(右)

# 合歡山東峰登山地圖



## 認識合歡群山—東峰



松雪樓。合歡山東峰登山口就在前面。



圖片：東峰登山口

## 認識合歡群山—東峰



圖片：觀景平台

## 認識合歡群山—東峰



圖片：觀景平台

認識合歡群山—東峰



圖片：觀景平台

## 認識合歡群山—東峰

合歡東峰:

[https://hiking.biji.co/index.php?q=review&act=info&review\\_id=12747](https://hiking.biji.co/index.php?q=review&act=info&review_id=12747)



圖片：合歡山東峰-登頂成功

## 認識合歡群山—東峰



合歡東峰山頂附近的展望平台，眺望合歡北峰（北合歡山）。



眺望合歡山主峰。

圖片：觀景平台

## 認識合歡群山—東峰



眺望奇萊北峰（左）及奇萊山主峰（右）。



眺望合歡山東峰。

圖片：觀景平台

## 認識合歡群山—東峰



俯瞰武嶺停車場及合歡山公路（台14甲線）。

## 登山安全講座

1. 健行筆記登山安全講座Part1-登山步行技巧

<https://www.facebook.com/watch/?v=1708978692541427>

2. 健行筆記登山安全講座Part2-登山步行技巧

<https://www.youtube.com/watch?v=nyMOwQYq3mQ>

3. 健行筆記登山安全講座Part3-登山杖的握法

<https://hiking.biji.co/index.php?q=news&act=info&id=12365>

4. 健行筆記登山安全講座Part4-護具的選用

<https://hiking.biji.co/index.php?q=news&act=info&id=12382>

# 登山裝備

## 1.健保卡(身分證件)

請統一交給秋玉老師保管

## 2.登山鞋(或運動鞋)

## 3.襪子：穿厚襪

## 4.排汗衣褲：以長袖衣褲為主

## 5.外套：以防水、防風、透氣較佳

## 6.毛帽、領巾、遮陽帽：

## 7.登山背包（含背包套）

## 8.塑膠袋：背包內袋防潮

## 9.雨衣：兩截式雨衣10.保暖衣物：

## 11.頭燈、備用電池(學校+教師準備)

## 12.飲用水：至少 1500 毫升

## 13.工作用手套

## 14.登山杖：(學校+教師準備)

## 15.毛巾

## 16.個人藥品及衛生用品

## 17.環保餐具

## 18.行動糧、餅乾、巧克力、能量包

## 19.手機(攝影器材)：依個人需求攜帶

## 20.太陽眼鏡、個人藥品、領巾.....依個人需求而定

## 行程說明

110年度新北市平溪國小山野教育<登合歡山主峰、北峰)行程日期:110/05/3-110/05/4

出發	抵達	說明	備註
05:20		平溪國小集合(慧菱老師負責)	
05:30		平溪國小出發(素鳳主任帶隊)	秋玉 + JOE (BUS STOP)
06:30		土城永寧捷運站(接校長+裕斌主任+陸安)	
06:30	08:30	土城永寧捷運站到清水服務區	(用早餐)/裕斌主任準備
08:30	08:40	清水服務區休息	裕斌主任+聖昌組長
08:40	10:40	清水服務區到統一清境商場	
10:40	11:30	中午用餐(統一清境商場)(含司機)	建宏主任負責

## 行程說明

11:30	12:30	統一清境商場 到 主峰登山口	校長+素鳳主任導覽解說
12:30	12:40	開幕式(合歡山停車場)	大合照
12:40	12:50	準備與敬山儀式(合歡山停車場)	
12:50	15:30	百岳編號37-合歡主峰 ( 行進約4.2K,海拔3186~3416公尺 ( 頒發畢業證書 )	1.LNT無痕山林 2.走路技巧與登山杖運用 3.步法與呼吸調節
15:30	17:00	合歡山武嶺停車場-石門山登山口	
17:00	18:00	百岳編號70-石門山(3237公尺)	
17:00	17:30	合歡山停車場 到 松雪樓(4.8KM)	

## 行程說明

18:00	19:00	晚餐(松雪樓)	
19:00	20:30	夜間觀星、團康活動、寫明信片	靖雨 + J o e + 秋玉
20:30	21:00	自由活動(盥洗+泡麵時間)/(滑雪山莊)	建宏主任負責/泡麵
21:00		就寢(滑雪山莊)/查房	裕斌主任+聖昌組長
21:00	04:30	充電中	
04:30	04:40	起床、盥洗(依日出時間調整)	裕斌主任+聖昌組長
04:40	06:00	看日出-百岳編號-合歡尖山(3237公尺)	素鳳主任帶隊
06:00	07:00	休息	

## 行程說明

07:00	07:30	早餐(07:00-09:30)	裕斌主任+ 聖昌組長
07:30	07:40	松雪樓 到 東峰登山口(奇萊山登山口)	
07:40	07:50	準備與敬山儀式	校長
07:50	10:00	百岳編號-合歡山東峰(3421公尺)	
10:00	10:30	盥洗+行李打包、松雪樓退房(11:00前)	秋玉老師、聖昌組長
10:40	11:30	松雪樓 到 統一清境商場	
11:30	12:30	統一清境商場(午餐時間)	建宏主任負責
12:30	14:00	統一清境商場 到 清水服務區	裕斌主任+ 聖昌組長
14:00	14:10	清水服務區	建宏主任負責
14:10	16:00	清水服務區-土城永寧捷運站	校長
16:20	17:30	土城永寧捷運站 到 平溪國小	素鳳主任
17:30		平溪活動中心放學	(秋玉老師 + 慧菱老師負責)

# 工作任務

## 20210503 - 0504 登百岳合歡山 工作任務

任務	姓名	工作內容
領隊	鄭益堯	整個活動的策劃、推展、召開行前會議、行前教育
副領隊	黃裕斌	1. 活動中人員的掌握、控制、特殊狀況的處理與決定等事宜。 2. 滑雪山莊訂房及公文 3. 負責攜帶簡易急救包
嚮導	黃素鳳 黃靖雨	1. 負責活動進行時障礙的排除、方向的判定及路徑的尋找、開關與帶領 2. 行程導覽解說及時間控制。
護隊	呂建宏 + J O E 陸安 + 黃瑞珠	1. 維護隊伍安全。 2. 體力較差學生一對一陪伴支持鼓勵。
總務	呂建宏 黃瑞珠	1. 負責活動中財務之管理事宜 + 2. 膳食處理 ( 含司機 ) 3. 攜帶校旗或另外製作登頂布條
活動	顏聖昌	1. 訂遊覽車及提醒司機行程與行車安全及經費核銷。 2. 發送開會通知等聯絡事宜。
團康	黃靖雨 + J o e 李秋玉	1. 觀星活動 ( 30 minutes ) 2. 團康活動 / Group health activities ( 30 minutes ) 3. 寫明信片 ( 讀平溪國小有多好 ? ) ( 30 minutes )
攝影 1	顏聖昌 + 蔡崙倫	負責攝取整個活動照片或影片拍攝及後續製作。 ( 6 - 8 分鐘影片 )
攝影 2	J O E 陸 安	Responsible for taking photos of the entire event or filming and subsequent production。 ( 6-8 minutes video )
畢業	黃敏淳 + 陸 安 李秋玉 + J o e	1. 合歡山主峰登頂成功畢業典禮活動 ( 頒發證書 ) / ( 1 0 minutes ) 2. 相關活動規劃 + 3. 在校生的祝福 / 30 seconds 4. 給畢業生的祝福 / Blessings to graduates ( 1 minutes )