

財團法人台灣省中小學校教職員福利文教基金會

115 年度教職員工海洋生態研習活動

一、簡介

生態保育泛指野生動物的保育工作及自然生態之平衡、維護；而「自然保育」應指對自然資源和自然環境的保存、保護、利用、復育及改良，已成為當今文明世界之潮流和趨勢。

二、課程表

115 年 7 月 14 日(星期二)		
時間	行程	地點
09:40 - 11:20	前往宜蘭	報到處台北車站 (09:20 - 09:40)
11:20 - 12:40	享用午餐	
12:40 - 13:00	前往蘭陽博物館	蘭陽博物館 以「宜蘭是一座博物館」為理念，透過研究典藏、展示教育等功能，保存並維護宜蘭的自然與人文環境。
13:00 - 14:20	參訪蘭陽博物館	
14:20 - 15:20	前往林美石磐步道	林美石磐步道 有著低海拔亞熱帶溪谷的景色，步道沿舊水圳整建，現寬敞平緩好走、又不失幽幽古意。步道全長約 1.7 公里。「林美石磐步道」加「草湳湖臨湖步道」，路程在 3 公里左右。
15:20 - 17:30	林美石磐步道健行	
17:30 - 18:30	前往飯店	
18:30 - 19:30	享用晚餐	
19:30 -	住宿宜蘭山泉大飯店	
115 年 7 月 15 日(星期三)		
08:30 - 09:20	前往冬山河生態綠舟	冬山河生態綠舟 包融區域內所有生物群，構

09:20 - 10:30	搭船遊河體驗	成特殊的環境生態場域，包括森之脈人行橋，獨木舟遊憩站、展望亭、蝴蝶步道。
10:30 - 11:50	參觀冬山河生態綠舟	
11:50 - 13:20	享用午餐	
13:20 - 14:20	前往松羅國家步道	松羅國家步道 依昔日泰雅獵徑整修而成，沿著松羅溪而行，低海拔及濕潤的環境，造就雨林般森林植被原始景觀。
14:20 - 16:50	遊覽松羅國家步道	
16:50 - 17:30	前往山泉大飯店	
17:30 - 19:00	享用晚餐	
19:00 -	住宿宜蘭山泉大飯店	
115 年 7 月 16 日(星期四)		
07:10 - 07:30	前往烏石港	龜山島 為火山島地質，特殊動植物生態及海洋資源相當豐富。龜山八景：龜山朝日、神龜戴帽、神龜擺尾、龜島磺煙、龜岩巉壁、龜卵觀奇、眼鏡洞鐘乳石、海底溫泉湧上流。
07:30 - 08:30	報到準備登船	
08:30 - 11:00	專業解說龜山島 (登龜山島、環繞龜山島、龜山八景)	
11:00 - 12:50	返回及賞鯨	
12:50 - 14:30	享用午餐	
14:30 - 15:30	台北火車站解散	

賞鯨注意事項：

1. 賞鯨前一天要睡飽，睡飽比較不容易暈船。
2. 如果容易暈船，建議於出發前 30 分鐘服用暈船藥。
3. 建議使用繩子將手機或相機套在手上。
4. 防曬用品和雨具都需要準備好，避免曬傷、中暑或被雨水、海水淋濕。
5. 出現鯨豚時，可以歡呼鼓掌，但不要拍打船身，以免嚇到鯨豚。
6. 如因氣候因素無法搭船，原龜山島行程改為宜蘭傳藝園區。