

# 2026 年國家公園自然人文生態觀察研習列車 活動簡章

隨著環保意識的提升與生態保護需求的加強，我們需更積極地關注並維護自然生態的平衡。本年度「2026 年國家公園自然人文生態觀察研習列車」，希望帶領大家深入探索國家公園的生態環境，在活動我們將仔細觀察園區內動植物、人文及環境的變遷，並親自感受自然生態的美麗與變化。透過講師的帶領，我們將體驗生態觀察，並希望提升保育意識與行動力，讓每一位參與者都能在日常生活中發揮環境保護的力量。

此外，活動將依據觀察所得的生態數據，提供具體的生態保護與永續發展建議，讓國家公園能夠在未來繼續發揮其生態保護與教育的價值。透過這樣的活動，我們期望能夠激發更多人關注並參與生態保護行動，共同守護這片珍貴的自然資源。

讓我們在這趟生態觀察列車上，一同探索、學習與保護我們共同的自然家園。

一、補助單位：內政部國家公園署

二、主辦單位：社團法人臺灣藍染學會

三、協辦單位：親山水(生態)工作室

四、活動日期：2026 年 3 月 22 日至 10 月 4 日期間實施。計畫內容分為室內課程 2 梯、室外課程 12 梯、室內討論課程 1 梯次，共 15 梯次。

| 內容 \ 日期(暫定) | 日期(週日)                                                          | 合計    |
|-------------|-----------------------------------------------------------------|-------|
| 室內課程        | 3/22、3/29                                                       | 2 梯次  |
| 室外觀察        | 4/12、4/26、5/17、5/31、6/14、6/28、<br>7/12、7/26、8/16、8/30、9/13、9/20 | 12 梯次 |
| 室內討論課程      | 10/4                                                            | 1 梯次  |

五、活動報名費：免費，但參加者需繳交保證金新台幣 2,000 元整和交通費新台幣 3,000 元整，共新台幣 5,000 元整，將於課程結束後退還保證金。(參加者需全程參與室內課程、室外觀察、室內討論課程共 15 梯。課程全程參加後將退還保證金新台幣 2,000 元整。)

六、活動人數：30 位。

七、活動內容：

(一)、室內課程

1. 課程期間：2026 年 3 月 22 日(日)、3 月 29 日(日)

2. 課程地點：親山水藝文教室

### 3. 課程內容：詳細日期與內容彙整如下

| 日期       | 時間                  | 題目          |
|----------|---------------------|-------------|
| 3/22 (日) | 08:40               | 報到          |
|          | 08:40~09:00         | 相見歡         |
|          | 09:00~10:30 (90min) | 認識台灣國家公園(上) |
|          | 10:30~10:50         | 休息          |
|          | 10:50~12:20 (90min) | 認識台灣國家公園(下) |
|          | 12:20~13:30         | 享用午餐        |
|          | 13:30~15:00 (90min) | 陽明山國家公園概述   |
|          | 15:00~16:30         | 分組討論        |
|          | 16:30               | 賦歸          |
| 3/29 (日) | 08:50               | 報到          |
|          | 09:00~10:30 (90min) | 植物觀察記錄      |
|          | 10:30~10:50         | 休息          |
|          | 10:50~12:20 (90min) | 陽明山人文歷史記錄   |
|          | 12:20~13:30         | 享用午餐        |
|          | 13:30~15:00 (90min) | 陽明山藍染       |
|          | 15:00~16:30         | 分組討論        |
|          | 16:30               | 賦歸          |

#### (二)、室外觀察

1. 課程期間：2026 年 4 月 12 日(日)至 9 月 20 日(日)
2. 課程地點：陽明山國家公園
3. 課程內容：挑選陽明山國家公園內 6 條步道，分別進行 2 次的自然人文生態觀察。室外觀察由講師主講及掌握進行時間，帶領學員於步道上進行自然人文生態觀察。詳細日期與內容彙整如下。

| 6 條步道                            | 日期                                     | 內容與行程       |                   |
|----------------------------------|----------------------------------------|-------------|-------------------|
| 頂山－石梯嶺<br>－擎天崗步道<br>自然人文生態<br>觀察 | 第一次觀察：<br>4/12(日)<br>第二次觀察：<br>7/12(日) | 上午 08:20    | 劍潭捷運站第 2 號出口集合    |
|                                  |                                        | 08:30~09:30 | 前往風櫃口             |
|                                  |                                        | 09:30~12:30 | 進行風櫃口－頂山自然人文生態觀察  |
|                                  |                                        | 12:30~13:00 | 享用午餐              |
|                                  |                                        | 13:00~14:00 | 進行石梯嶺－擎天崗自然人文生態觀察 |
|                                  |                                        | 14:00~15:00 | 分組討論&觀察分享         |
|                                  |                                        | 15:00       | 賦歸                |

|                       |                                        |             |                        |
|-----------------------|----------------------------------------|-------------|------------------------|
| 小油坑－竹子湖自然人文生態觀察       | 第一次觀察：<br>4/26(日)<br>第二次觀察：<br>7/26(日) | 上午 08：20    | 劍潭捷運站第 2 號出口集合         |
|                       |                                        | 08：30~09：30 | 前往小油坑遊客服務站             |
|                       |                                        | 09：30~12：30 | 進行小油坑地質與箭竹自然人文生態觀察     |
|                       |                                        | 12：30~13：00 | 享用午餐                   |
|                       |                                        | 13：00~14：00 | 進行竹子湖自然人文生態觀察          |
|                       |                                        | 14：00~15：00 | 分組討論&觀察分享              |
|                       |                                        | 15：00       | 賦歸                     |
| 大屯自然公園－二子坪自然人文生態觀察    | 第一次觀察：<br>5/17(日)<br>第二次觀察：<br>8/16(日) | 上午 08：20    | 劍潭捷運站第 2 號出口集合         |
|                       |                                        | 08：30~09：30 | 前往大屯遊客服務站              |
|                       |                                        | 09：30~12：30 | 進行大屯自然公園自然人文生態觀察       |
|                       |                                        | 12：30~13：00 | 享用午餐                   |
|                       |                                        | 13：00~14：00 | 進行二子坪步道自然人文生態觀察        |
|                       |                                        | 14：00~15：00 | 分組討論&觀察分享              |
|                       |                                        | 15：00       | 賦歸                     |
| 冷水坑－擎天崗步道自然人文生態觀察     | 第一次觀察：<br>5/31(日)<br>第二次觀察：<br>8/30(日) | 上午 08：20    | 劍潭捷運站第 2 號出口集合         |
|                       |                                        | 08：30~09：30 | 前往冷水坑遊客服務站             |
|                       |                                        | 09：30~12：30 | 進行冷擎步道自然人文生態觀察         |
|                       |                                        | 12：30~13：00 | 享用午餐                   |
|                       |                                        | 13：00~14：00 | 進行冷擎步道自然人文生態觀察         |
|                       |                                        | 14：00~15：00 | 分組討論&觀察分享              |
|                       |                                        | 15：00       | 賦歸                     |
| 夢幻湖－七星公園－冷苗步道自然人文生態觀察 | 第一次觀察：<br>6/14(日)<br>第二次觀察：<br>9/13(日) | 上午 08：20    | 劍潭捷運站第 2 號出口集合         |
|                       |                                        | 08：30~09：30 | 前往冷水坑遊客服務站             |
|                       |                                        | 09：30~12：30 | 進行冷水坑-夢幻湖-七星公園自然人文生態觀察 |
|                       |                                        | 12：30~13：00 | 享用午餐                   |
|                       |                                        | 13：00~14：00 | 進行七星公園-冷苗步道自然人文生態觀察    |
|                       |                                        | 14：00~15：00 | 分組討論&觀察分享              |
|                       |                                        | 15：00       | 賦歸                     |
| 魚路古道自然人文生態觀察          | 第一次觀察：<br>6/28(日)<br>第二次觀察：<br>9/20(日) | 上午 08：20    | 劍潭捷運站第 2 號出口集合         |
|                       |                                        | 08：30~09：30 | 前往擎天崗遊客服務站             |
|                       |                                        | 09：30~12：30 | 進行魚路古道自然人文生態觀察         |
|                       |                                        | 12：30~13：00 | 享用午餐                   |
|                       |                                        | 13：00~14：00 | 進行魚路古道自然人文生態觀察         |
|                       |                                        | 14：00~15：00 | 分組討論&觀察分享              |
|                       |                                        | 15：00       | 賦歸                     |

### (三)、室內討論課程

1. 課程期間：2026 年 10 月 4 日(日)
2. 課程地點：親山水藝文教室
3. 課程內容：詳細日期與內容彙整如下

| 日期       | 時間                     | 題目         |
|----------|------------------------|------------|
| 10/04(日) | 08：50～09：00            | 報到         |
|          | 09：00～10：30<br>(90min) | 分組-準備 學員分享 |
|          | 10：30～10：50            | 休息         |
|          | 10：50～12：20<br>(90min) | 學員分享       |
|          | 12：20～12：40            | 意見交流       |

### 八、注意事項：

- (一)、本活動每梯次依實際進行時數提供環境教育時數。(若有需要請提前告知)
- (二)、因節能減碳，環保愛地球，請自備飲用水及環保餐具。
- (三)、由於報名者權益及保險問題，報名後參加人員不得自行更換。
- (四)、繳費後，因故無法參加，視同放棄權利，不受理退費。
- (五)、參加者需繳交保證金新台幣 2,000 元整和交通費新台幣 3,000 元整，共新台幣 5,000 元整，將於課程結束後退還保證金。(參加者需全程參與室內課程、室外觀察、室內討論課程共 15 梯，課程結束後將退還保證金新台幣 2,000 元整。)(課程請假辦法於室內課時告知)
- (六)、若遇無法抗拒因素(如颱風...等，以活動地點當地政府機關公告為依據)，而必須取消當日梯次，主辦單位將另擇他日辦理。
- (七)、參加者請務必遵守報到與集合時間，並請於活動期間配合講師的引導。
- (八)、本活動行程屬一般大眾路線，活動區域海拔高度約 200~850 公尺，沿途山路起伏，且須健行約 3~6 公里。故有高血壓、心臟病、膝蓋受傷等不宜劇烈勞動者，請自我衡量體能，隨時注意安全。若有身體不適，請立即告知現場工作人員。
- (九)、自然步道中，請結伴同行，切勿落單。
- (十)、垃圾請分類帶下山，給地球一個「愛」。

## 九、建議攜帶物品：

(一)、室外觀察課程將於戶外舉辦，請斟酌衡量攜帶所需裝備。

(二)、個人藥品、登山拐杖(或長型雨傘)、數位相機、防曬用品。(視個人而定)

(三)、一顆愉悅的心(必備)。

十、建議穿著：防滑運動鞋、休閒長褲、上衣(薄長袖)、帽子、外套。

## 十一、報名方式：

(一)、填寫活動申請表後，傳真或 E-mail 至學會，並請來電確認是否收到申請表。

(二)、學會將會於 3/17(二)前回覆錄取通知，請收到錄取通知後，3 天內匯款保證金及交通費，匯款後請來信或來電告知匯款帳號末 5 碼或臨櫃備註。

## 十二、聯絡方式：

(一)、聯絡電話：(02)2552-0133#17。

(二)、傳 真：(02)2552-0233

(三)、E - mail：tsoid2006@gmail.com

補助單位：內政部國家公園署

主辦單位： 社團法人  
臺灣藍染學會

協辦單位： 親山水(生態)工作室

# 2026 年國家公園自然人文生態觀察研習列車 申請表

\* 已詳閱國家公園自然人文生態觀察研習列車活動簡章，並且同意其內容：☐是 ☐否

|                           |     |       |        |                                                                                           |
|---------------------------|-----|-------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 姓名：                       |     | 手機號碼： | 09 - - | <input type="checkbox"/> 葷<br><input type="checkbox"/> 蛋奶素<br><input type="checkbox"/> 全素 |
| 生日：<br>(西元年/月/日)          | / / | 身分證號： |        |                                                                                           |
| E-mail：                   |     |       |        |                                                                                           |
| 自我介紹：<br>(簡歷)<br>(300 字內) |     |       |        |                                                                                           |
| 參加動機：                     |     |       |        |                                                                                           |

※報名截止日期至 2026 年 3 月 16 日(一)。

※聯絡電話：(02)2552-0133 #17

※傳真：(02)2552-0233

※E-mail：[tsoid2006@gmail.com](mailto:tsoid2006@gmail.com)

主辦單位： 社團法人  
臺灣藍染學會

協辦單位： 親山水(生態)工作室