



Mountain Climbing Club
National Health Research Institutes

國家衛生研究院 登山社

112年度成果報告



<http://climb.nhri.org.tw>



Mountain Climbing Club
National Health Research Institutes

(一)
社員名冊

<http://climb.nhri.org.tw>

112年1月1日至12月31日登山社社員名單 - 本院同仁

No.	姓名	入社日期	單位	E-mail	備註
1	陳俊良	112.01.01	總辦事處總務室暨營繕設管中心	Eton@nhri.edu.tw	社長
2	林聖玉	112.01.01	學術發展處	fiona@nhri.edu.tw	烘焙雞組
3	詹惠婷	112.01.01	群體健康科學研究所	hueiting@nhri.edu.tw	烘焙雞組
4	呂婷如	112.01.01	總辦事處圖書室	alicelu@nhri.edu.tw	文宣組
5	夏興國	112.01.12	癌症研究所	davidssg@nhri.edu.tw	
6	黃千芝	112.01.12	群體健康科學研究所	090204@nhri.edu.tw	
7	蕭婉宜	112.01.12	分子與基因醫學研究所	hsiaowanyi@nhri.edu.tw	
8	鄭羽真	112.02.03	感染症與疫苗研究所	yuJhen@nhri.edu.tw	
9	黃俊溢	112.02.03	總辦事處資訊中心	dleec925@gmail.com	
10	郭湘維	112.02.03	神經及精神醫學研究中心	hsiang-wei-kuo@nhri.edu.tw	
11	蕭朝陽	112.02.03	核心儀器設施中心	950818@nhri.edu.tw	
12	王敏珍	112.02.03	總辦事處圖書室	rose@nhri.edu.tw	
13	陳雅婷	112.02.10	分子與基因醫學研究所	mysunshinebaby@gmail.com	
14	陳閏如	112.02.10	總辦事處會計室	950955@nhri.edu.tw	
15	董秀蜜	112.02.10	總辦事處會計室	lisa@nhri.edu.tw	
16	蔡崇如	112.02.14	論壇	louisatsai@nhri.edu.tw	
17	宋婕瑜	112.02.14	論壇	nancyjieyu@nhri.edu.tw	
18	彭慧珍	112.02.15	論壇	hcpeng@nhri.edu.tw	
19	林仁祥	112.03.01	群體健康科學研究所	100321@nhri.edu.tw	
20	丁佳瑜	112.03.01	學術發展處	elsa@nhri.edu.tw	
21	江定遠	112.03.01	感染症與疫苗研究所生物製劑廠	biocdy@gmail.com	
22	葉凱嘉	112.03.01	生物技術與藥物研究所	960410@nhri.edu.tw	
23	陳彥廷	112.03.01	生物技術與藥物研究所	031109@nhri.edu.tw	
24	陳欣欣	112.03.15	免疫醫學研究中心	Omhsin@nhri.edu.tw	
25	葉信伶	112.03.15	高齡醫學暨健康福祉研究中心	hsinlingyeh@nhri.edu.tw	
26	巫管明郎	112.03.15	感染症與疫苗研究所	wukuan@nhri.edu.tw	
27	陳月玲	112.06.05	學術發展處	erin@nhri.edu.tw	
28	邱君昇	112.08.04	生醫工程與奈米醫學研究所	jannie048@gmail.com	

112年1月1日至12月31日登山社社友名單 - 院外人士

No.	姓名	入社日期	單位	E-mail	備註
1	張玉	112.01.01	中國化學製藥股份有限公司	hukomay@gmail.com	活動組
2	田承蒨	112.01.12	新竹縣忠孝國中	candy641717@gmail.com	
3	劉雅柔	112.01.12	凱基證券股份有限公司	lucy9058336@yahoo.com.tw	
4	陳彥安	112.01.12	諾倫科技股份有限公司		
5	丁瑜權	112.01.12	高誠科技股份有限公司	oldding35@gmail.com	
6	王義翔	112.01.12	中央研究院	yihsiang@cycu.org.tw	
7	周偉棚	112.02.03	佳能企業股份有限公司	will.wp@gmail.com	
8	龍月英	112.02.10	稻草人科技有限公司	hn.w66666@msa.hinet.net	
9	范秀蓮	112.02.10	新竹市虎林國中	f4841@yahoo.com.tw	
10	張美玲	112.02.10	永豐餘工業用紙股份有限公司	miling5173@hotmail.com	
11	王紹輝	112.02.10	財政部財政資訊中心	mimosa0222@gmail.com	
12	黃學智	112.02.10	文鼎科技開發股份有限公司		
13	袁麗玉	112.02.10	富邦人壽	jolene@life.Fibonacci.com	
14	李秀英	112.02.10	富邦物業管理顧問有限公司	ying0731@gmail.com	
15	王美雪	112.02.10	中央研究院臺灣史研究所	alice.wang197@gmail.com	
16	黃冠蓉	112.02.10	富邦物業管理顧問有限公司	rong0983517115@gmail.com	
17	李慧玲	112.02.13	輔仁大學	076308@mail.fju.edu.tw	
18	丁冠文	112.02.15	松泉科技有限公司	haneara@gmail.com	
19	葉宸希	112.03.01	國小生		
20	葉昀潔	112.03.01	幼兒		
21	詹雅蘭	112.03.01	none		
22	王璿婷	112.03.15	聯利製作股份有限公司	husanting7788@gmail.com	
23	詹菀甯	112.03.15	國泰世華銀行	Iamwning@gmail.com	
24	汪書瑤	112.03.15	建國國民小學		
25	蔡曜筵	112.04.20	永豐餘工業用紙股份有限公司	yao2636@gmail.com	
26	徐瑞玉	112.05.11	天文大同特殊鋼股份有限公司	she7007@yahoo.com.tw	

- 1、本院同仁：28名。
- 2、院外人士：26名。
- 3、登山社社員期限為一年（ex...100年1月1日至12月31日止），且不能跨年度。
- 4、幹部為當然社員，得免繳入社費成為社員。
- 5、112年度（112年1月1日至12月31日）登山社社員總計54名。



Mountain Climbing Club
National Health Research Institutes

(二)

年度活動報告

-112 年 1 月 1 日至 112 年 12 月 31 日-

<http://climb.nhri.org.tw>

國家衛生研究院 登山社



National Health Research Institutes Mountain Climbing Club



登山社公告

1月15日(日)熱海岩場步道之旅



簡介概述

位於丹鳳山腰的一處天然岩壁，因鄰近熱海飯店，而有此稱呼。幾近 75 度的垂直裸露的岩壁，氣勢極為壯觀，岩壁表面滑溜如鰻魚，故有「鰻魚池」之稱。

地處市區附近交通便利，近年成為熱門的攀岩練習場。沒有攀岩裝備者可繞過山壁，有一竹林小徑可以上登至岩稜頂，或由天然古洞拉繩上攀，崖頂有塊小

空地，與中正山、大屯山遙遙相對，並俯瞰整個新北投地區，遠眺林口台地、關渡平原，視野展望極佳。

領隊：陳俊良。

活動日期：112 年 1 月 15 日(日)。

集合時間及地點：1 月 15 日上午 09:30 於台北新北投車站 1 號出口集合。

費用【含保險】：社員(友)\$0 元。非社員(友)\$50 元。

交通工具：自行前往。

天數：1 天。

腳程：大眾路線 (約 5 公里)。

難易度：輕裝健行 (約 3.5 小時)。

報名期限：1/11(W3)12:00pm 止。

報名網址：http://climb.nhri.org.tw/register_form.htm

其他：請攜帶身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、午餐及行動糧、手套。



登山社

熱海岩場步道之旅相片







國家衛生研究院 登山社

National Health Research Institutes Mountain Climbing Club



登山社公告

2月19日(日)三星山登山步道之旅





簡介概要

三星山為太平山森林遊樂區內最高峰，也是中央山脈北起第三顆一等三角點，主脊首座 2000 公尺以上的山峰，為台灣小百岳第二高峰，位處大元山和太平山之間，是蘭陽溪支流田古爾溪(天狗溪)的發源地。爬上登山口的駁坎，進入高聳的柳杉林，陽光在林間灑下，極為優美，順著陡峭且樹根交錯的山徑緩步上行，杉林枝葉婆娑，鳥囀林間，好不愜意。

領隊：陳俊良。

活動日期：112 年 2 月 19 日 (星期日)。

集合時間及地點：

2 月 19 日上午 06:00 於於竹南院區單人宿舍大廳集合。

2 月 19 日上午 07:00 於台北士林捷運站 1 號出口至洪瑞珍三明治專賣店店門口集合。

費用【含車資+保險+門票】：社員\$ 1050 元。非社員\$ 1155 元。

交通工具：九人座小巴士。

天數：1 天。

腳程：大眾路線 (約 5.2 公里)。

難易度：輕裝健行 (約 3.5 小時)。

報名期限： 2/8(W3)12:00pm 止。

報名網址：http://climb.nhri.org.tw/register_form.htm

其他：請攜帶身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、午餐及行動糧、盥洗衣物、泳裝泳帽、手套。

注意事項：本活動成行後除天災因素取消，其他原因取消者皆不退費，請慎加考慮參加意願。



登山社

三星山登山步道之旅

一、個人必備物品：

身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、午餐及行動糧、盥洗衣物、泳裝泳帽、手套。

二、活動日期：

112年2月19日（星期日）。

三、參加者：

領隊1名、隊員詳名冊。



四、交通工具：

九人座小巴士。

五、注意事項：

1. 請聽從領隊指揮，切勿自行脫隊。
2. 個人垃圾請用塑膠袋打包，切勿置留活動地點，沿途請勿亂丟垃圾
3. 請攜帶個人藥品（暈車藥、頭痛藥），請勿在室內及車上抽煙。
4. 建議穿著輕便服飾，夏日應注意防曬，請自備防曬工具。

六、活動行程：

日期	行程概述 (實際依當日活動為主，本社保有行程修改之權利)	備註
2/19 (星期日)	06:00 竹南院區單人宿舍大廳集合 06:10 出發 07:00 台北士林捷運站1號出口至洪瑞珍三 明治專賣店店門口集合 07:10 出發 08:55~09:15 祥合發煙燻滷味 09:45~09:55 太平山國家森林遊樂區票口 10:55 平元林道5.8K 登山口 12:30 三星山頂 2352M 12:50 下山 13:50 登山口 14:20~15:20 見晴步道 15:55~17:00 鳩之澤溫泉 19:10 台北士林捷運站 20:20 竹南院區單人宿舍	*請準時，逾時不候。  *台北市士林區中正路 249-3 號 *宜蘭縣大同鄉鹿場路 1 之 6 號  *午餐自理

鳩之澤溫泉價目表：

鳩之澤溫泉

Jioujihze Hot Spring

設施收費標準

大眾池 | 戶外溫泉SPA、露天裸湯

票種	票價	備註
冬季 (10-3月)	全票	250元
	優待票	150元
夏季 (4-9月)	全票	150元
	優待票	100元

露天溫泉SPA、露天裸湯區(擇一)：
 時間不限。自備泳裝/泳帽/毛巾。
 提供礦泉水、洗髮精、沐浴乳、寄物櫃、吹風機、冷水池、泡腳池(SPA區)、梳妝台使用。

優待票：

- 年滿65歲以上，持有國民身分證或政府核發足以證明身份之證件者。
- 持有身心障礙證明之國民及其監護人或必要之陪伴者1人。
- 12歲以下之兒童得購買優待票，6歲以下之兒童免票，但應由已購全票或成年遊客陪同照顧之責，且每位遊客攜帶之免票孩童以2人為限。身高超過145公分之12歲以下兒童，或身高超過115公分之6歲以下兒童應出示身分證。

住宿：住宿太平山莊或翠峰山屋的旅客，憑住宿收據，可享每人折抵\$50元。

國光客運：搭乘國光客運的旅客，憑當日票根，可享每人\$50元。

溫泉湯屋

冬季 (10-3月)	700元	每節50分鐘，請於購票後，10分鐘內入場。提供毛巾、礦泉水、洗髮精、沐浴乳、吹風機、梳妝台使用。 溫泉池 長180cm*寬150cm，至少2人。
夏季 (4-9月)	500元	

販賣品

浴帽	\$ 5元	拖鞋	\$ 50元
毛巾	\$ 50元	衛生棉	\$ 80元
大浴巾	\$220元	衛生棉條	\$ 210元
泳裝		軟式型錄 & 價格 請洽服務人員。	

湯屋管理室

SPA Office

時段 period	票價 price	備註 Notes
冬季 10-3月 Oct.-Mar.	700元 NT.700	★每節50分鐘，請於購票後，十分鐘內入場。 ★提供毛巾、礦泉水、洗髮精、沐浴乳、寄物櫃、吹風機、梳妝台使用。 ★每間湯屋限2~3人使用。 50 mins at a time, please enter in 10 mins after purchasing ticket. We offer towels, water, shampoo, shower lotion, lockers, hair dryer, dressing table. The spa room is for 2-3 persons.
夏季 4-9月 Apr.-Sep.	500元 NT.500	

★請購票入場，購票請洽遊客中心服務台。
 Please buy tickets in visitor information center.

★現場如無服務人員，請按服務鈕，我們將立刻為您服務。
 If you don't see any staff, please press the button.
 We will immediately serve for you.

三星山登山步道之旅相片





國家衛生研究院 登山社



National Health Research Institutes Mountain Climbing Club



登山社公告

3月18日(星期六)石牛山步道之旅



簡介概要

石牛山位於新竹與桃園的交界，因峰頂的巨岩似一頭巨牛之臥姿而得名，為台灣小百岳之一，雖然海拔不高，卻擁有十分遼闊的視野，能將石門水庫、關西鳥嘴山、羅馬公路、大漢溪河谷和大溪、龍潭、三峽、馬武督一帶的風光盡收

眼底，甚至還有機會遙見雪山山脈的大霸尖山呢！

領隊：陳俊良。

活動日期：112年3月18日(六)。

集合時間及地點：3月18日上午09:00於石福宮集合(新竹縣關西鎮石牛山登山口)。

費用【含保險】：社員(友)\$0元。非社員(友)\$50元。

交通工具：自行前往。

天數：1天。

腳程：大眾路線(約4公里)。

難易度：輕裝健行(約3小時)。

報名期限：3/8(W3)12:00pm止。

報名網址：http://climb.nhri.org.tw/register_form.htm

其他：請攜帶身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、手套、午餐及行動糧。

注意事項：本活動成行後除天災因素取消，其他原因取消者皆不退費，請慎加考慮參加意願。



登山社

石牛山步道之旅

一、個人必備物品：

身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、手套、午餐及行動糧。

二、活動日期：

112年3月18日（星期六）。

三、參加者：

領隊1名、隊員詳名冊。


四、交通工具：

自行前往。

五、注意事項：

1. 請聽從領隊指揮，切勿自行脫隊。
2. 個人垃圾請用塑膠袋打包，切勿置留活動地點，沿途請勿亂丟垃圾。
3. 請攜帶個人藥品（暈車藥、頭痛藥），請勿在室內及車上抽煙。
4. 建議穿著輕便服飾，夏日應注意防曬，請自備防曬工具。

六、活動行程：

日期	行程概述 (實際依當日活動為主，本社保有行程修改之權利)	備註
3/18 (星期六)	09:00 石福宮集合 09:10 出發 09:10~12:00 石福宮登山口→(0.9K, 15分鐘)→戴宅→(0.6K, 35分鐘)→岩洞→(0.7K, 45分鐘)→石牛山→(0.1K, 5分鐘)→蟾蜍石三叉路→(1.1K, 40分鐘)→錦山72號呂宅→(0.6K, 10分鐘)→石福宮登山口 12:30 石福宮解散	*請準時，逾時不候。  *午餐自理

石牛山步道之旅相片





國家衛生研究院 登山社

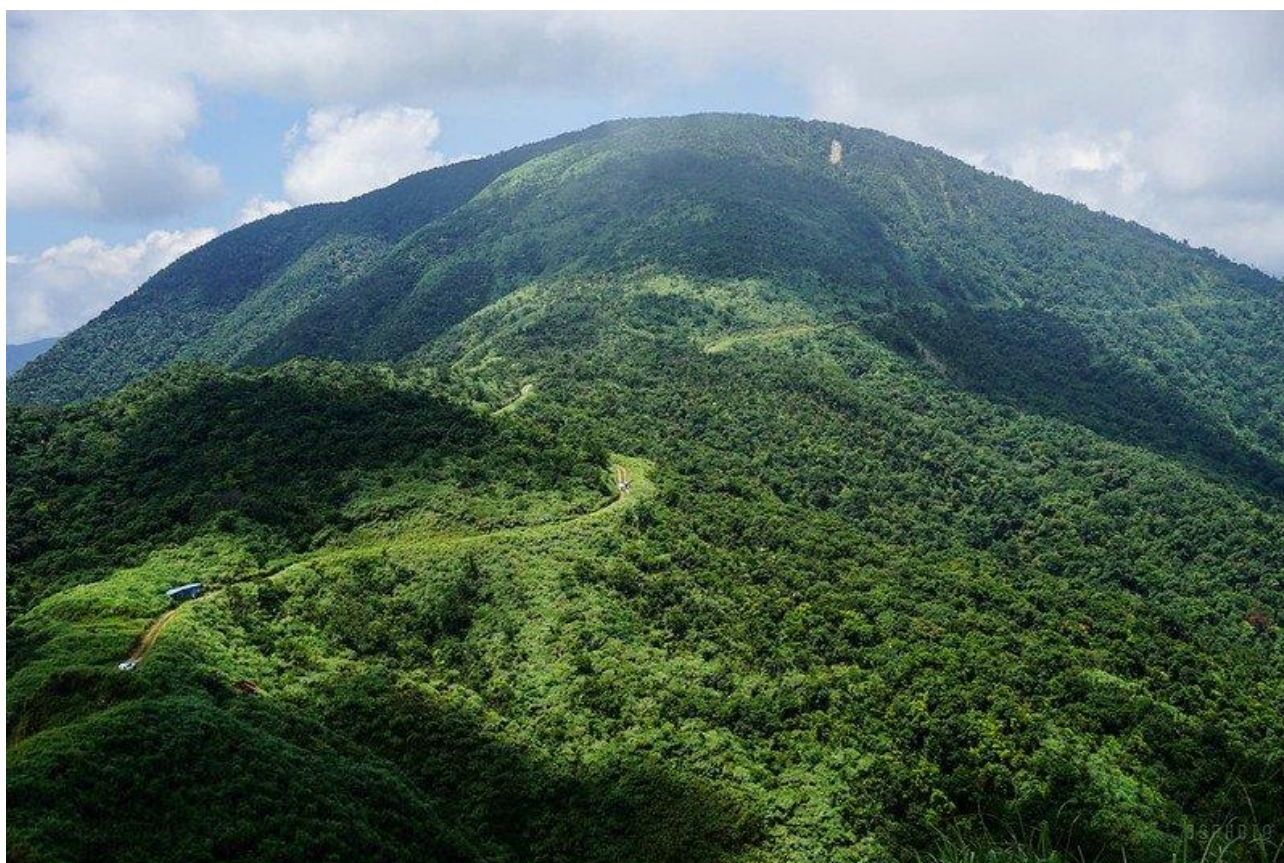


National Health Research Institutes Mountain Climbing Club



登山社公告

5月6日(星期六)大白山、蘭崁山之旅



簡介概要

大白山，位於宜蘭縣南澳，中央山脈自七星嶺後，大白山是第一座超過 1000 公尺的有名山峰，海拔 1368 公尺，三等三角點 No.4168。蘭崁山，位於宜蘭縣南澳，海拔 1476 公尺，一等三角點，一等衛星控制點。中央山脈為台灣之主脊，

北端起始於南方澳，一等基點為東澳嶺，主脊向西延伸，超過一千公尺一等基點即為蘭崁山，矗立於蘭陽平原南方，任何地點都可望見其獨立之圓形山形。

領隊：陳俊良。

活動日期：112年5月6日(六)。

集合時間及地點：

5月6日上午 05:50 於竹南院區單人宿舍大廳集合。

5月6日上午 07:00 於台北地區大坪林捷運站 1 號出口(starbucks 店門口)集合。

費用【含車資+保險】：社員(友)\$810 元。非社員(友)\$890 元。

交通工具：九人座小巴士。

天數：1 天。

腳程：健行路線 (約 9 公里)。

難易度：輕裝健行 (約 5 小時)。

報名期限：限額 16 人或 4/12(W3)12:00pm 止。

報名網址：http://climb.nhri.org.tw/register_form.htm

其他：請攜帶身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、手套、午餐及行動糧。

注意事項：本活動成行後除天災因素取消，其他原因取消者皆不退費，請慎加考慮參加意願。



登山社

大白山、蘭炭山之旅

一、個人必備物品：

身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、午餐及行動糧、手套。

二、活動日期：112年5月6日（星期六）。






三、參加者：領隊1名、隊員詳名冊。

四、交通工具：九人座小巴士。

五、注意事項：

1. 請聽從領隊指揮，切勿自行脫隊。
2. 個人垃圾請用塑膠袋打包，切勿置留活動地點，沿途請勿亂丟垃圾
3. 請攜帶個人藥品（暈車藥、頭痛藥），請勿在室內及車上抽煙。
4. 建議穿著輕便服飾，夏日應注意防曬，請自備防曬工具。

六、活動行程：

日期	行程概述 (實際依當日活動為主，本社保有行程修改之權利)	備註
5/6 (星期六)	05:50 竹南院區單人宿舍大廳集合 06:00 出發 07:00 台北地區大坪林捷運站1號出口集合 07:10 出發 08:10~08:20 冬山火車站 09:20 安平坑林道 15.6K 09:20~13:30 安平坑林道 15.6K(0.7K, 20分鐘)→大白山登山口→(1.7K, 70分鐘)→大白山→(1.7K, 60分鐘)→大白山登山口→(0.7K, 20分鐘)→安平坑林道 15.6K 13:50~13:55 安平坑林道 14.3K 14:00~16:30 安平坑林道 14.3K→(1.5K, 25分鐘)→蘭炭山登山口→(0.6K, 50分鐘)→蘭炭山→(0.6K, 30分鐘)→蘭炭山登山口(1.5K, 25分鐘)→安平坑林道 14.3K 16:30 安平坑林道 14.3K 出發 18:35 台北地區大坪林捷運站 19:45 竹南院區單人宿舍	*請準時，逾時不候。  *starbucks 店門口  *午餐自理   

大白山、蘭崁山之旅相片





國家衛生研究院 登山社



National Health Research Institutes Mountain Climbing Club



登山社公告

5月26~28日(星期五、日)合歡山賞杜鵑花之

旅



簡介概要

紅毛杜鵑是台灣高海拔特有種杜鵑花，特色是葉子、莖跟果實都有褐色或灰色的毛，以減少水份蒸發兼具禦寒作用，每年 5 至 6 月是開花期，尤其今年雨量豐沛，幾波梅雨過後，合歡山的紅毛杜鵑陸續綻放，最佳的賞花景點則是位於合歡北峰登山步道兩旁，紅毛杜鵑開得滿山滿谷，形成難得一見的夢幻粉紅花海，5 月下旬開始，即吸引大批民眾上山爬山兼賞花，星期假日及端午連假，步道登山口下方的小風口停車場，更是上午 7 點不到即停滿車輛。

領隊：陳俊良。

活動日期：112 年 5 月 26 日~28 日 (星期五、日)。

集合時間及地點：

5 月 26 日上午 08:00 於台北士林捷運站 1 號出口至洪瑞珍三明治專賣店店門口集合。

5 月 26 日上午 09:10 於竹南院區單人宿舍大廳集合。

費用【含專車+4 人房住宿+餐食(2 早 2 午 2 晚餐)+保險】：社員(友)\$4800 元。

非社員(友)\$5280 元。

交通工具：23 人座中大巴士。

天數：3 天 2 夜。

腳程：大眾路線 (約 12 公里)。

難易度：輕裝健行 (約 6.5 小時)。

報名期限：5/10(W3)12:00pm 止。

報名網址：http://climb.nhri.org.tw/register_form.htm

其他：請攜帶身分證、IC 健保卡、防曬工具、換洗衣褲、保暖衣物、雨具、盥洗用具 (ex 香皂、洗髮精、毛巾、牙刷、牙膏...)、防蚊液、行動糧、5/27 午餐、藥品、飲用水、便鞋、頭燈、手套、護膝、零食、小背包。

注意事項：本活動成行後除天災因素取消，其他原因取消者皆不退費，請慎加考慮參加意願。



登山社

合歡山賞杜鵑花之旅

一、個人必備物品：

身分證、IC 健保卡、防曬工具、換洗衣褲、保暖衣物、雨具、盥洗用具 (ex 香皂、洗髮精、毛巾、牙刷、牙膏…)、防蚊液、行動糧、5/27 午餐、藥品、飲用水、便鞋、頭燈、手套、護膝、零食、小背包。

二、活動日期：

112 年 5 月 26 日~28 日 (星期五、日)。

三、參加者：

領隊 1 名、隊員 XX 名，詳名冊。

四、食：

5/26 午餐 [達江滿鄉野菜餐廳](#) (台中市霧峰區中正路 108 之 10 號 413 號，電話：04-23306188)。

5/26 晚餐 [挪威森林 清境伍王宴餐廳](#) (南投縣仁愛鄉仁和路 210-5 號，電話：049-2803822)。

5/27 早餐 [花沐星境莊園](#) (南投縣仁愛鄉仁和路 212-2-1 號，電話：0979351719)。

5/27 晚餐 [清境魯媽媽雲南擺夷料理](#) (南投縣仁愛鄉大同村仁和路 210-2-1 號〈近松崗博望新村〉，電話：049-2803876)。

5/28 早餐 [花沐星境莊園](#) 黃彥騰先生 (南投縣仁愛鄉仁和路 212-2-1 號，電話：0979351719，049-2802891)。

5/28 午餐 [亞卓鄉土客家菜](#) (南投縣埔里鎮中山路三段 412 之 1 號，電話：049-2918218，049-2802891)。

五、住：














5/26~27 [花沐星境莊園](#) 黃彥騰先生 (南投縣仁愛鄉仁和路 212-2-1 號，電話：0979351719)。

六、費用【含專車+4 人房住宿+餐食(2 早 2 午 2 晚餐)+保險】：社員(友) \$4800 元。非社員(友) \$5280 元。

七、注意事項：

1. 請聽從領隊指揮，切勿自行脫隊。
2. 個人垃圾請用塑膠袋打包，切勿置留活動地點，沿途請勿亂丟垃圾
3. 請攜帶個人藥品 (暈車藥、頭痛藥)，請勿在室內及車上抽煙。
4. 建議穿著輕便服飾，夏日應注意防曬，請自備防曬工具。
5. 本活動為一日單攻行程，小背包內請攜帶當日所需食物、水、頭燈、手套、藥品及自認所需攜帶物品，其他物品可放置車上，於住宿時再使用。

八、活動行程：

日期	行程概述 (實際依當日活動為主，本社保有行程修改之權利)	備註
5/26 (星期五)	08:00 台北士林捷運站1號出口至洪瑞珍三 明治專賣店店門口集合 08:10 出發 09:10 竹南院區單人宿舍集合 09:20 出發 10:30 霧峰農會酒莊 11:45 出發 11:55 達江滿鄉野菜餐廳 (午餐) 13:10 出發 15:10 石門山登山步道停車場 15:20 出發 15:50 石門山 (標高3237公尺) 16:10 石門山登山步道停車場 16:50 花沐星境莊園 Check in (H2012M) 17:10 挪威森林清境佉王宴餐廳 (晚餐) 22:00 自由活動(星夜呢喃…)	*請準時，逾時不候。  *午餐(12:00~13:00)    上走去餐廳 5 分 350M *晚餐(17:30~18:30)
5/27 (星期六)	06:00 起床 07:00 花沐星境莊園 (早餐) 08:15 出發 09:00 小風口第二停車場 11:00 合歡北峰 (標高3422公尺) 12:30 太魯閣國家公園合歡山管理站 13:40 出發 14:00 武嶺停車場 15:00 合歡主峰 (標高3417公尺) 16:00 武嶺停車場 16:40 花沐星境莊園 Check in (H2012M) 19:00 清境魯媽媽雲南擺夷料理 (晚餐) 22:00 自由活動(星夜呢喃…)	*早餐 (07:00~08:00)   *午餐 (自理)     上走去餐廳 6 分 400M *晚餐(19:00~20:00)
5/28 (星期日)	06:30 起床 07:00 花沐星境莊園 (早餐) 08:15 出發 08:45 昆陽停車場 10:20 合歡南峰 (標高3220公尺) 10:30 昆陽停車場 12:30 亞卓鄉土客家菜 (午餐) 13:40 出發 13:50~14:50 水与松驛館/霧峰農會酒莊 16:40 竹南院區 18:00 台北士林捷運站	*早餐(07:00~08:00)    *午餐(12:30~13:30)

九、景點行程：

1. 霧峰農會酒莊(地址：41359 台中市霧峰區中正路 345 號，參觀預約：04-23399191/ 客服專線：04-23399191 傳真：04-23337343)。
2. 水与松驛館(地址：545006 南投縣埔里鎮中山路四段 1 之 2 號 1 樓，電話：049-2009127)。

***5/26~27 花沐星境莊園住宿分配表：**

二人房套房 (一大床)				
A-1F305	陳俊良		林聖玉	
A-1F306	司機			
四人房套房 (二大床)				
A-1F302	蔡崇如	宋婕瑜	彭慧珍	李慧玲
A-1F303	龍月英	范秀蓮	張美玲	徐瑞玉
B-1F105	袁麗玉	李秀英	王美雪	黃冠蓉
B-2F201	葉斯清	楊健良	王紹輝	黃學智
B-2F203	詹惠婷	黃千芝	陳閨如	陳雅婷

可自行換房 (需對房同意) ~ 祝您 好夢連連!!!



國家衛生研究院登山社
苗栗縣竹南鎮科研路 35 號

☎：(037)206166ext 32507。
<http://climb.nhri.org.tw>。

合歡山賞杜鵑花之旅相片







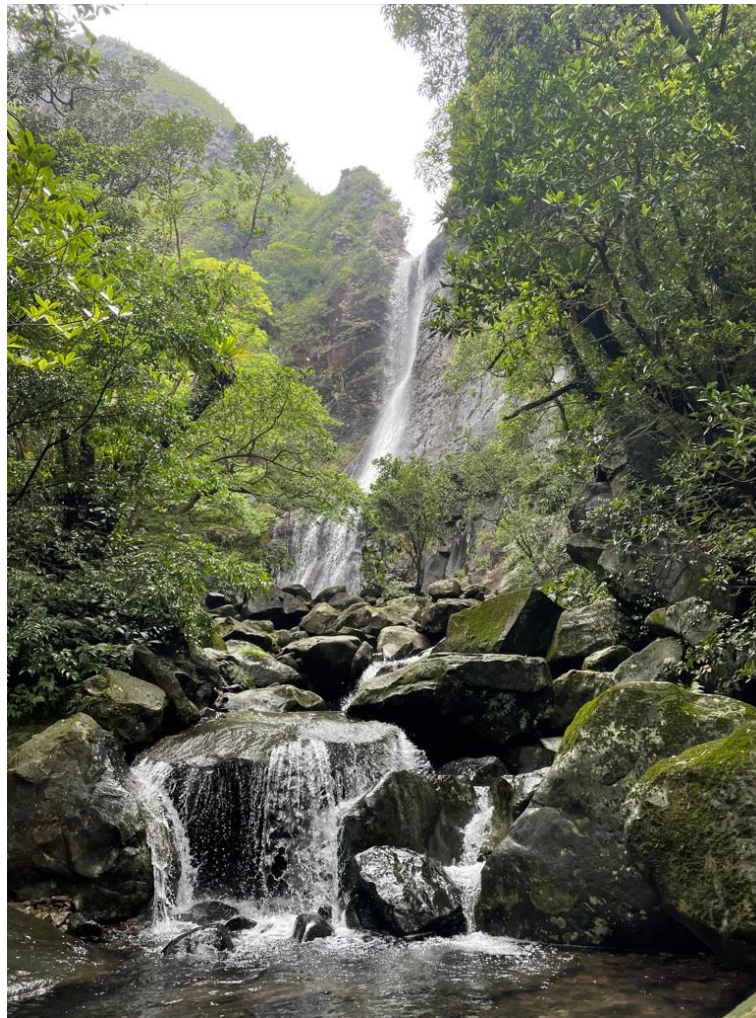
國家衛生研究院 登山社

National Health Research Institutes Mountain Climbing Club



登山社公告

6月10日(星期六)阿里磅瀑布步道之旅



簡介概要

阿里磅瀑布位於新北市阿里磅溪上游，號稱陽明山第一大瀑布。瀑布懸於高達

三、四十公尺的崖壁上，每當冬季盛水期時，瀑布由從崖頂傾瀉而下，氣勢磅礴雄偉、流水猶如天上來。但夏季為枯水期，水勢非常微弱，只有涓滴細水隨風搖擺，因此又稱「滴水崁」。阿里磅瀑布步道亦是竹子山古道的一部分，步道上有一座「福德同土地廟」，頗具古風。古道連結了石門的竹子山、與金山的倒照湖，若行有餘力，可一併走完。

領隊： 陳俊良。

活動日期：112年6月10日(星期六)。

集合時間及地點：

6月10日上午07:00於竹南院區單人宿舍大廳集合。

6月10日上午08:00於台北士林捷運站1號出口至洪瑞珍三明治專賣店店門口集合(台北市士林區中正路249-3號)。

費用【含車資+保險】：社員(友)\$810元。非社員(友)\$890元。

交通工具：九人座小巴士。

天數：1天。

腳程：大眾路線(約5公里)。

難易度：輕裝健行(約4小時)。

報名期限：限額16人或6/7(W3)12:00pm止。

報名網址：http://climb.nhri.org.tw/register_form.htm

其他：請攜帶身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、手套、午餐及行動糧。

注意事項：本活動成行後除天災因素取消，其他原因取消者皆不退費。



阿里磅瀑布步道之旅相片





國家衛生研究院 登山社



National Health Research Institutes Mountain Climbing Club



登山社公告

7月22日(星期六)幽靈瀑布步道之旅



簡介概要

幽靈瀑布分為上下兩層，是拉拉山風景區一帶最壯觀的瀑布群，溪水萬馬奔騰從上方流瀉而下，水氣磅礴，讓人遺忘世俗煩憂，溪谷流水清澈，水溫偏冷，高山鯛魚悠遊其中，生態景觀豐富。到訪旅客可將車子停放在鐵立庫部落，再沿山路下行至大漢溪河床，沿途景色優美，進入瀑布區必須要溯溪而行，喜愛

冒險的人一定喜歡。

領隊： 陳俊良。

活動日期：112 年 7 月 22 日 (星期 六)。

集合時間及地點：

7 月 22 日上午 08:00 於 7-ELEVEN 頭寮門市(桃園市大溪區復興路一段 902 之 1 號)。

費用【 含保險】：社員(友)\$ 0 元。非社員(友)\$ 50 元。

交通工具：自行前往。

天數：1 天 。

腳程：大眾路線 (約 7 公里)。

難易度：輕裝健行 (約 3 小時)。

報名期限： 7/19(W3)12:00pm 止。

報名網址：http://climb.nhri.org.tw/register_form.htm

其他： 請攜帶身分證、健保卡、 乾淨替換衣服 1 套、兩截式雨衣、衛生用品、藥品、保暖毛帽、手套、飲用水、午餐、行動糧、防曬乳液、小手帕、小垃圾袋、登山杖、防滑鞋。

注意事項：本活動成行後除天災因素取消，其他原因取消者皆不退費；請慎加考慮參加意願。



登山社

幽靈瀑布步道之旅

一、個人必備物品：

請攜帶身分證、健保卡、乾淨替換衣服 1 套、兩截式雨衣、衛生用品、藥品、保暖毛帽、手套、飲用水、午餐、行動糧、防曬乳液、小手帕、小垃圾袋、登山杖、防滑鞋。

二、活動日期：

112 年 7 月 22 日（星期六）。

三、參加者：

領隊 1 名、隊員詳名冊。


四、交通工具：

自行前往。

五、注意事項：

1. 請聽從領隊指揮，切勿自行脫隊。
2. 個人垃圾請用塑膠袋打包，切勿置留活動地點，沿途請勿亂丟垃圾
3. 請攜帶個人藥品（暈車藥、頭痛藥），請勿在室內及車上抽煙。
4. 建議穿著輕便服飾，夏日應注意防曬，請自備防曬工具。

六、活動行程：

日期	行程概述 (實際依當日活動為主，本社保有行程修改之權利)	備註
7/22 (星期六)	08:00 7-ELEVEN 頭寮門市(桃園市大溪區 復興路一段 902 之 1 號)集合 08:10 出發 09:35~12:35 鐵立庫部落停車場(籃球場) →(0.3K, 10 分鐘)→步道口→ (0.3K, 10 分鐘)→河床岔路→ (0.2K, 10 分鐘)→河床(瀑布下方)→ (0.2K, 15 分鐘)→河床岔路口→ (0.3K, 10 分鐘)→滑水道岔路口→ (0.1K, 5 分鐘)→滑水道→(0.1K, 5 分鐘)→幽靈瀑布→(0.6K, 30 分鐘) →水濂洞→(1.6K, 95 分鐘)→鐵立庫 部落停車場(籃球場) 13:00 鐵立庫部落停車場(籃球場)解散	*請準時，逾時不候。  *午餐自理

幽靈瀑布步道之旅相片





國家衛生研究院 登山社



National Health Research Institutes Mountain Climbing Club



登山社公告

8 月 26 日(星期六)石山引水道之旅



石山引水道溪流水源地 (圖 / 黑山羊家族)

簡介概要

石山引水道的入口在台 18 線約 99.5K 處、「鹿林山野生動物棲息環境」木牌後方，前段是優美的人造柳杉林，途中可見尖聳的石水山如影隨形的出現在右方，冬天還有紅楓為山林憑添繽紛的色彩！經過崩塌地、隧道、矮橋墩和十多座水管鐵橋之後，抵達博博猶溪上游的水源地，鹿林前山瀑布即深藏在其中，千里迢迢來此尋幽的旅人不妨在溪瀑邊歇歇腳、享受片刻的清涼！原路回程重溫美景之餘，也可順登玉山林道上的石山，或是附近的特富野古道，在昔日的阿里

山林鐵支線上徜徉一整天！

領隊： 陳俊良。

活動日期：112 年 8 月 26 日 (星期 六)。

集合時間及地點：

8 月 26 日上午 05:00 於 台北士林捷運站 1 號出口至洪瑞珍三明治專賣店門口
集合。

8 月 26 日上午 06:00 於 竹南院區單人宿舍大廳集合。

費用【含車資+保險】：社員(友)\$ 875 元。非社員(友)\$ 960 元。

交通工具：九人座小巴。

天數：1 天。

腳程：大眾路線 (約 6.8 公里)。

難易度：輕裝健行 (約 3 小時)。

報名期限：限額 16 人或 8/16(W3)12:00pm 止。

報名網址：http://climb.nhri.org.tw/register_form.htm

其他：請攜帶身分證、健保卡、乾淨替換衣服 1 套、兩截式雨衣、衛生用品、
藥品、保暖毛帽、手套、飲用水、午餐、行動糧、防曬乳液、小手帕、小垃圾
袋、登山杖、防滑鞋。

注意事項：本活動成行後除天災因素取消，其他原因取消者皆不退費。



登山社

石山引水道步道之旅

一、個人必備物品：

身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、午餐及行動糧、手套。

二、活動日期：112年8月26日（星期六）。




三、參加者：領隊1名、隊員詳名冊。

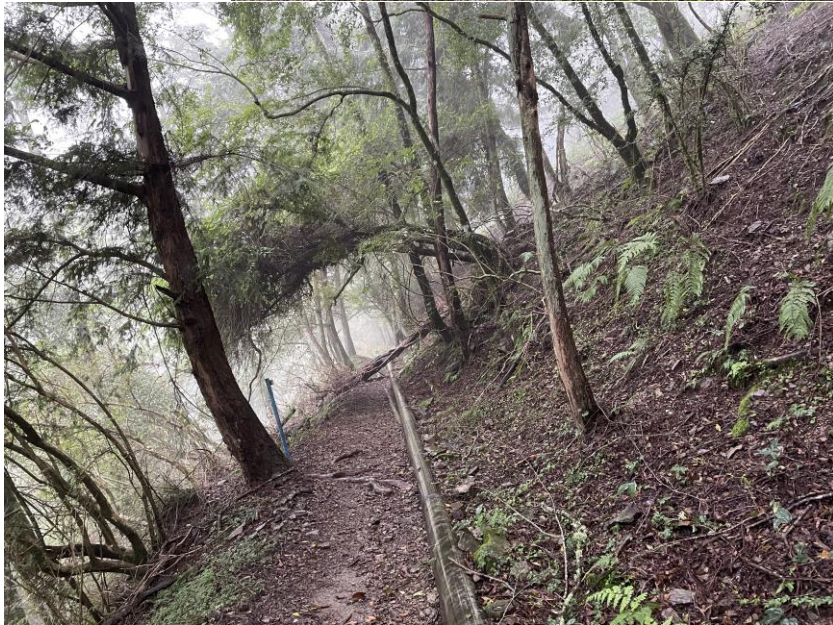
四、交通工具：九人座小巴士。

五、注意事項：

1. 請聽從領隊指揮，切勿自行脫隊。
2. 個人垃圾請用塑膠袋打包，切勿置留活動地點，沿途請勿亂丟垃圾
3. 請攜帶個人藥品（暈車藥、頭痛藥），請勿在室內及車上抽煙。
4. 建議穿著輕便服飾，夏日應注意防曬，請自備防曬工具。

六、活動行程：

日期	行程概述 (實際依當日活動為主，本社保有行程修改之權利)	備註
8/26 (星期六)	05:00 台北士林捷運站1號出口至洪瑞珍三明治專賣店店門口集合 05:10 出發 06:00 竹南院區單人宿舍大廳集合 06:10 出發 09:50 石山引水道步道口 10:00~15:00 石山引水道步道口→(1K, 20分鐘)→大型崩塌地→(1.2K, 30分鐘)→隧道→(0.2K, 5分鐘)→矮橋墩→(1K, 45分鐘)→鹿林前山瀑布→(1.2K, 35分鐘)→隧道→(1.2K, 25分鐘)→崩塌地→(1K, 20分鐘)→石山引水道步道口 15:30 整裝出發 19:10 竹南院區單人宿舍 20:30 台北士林捷運站	*請準時，逾時不候。   *午餐自理 



國家衛生研究院 登山社



National Health Research Institutes Mountain Climbing Club



登山社公告

9月9日(星期六)紅淡山步道之旅



簡介概要

舊名「蛇山」、「雙龍山」。山的東面有基隆山群，西面有獅球嶺山群，此二山脈如左青龍、右白虎，由紅淡山最高點處看來有雙龍取珠之勢，故前人將之命名為雙龍山。日治時期，日本人在此山種下大片紅淡比樹，後來因此改名「紅淡

山」。這裡也是清法戰爭古戰場，清軍曾在此駐紮，可惜目前並無遺留太多古蹟
領隊：丁瑜權。

活動日期：112年9月9日(星期六)。

集合時間及地點：9月9日上午09:57於三坑站火車站門口集合。

費用【含車資+保險】：社員(友)\$0元。非社員(友)\$50元。

交通工具：自行前往。

天數：1天。

腳程：大眾路線(約5公里)。

難易度：輕裝健行(約2.5小時)。

報名期限：9/6(W3)12:00pm止。

報名網址：http://climb.nhri.org.tw/register_form.htm

其他：請攜帶身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、手套、午餐及行動糧。

注意事項：本活動成行後除天災因素取消，其他原因取消者皆不退費；請慎加考慮參加意願。



登山社

紅淡山步道之旅

一、個人必備物品：

身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、手套、午餐及行動糧。

二、活動日期：

112年9月9日（星期六）。

三、參加者：

領隊1名、隊員詳名冊。


四、交通工具：

自行前往。

五、注意事項：

1. 請聽從領隊指揮，切勿自行脫隊。
2. 個人垃圾請用塑膠袋打包，切勿置留活動地點，沿途請勿亂丟垃圾。
3. 請攜帶個人藥品（暈車藥、頭痛藥），請勿在室內及車上抽煙。
4. 建議穿著輕便服飾，夏日應注意防曬，請自備防曬工具。

六、活動行程：

日期	行程概述 (實際依當日活動為主，本社保有行程修改之權利)	備註
9/9 (星期六)	09:57 三坑站火車站集合 10:00 出發 10:00~12:30 三坑站火車站→(10分鐘)→南天宮登山口→(15分鐘)→紅淡山入口牌樓→(15分鐘)→協安宮→(5分鐘)→高頻轉播台→(5分鐘)→休息平台、觀景台→(5分鐘)→梅花亭→(10分鐘)→扶輪社觀景台→(10分鐘)→紅淡山→(25分鐘)→佛光洞→(25分鐘)→寶明寺登山口→(22分鐘)→三坑站火車站 12:30 三坑站火車站	*請準時，逾時不候。  *紅淡山/210公尺/三等三角點/編號1024。 *午餐自理。

去程火車時刻表：竹南車站到三坑站車站

列車時刻/車次查詢

查詢條件 出發站 抵達站 轉乘條件

依時刻 依車站 依車次 1250-竹南 車站代碼查詢 0910-三坑 限直達 接受轉乘 指定轉乘

日期 2023/09/09 時段起迄 查詢出發時間 05:00 查詢 10:00







































車種 查詢方式 全部 對號 非對號 一般 騰雲座艙 自由座 查詢

車種車次 (始發站 → 終點站)	出發時間 ▲	抵達時間	行駛時間 ▲	經由	詳細資訊	全票 ▲	孩童票 ▲	敬老票 ▲	訂票
區間 1128 (苗栗 → 基隆)	05:40	08:22	2 小時 42 分	山線	▼	\$ 181	\$ 91	\$ 91	
區間 2114 (彰化 → 基隆)	06:34	09:29	2 小時 55 分	山線	▼	\$ 181	\$ 91	\$ 91	
區間 1138 (三義 → 基隆)	07:01	09:54	2 小時 53 分	山線	▼	\$ 181	\$ 91	\$ 91	
區間 2120 (二水 → 基隆)	07:30	10:22	2 小時 52 分	山線	▼	\$ 181	\$ 91	\$ 91	

車站	抵達時間	出發時間	車站	抵達時間	出發時間	車站	抵達時間	出發時間
三義	06:27	06:27	湖口	07:49	07:57	板橋	09:01	09:02
銅鑼	06:33	06:34	北湖	08:00	08:00	萬華	09:06	09:07
南勢	06:37	06:38	新富	08:02	08:03	臺北	09:12	09:14
苗栗	06:43	06:44	富岡	08:05	08:06	松山	09:20	09:21
豐富	06:47	06:48	楊梅	08:11	08:12	南港	09:24	09:25
造橋	06:52	06:53	埔心	08:15	08:16	汐科	09:30	09:31
竹南	06:58	07:01	中壢	08:22	08:23	汐止	09:33	09:35
崎頂	07:05	07:05	內壢	08:27	08:28	五堵	09:37	09:37
香山	07:10	07:11	桃園	08:33	08:35	百福	09:41	09:41
三姓橋	07:14	07:14	鶯歌	08:42	08:43	七堵	09:46	09:47
新竹	07:19	07:23	山佳	08:47	08:48	八堵	09:50	09:51
北新竹	07:25	07:26	南樹林	08:50	08:51	三坑	09:54	09:54
竹北	07:31	07:37	樹林	08:53	08:54	基隆	09:59	09:59
新豐	07:42	07:43	浮洲	08:57	08:58			

★請務必搭區間 1138 (三義 → 基隆)。

回程火車時刻表：三坑站車站到竹南車站

車種車次 (始發站 → 終點站)	出發時間	終點站	服務設施	狀態
區間 2203 (基隆 → 嘉義)	12:04	嘉義	每日行駛。	 
區間 1191 (基隆 → 新竹)	12:30	新竹	每日行駛。	 
區間 1187 (基隆 → 苗栗)	12:53	苗栗	每日行駛。	 
區間 2213 (基隆 → 嘉義)	13:08	嘉義	每日行駛。	 
區間 1197 (基隆 → 苗栗)	13:37	苗栗	每日行駛。	 
區間 1201 (基隆 → 新竹)	14:01	新竹	每日行駛。	 
區間 2223 (基隆 → 嘉義)	14:28	嘉義	每日行駛。	 
區間 1207 (基隆 → 苗栗)	14:45	苗栗	每日行駛。	 
區間 1211 (基隆 → 新竹)	14:59	新竹	每日行駛。	 
區間 1217 (基隆 → 苗栗)	15:39	苗栗	每日行駛。	
區間 1221 (基隆 → 新竹)	16:04	新竹	每日行駛。	
區間 1227 (基隆 → 苗栗)	16:31	苗栗	每日行駛。	
區間 1231 (基隆 → 新竹)	16:45	新竹	每日行駛。	
區間 1233 (基隆 → 湖口)	17:06	湖口	每日行駛。	
區間 1235 (基隆 → 新竹)	17:26	新竹	每日行駛。	
區間 1237 (基隆 → 苗栗)	17:44	苗栗	每日行駛。	
區間 1243 (基隆 → 湖口)	18:06	湖口	每日行駛。	
區間 1241 (基隆 → 竹南)	18:20	竹南	每日行駛。	 
區間 1247 (基隆 → 苗栗)	18:40	苗栗	每日行駛。	
區間 1251 (基隆 → 新竹)	18:53	新竹	每日行駛。	 
區間 1253 (基隆 → 湖口)	19:18	湖口	每日行駛。	
區間 1257 (基隆 → 三義)	19:46	三義	每日行駛。	 
區間 1261 (基隆 → 中壢)	20:03	中壢	每日行駛。	 
區間 1263 (基隆 → 新竹)	20:20	新竹	每日行駛。	 

紅淡山步道之旅之旅相片





國家衛生研究院 登山社



National Health Research Institutes Mountain Climbing Club



登山社公告

10月14日(星期六)灣坑頭山步道之旅



簡介概要

灣坑頭山步道也稱為灣坑步道或灣坑頭山登山步道，是北台灣知名的賞芒聖地之一，應該有許多人曾經到此一遊卻不自知。步道位於貢寮和頭城交界，連接桃源谷大草原與草嶺古道啞口，如果想從大里車站到桃源谷，就一定要從這條步道通過。

領隊：陳俊良。

活動日期：112 年 10 月 14 日(六)。

集合時間及地點：

10 月 14 日上午 06:00 於竹南院區單人宿舍大廳集合。

10 月 14 日上午 07:00 於台北士林捷運站 1 號出口至洪瑞珍三明治專賣店店門口
集合。

費用【含車資+保險】：社員(友)\$810 元。非社員(友)\$890 元。

交通工具：九人座小巴士。

天數：1 天。

腳程：大眾路線（約 7.5 公里）。

難易度：輕裝健行（約 3 小時）。

報名期限：限額 16 人或 10/4(W3)12:00pm 止。

報名網址：http://climb.nhri.org.tw/register_form.htm

其他：請攜帶身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、
手套、午餐及行動糧、盥洗衣物。

注意事項：本活動成行後除天災因素取消，其他原因取消者皆不退費，請慎加考慮
參加意願。



登山社

灣坑頭山步道之旅

一、個人必備物品：

身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、手套、午餐及行動糧。

二、活動日期：

112年10月14日（星期六）。

三、參加者：

領隊1名、隊員XX名，詳名冊。




四、交通工具：

九人座小巴士。

五、注意事項：

1. 請聽從領隊指揮，切勿自行脫隊。
2. 個人垃圾請用塑膠袋打包，切勿置留活動地點，沿途請勿亂丟垃圾。
3. 請攜帶個人藥品（暈車藥、頭痛藥），請勿在室內及車上抽煙。
4. 建議穿著輕便服飾，夏日應注意防曬，請自備防曬工具。

六、活動行程：

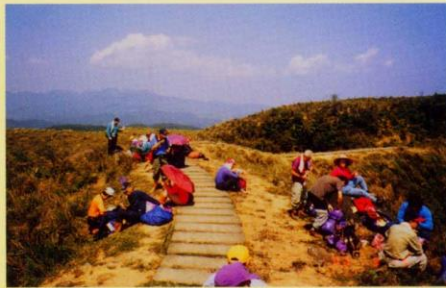
日期	行程概述(預估) (依當日活動為主，本社保有行程修改之權利)	備註
10/14 (星期六)	06:00竹南院區單人宿舍大門大廳集合 06:10出發 07:00台北士林捷運站1號出口至洪瑞珍三明治專賣店店門口集合 07:10出發 08:00福隆火車站 08:10出發 08:30大里遊客服務中心停車場 08:40整裝出發 大里遊客服務中心停車場→(3.5k, 65分鐘)→啞口觀景亭→(0.062k, 2分鐘)→桃源休息亭→(0.4k, 9分鐘)→桃源古道第一涼亭→(0.6k, 15分鐘)→觀景台→(0.85k, 20分鐘)→四方亭→(0.35k, 10分鐘)→灣坑頭山→(1k, 25分鐘)→牛里觀景平台→(0.75k, 15分鐘)→桃源谷觀景平台→(0.011k, 2分鐘)→桃源谷觀景平台停車場 12:30整裝出發 13:30~14:30九份老街 14:40整裝出發 15:40台北士林捷運站 17:00竹南院區	*請準時，逾時不候。  *台北市士林區中正路249-3號 *請準時，逾時不候。  *健行（08:48~12:00）。 *午餐請自理。  *自由活動（13:30~14:30）。

桃源谷、灣坑頭山登山步道示意圖

1. 石觀音段/貢寮吉林村—吉林國小—蕭家莊登山口—桃源谷（石觀音段）—石觀音寺—下蕃薯寮橋 全程約8.5公里 時間約2時10分
2. 大溪段/大溪—仁澤新村—蕃薯寮山—桃源谷—內寮街—貢寮吉林村 全程約10.5公里 時間約2時40分
3. 草嶺段/大里—草嶺古道鞍部展望台—灣坑頭山—桃源谷—內寮街—貢寮吉林村 全程約14公里 時間約4時45分



桃源谷大溪段步道



桃源谷步道 (江啟祥 提供)



桃源谷小心牛隻的柵欄

灣坑頭山步道之旅相片





國家衛生研究院 登山社



National Health Research Institutes Mountain Climbing Club



登山社公告

11月26日(星期日)天上山步道之旅



簡介概要

天上山，又名內坡山、皇帝山，位於新北市土城區與三峽區交界處，山頂有顆三等三角點(1099號)。天上山海拔高度雖不高，但為天上山系最高峰，視野極

佳，可俯瞰土城市區、亦可遠眺台北盆地西半部及更遠的大屯山、觀音山一帶。

2003、2006 年均被選為台灣小百岳之一。

領隊：陳俊良。

活動日期：112 年 11 月 26 日 (星期日)。

集合時間及地點：11 月 26 日上午 09:55 於承天禪寺牌樓口集合。

費用【含車資+保險】：社員(友)\$0 元。非社員(友)\$50 元。

交通工具：自行前往。

天數：1 天。

腳程：健行路線 (約 3.5 公里)。

難易度：輕裝健行 (約 2.5 小時)。

報名期限：11/22(W3)12:00pm 止。

報名網址：http://climb.nhri.org.tw/register_form.htm

其他：請攜帶身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、手套、午餐及行動糧。

注意事項：本活動成行後除天災因素取消，其他原因取消者皆不退費，請慎加考慮參加意願。



登山社

天上山步道之旅

一、個人必備物品：

身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、手套、午餐及行動糧。

二、活動日期：

112年11月26日（星期日）。

三、參加者：

領隊1名、隊員詳名冊。


四、交通工具：

自行前往。

五、注意事項：

1. 請聽從領隊指揮，切勿自行脫隊。
2. 個人垃圾請用塑膠袋打包，切勿置留活動地點，沿途請勿亂丟垃圾
3. 請攜帶個人藥品（暈車藥、頭痛藥），請勿在室內及車上抽煙。
4. 建議穿著輕便服飾，夏日應注意防曬，請自備防曬工具。

六、活動行程：

日期	行程概述 (實際依當日活動為主，本社保有行程修改之權利)	備註
11/26 (星期日)	09:55 承天禪寺牌樓口集合 10:00 出發 10:00~12:30 承天禪寺→(0.3K, 8分鐘) →財神廟旁停車場桐花公園登山口 →(0.66K, 15分鐘)→桐花公園→ (0.03K, 2分鐘,)→柏油路(龍承路) 旁天上山登山口→(0.4K, 20分鐘,) →望月亭→(0.3K, 10分鐘)→天上 山→(0.3K, 10分鐘,)→望月亭→ (0.4K, 10分鐘,)→桐花公園→ (0.9K, 20分鐘)→承天禪寺 12:30 承天禪寺牌樓	*請準時，逾時不候。  *天上山/430公尺/三等 三角點/編號1099。 *午餐自理。

去程火車時刻表：竹南車站到台北火車站

查詢條件

出發站：1250-竹南 車站代碼查詢

抵達站：1000-臺北

轉乘條件：限直達 接受轉乘 指定轉乘

日期：2023/11/26

時段起迄：查詢出發時間 00:00 至 10:00

車種：全部 對號 非對號 一般 騰雲座艙 自由座

查詢

車種車次 (始發站 → 終點站)	出發時間 ▲	抵達時間	行駛時間 ▲	經由	詳細資訊	全票 ▲	孩童票 ▲	敬老票 ▲	訂票
自強 272 (苗栗 → 花蓮)	05:37	07:21	1 小時 44 分	山線	▼	\$ 220	\$ 110	\$ 110	
區間 1128 (苗栗 → 基隆)	05:40	07:40	2 小時 0 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
區間 2114 (彰化 → 基隆)	06:34	08:44	2 小時 10 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
自強 102 (斗六 → 七堵)	06:48	08:16	1 小時 28 分	山線	▼	\$ 220	\$ 110	\$ 110	
區間 1138 (三義 → 基隆)	07:01	09:12	2 小時 11 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
自強(3000) 472 (員林 → 臺東)	07:15	08:37	1 小時 22 分	山線	▼	\$ 220	\$ 110	\$ 110	
區間快 2008 (彰化 → 基隆)	07:22	09:01	1 小時 39 分	海線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
區間 2120 (二水 → 基隆)	07:30	09:35	2 小時 5 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	

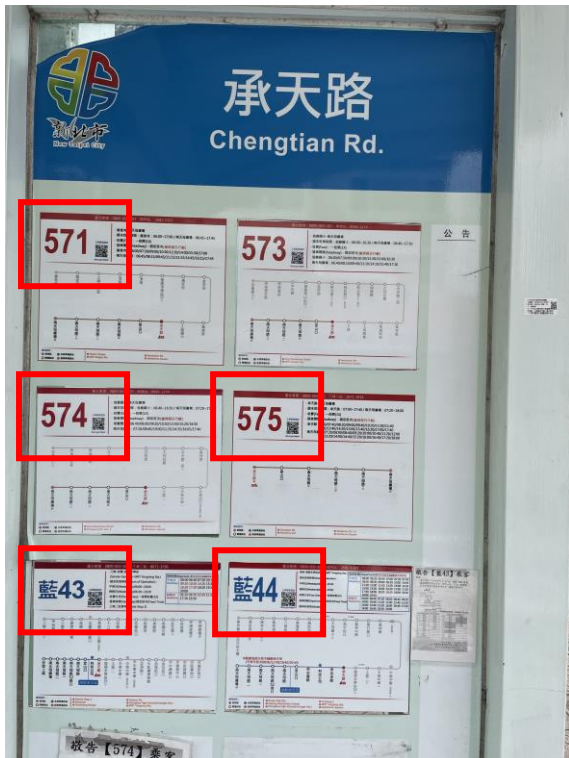
自強(3000)472

每日行駛。本班次不發售無座票，非持本班次車票旅客，請勿搭乘。第6節為騰雲座艙，為本局公告指定不發售無座位車票之車廂，持當日當次騰雲座艙車票旅客始可搭乘。

列車時刻/車次查詢

車站	抵達時間	出發時間	車站	抵達時間	出發時間	車站	抵達時間	出發時間
員林	06:03	06:03	板橋	08:27	08:29	鳳林	11:34	11:36
彰化	06:14	06:16	臺北	08:37	08:40	光復	11:43	11:45
臺中	06:29	06:31	松山	08:46	08:47	瑞穗	11:57	11:58
豐原	06:39	06:41	七堵	09:01	09:03	玉里	12:11	12:13
苗栗	07:02	07:04	宜蘭	09:58	10:00	富里	12:24	12:25
竹南	07:13	07:15	羅東	10:06	10:08	池上	12:31	12:32
新竹	07:28	07:30	花蓮	11:00	11:05	關山	12:41	12:43
中壢	07:54	07:56	吉安	11:09	11:11	鹿野	12:53	12:54
桃園	08:04	08:06	壽豐	11:20	11:22	臺東	13:06	13:06
樹林	08:20	08:22	林榮新光	11:27	11:29			

轉台北捷運到永寧捷運站 2 號出口搭公車(承天路)到南天母廣場



回程火車時刻表：台北火車站到竹南車站

車種車次(始發站 → 終點站)	出發時間 ▲	抵達時間	行駛時間 ▲	經由	詳細資訊	全票 ▲	孩童票 ▲	敬老票 ▲	訂票
區間 1187 (基隆 → 苗栗)	13:35	15:34	1 小時 59 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
區間 2213 (基隆 → 嘉義)	13:51	15:54	2 小時 3 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
區間 1197 (基隆 → 苗栗)	14:18	16:21	2 小時 3 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
自強(3000) 133 (七堵 → 潮州)	14:40	15:58	1 小時 18 分	海線	▼	\$ 220	\$ 110	\$ 110	☑
自強 135 (七堵 → 屏東)	15:00	16:24	1 小時 24 分	山線	▼	\$ 220	\$ 110	\$ 110	☑
區間 2223 (基隆 → 嘉義)	15:14	17:14	2 小時 0 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
區間 1207 (基隆 → 苗栗)	15:27	17:33	2 小時 6 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
自強 175 (花蓮 → 潮州)	16:00	17:24	1 小時 24 分	山線	▼	\$ 220	\$ 110	\$ 110	☑
區間 2233 (瑞芳 → 嘉義)	16:04	18:05	2 小時 1 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
莒光 521 (七堵 → 潮州)	16:10	17:57	1 小時 47 分	海線	▼	\$ 170	\$ 85	\$ 85	☑
區間 1217 (基隆 → 苗栗)	16:21	18:17	1 小時 56 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
自強 139 (七堵 → 潮州)	17:00	18:24	1 小時 24 分	山線	▼	\$ 220	\$ 110	\$ 110	☑

天上山步道之旅相片





國家衛生研究院 登山社



National Health Research Institutes Mountain Climbing Club



登山社公告

12月24日(星期六)外挖子山-南勢角山-烘爐地南山福德宮 O 型縱走之旅



簡介概要

烘爐地位於新北市中和區南勢角後方的山區，又名「南勢角山」，標高 302 公尺，山中有許多寺廟，成為信徒朝聖的旅遊聖地。烘爐地為天上山列延伸最東端的山頭，山頂平坦開闊、視野遼闊，也吸引眾多登山健行的人到此一遊。行經北

二高中和路段的開車族，可以看見山頭上巨型的土地公像。在這個位置不但可以俯視台北盆地及大漢、新店二溪，遠眺觀音、大屯火山群及淡水出海口，烘爐地更是大台北地區觀看夜景的著名旅遊勝地；沿途步道狀況良好且交通便利，適合情侶、親子同遊。

領隊：丁瑜權。

活動日期：112 年 12 月 24 日 (星期日)。

集合時間及地點：12 月 24 日上午 09:50 於捷運南勢角站 4 號出口集合。

費用【含車資+保險】：社員(友)\$ 0 元。非社員(友)\$ 50 元。

交通工具：自行前往。

天數：1 天。

腳程：大眾路線 (約 8 公里)。

難易度：輕裝健行 (約 4 小時)。

報名期限：12/20(W3)12:00pm 止。

報名網址：http://climb.nhri.org.tw/register_form.htm

其他：請攜帶身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、手套、午餐及行動糧。

注意事項：本活動成行後除天災因素取消，其他原因取消者皆不退費，請慎加考慮參加意願。



登山社

外挖子山-南勢角山-烘爐地南山福德宮 0 型縱走之旅

一、個人必備物品：

身分證、健保卡、背包、防曬工具、雨具、飲用水、防蚊液、藥品、手套、午餐及行動糧。

二、活動日期：

112 年 12 月 24 日（星期日）。

三、參加者：

領隊 1 名、隊員詳名冊。


四、交通工具：

自行前往。

五、注意事項：

1. 請聽從領隊指揮，切勿自行脫隊。
2. 個人垃圾請用塑膠袋打包，切勿置留活動地點，沿途請勿亂丟垃圾
3. 請攜帶個人藥品（暈車藥、頭痛藥），請勿在室內及車上抽煙。
4. 建議穿著輕便服飾，夏日應注意防曬，請自備防曬工具。

六、活動行程：

日期	行程概述 (實際依當日活動為主，本社保有行程修改之權利)	備註
12/24 (星期日)	09:50 捷運南勢角站 4 號出口集合 10:00 出發 10:00~14:00 捷運南勢角站→(15 分鐘) → 登山口→(30 分鐘)→外挖子山→(60 分鐘)→光明頂→(40 分鐘)→南勢角 山→(10 分鐘)→南山福德宮→(30 分鐘)→步道尾端→(40 分鐘)→登山 口→(15 分鐘)→捷運南勢角站 14:00 捷運南勢角站	*請準時，逾時不候。  *外挖子山/113 公尺/北水三角 24 號。 *光明頂/211 公尺/台北縣政府四等控制點, GE05。 *南勢角山/302 公尺/三等三角點/編號 654 號。 *午餐自理。

去程火車時刻表：竹南車站到台北火車站

查詢條件 出發站 抵達站 轉乘條件

依時刻 依車站 依車次 1250-竹南 車站代碼查詢 1000-臺北 限直達 接受轉乘 指定轉乘

日期 時段起迄 查詢出發時間

2023/12/24 00:00 查詢 10:00

車種 查詢方式

全部 對號 非對號 一般 騰雲座艙 自由座 查詢

車種車次 (始發站 → 終點站)	出發時間 ▲	抵達時間	行駛時間 ▲	經由	詳細資訊	全票 ▲	孩童票 ▲	敬老票 ▲	訂票
區間 2114 (彰化 → 基隆)	06:34	08:44	2 小時 10 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
自強 102 (斗六 → 七堵)	06:48	08:16	1 小時 28 分	山線	▼	\$ 220	\$ 110	\$ 110	☑
區間 1138 (三義 → 基隆)	07:01	09:12	2 小時 11 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
自強(3000) 472 (員林 → 臺東)	07:15	08:37	1 小時 22 分	山線	▼	\$ 220	\$ 110	\$ 110	☑
區間快 2008 (彰化 → 基隆)	07:22	09:01	1 小時 39 分	海線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
區間 2120 (二水 → 基隆)	07:30	09:35	2 小時 5 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
區間 1148 (苗栗 → 瑞芳)	07:40	09:47	2 小時 7 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
普悠瑪 278 (彰化 → 花蓮)	08:01	09:16	1 小時 15 分	海線	▼	\$ 220	\$ 110	\$ 110	☑

普悠瑪278

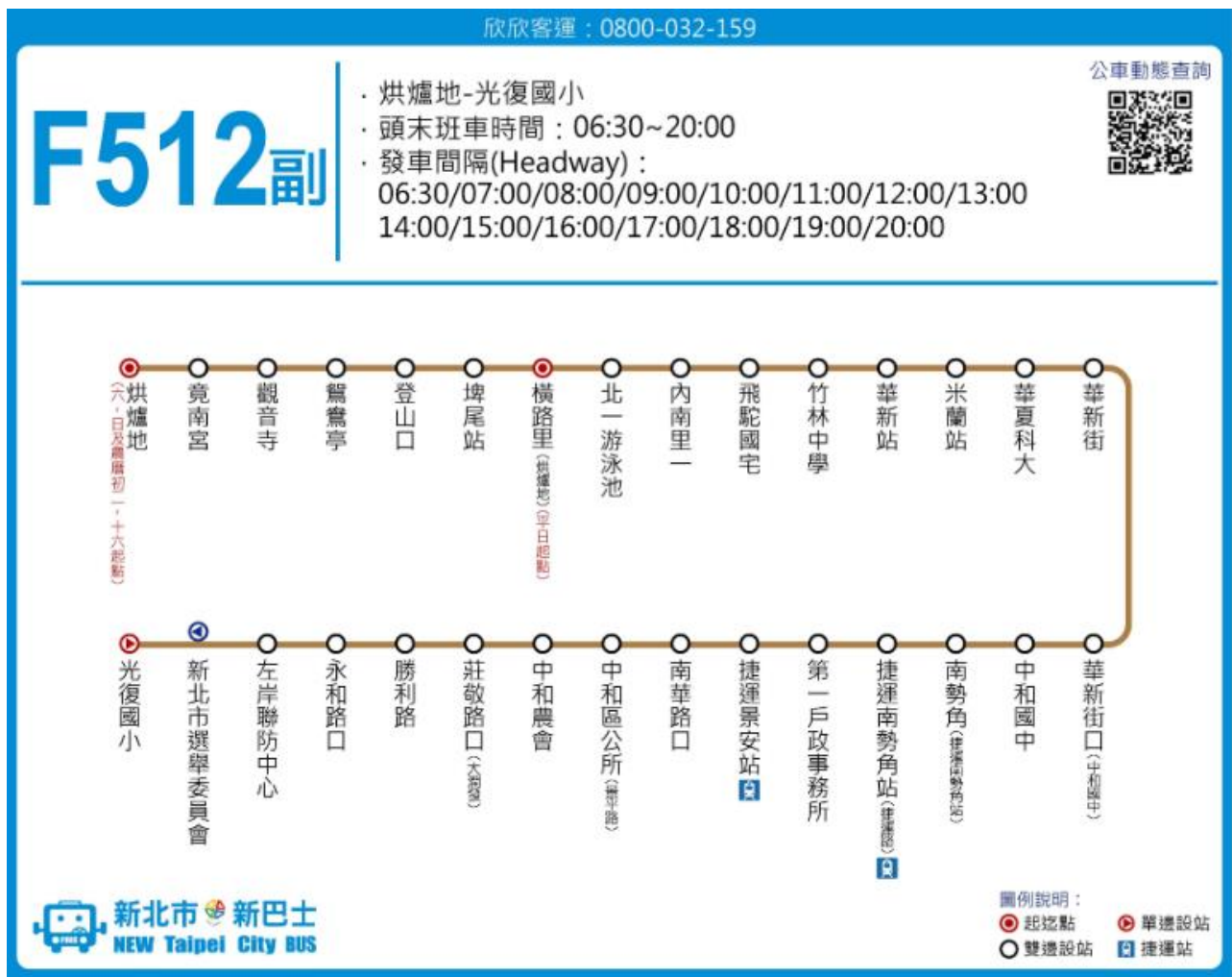
每日行駛 · 本班次不發售無座票，非持本班次車票旅客，請勿搭乘。



列車時刻/車次查詢

車站	抵達時間	出發時間	車站	抵達時間	出發時間	車站	抵達時間	出發時間
彰化	06:48	06:48	竹南	07:59	08:01	臺北	09:16	09:20
沙鹿	07:04	07:05	新竹	08:13	08:15	松山	09:26	09:27
清水	07:08	07:09	中壢	08:36	08:38	七堵	09:38	09:40
大甲	07:17	07:18	桃園	08:45	08:47	宜蘭	10:32	10:33
苑裡	07:26	07:27	鶯歌	08:54	08:55	羅東	10:39	10:41
通霄	07:32	07:33	板橋	09:06	09:08	花蓮	11:32	11:32
後龍	07:46	07:48						

回程公車時刻表：F512 副(若不想走下山可以在烘爐地南山福德宮搭車下山)



回程火車時刻表：台北火車站到竹南車站

車種車次 (始發站 → 終點站)	出發時間 ▲	抵達時間	行駛時間 ▲	經由	詳細資訊	全票 ▲	孩童票 ▲	敬老票 ▲	訂票
區間 1197 (基隆 → 苗栗)	14:18	16:21	2 小時 3 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
自強(3000) 133 (七堵 → 潮州)	14:40	15:58	1 小時 18 分	海線	▼	\$ 220	\$ 110	\$ 110	
自強 135 (七堵 → 屏東)	15:00	16:24	1 小時 24 分	山線	▼	\$ 220	\$ 110	\$ 110	
區間 2223 (基隆 → 嘉義)	15:14	17:14	2 小時 0 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
區間 1207 (基隆 → 苗栗)	15:27	17:33	2 小時 6 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
自強 175 (花蓮 → 潮州)	16:00	17:24	1 小時 24 分	山線	▼	\$ 220	\$ 110	\$ 110	
區間 2233 (瑞芳 → 嘉義)	16:04	18:05	2 小時 1 分	山線	▼	\$ 142	\$ 71	\$ 71	
莒光 521 (七堵 → 潮州)	16:10	17:57	1 小時 47 分	海線	▼	\$ 170	\$ 85	\$ 85	

外挖子山-南勢角山-烘爐地南山福德宮 O 型縱走之旅相片





Mountain Climbing Club
National Health Research Institutes

(三)
經費收支報告

<http://climb.nhri.org.tw>

國家衛生研究院登山社

112年度財務報告

本報告針對112年1月1日至112年12月31日之收入及支出項目做一概要說明，每一活動詳細支出以附表方式呈現，最後以總表(P.93~P.94)來顯示財務總收支狀況。

一、收入

1. 本年度收入包含以下項目：

- (1) 先前結餘。
- (2) 國衛院補助費用。
- (3) 社費存於銀行之利息。
- (4) 登山社員(友)之入社費。
- (5) 每次活動之報名費。

2. 各項收入說明如下。

- (1) 先前結餘。

111年度12月31日結餘款60,285元。

- (2) 利息

社費皆存於台新銀行，112年6月與112年12月利息收入分別為241與240元。

- (3) 國衛院補助費用

國衛院111年度補助費用34,090元。

- (4) 社費

召募對象為本院同仁及院外人士，本院同仁加入登山社者，須繳交入社費100元；院外人士加入者，須繳交入社費200元，加入者均稱為社員。期間(112年1月1日至112年12月31日)本社社員入社情形，共收入社費7,400元(含院內同仁2,400元、院外人士5,000元)，總共54名院內外社員(友)。

- (5) 活動報名費

人員參加活動須繳交報名費，每次活動之報名費則視活動之規模大小(例如..車子、住宿、餐飲、門票等)而訂，本年度各活動收入之費用詳見P.80~P.92各月份附表說明。

二、支出

登山社費用支出以活動所需經費及行政事務為主，例如租車費用或自行開車之油費補助、保險費、活動兩日以上之食宿費、遊記稿費以及國內帶隊之領隊報名費、其他等；為了確保活動順利，有時會針對較不熟悉之活動地點事前進行路線探勘，探勘費用亦由登山社支出。

1. 112 年月 1 日至 112 年 12 月 31 日之間所舉辦之活動如下所示：

- (1) 附表 P. 80。熱海岩場步道之旅。
(日期：112 年 1 月 15 日)。
- (2) 附表 P. 81。三星山登山步道之旅。
(日期：112 年 2 月 19 日)。
- (3) 附表 P. 82。石牛山步道之旅。
(日期：112 年 3 月 18 日)。
- (4) 附表 P. 83。大白山、蘭炭山之旅。
(日期：112 年 5 月 6 日)。
- (5) 附表 P. 84~P. 85。合歡山賞杜鵑花之旅。
(日期：112 年 5 月 26~28 日)。
- (6) 附表 P. 86。阿里磅瀑布步道之旅。
(日期：112 年 6 月 10 日)。
- (7) 附表 P. 87。幽靈瀑布步道之旅。
(日期：112 年 7 月 22 日)。
- (8) 附表 P. 88。石山引水道步道之旅。
(日期：112 年 8 月 26 日)。
- (9) 附表 P. 89。紅淡山步道之旅。
(日期：112 年 9 月 9 日)。
- (10) 附表 P. 90。灣坑頭山步道之旅。
(日期：112 年 10 月 14 日)。
- (11) 附表 P. 91。天上山步道之旅。
(日期：112 年 11 月 26 日)。
- (12) 附表 P. 92。外挖子山-南勢角山-烘爐地南山福德宮 0 型縱走之旅。
(日期：112 年 12 月 23 日)。

2. 各活動之支出情形詳見 P. 93~P. 94。

三、總結

附表 P. 93~P. 94 為 112 年 1 月 1 日至 112 年 12 月 31 日之間登山社財務主要收支狀況總明細表，表中列出各活動之收入與支出，以及當次活動總收支結餘是正數支出或負數赤字，這些數字可以與 P. 80~P. 92 各月份活動之詳細收支情形互相對照。表中數字為**負時**，代表此活動整體支出是**赤數**。

截至 112 年 12 月 31 日止，**社費結餘 90,670 元**。

112 年 1 月 15 日熱海岩場步道之旅收支明細表

項目 (參加人數 12 名)	說明	收入	支出	累計
陳俊良	社員(領隊)	\$0		\$0
丁瑜權	社友	\$0		\$0
王義翔	社友	\$0		\$0
田承蒨	社友	\$0		\$0
林聖玉	社員	\$0		\$0
夏興國	社員	\$0		\$0
陳彥安	社友	\$0		\$0
曾郁霽	非社友	\$50		\$50
黃千芝	社員	\$0		\$50
楊健良	社員	\$0		\$50
劉雅柔	社友(當日未到)	\$0		\$50
蕭婉宜	社員	\$0		\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
保險(社團補助)	意外險 100 萬，醫療險 10 萬		\$396	-\$346
合計		\$50	\$396	-\$346

112年2月19日三星山登山步道之旅收支明細表

項目 (參加人數 16 名)	說明	收入	支出	累計
陳俊良	社員(領隊)	\$0		\$0
丁冠文	社友	\$1,050		\$1,050
丁瑜權	社友	\$1,050		\$2,100
王義翔	社友	\$1,050		\$3,150
田承蒨	社友(當日未到)	\$1,050		\$4,200
周偉棚	社友	\$1,050		\$5,250
夏興國	社員(當日未到)	\$1,050		\$6,300
郭湘維	社員	\$1,050		\$7,350
陳彥安	社友	\$1,050		\$8,400
黃千芝	社員	\$1,050		\$9,450
黃俊溢	社員	\$1,050		\$10,500
楊健良	社員	\$1,050		\$11,550
詹惠婷	社員	\$1,050		\$12,600
鄭羽真	社員	\$1,050		\$13,650
蕭婉宜	社員	\$1,050		\$14,700
蕭朝陽	社員	\$1,050		\$15,750
				\$15,750
				\$15,750
				\$15,750
				\$15,750
				\$15,750
九人座小巴	新達小客車租賃有限公司		\$13,000	\$2,750
太平山森林遊樂區門票	門票(13人全票、1人半票)		\$2,700	\$50
	停車清潔費		\$200	-\$150
				-\$150
保險(社團補助)	意外險 100 萬，醫療險 10 萬		\$528	-\$678
合計		\$15,750	\$16,428	-\$678

112 年 3 月 18 日石牛山步道之旅收支明細表

項目 (參加人數 12 名)	說明	收入	支出	累計
陳俊良	社員(領隊)	\$0		\$0
田承蒨	社友	\$0		\$0
江定遠	社員	\$0		\$0
林仁祥	社員	\$0		\$0
林梓柔	非社員	\$50		\$50
林聖玉	社員	\$0		\$50
夏興國	社員	\$0		\$50
陳彥廷	社員	\$0		\$50
葉昀潔	社友	\$0		\$50
葉宸希	社友	\$0		\$50
葉凱嘉	社員	\$0		\$50
詹雅蘭	社友	\$0		\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
				\$50
保險(社團補助)	意外險 100 萬，醫療險 10 萬		\$372	-\$322
合計		\$50	\$372	-\$322

112年5月6日大白山、蘭炭山之旅收支明細表

項目 (參加人數 14 名)	說明	收入	支出	累計
陳俊良	社員(領隊)	\$0		\$0
葉信伶	社員	\$810		\$810
詹惠婷	社員	\$810		\$1,620
王敏珍	社員	\$810		\$2,430
呂婷如	社員	\$810		\$3,240
江定遠	社員	\$810		\$4,050
陳欣欣	社員	\$810		\$4,860
巫管明郎	社員	\$810		\$5,670
汪書瑤	社友	\$810		\$6,480
夏興國	社員	\$810		\$7,290
田承蒨	社友	\$810		\$8,100
王璿婷	社友	\$810		\$8,910
詹苑甯	社友	\$810		\$9,720
王義翔	社友	\$810		\$10,530
				\$10,530
				\$10,530
				\$10,530
				\$10,530
				\$10,530
九人座小巴	新達小客車租賃有限公司		\$13,000	-\$2,470
				-\$2,470
				-\$2,470
				-\$2,470
				-\$2,470
保險(社團補助)	意外險 100 萬，醫療險 10 萬		\$450	-\$2,920
合計		\$10,530	\$13,450	-\$2,920

112年5月26-28日合歡山賞杜鵑花之旅收支明細表

項目 (參加人數 22 名)	說明	收入	支出	累計
陳俊良	社員(領隊)	\$0		\$0
王美雪	社友	\$4,800		\$4,800
王紹輝	社友	\$4,800		\$9,600
宋婕瑜	社員	\$4,800		\$14,400
李秀英	社友	\$4,800		\$19,200
李慧玲	社友	\$4,800		\$24,000
林聖玉	社員	\$4,800		\$28,800
范秀蓮	社友	\$4,800		\$33,600
徐瑞玉	社友	\$4,800		\$38,400
袁麗玉	社友	\$4,800		\$43,200
張美玲	社友	\$4,800		\$48,000
陳雅婷	社員	\$4,800		\$52,800
陳閏如	社員	\$4,800		\$57,600
彭慧珍	社員	\$4,800		\$62,400
黃千芝	社員	\$4,800		\$67,200
黃冠蓉	社友	\$4,800		\$72,000
黃學智	社友	\$4,800		\$76,800
楊健良	社員	\$4,800		\$81,600
葉斯清	非社員	\$5,280		\$86,880
詹惠婷	社員	\$4,800		\$91,680
蔡崇如	社員	\$4,800		\$96,480
龍月英	社友	\$4,800		\$101,280
				\$101,280
				\$101,280
				\$101,280
				\$101,280
				\$101,280

112年6月10日阿里磅瀑布步道之旅收支明細表

項目 (參加人數 15 名)	說明	收入	支出	累計
陳俊良	社員(領隊)	\$0		\$0
王敏珍	社員	\$810		\$810
王紹輝	社友(當日未到)	\$810		\$1,620
田承蒨	社友	\$810		\$2,430
呂婷如	社員	\$810		\$3,240
汪書瑤	社友	\$810		\$4,050
周欣儀	社員	\$890		\$4,940
施凱云	非社友	\$890		\$5,830
施凱文	非社友	\$890		\$6,720
夏興國	社員	\$810		\$7,530
陳月玲	社員	\$810		\$8,340
陳欣欣	社員	\$810		\$9,150
陳彥安	社員	\$810		\$9,960
彭慧珍	社友	\$810		\$10,770
黃千芝	社員	\$810		\$11,580
				\$11,580
				\$11,580
				\$11,580
				\$11,580
				\$11,580
九人座小巴	新達小客車租賃有限公司		\$13,000	-\$1,420
				-\$1,420
				-\$1,420
				-\$1,420
				-\$1,420
保險(社團補助)	意外險 100 萬，醫療險 10 萬		\$438	-\$1,858
合計		\$11,580	\$13,438	-\$1,858

112 年 7 月 22 日幽靈瀑布步道之旅收支明細表

項目 (參加人數 11 名)	說明	收入	支出	累計
陳俊良	社員(領隊)	\$0		\$0
田承蒨	社友	\$0		\$0
江定遠	社員	\$0		\$0
林梓柔	非社員	\$50		\$50
林聖玉	社員	\$0		\$50
夏興國	社員	\$0		\$50
陳玉娥	非社友	\$50		\$100
陳鳳珠	非社員	\$50		\$150
湯森鳳	非社友	\$50		\$200
黃雅新	非社友	\$50		\$250
蕭舜文	非社友	\$50		\$300
				\$300
				\$300
				\$300
				\$300
				\$300
				\$300
				\$300
				\$300
				\$300
				\$300
				\$300
				\$300
				\$300
				\$300
				\$300
				\$300
				\$300
保險(社團補助)	意外險 100 萬，醫療險 10 萬		\$363	-\$63
合計		\$300	\$363	-\$63

112年8月26日石山引水道步道之旅收支明細表

項目 (參加人數 13 名)	說明	收入	支出	累計
陳俊良	社員(領隊)	\$0		\$0
王紹輝	社友	\$875		\$875
江定遠	社員	\$875		\$1,750
呂婷如	社員	\$875		\$2,625
李懿行	非社員	\$960		\$3,585
邱君羿	社員(當日未到)	\$875		\$4,460
范秀蓮	社友	\$875		\$5,335
徐瑞玉	社友	\$875		\$6,210
張玉	社友(當日未到)	\$875		\$7,085
陳彥安	社友	\$875		\$7,960
黃千芝	社員	\$875		\$8,835
楊健良	社員	\$875		\$9,710
詹惠婷	社員	\$875		\$10,585
				\$10,585
				\$10,585
				\$10,585
				\$10,585
				\$10,585
九人座小巴	新達小客車租賃有限公司		\$14,000	-\$3,415
				-\$3,415
				-\$3,415
				-\$3,415
				-\$3,415
				-\$3,415
				-\$3,415
保險(社團補助)	意外險 100 萬，醫療險 10 萬		\$396	-\$3,811
合計		\$10,585	\$14,396	-\$3,811

112 年 10 月 14 日灣坑頭山步道之旅收支明細表

項目 (參加人數 14 名)	說明	收入	支出	累計
陳俊良	社員(領隊)	\$0		\$0
王紹輝	社友	\$810		\$810
王義翔	社友	\$810		\$1,620
田承蒨	社友	\$810		\$2,430
江定遠	社員	\$810		\$3,240
呂婷如	社員	\$810		\$4,050
林子雁	非社員	\$890		\$4,940
林敏晴	非社員	\$890		\$5,830
林梓柔	非社員	\$890		\$6,720
夏興國	社員	\$810		\$7,530
張晏甄	社員	\$810		\$8,340
詹惠婷	社員	\$810		\$9,150
蔡崇如	社員	\$810		\$9,960
鍾孟珠	非社員	\$890		\$10,850
				\$10,850
				\$10,850
				\$10,850
				\$10,850
				\$10,850
				\$10,850
九人座小巴	新達小客車租賃有限公司		\$13,000	-\$2,150
				-\$2,150
				-\$2,150
				-\$2,150
保險(社團補助)	意外險 100 萬，醫療險 10 萬		\$462	-\$2,612
合計		\$10,850	\$13,462	-\$2,612

國家衛生研究院登山社(112/01/01-112/12/31)收支帳務明細表

日期	說明	收入	支出	活動結餘	累計
1120101	上年度結餘	\$60,285		\$0	\$60,285
1120112	入社費(夏興國、黃千芝)	\$200		\$200	\$60,485
	院外人士入社費(田承蒨、劉雅柔、陳彥安、丁瑜權)	\$800		\$800	\$61,285
	院外人士入社費(王義翔)	\$200		\$200	\$61,485
1120115	熱海岩場步道之旅	\$50	\$396	-\$346	\$61,139
1120203	入社費(鄭羽真、黃俊溢、郭湘維、蕭朝陽、王敏珍)	\$500		\$500	\$61,639
	院外人士入社費(周偉棚)	\$200		\$200	\$61,839
1120210	入社費(陳雅婷、陳閏如、董秀蜜)	\$300		\$300	\$62,139
	院外人士入社費(龍月英、范秀蓮、張美玲、王紹輝)	\$800		\$800	\$62,939
	院外人士入社費(黃學智、袁麗玉、李秀英、王美雪)	\$800		\$800	\$63,739
	院外人士入社費(黃冠蓉)	\$200		\$200	\$63,939
1120213	院外人士入社費(李慧玲)	\$200		\$200	\$64,139
1120214	入社費(蔡崇如、宋婕瑜)	\$200		\$200	\$64,339
1120215	入社費(彭慧珍)	\$100		\$100	\$64,439
	院外人士入社費(丁冠文)	\$200		\$200	\$64,639
1120219	三星山登山步道之旅	\$15,750	\$16,428	-\$678	\$63,961
1120315	入社費(陳欣欣、葉信伶、巫管明郎)	\$300		\$300	\$64,261
	院外人士入社費(王璿婷、詹菀甯、汪書瑤)	\$600		\$600	\$64,861
1120318	石牛山步道之旅	\$50	\$372	-\$322	\$64,539
1120420	院外人士入社費(蔡曜筵)	\$200		\$200	\$64,739
1120301	入社費(林仁祥、丁佳瑜、江定遠、葉凱嘉、陳彥廷)	\$500		\$500	\$65,239
	院外人士入社費(葉宸希、葉昀潔、詹雅蘭)	\$600		\$600	\$65,839
1150506	大白山、蘭崁山之旅	\$10,530	\$13,450	-\$2,920	\$62,919



Mountain Climbing Club
National Health Research Institutes

(四)

下年度活動計畫及預算

<http://climb.nhri.org.tw>



113年度活動計畫

(活動預告僅供參考，以實際活動以公告為準，紅色字體為修改確定之內容！)

活動月份	活動項目	集合時間	集合地點	交通	預估費用	截止報名	天數	活動簡介
1月份	槓子寮山之 旅	9:00	海洋大 學	自行前 往	社員 (友) 0 非社員 (友) 50	限額 20 人	1天	位於基隆市中正區、信義區交界處，大約在國立臺灣海洋大學的南側，海拔163公尺，屬於加里山脈之深澳山地，山頂有二等三角點基石，編號1168，為台灣小百岳之一。槓子寮山峰頂視野不佳，附近有槓子寮砲台古蹟，視野較佳。 https://hiking.biji.co/index.php?q=mountain&act=detail&id=103
2月份	劍潭山之 旅	6:30/7:30	捷運劍潭 站2號出 口	自行前 往	社員 (友) 0 非社員 (友) 50	限額 20 人	1天	劍潭山海拔153公尺，位於台北市士林區圓山風景區，是圓山飯店後山的北稜，也是台北市最接近市中心的小山，沿著稜脊步道緩緩前行可抵達其他山岳，走起來幾乎是輕鬆自在，在交通便捷上佔有極大之優勢。這條步道已成為市民晨運健身的場所，如位於稜線上「老地方」，就是大家熟知的健身據點。步道沿途可以欣賞圓山飯店、基隆河河濱公園等景致，步道盡頭為大直的通北街165巷、北安路口處，是一條坡緩易行的郊山步道。 https://hiking.biji.co/index.php?q=mountain&act=detail&id=108
3月份	樟之細路— 楔隘古道之 旅	6:30/7:30	台北/竹 南	專車	社員 (友) 815 非社員 (友) 900	限額 16 人	1天	楔隘古道是百年前黃南球先生為了從公館跨越八角嶼山脈進入獅潭開墾而闢建的通道，屬於鳴鳳山古道群中的其中一條，目前屬於國家綠道「樟之細路」的一段。雖然由於現代公路的鋪設，今日楔隘古道僅存的古徑只有不到一公里，不過卻可是最精華的路段。 https://hiking.biji.co/index.php?q=trail&act=detail&id=1863



113年度活動計畫

(活動預告僅供參考，以實際活動以公告為準，紅色字體為修改確定之內容！)

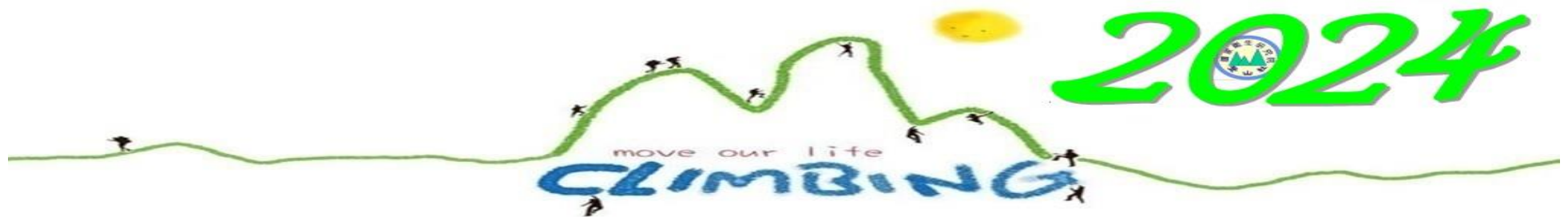
活動月份	活動項目	集合時間	集合地點	交通	預估費用	截止報名	天數	活動簡介
4月份	四月雪小徑之旅	6:00/7:00	竹南/台北	專車	社員(友) 815 非社員(友) 900	限額 16 人	1 天	位於苗栗木雕博物館後方，在整齊好走的枕木步道上，夾道歡迎的是高大的油桐樹。每到油桐花開季節，花朵猶如雪花般的飄落，正如其名「四月雪小徑」一般，充滿著浪漫的氛圍。幽靜步道的盡頭，視野頓時開闊，呈現眼前的是一大片綠油油的慈濟茶園，陣陣茶香讓人神清氣爽。走到茶園高處，有棟慈濟房舍可供休憩，雕塑品、花草裝點其中，假日有慈濟志工泡茶請遊客飲用，吹吹涼風、欣賞茶園風光，充滿快意。 https://hiking.biji.co/index.php?q=trail&act=detail&id=578
5月份	芝生毛台山之旅	6:30/7:00	台北/竹南	專車	社員(友) 815 非社員(友) 900	限額 16 人	1 天	虎禮山、芝生毛台山位於尖石鄉石磊部落南方，為雪山山脈的支稜，兩座山峰及登山口呈三角型位置，一般都會安排二座山連登。登山口位於守村農場展望台上方，可欣賞李棟山群山風光，先行左線至虎禮山，一路沿著支稜陡升，欣賞著巨木參天，林相優美，稍稍忘卻陡上 900 多公尺的艱辛，至開闊處可遠眺大霸尖山氣勢懾人的山容，虎禮山頂樹林包圍無展望，有路可通往玉峰山、低陸山、雪白山等山峰。 https://hiking.biji.co/index.php?q=review&act=info&review_id=16201
6月份	卡拉寶山步道之旅	6:00/7:00	竹南/台北	專車	社員(友) 4000 非社員(友) 4400	限額 20 人	2 天 1 夜	卡拉寶山，又稱空巴尾山，位於中橫碧綠神木上方。卡拉寶部落(Karapao)，太魯閣族語「土地肥沃」之意，是碧綠神木後的第一個大聚落，曾經是合歡越嶺道「立霧溪掘鑿曲流道」，太魯閣征戰時此地戰況激烈，曾是重要的古戰場，日人以武力強迫部落遷村，現僅存一戶人家營果園，延續這片土地的生命。 https://hiking.biji.co/index.php?q=trail&act=detail&id=954



113年度活動計畫

(活動預告僅供參考，以實際活動以公告為準，紅色字體為修改確定之內容！)

活動月份	活動項目	集合時間	集合地點	交通	預估費用	截止報名	天數	活動簡介
7月份	樟之細路-- 馬偕奉獻之 路之旅	6:30/7:00	台北/竹 南	專車	社員 (友) 815 非社員 (友) 900	限額 16 人	1 天	「水寨下」，乃客語中「瀑布之處」的意思，由於沿途峭壁險徑，水瀑不斷，故命名之為水寨下古道。這條路線是早期先民從頭屋地區進入獅潭開墾的要道，也是從前鳴鳳茶亭（鸚嶼茶亭）山下居民到普光寺（明德普光寺）禮佛參拜，或到更遠的老田寮（今明德水庫）購物訪親的山林舊路。1872年起，馬偕博士曾前前後後 12 次經由這條路線進入獅潭地區行醫傳教，現今新店老街還仍保留著他當時傳教的教會與行醫地點，故水寨下古道也被稱為「馬偕奉獻之路」。 https://hiking.biji.co/index.php?q=review&act=info&review_id=4447
8月份	油羅山步道 之旅	6:30/7:30	台北/竹 南	專車	社員 (友) 815 非社員 (友) 900	限額 16 人	1 天	油羅山位於新竹縣五峰鄉的花園村，一般多由林務局開發的羅山林道進入，林道全長 15 公里，分南、北兩線，南線有多處崩塌，北線路況良好，小車可長驅直入第一登山口附近，由此踏上緩陡交錯的山徑，優美的杉木林一路相伴，約一個半小時即可登頂；山頂腹地頗廣但展望不佳，唯有一處空隙在天氣晴朗時能遠眺油霞稜線與大霸群峰。 https://hiking.biji.co/index.php?q=trail&act=detail&id=878
9月份	藍皮解憂號 之旅	6:30/7:30	台北/竹 南	專車	社員 (友) 3500 非社員 (友) 3850	限額 20 人	3 天 2 夜	2021 年 10 月，雄獅旅行社成功取得經營權，讓藍皮列車可以「解憂」之名再次回到軌道上運行。不但列車優化成為觀光列車，車廂內裝也以復舊為核心，保留了經典的藍皮外觀、吊掛式旋轉電扇、經典綠色座椅，以及手動式開關車門和窗戶的設計，將經典元素完整復刻，讓民眾可以再次踏入熟悉的車廂，沉浸在山川青翠、碧海藍天的美麗風景中。 https://exploresun.tw/story_detail.php?id=71



113年度活動計畫

(活動預告僅供參考，以實際活動以公告為準，紅色字體為修改確定之內容！)

活動月份	活動項目	集合時間	集合地點	交通	預估費用	截止報名	天數	活動簡介
10月份	百岳之旅-- 武陵四秀之旅	22:30/23:50	竹南/台北	專車	社員 (友) 5000 非社員 (友) 5500	限額 20 人	3天3 夜	<p>武陵四秀指的是橫列在武陵農場北緣的四座百岳，由西至東，依序是品田山(3,524公尺)、池有山(3,303公尺)、桃山(3,325公尺)與喀拉業山(3,133公尺)，這一條長約十公里的高聳稜脈，是屬於雪山山脈向東北延伸鋪展的主脊稜脈中的一段，之所以冠上武陵，是因為攀登路線均以武陵農場為起迄點，從農場果樹區向北仰望，視野盡頭那座俊秀的桃形山頭，就是桃山，看一眼就會讓你思慕不已。武陵四秀的連嶺，雖長達10公里，但因起伏不大，途徑也明顯，相較於園區其他長程縱走行程可以算是輕鬆，安排個3~4天的假期，走一趟武陵四秀，將會是您登山人生路上，非常美好的回憶之一。</p> <p>https://www.snpn.gov.tw/cp.aspx?n=14584</p>
11月份	百岳之旅-- 玉山前五峰之旅	12:30/13:30	台北/竹南	專車	社員 (友) 5000 非社員 (友) 5500	限額 20 人	4天3 夜	<p>玉山群峰共有11連峰，其中有9座百岳，以地域區分為前五峰、後四峰，玉山前五峰為：「玉山主峰」(3952公尺)，為台灣第一高峰，也是東南亞最高峰，展望良好，四周群山盡在眼底；「玉山東峰」(3869公尺)，三面皆為斷崖十分險峻，形如堡壘，為十峻之首，有鐵鍊輔助攀岩陡上；「玉山北峰」(3858公尺)，山勢尖聳，山頂擁有台灣最高建築物「北峰氣象站」，是欣賞玉山主峰的最佳位置；「玉山西峰」(3528公尺)，沿途有高大冷杉，山頂留有山神廟，是台灣少數保留完整的日本神社遺跡；「玉山前峰」(3239公尺)，像是玉山群峰的前哨站，步道有段陡峭的亂石區。</p> <p>https://hiking.biji.co/index.php?q=trail&act=detail&id=591</p>



113年度活動計畫

(活動預告僅供參考，以實際活動以公告為準，紅色字體為修改確定之內容！)

活動月份	活動項目	集合時間	集合地點	交通	預估費用	截止報名	天數	活動簡介
12月份	來去部落住一晚--禮納里部落之旅	6:00/7:00	台北/竹南	專車	社員(友) 5000 非社員(友) 5500	限額 20人	3天2夜	禮納里部落位於屏東瑪家鄉，四周山林環繞，視野遼闊，屏北平原盡收眼底，美不勝收。民國 98 年莫拉克風災重創屏北三鄉，政府協助居民重建家園，選定瑪家農場作為永久屋基地，因此將鄰近的三地門鄉大社村，瑪家鄉瑪家村及霧臺鄉好茶村三村的居民遷移來此，並由世界展望會援建永久屋，命名為「禮納里」部落，意為「我們一起走，大家一起往那兒去的地方」。 https://www.maolin-nsa.gov.tw/04005297.html

[\[回首頁\]](#) [\[社團簡介\]](#) [\[報名方式\]](#) [\[精采回顧\]](#) [\[生活園地\]](#) [\[留言版\]](#)

Copyright 1997 National Health Research Institutes Climb Club. All rights reserved.



[請惠賜意見](#)

113年度登山社活動經費預算表

No.	項目	天數	講師/嚮導	交通費	住宿費	膳雜費	裝備費	行政費	合計
1	槓子寮山之旅	1天	-	-	-	-	-	500	500
2	劍潭山之旅	1天	-	-	-	-	-	500	500
3	樟之細路--楔隘古道之旅	1天	-	13,000	-	-	-	500	13,500
4	四月雪小徑之旅	1天	-	13,000	-	-	-	500	13,500
5	芝生毛台山之旅	1天	-	13,000	-	-	-	500	13,500
6	卡拉寶山步道之旅	2天1夜	-	24,000	20,000	18,000	-	500	62,500
7	樟之細路--馬偕奉獻之路之旅	1天	-	13,000	-	-	-	500	13,500
8	油羅山步道之旅	1天	-	13,000	-	-	-	500	13,500
9	藍皮解憂號之旅	3天2夜	-	36,000	40,000	30,000	-	500	106,500
10	百岳之旅--武陵四秀之旅	3天3夜	-	30,000	19,200	20,000	1,000	500	70,700
11	百岳之旅--玉山前五峰之旅	4天3夜	-	24,000	19,200	44,000	1,000	500	88,700

113年度登山社活動經費預算表

No.	項目	天數	講師/嚮導	交通費	住宿費	膳雜費	裝備費	行政費	合計
12	來去部落住一晚--禮納里部落之旅	3天2夜	-	36,000	40,000	30,000	-	500	106,500
13	社團運作費用：探勘、保險、油資、過路費、住宿、餐飲...等		-	-	-	-	-	5,000	5,000
	合計		-	\$215,000	\$138,400	\$142,000	\$2,000	\$11,000	\$508,400

說明 1：活動之交通工具若搭乘中大型巴士以 20 人數計、搭乘九人座小巴以 16 人數計。

說明 2：一日交通費用中大型巴士 12,000 元、九人座小巴 6,500 元(中部以南另行報價)，講者開車 2,000 元(搭高鐵、台鐵、客運實報實銷)。

說明 3：登山膳雜費用早餐 50 元/人，晚餐 200 元/人，夜點 30 元/人，慶功宴 3,000 元/桌(10 人)，飲料 60 元/瓶。

非登山膳雜費用早餐 500 元/桌(10 人)，午、晚餐 3,000 元/桌(10 人)，飲料 60 元/瓶。

說明 4：行政費用為其他未列之費用(包括 Ex... 門票、保險、停車費... 等等)。

說明 5：以上費用僅為預估，正確費用以活動公告為主。



Mountain Climbing Club
National Health Research Institutes

(五) 其他

<http://climb.nhri.org.tw>