

高雄市政府員工登山健行社 入社須知

親愛的朋友們，歡迎您加入我們社團的行列，申請入社之前，請詳閱以下本社團相關社務資訊：

1、 入社事宜

- (1) 入社資格：高雄市政府暨所屬機關、學校員工。
- (2) 入社費用：新臺幣 200 元整。
- (3) 入社方式（新舊社員皆須每年重新辦理入社）：

1.逕送入社報名表（需加蓋**服務機關人事室章戳**以確認現職人員身分）及入社費至社團輔導機關（財政局人事室）辦理報名事宜，**報名表 excel 電子檔**請寄至承辦人信箱：tomars27@kcg.gov.tw。

2.如非本府所屬各機關學校現職員工請於職稱註明已退休，免蓋人事室章戳。

- (1) 社員權益：享活動社員價，可攜眷屬以非社員身分參加。

1、 活動公告

本社團每年利用假日舉辦**當日往返**之登山活動（颱風季節停辦），活動訊息請上網查詢（<http://fbkcg.blogspot.tw/>）。

2、 參加活動須知

- (1) 每次活動報名訊息皆以電子郵件通傳至社員信箱，並公告社團網站（<http://fbkcg.blogspot.tw/>），通知單上皆明列注意事項、報名及退費日期等訊息，請社員詳閱。車次表統一於活動前五日以社團網站及電子郵件公佈，另有關活動之變更或取消亦同，請社員自行注意最新活動訊息公告及相關事宜。
- (2) 活動報名後，請務必本人參加，切勿找他人冒名頂替，私下頂替者，本

社團不負其保險及安全責任。

- (3) 報名活動後，如於活動前 12~9 天前取消將收取每人 200 元訂車金及行政費用後退費，8 天內取消則恕無法退費（皆以工作日計算）。但可及時於行前自行完成旅遊平安保險者，得指定替換完成保險之第三人參加活動，惟仍禁止私下冒名頂替，私下頂替者一切後果須自行負責。

以 112 年 7 月 29 日(六)為例	退費標準
活動前 12 天(7/13)	扣除 150 元後退費
活動前 11 天(7/14)	扣除 160 元後退費
活動前 10 天(7/17)	扣除 180 元後退費
活動前 9 天(7/18)	扣除 200 元後退費
活動前 8 日內	不予退費

- (4) 活動期間請聽從嚮導指示，並謹守集合時間，如非因事故無法遵守者，本社將拒絕該員或團體之活動報名以及入社申請。
- (5) 三餐、茶水、手套、雨具、禦寒衣物、個人保健藥品等請自備。

四、新入社社員登山須知

(1) 登山服裝

1. 請攜帶背包，坡陡時方便雙手攀爬。
2. 夏季山上多雨濕氣重，穿吸濕排汗衣褲較為舒適，並請著紋路深的運動鞋或登山鞋，避免滑倒。
3. 請著長袖長褲或戴袖套，並準備一雙工作手套，避免撥草前進時被割傷。

4.強烈建議攜帶護膝、登山杖、頭燈或手電筒，第一次爬山可隨身攜帶痠痛藥膏及個人藥品以備不時之需。

(1) 食物

早餐及午餐須自備，可攜其他高熱量食物補充體力，車上供給2瓶礦泉水，爬山屬易流汗活動建議自行多帶備份飲水，以備不時之需，第一次登山建議準備一瓶運動飲料避免電解質失衡，少數人第一次參加會走到抽筋，可準備香蕉減緩症狀。

(2) 岔路

- 1.請注意勿脫隊，因為山上的路都極其相似，很容易因誤判路線而迷路，遇有岔路時，請等待嚮導指示確認再行以免迷路，另行至岔路口務須停下來仔細觀察，如擺放樹枝擋住或有其他不自然人為標示(如路口擺放寶特瓶等垃圾、樹枝上插寶特瓶)，或路況不佳、路徑不明時，表示此路勿行，切勿硬闖前進，應退回或靜待原處休息，等待押後嚮導人員協助。
- 2.岔路口請確認印有高雄市政府登山健行社黃色布條為行進方向。
- 3.請詳讀每次行程通知，並將「嚮導手機號碼」輸入通訊錄，上山手機請開機，如遇緊急情況先聯絡嚮導處理，如嚮導手機不通，再請一同登山的朋友與嚮導聯繫，連絡時請告知嚮導您的服務單位、姓名、身旁有多少人跟您同行、目前情況如何，請避免通知完嚮導又通知其他朋友，因口耳相傳易使訊息錯亂，導致嚮導無法確定有多少人需要協助。山上部分路段無手機訊號，如您有無線電亦可自備，不過最好的方式還是跟緊嚮導，才不會迷路。

4.不確定的路勿深入，萬一迷路了，請先聯絡嚮導，並留在原地等待。

→簡言之，請跟緊嚮導，無法確定的岔路留在原地等後方嚮導一同行進。

(1) 其他

1. 請結伴同行切勿落單或隻身獨行，如遇身體不適請立刻告知身旁的人請求協助，社內有許多經驗豐富的社員會主動協助您。

2. 自備食物建議如下：

零食類：餅乾〈甜鹹不拘〉、糖果、巧克力……

水果類：香蕉、小番茄、橘仔、柳丁、葡萄、百香果、鳳梨、木瓜、芭樂……

社團輔導機關：高雄市政府財政局

聯絡單位：財政局人事室

聯絡人：李小姐

電子信箱：tomars27@kcg.gov.tw

電話：07-3368333 分機 2502

傳真：07-5367340