

---

# 110學年度屏心淨棄 學員手冊

— 行前請先閱讀此手冊 —

2022 1/19 - 1/21

---

國立中正大學 屏友會



# 目錄

<u>活動行程</u>	3
分組名單	6
活動守則	7
淨灘 <u>須知</u>	8
<u>住宿資訊</u>	12
行前攜帶物品清單	14
筆記欄	15

## 行程表 1/19 (三)

時間	活動內容
08:15 – 10:25	<b>依上車地點搭車</b> 08：15前請到：屏東轉運站 星空廣場 09：30前請到：東港客運總站 10：15前請到：枋寮火車站
10:25 – 11:30	前往海生館
11:30 – 12:20	<b>海生館</b> -魚你同行後場體驗
12:20 – 13:10	<b>午餐</b> -麵包餐盒
13:10 – 16:30	<b>海生館</b> -館內導覽、自由活動
16:30 – 17:00	前往恆農飯店 -整理行李、休息
17:00 – 18:00	<b>晚餐</b> -團訂便當
18:00 – 19:00	破冰遊戲
19:00 – 22:30	盥洗、休息
22:30 – 24:00	就寢

## 行程表 1/20 ( 四 )

時間	活動內容
06:00 – 06:30	起床盥洗
06:30 – 07:30	早餐 - 飯店提供
07:30 – 08:00	前往小灣沙灘
08:00 – 12:00	淨灘 - 小灣沙灘
12:00 – 13:00	午餐 - 團訂便當 / 前往船帆石沙灘
13:00 – 16:30	淨灘 - 船帆石沙灘
16:30 – 17:00	前往恆春老街
17:00 – 19:30	晚餐 - 恆春老街自理
19:30 – 20:00	前往恆農飯店
20:00 – 21:00	檢討會 - 全員+組長
21:00 – 22:30	盥洗、休息
22:30 – 24:00	就寢

# 行程表 1/21 (五)

時間	活動內容
06:00 – 06:30	起床盥洗
06:30 – 07:30	早餐 - 飯店提供
07:30 – 08:00	前往後灣沙灘
08:00 – 12:00	淨灘 - 後灣沙灘
12:00 – 12:40	檢討會(全員+組長)
12:40 – 13:40	午餐 - 團訂便當
13:40 – 14:10	前往佳樂水
14:10 – 15:30	佳樂水參訪
15:30 –	回程停靠 枋寮火車站 屏東客運東港站 屏東轉運站

# 分組名單

	第一組	第二組	第三組	第四組
組長	林育賢	王榮峻	蔡昕柔	劉若田
組員	黃心亮	劉士華	王偉凱	陳鍾承
	鄭駿穎	曾睿銓	林慧明	黃家閔
	林煒中	張簡仲益	郭品儀	傅瑋浚
	謝逸凡	劉旻榛	阮于庭	馮雅婕
	陳欣妤	張雅雯	歐陽宇庭	蔡依珊
	彭楚茜	江若慈	蘇甄翔	李依靜
	袁瑜璟	王美綺	季恩加	范筠灃
	林宣妤	王雅琪	陳屏安	楊佑甯
		許怡婷		

緊急連絡電話：

會長 康育銘 0966657109

組長 林育賢 0983327481

組長 蔡昕柔 0978260074

組長 王榮峻 0979982801

組長 劉若田 0975295221

## 活動守則

1. 活動當日**嚴禁戲水**，請務必注意安全。
2. 請依現場工作人員指示進行活動。
3. 當有身心狀態不舒服之情況，請立即向所屬組別之隊輔或工作人員反應，並停止淨灘活動。
4. **安全第一！安全第一！安全第一！**
5. **準時集合**，不要遲到。
6. 盡量於24:00前就寢，隔天才有好精神。

## 防疫須知

1. **戴上口罩**。
2. **飯前洗手**。
3. 上車和進入飯店時確實實施酒精消毒，車上會準備酒精，同學也能攜帶個人使用的酒精。
4. 有身體不適的情形請馬上跟組長反映。
5. 不可與他人共用餐具。

## 淨灘流程

1. 各組拿到，一個ICC紀錄表、兩個黑色垃圾袋、多個小垃圾袋（三天重複使用）。
2. 由統一地點分配範圍，各組撿垃圾（先不分類）
3. 回到統一地點分類（放入回收袋），並填寫ICC紀錄表（以正字劃記）
4. 各組計算項目的總數（小方格）
5. 各組把ICC交回統一地點，統一地點的人計算總數。

## 淨灘注意事項

1. 穿戴**手套**與**包腳鞋**，避免淨灘時被利物刺傷。
2. 注意玻璃、針頭或其他尖銳物品。
3. 遠離海浪，並隨時注意潮水之變化。
4. 若廢棄物太過龐大，切勿一人搬運及清理。
5. 避免踩踏海濱植物或沙丘地區。
6. 注意並避免傷害海灘上的生物。



# 臺灣國際淨灘行動記錄表 (由組長統一填寫)

Q：淨灘要撿些什麼？

A：請依能力與時間量力而為，儘量將海灘上所有的人為垃圾都撿拾乾淨，讓漂流木、樹葉、海藻等天然物留在原地。

Q：所有垃圾都要登記嗎？但是表格中只有19項？

A：請登記表格中19項廢棄物的數量，沒有被列出的物品不用登記(但還是要撿喔)。

Q：遇到碎片如何處理，需要計算嗎？

A：為了避免一件垃圾破碎後被重複計算，破碎的物品若完整程度不足50%、或無法辨識，則無須登記。因為國際淨灘行動記錄表主要是為了統計完整的廢棄物，若是海灘充斥各種細小碎片(如塑膠原料粒或保麗龍)，則需要進一步操作「微塑膠密度調查」，才能掌握微塑膠(microplastic)汙染程度。



淨灘地點

縣市

海灘 日期

淨灘長度

公尺

淨灘人數

人

垃圾總重

公斤

單位名稱或登記者

※請將海灘上所有的人為垃圾都撿拾乾淨，讓漂流木、樹葉、海藻等天然物留在原地。

※請登記下列物品的數量，沒有被列在記錄表中的物品不用登記。

※破碎的物品若完整程度不足50%、或無法辨識，則無須登記。

※請先用正字號紀錄數量，最後將總數填寫於左方的小方框中。例如：

15 寶特瓶 正正正



具有回收符號的物品，代表為公告應回收，請置於回收袋內。

但是淨灘收集的廢棄物大部分會因為髒汙而失去回收價值，最終只能焚化處理。

## 生活垃圾與遊憩行為

被棄置於街道、下水道與河川之中，或海岸遊憩所產生之垃圾

## 塑膠容器類



寶特瓶



## 外帶飲料免洗餐具

吸管



塑膠瓶蓋



外帶飲料杯



含紙類/塑膠/保麗龍等材質



其他飲料與食物容器

例：優酪乳/鮮奶瓶/生鮮肉品托盤



不含寶特瓶但含保麗龍材質

免洗餐具

例：杯/盤/便當盒/筷子/刀叉/湯匙/竹籤



含紙類/塑膠/竹製/保麗龍等材質



非食物的瓶罐與容器

例：清潔/美妝用品/機油瓶



其他材質



鐵鋁罐



## 塑膠袋

塑膠提袋

例：超商/賣場/夜市等商家提供，裝便當/飲料等



鋁箔包/利樂包



食品包裝袋

例：零食



玻璃瓶



## 醫療/個人衛生用品

牙刷



針筒、針頭



## 抽菸

菸蒂



打火機



## 漁業與休閒釣魚

與漁業、水產養殖、垂釣行為相關的垃圾

釣魚用具

例：釣竿/釣餌/浮標/魚線/魚鉤/木蝦/螢光棒與相關包裝

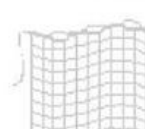


漁業浮球/浮筒/漁船防碰墊



含塑膠/保麗龍/其他發泡材質

漁網與繩子



## 當地關心的廢棄物

自行填寫並計算您所關心的廢棄物

種類1

種類2

種類3

種類4

記錄完成請彙整上傳至「愛海小旅行網站」cleanocean.sow.org.tw。

並將成果網頁分享給您的好友，感謝您的參與。(手機也可上傳喔)



## 分房名單

626	628	630	632	609
陳鍾承	曾睿銓	黃心亮	林育賢	謝逸凡
黃家閔	張簡仲益	鄭駿穎	康育銘	陳欣妤
傅瑋浚	王偉凱	林煒中	陳義鏵	彭楚茜
	林慧明	劉士華	王榮峻	袁瑜璟

610	611	612	616	618
許怡婷	王美綺	阮于庭	季恩加	林宣妤
劉旻榛	王雅琪	歐陽宇庭	李依靜	楊佑甯
張雅雯	蔡依珊	蘇甄翔	范筠濤	蔡昕柔
江若慈	郭品儀	陳屏安	馮雅婕	劉若田
				王秀晴

飯店地址:

屏東縣恆春鎮恆南路11巷2弄6號

恆農假期渡假飯店

# 住房資訊

1. 房間互撥請直撥房號，櫃檯請撥9。
2. 入房卡片請置入感應盒，外出請記得拿感應卡片或鑰匙鎖上。感應卡片的只需要關上門即上鎖。
3. 室內禁止抽菸，想抽菸可以到外面吸菸區。禁帶寵物。
4. Wi-Fi帳號跟房號相同，不需密碼。
5. 早餐時間為06:30-10:00（早餐券一律與房卡同放，記得清點）坐電梯至2樓用餐（使用早餐前請先將行李放置一樓櫃檯）
6. 冷氣開關在浴室門外牆面。
7. 飲水機位於各樓層電梯出口右轉。
8. 飯店紙拖鞋請勿穿進浴室內，避免滑倒。
9. 飯店有可租借的麻將間、意者請洽櫃檯租借，嚴禁在公共場所賭博。
10. 房間內的電視，提供MOD，電視遙控器按紅色電源鍵即可，請勿按訊號或MOD鍵。
11. 房卡有兩張，退房時兩張房卡都要歸還櫃台，如不見一張卡片需賠償500元。
12. 房間如有損毀，需照價賠償。
13. 疫情期間，早餐用餐在夾菜時請戴上口罩。

# 行前攜帶物品清單

## 必帶

- 身分證、健保卡、學生證（海生館入場用）
- 家長同意書（滿20歲者不用）
- 更換衣物
- 口罩（3天份）
- 環保餐具
- 防曬、個人藥品
- 雨具、陽傘、遮陽帽
- 小毛巾（擦汗用）
- 水壺
- 錢（有一餐為恆春老街自理）

## 可帶可不帶

- 盥洗用品（飯店有提供，不過還是建議攜帶自己的牙刷，以減少垃圾產生喔！）

## Procedure of cleaning the beach

1. `for` group in `all_groups`:
2.     `group.equipment.append( [ICC紀錄表, 黑色垃圾袋*2] )`
3. `while` ( ! `is_the_beach_clean()` ):
4.     `clean_the_beach( 空的小垃圾袋, 指定範圍 )`
5.     `classify_and_record( 滿的小垃圾袋 )`
6. `for` group in `all_groups`:
7.     `group.summarize_result( ICC紀錄表 )`
8.     `group.hand_out( ICC紀錄表 )`
9. `summarize_result( 各組的ICC紀錄表 )`

# 筆記欄

# 筆記欄