

社會福利署

綜合家庭服務中心戶外活動安全指引

1. 引言

社會福利署屬下各綜合家庭服務中心均會因應地區需要而舉行各類型的活動，當中包括戶外活動如參觀、旅行、遠足、單車、攀山、游泳、獨木舟、風帆、日營、宿營、野外露營等。雖然這些活動大部份都是安全的，但仍然有可能發生意外。要將發生意外的可能性減至最低，職員必須有充分準備，提升安全意識及做足所有安全措施。若意外一旦發生，職員也能按事先制訂的安全措施處理事件。所有負責戶外活動的職員，應該參照下列指引，按個別或特殊情況，適當地運用常識、經驗、判斷力和合適的安全措施，務求讓戶外活動可以安全及愉快地進行。

2. 一般準則及準備事項

- 2.1 年齡不足十八歲的參加者，須由父母/監護人陪同或獲得他們的書面同意才可以參加；而年齡不足六歲者，則須由父母/監護人或家中一名成年成員或父母/監護人指定的其他成年人陪同方可參加。
- 2.2 負責職員必須熟習活動場地或路線，活動舉行前應作實地考察，留意可能發生意外的地方，加以防範。
- 2.3 帶備有關的電話號碼及其他有關的安全物品。(附件一)
- 2.4 按照適當的人手比例，安排足夠的工作人員及合適的義工。(附件二)

- 2.5 隨時留意天氣的變化，按社會福利署制訂有關熱帶氣旋、持續豪雨及雷暴的公佈，在活動之前或進行期間採取應變措施(附件三)，並宜在報名時向參加者說明颱風訊號、雷暴警告或暴雨警告下的活動安排。
- 2.6 負責職員必須出席所安排的活動，以便照顧參加者及處理突發事情。在某些情況之下，由於本身能力的局限：例如，負責職員不懂游泳，但要安排一項水上活動；負責職員應該安排有經驗及合資格的導師或義工或其他職員協助帶領該活動或環節。而該職員亦必須留守在最接近活動場所的地方，時刻與參加者保持聯絡。
- 2.7 出發前擬定一套緊急應變方法，例如，如何處理火警、參加者(或職員/義工)突感不適、欠缺食物、與參加者失去聯絡等。
- 2.8 在活動之前最少七個工作天，向中心主任提交活動計劃詳情，包括行程表、路線圖、出發時間、回程時間及緊急應變措施。
- 2.9 出發前舉行安全講座並派發附有負責職員姓名及聯絡電話、路線圖及行程表之單張，使所有參加者及工作人員(包括義工、導師及其他職員)徹底明瞭他們的責任及意外發生時應採取的行動。
- 2.10 負責職員應留意參加者的健康情況，避免安排他們身心不能負荷的活動，如有需要，應於報名時，向參加者說明活動所需之體能要求。
- 2.11 教導參加者(尤其是兒童)不要隨便拾起不明的物體。
- 2.12 注意食物衛生，防止食物中毒。(附件四)
- 2.13 注意交通安全。(附件五)
- 2.14 提醒參加者穿著合適的服裝。

3. 額外安全措施

除了上述之外，某些活動需要額外的安全措施，分述如下：

3.1 參觀

負責職員應該提醒參加者注意及遵守個別參觀場所的安全措施，並向參加者指明下一站之集合時間地點，以防組員失散。

3.2 遠足/攀山

3.2.1 參加者年齡宜在十四歲或以上。

3.2.2 在擬定路線時，應考慮下列各點：

- 參加者的能力：確保每一位參加者都有能力完成路程
- 天氣情況：遇上天氣不穩定，極冷或極炎熱，都不適宜登山或涉水
- 時間：安排充足時間，在日落之前完成旅程
- 危險地區：應避免經過礦場、練靶場、軍事演習區、懸崖、瘋狗症疫區、治安黑點等(附件六)

3.2.3 如果中心主任隨隊出發，應把一份行程表及路線圖，交給另一位不隨隊出發的職員。

3.2.4 應有一位急救員。

3.2.5 攀山活動須有合格的導師指導。可參考香港攀山總會網頁（<http://www.hkmh.org/>）以獲得有關攀山活動的導師資格及人手安排的資料。

- 3.2.6 確知最近的救援地方如警署、瞭望站、郊野公園管理站的位置及電話。
- 3.2.7 在最接近遠足路線的警署備案。(附件七、八)
- 3.2.8 不要讓任何參加者擅自離開。
- 3.2.9 依照最慢參加者的速度行走，安排速度較慢的走在最前。
- 3.2.10 指定有經驗者殿後，確保沒有參加者落後甚至失去聯絡。
- 3.2.11 經過任何路障或分叉路時，須全隊集中在一起，始可繼續前進，以免分散。
- 3.2.12 經常點算人數，確保所有參加者沒有迷途。
- 3.2.13 盡量勸籲參加者切勿在旅途中吸煙，以免觸發山火。
- 3.2.14 如遇迷途，集中全隊，保持鎮定，尋找明顯目標以便認定位置，決定應否按原路折回或停留原處，並利用所攜帶的通訊設備如流動電話、哨子或電筒等向外求救。
- 3.2.15 讓所有參加者知道行程表、路線、求救地方及電話及意外時應採取的行動。
- 3.2.16 如不幸發生意外，應注意下列各點：
 - 立刻進行急救
 - 如情況許可，送傷者前往醫治，否則勿將傷者移動；應利用流動電話或派遣隊員前往求救，求救時應列明方位、受傷人數、意外發生的時間、傷者及其他參加者的情況

3.3 游泳

- 3.3.1 年齡不足十歲的參加者，必須在家長陪同下方能參加是項活動。
- 3.3.2 游泳只可以在有拯溺員當值的海灘或泳池進行。避免在環保署公佈水質惡劣的海灘游泳。如果游泳地點遠離拯溺員當值的地方，負責職員必須懂得拯溺或安排合資格的拯溺員當值。
- 3.3.3 初學者不應在水深過頂的地點習泳。
- 3.3.4 負責職員應派發泳帽給參加者，以資識別。
- 3.3.5 每次下水的人數應該限制，以便於照顧，並設專人經常點算人數。
- 3.3.6 當海灘掛上紅旗或鯊魚旗時，所有游泳活動應立即停止，參加者應盡速返回岸上。
- 3.3.7 過飽、過餓或身體感覺不適時，都不應下水，抽筋後更不要下水。
- 3.3.8 不要在水裏進行危險動作，例如“騎膊馬”。
- 3.3.9 小心使用浮床，以免漂浮過遠，或洩氣下沉，發生危險。
- 3.3.10 不要安排晚上在海灘游泳。
- 3.3.11 不要讓參加者單獨游泳。
- 3.3.12 如無合格之導師指導，不要讓參加者跳水或潛水。

3.4 獨木舟及風帆

- 3.4.1 參加者年齡宜在十四歲或以上。
- 3.4.2 必須在合格導師的督導下進行。(附件九)
- 3.4.3 參加者必須事先完成下列測驗：
 - 穿著衣物在水中游 50 米
 - 踏水一分鐘
 - 在深水脫去泳衣/泳褲以外之衣物
 - 穿著泳衣/泳褲以任何泳式游 100 米
 - 由水面潛入水中，潛泳 5 米
- 3.4.4 安排一位有能力在深水中執行拯救工作的人員。
- 3.4.5 參加者必須穿上合規格之救生衣。
- 3.4.6 教導參加者覆舟的處理方法。
- 3.4.7 導師應熟悉活動區域的水流、潮汐、氣候及潛在的危險。
- 3.4.8 路線必須符合參加者的能力。
- 3.4.9 所有參加者都必須熟習一套彼此認同的傳訊方法。
- 3.4.10 如屬長程水上運動，預先通知水警。
- 3.4.11 切勿進入操炮區。
- 3.4.12 嚴守海上防止船隻相撞規則。

3.5 野外露營

- 3.5.1 年齡不足十歲的參加者，必須在家長陪同下方能參加是項活動。
- 3.5.2 負責職員或義工應有野外露營的經驗。

- 3.5.3 避免在危險地區或不准紮營的地區紮營，選擇一個有遮蔽的地點紮營，營地應遠離危險，如鬆浮大石、水浸等。
- 3.5.4 營幕之間預留足夠的空間，以防一旦發生火警時火勢迅速蔓延。
- 3.5.5 營繩繫上容易辨認的標記。
- 3.5.6 不應在營幕附近奔跑或玩球類遊戲。
- 3.5.7 不可在營幕內煮食或生火。
- 3.5.8 燃料應儲存在營外，並有適當標誌。
- 3.5.9 參加者應預先練習紮營、拔營及使用食爐技巧。
- 3.5.10 出發前應檢查所有裝備是否足夠及適當。
- 3.5.11 在最接近紮營地點的警署備案。

3.6 踩單車

- 3.6.1 年齡不足十歲的參加者，必須在家長陪同下方能參加是項活動。
- 3.6.2 在擬定路線時，應考慮下列各點：
 - 必須使用由政府認可之單車徑或單車場
 - 確保每一位參加者都有完成路程的能力
 - 遇上天氣不穩定，極冷或極炎熱，都不適宜踩單車
 - 避免經過如礦場、練靶場、軍事演習區、懸崖、瘋狗症疫區、治安黑點等危險地區
- 3.6.3 確知最近的救援地方如警署、瞭望站、郊野公園管理站的位置及電話。
- 3.6.4 如有需要，在最接近單車路線的警署備案。

- 3.6.5 確保單車機件運作正常。
- 3.6.6 提醒參加者應避免讓單車互相碰撞。
- 3.6.7 不要讓參加者擅自離開。
- 3.6.8 依照最慢參加者的速度進行，安排速度較慢的走在最前。
- 3.6.9 指定有經驗者殿後，確保沒有參加者落後甚至失去聯絡。
- 3.6.10 經常點算人數，確保所有參加者沒有迷途。
- 3.6.11 讓所有參加者知道行程表、路線、求救地方及電話與及意外發生時應採取的步驟。
- 3.6.12 如不幸發生意外，應注意下列各點：
 - 立刻進行急救
 - 如情況許可，送傷者前往醫治；否則，勿讓傷者移動。應利用電話或派遣隊員前往求救，求救時應列明方位、受傷人數、意外發生時間、傷者及其他參加者的情況

電話號碼及安全物品

1. 負責職員應該在活動進行期間隨身攜帶下列電話號碼：
 - i. 直屬主管、中心主任、所屬地區的助理福利專員及福利專員的辦公室、住宅、流動電話及傳呼機。
 - ii. 參加者的聯絡電話副本(只供負責職員使用)：如果參加者不足十八歲，這亦包括參加者的父母/監護人的聯絡電話、流動電話及傳呼機。為避免參加者的個人資料不必要地外洩，符合個人資料(私隱)條例所規定，負責職員所攜帶參加者及其父母/監護人/家人的聯絡電話副本應在活動之後迅速銷毀。
 - iii. 其他電話號碼，包括香港電台、活動場地之鄰近警署、電召的士服務、救護車服務及天文台查詢天氣熱線等。
2. 負責職員應按個別活動需要而決定該攜帶那些物品，一般而言，下列物品有助於防止或處理意外：
 - i. 流動電話/傳呼機/室外無線電對講機
 - ii. 急救用品：建議納入急救箱內的項目，包括：

a：捲軸繃帶-各種闊度
(25，50，75，100 毫米)

b：三角繃帶-三角中
(900 毫米邊長，
1,300 毫米底長)

c：棉棒

d：冷敷設備

e：即棄膠手套

f：彈性繃帶

g：鉗子

h：松節油

i：安全別針

j：剪刀

k：消毒黏性敷料
(各種尺寸)

l：消毒眼部敷料

m：消毒紗布

n：體溫計

o：酒精

p：藥棉

q：黏性膠布

r：消毒藥水

(出發前應該檢查這些用品是否清潔可用，份量是否足夠
與及藥物是否過期)

iii. 指南針

iv. 電筒(出發前應檢查電池是否有效；電筒是否運作如常)

v. 輕便收音機

vi. 應急食糧(例如朱古力，葡萄糖片，乾果等)

vii. 風褸/禦寒衣物

viii. 帽

ix. 食水

x. 火柴或打火機

xi. 傘

xii. 地圖

xiii. 哨子

xiv. 繩索

xv. 防蚊用品

附件二

人手比例

1. 不同的活動需要不同的人手，人手包括 職員、導師或義工。
要制訂劃一的人手比例，並不容易。一方面，綜合家庭服務中心的對象非常廣泛，不同的服務對象需要照顧的程度並不相同，例如，老人和兒童的活動比較一般青少年活動需要更多的人手；弱能人士的活動所需要的人手還要更多；相反，家庭活動可能需要較少的照顧。另一方面，人手的需求也因活動性質的不同而有所差異，負責職員應該根據實際需要而安排足夠的人員照顧參加者，以下的人手比例只供參考：

	家庭	成人	青年	兒童	老人	弱能人士			
						失聰	輕度弱智/失明/精神病康服者	中度及嚴重弱智/痙攣	坐輪椅/肢體傷殘
參觀	1:25	1:25	1:20	1:10	1:10	1:8	1:4	1:2	1:1
日營	1:20	1:20	1:16	1:10	1:8	1:8	1:4	1:2	1:1
宿營	1:16	1:16	1:16	1:8	1:6	1:8	1:4	1:2	1:1
遠足	1:16	1:16	1:16	1:8	1:6	1:8	1:4	1:2	1:1
野外露營	1:12	1:12	1:12	1:6	1:6	1:8	1:4	1:2	1:1
水上活動	1:8	1:8	1:8	1:4	1:4	1:8	1:4	1:2	1:1
攀山	1:6	1:6	1:6	1:4	1:4	1:8	1:4	1:2	1:1

註：成人-18 歲以上；青年-12-18 歲；兒童-12 歲以下；
老人-60 歲以上

2. 某些活動，如遠足、單車、射箭、划艇、獨木舟、繩網、攀山等，必須有合格的教練或有經驗的導師在場。
3. 除非參加者的人數極少，負責職員應該盡量安排超過一人帶領活動。

天氣

1. 颱風

- 1.1 一號風球懸掛之後，所有水上活動應該取消。陸上活動雖然可以繼續進行，負責職員應留意天氣的變化而決定該活動是否繼續、改期、取消或終止。
- 1.2 三號風球懸掛之後，所有即將(二小時內)舉行的戶外活動應該取消。如果某項戶外活動正在進行當中，負責職員應該考慮實際的天氣情況，並請示中心主任，以決定該項活動是否繼續進行。如果決定活動繼續進行，負責職員應該和中心主任保持聯絡，定時報告。如果決定終止活動，負責職員必需安排適當的交通工具，以便參加者回家或返回中心。
- 1.3 八號風球懸掛之後，所有即將(二小時內)舉行的室內及戶外活動必須取消或終止。如活動已展開，負責職員需要安排適當交通工具以便參加者回家；否則，應該尋找一處安全的地方暫避，直至風球除下與及交通恢復正常，並把有關安排通知參加者的家屬及向中心主任報告。
- 1.4 如因風球懸掛而取消活動，負責職員應盡快通知所有參加者有關決定。如未能通知所有參加者，儘管活動已經宣佈取消，在天氣及交通情況許可下，負責職員仍然應該前赴

集合地點，以便通知那些不知道活動已取消的人士。

- 1.5 負責職員應該在戶外活動舉行之前數天便開始留意天文台有關颱風消息。如有需要時，可以撥電話 1878200 查詢最新天氣消息。

2. 雷暴警告

- 2.1 天文台發出雷暴警告之後，所有即將(二小時內)進行的水上活動必須取消，所有正在進行的水上活動必須終止。負責職員應該指示參加者盡快離開水面。陸上活動則按當時天氣情況而繼續、改期或取消。
- 2.2 如果在活動進行期間發生雷暴，負責職員應該注意下列各點：
 - 2.2.1 應避免停留在溪澗的下游。
 - 2.2.2 不要在橫跨河流或溪澗的橋底避雨。
 - 2.2.3 不要在樹下避雨。
 - 2.2.4 離開已經荒廢的牆壁及斜坡。
 - 2.2.5 遠離山峰及其他較高點。
 - 2.2.6 坐或站立在絕緣的衣物上。

3. 暴雨警告

3.1 黃色或紅色暴雨警告

3.1.1 天文台發出黃色或紅色暴雨警告之後，所有即將(二小時內)舉行的戶外活動必須取消或終止。如活動已經展開，負責職員應考慮當時天氣及交通情況而協助參加者回家；否則，應該尋找一處安全的地方暫避，直至天文台取消黃色或紅色暴雨警告及交通恢復正常，並把有關安排通知參加者的家屬及向中心主任報告。

3.1.2 如因黃色或紅色暴雨警告而取消活動，負責職員應盡快通知所有參加者有關決定。如未能通知所有參加者，儘管活動已經宣佈取消，負責職員仍然應該前赴集合地點，以便通知那些不知道活動已經取消的人士，並給予適當的照顧。

3.2 黑色暴雨警告

3.2.1 天文台發出黑色暴雨警告之後，所有即將(二小時內)舉行的戶外活動必須取消或終止。如活動已經展開，負責職員需要協助參加者尋找一處安全的地方暫避，直至天文台取消黑色暴雨警告及交通恢復正常，並把有關安排通知參加者的家屬及向中心主任報告。

3.2.2 如因黑色暴雨警告而取消活動，負責職員應盡快通知所有參加者有關決定。如未能通知所有參加者，儘管活動已經宣佈取消，在天氣及交通情況許可下，負責職員仍然應該前赴集合地點，以便通知那些不知道活動已經取消的人士，並給予適當的照顧。

4. 其他

負責職員在舉行戶外活動之前，應該留意天氣報告，注意天文台可能發出之特別訊號如酷熱/寒冷天氣警告、強烈季候風訊號、火災危險警告訊號、水浸及山泥傾瀉警告等，以便作出適當的安排，保障參加者的安全。

如何避免食物中毒

1. 舉行戶外活動的時候，參加者時常食用罐裝食物，負責職員應該提醒參加者確定所食用的罐裝食物沒有過期。
2. 負責職員應該提醒所有參加者(尤其是兒童)進食之前應該洗手。
3. 安排已經煮沸的水或蒸溜水以供飲用。
4. 如要在野外煮食，確保使用清潔及未受污染的水源。
5. 不要隨便採摘及食用野果。
6. 在舉行野外露營時，煮好的食物，須即時食用。

交通安全

1. 選擇一處足以容納所有參加者的候車地點。
2. 乘坐旅遊車時，提醒參加者(尤其是兒童)不要伸手或頭出車外。
3. 指導參加者把物品放好在行李架上，避免在車輛行走時掉下來。
4. 避免在車輛行走時進行需要參加者離開座位的活動。
5. 安排適當的活動，以免參加者在車輛行走時入睡。
6. 開車之前，確保所有人士已經登車。
7. 在抵達目的地之後，負責職員應首先下車，確定下車地點的交通情況是否適合，才讓其他乘客下車。
8. 確保所有乘客已下車後才讓司機駕駛車輛離開。
9. 利用安全設施過馬路。
10. 以上各點，亦適用於水上交通工具。

危險地區

<u>地區</u>	<u>地點</u>
獅子山	1. 獅子頭
馬鞍山東北方向	2. 吊手岩
大嶼山貝澳西北	3. 狗牙嶺
大埔(近八鄉)	4. 大刀屻
大浪灣	5. 蚌蛇尖
青山灣	6. 青山操炮區
大嶼山(近大澳)	7. 水撈漕
船灣淡水湖(鵝髻頂)	8. 跌死狗

通知警方手續

1. 最少在活動舉行前十天將有關資料以書面通知活動舉行地點所屬之分區警署，如進行活動時需要租用船隻，而非乘搭有固定航線之小輪，亦需通知水警分區警署。該等資料應包括：
 - i 活動性質
 - ii 活動日期及時間
 - iii 活動地點及路線
 - iv 參加者人數、性別及年齡
 - v 可能發生的困難
 - vi 負責職員之手提電話號碼
 - vii 負責職員的直屬上司或中心主任或一位沒有參加活動的職員姓名及聯絡電話作為後備聯絡；如參加者逾時未返或失蹤，則該負責職員的直屬上司或中心主任或一位沒有參加活動的職員負責通知分區警署或水警分區警署
2. 上述資料若有任何變更，應通知活動舉行地點所屬之警察分區警署或水警分區警署。
3. 在進行活動當天早上，應盡早致電有關警署之當值警官，說明該活動是否如期舉行、延期或取消。
4. 活動完畢後，負責職員應立即通知當地警署之當值警官。

5. 在一般情況下，參加者不應擅自離隊。如在特別情況下，參加者在獲得負責職員同意下，獨自離隊返家，於返抵家門後，應立刻向負責職員或有關警署報告。

各區警署報案室電話號碼及傳真號碼

港島區 分區警署	電話	傳真
中區	2522 8882	2234 9871
海傍	2857 1555	2975 4392
山頂	2849 8748	2849 5652
西區	2546 0164	2858 9065
香港仔	2552 1766	2552 9216
赤柱	2813 1717	2813 6480
灣仔	2519 0076	2511 8731
跑馬地	2234 0282	2575 8051
北角	2563 6487	2562 5546
筲箕灣	2524 8733	2234 9860
柴灣	2557 1878	2556 3406

**東九區
分區警署**

黃大仙
慈雲山
西貢
觀塘
將軍澳
秀茂坪
牛頭角

電話

2320 6871
2325 5235
2792 1279
2727 0006
2704 0430
2341 8696
2798 3300

傳真

2752 9405
2351 9064
2791 5129
2348 0700
2706 1332
2790 7017
2750 0642

**西九龍
分區警署**

尖沙咀
油麻地
深水埗
長沙灣
石硤尾
旺角
九龍城
紅磡

電話

2721 0137
2388 1141
2386 7633
2743 7862
2778 7744
2381 1052
2711 6955
2713 5880

傳真

2369 0793
2388 3994
2708 8462
2742 7046
2788 3830
2789 2123
2762 9789
2624 5367

**新界南
分區警署**

葵涌

電話
2418 9846

傳真
2427 3438

青衣

2431 9123

2449 0351

荃灣

2415 6003

2405 3687

梨木樹

2427 6129

2427 3619

沙田

2691 2754

2601 2176

田心

2695 9728

2601 5841

馬鞍山

2640 0109

2640 1904

小瀝源

2649 9080

2646 1458

大嶼山北

2988 8520

2988 1822

大嶼山南 (梅窩)

2984 1660

2984 1408

機場

2769 4802

2949 9835

**新界北
分區警署**

大埔

電話
2667 2292

傳真
2144 1271

上水

2675 6364

2676 7569

屯門

2463 1301

2464 8205

青山

2441 3933

2457 9507

元朗

2476 5886

2477 5963

天水圍

2448 1803

2446 6547

八鄉

2488 5337

2488 0328

沙頭角

2674 1469

2659 2339

打鼓嶺

2674 4572

2659 8501

落馬洲

2471 4889

2482 4808

羅湖

2673 4024

2673 8203

水警 分區警署	電話	傳真
水警東	2791 1050	2194 4542
水警南	2553 9560	2553 7165
水警西	2450 4887	2452 2759
水警北	2603 4060	2602 7353
長洲	2981 1217	2986 9057
南丫島	2982 0251	2982 4601
坪洲	2983 0251	2983 1146

註（資料來源：<http://www.info.gov.hk/police/>）2005 年 8 月

獨木舟之合格導師：

1. 考獲拯溺銅章/急救証書及獨木舟教練証書，並獲香港獨木舟總會簽發註冊教練證。

風帆/滑浪風帆之合格導師：

2. 考獲拯溺銅章/急救証書及風帆/滑浪風帆教練証書，並獲香港風帆總會/香港滑浪風帆總會簽發註冊教練牌。