**111 年「長者活躍老化競賽活動」評選須知** 111.2.15V1

# 一、活動宗旨:

因應高齡化社會的來臨，如何讓高齡者可以健康老化在地老化成為首要任務，為以豐富社區老人健康生活，國民健康署持續辦理「長者活躍老化競賽活動」，激勵長者走出家門，參與社區活動，透過舞台表演展現長者健康活力與生命價值，激發不老風潮，實踐「在地老化」與「活躍老化」的理念。

**二、主辦單位：**衛生福利部國民健康署三、**承辦單位：**喜丞創意股份有限公司**四、競賽時程：**

(一)縣市初賽：由各地方政府(離島縣市除外)自訂競賽原則或須知，辦理轄內初賽，並遴選隊伍，擇優進入分區競賽。

(二)分區競賽：原則分為 4 區(每區涵蓋之地方政府，由本署規劃分配)各辦 1

場競賽活動，預定於 111 年 9 月至 10 月間辦理完成。(舉辦日期另行通知)

(三)全國總決賽：預定於 111 年 12 月辦理。(舉辦日期另行通知)

**五、 參賽說明：**

(一)**參賽對象及組隊方式：**

1、參賽隊伍人數：

1. **一般地區 65 歲以上長者**：每隊組隊上台參與人數為 30–60 人(以民國46 年次（含）以後出生者)。
2. **離島、山地及平地原住民地區 55 歲以上長者**：每隊組隊上台參與人數為 20–60 人(以民國 56 年次（含）以後出生者)。
3. 考量離島地區**交通**及旅途花費時間長，對長者易造成體力及精神影 響，爰規劃離島地區（澎湖縣、金門縣、連江縣）逕由地方政府各推派 1 隊，每隊組隊上台參與人數計 20–60 人。
4. 為結合文化健康站年度舉辦長者活力健康操之優勝隊伍共同參與競 賽，得請原住民族委員會逕推派 1 隊(每隊組隊上台參與人數計 20– 60 人)晉級全國總決賽，惟代表隊伍之長者不得重複參與同場次之其他隊伍參賽。
5. 競賽隊伍每隊可有協助競賽活動之參與志工（實際參與表演之人數以 3 人為上限）。

2、競賽隊伍型態:競賽隊伍分為「常勝組」及「新秀組」二組。

1. 常勝組:由各縣市政府推派，104 年至 109 年之間，曾有 3 次(含)以上進入分區競賽之隊伍，且同隊內新進參與競賽者人數未超過三分之ㄧ(含)以上。
2. 新秀組：由各縣市政府推派，且未達「常勝組」之標準者。

(二)**出賽時間**：由本署綜合考量參賽隊伍得依分組及交通路程遠近，安排隊伍於上午時段或下午時段進行參賽。

# (三)參賽項目及說明：參賽隊伍建議表演內容如下：

1、**表演主題及主題曲**：

* 1. 為展現參賽隊伍之創意與特色，參賽隊伍得自行設計參賽歌曲及表演內容，表演主軸以**「活力」**為主題。
  2. 表演之音樂內容、配樂，不以同一首歌曲為限，各隊依需要自行設計、剪輯。

2、**表演時間**：每隊以 6 分鐘為上限。表演形式開始（依音樂、聲音、表演動作等先開始者為基準）即進行計時；以表演形式結束（依音樂、聲 音、表演動作最後結束為基準）為計時結束。（明顯的退場動作不列入

計時）

**3、表演方式：**

1. 得用故事性或具地方特色之表演，結合舞台道具、樂器、歌唱、民俗表演等方式呈現。
2. 可結合增加長者身體適能，促進肌力、平衡度、柔軟度及心肺耐力之動作設計，搭配音樂節奏方式進行。
3. 演出評分僅限舞台(不含搭設之安全坡道)上演出內容為依據，舞台下任何表演不採計分數。

# 六、 評審標準：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **項目/比重** | **配分** | | **評選說明** |
| 表演主題47% | 身體活動 | **22** | 表演動作設計為全身性活動並顧及長者肌力、平衡力、柔軟度及心肺耐力等多方面訓練 |
| 表演動作變化多元且強度合宜，每位長者(含失能長者)皆能展現其身體活動訓練成果 |
| 動作有搭配發聲、口號或歌曲設計，加強呈現身體活動 |
| 舞台演出 | **18** | 表演方式或劇情內容之創意性及流暢度 |
| 團隊整體活力及台風展現 |
| 舞台演出融入或突顯在地特色(飲食、風景、風俗民情與人文歷史等) |
| 整體造型 | 4 | 1. 整體造型設計符合表演情境 2. 自製道具，採環保材質或取材生活用品製作， 並可重複使用為佳 |
| 演出音樂 | 2 | 1. 音樂節奏、速率與表演內容(動作)設計及編排搭配良好，且顧及長者體能狀態 2. 音樂曲目間銜接流暢與整體表演搭配良好 |
| 時間掌控 | 1 | 0 分：4 分鐘以下或超過 7 分鐘以上  0.5 分：4-5 分鐘或 6-7 分鐘1 分：5-6 分鐘 |
| 長者安全12% | 12 | | 1. 注意鞋子防滑性、表演服(飾)裝合宜性、道具安全性等措施。 2. 團隊安全:以確保團隊成員安全為優先，須確認表演者可勝任該動作，並注意其安全。 3. 舞台安全: 團隊應以場地表演的安全為原則考量。 |
| 團隊精神36% | 36 | | 隊形、動作整齊劃一，隊伍走位、變換不亂，展現團隊默契 |
| 團隊動作熟練、流暢，同時展現成員之精神、活力與肌力等 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **項目/比重** | **配分** | **評選說明** |
|  |  | 長者在團隊表演中都有安排角色及表演展現，尤其有關注年紀較大、行動不方便之長者共同參與 |
| 銀髮參與5% | 5 | 1. 65歲以上長輩上台參與競賽實際人數。 2. 65歲以上參賽長輩性別比率。 3. 隊伍上台參與表演者有融入祖孫輩或隔代(註:需為5歲-25歲之孩童及青年)。 4. 85歲（含）以上長輩參加人數。 5. 65歲以上長輩身心不便人數。 |
| 總分 | 100 |  |

**七、 參賽隊伍分區與數量：**

(一)各縣市參加分區場次(如表1)。

(二)分區競賽隊伍數依縣市初賽隊伍數進行統計(如表2)。(三)全國總決賽：總計 20 隊（如表3）。

1. 以4分區競賽結果之金、銀牌隊伍進入全國總決賽，若該組金、銀牌隊伍從缺，由該組銅牌遞補1隊參加全國總決賽。
2. 離島地區（澎湖縣、金門縣、連江縣）逕由地方政府衛生局各推派 1 隊，共計 3 隊。
3. 由原住民委員會得推派文化健康站長者隊伍，共計 1 隊。

**註**:本活動倘因國家相關政策措施(如防疫規範、災害應變等)暫停或延後公眾集會等不可抗拒相關情事，本署保有暫停或延後競賽及變更競賽辦理方式與場地調整之權利。

# 表 1.各縣市參加分區場次

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 區 別 | 參加縣市 | | | | | |
| **1區競賽** | 基隆市 | 台北市 | 新北市 | 桃園市 | 新竹縣 | 新竹市 |
| **2區競賽** | 苗栗縣 | 台中市 | 彰化縣 | 南投縣 | 雲林縣 |  |
| **3區競賽** | 嘉義市 | 嘉義縣 | 台南市 | 高雄市 | 屏東縣 |  |
| **4區競賽** | 宜蘭縣 | 花蓮縣 | 台東縣 |  |  |  |

**表 2：各縣市晉級分區隊伍數**

|  |  |
| --- | --- |
| **縣市初賽隊伍數** | **晉級分區隊伍數** |
| 30隊以上 | 6 |
| 21 - 30隊 | 5 |
| 11 - 20隊 | 4 |
| 6 - 10隊 | 3 |
| 0 - 5隊 | 2 |

# 表 3：參加全國總決賽隊伍數

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **類別** | **1區** | **2區** | **3區** | **4區** | **離島縣市** | **原住民委員會**  **推薦** | **合計** |
| **名額** | 4隊 | 4 隊 | 4 隊 | 4 隊 | 3 隊 | 1隊 | **20 隊** |

**八、 獎項及獎品規劃：**

(一) 敬老獎：90 歲以上【民國 21 年次(含)】參與競賽之長者；原住民為 85 歲以上【民國 26 年次(含）】之長者可獲得敬老獎，獎品為等值商品禮券 1,000元整。

# ※備註：敬老獎領據之簽收應檢附身分證正反面或戶籍謄本（戶口名

**簿）影本，具原住民身分者須提供相關證明文件以確實核對領受人姓名、年齡、戶籍地址等資料。**

(二) 分區競賽：依「常勝組」、「新秀組」各依成績序位給與各獎項及獎品。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **獎項** | **獲獎辦法** | **獎額** |
| 金牌 | 各組序位第 1 之隊伍 | 獎座 1 座及  等值商品禮券 4 萬元 |
| 銀牌 | 各組序位第 2 之隊伍 | 獎座 1 座及  等值商品禮券 3 萬元 |
| 銅牌 | 各組序位第 3~4 之隊伍 | 各獲得獎座 1 座及  等值商品禮券 2 萬元 |
| 特殊獎項 | 最佳精神活力獎(得從缺) | 各獲獎座 1 座及  等值商品禮券 1 萬元 |
| 特殊獎項 | 最佳創意獎  (得從缺) | 各獲獎座 1 座及  等值商品禮券 1 萬元 |
| 特殊獎項 | 最佳團隊獎(得從缺) | 各獲獎座 1 座及  等值商品禮券 1 萬元 |

(三) 全國總決賽：依「常勝組」、「新秀組」各依成績序位給與各獎項及獎品。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 獎項 | **獲獎辦法** | **獎額** |
| 金牌 | 各組序位第 1 之隊伍 | 獎座 1 座及  等值商品禮券 6 萬元 |
| 銀牌 | 各組序位第 2 之隊伍 | 獎座 1 座及  等值商品禮券 5 萬元 |
| 銅牌 | 各組序位第 3~4 之隊伍 | 各獲獎座 1 座及  等值商品禮券 4 萬元 |
| 特殊獎項 | 最佳精神活力獎  (得從缺) | 各獲獎座 1 座及  等值商品禮券 3 萬元 |
| 特殊獎項 | 最佳創意獎  (得從缺) | 各獲各獲獎座 1 座及  等值商品禮券 3 萬元 |
| 特殊獎項 | 最佳團隊獎  (得從缺) | 各獲獎座 1 座及  等值商品禮券 3 萬元 |

# 九、 晉級分區競賽及全國總決賽隊伍相關費用補助事宜說明如下：

(一) 由本案承辦廠商支付參加分區競賽、全國總決賽隊伍（包括離島地區）， 參加活動往返會場相關費用（如交通費、住宿費等，交通費用以遊覽車為主，視地方特殊性可包含火車、飛機、輪船等）。

(二) 各隊伍費用補助額度，說明如下：

1. 分區競賽：
   1. 賽場所在之當地縣市隊伍每隊 1 萬 5,000 元整。
   2. 賽場所在地以外之縣市隊伍每隊 2 萬 5,000 元整。
2. 全國總決賽：
   1. 賽場所在之當地縣市隊伍每隊 1 萬 5,000 元整。
   2. 其他區縣市隊伍依距離賽事場地之距離補助費用如下：
      1. 同區縣市隊伍，每隊至多補助 2 萬 5,000 元整。
      2. 110 公里以上者，每隊至多補助 3 萬元整。
      3. 250 公里以上者，每隊至多補助 4 萬 5,000 元整。
      4. 300 公里以上者，每隊至多補助 6 萬元整。
   3. 離島地區縣市隊伍每隊 6 萬元整。**十、地方政府衛生局需配合事項：**

(一)地方政府衛生局應於本署規定時間內(另於分區競賽 1 個月前函知)推派隊伍報名，請將報名相關資料提供活動廠商喜丞創股份有限公司\_戴先生(02)8773-0236#13，[k861016@gmail.com](mailto:k861016@gmail.com)。

(二)請地方政府衛生局鼓勵轄區內安養機構組隊參加縣市初賽。(三)協助晉級隊伍報名分區競賽及全國總決賽等相關事宜。

(四)協助參賽隊伍於競賽 5 天前確認人員名單及演出音樂。

(五)已報名長輩當日若因故無法出席，得遞補相同資格之替代人選（1 名遞補1 名），請長輩當日備相關身份證明文件於報到處辦理遞補。

(六)參賽隊伍於報名時需確認年齡及身分別，並於報名時應檢附身分證正面影本或戶籍謄本（戶口名簿）影本及其他所需相關資料如附表；俾利獎項領取及參賽年齡身分核對，提供文件皆僅為本次競賽相關事宜使用。

(七)協助參賽隊伍投保旅遊平安險、意外險，或視各隊需求加保其他有效之個人保險。

(八)協助晉級隊伍分區競賽及全國總決賽交通運輸、住宿安排與相關費用補助。

(九)考量高齡長輩身體狀況，搭乘遊覽車或大眾運輸交通工具作長途旅運 時，建議評估隊伍之需求性，安排妥適之隨隊醫療或護理人員，以照護參賽長輩。

報名參賽需檢附資料一覽

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **報名資格** | **檢附資料** |
| **參賽長者** | 長者 65 歲以上  【民國46年次(含)】 | 1. 身分證正面影本或戶籍謄本（戶口名   簿）影本。   1. 其他所需相關資料（證明文件影本）    * 原住民身分需檢附已登記為原住民身 分之戶籍謄本（戶口名簿）    * 身心障礙手冊 |
|  | 原住民 55 歲以上  【民國56年次(含)】 |
|  | 長者 90 歲以上 | 身分證正面及背面影本或  戶籍謄本（戶口名簿）影本   * 原住民身分需檢附已登記為原住民 身分之戶籍謄本（戶口名簿） |
| **敬老獎項** | 【民國21年次(含)】 |
| **資格者** |  |
|  | 原住民 85 歲以上 |
|  | 【民國26年次(含)】 |
| **交通費請領** | 發票、收據、存根等相關票據 | |