

南投縣政府辦理
111 年原住民族長期照顧-文化健康站活力健康操
中區初賽細部執行計畫

壹、計畫依據：

- 一、長期照顧十年計畫 2.0 第六章原住民族長期照顧計畫。
- 二、原住民族委員會 111 年度推展原住民族長期照顧-文化健康站實施計畫。
- 三、原住民族委員會 111 年 2 月 11 日原民社字第 1110005880 號函及 111 年 4 月 11 日原民社字第 1110016423 號函。

貳、計畫目標：

- 一、推動正當休閒娛樂，營造健康部落，促進族人身心健康，養成良好運動習慣，型塑部落活躍老化氛圍。
- 二、促進族人身心健康，養成良好運動習慣。
- 三、提升族人健康知能，創出三低健康人生。
- 四、提倡傳統優良文化，舞動原力跳出自信。

參、辦理單位：

- 一、主辦單位：原住民族委員會(以下簡稱中央原民會)
- 二、承辦單位：南投縣政府原住民族行政局(以下簡稱本府)
- 三、協辦單位：苗栗縣政府原住民族事務中心

臺中市政府原住民族事務委員會

肆、辦理方式：

因應嚴重傳染性肺炎 COVID-19 疫情，指揮中心開設期間，本府得視疫情調整活動辦理方式，參與活動之所有人員須完成施打 COVID-19 三劑疫苗，或提供活動日 3 日內抗原快篩或 PCR 檢測陰性證明。

一、參賽單位：

苗栗縣、台中市及本府等轄區經中央原民會核定執行文化健康站計畫之承辦單位計 75 隊。(詳見附件一)

二、參賽對象：

(一)為受文健站照顧原住民族之長者，每隊參賽人數以 20~30 人為限(核定服務級距為 20-29 人之參賽人數至少 14 人，參賽人員至少 70%以上為文健站長者)，為鼓勵 65 歲以上長者及任一性別踴躍參加，以加分方式辦理。

(二)參賽人員於錄影賽前量測生命徵象穩定者，始得競賽錄影。(活動報名時應繳交當日生理量測情形紀錄)

三、辦理錄影期間：111 年 9 月 1 日起至 111 年 9 月 15 日止。

四、錄影拍攝地點：由各參賽隊伍文化健康站設置場地。

五、初賽獲得最優勝之隊伍(中區前 4 名之隊伍)，取得決賽之參賽資格。

六、競賽項目：活力健康操

(一)音樂曲目：由參賽隊伍自行選擇具民族風之音樂，節奏適合有氧健康操動作，可運用現成音樂或自行創作音樂，全長至少5分鐘。

(二)動作標準：創作具當地族群特有文化動作，符合有氧健康之概念；動作需具節奏性、重複性、運動強度、簡單易學及推廣性等特色。

(三)播放使用之音樂曲目應事先取得著作財產權人之同意或授權。

七、競賽方式：

受疫情影響，考量長者染疫風險且夏季汛期將至，本府為保障長者安全，本初賽以錄製影片方式參賽，並交由專業評審委員評分。

(一)錄製格式：一律正面錄影一次錄完不可剪輯，並燒錄成光碟片。

(二)作品長度：片長以不超過 10 分鐘為限。

(三)涉及音樂版權部份，應確保取得無償使用權。

八、收件時間：參賽單位應於 111 年 9 月 16 日前依規定格式之報名表

(附件 2)、表演內容授權同意書(附件 3)、參加活動同意書(附件 4)、演出前檢測表(附件 5)、燒錄光碟片、領據及帳號影本，寄送至所轄縣市政府彙整後，於 111 年 9 月 22 日前函送主辦單位，報名表件一經送出，不得藉故要求更改。

九、競賽評判標準：

(一)評審委員資格條件：

- 1、熟悉原住民族體育、藝術與人文領域者之專家。
- 2、具健康操領域之專業者。
- 3、曾擔任活力健康操推廣及指導人員者。

(二)評分項目及配分：

評分項目	配分比率	評分內容
體適能表現	30%	整體動作之協調性、流暢度、韻律感、力度及熟練度。
精神表現	20%	包括口令表現、團隊精神、整體儀態。
創意表現	20%	創意、結構編配、動作特色。
文化元素	20%	動作是否融合當地族群特有文化。
服裝儀容	10%	服裝之特色與整齊度。

(三)評選注意事項：

- 1、參賽隊伍之競賽分數，依各評審委員評分總和計算。
- 2、參賽演出人員應以各隊報名表件所列人員為限，演出人員人數少於 15(含)人者不予計分(核定服務級距 20-29 人，演

出人員人數少於人數 10(含)人者不予計分)、人數為 16-19 人則扣該隊總分 10 分(核定服務級距 20-29 人，人數為 11-13人則扣減該隊總分 10 分)；競賽中如有不具參賽資格之演出者(與報名表件記載不符者)，每人扣減該隊總分 2 分，為鼓勵 65 歲以上長者及任一性別踴躍參加，以加總分方式辦理，加分方式如下：

65 歲以上長輩 實際上台參與競賽人數	6	0 分：10 人以下 2 分：10 人-14 人 4 分：15-19 人 6 分：超過(含) 20 人
65 歲以上長輩性別比	3	<u>依活動當天報到人數比例計算</u> 0 分：任一性別參賽長輩小於 20%。 1 分：任一性別參賽長輩(含) 21%~30%。 2 分：任一性別參賽長輩(含) 31%~40%。 3 分：任一性別參賽長輩(含) 40%以上。

(四) 於 9 月 15 日各站完成錄影送件後，由本府擇日召開評審會議，並向遴聘之評審委員說明競賽規則及評分標準；評審結束後，召開評審會議確認比賽成績，並公布成績與名次，以昭公允。

十、獎項與名額：

- (一)特優隊伍 4 隊，頒發獎狀乙紙及獎金 1 萬元，並發給參賽人員每人 1 份紀念品。
- (二)優等隊伍 8 隊，頒發獎狀乙紙及參賽人員每人 1 份紀念品。
- (三)甲等隊伍 12 隊，頒發獎狀乙紙及參賽人員每人 1 份紀念品。
- (四)最佳團隊獎 51 隊，頒發獎狀乙紙及參賽人員每人 1 份紀念品。

十一、參賽隊伍補助：

道具補助：

為鼓勵各參賽隊伍發揮創意，並融入部落特有文化元素，補助每一參賽隊伍**最多 8,000 元**。

十二、其他配合事項：

- (一)、參賽隊伍演出使用音樂，請儘量選用可公開播放之樂曲，並鼓勵以原民歌手或音樂為主，如使用他人創作之樂曲，應取得公開播送之授權。
- (二)、參賽人員競賽服裝請自行準備。
- (三)、評審委員之評判結果，如有疑義或抗議事項，須由領隊書面提出，並應於競賽成績公布後二日內提出；未以書面方式或逾時提出者，不予受理。
- (四)、參賽隊伍應於報名時檢附表演內容授權同意書（格式如附件 三），並無條件同意南投縣政府及中央原民會攝影、複製、製作成各種文宣事務用品（畫冊、光碟、網路、軟體…）發行，或於電視頻道、網路公開播送、公開傳輸，及或其他非營利之用，參賽人員不得異議。
- (五)、中央原民會保有比賽規則及活動相關規定之釋意權。

伍、預期效益：

- 一、完成辦理中區初賽 1 場次，並藉由生動活潑之競賽活動，建立觀摩、學習與交流之平台，從而提倡正當休閒娛樂，營造活力健康社區。
- 二、預估參賽 75 隊及 2,500 餘人次參與活動。
- 三、促進中區原住民部落（社區）居民健康促進經驗交流，提升原住民族對疾病的認知及自身健康的重視。

陸、本計畫經報原民會核可後實施，修正亦同。

中區初賽參賽隊伍：

111 年度臺中市文化健康站基本資訊

編號	文健站名稱	執行單位	連絡電話	開站住址
1	雙崎文化健康站	財團法人基督復臨安息日會台灣原住民教會雙崎教會	04-25911190	42450 台中市和平區自由里東崎路二段 72 號
2	達觀文化健康站	台中市和平區達觀社區發展協會	04-25911202	42450 台中市和平區達觀里東崎路一段 50 號
3	松鶴文化健康站	台中市和平區松鶴社區發展協會	04-25943618	42445 台中市和平區博愛里東關路一段松鶴三巷 5-3 號
4	松茂文化健康站	財團法人台灣基督長老教會泰雅爾中會松茂教會	04-25981598	42448 台中市和平區梨山里松茂中興路四段 74 號
5	雪山坑文化健康站	財團法人台灣基督長老教會泰雅爾中會雪山教會	04-25911031	42450 台中市和平區達觀里東崎路一段桃山巷 39 之 7 號
6	三叉坑文化健康站	台中市和平區三叉坑社區發展協會	04-25911251	42450 台中市和平區自由里東崎路二段三叉巷 8 號
7	和平文化健康站	台中市和平區健康促進推廣協會	04-25941887	42441 台中市和平區南勢里東關路三段 139-10 號
8	裡冷文化健康站	臺中市和平區裡冷社區發展協會	04-25941922	42445 台中市和平區博愛里東關路一段 15 鄰裡冷巷 6 之 3 號(裡冷活動中心)
9	新社文化健康站	台中市愛鄰關懷協會	04-25820051	42644 台中市新社區復盛里大復街 53 號
10	豐原文化健康站	台中市都會區原住民家庭服務暨社區人文關懷協會	04-25240872	42050 台中市豐原區育英路 154 巷 17 號
11	新光里文化健康站	台中市原住民族全人照顧服務協會	04-23957311	41158 台中市太平區樹德一街 136 巷 30 號
12	哈崙台文化健康站	財團法人台灣基督長老教會泰雅爾中會哈崙台	04-25950371	42445 台中市和平區博愛里東關路 1 段十文巷

		教會		30-1 號
13	環山文化健康站	台中市和平區環山社區發展協會	04-25802105	42493 台中市和平區平等里中興路三段環山一巷 18-1 號
14	南勢文化健康站	台中市和平區南勢社區發展協會	04-25943878	42441 台中市和平區南勢里 5 鄰東關路三段 27-1 號
15	梨山文化健康站	台中市 Raka 部落產業永續發展協會	04-25980679	42447 台中市和平區梨山里中正路 8 號
16	大肚區文化健康站	社團法人台中市基督教向前協會	04-26994119	43252 台中市大肚區大東里自由路 173 號
17	北屯區榮美文化健康站	台中市觸愛生命全人關懷協會	04-24262766	40682 台中市北屯區同榮里新興路 117 號
18	北區原村文化健康站	財團法人台灣基督長老教會泰雅爾中會原村教會	04-22325051	40459 台中市北區邱厝里健行路 375 號 15 樓
19	沙鹿區樂群心文化健康站	台中市卡巴青年公共關係事務關懷協會	0975-182327 江小姐	43348 台中市沙鹿區公明里樂群新村 38 號
20	南屯區永春文化健康站	台中市原住民婦女會	04-23830800	40841 台中市南屯區中和里黎明路一段 965 巷 38 號(部落春)
21	梧棲區文化健康站	台中市原住民那魯灣關懷協會	04-24264019	43541 台中市梧棲區文化里民生西街 71 號
22	潭子區文化健康站	財團法人台灣基督長老教會豐光教會	04-25310093	42749 台中市潭子區栗林里中山路三段 287 巷 18 弄 12 號
23	后里區文化健康站	台中市原住民族文化教育體育發展協會	0936-128126 林小姐	台中市后里區大興路 106 號

苗栗縣政府原住民族事務中心文化健康站聯絡表

文健站名稱		文健站設置地址
1	東河部落文化健康站	35346 苗栗縣南庄鄉東河村 5 鄰 66 號
2	南庄部落文化健康站	35341 苗栗縣南庄鄉東村大同路 21 號
3	中興部落文化健康站	36544 苗栗縣泰安鄉中興村 3 鄰長橋 36-1 號
4	司馬限部落文化健康站	36544 苗栗縣泰安鄉中興村司馬限 6 鄰 15 號(教會現址)
5	士林部落文化健康站	36543 苗栗縣泰安鄉士林村四鄰 15-5 號
6	斯瓦細格部落文化健康站	36543 苗栗縣泰安鄉錦水村 10 鄰 62-1 號
7	圓墩部落文化健康站	36542 苗栗縣泰安鄉錦水村圓墩 6 鄰 47 號
8	天狗部落文化健康站	36545 苗栗縣泰安鄉梅園村 6 鄰天狗 36 號
9	百壽部落文化健康站	35442 苗栗縣獅潭鄉百壽村 7 鄰百壽 38-22 號
10	大安部落文化健康站	36545 苗栗縣泰安鄉象鼻村大安 6 鄰 29-1 號
11	象鼻社區文化健康站	36545 苗栗縣泰安鄉象鼻村象鼻 1 鄰 4-2 號
12	苗栗市山城文化健康站	36054 苗栗市嘉盛里為公路 559 巷 13 號
13	頭份市都市文化健康站	35154 苗栗縣頭份市中華路 834 號
14	嘎嘎歐岸部落文化健康站	35345 苗栗縣南庄鄉蓬萊村 11 鄰八卦力 18 號
15	風美部落文化健康站	35346 苗栗縣南庄鄉東河村 24 鄰鹿場 19 號

南投縣 111 年度推展原住民族長期照顧-文化健康站執行單位

鄉鎮市	執行單位	文健站名稱	文健站設立地址
信義鄉	台灣基督長老教會望鄉教會	望鄉文化健康站	信義鄉卡里布安村望和巷35號
	信義鄉明德社區發展協會	明德文化健康站	信義鄉明德村新開巷60-1號
	信義鄉潭南社區協會	潭南文化健康站	信義鄉潭南村和平巷48號
	南投縣原住民生活美學協會	久美文化健康站	信義鄉望美村美信巷55-1號
	信義鄉豐丘社區發展協會	豐丘文化健康站	信義鄉豐丘村高平巷7之1號
	信義鄉新鄉社區發展協會	新鄉文化健康站	信義鄉新鄉村新鄉路71號
	信義鄉青雲社區發展協會	青雲文化健康站	信義鄉地利村開信巷1-1號
	信義鄉人和社區發展協會	羅羅谷文化健康站	信義鄉人和村民生巷24-1號
	信義鄉羅娜社區發展協會	羅娜文化健康站	信義鄉羅娜村信筆巷12-1號
	信義鄉東埔社區發展協會	東埔文化健康站	信義鄉東埔村開高巷64號
	信義鄉雙龍社區發展協會	雙龍文化健康站	信義鄉雙龍村光復巷 32 號
仁愛鄉	台灣基督長老教會眉原教會	眉原文化健康站	仁愛鄉新生村山林巷76號
	台灣基督長老教會馬烈霸教會	馬烈霸文化健康站	仁愛鄉力行村新望洋7號
	台灣基督長老教會史努櫻教會	史努櫻文化健康站	仁愛鄉春陽村永樂巷6號
	仁愛鄉親愛社區發展協會	親愛文化健康站	仁愛鄉親愛村高平路4-1號
	有限責任南投縣原住民愛鄰照顧服務勞動合作社	中正文化健康站	仁愛鄉中正村平等巷45號
	臺灣基督長老教會柄史布淦教會	瑞岩文化健康站	仁愛鄉發祥村瑞和路19號
	南投縣原民樸溯原民永續發展協會	清流文化健康站	仁愛鄉互助村明月巷80附1號
	仁愛鄉松林社區發展協會	松林文化健康站	仁愛鄉親愛村親和巷36號
	仁愛鄉萬豐社區發展協會	萬豐文化健康站	仁愛鄉萬豐村清華巷76號
	南投縣武界部落文化觀光關懷發展協會	武界文化健康站	仁愛鄉法治村界山巷12-1號
臺灣基督長老教會德克達雅教會	德克達雅文化健康站	仁愛鄉互助村原名路111號	

	仁愛鄉都達社區發展協會	都達文化健康站	仁愛鄉都達村法治巷34-1號
	南投縣德鹿谷愛部落關懷協會	德鹿谷文化健康站	仁愛鄉德鹿谷村莎都1巷56號
	仁愛鄉廬山社區發展協會	廬山波瓦倫文化健康站	仁愛鄉精英村中興巷27號
	台灣基督長老教會紅香教會	葛拿義文化健康站	仁愛鄉發祥村仁盛路41號
	財團法人天主教台中教區原住民總鐸區	霧社文化健康站	仁愛鄉大同村仁和路73號
	財團法人天主教台中教區原住民總鐸區	南豐文化健康站	仁愛鄉南豐村中正路14號
	財團法人天主教台中教區原住民總鐸區	春陽荷鴿文化健康站	仁愛鄉春陽村龍山巷78號
	仁愛鄉南豐社區發展協會	南豐文化健康站	仁愛鄉南豐村松原巷35附2號
	台灣基督長老教會翠巒教會	馬力觀文化健康站	仁愛鄉翠華村翠巒路 16-1 號
	仁愛鄉翠巒社區發展協會	翠巒文化健康站	仁愛鄉翠華村翠巒路 38 號
魚池鄉	魚池鄉邵族文化發展協會	伊達邵文化健康站	魚池鄉日月村義勇街62號
埔里鎮	南投縣愛加倍家庭關懷協會	愛加倍文化健康站	埔里鎮民生路130號
	社團法人南投縣城鄉關懷福利協會	慕懷愨文化健康站	埔里鎮枇杷里和二街1號
	財團法人台灣基督長老教會泰雅爾中會力發教會	力發文化健康站	埔里鎮明德北街52號
南投市	南投市都市原住民文化教育發展協會	菘茱安文化健康站	南投市信義街250巷2弄12號

南投縣政府原住民族行政局辦理

111 年度原住民族長期照顧-文化健康站活力健康操活動實施計畫
活力健康操競賽報名表（併辦保險用）

單位名稱 (詳細名稱)									
表演名稱									
領隊姓名		身份證字號			族別				
聯絡方式		地 址		縣(市)					
		電 話		市話：		手機：			
		傳 真							
		電子信箱							
隊員名冊									
序號	姓 名	性別	年齡	身分證 字號	出生年 月日	族別	是否 為文 健站 長者	住 址	
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									

13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								
27								
28								
29								
30								

報名總人數：_____人 男：____人 女：____人

含領隊及志工人數：

65 歲以下：男性：____人 女性：____人

65 歲以上：男性：____人 女性：____人

表演內容授權同意書

茲 ○○○協會或教會(0000 文化健康站) 同意本隊參加 111 年度活力健康操競賽之表演內容，授權南投縣政府及原住民族委員會複製或製作成各種文宣品(畫冊、光、網路、軟體.....)發行，或於電視頻道、網路公開播放、公開傳輸，以及其他非營利之用。

立同意書組別：

代表人：

參賽單位關防

聯絡地址：

聯絡電話：

此 致

南投縣政府

原住民族委員會

中華民國 111 年 月 日

參加活動家屬同意書

茲同意本人家屬（參賽人員）○○○參加原住民族委員會主辦 111 年
原住民族長期照顧-文化健康站活力健康操活動，並對此活動內容
有明確瞭解，亦願意告知本人親屬配合主辦單位之注意事項。

立同意書組別：

立書人簽名（參賽人員家屬）：

參賽人員（長者）：

此致

南投縣政府

原住民族委員會

中 華 民 國 1 1 1 年 月 日

111 年原住民族長期照顧 - 文化健康站活力健康操-
演出前檢測表(分區初賽使用)

單位名稱 (詳細名稱)		000 協會			文健站		000 文化健康站	
序號	姓名	性別	體溫 (36.5~37.4)	脈搏 (60-100)	血壓 (80-140)	正常	不正常	未打滿三劑,有提供活動3日內快篩證明(V)
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								

22								
23								
24								
25								
26								
27								
28								
29								
30								
					※請於賽前交給工作人員			

檢測人員： (簽章)

計畫負責人： (簽章)