

112 年雲林縣長者活躍老化競賽活動評選須知

一、活動主旨：

因應高齡化社會的來臨，如何讓高齡者可以健康老化並落實在地老化成為首要任務，為以豐富社區老人健康生活，激勵長者走出家門，參與社區活動，國民健康署持續辦理「長者活躍老化競賽活動」，本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、指導單位：衛生福利部國民健康署、雲林縣政府。

三、主辦單位：雲林縣衛生局。

四、競賽時程：

- (一) 縣內評選：預定於 6 月 2 日（星期五）收件截止，並遴選隊伍，擇優進入分區競賽。
- (二) 分區競賽：衛生福利部國民健康署預定於 112 年 7 月至 8 月辦理。
- (三) 全國總決賽：衛生福利部國民健康署預定於 112 年 10 月辦理。

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：民國 47 年次(含)以前出生之 65 歲以上長者為主，每隊組隊上台參與人數為 30-60 人。
- (2) 若為原住民身分則為 57 年次(含)以前出生之 55 歲以上長者為主，每隊組隊上台參與人數為 20-60 人。

2. 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）。

3. 組隊方式：本縣轄內社區照顧關懷據點、老人會、社區營造單位、農會、樂齡學習中心、安養機構及其他民間團體等。

(二) 參賽項目及說明：參加隊伍建議表演內容如下：

1. 表演主題及主題曲：

(1) 不以同一首歌曲為限，可視各隊表演自行設計、剪輯音樂。

(2) 無指定歌曲，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，不以同一首歌曲為限。

2. 表演時間：每隊以 6 分鐘為上限，表演形式開始（依聲音、表演動作或人員講話等先開始者為基準）即進入計時；以表演形式結束（依聲音、表演動作或人員講話最後結束為基準）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) 可以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、報名方式：

(一) 日期：即日起至 112 年 6 月 2 日(星期五)，以郵戳為憑。

(二) 方式：

1. 將參賽內容錄成影片(mp4 檔格式)，燒錄至光碟片，該影片即為比賽內容，本局將提供給評審據以評分。
2. 參賽名單電子檔一併存至光碟。
3. 欲報名者可請各地衛生所協助報名，或寄至「雲林縣斗六市府文路 34 號」「雲林縣衛生局 保健科收」，並註明「112 年雲林縣長者活躍老化競賽活動」。
4. 晉級分區賽之參賽隊伍於報名時需確認年齡及身分別，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；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。（詳如表 1）

表1. 報名參賽需檢附資料一覽表

報名資格	檢附資料
長者65歲以上 【民國47年次(含)】 原住民55歲以上 【民國57年次(含)】	1. 身分證正面影本或戶籍謄本 (戶口名簿) 影本 2. 其他所需相關資料 (證明文件影本) ◆原住民身分須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

七、獎勵及補助相關事宜：

- (一)依成績總分高低排序，遴選出優勝隊伍代表本縣參加國健署辦理之分區競賽；以爭取分區競賽1至4萬元等值商品禮券的獎勵。(詳見表2)
- (二)報名參賽之隊伍每隊給予新台幣2,500元等值商品禮券，並擇期配合本局成果發表會頒獎。
- (三)參與分區競賽，國健署另提供敬老獎：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(檢附文件詳如上方表1)。
- (四)參與分區競賽，國健署予各隊伍費用補助額度如下：
 - 1. 比賽場所在之當地縣市隊伍每隊1萬5,000元整。
 - 2. 比賽場所在地以外之縣市隊伍每隊2萬5,000元整。

表 2. 分區競賽獎項及獎品表

獎項	獲獎辦法	獎額
金牌	序位第 1 之隊伍	獎座 1 座及 等值商品禮券 4 萬元
銀牌	序位第 2 之隊伍	獎座 1 座及 等值商品禮券 3 萬元
銅牌	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)	各獲得獎座 1 座及 等值商品禮券 1 萬元
特殊獎項	最佳創意獎 (得從缺)	各獲得獎座 1 座及 等值商品禮券 1 萬元
特殊獎項	最佳團隊獎 (得從缺)	各獲得獎座 1 座及 等值商品禮券 1 萬元

八、注意事項：

- (一) 參賽者不得於不同參賽隊伍重複報名。
- (二) 參賽影片需為今年度拍攝，請以一鏡到底方式錄製；參加表演、其他競賽時所拍攝影片恕不受理，單純樂器表演者亦不受理報名。
- (三) 凡參加競賽者，即視為同意授權主辦單位使用其報名資料、競賽表演內容及個人肖像權，且同意參與主辦單位安排之媒體宣傳，如專訪與報導等。
- (四) 敬請注重智慧財產權，於競賽表演中不得有違反侵害著作權相關事宜，如遭受檢舉或產生糾紛爭議，經查證屬實，主辦單位得逕予取消參賽資格。
- (五) 所有獲獎獎項，需依相關稅法辦理稅額扣繳。
- (六) 屆時依報名初賽隊伍數決定晉級分區隊伍數（詳見表 3）。
- (七) 主辦單位保有修改、暫停或取消本活動內容之權利，如有未盡事宜，悉依主辦單位相關規定或解釋辦理，並得隨時補充公告之。

表 3.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

九、評選標準(參照衛生福利部國民健康署)：

評選項目及比例	配分	評選說明
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
		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
表演主題 47%	表演內容可以結合日常身體活動或社區社團等以強化長者 肢體、身心功能或增進長者體適能之目的。	
	身體 活動	22 1. 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 2. 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 3. 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 1. 表演方式或劇情內容之創意性及流暢度 2. 團隊整體活力及台風展現 3. 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
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	
	註：已報名長輩當日若無法出席，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。		

十、報名表：

(一) 團隊基本資料

團隊名稱			
所屬機構			
團隊聯絡人		電話	
		手機	
		電子郵件	
參加組別	<input type="checkbox"/> 常勝組 <input type="checkbox"/> 新秀組		
團隊照片			
團隊介紹	(100 字以內)		
團隊特色人物介紹	(100 字以內)		
表演創作理念	(100 字以內)		

(二) 團隊名單(若表格不敷使用，可依實際需求自行增加填寫)

編號	姓名	性別	身分證字號	出生年月日	原住民 否:0 是:1	領有 殘障手冊 否:0 是:1	乘坐輪椅 否:0 是:1	登台表演 否:0 是:1
範 例	王大明	男	A123456789	390228	1	0	0	1
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								

編號	姓名	性別	身分證字號	出生年月日	原住民 否:0 是:1	領有 殘障手冊 否:0 是:1	乘坐輪椅 否:0 是:1	登台表演 否:0 是:1
21								
22								
23								
24								
25								
26								
27								
28								
29								
30								
31								
32								
33								
34								
35								
36								
37								
38								
39								
40								

編號	姓名	性別	身分證字號	出生年月日	原住民 否:0 是:1	領有 殘障手冊 否:0 是:1	乘坐輪椅 否:0 是:1	登台表演 否:0 是:1
41								
42								
43								
44								
45								
46								
47								
48								
49								
50								
51								
52								
53								
54								
55								
56								
57								
58								
59								
60								