

113 年雲林縣長者活躍老化競賽活動評選須知

一、活動主旨：

因應雲林縣是超高齡社會的來臨，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，衛生福利部國民健康署(以下簡稱國健署)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) 縣內初審：報名隊數上限 25 隊，於 113 年 5 月 15 日(星期三)報名截止，截止後將另行公告報名成功隊伍(採先報名優先入取)，報名成功隊伍請於 113 年 6 月 11 日(星期二)完成報名資訊及參賽影片，由初審中選出 8 支隊伍進行縣內實體初賽比賽。
- (二) 縣內初賽：預定於 113 年 7 月 13 日辦理縣內初賽。
- (三) 分區競賽：國健署預定於 113 年 7 月至 8 月辦理。
- (四) 全國總決賽：國健署預定於 113 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 48 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 58 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。
- (3) 65 歲以上參與表演之人員需超過該隊總人數之 80%。
- (4) 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. 組隊方式：本縣轄內社區照顧關懷據點、老人會、社區大學、社區發

展協會、長青學苑、長照單位、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，均可組隊參加。

(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。

3. 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)線上報名：即日起至 113 年 5 月 15 日(星期三)，上限 25 隊，採先報名優先入取，報名網址：<https://forms.gle/vwFPbFgkrDSAHKSY8> 報名截止後將另行公告報名成功隊伍，報名成功隊伍請於 113 年 6 月 11 日（星期二）完成報名資訊及參賽影片寄送至雲林縣衛生局保健科，聯絡人:林小姐 05-7001323。

報名 QR CODE 如圖↓



(二)報名成功初審隊伍參賽方式：

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. 進入縣內初賽 8 隊隊伍，將補助一台遊覽車接送至初賽會場。

七、獎勵及補助相關事宜：

- (一)報名成功參賽之隊伍未進入縣內初賽每隊給予新臺幣 2,500 元等值商品禮券，進入縣內初賽者獎金如下：

獎項	獎額
金牌(序位第 1 之隊伍)	獎牌 1 座及 等值商品禮券 1 萬元整
銀牌(序位第 2 之隊伍)	獎牌 1 座及 等值商品禮券 8000 元整
銅牌(序位第 3 之隊伍)	獎牌 1 座及 等值商品禮券 6000 元整
最佳活力獎	獎牌 1 座及 等值商品禮券 4000 元整
最佳創意獎	獎牌 1 座及 等值商品禮券 4000 元整
最佳團隊獎	獎牌 1 座及 等值商品禮券 4000 元整
最佳人氣獎	獎牌 1 座及 等值商品禮券 4000 元整
最佳造型獎	獎牌 1 座及 等值商品禮券 4000 元整

- (二)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 1)。

- (三)參與分區競賽，國健署另提供敬老獎：90 歲以上(民國 23 年次(含))參與競賽之長者；原住民為 85 歲以上(民國 28 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(敬老獎領據簽收時請提供身分

證、健保卡、戶籍謄本等證明文件供承辦單位核對身分，具原住民身分者亦同）。

(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 1. 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)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)屆時依報名初審隊伍數決定晉級分區隊伍數（詳見表 2）。

(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 2.晉級分區隊伍數

縣市初賽隊伍數	晉級分區隊伍隊
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 15%	15	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 35%	35	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，尤其有關關注年紀較大、行動不方便之長者共同參與
表演主題 45%		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 - 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	15 - 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	5 - 整體造型設計符合表演情境 - 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分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	☐ 常勝組 ☐ 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								