

新竹市衛生局

115 年新竹市長者活躍老化競賽活動簡章（草案）

一、活動內容：本市為回應逐年提升的高齡人口，持續推動在地老化，鼓勵長者走出家門融入社區生活、擴展人際互動，並透過練習與展演提升身心機能、認知表現及情緒支持，在友善高齡城市願景下，活動期待展現長者多元風貌、促進世代交流，並以競賽形式激發銀世代的熱情與活力，透過舞台呈現健康、自信與生命價值，進一步形塑新竹市的不老風潮，使長者持續參與社區、保持活力並享有充實而有意義的晚年生活。

二、主題：115 年新竹市竹城銀躍活力樂齡 SHOW

三、指導單位：衛生福利部國民健康署。

四、主辦單位：新竹市政府、新竹市衛生局。

五、協辦單位：新竹市東區衛生所、新竹市北區衛生所、新竹市香山衛生所。

六、競賽時間：115 年 6 月 25 日（星期四）上午 08：00 至 11：30。

七、競賽地點：待定。

八、競賽規則（*以國民健康署評選須知為準）：

（一）、參賽對象及組隊方式：

1、參賽隊伍及人數：廣邀本市長者團體組隊參賽，並透過實體競賽遴選績優隊伍，擇優進入國健署辦理之北區分區競賽。

2、每隊人數以 30 至 60 人為原則，且參與競賽之原住民年齡為 55 歲以上，一般長者年齡為 65 歲以上。年齡計算以民國出生年次為主，長者達 65 歲以上【民國 50 年次（含）前出生】；原住民身份以 55 歲以上【民國 60 年次（含）前出生】為主。

3、65 歲以上長者或 55 歲以上原住民參與表演之人員須超過該隊總人數之 80%。

4、參賽團隊每隊可有參與協助競賽活動之志工（實際參與表演之人數以 3 人為上限），或可隨參賽隊伍表演內容，加入 5 至 25 歲之孩童及青年等角色。

（二）、參賽隊伍表演建議內容：

- 1、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）即進入計時；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）
- 2、表演內容及主題曲：為展現參賽隊伍之創意與特色，參賽隊伍應自行設計歌曲參賽及表演內容，表演之音樂內容、配樂，依各隊需要自行設計、剪輯，不以同一首歌曲為限。（注意舞曲音質，避免播放音效打折扣）
- 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)、演出之評分僅限舞台區（不含搭設之安全坡道）上演出內容為依據，舞台區外任何表演不採計分數。

(三)、評審標準 (*暫定):

項目及比重	配分	評選說明
身體活動 30%	30	<ol style="list-style-type: none"> 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。 4. 隊伍有為不同身體活動能力之長者，設計合適且增進肌力的表演動作。
長者安全 15%	15	<ol style="list-style-type: none"> 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，團隊表演道具及器材應以場地表演的安全為原則考量。
團隊精神 20%	20	<ol style="list-style-type: none"> 1. 隊形、動作整齊劃一，隊伍走位、變換不亂，展現團隊默契。 2. 團隊動作熟練、流暢，同時展現成員之精神、活力等。 3. 團隊表演中有考慮長者身體能力及適應性，並

項目及比重	配分		評選說明
			妥適安排角色及表演展現，尤其關注年紀較大、行動不方便之長者共同參與性。
舞台表演 25%	舞台演出	17	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	5	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 10%	10		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。			

九、後續分區及全國競賽規劃：

(一)、本市最多遴選3組隊伍代表參與國民健康署分區競賽，相關競賽規範依國民健康署公告之作業須知辦理。

(二)、參賽組別：本市屬北區競賽區域，主要競爭縣市包含基隆市、臺北市、新北市、桃園市及新竹縣，為鼓勵新加入隊伍進入分區競賽之機會，競賽隊伍將依據是否曾有3次(含)進入分區競賽者以「常勝組」及「新秀組」分組競賽。

1、常勝組：由各縣市政府推派，105年至114年間，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一(含)以上。

2、新秀組：未達「常勝組」之標準者。

- (三)、分區競賽各組之金、銀牌隊伍得晉級全國總決賽；如該組金、銀牌隊伍從缺，
得由銅牌隊伍遞補 1 隊參加全國總決賽。

十、報名方式及服務：

- (一)、報名期限：即日起至 115 年 4 月 13 日止（額滿則提前關閉報名表單）。

- (二)、報名網址：https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdbYJM-ZdDaWk9DNnjXq237_dd_ZI7f0cfcqA5OsfZ0sVWCOw/viewform?usp=preview



- (三)、應檢附資料：

- 1、競賽報名表及團隊名單、經簽章之授權書及切結書（附件 2、3、4）電子檔 1 份。
- 2、完成線上報名後，請將前開資料寄送至電子信箱：sym@cymd.com.tw，電子郵件主旨請註明：「115 年新竹市長者活躍老化競賽活動—○○隊」。

- (四)、參賽名額及資格說明：

- 1、正取隊伍以 9 隊為限，第 10 至第 11 隊為備取隊伍。
- 2、依報名先後順序，且如實完成報名文件繳交之 9 隊為正取隊伍。
- 3、經資格審查不符者，將依序通知備取隊伍遞補。

- (五)、資格審查標準為須為設立於新竹市之社區發展協會、社區照顧關懷據點、樂齡學習中心、老人團體、長照機構或其他依法設立且符合本活動資格之團體，亦得由本市符合參賽資格之市民自行組隊參加。

- (六)、評分機制說明：

- 1、競賽成績以評審標準所列各項評分項目加總計算，總分較高者為優先名次。
- 2、主辦單位將邀請 3 位具高齡健康促進或相關領域專業背景之專家學者擔任評審老師，負責本競賽之評定事宜，並秉持公平、公正原則辦理。

- 3、為鼓勵高齡長者實際參與，團隊中 65 歲以上長者或 55 歲以上原住民參與表演之人員須超過該隊總人數之 80%，如高齡長者參與比例明顯不足 (<80%)，評審委員得依競賽精神及活動宗旨，於評分時酌予扣分或調整分數。

(七)、交通與保險：

- 1、正取參賽團隊由主辦單位安排活動當天每隊 1 台遊覽車往返活動會場接駁。
- 2、主辦單位將於競賽前為活動投保公共意外責任險。

(八)、彩排及練習：參賽團隊彩排使用時段及順序，悉依主辦單位統籌排定並另行通知，各隊伍應配合主辦單位安排及場地管理單位相關規定辦理。

(九)、行前說明暨聯繫會：各正取隊伍請派員 1 至 2 名代表出席會議，預計於 5 月辦理。會議內容將向參賽隊伍說明本次競賽之最終評分標準、舞台配置情形、比賽順序抽籤、音樂檔案繳交及彙整方式，以及相關注意事項等，以利各隊伍充分準備並確保活動順利進行。各隊伍應依通知時間準時出席，如未出席者，相關事項仍須依主辦單位公告內容辦理，不得異議。

十一、本市競賽獎項及獎勵規劃：

(一)、每組參賽團隊表演出席費新臺幣 6,000 元整。

(二)、獎座頒發（視參賽隊伍數調整），依競賽成績序位頒發獎座如下：

- 1、金齡躍動獎 1 名：獎盃 1 座。
- 2、銀齡風采獎 1 名：獎盃 1 座。
- 3、銅齡綻放獎 1 名：獎盃 1 座。
- 4、健康活力獎 6 名：各頒發獎盃 1 座。

(三)、隊伍旗幟授予：依實際報名隊數，最多遴選 3 組隊伍授予代表旗幟各 1 面，代表本市參加衛生福利部國民健康署辦理之分區競賽。

(四)、晉級隊伍獎勵補助（視參賽隊伍數調整）：

- 1、金齡躍動獎（第一名）：禮券新臺幣 20,000 元。
- 2、銀齡風采獎（第二名）：禮券新臺幣 15,000 元。
- 3、銅齡綻放獎（第三名）：禮券新臺幣 10,000 元。
- 4、敬老獎：本市當日競賽中，凡年滿 90 歲以上【民國 25 年次（含）以前出

生】及原住民為 85 歲以上【民國 30 年次（含）以前出生】且參與舞台演之長者，每人頒發表揚狀 1 紙及新臺幣 1,000 元整禮券。頒發對象以各團隊於期限內提交之報名表資料為準，逾時不予受理；原則上須於競賽當日實際到場並參與舞台演出，並親自上台接受表揚，如未出席活動或未參與當日演出者，原則上不列入敬老獎頒發對象。（備註：符合資格者請於競賽當日攜帶身分證或戶籍謄本供主辦單位查驗，並於附件 2 報名表「敬老獎名單」分頁 4 填列。）

十二、其他事項：

- (一)、如有疑義，請洽本局委託執行廠商原源不絕行銷有限公司聯絡電話：0966-811978 王小姐。
- (二)、參賽團隊所提供之報名資料、文字及照片，僅供本活動相關用途（如宣傳單張、海報、網路媒體行銷及保險作業）使用；並同意授權主辦單位拍攝、公開使用本人之肖像（含照片及影像）、姓名及聲音等資料。
- (三)、本活動相關事項由主辦單位依國民健康署規範及相關作業須知辦理並保留最終解釋權。如涉及競賽評分標準事項，依評審老師之評定結果為準。
- (四)、本活動如因國家政策（如防疫規範）、天然災害或其他不可抗力因素，致活動無法如期舉行，主辦單位保有暫停、延期或調整競賽辦理方式及場地之權利。
- (五)、如有未盡事宜，悉依本活動相關切結書及協議內容辦理。
- (六)、有關本競賽之競賽規則，包括表演建議內容、評審標準、分區競賽及全國競賽等相關事項，悉依衛生福利部國民健康署 115 年最新評選須知辦理；如須配合中央規定調整，本簡章相關內容得由主辦單位修正，並另行通知各正取參賽隊伍配合辦理。