



## 臺北市內湖區「2021舉手投足活力內湖—社會安全網暨全民休閒運動推廣」實施計畫

### 壹、目的：

內湖區公所於本年度舉辦「2021舉手投足活力內湖—社會安全網暨全民休閒運動推廣」，現場請來專業教練全程指導，帶來老少咸宜，闔家同樂的體適能運動，結合腳下功夫與掌中乾坤，透過足球與籃球推廣全民休閒運動；活動亦與本區社會安全網一同進行，藉由與各單位的橫向聯繫，結合社區、社會與政府的力量，希冀為民眾提供更全面的關懷，也進一步舒緩疫情期間壓抑的身心靈。

### 貳、參與單位：

指導單位：臺北市政府民政局

主辦單位：臺北市內湖區公所

協辦單位：臺北市內湖區健康服務中心、財政部臺北國稅局內湖稽徵所、臺北市稅捐稽徵處內湖分處、臺北市就業服務處內湖就業服務站、臺北市內湖區體育會、內湖運動中心、臺北市內湖區各里辦公處、中國醫藥大學附設醫院臺北分院、臺北市內湖區戶政事務所、臺北市學生輔導諮商中心、內湖社福中心、臺北市內湖就業服務站、臺北市政府消防局內湖中隊、臺北市政府警察局內湖分局防治組、臺北市內湖老人服務中心、社團法人中華民國士林靈糧堂社會福利協會、臺北市政府警察局少年警察隊內湖少輔組、內湖婦女暨家庭服務中心、中華民國天使之家全人關懷協會、星雲幼兒園、內湖區居家托育中心、財團法人基督教救世軍等。

### 參、參加對象：

歡迎全體區民男女老幼一同參與

### 肆、活動時間：

110年10月16日（星期六）下午15時30分至下午17時30分

#### 伍、活動地點：

臺北市內湖區大湖公園陽光大草坪（臺北市內湖區成功路5段31號）

#### 陸、活動內容：

一、沉浸在大湖公園的無盡波光與綠意間，由專業教練藉由球類項目教授及體驗體適能活動，積極推廣全民休閒運動，備有簡易闖關活動，通關即可領取紀念品。

二、各單位於活動現場提供健康篩檢、心理諮商等服務並宣導社會安全網相關資訊，另提供集點兌換券，集滿各攤位戳章即可兌換精美宣導品。

#### 柒、活動流程：

- |             |  |
|-------------|--|
| ~15:30      | 貴賓簽到   |
| 15:30~      | 兌換券發放處開放領取兌換券(300份，數量有限，發完為止)                  |
| 15:30~15:40 | 主持人活動開場  |
| 15:40~16:00 | 星雲幼兒園暖場表演                                      |
| 16:00~16:15 | 長官貴賓介紹及致詞                                      |
| 16:00~17:30 | 體適能現場體驗  |
| 16:15~17:30 | 1. 集點兌換宣導品(數量有限，發完為止)<br>2. 闖關領取紀念品(數量有限，發完為止) |
| 16:15~17:30 | 欣賞現場七大網絡精彩表演                                   |
| 17:20~17:30 | 現場大合照及閉幕儀式                                     |
| 17:30~      | 賦歸   |

## 捌、活動安全及環保措施：

### 一、公共意外責任險：

本活動所有參加人員均投保公共意外責任險。

### 二、設置醫療站：

由中國醫藥大學附設醫院臺北分院設置救護站。

### 三、交通及安全維護：

(一) 活動期間本所工作人員協助交通及安全維護。

(二) 另外請各單位協助宣導民眾多利用大眾運輸工具

#### 1. 公車：

搭乘公車278、284、287、617、620、630至「大湖公園站」下車，便達目的地。

#### 2. 捷運：

搭乘捷運至「大湖公園站」並由2號出口出站，便達目的地。

### 四、環境清潔維護：

現場設有垃圾及資源回收點，宣導參與民眾隨手清垃圾做好資源回收。

### 五、防疫措施：

(一) 依據中央流行疫情指揮中心「疫情警戒標準及因應事項」及臺北市政府「因應 COVID-19 警戒第二級臺北市政府活動辦理規範」，本次戶外活動，人數減至300人。

(二) 請廠商預先完成活動相關用具及硬體設備之清潔及消毒作業，活動當日人員與設備在體驗前後皆加強清消。

(三) 預先於醫護站旁設置疑似個案暫時安置空間。

(四) 現場工作人配戴口罩，並持標有「請保持適當社交安全距離，如無法配合請配戴口罩」指示牌來回巡視，確保防疫措施落實。

(五) 在服務處等定點設置乾洗手液或酒精，並由工作人員隨身攜帶。

(六) 規劃出入口，工作及參加人員皆落實體溫測量、實聯制登記及手部消毒。

#### 玖、活動宣傳計畫：

##### 一、電子網站宣導：

內湖區公所網站、行政大樓電子看板、本區39里里鄰網站宣導及觀光傳播局協助宣導。

##### 二、文書宣導：

製作海報張貼本區各里公佈欄協助宣傳。

#### 拾、經費來源：

本所110年度登山活動預算及全民休閒運動推廣預算項下支應。

#### 拾壹、注意事項：

一、敬請做好垃圾分類，撿取垃圾廢棄物丟入垃圾袋內，共同維護好山好水、愛惜大自然環境。

二、兌換券需集滿戳章方可兌換宣導品及闖關紀念品，如有缺漏將視為無效。

三、體適能現場體驗全程於會場運動區進行，採現場報名，敬請依照工作人員指示守序排隊。

四、本活動旨在同樂，惟體適能仍具運動性質，請參加者衡酌自身健康狀態，並按現場工作人員指示操作，過程中方能安全盡興。

#### 拾貳、其他：

本計畫奉 區長核定後實施，修正時亦同。