

2024 年 健康出動到校園：量腰「繪」健康 活動簡章

壹、活動目的

有感於國家醫療支出增加及高齡化社會，統一企業、統一超商於民國 92 年共同捐助成立財團法人千禧之愛健康基金會，倡議「代謝症候群」與「肌少症」防治：

1. 腹部肥胖會導致血糖偏高、血壓上升、血脂異常而形成代謝症候群，鼓勵 18 歲以上成人定期量測與控制腰圍以預防代謝症候群。
2. 肌少症可能導致跌倒、骨折、增加失能風險，甚至死亡，而量測小腿圍為亞洲肌少症工作小組訂定肌少症居家檢測方法¹之一。

註 1 Chen LK, Woo J, Assantachai P, et al.: Asian Working Group for Sarcopenia: 2019 consensus update on sarcopenia diagnosis and treatment. J Am Med Dir Assoc, 2020, 21: 300-307.e2.

自民國 101 年起，基金會推出「健康出動到校園」活動，透過量腰圍和小腿圍學習單作業、教師培訓、OPEN 劇團演出等，讓學童寓教於樂學習健康體位、疾病防治等；並鼓勵學童和家人進行衛教互動，成為「家庭健康長」，讓健康促進概念傳散。

貳、活動介紹

根據上述理念，今年基金會以『量腰「繪」健康』為活動主題，邀請國小三、四年級學童使用基金會提供之量尺進行彩繪創作、練習為成人親友量腰圍和小腿圍後將數值記錄於量尺。

為鼓勵學校及學童參與，本次活動除免費提供學習單和量尺教材，另規劃有「團體獎-校園出動」及「個人獎-畫尺比賽」。「團體獎-校園出動」將依照全校索取及繳回量尺數量計算繳件率，基金會將從繳件率達標之學校抽出 8 所辦理於 113 年度下學期辦理「校園出動」，邀請 OPEN 將、LOCK 醬到校與學童同歡，為新學期揭開序幕！「個人獎-畫尺比賽」將評選出優秀作品共 140 名，頒發獎金及獎狀，總獎額達新台幣 6 萬元！（詳見肆、活動獎項說明）

參、活動流程與辦法

開放報名 113/10/18 ~11/05	<ul style="list-style-type: none">✓ 10 月 18 日起可至基金會官網以學校為單位進行登記報名。 千禧之愛健康基金會 https://www.1000-love.org.tw✓ 依各縣市進行配額（附錄一），限額 100 所；為達推廣目的，於 112 年索尺過之學校不得重複報名。✓ 填寫資料包含：(1)中年級學童數、(2)學校及聯絡人資訊。✓ 將以 e-mail 聯繫錄取學校，總名單於 11 月 8 日公佈於官網。✓ 基金會將依各校登記人數配送予每位學童量尺素材與學習單各乙份。
-----------------------------	---

學校執行 113/12/01 收件截止	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 學校帶領/家長協助學童完成以下指定項目，將量尺以班級為單位裝入信封，請導師協助記錄測量數據後，全校一同寄回基金會： 1. 彩繪健康尺：(1)創作須包含 OPEN 將或 LOCK 醬、(2)須於腰圍標準 80 公分、90 公分兩處有明顯創作、(3)內容需呈現健康意識。 2. 測量實作：學童須以量尺練習測量一位成人親友之腰圍和小腿圍，並將數值記錄於量尺之指定欄位中。
結果公告 113/12/30	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 團體獎-校園出動：量尺繳件率達標之學校中即具有抽籤資格，將抽出 8 所國小依指定日期辦理。 ✓ 個人獎-畫尺比賽：健康量尺創作作品將評選出各獎項，並頒發獎金及獎狀。

肆、活動獎項說明

1. 團體獎-校園出動

基金會將計算符合認列說明 (附錄二) 之量尺作品，確認繳件率是否達抽籤資格之標準 (依學校班級數應達 75%~90%，附錄三)，並依抽籤辦法 (附錄四) 抽出學校於 113 年下學期開學第一、二周(2/11~2/21) 擇期辦理「校園出動」。將邀請 OPEN 將、LOCK 醬到校與學童進行約 40 分鐘之帶動跳、健康體位和均衡營養衛教等歡樂互動。

2. 個人獎-畫尺比賽

學童繳交之作品凡符合創作規範 (附錄五) 並經學童法定代理人簽名於量尺指定欄位後，始得參加量腰「繪」健康畫尺比賽。

將邀請 3-5 位老師或藝術相關專業人士作為評審，評分標準及獎項說明如下表：

評分標準	說明	
創意與原創性 (30%)	<ul style="list-style-type: none"> - 設計的概念是否獨特？ - 是否展示了學生的個人風格和創意？ 	
主題符合度 (25%)	<ul style="list-style-type: none"> - 設計內容是否與能切合主題？ 	
技術與技巧 (25%)	<ul style="list-style-type: none"> - 色彩運用是否合理？ - 線條、形狀和構圖是否清晰且有吸引力？ 	
整體呈現 (20%)	<ul style="list-style-type: none"> - 整體效效果是否和諧？ - 是否有良好的排版和視覺平衡？ 	
獎項	名額	獎狀；獎金
特優	20 名	每名頒贈 (1)獎狀一只；(2) 1000 元 7-ELEVEN 禮券或等值禮品
優選	40 名	每名頒贈 (1)獎狀一只；(2) 500 元 7-ELEVEN 禮券或等值禮品
佳作	100 名	每名頒贈 (1)獎狀一只；(2) 200 元 7-ELEVEN 禮券或等值禮品

附錄一、各縣市報名配額分層

依各縣市國小數占比、行政區等考量進行配額，採先登記先錄取，額滿為止。

分區	縣市	校數占比	配額
北基宜桃	臺北市、新北市、基隆市、宜蘭縣、桃園市	約 25%	共 25 所
竹苗中彰	新竹市、新竹縣、苗栗縣、臺中市、彰化縣	約 25%	共 25 所
投雲嘉南	南投縣、雲林縣、嘉義市、嘉義縣、臺南市	約 25%	共 25 所
高屏花東澎金馬	高雄市、屏東縣、花蓮縣、臺東縣、澎湖縣、金門縣、連江縣	約 25%	共 25 所
			總計 100

附錄二、「團體獎-校園出動」繳件認列說明

繳回之健康尺創作作品須符合以下條件，方視為完成繳件，列入達標率之計算。

- 1、主辦單位主觀判別創作面積加總達畫尺之 1/2。
- 2、依規範創作有 OPEN 將或 LOCK 醬，呈現健康意涵，並於腰圍標準 80 公分、90 公分處有明顯創作。
- 3、學童資料及測量數據填寫完整。
- 4、作品須保持完整且無明顯破損。

附錄三、「團體獎-校園出動」抽籤資格說明

各校依班級數設有不同繳件率達標門檻，達標學校方具抽籤資格。

全校 1~6 年級班級數	回填率達標門檻
12 班以下	90(含)%以上
13-24 班	80(含)%以上
25 班以上	75(含)%以上

※班級數分層參考教育部《國民小學及國民中學設施設備基準》學校規模定義

附錄四、「團體獎-校園出動」抽籤辦法

階段一：繳件率達標學校將依附錄一之分區進行抽籤，每分區抽出 2 所，總計 8 所。

階段二：為關懷偏遠及原民國小，出動之學校將包含統計處 113 學年列冊之「偏遠地區國小」和「原住民族地區國小」各 1 所；若「階段一」抽出名單未包含，則將就達標學校另外抽出，若未有達標之學校則該名額維持從缺。

2024 年 健康出動到校園：量腰「繪」健康-畫尺比賽辦法

凡經財團法人千禧之愛健康基金會 (以下稱主辦單位或千禧之愛) 錄取學校之學童及其法定代理人「簽名」並繳回畫尺而參加千禧之愛主辦之 2024 年 健康出動到校園：量腰「繪」健康-畫尺比賽 (以下稱本比賽) 者 (以下合稱參賽者) · 始屬合格參賽者 · 並視為同意並接受本比賽辦法 (含蒐集個人資料告知事項)如下：

1. 本比賽辦法為千禧之愛所發布 2024 年 健康出動到校園：量腰「繪」健康 活動簡章 (以下稱本簡章)之一部分。若參賽者違反本比賽辦法或本簡章相關規定 · 其參賽作品不列入評選。
2. 參賽作品須包含下列項目 · 否則不予評選：(1) 繪圖需包含 OPEN 將或 LOCK 醬、(2) 須於腰圍標準 80 公分和 90 公分兩處有明顯創作、(3)繪圖需呈現健康意涵、(4)需記錄有家人之測量腰圍、小腿圍數據。
3. 參賽作品每位學童限一份 · 如有重複由主辦單位刪除；參賽作品以學童本人繪畫為限且不違反法令、侵權或妨礙公序良俗 · 並限於未曾公開發表、未在其他繪畫比賽參賽或得獎之作品；如有抄襲他人或由他人代筆等情形者均取消參賽資格、不予評選；若得獎 · 將取消參賽及得獎資格並追回已頒之獎項(含獎狀、獎金或等值禮品) · 獎項不予遞補。如涉有爭議、違法或致損害其他第三人或主辦單位時 · 均由參賽者負一切法律與賠償責任 · 與主辦單位無涉 · 且參賽者應補償主辦單位因此所支出之費用。如有著作權之爭議 · 參賽者負舉證之義務 · 並對主辦單位最後之判定不得有異議。
4. 所有參賽作品一律不發還 · 著作財產權歸屬主辦單位所有。主辦單位就參賽作品原件或重製物 · 得不限地點、時間、次數、方式、無償使用 · 包括但不限於展覽活動、相關製作物、宣傳物中呈現 · 或重製贈品發行等 · 且均不另給酬。參賽者同意不對主辦單位或經主辦單位同意利用參賽作品之人行使著作人格權。主辦單位將以可行之方式去識別化參賽作品原件或重製物上之個人資料。
5. 本比賽相關個人資料保護之約定 · 如「量腰「繪」健康活動」蒐集個人資料告知事項所載 (掃描 QRcode 查看詳細說明)。
6. 每一參賽者限得一獎；得獎名單將於 2024 年 12 月底前公佈於主辦單位官方網站 · 並由主辦單位主動通知、提供本比賽獎狀及獎金(或等值禮品)予得獎者所屬學校 · 由校方進行頒發表揚。經主辦單位公布得獎之作品 · 得獎者及其法定代理人不得要求取消得獎資格或提出其他要求。
7. 得獎獎金應依所得稅法及「各類所得扣繳率標準」規定扣繳所得稅。中華民國境內居住之個人 · 按競技競賽機會中獎獎金或給與按給付全額扣繳百分之十；非中華民國境內居住之個人(即當年度在境內居住未達 183 天之本國人及外國人) · 按競技競賽機會中獎獎金或給與按給付全額扣繳百分之二十；中華民國境內居住之個人前開所得 · 每次應扣繳稅額不超過新臺幣二千元者 · 免予扣繳。
8. 主辦單位就本比賽辦法所列事項保有解釋、修改及補充權利。本簡章或本比賽辦法如有未盡之處 · 主辦單位得依需要適時修正。

