

## 財團法人千禧之愛健康基金會 函

機關地址：710 台南市永康區中正路 301 號  
辦 事 處：110 台北市信義區松高路 9 號 23 樓  
承辦人及電話：蕭意穎 (02) 8786-0996  
傳 真：(02) 8786-0995

受文者：康寧學校財團法人康寧大學

發文日期：中華民國 112 年 2 月 20 日

發文字號：千健字第 112003 號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：普通

主旨：檢送本基金會112年「千禧二十 健康落實—青年社區健康服務全國競賽」活動辦法與海報乙份，敬請惠予協助公告並鼓勵 貴校學生踴躍報名參加，敬請查照。

說明：

- 一、國人 110 年十大死因中，代謝症候群衍生之慢性疾病包括心臟病、糖尿病及高血壓等死亡率加總高達 31.9%，已超越癌症成為國人健康最大殺手。
- 二、本基金會自 95 年起積極宣導國人應注重腰圍、血壓、血糖及血脂等代謝症候群指標；自 100 年起更以女性腰圍應小於 80 公分、男性腰圍應小於 90 公分之健康標準，取其數字「8」與「9」，將每年 8 月 9 日訂為「千禧之愛 89 量腰日」，舉辦宣導活動加深民眾對「腰圍八九十 健康常維持」口號及健康腰圍標準之記憶度，宣導工作已長達 18 年。衛生福利部國民健康署長年擔任本基金會「代謝症候群健檢與宣導活動」之指導單位；此次亦擔任旨揭競賽之指導單位。
- 三、今(112)年適逢基金會成立 20 周年，本基金會為了鼓勵大專院校學生一同投入健康促進領域，故將舉辦旨揭競賽鼓勵學生響應與實踐聯合國 SDG3 精神—促進健康生活與福祉，應用所學及新科技、發想新創意，規劃社區健康促進活動。

四、歡迎全國大專院校在學生(含研究所)以 5 至 10 人組隊參賽，競賽組別分為「預防醫學組」、「營養保健組」、「復健運動組」、「代謝症候群防治組」，每組預計遴選出 6 隊提供執行費，並依據執行成果頒發前三名之獎金與獎狀，競賽總獎金高達 160 萬元。競賽時程如下：

(一)報名時間：112 年 3 月 8 日至 3 月 31 日止。

(二)公告初審入選名單：112 年 5 月 31 日。

(三)入選隊伍實際執行企劃：112 年 8 月 31 日前完成。

(四)繳交執行成果摘要：112 年 9 月 1 日至 9 月 15 日。

(五)決賽暨頒獎典禮：112 年 10 月下旬(將於 6 月 30 日前於官方網站公布)。

五、詳細競賽資訊及報名等相關辦法請參閱附件，並請至活動網站 (<http://collegehealthpromote.1000-love.org.tw/>) 查詢及報名。

六、相關問題請洽本基金會：蕭意穎專案經理，聯絡電話 (02)8786-0996，電子信箱：[healthinfo@1000-love.org](mailto:healthinfo@1000-love.org)。

正本：國立清華大學、國立臺灣大學-醫學院、國立臺灣大學-公衛學院、國立成功大學、國立陽明交通大學、國立臺東大學、臺北市立大學、國立臺北護理健康大學、國立臺中科技大學、國立中興大學、國立中山大學、國立臺北大學、國立金門大學、國立臺灣科技大學、國立臺南護理專科學校、東海大學、輔仁大學、長庚大學、大葉大學、義守大學、高雄醫學大學、慈濟學校財團法人慈濟大學、臺北醫學大學、中山醫學大學、長榮大學、中國醫藥大學、亞洲大學、開南大學、康寧學校財團法人康寧大學、馬偕學校財團法人馬偕醫學院、嘉藥學校財團法人嘉南藥理大學、輔英科技大學、弘光科技大學、大仁科技大學、中臺科技大學、光宇學校財團法人元培醫事科技大學、中華醫事科技大學、美和學校財團法人美和科技大學、吳鳳科技大學、長庚學校財團法人長庚科技大學、慈濟學校財團法人慈濟科技大學、亞東學校財團法人亞東科技大學、經國管理暨健康學院、馬偕學校財團法人馬偕醫護管理專科學校、仁德醫護管理專科學校、樹人醫護管理專科學校、慈惠醫護管理專科學校、耕莘健康管理專科學校、敏惠醫護管理專科學校、聖母醫護管理專科學校、新生醫護管理專科學校、崇仁醫護管理專科學校、育英醫護管理專科學校、聖約翰科技大學、銘傳大學

副本：

董事長 **許惠恒**

## 「千禧二十 健康落實」青年社區健康服務全國競賽 活動辦法

### ■ 活動宗旨

還記得當初報考醫學相關科系的初衷嗎？心念著要讓家人獲得更好的照護，或是要將正確的知識傳達給廣大民眾，還是希望利用所學回饋給國家社會？

學校教了許多醫學專業知識，而這些專業如何應用到民眾身上，也是一門必修課程。如何增加民眾的病識感？如何將健康知識化繁為簡？如何協助民眾養成健康行為？這些問題需要你的創意並付諸行動！

千禧之愛健康基金會 20 年來致力於推動促進營養保健與預防醫學之社會教育、研究發展、國際學術交流。現在！我們需要更多的力量，一起將健康散播到全台灣。

本競賽希望號召健康相關系所在學生，應用所學投入預防醫學及健康促進。通過初審之隊伍可獲執行費 1 萬元與其他實報實支補助(上限 4 萬元)，藉此支持與鼓勵各隊伍成為傳播健康的種子！執行成果經評審團票選為前三名還可獲得高額獎金。



- 主辦單位：千禧之愛健康基金會
- 指導單位：衛生福利部國民健康署
- 活動對象：全國大專院校在學生(含研究所)，其中醫學、健康相關系所之在學生需佔團隊成員 80%以上(須檢附學生證)，其餘 20%成員可跨領域結合其他系所之在學生。每隊成員限 5~10 人，每人僅限參加一隊；參加隊伍需推派隊長 1 名(擔任聯絡窗口及統籌事宜)，並邀請 1 位醫學、健康相關系所教師(講師級以上)擔任指導老師。

#### ■ 競賽組別

所有參賽隊伍均需依照參賽組別撰寫一份符合該組主題之衛教活動企劃書，經評選委員會審查裁定通過初審者，由千禧之愛健康基金會提供執行經費供入選隊伍進行提案實作。評選委員會再針對各隊完成實作之成果報告進行複審，每組前三名分別頒發每隊 5 萬元、3 萬元、2 萬元獎金及每人獎狀乙紙。

競賽組別共 4 組：

##### 1. 預防醫學組

協助民眾建立健康行為、預防疾病發生。(備註：代謝症候群相關防治宣導請報名「代謝症候群防治組」。)





## 2. 營養保健組

依據民眾不同營養目標來設計飲食衛教內容，達到營養均衡、健康飲食目的。

## 3. 復健運動組

透過復健及運動增強民眾身體功能或體位，達到特定疾病之防治與促進健康，以及提升生活品質。

## 4. 代謝症候群防治組

本基金會自 2006 年起積極宣導國人應注重腰圍、血壓、血糖及血脂等代謝症候群指標，提倡「腰圍八九十 健康常維持」健康觀念。2008 年起向衛生署(現衛福部)、勞委會(現勞動部)、立法院倡議將腰圍納入「勞工健康保護規則」、「成人預防保健服務」等法定健檢項目，獲得支持，並於 2011 年執行，成效每年影響超過 1,600 萬人。

代謝症候群患者相較一般人更容易罹患三高慢性病，故基金會持續投入宣導工作，期望能透過深化預防重於治療觀念，降低相關慢性病之罹患率。今年適逢基金會創會 20 周年，期盼有更多人一同倡導，設計防治代謝症候群的健促計畫，協助民眾預防三高慢性病。

同學可參考千禧之愛健康基金會官網(<https://www.1000->



love.org.tw/)，瞭解基金會之成立宗旨與專案，針對基金會之專案延伸或發想衛教活動。

#### ■ 競賽方式

1. 初審：由主辦單位聘請相關領域之學者專家擔任評選委員，針對疾病對社區之威脅性、企劃書之可行性、衛教實用性(含預防方案)、教材與教具研發以及科技新穎性，各競賽組別預計遴選 6 個優秀隊伍，提供執行費用 1 萬元與其他實報實支補助(上限 4 萬元)。
2. 複審：由主辦單位聘請相關領域之學者專家擔任評選委員，針對企劃實作之執行成效、可複製性(廣度)、可延續性(深度)以及科技新穎性，各競賽組別遴選出前三名分別頒發每隊 5 萬元、3 萬元、2 萬元獎金及每人獎狀乙紙。



■ 競賽時程安排

時程	項目	備註
3月8日-3月31日	報名並繳交企劃書	請至活動網站填寫報名資訊，並上傳企劃書、隊員名單(須檢附學生證)。
5月31日	公布初審入選名單 (各組別預計遴選6隊)	公布於活動網站、主辦單位官網，並以email通知各隊隊長及指導老師，請回覆補助執行費用所需之相關資訊。
8月31日前	通過初審隊伍完成企劃執行	
9月1日-9月15日	繳交執行成果摘要及活動照片3張	製作成果發表手冊
10月下旬(將於6月30日前於官方網站公布)	決賽暨頒獎典禮： 依據口頭報告內容 評選前三名	報告順序將由主辦單位抽籤安排



## ■ 審查評分標準

### 1. 初審：各競賽組別預計遴選 6 個優秀隊伍。

項目	佔比	說明
疾病對社區之威脅性	20%	解析所選主題在社區之嚴重性，例如疾病盛行率、發生率、致死率等流病指標
企劃可行性	30%	內容是否針對社區問題提出解決方案且可執行
衛教實用性(含預防方案)	30%	衛教內容是否考量周全，需提出預防勝於治療之方案
教材與教具研發	10%	有助於更淺顯易懂
科技新穎性	10%	結合新科技之創意與獨特性
跨領域結合		衛教活動因跨領域而有創新之作法，則依據隊伍中非健康相關系所在學生之專業或貢獻度加分，加分範圍 0-2 分。

### 2. 複審：各競賽組別遴選出前三名。

項目	佔比	說明
執行成效	30%	質化、量化目標之執行成效
可複製性	30%	企劃可套用到其他社區
延續性	30%	企劃結束後仍可在社區發揮影響力
科技新穎性	10%	創新作法達到預防醫學之目標



## ■ 競賽獎勵

### 1. 初審：

各競賽組別預計遴選 6 個優秀隊伍，每隊提供執行費用 1 萬元與其他實報實支補助(上限 4 萬元)。

實報實支項目：

項目	說明
教材、教具費	請以教學必要之材料為主，核銷時須檢附相關印刷品、照片等佐證資料。
交通費	以台灣高鐵標準車廂(含)以下各類等級之票價為準，每人最高補助 2,000 元。
住宿費	每人每日補助 1,000 元，最高補助 2 日。
以上事項須檢附正式收據核銷實報實支，不認列標示不清之憑證。 發票抬頭「財團法人千禧之愛健康基金會」、統一編號「99175065」	

### 2. 複審：

各競賽組別遴選出前三名：

項目	獎金
第一名	全隊 5 萬元及每人獎狀乙紙
第二名	全隊 3 萬元及每人獎狀乙紙
第三名	全隊 2 萬元及每人獎狀乙紙
其他入選隊伍	每人獎狀乙紙



## ■ 注意事項

1. 報名完成後須於指定時間繳交相關資料，未完成者取消資格。
2. 初審未入選之隊伍不另行通知。
3. 複審須親自到場並進行口頭報告，未親自出席視同放棄，主辦單位將有權追回已頒發之獎金及獎項。
4. 企劃案若已獲得其他營利非營利組織之競賽或非競賽獎項、獎金、獎勵或任何形式補助，不得再用以參加本競賽。
5. 主辦單位對於入選作品擁有發布新聞報導、公開展出、發表在主辦單位與統一集團刊物、CSR 報告及其它媒體之權利。主辦單位並得引用入選作品及團隊參賽歷程記錄、成果等資料作為主辦單位之年度工作成果彙報及製作參獎資料之素材。
6. 主辦單位得依照實際競賽需求與狀況，調整活動辦法與時間期程。
7. 主辦單位保有隨時修改及終止本活動之權利，如有任何變更內容或詳細注意事項將另行通知。