**新北市106年度新店碧潭「陽光動健康，全家作伙來」活動實施計畫**

1. 目的:

(一)全面推動「新北動健康」，深化「祖孫動健康」，增進小朋友、祖父母及家人間的健康，

促進親子、祖孫及家人間的情感連繫，達成幸福家庭123。

(二) 宣導「樂在運動、活得健康」理念，以增強國民參與運動意識，達到人人愛運動、處處

能運動、時時可運動之願景。

1. 主辦單位：新北市政府家庭教育中心、新北市政府體育處
2. 協辦單位：廖筱清議員服務處
3. 承辦單位：新北市新店區新和國民小學
4. 活動地點：新店區碧潭東岸。
5. 活動時間：106年5月13日(星期六)下午5時至8時，民眾自由參加。
6. 活動辦理方式:以晚會模式鼓勵民眾認識及體驗動健康，現場提供贈品、健康飲食等，並規劃闖關遊戲、音樂表演觀賞及親子操帶動等活動。
7. (一)宣傳部分：

1.網路宣傳：公告活動訊息(體育處入口網、家庭教育中心入口網、新北市運動達人)

2.宮燈旗設置及布條懸掛。

3.現場提供野餐墊(限量231份)，下載新北動健康APP，完成前測者可領取。

(二)攤位闖關活動：家庭教育中心(1攤)、體育處(1攤)、社教科(2攤)及衛生局(2攤)，設置動健康互動及體驗攤位，闖關完成者可兌換健康飲食。

(三)設置健康飲食帳棚區，提供健康飲料，每種限量300份開放民眾領取避免擁擠。

(四)邀請表演團體現場進行表演。（社教科兩個節目、秀山國小管樂團、崇光女中弦樂團、大豐國小管弦樂團等）

(五)現場辦理Q&A有獎徵答。

1. 參與對象：本市市民，原則以親子、家庭為參加對象。
2. 活動流程：

|  |  |
| --- | --- |
| 時間 | 內容 |
| 17:00-17:10 | 長官來賓致詞 |
| 17:10-17:30 | 開場表演-社教科樂齡 |
| 17:30-20:00 | 1.全家闖關遊戲活動開始、輕食享用  2.舞台區節目：  (1)17:30~17:40主持人介紹攤位、有獎徵答  (2)17:40~18:05 崇光女中弦樂團  (2)18:05~18:15有獎徵答、換場  (3)18:15~18:40秀山國小管樂團  (4)18:40~18:50有獎徵答、換場  (5)18:50~19:15社教科樂齡  (6)19:15~19:25有獎徵答、換場  (7)19:25~19:50大豐國小管弦樂團 |
| 19:50-20:00 | 閉幕賦歸 |

1. 預期成效：

(一)「陽光動健康，全家作伙來」活動預估參與家庭及祖孫300組，參與人數達1,000人。

(二)全家人從活動中，增進健康常識、體驗健康運動、培養健康習慣，並促進家人間情感聯繫，

建立和諧家庭。