

正本

發文方式：郵寄

檔 號：

保存年限：



臺中市政府衛生局 函

地址：42053臺中市豐原區中興路136號
承辦人：廖美惠
電話：(04)25265394~3120
電子信箱：hbtc00904@taichung.gov.tw

428

臺中市西屯區四川路146號2樓

受文者：臺中市護理師護士公會

發文日期：中華民國108年8月1日
發文字號：中市衛保字第1080076565號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：活動單張

主旨：函轉衛生福利部國民健康署辦理108年「全民健走-百萬俱樂部步」活動，惠請轉知所屬人員踴躍報名參加，請查照。

說明：

- 一、依據衛生福利部國民健康署108年7月29日國健社字第1080201210號辦理。
- 二、為帶動全民健走風潮，鼓勵民眾選擇最容易、安全，且隨時隨地皆可進行的「健走」活動，持續參與相關活動，以達成每日1萬步之風潮，故該署辦理旨揭活動，說明如下：
 - (一)活動一、全民樂活一起走(即日起至108年11月)：每天走6,000步、每月達標10天者(即一個月中有10天完成單日6,000步)，即可參加抽獎；另有揪團拍照獎項。
 - (二)活動二、節慶來健走(即日起至108年10月)：配合特定節日，當週單日步數達成目標，即可參加抽獎。
 - (三)活動三、北、中、南 健走嘉年華(108年8月~108年11月)：完成1條線上指定健走路線者，即可參加抽獎活動。
 - (四)活動四、北、中、南 全國大會師(108年10月~108年11月)：辦理3場實體會師活動，預定108年10月19日(星期六)於東海大學辦理中部場；同年10月26日於國立體育

大學辦理北部場；同年11月30日於高雄駁二特區辦理南部場。

三、前述活動四全國大會師，預定108年10月19日(星期六)於東海大學辦理中部場健走活動，屆時本局將與國健署合辦，重點如下：

(一)對象：市民、學校、職場、醫院、社區健康營造單位及社區關懷據點等各場域民眾。

(二)活動內容：實體健走活動，活動當日提供贈品/攤位體驗。

(三)參加者可獲得參加獎一份。

四、請貴單位協助旨揭活動訊息之傳播，鼓勵民眾共同參與，詳情請見活動網站(<https://ttiia.org/>)。

正本：臺中市政府一級機關、本局各處室、臺中市各區衛生所、本市68家醫院、臺中市職場、經濟部工業局大甲幼獅工業區服務中心、科技部中部科學工業園區管理局、臺中市工業區廠商協進會、經濟部加工出口區管理處臺中分處、經濟部工業局台中港關連工業區服務中心、臺中港關連工業區廠商協進會、經濟部工業局大里工業區服務中心、霧峰工業區管理會、大甲幼獅工業區廠商協進會、仁化工業區廠商協進會、大里工業區廠商協進會、臺中工業區廠商協進會、臺中市精密機械創新科技園區廠商協進會、社團法人台中市醫師公會、臺中市大臺中中醫師公會、臺中市中醫師公會、臺中市大臺中牙醫師公會、社團法人臺中市職能治療師公會、社團法人臺中市牙醫師公會、臺中市大臺中醫事檢驗師公會、臺中市醫事檢驗師公會、臺中市醫事檢驗生公會、臺中市醫事放射師公會、社團法人臺中市物理治療師公會、台中市語言治療師公會、臺中市大臺中護理師護士公會、臺中市護理師護士公會、臺中市助產師助產士公會、臺中市物理治療生公會、臺中市呼吸治療師公會、台中市聽力師公會、臺中市驗光生公會、臺中市驗光師公會、臺中市臨床心理師公會、臺中市諮商心理師公會、臺中市藥師公會、臺中市新藥師公會、臺中市藥劑生公會、臺中市第一藥劑生公會、臺中市營養師公會、臺中市潭子社區健康營造推廣協會、社團法人臺中市和平區健康促進推廣協會

副本：本局保健科

局長 曾梓展

108年「全民健走 - 百萬俱樂部活動」

辦理目的：為帶動全民健走風潮，鼓勵平常沒有運動習慣的民眾，選擇最容易、最安全，且隨時隨地都可進行的「健走」活動，故辦理本次活動。

活動一 全民樂活一起走 (108年7月~108年11月)。

活動內容：每天走6000步、每月達標10天者（即一個月中有10天完成單日6000步），即可參加抽獎。

額外獎項：和兩位家人或朋友至當月指定活動景點合影，上傳照片至官方臉書活動頁面，標記照片中朋友，即可獲得額外抽獎資格。

抽獎方式：(1) 次月10日於前個月完成資格者中，抽取得獎者，每月最少抽取12位中獎者。

(2) 次月10日於完成臉書活動者中抽獎，照片中人皆有獎勵，每月最少抽取20位中獎者。

活動二 節慶來健走 (108年7月~108年10月)。

活動內容：節日當週單日步數達成目標，即可參加抽獎。

7月份活動以7000步為門檻，8月份活動以8000步為門檻，

9月份活動以9000步為門檻，10月份活動以10000步為門檻。

抽獎方式：於指定日抽15名。



特殊節慶運動健走日 解鎖破任務抽大獎

世界肝炎日 7/28

7000步 (4.2公里)

七夕情人節 8/7

8000步 (5.1公里)

父親節 8/8

8000步 (5.1公里)

體育節 9/9

9000步 (6.8公里)

中秋節 9/13

9000步 (6.8公里)

世界無車日 9/22

9000步 (6.8公里)

國慶日 10/10

10000步 (7.5公里)



活動三 北、中、南 健走嘉年華 (108年8月~108年11月)。

活動內容：以完成1條線上指定健走路線者，即可參加抽獎活動，完成越多抽獎次數越多！

抽獎方式：隔月10日前，從每條路線完成者中抽出30名中獎者。

活動四 北、中、南 全國大會師 (108年10月~108年11月)。

對象：學校、職場、醫院、社區之團隊及活動參與之民眾個人參加，限制名額3場共20,000人。

活動內容：實體健走活動，頒發團隊獎項，及活動當日提供實體贈品/攤位體驗。

獎項：有參加者即可獲得參加獎一份。

北 (108年10月26日，星期六) 國立體育大學

中 (108年10月19日，星期六) 私立東海大學

南 (108年11月30日，星期六) 高雄駁二特區

主辦單位：



衛生福利部
國民健康署

承辦單位：



台灣休閒旅遊產業創新協會
Taiwan Recreational Tourism Industry Innovation Association

詳情活動資訊請見活動網頁



活動網址：<https://ttiaa.org/>

大會信箱：service@ttiaa.org

活動聯絡電話：0910-929-712 (活動專用手機)

0909-741-977 (備用)

