

# 110 年連江縣預防及延緩失能創意彩繪徵選比賽

## 活動辦法

### 壹、前言：

依據內政部統計，截至 107 年底臺灣 65 歲以上老年人口占總人口比率已達 14%，成為高齡社會。在臺灣地區人口老化的快速趨勢下，家家戶戶多有年長的家人，老人的健康照護問題已成為政府、民間與家庭必須共同面對的重要課題。

為因應人口快速老化及高齡化所衍生的失能及衰弱問題，連江縣積極推動高齡友善城市八大面向，並且進行高齡營養、運動及失智等相關議題的課程宣導與友善環境輔導，以完善健康照護，達到在地、安心、安全與活躍之老化。然而家庭照顧在我國老人照護服務深具文化、社會及傳統的重要價值及意涵，「家」對大多數人而言，是提供生理、心理及情感滿足的地方，尤其對年邁的長者而言，家庭中的子女提供了照顧及支持功能，是影響老年人照護品質的重要因素，因此瞭解高齡者的需求、尊重並孝順他們已成為長者預防及延緩失能的重要關鍵。

本縣家庭關係緊密，部分長者協助照護孫子女，因此學童平日與爺爺、奶奶多有互動與連結，期望透過本縣學童參與「110 年連江縣預防及延緩失能創意彩繪徵選比賽」，增加民眾對高齡友善環境、營養及失智相關議題的認識，使學童及學童父母理解家中長者因高齡所面臨的身心變化，建立對長者的正向態度，改變對高齡者的刻板印象，學習照顧家中的長輩，並將敬老、尊老的觀念帶進社區，讓傳統美德可以世代傳承下去。

### 貳、主辦單位：連江縣衛生福利局

### 參、活動辦法：

一、參賽對象與作品規格：就讀連江縣國小學童(僅得以個人報名參加)。

(一)低年級組：國小 1~3 年級，作品規格為八開圖畫紙(約 27 公分 X 39 公分)為限。

(二)高年級組：國小 4~6 年級，作品規格為四開圖畫紙(約 39 公分 X 53 公分)為限。

※本局將於 110 年 9 月 6 日(一)前寄送圖畫紙至本縣各國民小學，每校依學生人數比例分配紙張，作品均不得裱裝。

二、主題：參賽學童各類主題均可投件，然每一主題僅能以乙幅參加。

(一)主題 1. 營造高齡友善環境-代間融合

(二)主題 2. 樂食蔬果 營養生活

(三)主題 3. 失智友善社區

※繪畫方向可參考附件 1

三、素材：

繪畫表現素材不限，剪貼、水彩、蠟筆、粉蠟筆、彩色筆或綜合應用皆可，惟版畫、立體作品、水墨畫及電腦繪畫皆不列入本次參賽類別。

四、活動期程：即日起至 110 年 10 月 1 日(星期五) 下午 5 時截止。

五、評分標準：

- (一) 評審作業分為初選及決選兩個階段。
- (二) 初選：由主辦單位先就報名表資料完整性及作品規格是否符合規定進行篩選。
- (三) 決選：由主辦單位邀集相關領域專家組成評選小組，依評分標準(適題性 50%、構圖與色彩 20%、主題創意 20%、在地特色 10%)從初選入圍作品中進行各類組評選，評定得獎作品。

六、收件方式：

- (一) 參賽作品併同報名表與作品聲明與授權同意書(如附件 2)及作品簡介(如附件 3)於活動期間內由各學校統一或個別送件，逕寄(送)本局(連江縣南竿鄉復興村 216 號，郵寄以當日郵戳為憑)，為確保作品完整，請參賽作品繳交或寄送時注意防範毀損事宜。
- (二) 親自交件者請於上班時間(每週一至週五 9:00 至 17:00)送至收件地址。
- (三) 本活動有任何疑問，請洽連江縣衛生福利局保健科，連絡電話 0836-22095 轉 8859、8869(營養)、8866(高齡)或 8867(失智)。

七、獎勵：

- (一) 各組第一名：1 名，頒發獎狀乙幀及商品卡 1,500 元。
- (二) 各組第二名：1 名，頒發獎狀乙幀及商品卡 1,000 元。
- (二) 各組第三名：1 名，頒發獎狀乙幀及商品卡 800 元。
- (三) 各組佳作：3 名，頒發獎狀乙幀及商品卡 300 元。
- (四) 凡參加者即致贈宣導品乙份。
- (五) 得獎名單暫訂於 110 年 10 月 29 日(星期五)前公告於連江縣衛生福利局網站；另行文至得獎學校公開表揚並將得獎作品公布於本局網站。

八、領獎方式：

- (一) 依中華民國稅法規定獲獎獎項依中華民國稅法規定，將獎項所得列入獲獎者年終綜合所得稅申報，獲獎者須簽收領款收據(領款收據需填寫：獲獎者姓名、生日、身分證字號、地址、電話)。
- (二) 獎項評選時間及地點以電話或本局網站公布最新公布訊息為準。
- (三) 得獎者之相關資料皆應正確並與報名資料相符，若得獎者所繳付之文件及資料有不全、偽造或不實者，或違反本活動辦法，或未在主辦單位指定時間內提出相關證明，或為其他影響本活動公平性行為即視為入選無效，主辦單位得以取消其入選資格。該得獎者除應負法律相關責任外，如已領取獎項，主辦單位有權向其追繳已領取之獎項。
- (四) 本活動獎項以公告之獎勵為準，得獎者不得自行要求更換其他獎項。

## 九、注意事項

- (一) 未成年（未滿 20 歲）參賽者需經由法定代理人同意方能比賽。
- (二) 參賽作品每人每一類主題以乙幅參加，重複者由主辦單位刪除，如有臨摹或他人加筆均不予評選。
- (三) 勿於畫作內容中書寫可識別之個人資訊。
- (四) 作品報名截止前未完整提供應繳交資料者，不列入評選；參選者須尊重評審團決定，對評審結果不得異議；作品無論得獎與否，參賽畫作恕不退件。
- (五) 參賽稿件將無償授權予連江縣衛生福利局不限地域、時間與次數，以光碟或其他數位化方式重製後典藏、散布出版方式發行或上載網站相關宣傳使用。
- (六) 得獎作品如有偽冒、抄襲、代筆或經檢舉曾參加任何公開繪畫比賽得獎或展出，查證屬實，一律取消資格，獎位不遞補。已領取獎項者，主辦單位得追回原獎項。其違反著作權法令部分由參賽者自行負責，概與主辦單位無關。如造成第三者之權益損失，參賽者得負完全法律責任，不得異議。
- (七) 凡參賽之作品，因郵寄途中或不可抗拒災變造成之損失，主辦單位恕不負責。
- (八) 評審得視各組別之實際參賽作品水準，以「從缺」、「刪除名額」或「增加名額」方式彈性調整各組別之獎項名額。
- (九) 得獎者請待本局通知各項獎項領取，逾期者視為棄權。領取獎項者，應檢附本人戶口名簿及法定代理人或監護人身分證明文件，始為受理。
- (十) 主辦單位保有所有相關活動最終解釋權及活動修改、變更或取消之權利。

(一) 營造高齡友善環境-代間融合

隨著高齡社會來臨，推動高齡友善城市鼓勵代間學習活動，藉以倡導及重視高齡者的價值為首要之事。隨著社會高齡化及少子化的趨勢，世代之間產生許多代與代的隔閡問題。家庭倫理是社會中極為重要的一環，希望將敬老尊長的觀念帶進社區及校園，讓傳統美德可以世代傳承下去。

健康促進活動能增加長者們社會參與的機會，從中肯定自己並覺得被他人需要。期待我們能力行尊重、關懷身邊每一個長輩，讓他們從家人、親朋好友或社區中獲得社會支持，享受幸福的老年生活。例如往年由國民健康署主辦的「阿公阿嬤健康活力 Show」，廣邀長者一圓舞台夢，激發社區長者參與、維持活力、與鄰里好友建立家人般關懷親切之感情。傳統技藝的展現，挖掘家裡阿公阿嬤的傳統技能，會發現各個都是技藝好手，並與之共同學習，展現長者價值並將傳統技術永續傳承。

「代間融合」是希望連結老年世代和年輕世代，增加世代間的認識與交流。老、小兩個族群，發展代間融合，讓長輩找到可以發揮的舞台，透過祖孫之間的互動促進人際關係，就如同母雞帶小雞般，長者從中獲得成就、自信，也能讓小朋友們更了解、接受身邊的長輩，提昇敬老與親老的觀念，進而提升家庭功能。

活力秀



在地傳統

馬祖辭典之十七：白丸

<https://reurl.cc/VEKvNy>

資料來源：馬祖飲食文化—馬祖好食

## (二) 樂食蔬果 營養生活

營養是生命的基石，每天的飲食健康是健康老化、活躍老化的關鍵。蔬菜與水果是我國食物六大類中的其中兩大類別，其為維生素、礦物質及膳食纖維來源之一，其中膳食纖維可以維持腸道健康並幫助排便，另外也有許多對健康有益處的植化素，像是花青素、胡蘿蔔素、茄紅素、多醣體等。請各位學童繪出多元攝取、足量蔬果的飲食型態，並融合當今在地食材元素，跟爺爺奶奶與家中長輩傳遞蔬菜與水果的營養重要性。

創作參考資料：

1. 6 大類食物。國民健康署官網。

<https://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=4086>

2. 我的餐盤\_銀髮族(海報)。衛生福利部國民健康署健康九九網站。

<https://health99.hpa.gov.tw/material/4447>

3. 天然蔬果 抗疫給力 吃出五彩人生。衛生福利部國民健康署健康九九網站。

<https://health99.hpa.gov.tw/news/18573>

4. 蔬菜類、水果類食物代換表(天天 5 蔬果)。衛生福利部國民健康署健康九九網站。

<https://health99.hpa.gov.tw/storage/pdf/materials/12323.pdf>

### (三) 失智友善社區

根據國際失智症協會 (ADI) 2019 年全球失智症報告，全球共有超過五千萬名失智者，每三秒就有一人罹患失智症，台灣的失智症人口也不斷攀升，根據內政部資料統計，推估民國 109 年 12 月底台灣失智人口超過三十萬人，佔全國總人口 1.29 %，亦即在台灣約每 77 人中即有 1 人是失智者。

未來的 50 年台灣失智人口數以平均每天增加近 30 人；約每 48 分鐘增加 1 位失智者的速度成長，且失智總人口佔全國總人口比逐年成長，國人應及早準備。面對照顧人力缺口，未來失智症照護已無法單靠家庭，而將轉變為社區互助照顧模式，社區中的失智者需要您我共同來關心！

成為失智友善的一員：主動關心路邊獨行的老人家。若查覺其行為有異，疑似為失智者，以「看問留撥」四步驟處理，減少失智者走失的可能性。面對失智者及家屬，以關懷、耐心、包容的友善態度來面對，打造失智友善家園。

## 友善失智四部曲



1 看

### 主動觀察，發現異狀

觀察對方是否有重複行為、神情不安、穿著不合常理或衣服上繡有姓名電話等情形



2 問

### 關心失智者，了解需求

詢問對方從何處來？要去哪裡？  
有沒有人陪同？知道家裡電話嗎？或是否需要協助



3 留

### 適當協助，延長停留

盡量委婉地留住失智者，以利有足夠的時間尋求支援與協助



4 撥

### 聯絡資源，尋求幫助

撥打110報警，提供相關線索，並待警方前來協助  
或撥打失智症關懷專線 0800-474-580

圖片來源：國健署健康九九網站

邀請願意幫助失智長者的商家、診所、教會、公車、警察、銀行、組織，透過食衣住行育樂等方式，及時協助失智長者，藉由社區鄰里的守望相助，來共同照顧快速增加的失智長者，減輕家庭照顧壓力，達到失智友善台灣的願景。

資料來源：台灣失智症協會 <http://www.tada2002.org.tw/>



掃描觀看案例分享→



## 110 年連江縣預防及延緩失能創意彩繪徵選比賽報名表

參加主題類別 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 營造高齡友善環境 -代間融合 <input type="checkbox"/> 樂食蔬果 營養生活 <input type="checkbox"/> 失智友善社區	參加組別 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 國小低年級組 (1~3 年級) <input type="checkbox"/> 國小高年級組 (4~6 年級)
作者姓名		指導老師	
就讀學校		班級	年 班
聯絡電話		家長姓名	
聯絡住址			

### 作品聲明與授權同意書

\_\_\_\_\_君(以下稱授權人)茲保證遵守連江縣衛生福利局「110 年連江縣預防及延緩失能創意彩繪徵選比賽」規範，保證參賽作品(作品名稱)\_\_\_\_\_確係本人之原創作品，如發生仿冒之情事者，願負起全部法律責任。授權人將所著作之重製權、公開播送權、公開上映權、公開傳輸權、公開展示權、改作權、編輯權，無償授權予連江縣衛生福利局，享有不限時間、地域、次數、非專屬、無償利用、並得再轉授權第三人利用之權利。

此致

連江縣衛生福利局

**授權人**

作者姓名：

作者身分證號碼：

法定代理人/監護人簽章：

地址：

聯絡電話：

中華民國 110 年            月            日

本授權書請親筆簽名

作品簡介				
作品名稱				
作品構思 及說明  (以 100 字 為上限)				
評分表 (以下為專家評分欄位, 請勿填寫)				
評分項目 與配分	適題性 50%	構圖與色彩 20%	主題創意 20%	在地特色 10%
專家評分				