

# 2020「後疫情時代-全年齡運動與健康」 全民運動與健康政策研討會 實施計畫

## 壹、活動目的：

依據世界衛生組織建議實施以族群為基礎和跨部門及跨領域整合性政策，以提高民眾身體活動量。今年因受到新冠肺炎（COVID-19）疫情影響，全球的健康促進與身體活動在執行上，均受到極大的衝擊。因此，思考如何在後疫情時代，兼顧防疫與民眾的生活品質，並維持與確保永續發展目標的達成，成為全球健康促進的新議題。

本次研討會為因應新冠狀病毒所帶來的運動新生活，並鼓勵國人多運動，以「後疫情時代-全年齡運動與健康」為主題，由衛生福利部國民健康署與教育部體育署共同主辦，希結合跨部門資源，以「提倡運動、節能減碳、經濟、娛樂」概念，透過各界深度互動與討論，將理論與實務結合，強化我國運動與健康政策推動實力。

## 貳、活動日期：

- 一、研討會日期：109 年 11 月 20 日（星期五）
- 二、開始報名日期：自即日起（250 名額滿為止）
- 三、截止報名日期：109 年 11 月 1 日（星期日）

## 參、活動地點：

集思交通部國際會議中心集會堂（台北市中正區杭州南路一段 24 號 5 樓）

## 肆、辦理單位：

- 一、主辦單位：衛生福利部國民健康署、教育部體育署
- 二、承辦單位：國立體育大學

## 伍、研討主題：

- 一、大會主題：後疫情時代-全年齡運動與健康
- 二、研討議題：
  - （一）後疫情時代-全民健康動起來
  - （二）全民健康-政策推廣、產業創新、節能減碳
  - （三）登山踏青、無痕山林、代間無距
  - （四）各場域的身體活動：居家、職場、公園

#### 陸、大會內容：

- 一、專題演講：邀請國外學者針對本研討會主題進行演講（會場備有同步口譯設備）。
- 二、圓桌論壇：邀請國內具有相關實務推動經驗之產、官、學界進行交流與分享。
- 三、海報發表：邀請各縣市及相關執行單位分享實務推動相關成果。
- 四、小組討論：研討職場及居家運動，並針對「公園也是健身房」、「銀髮健身俱樂部」、「運動 i 臺灣」等相關政策，以「提倡運動、節能減碳、經濟、娛樂」概念，討論如何實務運用中央與地方跨域合作與資源整合，結合非政府組織整合服務、健康促進課程與運動指導員等元素，共同推廣全民運動。
- 五、攤位體驗：提供結合運動與健康之文宣物品、推動成果及體驗。

#### 柒、報名方式：

請至報名網址進行線上報名：<https://forms.gle/11bSKTKyyFZxHtcX9>

#### 捌、其他注意事項：

- 一、本研討會免報名費，報名人數額滿為止。
- 二、研討會期間供應午餐。
- 三、凡全程參與者，將核發公務人員研習時數暨證明書乙份。
- 四、如有未盡事宜，將另行公告於衛生福利部國民健康署網站（<https://www.hpa.gov.tw/>），或請逕洽本研討會聯絡人：施孟宏專案助理，聯絡電話：(03) 328-3201 #2305。

**2020「後疫情時代-全年齡運動與健康」  
全民運動與健康政策研討會  
議程表**

日期：109 年 11 月 20 日(星期五) 上午 9 時至下午 4 時 30 分

地點：集思交通部國際會議中心集會堂(臺北市中正區杭州南路 1 段 24 號 5 樓)

最新議程表網址連結：<https://reurl.cc/Oq5oOX>

| 時間/日期                  | 11 月 20 日 (星期五)                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 08:30-09:00<br>(30 分鐘) | 報到：集思交通部國際會議中心集會堂                                                                                                                                                                                                       |
| 09:00-09:25<br>(25 分鐘) | <b>開幕典禮/致詞</b><br>衛生福利部國民健康署 王英偉署長、教育部體育署 張少熙署長                                                                                                                                                                         |
| 09:25-09:30<br>(5 分鐘)  | <b>團體合影</b>                                                                                                                                                                                                             |
| 09:30-09:40<br>(10分鐘)  | <b>媒體聯訪與 Energy Time</b>                                                                                                                                                                                                |
| 9:40-10:30<br>(50分鐘)   | <b>專題演講：後疫情時代-全民健康動起來 (一)</b><br>主持人：佛光大學 何卓飛副校長<br>講者：James F Sallis 研究員 (美國加利福尼亞聖地亞哥大學)<br>回應人：教育部體育署 張少熙署長                                                                                                           |
| 10:30-11:20<br>(50分鐘)  | <b>專題演講：後疫情時代-全民健康動起來 (二)</b><br>主持人：佛光大學何卓飛副校長<br>講者：Yin Leng Theng 教授 (新加坡南洋理工大學)<br>回應人：衛生福利部國民健康署 王英偉署長                                                                                                             |
| 11:20-11:30<br>(10分鐘)  | <b>Energy Time</b>                                                                                                                                                                                                      |
| 11:30-12:30<br>(60分鐘)  | <b>圓桌論壇：全民健康-政策推廣、產業創新及節能減碳</b><br>主持人：財團法人環境品質文教基金會 謝英士董事長<br>與談人：<br>1.衛生福利部國民健康署 王英偉署長<br>2.教育部體育署 張少熙署長<br>3.交通部觀光局東北角暨宜蘭海岸國家風景區管理處代表(東北角自行車網)<br>4.行政院環境保護署代表(全民綠生活運動)<br>5.經濟部工業局代表(智慧城鄉生活應用發展計畫)<br>6.中華民國山岳協會代表 |
| 12:30-13:30<br>(60 分鐘) | <b>午餐/海報發表/攤位體驗</b><br>(不同場域運動體驗、健康館、健走杖、打浪車)                                                                                                                                                                           |

|                        |                                                                                                                           |                                                           |                                                         |                                                       |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 13:30-14:10<br>(40 分鐘) | <b>專題演講：後疫情時代-全民健康動起來（三）</b><br><b>主持人：</b> 國立體育大學 邱炳坤校長<br><b>講者：</b> 川西 正志 教授（日本北翔大學終生體育學院）<br><b>回應人：</b> 臺北市立大學 戴遐齡校長 |                                                           |                                                         |                                                       |
| 14:10-14:30<br>(20 分鐘) | <b>Energy Time/攤位體驗</b><br>（不同場域運動體驗、健康館、健走杖、打浪車）                                                                         |                                                           |                                                         |                                                       |
| 14:30-16:00<br>(90 分鐘) | <b>全年齡運動-各場域動起來</b>                                                                                                       |                                                           |                                                         |                                                       |
|                        | <b>職 場：</b> 整天努力工作嗎？快點跟著老師 TABATA 活力動起來！<br><b>示範者：</b> 鄭乃文運動專家<br><b>與談人：</b> 台灣運動保健協會林晉利理事長                             |                                                           |                                                         |                                                       |
|                        | <b>居家</b>                                                                                                                 | <b>公園</b>                                                 |                                                         |                                                       |
|                        | 居家動出好健康！<br><br><b>與談人：</b><br>國立體育大學<br>陳麗華副教授                                                                           | 1.公園體健設施的好處，一定得知道！<br><br><b>與談人：</b><br>國立成功大學<br>周學雯副教授 | 2.公園器材如何用？專家告訴大家！<br><br><b>與談人：</b><br>國立體育大學<br>湯文慈教授 | 3.活化公園，到處都是健身房！<br><br><b>與談人：</b><br>國立體育大學<br>牟鍾福教授 |
| 16:00-16:30<br>(30 分鐘) | <b>綜合座談/閉幕典禮</b><br>衛生福利部國民健康署代表、教育部體育署代表                                                                                 |                                                           |                                                         |                                                       |