

# 肌發活力 健康同行



主辦單位 |  弘道老人福利基金會

活動日期 | 2026 年 5 月 23 日 (六) 早上 8:00~11:00

報名日期 | 2026 年 2 月 23 日 (一) 至 2026 年 3 月 24 日 (二) 額滿為止

活動地點 | 臺北市大佳河濱公園(近八號水門) · 舞台區集合

報名限額 | 2,800 名 · 不限參與對象

報名費用 | 300 元 (80 歲以上長者、65 歲以上中低收入戶、由弘道邀約之中小型機構長者免付費用)

健走里程 | 3 公里

活動網站 | <https://hondao.tw/colorwalktpe>

線上報名 | <https://www.focusline.com.tw/260411HA>



線上報名



活動網站

## 活動流程

時間	活動內容	時間	活動內容
08:00-08:15	活動開始	09:00-10:00	主舞台表演節目
08:15-08:25	健走大使分享	10:00-11:00	摸彩活動
08:25-08:35	暖身操、健走出發	08:00-11:00	公益園遊會
08:35-10:00	健走達陣	11:00	賦歸

報名方式 (服務時間週一至週五, 早上 09:00 至 17:00)

線上報名	<a href="https://www.focusline.com.tw/260411HA">https://www.focusline.com.tw/260411HA</a> :
10 人以上團體報名	團報表格: <a href="https://reurl.cc/xK8Xye">https://reurl.cc/xK8Xye</a> ; 或來電 02-23221735, 索取團報表格, 填寫完成後, 請回傳 <a href="mailto:b0169@hondao.org.tw">b0169@hondao.org.tw</a>
電話報名	02-23221735
現場報名	弘道老人福利基金會(臺北服務處) 臺北市中正區紹興北街 2 巷 3 號 4 樓

## 報名費用

報名費用	每位 300 元
免報名費用資格	80 歲以上長者、65 歲以上中低收入戶、由弘道邀約之中小型機構長者
80 歲(含)以上長者	以實歲計算, 民國 35 年(含)前出生, 報名時需同報名表檢附健保卡正面影本或身分證正面影本為依據。
65 歲(含)以上中低收入戶	以實歲計算, 需提供 115 年度中低收入戶核定公文影本或區公所開立之中低收入戶證明書影本, 以供查驗, 可以電子或紙本方式提供。
中小型機構長者	合法立案中小型之安養護機構 (需事前電洽 02-23221735)。

# 肌發活力 健康同行

## 參與好禮

### 報名禮

〈活動前寄出，包括紀念 T 恤乙件、壹百元圓遊券乙張 (含摸彩券、達陣禮兌換券)〉

- 主辦單位透過新竹貨運於 5/4 (一) - 5/8 (五) 寄送，寄送不額外收取運費，但如因寄送地址不全或無人簽收而造成包裹無法送達者，則須自取；若需再次協助寄送，須自付運送費用。
- 自取報名禮者，可於 5/11 (一) - 5/21 (四) 期間至弘道臺北服務處領取。
- 健走當日請穿著紀念 T 恤，並攜帶圓遊券 (含摸彩券、達陣禮兌換券) 至活動現場，忘記攜帶者恕現場不再補發，僅限當日使用及兌換，逾期無效。
- 紀念 T 恤尺寸如下：(完成報名後，恕無法更換尺寸)

單位(公分)	3XS	2XS	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL
胸圍	83	89	94	98	103	108	114	119	124
衣長	53	56.5	58.5	63.5	66.5	69	71.5	75	77
肩寬	34.5	36.5	38	38.5	40	41.5	43	44	45.5
袖長	16.5	19.5	20	20.5	21.5	23.5	24.5	26.5	28.5



### 達陣禮

〈健走當日兌換，包括達陣獎牌乙個、達陣禮乙份〉

- 達陣獎牌：完成 3 公里健走者，即可獲得青年志工為您戴上獎牌喔！
- 達陣禮：完成 3 公里健走者，憑券至達陣禮兌換處完成兌換。

### 摸彩禮

〈摸彩活動 | 多項好禮等您來抽喔！〉

- 主辦單位依所得稅法規定，依據獎品價值「預先扣繳」10%稅款，此稅款須由得獎者支付，若得獎者經主辦單位通知後，須於 10 天內完成繳納，逾期或拒絕繳納代扣稅額，視為放棄得獎權益。
- 活動日 5/23 (六) 09:45 前，請至「摸彩券投遞處」投遞，未投遞者即放棄摸彩權益，摸彩活動於 10:00 開始在舞台上抽出得獎號碼，得獎者需上台憑「兌獎聯」領獎，唱名三次未領獎者，視同棄權。

## 一日孫子及輪椅借用

### 一日孫子

〈須事前提出申請，限量 30 位，申請成功者，將由主辦單位事前聯繫接送事宜〉

無家屬陪同、且為高齡 80 歲 (含) 以上長者，可申請「一日孫子」陪伴參與活動，「一日孫子」自捷運行天宮站 2 號出口或捷運圓山站 1 號出口開始陪伴，並於活動結束後，陪伴長者至捷運行天宮站 2 號出口或捷運圓山站 1 號出口。

### 輪椅借用

舞台旁及休息站皆可借用輪椅，因輪椅數量有限，僅供現場臨時不舒服長者或緊急需要使用。

# 肌發活力 健康同行

## 場地圖



- 服務台 / 媒體接待處
- 輪椅借用 / 加水站
- 廁所
- 加水站
- 活動接駁專車
- 休息區
- 貴賓休息區
- 摸彩券投遞處
- 救護站
- 滅火器
- 哺集乳室  
臨時哺集乳室

## 交通指南

<p><b>活動接駁專車(直達會場)</b></p> <p>早上7點開始 每15分鐘一班車</p> <p>搭乘處： 捷運圓山站1號出口 捷運行天宮站2號出口</p>	<p><b>公車</b></p> <p>大佳國小站</p> <p>公車222路、公車72路</p>	<p><b>自行開車</b></p> <p>&lt;注意事項&gt; 早上8:00~9:30 七、八號、九號水門 將進行車輛彈性管制</p>
--	---	--

## 注意事項

- ① 相關措施隨時依照中央流行疫情指揮中心及各縣市政府防疫規定，進行活動內容調整。
- ② 如遇中央氣象局發布海上陸上颱風警報或超大豪雨特報、不可抗力之天然災害、或依據中央流行疫情指揮中心公告或其他不可歸責於主辦單位之事由致本活動無法舉行，為考量參與者安全，主辦單位有權宣布取消活動並主動發出簡訊及郵件通知。
- ③ 更多相關資訊可參閱活動網頁。【弘道老人福利基金會-臺北服務處】連絡電話：02-23221735、傳真：02-23223867、地址：臺北市中正區紹興北街2巷3號4樓、郵件：B0169@hondao.org.tw