

臺北市政府衛生局
「108 年度社區健康生活方案」作業申請須知

項目	計畫申請說明
申請資格	1.本市立案之人民團體、宗教團體、機構、私立醫療照護院所、財團法人或社團法人等。 2.有完善會計制度者。 3.須符合第 1 項及第 2 項者始具申請資格。
推動議題	<p>為培養社區居民健康的生活型態，透過社區資源盤點與運用、社區健康評估，發掘社區健康問題並擬訂健康促進推動方案，營造社區健康支持性環境，落實社區民眾健康行為。</p> <p>一、 指定議題：</p> <p>(一)社區評估與社區資源盤點(格式如附件 1-1)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.可結合健康服務中心進行社區評估，其內容包含：人口核心、八大系統評估。 2.更新及運用社區資源盤點成果。其內容包含：主要區塊、次要區塊、可開發資源區塊。 3.若為新加入社區需資源盤點完成後，繪製社區簡易資源地圖。 <p>(二)健康飲食</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.辦理健康飲食(我的餐盤)相關活動至少 2 場，每場至少 25 人。 2.結合健康服務中心、臺北市社區營養推廣中心或醫療院所等辦理。其內容包含： <ol style="list-style-type: none"> (1)3 少 1 多(少油、少糖、少鹽、多蔬果)或「我的餐盤」飲食宣導或實務製作、健康採購、熱量標示等健康飲食相關活動。 (2)代謝症候群(認識肥胖與鼓勵 40 歲以上參與免費成人健檢)。 <p>(三)規律運動(健康體能)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.運用衛生福利部國民健康署之「全民身體活動指引」辦理「身體活動」(physical activity)指引(F.I.T.T)原則宣導活動至少 1 場，每場至少 25 人。 2.運用社區資源，如健康步道、公園、運動中心等活動空間，辦理健康體能相關活動至少 2 場，每場至少 25 人。 3.辦理規律運動活動(7333)，每週至少運動 3 次、每次 30 分鐘、心跳達 130 或是運動強度會喘會流汗，並彙整參與者紀錄。 <p>(四)長者健康促進</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.辦理高齡友善活動(議題包含長者健康促進與防跌宣導、失智友善或社區關懷)至少 2 場，每場至少 25 人。 2.鼓勵社區團體招募長者志工至少 5 名，參與高齡志工教育培訓至少 1 場，共同參與社區探視與關懷居家長者。
項目	計畫申請說明

推動議題	<p>二、 自選議題(至少一項)：</p> <p>(一)衛生保健及健康促進議題:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.辦理健康衛生保健相關活動，至少 2 場，每場至少 25 人。 2.可結合健康服務中心、社區資源或醫療院所等資源。其內容可包含: <ol style="list-style-type: none"> (1) 健康檢查與篩檢服務：如四癌篩檢。 (2) 口腔衛生：如貝氏刷牙、口腔保健等。 <p>(二)其他健康促進議題:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.請依社區特色，自行規劃工作項目及目標值，並於計畫書中敘明。 2.可參考高齡友善環境監測指標八大面向指標，由社區團體選擇與社區問題相關擇 1 項指標及行動方案辦理。 <p>註:上述活動須於執行期間，8 月 15 日及 10 月 15 日提報前兩個月活動成果表(格式如附件 1-2)，提交委託機關及在地健康服務中心各 1 份。</p>
甄選標準	<p>一、 甄選家數：60 家。 未申請或曾申請本計畫補助之社區團體共同辦理。</p> <p>二、 申請方式:</p> <p>(一) 請於 108 年 5 月 3 日 (星期五) 下午 5 時前，將計畫書 (格式如附件 1-3)一式 5 份及 Word 電子檔 1 份，送達委託辦理廠商，逾期未送達者，一律不予受理，各申請資料收件後概不退還。</p> <p>(二) 檢附文件：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 最近一次法人登記證明影本或其他足資證明之文件 (如組織章程影本)。 2. 會計制度： <ol style="list-style-type: none"> (1) 請提供最近兩年經會計師或相關團體主辦會計簽認之決算資料 (資產負債表及損益表) 影本。 (2) 新成立之單位請提供財務證明相關資料。 <p>三、 審查作業： 採書面審查，初審分數須達 80 分以上，並依審查委員意見修正計畫書，經複審確認通過，每案核撥社區營造費新臺幣 6 萬元整。</p>
社區須配合事項	<ol style="list-style-type: none"> 1. 入選後，依計畫書內容執行。 2. 接受至少 2 次專家輔導會議及實地訪查。 3. 參與教育訓練課程、失智友善天使、聯繫會議、交流研討會、長者口腔機能促進宣導等相關活動。 4. 計畫執行次月起於 8 月、10 月繳交執行成效表，10 月提交推動特色報告及期末成果報告。
備註	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每個社區團體至多申請 1 案，不得重複申請。 2. 同一計畫內容不可重複申請不同機關之計畫方案。 3. 按計畫申請順序依序審查，依擬訂方案之上限錄取。

00 區 00 社區發展協會

108 年度社區資源盤點調查表

社區資源盤點項目	名稱	單位/數量	備註
主要區塊(資源在社區內、掌控權在社區內)			
一、個人能力或個人天賦 社區內具有才藝、技能或經驗的居民，可協助推動社區健康營造，例如：退休老師或學者、其他專長領域者等。	範例： 00 大學 000 老師	1	具營養、體育、健康體能專長。
三、組織或社團的能力 社區內的組織團體，例如：市民組織、工會、宗教團體等。	範例： 大龍峒福壽宮	1	曾參與社區健康營造。
次要區塊 (資源在社區內、掌控權在社區外)			
一、私人及非營利團體 例如：醫院、社福機構、學術團體。	範例： 0000 福利機構	1	參與長者健康促進活動。
二、政府部門 例如：公立學校、圖書館、警察局、消防局、公園、市場等。	範例： 0000 傳統市場	1	參與健康飲食採購活動。
三、其他 例如：空地、空的房子等。	範例： 順興社區-田園基地	1	利用司法新村，打造空地桃花源，厝邊同享種菜樂趣、共餐活動，讓銀髮族群走出來與里民互動。
可開發資源區塊(資源在社區外、掌控權也在社區外)			
包含：各類福利、公共投資、公共資訊	範例： 誠品書店	1	可提供場地，辦理健康講座及活動。

填表人：

單位主管：

00 區 00 社區發展協會

108 年度社區健康生活方案執行成果表

議題	指標項目	目標值	執行成果							
			8 月		10 月		合計			
社區資源數	(1)參與本計畫之志工人數	25 人	人 (期末填寫)							
	(2)結合社區資源數 (請列出結合單位名稱)	至少 5 個	個 (期末填寫)							
指定 議題	社區評估	辦理社區評估 完成社區評估 1 份	份 (期中填寫)							
	社區資源盤點	辦理社區資源盤點 繪製社區地圖 1 份	份 (期中填寫)							
	健康飲食	辦理健康飲食(我的餐盤) 與代謝症候群	至少 2 場/50 人							
	規律運動 (健康體能)	辦理宣導活動	至少 1 場/25 人							
		辦理健康體能相關活動	至少 2 場/50 人							
	長者健康促進	(1)辦理高齡友善相關活 動	2 場/50 人							
		(2)長者志工及教育培訓	5 人/1 場							
自選 議題	衛生保健及健 康促進議題 (健康檢查與 篩檢服務、口 腔衛生)	辦理健康衛生保健相關 活動，名稱： _____	2 場/50 人							
	其他健康促進 議題	自擬工作項目及目標	自訂							

註:本表自執行月起按月統計

填表人:

單位主管:

臺北市○○○○○○○(社區團體名稱)
108 年度社區健康生活計畫書

(共__頁，附件__件；本計畫書均以 A4 紙條列式繕打書寫)

一、申請單位基本資料	
(一)機關團體名稱：	
(二)立案字號及日期：	
(三)統一編號：	
(四)組織宗旨或目標：	
(五)負責人姓名：	
(六)主要推動者姓名：	
(七)聯絡人姓名：	
電話：	手機：
傳真：	
通訊地址：	
電子郵件信箱 (E-mail)：	
(八)單位是否曾接受過相關社區營造計畫補助：	
<input type="checkbox"/> 無。	
<input type="checkbox"/> 有，曾接受過補助單位：(請填寫)	
<input type="checkbox"/> 行政院環保署之環境改造。	
<input type="checkbox"/> 行政院文化建設委員會之社區總體營造。	
<input type="checkbox"/> 臺北市政府衛生局社區健康生活方案，補助次數：__次，補助年度__年。	
<input type="checkbox"/> 臺北市政府社會局社區發展工作。	
<input type="checkbox"/> 行政院衛生署國民健康局社區健康營造計畫。	
<input type="checkbox"/> 內政部社會司之福利社區化。	
<input type="checkbox"/> 內政部營建署之城鄉風貌整體規劃。	
<input type="checkbox"/> 行政院農業委員會林務局社區植樹綠美化計畫。	
其他：	
二、社區概況	

(一)營造之社區名稱：

(二)社區地理位置及範圍（可另附社區地圖）

(三)社區特性/問題（請儘可能發揮特色陳述，包括人口特質、生活型態與環境、社區問題）

三、計畫內容：

(一) 107 年推動社區健康營造之成效及檢討：(社區健康改善的情況，如社區居民行為、健康狀況及環境的改變，若無社區健康營造經驗，請填寫無)

(二) 本年度營造的健康促進議題：

指定議題：社區資源盤點健康飲食規律運動長者健康促進

自選議題(至少一項)：健康衛生保健(至少一項主題)

其他健康促進議題：_____

(三) **推動成員**：(組員及團隊運作方式)

(四) 計畫目標：(請詳補助作業申請須知，各項推動議題；註：勿直接複製計畫申請說明內容)

- 1.
- 2.
- 3.

(五) 實施策略：

(六) 社區資源運用：(說明社區資源如何連結到計畫中，請條列敘述)

(七) 其他：(創意事項)

四、經費預算(經費編列標準)

項 目	單 價	數 量	總 價	經費來源		用途說明
				申請經費	自籌經費	
講師費						
文具紙張						
印刷費						
材料費						
誤餐費						
郵電費						
雜支						
宣導品						
總 計						

總預算： 元

1. 申請委辦費用： 元

2. 自籌款費用： 元

五、預定工作內容與進度

工作內容	執行進度								
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
-									
-									
-									
-									
-									

申請單位：_____

負責人簽名：_____

申請日期： 年 月 日

機關用章

負責人章