

臺北市政府衛生局

113 年「樂齡巨星秀」活躍老化競賽【活動簡章】

1、活動目的：

為鼓勵長者走出家門參加社區活動，特辦理「活躍老化競賽」以展現長者健康活力與生命價值，透過表演展現健康活力與生命價值，發揮團隊精神互相學習、扶持，爭取團隊榮譽，重燃熱情與活力，達到活躍及健康老化之目的。

2、主辦單位：臺北市政府衛生局

3、承辦單位：節拍互動股份有限公司

4、競賽規劃：分為「初選」及「決選」2階段

- (1) 初選：由社區長者組隊拍攝影片參加初選，經資格審查及競賽評審依評審標準遴選 12 支隊伍參加決選。
- (2) 決選：12 支隊伍晉級參加實體決選競賽，預訂 113 年 6 月 21 日（五）於劍潭青年活動中心群英堂辦理。

5、活動對象：

- (1) 臺北市 65 歲以上長者、55 歲以上原住民長者為主（每隊可有參與協助競賽活動之志工）。
- (2) 臺北市社區長者組隊參加，每隊人數 20 人至 30 人，每 1 社區單位至多報名 1 組。

6、報名方式：113 年 5 月 10 日(五)9:00 至 5 月 23 日(四)17:00

採網路報名，社區隊伍自行拍攝影片後，將「報名表（附件



1) 」及「參賽人員表(附件2)」上傳報名網站完成報名程序(網址：<https://reurl.cc/p3xm4e>)。

7、賽前說明會：113年5月15日(三)下午3時辦理線上說明會(會議連結：<https://meet.google.com/pvx-ecpg-dpc>)，說明競賽辦法及報名注意事項。

8、 競賽規範：

(1) 初選：

1、影片類型不拘、拍攝工具不限，需採定點式拍攝，畫素建議1280*720以上，且需一鏡到底錄製，評選標準著重長者身體活動、演出，影片拍攝技巧則不列入評分。

2、參加競賽影片需先上傳至YOUTUBE，報名時提供YOUTUBE影片連結，請將影片設定為「非公開」。

3、承辦單位資格審查：

依下列進行資格審查，符合1項即不進入後續評審階段

(1) 非採定點式拍攝、一鏡到底錄製之影片。

(2) 影片內容有置入性行銷或觸法行為。

(3) 團隊總人數低於20人或多於30人。

(4) 報名資料不齊全(含：報名表、參賽人員表等資料)。

(2) 決選：

1、由參加初選隊伍之影片，經評選12組晉級進入實體決選。

2、由承辦單位綜合考量參賽隊伍交通路程遠近，安排競賽時段。

(3) 表演規範：

1、音樂：為展現參賽隊伍之創意與特色，參賽隊伍得自行設計歌曲參賽及表演內容，表演之音樂內容、配樂，得依各隊需要自行設計、剪輯，不以同1首歌曲為限。

2、時間：每隊以6分鐘為上限，初選以影片時間長度為依據，決選則以表演形式開始（依音樂、聲音、表演動作等先開始者為基準）即進入計時、表演形式結束（依音樂、聲音、表演動作最後結束為基準）為計時結束（明顯的退場動作不列入計時）。

3、呈現方式：

(1) 得用故事性或具地方特色之表演，結合舞台道具、樂器、歌唱、民俗表演等方式呈現。

(2) 可結合增加長者身體適能，促進肌力、平衡度、柔軟度及心肺耐力之動作設計，搭配音樂節奏方式進行。

(3) 決選之評分僅限舞台(不含搭設之安全坡道)上演出內容為依據，舞台下任何表演不採計分數。

9、評審標準：由高齡健康、運動保健、舞台表現領據專家組成評審團

項目/比重	配分		評審重點
表演主題 45%	身體 活動	22	1. 表演動作設計為全身性活動並顧及長者肌力、平衡力、柔軟度及心肺耐力等多方面訓練。 2. 表演動作變化多元且強度合宜，每位長者皆能展現其身體活動訓練成果。 3. 動作有搭配發聲、口號或歌曲設計，加強呈現身體活動。
	舞台 演出	15	1. 表演方式或劇情內容之創意性及流暢度。 2. 團隊整體活力及台風展現。 3. 舞台演出融入或突顯在地特色(飲食、風景、風俗民情與人文歷史等)。

項目/比重	配分		評審重點
	整體造型	5	1. 整體造型設計符合表演情境。 2. 自製道具，採環保材質或取材生活用品製作，並可重複使用為佳。
	演出音樂	2	1. 音樂節奏、速率與表演內容(動作)設計及編排搭配良好，且顧及長者體能狀態。 2. 音樂曲目間銜接流暢與整體表演搭配良好。
	時間掌控	1	0分：4分鐘以下或超過7分鐘以上。 0.5分：4-5分鐘或6-7分鐘。 1分：5-6分鐘。
長者安全 15%	15		1. 注意鞋子防滑性、表演服(飾)裝合宜性、道具安全性等措施。 2. 以確保團隊成員安全為優先，須確認表演者可勝任該動作，並注意其安全。
團隊精神 35%	35		1. 隊形、動作整齊劃一，隊伍走位、變換不亂，展現團隊默契。 2. 團隊動作熟練、流暢，同時展現成員之精神、活力與肌力等。 3. 長者在團隊表演中都有安排角色及表演展現，尤其有關注年紀較大、行動不方便之長者共同參與。

項目/比重	配分	評審重點
銀髮參與 5%	5	<ol style="list-style-type: none"> 1. 65歲以上長輩參與競賽實際人數。 2. 65歲以上參賽長輩性別比率。 3. 隊伍上台參與表演者有融入祖孫輩或隔代(註:需為5歲-25歲之孩童及青年)。 4. 85歲(含)以上長輩參加人數。 5. 65歲以上長輩身心不便人數。
總分	100	

10、獎勵規劃：

(1) 初選：依報名表提供每位參與者獎狀 1 只。

(2) 決選：

1、敬老獎：參與決選之90歲以上【民國23年次(含)】參與競賽之長者，每人頒發等值商品禮券200元整。

2、獎項規劃：

獎項	數量	說明
活躍創新獎	5名	(1) 商品禮券 7,000 元及錦旗 1 面。 (2) 依團隊名單提供每位參與者獎狀 1 只。
樂齡風範獎	7名	(1) 商品禮券 5,000 元及錦旗 1 面。 (2) 依團隊名單提供每位參與者獎狀 1 只。

11、晉級決選隊伍之交通費補助：支應參加決選隊伍參加活動往返會場交通費用，每隊補助 8,500 元整為上限（依發票或相關單據採核實支付）。

12、隊伍需配合事項：

(1) 參賽團隊需完成報名程序，提供影片連結、報名表、參賽人員表等資料。

(2) 參加決選隊伍配合事項：

1、於競賽5天前確認人員名單及演出音樂。

2、已報名長輩當日若因故無法出席，得遞補相同資格之替代人選（1名遞補1名），請長輩當日備相關身份證明文件於報到處辦理遞補。

3、因投保需求，請參賽隊伍於報名時確認年齡及身分資料。

4、考量高齡長輩身體狀況，搭乘遊覽車或大眾運輸交通工具作長途旅運時，建議評估隊伍之需求性，安排妥適之隨隊醫療或護理人員，以照護參賽長輩。

13、其他：

- (1) 報名成功者，若被發現有不實或偽造資料等情事，將取消參賽資格。
- (2) 凡參加競賽活動者，即視為同意授權主辦單位使用其報名資料、競賽表演內容及個人肖像權，且同意參與主辦單位安排之媒體宣傳計畫，如專訪與報導等。
- (3) 競賽結果不提供成績複查。
- (4) 參與本活動之得獎影片，著作財產權無償授權予臺北市政府衛生局運用。同意主辦單位對參選作品進行重製、編輯、改作、發行、公開播送、公開傳輸等非營利目的之宣傳活動使用。
- (5) 敬請注重智慧財產權，於競賽活動中，不得有違反侵害著作權相關事宜，如遭受檢舉或產生糾紛爭議，經查證屬實，得逕予取消資格與執行。
- (6) 參與本活動敬老獎、隊伍所獲獎勵，代表人/領隊需提供身分證、健保卡等證明文件供承辦單位核對身分，並依所得稅法規定辦理稅額扣繳。
- (7) 本簡章如有未盡事宜，得由主辦單位補充修正公佈。主辦單位保留本簡章、競賽過程、競賽結果之一切解釋及裁量權限。

14、活動聯繫：

- (1) 節拍互動股份有限公司 林先生、張先生
- (2) 電話：02-2550-8932 分機 20、21
- (3) 信箱：happyseniors.taipei@gmail.com

附件 1：「113 年臺北市活躍老化競賽」報名表

隊伍名稱				
所屬機構/據點/協會名稱 (若無則填寫無)		所在行政區 (須為臺北市內)		
團隊聯絡人(負責人)		電話		
		手機		
		電子郵件		
團隊總人數 (含表演者、志工及親友)	人	團隊中長者人數 (含表演者及志工)	65 歲以上非原住民身分	人
			55 歲以上原住民	人
隊伍自我介紹及	1.隊伍介紹：(如組隊歷史、隊員組成、練習過程)		2.表演理念：(如編排的理念、故事、音樂選擇等)	

<p>表演理念說明</p>	<p>約 100 字</p>	<p>約 100 字</p>
<p>團隊照片</p>	<p>請提供隊伍合照或具隊伍意義之照片 1 張，並以 EMAIL 或放置雲端空間提供 1MB 以上原始檔案，將用於活動摺頁之隊伍介紹照片。信箱：happyseniors.tpe@gmail.com</p> <p>(檔名請打：大會摺頁照片_自己的隊伍名稱)</p>	

YOUTUBE 影片連結 (請設定為不公開)	
影片拍攝日期	113 年 月 日
切結聲明	<p>本團隊所提交之參賽影片，為 113 年度拍攝，且無侵害第三人著作權利、抄襲或是利用他人既有作品等情事，以上資料均屬實，如有不實，參賽團隊願負一切法律責任。特此證明。</p> <p><input type="checkbox"/> 同意</p>
個人資料處理使用	<ol style="list-style-type: none"> 1. 所提供之報名資料內容、文字及照片，做為與本活動相關（如活動文宣、宣傳單張、海報、網路媒體行銷）使用。 2. 授權本活動相關之拍攝、公開本人之肖像（包含照片及影像）、名字及聲音等使用。 3. 本活動將依個人資料保護法及相關法令規定，蒐集、處理及利用您的個人資料。

附件 2：「113 年臺北市活躍老化競賽」參賽人員表

1. 團隊人員名單

基本資料										未滿 15 歲小朋友須填寫此區域 若晉級決選以利保險進行				外籍人士須 填寫此區	
編號	姓名	性別	身分證字號/ 居留證號碼	出生 年	出生 月	出生 日	具原住民身份 是:1 否:2	領有 殘障 手冊 是:1 否:2	乘坐 輪椅 是:1 否:2	監護人姓名	監護人 與其關 係	監護人身分 證字號	監護人出 生年月日	監護人手機	國籍
範 例	王小明	男	A123456789	85	7	24	2	1	1	王健康	父子	A987654321	600513	0955123321	
1															
2															

基本資料										未滿 15 歲小朋友須填寫此區域 若晉級決選以利保險進行				外籍人士須 填寫此區	
編 號	姓名	性別	身分證字號/ 居留證號碼	出 生 年	出 生 月	出 生 日	具原住 民身份 是:1 否:2	領有 殘障 手冊 是:1 否:1	乘坐 輪椅 是:1 否:2	監護人姓名	監護人 與其關 係	監護人身分 證字號	監護人出 生年月日	監護人手機	國籍
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
11															
12															

基本資料										未滿 15 歲小朋友須填寫此區域 若晉級決選以利保險進行				外籍人士須 填寫此區	
編 號	姓名	性別	身分證字號/ 居留證號碼	出 生 年	出 生 月	出 生 日	具原住 民身份 是:1 否:2	領有 殘障 手冊 是:1 否:2	乘坐 輪椅 是:1 否:2	監護人姓名	監護人 與其關 係	監護人身分 證字號	監護人出 生年月日	監護人手機	國籍
14															
15															
16															
17															
18															
19															
20															
21															
22															

基本資料										未滿 15 歲小朋友須填寫此區域 若晉級決選以利保險進行					外籍人士須 填寫此區
編 號	姓名	性別	身分證字號/ 居留證號碼	出 生 年	出 生 月	出 生 日	具原住 民身份 是:1 否:2	領有 殘障 手冊 是:1 否:1	乘坐 輪椅 是:1 否:2	監護人姓名	與其關 係	監護人身分 證字號	監護人出 生年月日	監護人手機	國籍
24															
25															
26															
27															
28															
29															
30															

2.90 歲以上長者名單

90 歲以上長者名單

編號	姓名	性別	身分證字號	出生年	出生月	出生日	戶籍地址
範例	王小明	男	A123456789	23	7	24	台北市大同區鄰江里民族西路00號00樓
1							
2							
3							
4							
5							

(※若欄位不敷使用，可依實際需求自行增加填寫)