

108年臺北市 健康城市營造

亞洲大學
健康產業管理學系
廖宏恩

活力
康健

友善
文化

安全
保障

繁榮
便捷

永續
生態

108年4月26日

計畫目的



成立專家輔導團隊，實質輔導市府局處及區層級組織於施政中融入健康議題。

連結社區資源盤點，形塑健康公共議題。

深耕社區，以由上而下及由下而上方式串連組織推動健康城市，融入促進身體活動概念，營造身體活動友善環境，喚起民眾的重視與參與。

維持「臺北市健康城市促進協會」人民團體的運作，協助推動健康城市計畫。

健康城市計畫策略

策略 1: 提昇輔導量能

- 更新專家輔導團隊
- 跨局處工作會議、工作小組分組會議、專家共識
- 計畫執行期間召開會前會或臨時會議

策略 2: 永續發展 健康特色

- 進行健康城市現況調查及市民需求分析

策略 3: 推動地區 化組織

- 辦理健康城市營造相關教育訓練或工作坊
- 召開區層級共識會議與區層級組織推動健康城市
暨高齡友善城市會議或活動

策略 4: 持續行銷交流

- 協助臺北市健康城市促進協會之活動會議
- 編製臺北市健康城市成果彙編或書籍
- 臺北市健康城市網站內容更新

108年臺北市健康城市推動平台



府層級健康城市

區層級健康城市

士林區

大安區

松山區

中正區

中山區

北投區

南港區

信義區

文山區

萬華區

大同區

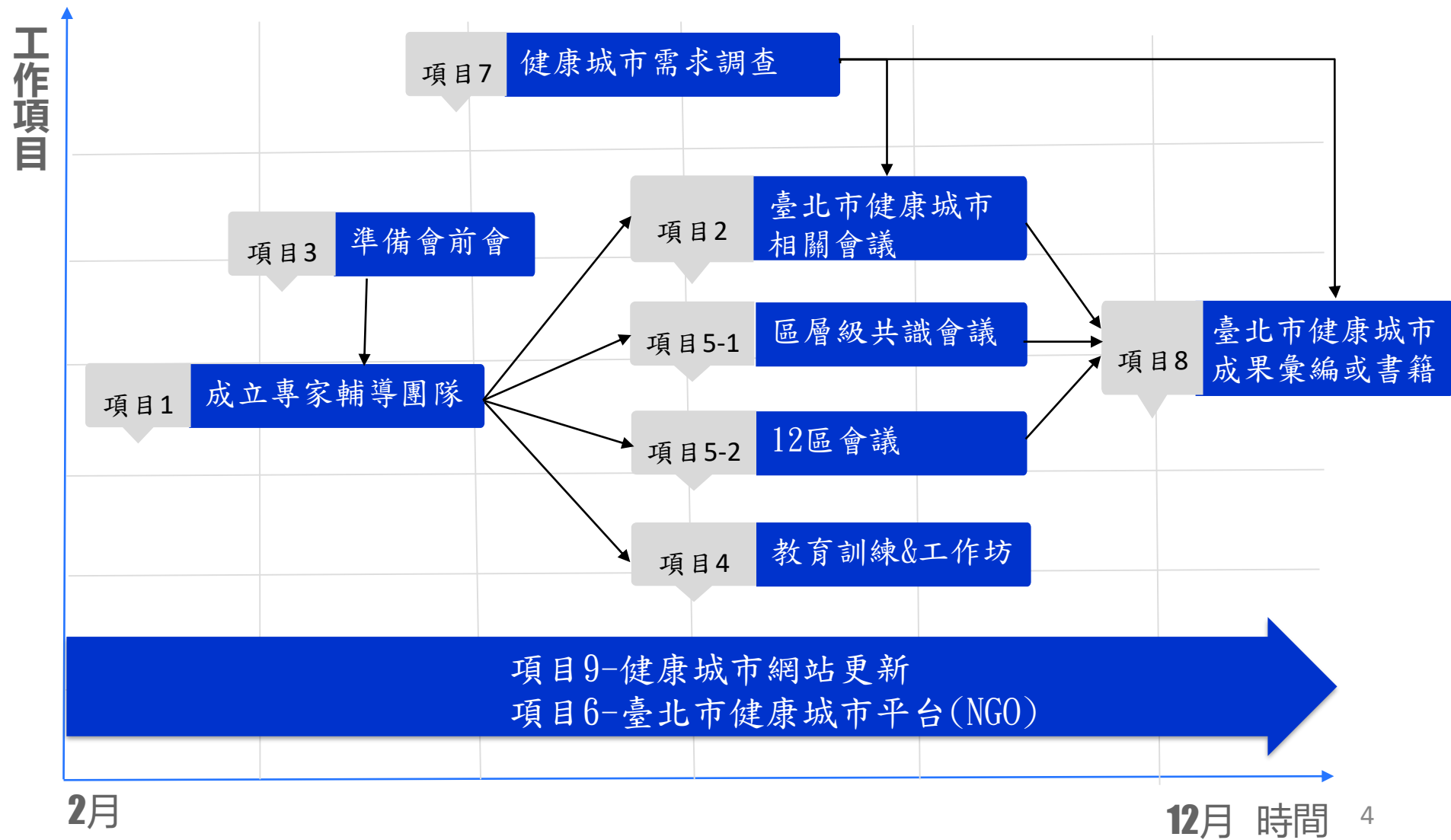
內湖區

高齡友善

健康城市

社區安全

計畫時間序列概念圖



臺北市健康城市輔導團隊名單

組別	姓名	現任單位	職稱
計畫主持人	廖宏恩	亞洲大學健康產業管理學系	副教授
協同主持人	戴旭志	中國文化大學運動與健康促進學系	副教授
安全保障組 4人	李明憲	東華大學教育與潛能開發學系	教授
	林士堅	中華科技大學建築系	講師
	闕妙如	中華民國工業安全衛生協會健康與衛生技術服務處	處長
	李宗勳	中央警察大學外事警察學系	教授
永續生態組 5人	李永展	中華經濟研究院第三研究所	研究員
	郭憲文	陽明大學環境與職業衛生研究所	教授
	徐尚為	亞洲大學健康產業管理學系	副教授
	賴錦皇	國防醫學院公共衛生學系暨研究所	所長/教授兼系主任
	范義彬	行政院農業委員會林業試驗所技術服務組	副研究員
友善文化組 4人	洪德仁	財團法人台北市北投文化基金會	董事長
	朱芬郁	實踐大學家庭研究與兒童發展學系	助理教授
	陳瑞菊	臺灣健康城市聯盟	輔導委員
	吳桂花	臺北護理健康大學護理系所	副教授
活力康健組 4人	胡益進	臺灣師範大學健康促進與衛生教育學系	教授
	蔡美文	陽明大學物理治療暨輔助科技學系	副教授/系主任
	曾國維	臺北市立大學運動健康科學系	教授 /系主任
	劉建良	臺北市立聯合醫院和平婦幼院區神經內科	主任
繁榮便捷組 4人	黃台生	交通大學運輸與物流管理學系	副教授
	趙子元	成功大學都市計劃學系	副教授
	鄭晃二	淡江大學建築學系	副教授
	宋立堃	臺北科技大學建築系暨建築與都市設計研究所	副教授

臺北市健康城市輔導團隊任務

項目2

- *工作小組會議:輔導各局處滾動校準指標與行動方案落實縱向連結
- *專家共識會議:透過本計畫凝聚未來發展方向共識
- *跨局處會議:針對今年度推動健康城市執行成果建議

項目8

臺北市健康城市
成果彙編或書籍

項目7

健康城市需求調查

延續
傳承

團隊
任務

專業
增能

需求
導向

引導
參與

協同
合作

團隊
運作

項目5-1

區層級共識
會議

項目5-2

委員分組參與12區會議
協助各行政區與國際接軌

項目4

教育訓練&工作坊

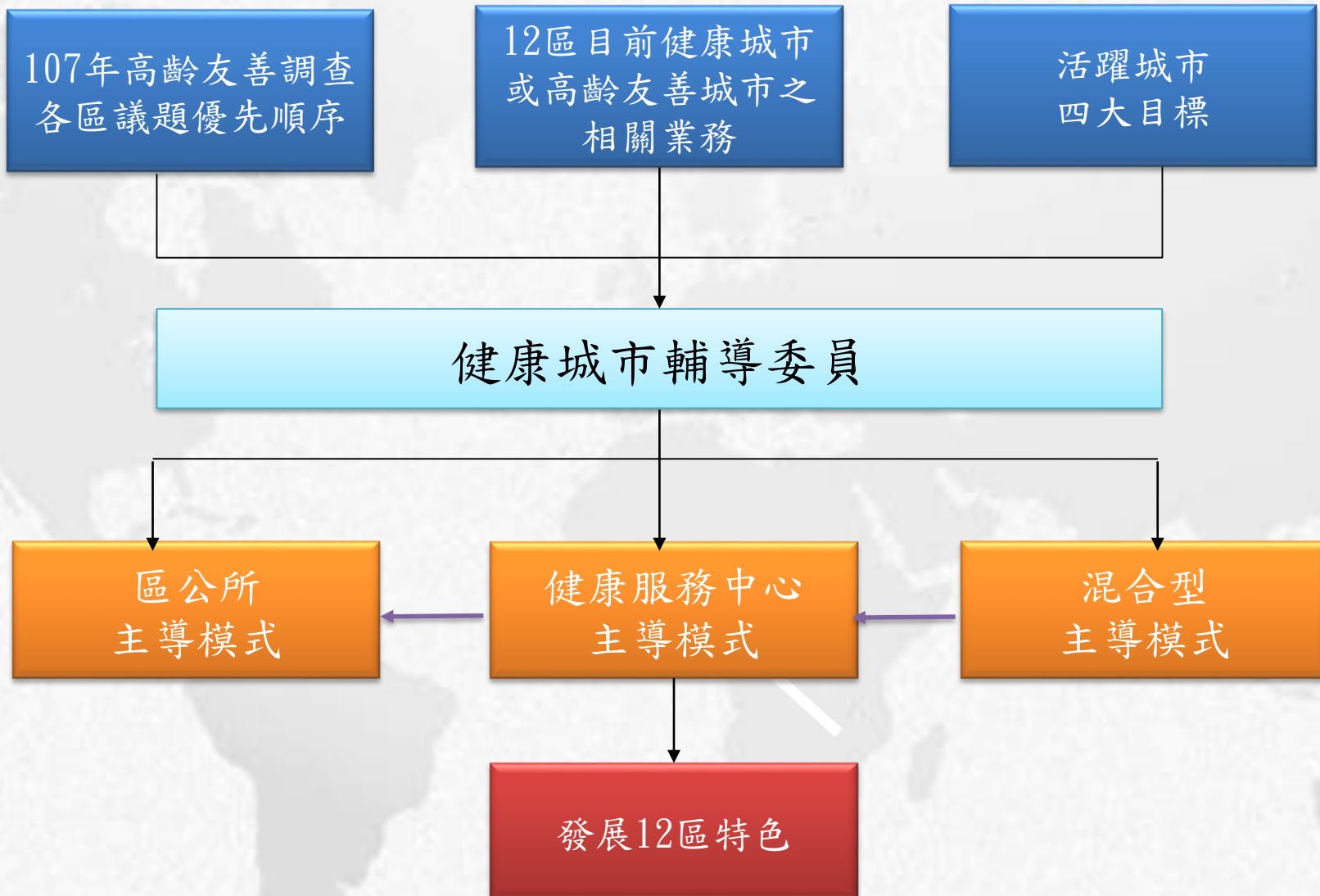
區層級共識會議

為使健康城市落實社區，本計畫結合社區健康營造及健康促進之專家團隊，盤點社區資源網絡以及確認各行政區推動區層級模式。

- 召開區層級共識會2次
- 介入參與區層級組織推動健康城市暨高齡友善城市會議或活動，各區1次

會議名稱	會議重點	出席人員
第1次區層級共識會議	1. 介紹區層級推動說明 2. 凝聚各首長代表與專家共識 3. 擬定各行政區之區層級推動模式與研擬活躍城市與高齡友善城市優先推動議題	• 秘書組 • 專家學者 • 業務代表
第2次區層級共識會議	1. 檢視各行政區推動進度與是否有困難處 2. 針對過程擬請各專家給予建議	• 秘書組 • 專家學者 • 業務代表
12區會議	相關專家學者至各行政區進行實地訪查，檢視執行過程以及實施困難之處並給予建議。	• 專家學者 • 業務代表

推動區層級各個議題流程圖



107年12區高齡八大面向需求

行政區	無礙 戶外空間 和建築	暢行 交通	安居 住宅	親老 社會參與	敬老 敬老與社 會融入	不老 公民參與 和就業	連通 溝通與 訊息	康健 社區支持與 健康服務
北投區	7	3	2	5	1	8	4	6
士林區	6	3	2	5	1	8	4	7
大同區	5	3	2	6	1	8	4	7
中山區	6	3	1	5	2	8	4	7
松山區	6	3	2	5	1	8	4	7
內湖區	7	3	2	5	1	8	4	6
萬華區	5	3	2	6	1	8	4	7
中正區	6	4	2	5	1	8	3	7
大安區	6	3	2	5	1	8	4	7
信義區	6	3	2	5	1	8	4	7
南港區	6	3	2	5	1	8	4	7
文山區	6	3	2	5	1	8	4	7

資料來源:107年臺北市高齡友善城市需求調查報告

備註:以北投區為例，「敬老」為該區第1序位想發展之高齡友善城市需求面向，以此推類。

發展12區各區特色

- 組織架構方面—永續經營性與在地化能力
- 如何執行主題內容的方式方面—具可近性、可接受性與有進行需求性評估
- 訓練內部人力、志工、目標族群健康技能方面—培訓宣導人員專業能力（含製作教材能力）、志工分級與健康公平性
- 流程方面—避免資源重置（i.e.,簡化流程）與整合性
- 資訊連結方面—科技導入使資源的運作成效與可負擔性改善
- 量性與質性結果呈現方面—目標族群所處環境的改善、維持、或是滿意度的提升，涵蓋目標族群百分比或是範圍的增加（i.e., 宣導的影響性增加）與社區民眾知識、態度、行為的改變

健康城市團隊如何協助區層級各單位？



- 協助需求調查：協助各區了解市民需求調查。
- 提供諮詢：協助各區推動計畫並提供建議。
- 培育：協助培育推動人員教育訓練。
- 引領：協助各區吸收最新國際資訊與知識，與國際接軌。
- 榮耀共享：協助將推動成果展現至國內外，將榮耀與全體市民共享。

Why is a plan needed for physical activity?

The health benefits of physical activity are well known. Regular moderate physical activity promotes mental, physical and social well-being and helps to prevent illness, disability and obesity . 身體活動的健康益處是眾人皆知，經常規律身體活動可以促進身心健康，有助於預防疾病、失能以及肥胖

In addition to improving health, cities that invest in physical activity policies and programmes (including active transport) can:

除了改善健康之外，投入身體活動政策與計畫(包含交通活動)還可以:

1. save money on health care and transport services; 節省醫療照顧和交通費用。
2. have more productive citizens and workers; 讓市民有豐富的生活與工作生產力。
3. be more liveable and attractive to residents, employers and visitors; 讓臺北成為更吸引人的宜居城市
4. have less air and noise pollution and better access to green spaces; 更多綠地空間，並減少空氣與噪音污染。
5. enhance neighbourhood revitalization, social cohesion and community identity; 增加鄰里熱絡感、社會凝聚力及社區認同。
6. And expand social networks. 擴展市民社交網絡。

Relationship to other planning processes in a healthy city 與健康城市中其他規劃過程關係

Local plans for physical activity and active living should be linked to and integrated with broader planning processes. 當地身體活動計畫與生活計畫連結並結合更多規劃流程。

For example, active living plans, policies and programmes can complement other urban planning initiatives related to transport, environment, energy, public health and economic development.

例如:積極生活計畫、政策與計畫可以補充運輸、環境、能源、公共健康與經濟發展等其他相關城市規劃措施。

活躍城市四大目標

- 創造活躍的社會－社會規範與態度

- 創造活躍的環境－空間與地點

1 CREATE ACTIVE SOCIETIES

SOCIAL NORMS AND ATTITUDES

Create a paradigm shift in all of society by enhancing knowledge and understanding of, and appreciation for, the multiple benefits of regular physical activity, according to ability and at all ages.



2 CREATE ACTIVE ENVIRONMENTS

SPACES AND PLACES

Create and maintain environments that promote and safeguard the rights of all people, of all ages, to have equitable access to safe places and spaces, in their cities and communities, in which to engage in regular physical activity, according to ability.



活躍城市四大目標

- 創造活躍的人—計畫與機會

- 創躍活躍的系統—治理與策略

3 CREATE ACTIVE PEOPLE

PROGRAMMES AND OPPORTUNITIES

Create and promote access to opportunities and programmes, across multiple settings, to help people of all ages and abilities to engage in regular physical activity as individuals, families and communities.



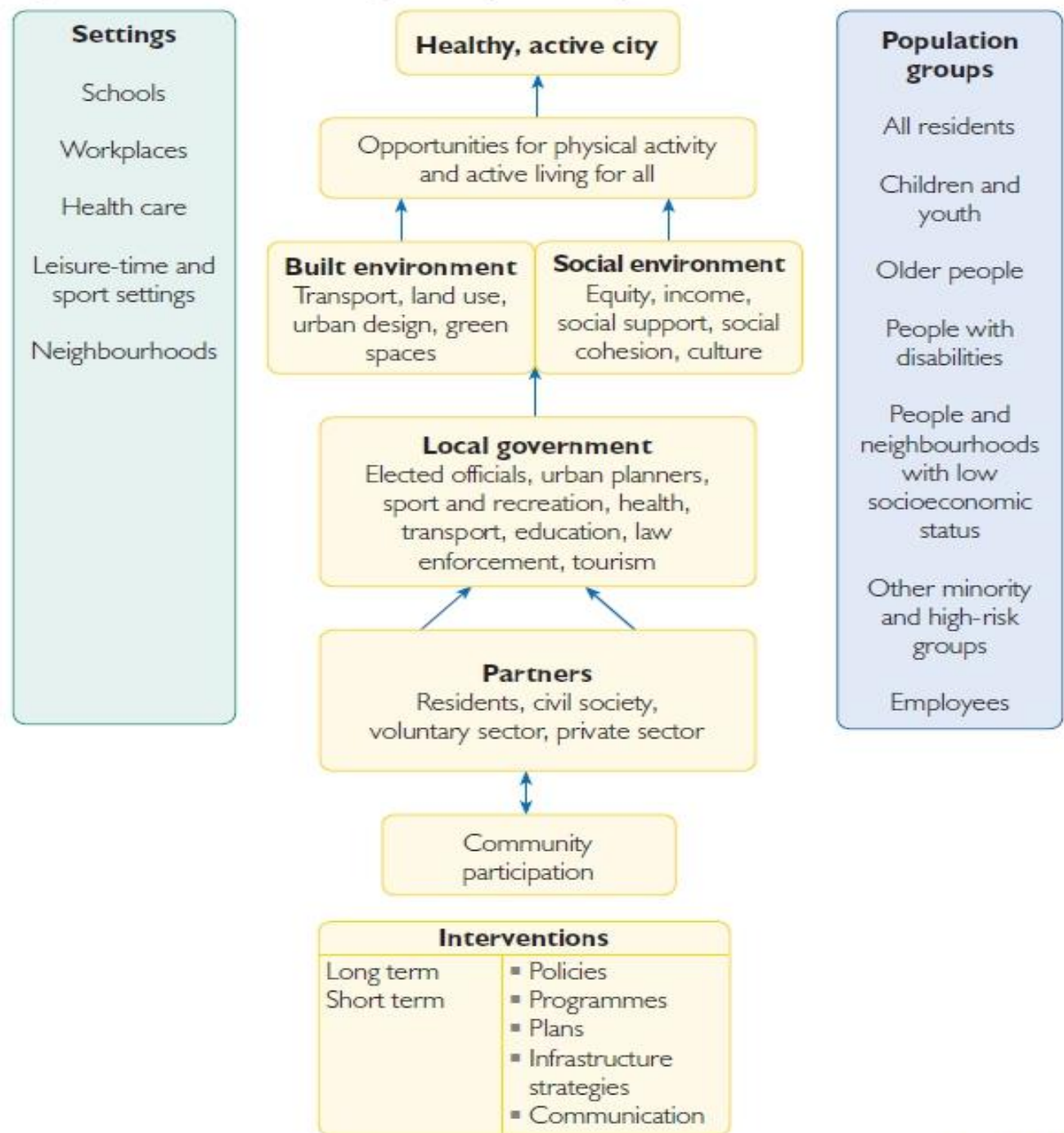
4 CREATE ACTIVE SYSTEMS

GOVERNANCE AND POLICY ENABLERS

Create and strengthen leadership, governance, multisectoral partnerships, workforce capabilities, advocacy and information systems across sectors to achieve excellence in resource mobilization and implementation of coordinated international, national and subnational action to increase physical activity and reduce sedentary behaviour.



A framework for creating a healthy, active city



A three-stage planning process

Stage 1

Getting started

1. 建立承諾。
2. 組建領導小組。
3. 創造願景。
4. 描述城市，社區和目標人群。
5. 諮詢居民和利益相關者。
6. 確定機會和製約因素。
7. 確定資金和資源。
8. 設定目標和目標。

Stage 2

Preparing a plan

1. 制定關鍵干預措施政策、程序、計劃、基礎設施戰略、溝通。
2. 在建築環境中設定優先順序介入選項。
3. 在社會環境中設定優先順序介入選項。
4. 在特定設置中設定優先順序介入選項。
5. 加強個人意志。

Stage 3

Implementing the plan and measuring success

1. 階段實施。
2. 評估您的進度。
3. 分享您的結果。
4. 檢查與更新您的計劃。

預期效益

01

以滾動式監測與修訂健康城市指標，發展合適的指標評估計畫永續合適性，以及調查市民需求提供臺北市推動健康城市政策參考，同時推動區層級會議落實社區參與，以增加臺北市推動健康城市各項公共議題之**有感度**。

02

辦理跨局處健康城市與活躍城市培訓教育訓練與工作坊，給予推動實際計畫者，能充分瞭解健康城市與活躍城市相關內涵與如何擬訂的計畫，同時連結目前在臺北市轄區內各個與健康城市有相關的計畫，俾使成果相互銜接**創新**，增進市民**健康服務的可近性**，以營造未來更優質之環境。

03

協助NGO運作、以及輔導臺北市各單位進行國內外健康城市成果改寫成獎項投稿，同時蒐集國內外健康城市資料與趨勢，並製作成果手冊書籍，**分享**至其他國家或縣市，以增加**臺北市推動健康城市之能見度**。

分組討論

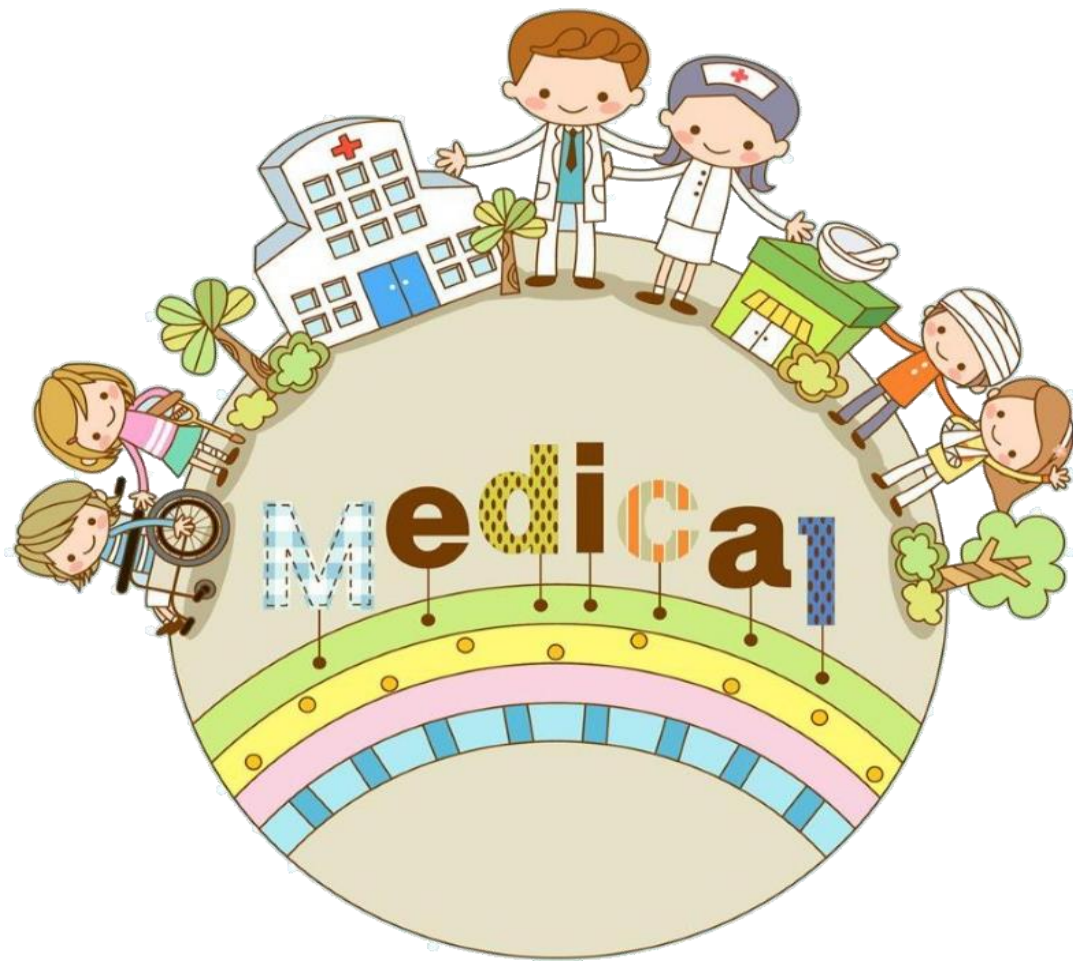
主題1:不分老少健康動姿動(以身體活動為議題)

主題2:百萬志工一條心(以高齡志工為議題)

主題3:社區總動員之社區健康計畫(以減糖為議題)

討論項目：

1. 如何推動：說明推動此議題之策略與步驟，同時說明解決議題有效性。
2. 跨部門（跨領域）合作的機制為何：推動計畫運作機制與架構為何？如何評價？
3. 市民的參與機制與參與度為何：如何規劃社區民眾參與的機制？如何與健康城市或高齡友善城市的連結？
4. 預期相關成果與成效：提供推動計畫之量化或質性成果，可作為比較之基準。
5. 評估機制：如何研擬管考與檢討辦法？
6. 特色亮點：說明推動方法之創意與有具體成果能作為其他縣市學習與效法等。



~謝謝聆聽~

廖宏恩 副教授

hcachair@gmail.com

heliao@asia.edu.tw

亞洲大學 健康產業管理學系

祝你們健康快樂！

