

# 宜蘭縣蘇澳鎮各學校 102 學年度身體健康促進策略聯盟學校 『七星山親子情・健康生活一起行』親子健行活動實施計畫

一、 依據：102 學年度蘇澳鎮各學校身體健康促進策略聯盟學校計畫

二、 活動目的：

(一) 為倡導與鼓勵親師生參與休閒體育活動，釋放緊繃的壓力，達到身心舒展與愛護自身健康的目的。

(二) 為配合慶祝 312 植樹節，宣導環境教育與重視地球暖化問題，響應政府節能減碳的觀念。

(三) 藉由本次活動號召親師生共同植樹，協助美化家園與校園。

三、 指導單位：行政院農業委員會林務局、宜蘭縣政府、蘇澳鎮公所、國際同濟會台灣總會北一區、救國團宜蘭縣團務指導委員會

四、 主辦單位：蘇澳港國際同濟會

五、 承辦單位：宜蘭縣育英國小

六、 協辦單位：蘇澳國中、文化國中、南安國中、蓬萊國小、岳明國小、蘇澳國小、永樂國小、馬賽國小、士敏國小、南安國小、救國團蘇澳鎮團委會、救國團五結鄉團委會、蘇澳鎮體育會、蘇澳鎮衛生所、蘇澳分局、宜蘭縣政府地方稅務局、蘇澳義警分隊。

七、 活動時間：103 年 3 月 9 日(星期日) 7:30~11:00

八、 參加對象：蘇澳鎮各學校親師生，預計 1000 人。亦歡迎一般民眾參與。

九、 活動地點：蘇澳鎮運動公園、七星山。

十、 活動內容：

時 間	活 動 內 容	活 動 地 點
07:20~07:30	報到	蘇澳鎮運動公園
07:30~07:45	長官致詞	蘇澳鎮運動公園
07:45~08:15	健康熱力表演	蘇澳鎮運動公園
08:15~08:35	蘇澳鎮國中小「健促三鐵人」頒獎	蘇澳鎮運動公園
08:35~08:45	健康活力暖身操	蘇澳鎮運動公園
08:45~10:45	蘇澳鎮運動公園→七星山環山步道	七星山

	→蘇澳鎮運動公園	
10：45～11：00	贈苗、健康促進與環境教育宣導	蘇澳鎮運動公園
11：00～	賦歸	

十一、報名方式：

- (一) 蘇澳鎮家長、學生請於 2/26 (三) 12:00 前，向學生所屬學校報名。
- (二) 非蘇澳鎮學校之家長、學生下載報名表，填妥資料傳真至育英國小(傳真號碼 9904980)或 mail 至 t9003@ilc.edu.tw 育英國小教導主任陳蕙蘭。
- (三) 縣內教師請至全國教師進修網報名，全程參與者核發 4 小時研習時數。

十二、活動經費來源：參加人員免費，活動經費由主辦單位負責。

十三、活動注意事項：

- (一) 參加人員請穿著適於戶外活動之輕便褲裝及鞋子，並自行攜帶雨具。
- (二) 若遇天然災害或颱風豪雨等不良天候，危及安全時，主辦單位將取消活動，並於各校網頁中公告。
- (三) 走完七星山環山步道，為響應稅務宣導，請參與者準備發票三張並持苗木兌換券至登山入口處領取苗木，1000 株苗木送完為止。
- (四) 請於 7:20-7:30 到各校簽到處簽名，完成報到手續。
- (五) 蘇澳運動公園位於蘇澳鎮聖愛路上，當天參與活動人數眾多，請特別留意自身安全。
- (六) 為響應環保、愛護地球，敬請自備飲水。

十四、活動效益：

- (一) 配合植樹節號召親子一起健行，體會健康身心的重要性。
- (二) 倡導節能環保愛地球觀念，落實親子平日生活之中。
- (三) 藉由贈送植栽，美化家園及校園。

十六、本計畫如有未盡事宜，得適時修正補充之。

承辦人：                      單位主管：                      主計：                      校長：