

臺南市政府衛生局

109 年公開徵求我的餐盤創意舞蹈比賽計畫書

一、依據：109 年度國民健康署補助縣市辦理整合性預防及延緩失能-子計畫 2-長者整合性預防及延緩失能-工作分項 3 社區營養推廣中心計畫

二、背景：

依據國民健康署 2013-2016 國民營養健康狀況變遷調查結果，我國 19-64 歲成人每日平均乳品攝取不足 1.5 杯高達 99.8%，堅果種子不足 1 份的為 91%，蔬菜攝取量不足 3 份為 86%，水果攝取量不足 2 份亦達 86%。

藉由舞蹈比賽融合我的餐盤六口訣推廣均衡飲食的觀念，以活潑的舞蹈方式讓民眾依循我的餐盤六口訣輕鬆攝取六大類食物，並落實均衡飲食之健康生活型態。

三、目的：

藉推廣「我的餐盤」六口訣，幫助民眾牢記六大類食物的攝取量，強化民眾對均衡飲食的觀念，並落實均衡飲食之健康生活型態。

四、主辦單位：臺南市政府衛生局

五、活動訊息：

(一) 參賽主題：設計我的餐盤六口訣舞蹈動作。

1. 舞蹈需包含『我的餐盤』六句口訣，口訣依序為：「每天早晚一杯奶，每餐水果拳頭大、菜比水果多一點、飯跟蔬菜一樣多、豆魚蛋肉一掌心、堅果種子一茶匙」，口訣順序不可變動。

2. 「我的餐盤」舞蹈影片連結：<https://pse.is/QC8DN>，請參賽隊伍自行下載。(可依照影片跟著跳或自行發揮創意)

(二) 參加對象：對舞蹈有興趣之隊伍(每隊至少 2 人)，隊伍中有一名團員設籍於本市即可報名參加。

(三) 參加組別：兒童組、成人組、長者組、祖孫組

1. 兒童組(12 歲以下)、成人組(13-64 歲)、長者組(65 歲以上)、祖孫組(年齡不限)每隊至少 2 人。

2. 如參賽者年齡層橫跨其他類別，可自行選擇參加類別，報名截止後不得更換或新增團員。

(四) 參賽辦法：

1. 請參賽隊伍填妥報名表(附件 1、2)，未依規定報名或相關內容造假不實，經主辦單位查證屬實者，取消其參賽(得獎)資格，並追回已發放之獎項。

2. 將創意舞蹈拍攝成影片光碟進行比賽，參賽光碟一份。

3. 舞蹈影片內容除我的餐盤六口訣舞蹈，可包含設計理念或創意發想，時間 30 秒至 3 分鐘。

4. 每件作品限投稿一次。

(五) 參賽方式：即日起至 109 年 4 月 30 日止，將報名表及舞蹈影片光碟逕寄臺南市政府衛生局東興辦公室（臺南市新營區東興路 163 號）國民健康科收，請註明「我的餐盤創意舞蹈比賽」。以郵戳為憑，投稿資料收件後恕不退還。

六、獎勵辦法：各類別之第 1 名頒予商品禮卷。

（各類別之第一名擇優選擇 1 組於本局活動演出）

凡參加我的餐盤創意舞蹈比賽即贈送精美禮物

獎項	名額	獎勵說明
兒童組	1 組	商品禮券新台幣 6,000 元
成人組	1 組	商品禮券新台幣 6,000 元
長者組	1 組	商品禮券新台幣 6,000 元
祖孫組	1 組	商品禮券新台幣 6,000 元

（主辦單位有保留對活動方式、辦法及獎項修改之權利）

七、評分標準：

1. 由本局聘請相關領域專家委員進行審查，依類別、分數高低評選出各類別之第一名。
2. 審查分數達 80 分(含)以上，始得排名，評分項目及配分如下

評分項目	配分	評分標準	備註
舞蹈融入我的餐盤六口訣	25%	◎我的餐盤六口訣完整性	動作可改編
肢體動作	20%	◎舞蹈動作流暢度	
團隊精神	20%	◎團隊默契與表現力	
創意特色	20%	◎舞蹈動作設計具特色、創意	
造型展示	15%	◎服裝搭配	

八、比賽時程：

事項	時程規劃	說明
活動報名	即日起至 4 月 30 日	4 月 30 日前將相關資料逕寄至衛生局
委員評選	5 月 18 日~5 月 29 日	聘請專家委員進行光碟評選，依類別、分數高低評選出各類別之第一名
名次公告	6 月 1 日~6 月 5 日	將評選結果公告於本局網頁

九、其他注意事項：

1. 凡報名參加本活動者，視為已充分瞭解本比賽規則中各條款，並同意完全遵守本規則所述之各項規定。
2. 主辦單位對於我的餐盤創意舞蹈影片之著作權享有無償使用權，得公開展示、重製、編輯、推廣、發行以合作方式利用影片。
3. 如有未盡事宜，主辦單位有權修改公告之，主辦單位保留活動內容之新增、修改、變更、刪除等權利。
4. 活動相關事宜請電洽臺南市政府衛生局國民健康科 06-6357716 分機 296 邱小姐

109 年度臺南市政府衛生局「我的餐盤創意舞蹈比賽」報名表

隊伍名稱				參加類別	☐ 兒童組 ☐ 成人組 ☐ 長者組 ☐ 祖孫組
聯絡 資 訊	聯絡人				
	電話		手機		
	E-mail				
	地址				
隊伍簡介 或 設計理念 或 創意發想 (300 字以 內)					

109 年度臺南市政府衛生局「我的餐盤創意舞蹈比賽」同意書

本團隊參加臺南市政府衛生局主辦我的餐盤創意舞蹈比賽，茲同意成果繳交後，就著作財產權與個人資料授權予貴局使用與利用，內容如下：

一、著作財產權之授權標的與範圍：

- (一) 同意於著作財產權存續期間非專屬授權貴局無償利用，且不限定該著作財產權之利用地域、時間、媒體型式、次數、重製次數、內容與方法，貴局並得授權第三人利用。
- (二) 同意於著作財產權存續期間非專屬轉授權於臺南市政府衛生局無償利用，進行電子書、數位化典藏、重製、透過網路公開傳輸、提供讀者進行免費下載、列印、瀏覽等服務之行為。
- (三) 保證不對臺南市政府衛生局行使著作人格權。

二、個人資料之特定使用：

同意個人資料提供於臺南市政府衛生局於本活動（含推廣活動）所定業務需要等特定目的之蒐集、電腦處理、公告（公布）使用與利用。

隊伍名稱				
代表人姓名		聯絡人電話		
	姓名	身份證字號	出生年月日	年齡
參賽者 1				
參賽者 2				
參賽者 3				
參賽者 4				
參賽者 5				
參賽者 6				
參賽者 7				
參賽者 8				
參賽者 9				
參賽者 10				

中 華 民 國 1 0 9 年 月 日