

108 年嘉義市「戰勝糖尿 健康 GO」健走活動

壹、目的：

為喚起民眾重視糖尿病防治，響應世界糖尿病日暨國民健康署「全民健走-百萬俱樂部」活動，結合國際獅子會 300D1 區辦理「戰勝糖尿 健康 GO」活動，多元導入健康飲食、正確用藥、規律運動及健康減重等衛生教育，增進民眾健康識能，提升全民健康生活品質。

貳、指導單位：衛生福利部國民健康署、嘉義市政府、國際獅子會 300-D1 區

參、主辦單位：國際獅子會 300-D1 區糖尿病教育及行動委員會、嘉義市政府衛生局

肆、協辦單位：300-D1 區所屬專分區、分會、嘉義市糖尿病共同照護網推動委員會、臺中榮民總醫院嘉義分院、衛生福利部嘉義醫院、戴德森醫療財團法人嘉義基督教醫院、天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院、陽明醫院、曾良達診所、嘉義市東區衛生所、嘉義市西區衛生所

伍、執行內容

一、參加對象：糖尿病友及家屬、一般社區民眾、國際獅子會 300-D1 子家庭，限額 2,000 名(包含線上報名 1,000 人、現場開放 300 名、獅友 500 名、糖友 200 名)，額滿截止。

二、日期及地點：11 月 23 日(星期六)6:30-10:30，嘉義市北香湖公園

➤ 流程表：

| 時間 | 流程 | 內容 | | |
|-----------|-------------------|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 6:30-7:00 | 報到 (截止時間 7:00) | | 限額內報名 (2,000 名) | 限額外報名 |
| | | 對象 | ●糖尿病友及家屬 (200 名) ●國際獅子會 300-D1 子家庭 (500 名) ●個人-網路報名 (1000 名) ●個人-現場報名 (300 位) | 現場報名之社 區民眾(300 位 以外) |

| | | | | |
|------------|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|----------------------|
| | | 物資 發放 | 報到-背包、水、 扇子及摸彩券 完走:餐包、羊奶 | 報到-水及摸彩 券 完走-無 |
| 6:45-7:10 | 主持人暖場 | 1. 說明本次活動規則 2. 感謝民眾的響應與支持 | | |
| 7:10-7:20 | 貴賓介紹 | 介紹出席貴賓 | | |
| 7:20-7:40 | 長官/貴賓致詞 | 糖尿病防治教育和行動委員會陳俊吉主席、國際 總會長崔重烈總會長、國際獅子會台灣總會王銓 榮議長、黃敏惠市長、國際獅子會 300D1 區張秀 華總監等貴賓 | | |
| 7:40-7:45 | 拍大合照 | 舞台區:拍大合照(1) | | |
| 7:45-8:05 | 廣場舞暖身 | 邀請知名廣場舞 Max 老師帶領全場暖身運動及直 播 | | |
| 8:05-8:10 | 呼口號 | 1. 起跑點:拍大合照(2) 2. 呼口號: 戰勝糖尿 健康 GO GO GO | | |
| 8:10-9:00 | 健走 | 1. 市長/獅子會主席/貴賓等帶頭出發 2. 沿途需於活動卡蓋「健」、「康」、「go」戳章 | | |
| 9:00~9:05 | 回集合點 投擲摸彩券 | 1. 返回集合點⇨完走兌換(每人1份):餐包、羊奶 各1份⇨9:05前摸彩券截止受理 2. 市長與各專區獅友合影 | | |
| 9:05~10:30 | 主舞台表演節目 摸彩 野餐園遊會 | 1. 活動表演: 主舞台節目表演開始(8:40) 8:40-9:10 表演一 烏克莉莉 9:10-9:20 摸彩(一) 9:20-9:50 表演二 魔術(小丑, 氣球表演) 9:50-10:00 摸彩(二) 10:00-10:20 表演三 薩克斯風 10:20-10:30 摸彩(三) 2. 公開摸彩, 現場兌獎 | | |
| 10:30~ | 健康滿滿 期待再相會 | | | |