

台南市護理師護士公會 函

機關地址：704 台南市北區公園北路 156 之 6 號
聯絡方式：(06) 2517576 高櫻芬
傳 真：(06) 2519855
電子信箱：service@tnana.org.tw

受文者：如正本單位

發文日期：中華民國110年4月8日
發文字號：(110)南市護會張字第029號
速別：普通
密等及解密條件或保密期限：
附件：活動計畫書

主旨：本會為慶祝 110 年度國際護師節，以健康促進概念舉辦「健康好行
護理同行」遊藝食旅 健走活動，歡迎會員及家眷踴躍參與，請查
照。

說明：

- 一、活動時間：110年5月15日(星期六)上午06:20~10:00
- 二、集合地點：台南市仁德區保華宮(台南市仁德區保華路243號)
活動路線：台南市仁德區虎山林場步道。
- 三、報名資格：本會會員及家眷。
- 四、報名費用：免費。確實參加者贈精美禮物乙份。
- 五、報名方式：一律採用網路報名。請至公會官網→自強活動報名。
報名日期：110年4月20日零時開始至額滿為止。
- 六、隨函檢附慶祝活動程序。

正本：台南市政府衛生局、台南市各醫療院所暨護理院校、本會各理監事

理事長張嘉蘋

台南市護理師護士公會

110年國際護師節「健康好行 護理同行」遊藝食旅健走活動

- 壹、主旨：感謝護理師辛勞與付出，透過健走與趣味健康闖關活動，讓平日忙於臨床工作護理人員與眷屬，能有個健康又不一樣的親子日，提倡健康運動風氣，鼓勵大家從事正當休閒活動，同時邀請社區民眾一同參與。
- 貳、主辦單位：台南市護理師護士公會
- 參、協辦單位：台南市各級醫療院所、仁德區成功里辦公室
- 肆、指導單位：臺南市政府衛生局
- 伍、活動日期：110年5月15日（星期六）06：20~10：00
- 陸、活動地點：台南市仁德區保華宮(台南市仁德區保華路243號)
- 柒、活動內容：
- 一、**陽光健走趣**：位於虎山國小後面的步道虎山林場，是被稱為「台版冬季戀歌」私房景點，而夏天，陽光從葉間輕灑而下，在這充滿綠意的小葉欖仁悠閒漫步，有另種說不出的浪漫。路線：主會場-崇德路-保生東路-右轉成功二街(折返)-右轉保生東路-入虎山林場-虎山國小後門(折返)。
 - 二、**遊藝食旅**：設計趣味闖關活動，提供親子同樂，同時搭配傳統美食小吃，能量滿滿才能有腦力與動力奮戰關卡，闖關完成將可兌換餐飲兌換券。
 - 三、**健康體能UP UP**：設置體適能檢測站，凡是23-64歲民眾都可檢測，透過體適能檢測結果，為自己量身規劃運動處方。檢測完成者即送高透氣防曬外套(市價499元)。
- 捌、報名方式：
- 一、報名日期：110年4月20日至110年4月30日(星期五)止，額滿即停止報名，限定500人。
 - 二、凡報名參加將贈送參加禮乙份。
 - 三、本次活動一律採用網路報名：請至「公會官網→自強活動」報名。
 - 四、依中央防疫相關規範，戶外活動須採實名制。網路報名時請詳填相關基本資料，當日須完成報到手續並測量體溫。
 - 五、活動當日因故未能出席者，請於活動後5日內攜帶就醫或其他相關佐證請假，但如無故缺席將取消該員110年度自強活動報名資格以維護公會資源不浪費及保障其他會員權益。

玖、活動流程：

時間	活動內容
06：20 ~ 06：50	報到、測量體溫
07：00	長官致詞、活力健康操
07：00 ~ 10：00	陽光健走趣-全程 5 公里(約 1 小時) 遊藝食旅-趣味闖關 體適能檢測-自由參加
10：00	活動結束

壹拾、注意事項：

- 一、為確保活動安全，請務必遵守主辦單位規劃路線及配合交通管制。
- 二、當日活動不提供寄物，請攜帶小型背包，貴重物品請自行保管，遺失概不負責。
- 三、大會投保公共意外責任險（每一意外事故自負額 2,500 元），如有意外就醫者，請務必索取診斷證明書及收據。如須高額保險請自行加保。
- 四、活動當日如有受傷就醫者，務必於當日就診，並向當日就診醫院索取正本診斷證明及正本或副本收據(非影本收據)，以利保險公司處理理賠作業，否則恕難辦理。
- 五、安全第一，大會人員或醫護人員有權視民眾體能狀況，中止民眾繼續參加活動資格，民眾不得有異議。
- 六、活動前如遇颱風等人力不可抗力之天災，由大會民眾安全為考量，有權決定是否取消或擇期辦理。
- 七、本活動如有未盡事宜，主辦單位保留修改之權利，並以主辦單位當天公告事項為主。