



## 活動簡章

### 一、活動宗旨

慶祝全民健保實施 22 週年，特舉辦全民路跑活動，以提升全民運動風氣，並提倡醫療正確觀念，珍惜健保醫療資源，期使全民健保永續經營，持續守護國民健康。

### 二、指導單位：衛生福利部

### 三、主辦單位：衛生福利部中央健康保險署(中區業務組)

### 四、協辦單位

臺中市醫師公會、臺中市大臺中醫師公會、彰化縣醫師公會、南投縣醫師公會、臺中市中醫師公會、臺中市大臺中中醫師公會、彰化縣中醫師公會、南投縣中醫師公會、臺中市牙醫師公會、臺中市大臺中牙醫師公會、彰化縣牙醫師公會、南投縣牙醫師公會、中國醫藥大學附設醫院、中山醫學大學附設醫院、臺中榮民總醫院、彰化基督教醫院、衛生福利部豐原醫院、衛生福利部臺中醫院、澄清醫院平等院區、澄清醫院中港分院、國軍台中總醫院、台中慈濟醫院、大里仁愛醫院、光田綜合醫院、童綜合醫院、秀傳紀念醫院、維他露社會福利基金會、仁心醫療體系、財政部中區國稅局臺中分局、臺中市政府地方稅務局文心分局、藥害救濟基金會、臺中市政府警察局第六分局、中華民國失智者照顧協會、維他露社會福利慈善事業基金會、內政部營建署臺中都會公園

### 五、活動日期：106 年 3 月 18 日(星期六)上午 07：00~10：50

### 六、活動地點：內政部營建署臺中都會公園賞月廊道草坪區

### 七、活動項目暨報名方式

#### (一) 健康路跑活動

1. 報名人數：限額 5,000 人。

2. 路跑距離：6K（路跑不計時）。
3. 活動費用：免報名費。
4. 報名方式：網路線上報名。
5. 報名時間：106年2月20日上午10時起開放報名(報名額滿即停止受理)。
6. 報名網址：中央健康保險署全球資訊網\活動園地  
[http://www.nhi.gov.tw/PublicJoin/Registration\\_Detail.aspx?menu=27&menu\\_id=1012&EventID=2146&EventnType=R](http://www.nhi.gov.tw/PublicJoin/Registration_Detail.aspx?menu=27&menu_id=1012&EventID=2146&EventnType=R)

**7. 報到方式【以健保卡辦理報到】：**

- (1) 報名成功跑者，須於活動當日攜帶【健保卡】至報到處向工作人員辦理報到，每位跑者均須攜帶【健保卡】。**
- (2) 網路報名時，個人基本資料務必填寫正確並詳加檢查，以免資料錯誤無法報到。**

(二) 摸彩活動

| 參加資格說明   | 獎項                        | 數量 |
|--|---------------------------|----|
| 1. 每位跑者經報到後領取號碼布 1 張(號碼布上印有摸彩聯)，摸彩聯請自行撕下投入摸彩箱。     | 平板電腦<br>(Apple、Asus、Acer) | 24 |
| 2. 跑者參與本活動，號碼布須全程佩帶於胸前，並依規定路線參加路跑，且經信物站認證者，才可參加抽獎。 | 智慧型手機<br>(ASUS)           | 3  |
| 3. 摸彩活動進行期間，跑者須全程於胸前佩帶主辦單位發給之號碼布；如經宣布中獎            |                           |    |

| 參加資格說明  | 獎項   | 數量 |
|---|------|----|
| 應親自上台領獎，請跑者妥慎保管號碼布，遺失恕不補發。<br>4. 中獎者經主持人現場唱名 3 次未親自上台領獎或多重佩掛號碼布者，視同棄權改抽，跑者不得異議。 | 數位相機 | 1  |
|   | 血壓計  | 1  |

※主辦單位保留獎項內容修改之權利，不另通知。

#### 八、活動流程

| 九、項次 | 時間          | 活動內容       | 地點<br>(賞月廊道草坪區) |
|------|-------------|------------|-----------------|
| 1    | 07:00~08:00 | 跑者報到       | 報到處             |
| 2    | 07:30~10:50 | 健康園遊會      | 各健康宣導攤位         |
| 3    | 08:00~08:10 | 跑者集合       | 主舞台區            |
| 4    | 08:10~08:15 | 主辦單位致詞     | 主舞台區            |
| 5    | 08:15~08:30 | 健康暖身操      | 主舞台區            |
| 6    | 08:30~08:40 | 跑者移動至起跑區集合 | 拱型氣柱區           |
| 7    | 08:40~08:50 | 鳴笛誓師起跑     | 拱型氣柱區           |
| 8    | 09:30~10:00 | 有獎徵答       | 主舞台區            |
| 9    | 10:00~10:50 | 抽獎活動       | 主舞台區            |
| 10   | 10:50~      | 珍重再見       | 主舞台區            |

## 十、活動路線

### (一) 路跑路線

由主舞台(賞月廊道草坪區之拱型氣柱區)出發→生態湖區→第5號彎道→第4號彎道→第3號彎道→第2號彎道→第1號彎道→碉堡→北側地下道→體能活動區→陽光草坪(設信物站)→香花蜜源區→南側地下道→回到主舞台



(二) 信物站：設於陽光草坪區。

(三) 供水站：賞月廊道草坪區 1 處、陽光草坪區 1 處

## 十一、醫療站配置

### (一) 設置地點

| 設置地點                 | 配置設備               | 救護醫院  |             |
|----------------------|--------------------|-------|-------------|
|                      |                    | 醫院名稱  | 醫院總機        |
| 主舞臺區醫療站<br>(賞月廊道草坪區) | 救護車 1 台、<br>救護人員數名 | 童綜合醫院 | 04-26581919 |

|          |                    |              |             |
|----------|--------------------|--------------|-------------|
| 陽光草坪區醫療站 | 救護車 1 台、<br>救護人員數名 | 光田醫院沙<br>鹿院區 | 04-26625111 |
|----------|--------------------|--------------|-------------|

## (二) 醫療站處理流程

| 救護狀況            | 處理流程  |
|-----------------|---|
| 一般狀況<br>(例如：外傷) | 1. 確認患者位置→2. 主辦單位人員電話聯繫該區主責醫護站人員→救護人員現場執行救護工作→救護人員判斷是否須送醫→(1)不需送醫：給予簡易醫療、休息觀察；(2)需就醫：搭乘救護車送往醫院就醫。 |
| 緊急狀況<br>(例如：暈倒) | 1. 確認患者位置→2. 主辦單位人員電話聯繫該區主責醫護站人員→救護人員執行救護工作→搭乘救護車送往醫院就醫。  |

## 十二、跑者注意事項

1. 報名者請於活動當天攜帶「健保卡」至報到處由工作人員插卡報到，以領取號碼布(號碼布上印有摸彩聯)，每人限領請取 1 張，並應將號碼布佩帶於胸前，摸彩聯投入摸彩箱。
2. 為展現團結一致的跑者精神，請聽從主辦單位指示於 08：00 統一於舞台集合，並做暖身操後，分梯次前往起跑點準備起跑。
3. 跑者應發揮運動精神，循活動路徑完成本次路跑。
4. 因參賽人數眾多，出發前後、信物站、彎道等路段，請勿推擠，展現運動精神及確保跑道安全。
5. 為維護跑者安全，禁止攜帶寵物。
6. 為響應環保及減少垃圾污染，請自行準備飲水，另現場亦配有杯水，供補充之用。
7. 跑者身體不適，請勿勉強參加；路跑期間，身體不適應慎重考量自我健康狀況立即停止，切勿逞強；跑者於賽前請保持充足睡眠，並避免空腹參加，以維最佳體能狀態。如隱瞞心臟、血管、糖尿病等方面病歷以致造成任何意外事故，主辦單位概不負責。
8. 主辦單位不提供寄物服務，請跑者自行妥善保管隨身物品，若有遺失，主辦單位將不負賠償之責。

### 十三、 公共意外險注意事項

(一) 主辦單位對於活動現場只做必要緊急醫療救護，對於本身疾患引起之病症不在承保範圍內，而公共意外險只承保因意外所受之傷害做理賠(所有細節依投保公司之保險契約為準)，請跑者視當日狀況量力而為。

#### (二) 公共意外險承保範圍

被保險人因在保險期間內發生下列意外事故所致第三人體傷、死亡或第三人財物損害，依法應負賠償責任，而受賠償請求時，保險公司對被保險人負賠償之責：

1. 被保險人因跑步在本保險單載明之活動路線上發生之意外事故。
2. 被保險人在活動路線之建築物、通道、機器或其他工作物所發生之意外事故。

#### (三) 特別不保事項

1. 個人疾病導致運動傷害。
2. 因個人體質或因自身心血管所致之症狀，例如：休克、心臟病、糖尿病、熱衰竭、中暑、高山症、癲癇、脫水等。
3. 跑者如有上述個人疾病歷史，基於安全考量請自行加保個人人身安全保險。

### 十四、 交通資訊

1. 非主辦單位工作車輛禁止進入會場。
2. 跑者車輛請自行利用園區或週邊收費停車場、道路兩側收費停車格，並請遵守停車相關規定，以免受罰或拖吊。

### 十五、 氣象資訊

參考歷年氣象資訊，預估降雨機率为 50%、氣温約攝氏 23—30

度，請選手依據自身狀況，並自行準備輕便雨衣（主辦單位恕不提供雨具）、擦汗毛巾及換洗衣物。

#### 十六、 其他

本簡章如有未盡事項，主辦單位得另行修正之，不另通知。