

113 年臺東縣臺東市「健康市長盃」足球賽暨社區整合式篩檢活動實施規程

113.3.13 修正

一、緣起：根據研究顯示透過足球運動，可以全面發展全面的身體素質與體能，並能促進腦力的發展，同時可以一個好習慣(運動踢球)，去培養另一個好習慣。台東基督教醫院與和信治癌中心醫院合作，成立台東癌症中心，希望降低台東癌症病人因為疾病帶來的沉重負擔，唯一的信念就是要降低台東的癌症死亡率，因此希望從預防方面著手，早期發現早期治療。並經由本賽事的辦理、融入社區健康管理概念，以社區健康促進的作為，認養賽事的所在地—台東市豐里社區為社區健康促進的示範區里，進行社區整合式篩檢活動，及長期慢性病預防管理等醫護行為。因此透過台東市公所、台東縣衛生局及台灣癌症資源及準備協會的公益贊助，結合足球運動利用比賽來引導孩子從事樂趣的運動習慣，並藉由家長的參與，來促進健康家庭的建立及認養社區健康促進照護作為。公益贊助，義行風範，彰顯出社區的關懷，溫暖人心。

二、宗旨：

- (一) 落實教育部體育署頒定之學校足球建設工程，提倡學生足球運動、培養優秀選手提升各校足球運動水準。
- (二) 透過足球比賽，培養民眾、家長、學子愛運動習慣，提倡正當的休閒活動，進而發展良好的生活習慣，以促進身體健康。
- (三) 倡導全民運動，增進社會善良風氣，養成終身運動的良好生活習慣。
- (四) 配合社區整合式篩檢活動，進行預防保健進國民身心健康。

三、指導單位：台東縣政府、臺東縣體育會

四、主辦單位：台東市公所 台灣癌症資源及準備協會 臺東縣體育會足球委員會

五、承辦單位：臺東縣體育會足球委員會 台東基督教醫院

六、協辦單位：台東縣衛生局、臺東縣豐里國小、和信治癌中心醫院

七、比賽日期：113 年 4 月 27-28 日止計二天辦理(視報名隊數調整比賽日期)。

社區整合式篩檢時間：113 年 4 月 27 日上午 7:00-12:00

八、比賽暨篩檢地點：臺東縣豐里國小(臺東市中華路三段 80 號)

九、比賽組別及報名隊數限制：

- (一) 幼兒組(12 隊)
- (二) 國小低年級組(18 隊)
- (三) 國小中年級組(18 隊)
- (四) 國小高年級男生組(18 隊)
- (五) 國小高年級女生組(9 隊)
- (六) 主辦單位得在上開總隊數內，本權責，於報名截止後依實際情況調整各組隊數。

十、參加資格：

- (一) 國小高年級組：凡在籍國小高年級學童，仍在學者均可以學校為單位報名，每校以報名二隊為限。
- (二) 國小中年級組：凡就讀國小中年級學童，仍在學者均可以學校為單位報名參加，每校以報名二隊為限。
- (三) 國小低年級組：凡就讀國小低年級學童，仍在學者均可以學校為單位報名參加，每校以報名二隊為限。
- (四) 幼兒園組：凡就讀幼兒園大班幼童，仍在學者均可以幼兒園為單位報名參加，以報名二隊為限。
- (五) 以上各組均得以社區為單位報名，惟各組限報一隊。

十一、報名手續：

- (一) 民國 113 年 4 月 1 日【星期一】起至民國 113 年 4 月 12 日【星期五】中午 12 時止，報名隊伍超過時，以報名先後順序為錄取依據，逾期則不予受理。
- (二) 一律以電子檔報名，詳見報名表。
- (三) 人數：領隊、教練、管理各一名，選手最少七名、最多報名十二名。
- (四) 每位選手限報名一隊不得跨組，既經註冊，不得任意更改。
- (五) 報名表內之出生年月日、學生年級未填入者，視同未報名。

十二、比賽制度：

- (一) 視報名隊數多寡決定，各組不足 3 隊則取消比賽。
- (二) 各組五隊以下採單組循環賽制。
- (三) 各組六隊以上採分組循環賽制。
- (四) 各組報名隊伍數目會依總場次數及報名情形做增減。

十三、比賽規則：(比賽採五人制)

- (一) 採用國際足球總會公佈之最新五人制足球規則。
- (二) 每場比賽球員替換人次不限，下場後得再上場比賽。

十四、名次判定：

(一) 循環制：

1. 勝一場得 3 分，敗者 0 分，以積分多寡判定名次。
2. 兩隊如法定時間結束仍為平手，不延長比賽，每隊各得一分。
3. 如兩隊以上積分相等時，則以該循環中積分相等之球隊相互勝負球數之差判定之(排除其餘積分未相等之球隊)，如仍未能判定名次，則以勝球數多者佔先，若再相等時，則以失球數少者佔先，若再相等時，再以該循環賽中之全部隊伍之勝負球數之差判別，若再相等時，以勝數較多者佔先。則以失球數少者佔先。
4. 以上各則仍無法判定時，以抽籤決定之。

(二) 淘汰制：比賽如和局不延長賽比賽結束，以踢點球決定之(三球)。

十五、比賽用球：採用審定合格 4 號球。幼兒組採 3 號球。

十六、技術會議：於 113 年 4 月 12 日【星期五】下午 2 時假豐里國小視聽教室辦理抽（不另行通知），未到者由大會代抽，各隊不得異議。

十七、裁判會議：另行通知。

十八、社區整合式篩檢活動

經由本賽事的辦理、融入社區健康管理的概念，以社區健康促進的作為，認養賽事的所在地—大豐地區為社區健康促進的示範區里，進行社區整合式篩檢活動建立長期慢性病預防醫護行為。

(一) 成人預防保健檢查：為維護中老年人健康，早期發現慢性病、早期介入及治療，國民健康署免費提供 40 歲以上未滿 65 歲民眾每 3 年 1 次、55 歲以上原住民、罹患小兒麻痺且年在 35 歲以上者、65 歲以上民眾每年 1 次成人健康檢查。檢查前需禁食 8 小時，前一天凌晨 12 點後禁食(含開水)至現場抽血後，即可領取早餐享用。健檢項目如下說明：

1. 身體檢查：個人及家族病史、身高、體重、視力、口腔檢查、血壓、腰圍、BMI、憂鬱檢測及醫師理學檢查。
2. 血液檢查：SGOT、SGPT、肌酸酐、飯前血糖、膽固醇、三酸甘油脂、高密度脂蛋白、低密度脂蛋白。
3. 尿液檢查：尿蛋白。
4. B、C 型肝炎篩檢：年滿 45 歲以上至 79 歲、40-79 歲原住民身分等得終身補助乙次 B 型肝炎表面抗原、C 型肝炎篩檢。

(二) 癌症篩檢及健康減重諮詢服務：

1. 國人十大死因歷年來第一名都是癌症，癌症不是絕症，在醫學發達進步的 21 世紀，只要定期癌症篩檢，早期發現零期或一二期別癌症，早期治療存活率皆高達 80~90% 以上。
2. 台灣每年死於大腸癌、口腔癌、乳癌、子宮頸癌及肺癌人數，超過 20,000 人以上。因此藉由此次社區篩檢服務，方便民眾就近篩檢或諮詢排檢。
3. 台東基督教醫院特別擴大辦理免費癌症篩檢(腸癌及口腔癌)。篩檢方式為現場讀健保卡若符合資格即受理篩檢(若是要做乳癌、肺癌及子宮頸癌等篩檢則需到院檢查)。藉此可以早期發現癌症或其癌前病變，經治療後可以降低死亡率外，還可以阻斷癌前病變進展為癌症。

國民健康署補助五大癌症免費篩檢資格如下：

NO	癌篩類別	篩檢內容頻率	篩檢方式
1	大腸癌	50-75 歲每兩年一次 *糞便潛血檢查	1. 現場讀取健保卡及填寫資料後發放糞便採集盒帶回家。檢查單第二聯+檢體盒，採檢

			後繳回東基醫院一樓檢驗科 (假日亦可簽收)
2	口腔癌	30 歲以上或 18 歲以上原住民吸菸或嚼(戒)檳榔民眾 *每兩年一次口腔黏膜檢查	現場讀取健保卡, 當天由醫師診察
3	子宮頸癌	30 歲以上婦女(有性行為) *每三年至少一次抹片檢查	請自行到醫院抹片檢查
4	乳癌	1. 45 歲-69 歲婦女或 40-44 歲婦女其二等親以內有乳癌家族史 2. 40-44 歲婦女設籍台東縣 *每兩年一次乳房攝影檢查	請自行到醫院乳房攝影檢查
5	肺癌	1. 具肺癌家族史: 50 至 74 歲男性或 45 至 74 歲女性, 其父母、子女或兄弟姊妹經診斷為肺癌 2. 具重度吸菸史: 50 至 74 歲吸菸史達 30 包一年以上, 或戒菸 15 年內之重度吸菸者, 且須接受戒菸衛教服務。 *每兩年一次電腦斷層掃描	請自行到醫院低劑量電腦斷層掃描(LDCT)

4. 健康減重及營養師諮詢服務：若 BMI 超過 30 ↑ 或腰圍: 女 > 80 公分、男 > 90 公分或有減重需求民眾，現場由營養師親自一對一提供健康飲食諮詢服務，以幫助民眾在日常生活飲食習慣的健康管理。

十九、附

則：

- (一) 國小組比賽上、下半場各 10 分鐘，中間休息 5 分鐘。
- (二) 幼兒組比賽上、下半場各 10 分鐘，中間休息 5 分鐘
- (三) 各隊逾時十分鐘（以大會時鐘為準）未出賽者即視同棄權論。棄權球隊一律送交紀律委員會討論議處。
- (四) 兩隊球衣顏色相似影響裁判執法時，排名在後之球隊應更換球衣。
- (五) 各隊報名時，請注意患有心臟病或不適合劇烈運動者，應審慎評估，以保障自身安全。
- (六) 各單位請於報名前詳閱競賽規程，如有未符合規定，權益受損，概由各報名單位自行負責。
- (七) 單場比賽時間依報名隊伍多寡，得於比賽前經大會決議調整之。
- (八) 比賽中，如遇 2 次黃牌(不同場次)警告之球員，應『自動停賽』一場，再黃牌警告，則應再『自動停賽』一場；比賽中被裁判罰出場之球員，應『自動停賽』一場，又被黃牌警告時，則應再『自動停賽』一場。情節嚴重者，送交紀律委員會討論議處。

二十、參加人員：(含指導管理教師)依教育處公假函，由服務機關學校逕核予公(差)假。

廿一、經費來源：由台灣癌症資源及準備協會 台東市公所贊助

廿二、獎勵：

- (1) 依報名對數多寡各組擇優錄取 5 隊以下取三名，6 隊以上取四名並頒發獎盃。
- (2) 活動結束後相關工作人員由承辦單位報請縣府從優敘獎。
- (3) 參加社區整合篩檢民眾贈送紀念品及早餐。
- (4) 金球獎：頒給各組冠軍隊伍。由該隊教練推薦一位最佳選手。大會頒給獎品乙份。

廿三、大會設有防護站，防護員無醫療責任、不提供賽前預防性貼紮，僅提供基本緊急處理及冰敷。

廿四、判決及球員申訴辦法：競賽判決申訴(附件一)、球員肢體動作申訴(附件二)

廿五、本規程如有未盡事宜，得由主辦單位隨時修訂公佈之。

113 年臺東縣台東市「健康市長盃」足球賽報名表

隊名		組別	<input type="checkbox"/> 幼兒組 <input type="checkbox"/> 國小低年級 <input type="checkbox"/> 國小中年級 <input type="checkbox"/> 國小高男生組 <input type="checkbox"/> 國小高女生組		
領隊		教練		管理	
報名單位				聯絡人	
連絡處				電話	
隊職員	姓名	隊名(校名)	年級	備註	
領隊					
教練					
管理					
1 隊長					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					

9				
10				
11				
12				

報名表請寄至 jd590120@gmail.com 陳東宏收。

附件一：

競賽(判決)事項申訴書

申訴理由			
糾紛發生時間		糾紛發生地點	
申訴事實			
證件或證人			
申訴單位	領隊或(總)教練 (簽名)		年 月 日 時 分

裁判長考核意見		簽名	
保證金	<input type="checkbox"/> 已繳交 五千元	裁判長簽名	
競賽委員會判決			

附件二：

球員資格申訴書

被申訴者 所屬單位		被申訴者 競賽組別	
被申訴者 姓名			
申訴事由			
證件或證人			
申訴單位	領隊或(總)教練 (簽名)		年 月 日 時 分

裁判長意見		裁判長簽名	
競賽委員會 決議		競賽委員簽名	