

馬公市公所 115 年環境保護宣 導

暨活力社區活動

秩序冊

指導單位：國防部

主辦單位：馬公市公所、馬公市民代表會

協辦單位：馬公市各社區發展協會

活動時間：115 年 10 月 24 日上午 9 時

活動地點：澎湖縣立綜合體育館

大會職員名單

會長：黃健忠

名譽會長：歐銀花、莊國輝

副會長：陳志謙 蘇淑娟

裁判：許福榮、陳啟聰、歐麗玉、

陳寧翔、陳兆平、蔡明珊

行政組：李自發、陳柔帆、陳澤欣、胡文雯、林明勇、李

承泰、洪群登、洪麗花、呂美雲、林純義、孫穎

庭、余曉蘭、洪家琦、黃俐君、劉軒銘、林右堉、

洪文彬、莊秀葉、薛子強、陳柏均、黃紋邦、呂

佳貞、徐婉怡、董淑津、邱勝飛

典禮組：林明勇、林詩韻、陳澤欣、許小萍、周雅芬

競賽組：林詩韻、莊秀葉、陳沛均、徐婉怡、洪美雀

醫護組：鄭玉真

馬公市公所 115 年環境保護宣導暨活力社區活動程序

115 年 10 月 24 日(星期六) 地點：澎湖縣立綜合體育

館

注意事項：

一、各參賽隊伍參加活動往返路程請注意交通安全。

時間	活動程序	備註
08：30	各參賽隊伍至休息區(觀眾席)就位	
09：00	市長開場致詞	
09：10	暖身操	
09：20	同心協力比賽規則說明	
09：25	同心協力依排定賽程開始比賽	
10：10	超級快遞比賽規則說明	
10：15	超級快遞依排定賽程開始比賽	
11：10	風之呼吸比賽規則說明	
11：15	風之呼吸依排定賽程開始比賽	
12：10	閉幕頒獎(配合本所運動嘉年華會)	
12：20	賦歸	

二、各參賽隊伍請於活動當日上午8時30分前至澎湖縣立綜合體育館內休息區(觀眾席)就位，8點20分起現場有宣導攤位有獎徵答，獎品豐富，請趁早就位)。

馬公市公所環境保護宣導暨活力社區活動計畫

- 1、計畫緣由：馬公市為澎湖縣最大行政區，縣政府所在，並集中行政、醫療、文教等機關，具有工商、漁業、觀光等發展優勢，不僅為本縣觀光重鎮，其居住人口6萬餘人(約全縣6成)，亦為本縣施政重點區域及都市計畫之首。馬公市公所特邀集社區幹部及居民組隊參加全民運動之際，除提倡民眾規律運動、參與活動外，

主要是將環境保護相關工作加強宣導，使民眾更瞭解政府對環境保護之作為，並能自發性的配合，達成環保永續發展的目標。

- 2、指導單位：國防部
- 3、主辦單位：馬公市公所、馬公市民代表會。
- 4、協辦單位：馬公市各社區發展協會、馬公市各里辦公處、澎湖縣立體育場
- 5、活動時間：115年10月24日(星期六)上午9時開場(請各隊於8時30分依場地配置圖就位完畢)。
- 6、活動地點：澎湖縣立綜合體育館(請參加人員自行前往)。
- 7、參加對象：來賓、工作人員、社區民眾、志工。
- 8、工作人員：由馬公市公所職員擔任。
- 9、實施方式：
 1. 由馬公市公所派員於活動現場設攤進行環境保護宣導並回收廢電池。
 2. 環境保護政令有獎徵答。
 3. **同心協力**：每隊推派10人參加比賽。(男女各派5名)
 4. **超級快遞**：每隊推派5人參加比賽。(男女均可)
 5. **風之呼吸**：每隊推派10人參加比賽。(男女各派5名)
- 10、活動(比賽)規則：
 1. **同心協力**：每隊推派10人參加比賽。(男女各派5名；男單女雙，若男女人數有差異，每差異1人加總成績5秒；例如男4人女6人，加總成績5秒，以此類推)。前後距離10公尺。
 - (1) 隊伍手牽手排成一列，呼拉圈由第一人穿越身體，再將呼拉圈傳遞第二人，呼拉圈由第二人穿越身體，再將呼拉圈傳遞第三人，以此類推完成到第10人後，將呼拉圈套於三角錐上(離手)；再由第十位，以相同方式折返至第一人後，將呼拉圈套於三角錐(離手)，時間終了。
 - (2) 比賽過程隊伍務必手牽手，在呼拉圈穿越人體過程中，相關人員絕對不能鬆手，每鬆手1次則加總成績5秒；最後一位將呼拉圈套於三角錐上需離手，未離手就開始，以違規論，每次加總成績5秒。
 - (3) 勝負判定：以時間最短者為勝。(若將呼拉圈損壞，判該隊輸成績不計)
 - (4) 採計時賽，以時間較少者為勝，取前4名。
 - (5) 競賽之爭議，以大會裁判員判決為終決，運動員應遵

守比賽規則並服從裁判及大會規定。

2. **超級快遞**：每隊推派 5 人參加比賽，比賽時間為 3 分鐘。

- (1) 隊伍排成一行間隔約 120 公分左右，位置固定不得移動，每人手持傳遞球板器具傳接球，球從第一位開始依序透過傳遞板傳球給第二位，第二位傳給第三位，重覆相同方式進行傳遞至終點水桶內，中途若落球則該球不計，最終以球數最多為勝隊。
- (2) 球數相同者，相關隊伍再比賽 1 次，時間為 60 秒；若球數再相同者，相關隊伍再比賽 1 次，時間為 30 秒；若球數再相同者，各隊推派 1 人猜拳(剪刀石頭布)三戰兩勝決定勝負，取前 4 名。
- (3) 僅能以球板傳球，除第一位可以單手碰球外，其他 4 位均不得以手碰球，手碰球以違規論，每次扣已進球數 2 球。
- (4) 競賽之爭議，以大會裁判員判決為終決。

3. **風之呼吸**：每隊推派 10 人參加比賽。(男女各派 5 名；男單女雙，若男女人數有差異，每差異 1 人加總成績 5 秒；例如男 4 人女 6 人，加總成績 5 秒，以此類推)。前後距離 10 公尺，寬 5 公尺，男女分站兩邊。

- (1) 聞開始訊號後，第一位手持扇子，利用扇子搨動產生的風力，將氣球從起點吹動至終點，交接給下一棒，以同樣方式進行，直至最後一位輪完為止。
- (2) 交接須在起點線後，以扇子為交接，否則以違規論每次加 10 秒，僅能用扇子搨動產生的風力讓氣球前進、扇子或任何部位直接接觸氣球者，以違規論，每次加 5 秒；氣球碰到邊線以違規論，每次加 5 秒；排尾隊員須穿著背心以資識別；採計時賽，以時間較少者為勝；惡意違規或違規情形嚴重者，判該隊失去比賽資格；限時 8 分鐘，時間結束未完成者視為放棄；若秒數相同者，各隊推派 1 人猜拳(剪刀石頭布)三戰兩勝決定勝負，取前 4 名。
- (3) 競賽之爭議，以大會裁判員判決為終決。

11、報名手續：

1. 同心協力：比賽人數 10 人(男女各派 5 人)。
2. 超級快遞：比賽人數 5 人(男女均可)。
3. 風之呼吸：比賽人數 10 人(男女各派 5 人)。
4. 每隊報名人數限額 20 人(若參加同心協力及風之呼吸項目，女性至少 5 人)。
5. 填具報名表(如附件) (參賽人員須滿 18 足歲以上，並設籍於

該社區內，若非該社區人士參賽，經查證屬實 取消該社區資格），請於115年8月17日（星期一）前逕送馬公市公所（社會課），逾期不予受理。

6. 本次活動報名上限450人，報名截止後，若報名人數超過上限，則依報名先後順序取定；但報名截止後，有多餘名額，則平均分配各隊增加名額。
- 12、 領隊會議及抽籤：115年10月12日（星期一）下午4時假本所一樓第二會議室辦理，不另通知，未到者由主辦單位代抽不得異議。
- 13、 獎勵：獎金頒發予優勝隊伍（社區，非個人）。
 1. 項目為：(1)同心協力、(2)超級快遞、(3)風之呼吸等三項；各取前4名獎勵第1名-獎金5,000元、第2名-獎金3,000元、第3名-獎金2,000元、第4名-獎金1,000元、除獎金外並發給獎盃(牌)。
 2. 最佳精神獎發給獎盃(牌)：由市長評選。
- 14、 注意事項
 1. 為維護比賽公平性，請各參賽單位對於參賽人員做好自主管理，不得有冒名頂替參賽之情形。
 2. 請各參賽隊伍攜帶隊旗參加活動。
 3. 因本活動為劇烈運動項目，請視自己身體、身體狀況報名參賽。
 4. 計畫及競賽規程如有未盡事宜，得由主辦單位修正規定。

比賽隊伍參加項目

一、同心協力

1	案山社區	2	陽明社區	3	菜園社區	4	東文社區
5	中央社區	6	光榮社區	7	興仁社區	8	光明社區
9	西文社區	10	西衛社區	11	重光社區	12	啟明社區
13	安宅社區	14	井垵社區	15	東衛社區	16	山水社區
17	朝陽社區	18	鐵線社區	19	樂齡中心		

二、超級快遞

1	案山社區	2	陽明社區	3	菜園社區	4	東文社區
5	中央社區	6	光榮社區	7	光明社區	8	西文社區
9	西衛社區	10	重光社區	11	井垵社區	12	東衛社區
13	山水社區	14	鐵線社區	15	樂齡中心		

三、風之呼吸

1	菜園社區	2	東文社區	3	光榮社區	4	興仁社區
5	西衛社區	6	啟明社區	7	安宅社區	8	井垵社區
9	東衛社區	10	山水社區	11	朝陽社區	12	樂齡中心

比賽隊伍隊職員名單

一、案山社區發展協會					
領隊：林佳慧			經理：林佳慧		
參賽項目：同心協力、超級快遞					
隊員	林佳慧	薛尹榛	石芹菜	蔡美娟	歐周平
	王麗霜	蔡美豆	蔡朝騰	高彩勤	陳薇安
	蔡榮祿	黃素蓮	歐劉金蓮	呂蔡惠珍	謝瑞妙
	謝玫瑰	林明庚	歐月娥	蔡美月	蔡卓峻

二、陽明社區發展協會					
領隊：張東周			經理：董瑞寶		
參賽項目：同心協力、超級快遞					
隊員	張東周	董瑞寶	林財傳	陳立堅	鄭順豐
	陳修洽	王明樂	林登貴	郭以忠	葉玉燕
	許春惠	蔡黃秀萍	許春央	葉春玉	鄭陳桂枝
	陳王素花	洪寶教	黃麗卿	鄭素卿	張秀英

三、菜園社區發展協會					
領隊：黃文隆			經理：黃文隆		
參賽項目：同心協力、超級快遞、風之呼吸					
隊員	黃文隆	黃文敏	黃見昌	黃方璉務	林蕭阿嬌
	施映寧	謝秋色	黃細琛	黃紅妹	高美鸞
	林本興	黃明德	黃洪芳枝	陳美玲	陳正和
	黃許秋月	黃秀閣	錢瑞清	施粉	林富雄
	黃世偉	高美蘭	黃次生	黃許金治	張黃彩秀
	林礪輝	陳召芳	林礪煌	黃許秀玉	黃銀百

比賽隊伍隊職員名單

四、東文社區發展協會					
領隊：李美珠			經理：李美珠		
參賽項目：同心協力、超級快遞、風之呼吸					
隊員	歐棟烈	黃麗滿	李美珠	蔡神緯	王薇婷
	楊媛筑	歐春色	顏秀敏	吳德恒	歐美惠
	伍國平	呂秀莉	陳明山	洪豐澤	陳秀寶
	陳珮玉	陳耀銘	鄭淑娥	馬建國	馬奕文

	許清貴	呂秀揀	蔡銘郎	呂秀揀	林麗美
	黃聰明	楊宗憲	陳彥蓁	郭明麗	蔡貴妃

五、中央社區發展協會					
領隊：吳珮芸			經理：劉丁文		
參賽項目：同心協力、超級快遞					
隊員	吳晃輝	洪靜蘭	林文雄	陳金益	陳林美華
	陳宏信	劉明昌	林麗恆	許文苑	趙淑英
	鄭財源	吳珮芸	余珈瑄	許鄭美銀	劉丁文
	顏淑惠	劉琇倫	陳振和		

六、光榮社區發展協會					
領隊：陳秀宇			經理：陳秀宇		
參賽項目：同心協力、超級快遞、風之呼吸					
隊員	陳秀宇	呂美花	徐美鈴	蘇麗珠	初惠美
	郭秀貞	翁秋蘭	蔡秋環	蘇楊秋李	靳嘉琪
	陳松秦	謝守仁	賴孟鐸	林東億	陳家協
	林永敬	林泰山	蔡宗保	薛文華	顏玉錦

比賽隊伍隊職員名單

七、興仁社區發展協會					
領隊：許豐美			經理：許豐美、莊惠美		
參賽項目：同心協力、風之呼吸					
隊員	蔡嚴秋桂	張蔡秋枝	蔡素蘭	蔡洪梅	黃美嬌
	陳洪秋暖	莊惠美	蔡許淑妙	張有寔	李財明
	蔡基本	張昌華	黃淑蓉	張明智	吳美華
	張東世	蔡月美	張紀彩盆	紀王玉卿	辜顯隆
	辜蔡玉環	張騰和	鄧莉莉	許豐美	

八、光明社區發展協會					
領隊：陳黃淑媛			經理：陳黃淑媛		
參賽項目：同心協力、超級快遞					
隊員	陳黃淑媛	鄭黃金柳	黃金柳	葉啓華	許麗紅
	李麗春	陳寶桂	陳國欽	林明貴	陳寶緞
	陳宜穎	葉長發	歐孟淇	田愛齡	邵秀華
	邵明偉	陳阿富	黃秀娟	辛嘉興	辛胡綉梅

九、西文社區發展協會					
領隊：郭凌雲			經理：李石川		
參賽項目：同心協力、超級快遞					
隊員	郭凌雲	李石川	鄭有權	蔡貴妃	鄭啟聰
	張秀月	曾合強	王明雄	曾全勝	曾蔡有甚
	蔡罔留	莊鳳紋	吳玫玲	黃志尚	吳瓊瑤
	吳長條	李佳芳	吳懿真	徐健鳳	林英傑

比賽隊伍隊職員名單

十、西衛社區發展協會					
領隊：吳文照			經理：莊自得		
參賽項目：同心協力、超級快遞、風之呼吸					
隊員	吳文照	王紫竹	李桂傳	吳鑑清	王薪維
	謝瑞喜	吳文相	莊自得	洪長毅	吳宏軒
	王俊元	薛紫緜	許玉女	鄒芬蘭	李秀金
	呂佳縈	伍美莉	李晚霞	陳小鳳	吳仁祥
	吳佑甘				

十一、西衛社區發展協會					
領隊：蔡美珠			經理：蔡美珠		
參賽項目：同心協力、風之呼吸					
隊員	蔡美珠	謝子健	曾子渝	謝子翎	莊雪秋
	高啟化	高文雄	高洪玉聰	許源益	鄭永泰
	陳秀珠	楊寶來	黃吳寶矸	顏秀芙	林天貴
	林建邑	蔡長壽	丁彥碩	蔡明學	郭伯任
	陳櫻玉				

十二、重光社區發展協會					
領隊：薛富益			經理：薛富益		
參賽項目：同心協力、超級快遞					
隊員	薛富益	李明娟	劉招治	薛淑靜	陳嘉惠
	許玉梅	呂立婷	曾淑梅	胡美湘	周錦惠
	陳麗珠	王桂蘭	謝綉盆	留錦紹	孫靜美
	陳本香	陳美珠	高金英	呂佩恬	鄭淑芳

比賽隊伍隊職員名單

十三、安宅社區發展協會					
領隊：謝秋慧			經理：謝秋慧		
參賽項目：同心協力、風之呼吸					
隊員	謝秋慧	胡雪桃	洪秀英	丁英枝	謝秀蓉
	閻文芸	馮玉美	謝月霞	蔡月雲	謝再生
	謝家欣	謝智羽	薛世杰	林小賓	歐素日
	胡林柚	紀惠敏	莊罔市	洪秋咩	曾秀蓮

十四、井垵社區發展協會					
領隊：邵松霖			經理：邵松霖		
參賽項目：同心協力、風之呼吸					
隊員	呂玲韻	蔡文凱	石崇霖	邵松霖	許貴真
	李先寧	許美滿	歐秋色	陳全成	莊惠娟
	蔡明男	蔡文賓	邵文斌	陳文華	蔡于翔
	蔡芸青	蔡明勳	洪清雨	石佳倫	洪平海

十五、朝陽社區發展協會

領隊：顏明清			經理：劉嘉珍		
參賽項目：同心協力、風之呼吸					
隊員	顏明協	陳宏斌	高惠娟	高壽照	李富營
	陳和永	陳美鑾	嚴愛華	陳仁勇	王少梅
	翁進銘	莊嘉茹	陳文良	許素奈	許素美
	林桂蓁	黃錦珠	許宏志	歐桂岑	吳香蘭
	葉瑞徵	呂朝座	范劉月珠	鄭有土	吳秀瓊
	王足能	陳素雲	許忠正	王素惠	陳學禹
	葉閩澎	吳錦麗	吳彩惠	翁好樣	紀武松
	吳素珍	蕭美幸	藍許蘭鳳	陳明賢	陳晚菊

比賽隊伍隊職員名單

十六、東衛社區發展協會					
領隊：莊福氣			經理：呂明輝		
參賽項目：同心協力、風之呼吸					
隊員	簡京輝	呂昌森	呂錦亭	呂守鎮	呂明儒
	呂明輝	莊福氣	莊銘思	黃玉葉	莊伍烏鸞
	呂秀絹	陳美滿	陳秀琳	呂蕭淑貞	呂秋媚
	陳麗妃	陳呂貴珠	崔東美	吳盈蓁	呂莊秀梅

十七、山水社區發展協會					
領隊：王鈺閔			經理：王鈺閔		

參賽項目：同心協力、超級快遞、風之呼吸					
隊員	陳彩茶	陳月美	陳阿杏	朱秀英	顏秀蓮
	翁麗君	陳麗萍	陳也好	吳金言	柯婉玲
	王鈺閔	歐麗娘	黃玉美	康長和	陳清平
	陳成統	陳明山	陳順良	許雯蓉	鄭麗雅

十八、鐵線社區發展協會					
領隊：蔡貴雪			經理：蔡貴雪		
參賽項目：同心協力、超級快遞					
隊員	蔡貴雪	歐明珠	周吉芳	鮑金櫻	吳靜美
	許淑惠	蔡彩罔	許陳免	吳金草	王鳳珠
	蔡素綿	翁麗枝	蔡孟庭	陳儷瑄	吳寶芬
	黃淑芬	蔡小雀	蔡素芬	蔡素珍	陳鳳美

比賽隊伍隊職員名單

十九、馬公樂齡學習中心	
領隊：張書瑜	經理：呂美雲
參賽項目：同心協力、超級快遞、風之呼吸	

隊員	張書瑜	陳素惠	季秀青	廖秀珍	鄭春草
	葉錦馨	黃阿杏	陳彥華	林梨芬	蔡錦鳳
	張鳳嬌	蔡曉娟	洪翠敏	陳帝元	陳秀足
	吳秀惠	黃子恩	黃冠菱	歐翠婷	林卉玗