

114 年「松山有 GO 讚」松山區數位健走活動簡章

114 年 3 月 18 日製訂

壹、現況說明

114 年「松山有 GO 讚」松山區數位健走活動，承襲 113 年推動經驗，持續結合松山區公私立單位力量及在地人文特色，規劃健走及集點獎勵活動，期望透過本活動建立民眾規律且安全的運動習慣及體驗松山區人文之美，呼應臺北市政府跨域合作，共同打造臺北成為安全、運動、未來之都之願景。

本活動分 2 部分，第 1 部分為「萬健齊步」，活動期間透過數位 app 進行健走計步，達目標步數即可參加抽獎；第 2 部分為「松躍健康」，報名並參加健走課程、人文導覽走讀或 AI 智慧健身體驗等免費活動，可累積點數參加抽獎。

貳、活動資訊

- 一、**主辦單位：**臺北市松山區公所、臺北市松山區健康服務中心、臺北市松山健康促進協會
- 二、**協辦單位：**臺北市松山區 33 里辦公處、財團法人台北市松山慈祐宮、台北府城隍廟、松山霞海城隍廟、臺北市松山運動中心、臺北市松山區民俗委員會、臺北市松山社區大學、臺北市立文獻館、中華民國健身運動協會、臺灣電視事業股份有限公司、新光人壽股份有限公司、臺灣集中保管結算所等
- 三、**活動日期：**自 114 年 5 月 1 日起至 114 年 7 月 31 日止
- 四、**活動網址：**松山區健康服務中心官網
「松山有 GO 讚」專區(如右方 QR code)



「松山有 GO 讚」專區 QR code
<https://reurl.cc/dQGRgy>

五、 **報名資格**：設籍、居住或就學、就業於松山區之民眾(領獎時須出示相關證明文件)

六、 **健康小叮嚀**：

有心臟病、高血壓、下肢退化性關節炎或嚴重腰、頸部、椎間盤突出等問題之民眾，請評估自身健康與安全狀況或諮詢醫師後，再決定是否參加活動，另亦可視需要自行加保個人人身醫療與意外保險。

參、 辦理方式

一、 **報名時間**：自公告日起至 114 年 7 月 31 日止

二、 **報名方式**：採個人報名，請掃描活動報名 QR code 並完成活動報名資料，取得「活動一：萬健齊步(累積步數)」及「活動二：松躍健康(課程集點)」活動參加資格。



三、 **活動資訊**：可透過加入「松山有 GO 讚」LINE 社群(需經版主審核通過後加入)及松山區健康服務中心臉書獲取活動相關資訊。



四、 活動內容

活動一：萬健齊步 5/1~7/31

(一) **下載計步 app**：參與民眾須下載具有「計步」功能或任何運動軌跡紀錄 app(如下圖)。



(二)步數計算：自活動開始(114年5月1日)當日起算至活動截止(7月31日)；如於活動後報名者，則由報名日起算至活動截止日(如5月10日報名，則由5月10日起算健走步數至7月31日止)，民眾可依自己習慣路線(無限制)健走。

(三)上傳成果：累計健走步數請於次月5日前掃描健走成果 QR code 填報 GOOGLE 表單，並將上個月健走計步 app 截圖畫面上傳(包含月份及步數)，如逾期或無法提供完整資料者，恕無法列計步數。



(四)抽獎資格(如下表)：參與民眾只要達到目標步數，即可參加抽獎，步數越多，抽獎及得獎機會越高，如健走步數累計120萬步以上者，可參加3個獎項之抽獎機會(每人限中獎1次)。

獎項	目標步數	品項	名額
首獎	120萬步以上	5,000元禮券	3名
二獎	100萬步以上	2,000元禮券	15名
三獎	80萬步以上	1,000元禮券	20名
備註：每人限中獎一次。			

活動二：松躍健康 5/1~7/31

- (一)欲參加「松躍健康」集點者，需至松山區健康服務中心官網「松山有GO讚」專區之GOOGLE表單(請掃描右方QR code)，選擇報名欲參加健走、人文導覽走讀、AI智慧健身體驗之活動場次，並於課程當日完成報到及參加課程，即可累積點數，每堂課可累積5點。



- ◆ 因每場次有人數限制，請於指定時間內完成報名，報名成功名單將於指定時間公告於松山區健康服務中心官網「松山有GO讚」專區、「松山有GO讚」Line社群及松山區健康服務中心臉書(如下表)。

月份	活動報名期限	報名成功名單公告時間
5月份活動	即日起-114/04/20(日)23:59止	114/05/02前
6月份活動	114/05/01(二)-114/05/20(一)23:59止	114/06/02前
7月份活動	114/06/01(日)-114/06/20(五)23:59止	114/07/02前

- ◆ 因名額有限，額滿為止，報名後如無法參加，請於活動3天前來電取消，俾候補者遞補，如完成報名逾2次未到者，主辦單位將取消活動報名資格。
- **健走課程**：共計8堂課程，學習正確健走技巧及使用公園健體設施，每人限報名2堂課。

健走課程			
場次	課程時間	課程地點	
1	5/7(三)10:00-11:00	民生公園	民生東路五段36巷4弄~8弄
2	5/18(日)9:30-10:30	長壽公園	健康路174號旁
3	6/8(日)10:00-11:00	鵬程公園	健康路325巷6弄底
4	6/11(三)10:00-11:00	民生公園	民生東路五段36巷4弄~8弄
5	6/21(六)9:30-10:30	敦中公園	敦化北路4巷31號旁
6	7/5(六)10:00-11:00	長壽公園	健康路174號旁
7	7/11(五)10:00-11:00	鵬程公園	健康路325巷6弄底
8	7/18(五)10:00-11:00	敦中公園	敦化北路4巷31號旁
備註： 1.每堂課1小時，每堂學員數30人為限，額滿為止。 2.將於課程前一個月開放報名，並依報名人數調整場次。			

- 人文導覽走讀活動：共計 7 場次，不限報名次數。

人文導覽走讀活動			
場次	課程日期	課程地點	教師名稱
1	5/17(六)9:00-10:30	*集合地點：三民路圓環民生社區活動中心 *路線：三民路圓環民生社區活動中心→三民路→延壽街→民生東路五段民生公園→富錦街→新中公園→富民生態公園→塔悠路三民公園(結束)	松山社區大學 林素瑛老師
2	6/7(六)9:00-10:30	*集合地點：捷運小巨蛋站3號出口 *路線：捷運小巨蛋站3號出口→中華體育館的前世今生→台灣第一條高速公路起點→消失的李家頂/中/尾厝→日治時期飛機簡易跑道→松山新城國宅→文化城觀光理容院遺址→三軍總醫院松山分院→介壽國中→王永在住宅→長庚醫院→台塑大樓→台北文華東方酒店→麥當勞民生店(結束)	松山社區大學 潘偉倫老師
3	6/14(六)9:00-10:30	*集合地點：松山機場捷運站2號口 *路線：松山機場捷運站2號口→觀機高台→下埤頭圳道→敦化公園→東社福德宮→防火巷花園→富錦生態公園(結束)	松山社區大學 吳智慶老師
4	6/18(三)9:00-10:30	*集合地點：松山區公所前集合 *路線：松山區公所前集合→松山火車站>電車→台北府城隍廟→松山市場→松都戲院→松山震海城隍廟→饒河夜市→渡船頭→松山慈祐宮(結束)	總統府導覽老師 王長利老師
5	6/26(四)9:30-10:30	*集合地點：捷運松山站5號出口 *路線：捷運松山站5號出口→松山慈祐宮→饒河老街→渡船頭→彩虹橋→松山市場→古老行業(小磨麻油店)→松山教會→臺北府城隍廟(結束)	臺北市立文獻館 施小萍老師
6	7/12(六)9:00-10:30	*集合地點：捷運小巨蛋站3號出口 *路線：捷運小巨蛋站3號出口→福安宮→沙汕審地→古店頭街→中審市場→圳道古碑→中審福成宮(結束)	松山社區大學 邱清文老師
7	7/22(二)14:00-15:30	*集合地點：捷運松山站4號出口 *路線：捷運松山站4號出口→松山市場→臺北府城隍廟→松山火車站(日本道後兒童神轎)→日本祈福機械鐘→松山國小(兩棵榕樹及百年刺桐)→錫口廊道→慈福宮→松山慈祐宮→渡船頭→彩虹橋(結束)	臺北市立文獻館 何國祥老師
備註： 1.每堂課1.5小時，每堂學員數20人為限，額滿為止。 2.將於課程前一個月開放報名，並依報名人數調整場次。			

- AI 智慧健身體驗活動：共計 8 場次，每人限報名 1 次。

AI智慧健身體驗活動		
場次	體驗時間	體驗地點
1	5/9(五)15:00-16:00	松山運動中心 (松山區敦化北路1號2樓) 健身房智慧健身區
2	5/13(二)10:00-11:00	
3	6/6(五) 15:00-16:00	
4	6/17(二) 10:00-11:00	
5	6/28(六) 9:30-10:30	
6	7/9(三) 10:00-11:00	
7	7/15(二) 10:00-11:00	
8	7/20(日)14:00-15:00	
備註： 1.每堂課1小時，每堂學員數8人為限，額滿為止。 2.將於課程前一個月開放報名，並依報名人數調整場次。		

(二)個人點數累積成果將於次月 15 日前公告於松山區健康服務中心官網
「松山有 GO 讚」專區、松山區健康服務中心臉書與「松山有 GO

讚數位健走」Line 社群。

(三)抽獎資格(如下表)：參與民眾達到目標點數，即可參與抽獎，點數越多，抽獎及中獎機會越高。

獎項	目標	品項	名額
蛇通廣大獎	35點	1,000元禮券	5名
金蛇納福獎	25點	市值400元 慈祐宮後背包	20名
蛇我其誰獎	15點	市值200元 兩用後背包	100名
備註： 1.每人限中獎一次。 2.成功報名並完成課程報到者，將定期公布獲得點數。			

五、獎勵辦法：

(一)報名獎：於 GOOGLE 表單完成報名，可獲限量版

「台北府城隍廟時來運轉錢母鑰匙圈」(每人限領 1 只)，數量有限(限 300 份)，先到先領，送完為止。



◆ 獲獎者可於 114 年 5 月 12 日(一)起上班時間

(8：30-17：00)至松山健康服務中心 2 樓服務台(八德路四段 692 號)領取。

◆ 領取報名獎，逾期視同放棄獲獎資格。

◇ 本人領取：須出示身分證明文件並簽收。

◇ 代領：須出示報名者身分證明文件及代領人身分證明文件，簽收單加註代領人姓名及聯絡電話。

(二)抽獎資格：達「萬健齊步」目標步數者或「松躍健康」目標點數

者，皆可參加抽獎，累積步數或點數越多，抽獎機會越多，中獎機會越高。

為維護本活動公平性，未報名或未依規定上傳成果者(含 APP 步數截圖)，恕無法參加抽獎。

(三)抽獎名單公告：114 年 8 月 15 日將於松山區健康服務中心官網「松山有 GO 讚」專區、「松山有 GO 讚」LINE 社群及松山區健康服務

中心臉書公告。

(四)抽獎時間與方式：於 114 年 8 月 20 日以公開電子抽籤方式，抽出中獎名單。

(五)中獎名單公告：114 年 8 月 22 日 17:00 前公告於松山區健康服務中心官網「松山有 GO 讚」專區、「松山有 GO 讚」LINE 社群及松山區健康服務中心臉書，後續以電話或簡訊通知中獎者，中獎者不得要求更換獎品或兌換現金。倘經查證，有資料不實，則取消參賽與中獎資格，且中獎名單不再進行遞補。

(六)領獎期限：中獎者需於 114 年 10 月 30 日 17:00 前至松山健康服務中心 2 樓領獎(需出示身分證明文件及個人「計步器」app 步數紀錄，並完成簽收)，如無法提供資料或逾期，視同放棄中獎資格(中獎名單不再進行遞補)。

◇ 本人領取：須出示中獎者身分證明文件並簽收。

◇ 代領：須出示中獎人及代領人身分證明文件，簽收單加註代領人姓名及聯絡電話。

(七)抽獎注意事項：

1. 依所得稅法第 14 條第 1 項第 8 類之競技、競賽及機會中獎之獎金或給與，中獎人如為中華民國境內居住之個人，應按給付全額扣取 10%，於次月 10 日前將所扣稅款向國庫繳清，並於次年 1 月底前向稽徵機關申報扣繳憑單；如非屬中華民國境內居住之個人，則應按給付全額扣取 20%，於代扣稅款之日起十日內將所扣稅款向國庫繳清並向稽徵機關申報扣繳憑單，發給納稅義務人。
2. 本活動參加者請自行確認所填報之資料均為正確，若因資料不全或錯誤，致無法通知活動相關訊息者，主辦單位概不負責。
3. 抽獎日期及中獎公告日期如遇不可抗力因素致無法抽獎或公告時，承辦單位將於該不可抗力因素消滅後辦理抽獎或公告。

4. 活動獎品不得要求轉換、轉讓或折換現金。
5. 本活動獎品悉以實物為準，如遇缺貨或不可抗力之因素無法提供時，主辦單位有權以其他等值商品替代。

六、滿意度調查：請參與民眾於活動結束後，協助填寫活動滿意度調查表，作為主辦單位後續改善與精進作為之參考。



七、活動免責聲明

- (一)完成報名者，視同同意本次活動簡章所有規定。
- (二)主辦單位保有取消、終止、修改或暫停本活動相關內容之權利，如有未盡事宜，悉依主辦單位相關規定或解釋辦理，並得隨時補充公告於松山區健康服務中心官網「松山有 GO 讚」專區、「松山有 GO 讚」LINE 社群及松山區健康服務中心臉書。

八、個人資料及肖像權相關規範

- (一)有關特定個人資料（如姓名、電話等），僅在主辦單位所承辦的活動範圍及期間加以處理或使用。參加者同意接受主辦單位或活動合作單位所發佈或傳達給各參加者之活動相關訊息，且此一傳達行為並不違反個人資料法。
- (二)參加者同意肖像與活動結果用於與本活動有關之宣傳與播放上。
- (三)基於上述原因，主辦單位需要收集、處理或利用參加者之個人資料時，倘不同意提供或提供不完整時，將影響取得抽獎資格之權益。

九、若有任何疑問請電洽：(20)2767-1757 轉 6067 松山區健康服務中心李小姐。