



雲林縣 健康活動參與平台專案

#2022 雲林全民健康運動年 YUNLIN COUNTY NATIONAL HEALTH CAMPAIGN YEAR

i哩健康 相揪來運動

一起打造智慧健康運動城市
雲林縣 張麗善 縣長 關心您

- QR Code: 雲林全民健康運動資訊平台
- QR Code: 抽獎登記平台
- QR Code: 雲林數位縣民平台
- QR Code: 運動i台灣
- QR Code: 健康久久網站
- QR Code: 是方i健康 推薦碼「YUNLIN」



雲林縣政府計劃處 專線:05-5523012

任何有益健康的「運動/活動/課程」全面導入整合

(社區協會、關懷據點、老人會、健康中心、村里辦公處、志工/運動團體...)



雲林健康活動參與平台



雲林縣樂齡學習示範中心 111年11月課表 總學習時數					
課程地點	課程	課次	日期	星期	時間
雲林縣圖書館	萬歲舞自來水香香舞	自來社團	周二、五	08:30-10:30	
雲林縣圖書館	萬歲舞保潔幼幼律動	幼幼班	25 五	08:30-10:30	
雲林縣圖書館	萬歲舞保潔(粵語)	粵語班	2、14 三	14:00-16:00	
志氣堂	健步快走舞一動	林意涵	8 二	09:00-11:00	
雲林縣圖書館	健步快走舞一動	陳麗華	23 三	09:00-11:00	
海濱社區活動中心	健步快走舞一動	吳詩芬	17	09:30-11:30	
海濱社區活動中心	健步快走舞一動	吳詩芬	24	09:30-11:30	
海濱社區活動中心	養生操	王升旭	9	09:30-11:30	
海濱社區活動中心	健步快走舞一動	吳詩芬	17 四	14:00-16:00	
海濱社區活動中心	養生操	林麗美	21	09:00-11:00	
海濱社區活動中心	養生操	吳詩芬	28	09:00-11:00	
海濱社區活動中心	養生操	吳詩芬	11、18 五	19:30-21:30	
雲林縣圖書館	萬歲舞保潔一動	林意涵	5 二	09:00-11:00	
海濱社區活動中心	健步快走舞一動	吳詩芬	3 四	09:00-11:00	
海濱社區活動中心	健步快走舞一動	吳詩芬	10 三	09:00-11:00	
海濱社區活動中心	養生操	王升旭	17 四	14:00-16:00	
海濱社區活動中心	健步快走舞一動	陳麗華	12、19 六	19:30-21:30	
海濱社區活動中心	養生操	吳詩芬	29 二	09:00-11:00	
海濱社區活動中心	健步快走舞一動	陳麗華	18 五	09:00-11:00	
海濱社區活動中心	養生操	吳詩芬	25 二	19:30-21:30	
海濱社區活動中心	健步快走舞一動	吳詩芬	12、28 六	19:30-21:30	
海濱社區活動中心	養生操	吳詩芬	15 二	14:00-16:00	
海濱社區活動中心	養生操	吳詩芬	22 二	14:00-16:00	
海濱社區活動中心	抗擊防疫大行動	吳詩芬	18 五	14:00-16:00	

備註：1. 課程表僅供參考，如有變更，請以中心公告為準。2. 55歲以上者報名費 35 歲以下者報名費另議。

海濱社區活動中心 歡迎各界人士踴躍參加



目標

- 1.推動全民運動，陽光城市
- 2.加強民眾自主健康管理，達到全民健康目標
- 3.打造雲林縣成為「健康樂活幸福雲林」典範





【最佳效益】

1. 永續推動全民參與健康有關的任何「活動/課程/運動」
2. 面臨「高齡化少子化社會」，鼓勵長者積極參與「在地健康活躍老化」
3. 創建讓長輩樂享「優雅有尊嚴高品質的第三人生」環境
4. 民健國強降低健保支出 (2023年健保支出已達8364億天文數據)
5. 縮短老人「從失能臥床到離世超過8年」惡夢 (已成不可承受國安危機)
6. 結合公益團體、企業ESG & SDGs 挹注資源永續推動執行
7. 結合地方商圈店家廠商參與，活絡社區循環經濟
8. 結合最新資訊系統運用，展現公開透明高效率