

臺南市政府消防局 108 年『防溺體能大挑戰』宣導活動辦法

壹、依據：臺南市政府消防局 108 年加強水域救援能力實施計畫。

貳、目的：鑒於臺灣地區每年都有超過 400 人因溺水而死亡，其中以青少年學生因疏忽、不諳水性，前往危險水域從事水上活動而肇生意外不幸事故居多；本局第一大隊期望透過本趣味競賽結合水上活動安全宣導，能建立青年學子水上活動安全意識、選擇適當水上活動地點，避免溺水悲劇發生；同時並為端正社會風氣，宣導政風政令廉潔及年節不收禮等項目。

參、方式：以學生及社會大眾參加趣味競賽方式辦理，將防溺知識融入活動，加強學生水域遊憩安全觀念，另有戶外攀登比賽、防溺體能挑戰賽、消防常識宣導及摸彩券抽獎活動(計有平板電腦、小家電、腳踏車、禮券等 100 餘個獎項)，以多元、活潑、趣味性的宣導等方式展現，達寓教於樂。

肆、參加趣味競賽對象：

一、防溺體能挑戰賽:分為一般組、國小 4-6 年級組，每組前三名者並頒發禮券，分別為 5000 元禮券、3000 元禮券、2000 元禮券。

二、趣味闖關活動：凡報名活動者均可參加。

伍、活動流程預定表：

項目	時間
防溺體能挑戰賽報到檢錄	08:00-08:20
主辦單位、貴賓致詞暨趣味闖關分組及規則講解	08:20-08:40

防溺體能挑戰賽、防溺趣味闖關宣導	08:40-11:00
第 1 次摸彩	11:00-11:10
體能挑戰賽頒獎	11:10-11:30
第 2 次摸彩	11:30-12:00

陸、辦理時間、地點及單位：

- 一、時間：108 年 06 月 29 日（星期六）上午 8 時 00 分至 12 時止。
- 二、地點：臺南市新營區公園道四十米蓮棚架(新民國小對面)。
- 三、指導單位：臺南市政府消防局。
- 四、主辦單位：大台南家長協會、臺南市消防之友會第一辦事處
- 五、協辦單位：臺南市政府消防局政風室。
- 六、執行單位：臺南市政府消防局第一救災救護大隊暨所屬各分隊

柒、活動內容：

一、防溺體能挑戰賽：

(一)對象：分為國小組(四、五、六年級)、一般組，免報名費用。

(二)注意事項：

- 1、採事先報名，活動當日，已報名檢錄完成後，前 200 名報名者，發放摸彩券 2 張及闖關券 1 張；201 名以後發放摸彩券 1 張。
- 2、每次挑戰人員 1 人，共分為 2 組場地(國小 4-6 年級組、一般組)。
- 3、比賽使用器材及闖關方式:由主辦單位規劃提供。
- 4、參與競賽活動時，以趣味及學習為主，應自行衡量身體狀況若有不適或

受傷時，立即向工作人員反應，由工作人員進行妥適處理。

5、活動獎勵禮券有限，發完為止。

(三)體能挑戰賽規定：

1、挑戰時間：08：40-11：00 止

2、對象：一般民眾，分一般及國小(4-6 年級)組，免報名費用，各組報名前 200 名，優先檢錄挑戰體驗；另 201 名以後報名者，以活動當日到順序檢錄，為挑戰體驗順序，但挑戰活動結束於上午 11 點為最終期限，逾時不候。

3、挑戰規則如下：

(1)場地規劃：一般組、國小(4-6 年級組)各架設 1 組繩纜。

(2) 名次計算方式:各組皆採計時賽，時間最少者為第 1 名，各組取前 3 名

(3) 獎勵方式：

分為過關獎勵及計時賽獎勵，條件如下：

① 過關獎勵：

一般組：長繩關卡共分 5 關獎勵，通過第 1 關並唸其宣導標語者獲得紀念禮物 1 份、通過第 2 關並唸其宣導標語者獲得 100 元禮券、通過第 3 關並唸其宣導標語者獲得 200 元禮券、通過第 4 關並唸其宣導標語者獲得 500 元禮券、通過第 5 關並唸其宣導標語者獲得 1000 元禮券，以最遠達標距離獲得該項獎勵(獎金不累計，以最遠過關為獎金)

國小(4-6年級組)：長繩關卡共分5段獎勵，通過第1關並唸其宣導標語者獲得紀念禮物1份、通過第2關並唸其宣導標語者獲得50元禮券、通過第3關並唸其宣導標語者獲得100元禮券、通過第4關並唸其宣導標語者獲得200元禮券、通過第5關並唸其宣導標語者獲得500元禮券，以最遠達標距離獲得該項獎勵(獎金不累計，以最遠過關為獎金)

② 計時賽獎勵：

名次計算方式：國小組(四、五、六年級)及一般組，分別取前3名，第1名家樂福禮券5000元、第2名家樂福禮券3000元、第3名家樂福禮券2000元(禮券由主辦單位提供)。

二、防溺水趣味闖關賽：

(一)對象：學童、一般民眾，免報名費用。

(二)注意事項：

1、活動時間：08：40-11：00

2、本活動為教育宣導且不收費，但參賽者闖關時務必衡量自身能力，切勿為了勉強闖關，如因個人因素致生意外恕不負責。

3、完成5關者，另送摸彩券1張。

(三) 防溺水闖關關卡，共分為以下5關卡：

1、親子朋友聯合闖關賽

- 2、防溺知識「口耳相傳」：傳聲筒。
- 3、防溺知識「大比拼」：拼圖。
- 4、防溺知識「攀岩」小高手。
- 5、防溺知識打卡上傳第一大隊粉絲專頁。
- 6、防溺標語推推樂。
- 7、其他由主辦單位規劃之項目。

(四)防溺闖關規定：

1、「親子或朋友聯合闖關賽」：

(1)闖關方式：參賽者 2 名；1 名當救者，另 1 名當溺者(被救者)

(2)救者戴頭盔過前方跳箱後穿著救生衣，撿起救生圈後，拋擲給溺者，溺者接到救生圈後穿過救生圈，2 人即可闖關成功。

2、防溺知識「口耳相傳」：

(1)闖關方式：參賽者 2 名

(2)以親子或者朋友為搭擋雙人 1 組，1 名唱唸防溺標語，另 1 名則在另一方聽到標語後，大聲唱念出來且分貝達 80 以上者，2 人即可過關。

3、防溺知識「大比拼」：

(1)闖關方式：參賽者 1 名

(2)現場提供防溺知識拼圖樣版，讓其闖關者觀看正確版本後，則由闖關者自行拼圖，完成後唸其防溺知識後，即可過關。

4、防溺知識「攀岩」小高手：

(1)闖關方式：參賽者 1 名

(2)在攀岩場上方處，放置宣導標語，並將確保繩繫至闖關選手上，由選手攀爬至宣導標語板觸碰時時，並唸其宣導標語，即可過關。

5、防溺水知識打卡上傳第一大隊粉絲專頁

(1)闖關方式：參賽者 1 名

(2)將防溺水知識相片上傳第一大隊粉絲專頁或者現場打卡，即可過關。

6、防溺水標語推推樂。

(1)闖關方式：參賽者 1 名

(2)將防溺水標語寶特瓶推至框框內即可過關。

三、防溺水體能挑戰賽暨防溺水趣味闖關宣導活動至上午 11 點截止。

四、救護小尖兵體驗：由 2 名 EMTP 教官進行 CPR+AED 教學，凡參加體驗學習者，贈送宣導品。

五、防溺水知識九宮格準投王：每人可投擲 3 球，投中方格者，唸其宣導標語，即可過關；如 3 球都投中者，另給予全家禮物卡一個(面額 50 元)。

六、防溺水知識套圈圈：參賽者投擲救生圈，套中防溺水知識交通錐者，並唸其宣導標語即可過關，並獲贈摸彩券一張。

七、活動進行中穿插政風宣導有獎徵答活動，及進行摸彩抽獎。

捌、報名方式：自第一大隊所屬各分隊索取報名表，填妥報名表後自行送至第一大隊所屬各分隊(亦可傳真至 06-6376799)，報名截止日期至 108 年 6 月 17 日止。

活動相關資訊不定時公布於臺南市政府消防局第一救災救護大隊粉絲專頁

(<https://www.facebook.com/tncfd10>)，報名表如右 QR CODE：



玖、請依報名表詳填報名資料，參與活動時，以趣味及學習為主，有心肺疾病或功能不佳者不得參加，活動當日應衡量身體狀況，若有不適者亦不宜參加。此外，本活動亦有投保活動意外險。

拾、本案有功或不力人員依規定辦理獎懲事宜，有關獎勵額度及人數如附件。

拾壹、活動當日工作人員執行本案遇非上班時間，得依本局差勤規定予以補休。

拾貳、相關問題請洽臺南市政府消防局第一救災救護大隊。

(電話：6376792、6376793，承辦組：組長姜俊宇、隊員謝佳修)。

拾參、本活動辦法如有未盡事宜，得隨時修正之。