

國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院新聞稿

主題：成大醫院斗六分院慶祝 13 週年慶「樂活健走，幸福你我」活動
發表日期：107 年 6 月 30 日（星期六）

成大醫院斗六分院慶祝 13 年週年院慶，6 月 30 日早上 6 點多開始，於院區舉辦「樂活健走，幸福您我」的院慶活動，包括員工、眷屬及社區民眾 600 餘人，一起走完 2.5 公里，並參加闖關遊戲，認識健康知識兼領獎品，享受醫院安排的假日健康生活。

成大斗六分院楊延光院長表示，健走是一項老少皆宜、不分年齡的運動，也是生活中最簡單的體能活動，進而培養社區民眾及職場員工養成規律運動的習慣，追求健康樂活的生活型態，非常鼓勵民眾一起走出戶外、舒展身心，為自己的健康加分。

這場為慶祝成大斗六分院 13 年週年院慶舉辦的活動，雲林縣衛生局吳英郎副局長、斗六市公所謝淑亞市長、公正里鄭文成里長、成功里鄭景坐里長等，也都熱情參與健走活動，一同為健康而走。

在活動開始前，楊延光院長帶領各級主管，與參加活動的員工、眷屬及社區民眾，一起做著熱力四射、生動活潑的「海草舞」暖身操，讓自己活力滿點，一起出發戶外運動、享受健康。

7 點鐘鳴槍後，健走隊伍先行繞院區 1 圈後，沿著莊敬路、民主路、社口街、大學路二段、中正路，最後回到院區。全程約 2.5 公里的路程不長，但足以點燃精神的火苗，加上沿途共設 4 個集點站，完成健走同時集滿點，還可換到精美禮物，這樣「有吃攔有掠」的活動安排，亢奮了參加者的精神與健康。

健走回到院區，成大斗六分院還在現場安排了豐富的樂活闖關遊戲，各關卡完成後還能獲得獎品鼓勵。闖關遊戲共安排了 8 個關卡，包括：防疫拼圖好好玩、勇敢的說 NO、戒菸動手拼拼看、藥您知道、血糖 99 健康久久、四癌篩檢知多少、尊重生命愛無限、用心照顧你

憶起動動腦等，在簡單有趣的遊戲中，讓參加的民眾了解健康的重要性，進而達到民眾自主健康管理的概念。



※活動時間：107年6月30日(星期六)上午6時00至10時00分

※活動時序：

時 程		活動內容
06:00~06:30	30分	報到
06:30~06:40	10分	開場—長官致詞
06:40~06:50	10分	暖身操
06:50~07:00	10分	健走規則說明
07:00~10:00	3小時	樂活健走暨闖關活動

新聞聯絡人：管理中心行政組／高得雅

電話：(05) 533-2121 分機 6203