

# 「醫」同「腰」約世大運 爸媽健康您熊讚 系列活動之 量量你的腰 分享你的招 參加辦法

1060613 核定

## 壹、活動目的

您知道嗎？成人男性腰圍標準值為 < 90cm、成人女性為 < 80cm。文獻指出，腹部肥胖的民眾，罹患「代謝症候群」風險是一般人的 4-6 倍，因此，定期量測腰圍及瞭解腰圍尺寸，是偵測「代謝症候群」的重要指標。「代謝症候群」是一種代謝異常因子聚集的情形，包括：腹部肥胖、血壓上升、三酸甘油脂上升、空腹血糖值上升及高密度脂蛋白膽固醇過低等，有「代謝症候群」未來罹患中老年疾病，例如：糖尿病、心臟病的機會，較一般人為高，實在不容小覷。隨著 2017 臺北世大運即將舉辦，「運動」已逐漸成為臺北市民的生活重心，臺北市政府衛生局及教育局搭上這股運動風潮，邀請本市關心腰圍健康的大朋友及小朋友，拿起手邊的捲尺，一起用實際行動守護自身跟家人腰圍健康。

## 貳、活動辦法

- 一、參加對象：設籍臺北市市民。
- 二、活動時間：即日起至 2017 年 7 月 16 日 ( 星期日 ) 23 : 59 分止。
- 三、活動參加步驟：於臉書「智慧台北」粉絲專頁之活動頁面下方留言處上傳「量腰照」並分享維持健康體位小撇步，即有機會參加抽獎。
- 四、獎項：提貨券 200 元，60 名；實用禮品 140 名。
- 五、得獎名單公告：2017 年 7 月 28 日 ( 星期五 ) 17:00 以前。

## 參、注意事項

- 一、參加者及被標記者之 Facebook 帳號需為真實身分，不得為人頭帳號、假帳號等，主辦單位保有審核得獎者資格的權利。
- 二、本活動抽獎對象以上傳留言者為依據，每個帳號僅限上傳一次 ( 參照 FB 帳號 )，如發現重複參加或冒用他人姓名參加活動，將取消得獎資格。
- 三、獎品內容依實物為準，獎品不得轉讓或折現。且主辦單位不負獎品之任何維護或保固責任。
- 四、得獎名單公佈後，將以臉書私訊方式聯繫得獎者，請得獎者於 2017 年 8 月 18 日(星期五)前回覆聯絡資訊 ( 真實姓名、身分證字號、連絡電話、寄件地址 )，以利郵寄領款收據及辦理領款事宜，為保持公平原則並確保得獎者權益，逾期未回覆或資料不正確，則取消得獎資格，敬請見諒！
- 五、得獎獎項依中華民國稅法規定，將獎項所得列入得獎者年終綜合所得稅申報。
- 六、若得獎者於領獎時所繳付之文件及資料有不全、偽造或不實者，或違反本活動辦法，即視為得獎無效。該得獎者除應負法律相關責任外，如已領取獎項，主辦單位有權向其追繳已領取之獎項或與獎項等值之金額。
- 七、本活動辦法如有未盡事宜，主辦單位保留更改活動內容、規則、辦法、注意事項、獎項之權利及對於本活動辦法之最終解釋權，修改訊息、得獎名單及公告事宜將於臉書「智慧台北」粉絲專頁上公佈，不須另行通知或取得參加者同意。

# 量量你的腰 分享你的招



## 活動對象

設籍臺北市市民



## 活動時間

106年6月14日（星期三）起至  
106年7月16日（星期日）23:59分止

## 參加步驟

於臉書「智慧台北」粉絲專頁活動頁面留言處上傳「量腰照」並分享維持健康體位小撇步，即有機會參加抽獎



## 獎 項

1. 提貨券200元：60名
2. 實用禮品：140名



量量你的腰 分享你的招  
活動網頁



臺北市衛生局  
Department of Health, Taipei City Government



臺北市教育局  
Department of Education, Taipei City Government

廣告