

# 高市議會 online

Kaohsiung City Council online

熱門話題

如何促進學生的體能與健康

103年2月號

第32期

## 103 年 1 月號「高市議會 Online」目錄

### 議 長 序

躍馬高雄 一飛沖天..... 2

### 副 議 長 序

歲末新春 馬年行大運..... 4

### 議 事 紀 實

第 1 屆第 6 次定期大會議員提案彙整表(續)..... 7

### 熱 門 話 題

如何促進學生的體能與健康前言..... 32

讓孩子的健康力扎根.....  
..... 高雄市政府教育局局長 鄭新輝 33

促進學童健康體位和體適能之作法—以正興國小為例.....  
..... 正興國小校長 孔令蓉 38

如何促進學生的體能與健康 —推動運動銀行 1357 計畫—  
以後勁國小為例.....  
..... 獅湖國小校長 楊光明 44

如何促進學生的體能與健康 —安心選、健康吃、樂活飲食  
在高雄.....  
..... 獅甲國小校長 陳鼎華 49

如何促進學生體能與健康—全方位打造健全學習環境.....  
..... 議員 陳粹鑾 53

從學校保健教育探討如何促進學生體能與健康.....  
..... 議員 林義迪 57

體育課不同課程介入對促進學生體能與健康之應用.....  
..... 國立高雄師範大學教授 蔡俊賢 61

規律運動促進體適能—健全學童身心發展的重要關鍵.....  
..... 國立屏東科技大學助理教授 吳柏翰 67

高雄市學生體適能政策與健康促進策略之探討.....	
..... 長榮大學助理教授 鄭勵君	69
促進健康體能.....	
..... 高雄市體育會理事長 朱文慶	73
有關校園營養午餐「食的安全與健康」之淺見.....	
..... 旗津國中營養師 劉淑媛	78

## 考察紀要

許崑源議長率議員考察日月光污染事件.....	82
許慧玉議員打通仁武交通瓶頸 讓民眾走的更順暢.....	85
許慧玉議員「抓漏」防災讓民眾好過年.....	86

## 活動傳真

許議長代表本會向全體市民賀年.....	88
許崑源議長促中油苓雅寮油庫遷地於民.....	89
洪秀錦議員走訪基層探民瘼做功德送溫暖.....	90
鄭新助議員歲末寒冬送暖 發送白米給中低收入的單親家庭.....	91
許崑源議長強調「經濟發展不能分藍綠」.....	92
高雄市議會頒獎鼓勵獲參訪心得寫作優選學生.....	94

## 人物側寫

吳利成議員—做公德減緩高楠公路肇事率.....	97
郭建盟議員—捍衛市民權益修正不合理稅捐制度.....	99
許慧玉議員—盼多給員警愛的力量紓解工作壓力.....	100
徐榮延議員—加強行銷鳳山區觀光產業.....	102
林富寶議員—認為解決旗山區停車問題為當務之急.....	104
曾俊傑議員—及早規劃鐵路沿線陸橋與地下道去留.....	106
莊啟旺議員—期望高雄世界貿易展覽會議中心帶動地方產	

業業績.....	108
陳明澤議員—籲速建立食安機制.....	110
蕭永達議員—控訴日月光集團是黑心企業.....	111
陳政聞議員—捍衛環保稽查人員與受害民眾權益.....	113
陳政娟議員—以慈母心看食安與環保.....	115
陳麗珍議員—感嘆後勁溪長期污染何時才恢復原貌.....	116
李眉蓁議員—亞太城市高峰會後的省思.....	117
伊斯坦大·貝雅夫·正福議員—為南橫公路早日通車請命 又陳情.....	118
連立堅議員—魄力解決鼓山淹水沈痾.....	120
唐惠美議員—認真捍衛原住民生存尊嚴與權益的正義使者.....	121
林義迪議員—義展問政豪情努力革新 迪啟服務真情齊力 迎新.....	123
鄭新助議員—「助人為快樂之本」 將很多小愛化為大愛.....	125
韓賜村議員—為漁民爭取權益 中芸漁港辦公室完工啟用.....	127
林芳如議員—「芳」采迎新大道行 「如」實問政宏願興.....	129
翁瑞珠議員—積極縝密專業監督市政 平實親和專心服務 選民.....	131
黃天煌議員—積極爭取新建大寮中興里活動中心.....	133
蘇炎城議員—爭取自行車橋延伸衛武營公園點亮最美的空 中廊道.....	134
劉德林議員—要求市府全面美化老舊眷村.....	136
李長生議員—力挺田寮鄉親要求市府編足災害準備金護家園.....	138
張豐藤議員—「新左營美楠梓」再興文化 推展觀光商機.....	140
黃淑美議員—肯定高雄引進黃色小鴨行銷宜居城市.....	141

林武忠議員－宣揚正德「常律法師」宏願.....	142
周玲奴議員－籲市府與市民為一卡通衝高發卡量與消費量.....	143
陳信瑜議員－主張照顧弱勢以興建合宜住宅解決新草衙問題.....	144

## 公 聽 會

高雄財政永續發展公聽會.....	146
「寅吃卯糧－高雄市財政健全精進方案」公聽會.....	148
「既成農路、既成產業道路之認定問題」公聽會.....	150
「成立樂齡人力銀行之推動可行性及配套措施」公聽會.....	152
「高雄市治安維護」公聽會.....	154
「日月光汙染與後勁溪流域工業汙染處置」公聽會.....	156
「高雄市推廣簡易型都市更新」公聽會.....	159
「高雄海洋文化與流行音樂中心興建及營運規劃」公聽會.....	161



# 議 長 序

## 躍馬高雄 一飛沖天



初春的暖意，綻放的花朵，抽芽的新枝，節慶的氛圍，在在增添新春愉悅的氣息。在這一元復始萬象更新的時刻，期待金馬年是充滿好采頭的一年，高雄能像飛天馬一般，一飛沖天。

台灣近1、20年來，人們的生活一再被政治拉扯，民眾又過度仰望國家公權力的作為，結果往往是失望居多。正由於這種過度向政治傾斜的現象，造成民間社會失去了原有的積極與主動力量。

回顧過去的一年，台灣發生了許多事，包括去(102)年5月毒澱粉事件、7月洪仲丘事件、8月胖達人香精案、10月黑心油案，一連串負面事件衝擊民眾對政府、企業的信心，還好都已逐一改善或解決，才不致一籌莫展。

就高雄而言，由於失業率居高不下，市府招商成果不盡理想，房價卻一路創新高，以致社會經濟停滯，但全體市民不畏經濟的困難，一步一腳印走過許多艱難與挑戰。

新春伊始，拚經濟是當務之急，然而面對全球及台灣其他城市的競爭，「自由經濟示範區」是搶救高雄經濟的重要關鍵，高雄不能原地踏步及縣市合併已經整整3年，包括招商、資源整合、促進觀光產業、推動傳統產業轉型等種種的績效，都不顯著，期盼市府把握中央政府推動自由經濟示範區的契機，具體落實，翻轉高雄經濟，為全體市民創造最大的福祉。

新的一年，本會在推動城市進步的過程，努力扮演關鍵性的角色，將秉持「高雄為主、市民第一」及「弱勢優先」的原則，以「既推動又把關」的立場，監督市政府「壯大高雄」、「為民興利」，創造更多經濟優勢，持續督促市政府開創高雄新經濟，希望在未來的這一年，全體市民都能品嚐大家努力耕耘的甜美果實，都能過好日子！



# 副 議 長 序



## 歲末新春 馬年行大運



送走金蛇—在驚蟄中的苦悶一年，迎接躍馬新年，希望新的一年，看見高雄美麗新故鄉，也能看見美好新希望。

不管你從那裡來，大家把高雄當成新故鄉，高雄就像一個大熔爐，海納來自不同族群和膚色的人民，大家捲起袖子、一起打拼，把初衷和理想種在這塊家園。我們在這裡成家立業，並把這裡當成是故鄉，誠如日本劇作家倉本聰說：「故鄉，就是那種離開之後開始思念的地方，而且離得愈遠，思念愈深。」

若大家都把高雄當成故鄉，這就是我們每個人一起心繫的家園，這個會讓你離開之後，一直思念的地方。讓大家看見高雄，也看見你我身邊有一群小人

物，憑著一股傻勁，他們不求名利、不求掌聲，為的都是希望故鄉能夠更美好。新的一年，我們再接再厲，繼續為那一群在社會各個角落努力的小人物喝采加油。

記得名導吳念真在一場論壇中，他提到人民和政府的關係時，他說：「經過政黨輪替後，人民終於看清楚，不管哪一黨執政，政府不再是萬能，有時甚至還是阻礙。還好人民似乎沒有比政府笨，許多問題與其等待，不如自己來。」

看到這段報導，益發覺得「高雄的生命力真的在民間」，身為民意代表，希望透過交流與對話，提昇更多正向力量，不管中央和地方政府，應多聽庶民的聲音，也希望發生在高雄每個角落的事，能夠被看見、被關心，進一步解決問題。

如鼓勵年輕人在高雄落腳，除提供工作機會外，也要加快興建租、售兩相宜的住宅，讓年輕人只要有工作，就有希望買得起或租到物美價廉的住宅，這不是「遙遠、漫長的等待」而是要付諸行動的事。

每度過一個年頭，不管貧富階級就少了一年，相信沒有人希望自己的人生像無頭蒼蠅般，總是匆匆忙忙，到頭來卻白忙一場。如果你曾經對自己有更多的期待，那就別再懷疑，在新的一年裡，大膽的向前邁進。

金蛇年已過，金馬年來了！歲末新春、除舊布新，不管舊有的一年過得開不開心，我們也都幫自己的心靈大掃除一番，好迎接新的一年到來。給自己的心靈注入一個大大的開心果，開開心心的過新年，讓自己像波斯勇士般走出困境和挑戰，馬年一定行大運！

# 議 事 紀 實

## 第 1 屆 第 6 次 定期 大會 議員 提案 彙 整 表 ( 續 )

( 102. 12. 27. 第 1 屆 第 10 次 臨時 會 第 5 次 會議 審 議 通 過 )

### 民 政 類

編 號	提 案 人	案 由	大 會 決 議	備 註
20	周鍾澐	迅即興建高雄大學特區內(援中港藍田社區多功能)綜合活動中心工程。	送請市政府研究辦理。	
21	周鍾澐	快速新建右昌 37 期重劃區內的新社區綜合多功能活動中心工程。	送請市政府研究辦理。	
22	周鍾澐	立刻誠意地協助援中港鄉親在海軍二代艦計畫特區漁溫地內侯義祖神壇的遷建工程。	送請市政府研究辦理。	
23	周鍾澐	請民政局馬上督促殯葬處發包改善深水山公墓第 15 墓區階梯土石凹陷嚴重毀損的土木工程案。	送請市政府研究辦理。	
24	黃淑美	關心關說一線間，民代如何保障自身權益？	送請市政府研究辦理。	
25	黃柏霖	加強兩岸交流，共同追求卓越。	送請市政府研究辦理。	
26	陳政聞	於納骨堂設立基督教生命禮儀專區。	送請市政府研究辦理。	
27	陳政聞	發展宗教觀光。	送請市政府研究辦理。	
28	李雅靜	建請市府齊一更新全市道路門牌，方便民眾按址互訪及美化市容。	送請市政府研究辦理。	
29	伊斯坦大·貝雅夫·正福	敬請高雄市政府桃源區公所，設法編列經費，把桃源雅尼運動場跑道及相關設施全面整修案。	送請市政府研究辦理。	
30	黃天煌	大寮區中興里活動中心闢建需要及迫切性。	送請市政府研究辦理。	

編號	提案人	案由	大會決議	備註
31	蘇炎城	請檢討鳳山區公所停車場營運績效。	送請市政府研究辦理。	
32	林瑩蓉	建請海專東側納骨塔遷移後之公有土地，興建綜合活動中心及行政中心，便利楠梓後勁及加工區翠屏一帶民眾洽公並提供運動休閒場所。	送請市政府研究辦理。	
33	林瑩蓉	建請楠梓區大學十街更名。	送請市政府研究辦理。	
34	康裕成	部分區里因鄰避設施致回饋金之管理及運用成效亟待積極督導，建請研謀改善，健全作業規範及內部審核機制，以提升回饋金執行成效與滿意度。	送請市政府研究辦理。	
35	康裕成	民政局為確保基層建設工程品質及施工進度，雖已會同市政府相關單位辦理考核，惟工程執行情形仍間有未臻周妥情事，建請民政局加強督導管考機制，以提升施政效能。	送請市政府研究辦理。	
36	康裕成	殯葬管理處火化設施使用及管理維護情形未臻周妥，不無影響周遭居民生活品質之虞，建請民政局檢討改善。	送請市政府研究辦理。	
37	蔡昌達	請市府儘速將林園汕尾遷村案責成研考會並成立專案辦公室辦理，儘速推動汕尾地區全體居民之遷村意願調查作業，俾利早日達成遷村目標。	送請市政府研究辦理。	

## 社政類

編號	提案人	案由	大會決議	備註
29	黃淑美	如何才能有效減少兒虐案件？	送請市政府研究辦理。	
30	黃淑美	社工員不足及過勞問題，是否會讓兒虐問題更加惡化？	送請市政府研究辦理。	
31	陳政聞	建請開設螺絲就業訓練班案。	送請市政府研究辦理。	
32	黃柏霖	提升就業所得，增加產業實績。	送請市政府研究辦理。	
33	黃柏霖	基本工資調漲的省思。	送請市政府研究辦理。	
34	周鍾濫	請儘早規建北長青綜合活動中心工程案。	送請市政府研究辦理。	
35	伊斯坦大·貝雅夫·正福	有關高雄市政府原民會委辦昌佑設計公司申請各部落用水水權 200 萬之預算，請原民會將該預算執行項目及相關資料列表，提供本席參閱案。	送請市政府研究辦理。	
36	伊斯坦大·貝雅夫·正福	請高雄市政府原民會將 102 年彩券福利執行項目列表，提供本席參閱案。	送請市政府研究辦理。	
37	伊斯坦大·貝雅夫·正福	建請高雄市政府原民會 103 年辦理大高雄市「原住民族語、創作歌曲大賽」鼓勵原住民族以自己的族語，創作族語歌曲案。	送請市政府研究辦理。	
38	伊斯坦大·貝雅夫·正福	建請高雄市政府原民會能於桃源里成立「漂流木木雕工作坊」輔導培育在地雕刻人才案。	送請市政府研究辦理。	

編號	提案人	案由	大會決議	備註
39	李眉蓁 洪秀錦	推動聯合國《身心障礙者權利公約》國內法化，促使台灣身心障礙者人權保障與國際接軌。	送市政府轉請中央相關單位研議辦理。	
40	周玲奴	建請推廣高雄市的銀髮旅遊案。	送請市政府研究辦理。	
41	周玲奴	建請市政府兵役局加強與內政部役政署溝通，解決役男等待入伍塞車案。	送請市政府研究辦理。	
42	林武忠	針對視障者食品安全相關保障措施。	送請市政府研究辦理。	
43	蘇炎城	建請全面檢討補助政策，以提升本市出生率案。	送請市政府研究辦理。	
44	蘇炎城	現在台灣的薪資水平倒退回 16 年前的水準，而公立的托嬰中心只有 3 所，市民要花費更高的費用把小孩送到私立托嬰中心，更讓年輕人不敢生小孩，社會局有何因應措施？	送請市政府研究辦理。	
45	蘇炎城	役男於軍中發生緊急事故，兵役局如何掌握？有無協助家屬的標準作業流程？	送請市政府研究辦理。	
46	蘇炎城	建請於鳳山區保安、南成、過埤、中崙、中榮、中民等里，建置多功能綜合活動中心案。	送請市政府研究辦理。	
47	林瑩蓉	推動聯合國『身心障礙者權利公約』國內立法化，促使台灣身心障礙者人權保障與國際接軌。	送市政府轉請中央相關單位研議辦理。	

編號	提案人	案由	大會決議	備註
48	康裕成	推動聯合國『身心障礙者權利公約』國內法化，促使台灣身心障礙者人權保障與國際接軌。	送市政府轉請中央相關單位研議辦理。	
49	康裕成	社會局委託居服單位辦理居家服務人數已有明顯增加，惟業務未訂定相關督導考核機制之制度規章，及未妥善運用滿意度調查等，建請研謀改進，以提升其服務意願及品質，並建立顧客需求導向的施政服務。	送請市政府研究辦理。	
50	唐惠美	有關原住民語各類競賽案。	送請市政府研究辦理。	
51	唐惠美	原住民事務委員會頒發原住民學生獎學金案。	送請市政府研究辦理。	
52	唐惠美	建請開「原住民重機械」專班，促進就業案。	送請市政府研究辦理。	



## 財經類

編號	提案人	案由	大會決議	備註
7	黃淑美	市場退場機制，經發局準備好了嗎？	送請市政府研究辦理。	
8	黃柏霖	加值兩岸服務貿易協定，讓高雄成為兩岸發展樞紐。	送請市政府研究辦理。	
9	黃柏霖	加速民生供應運籌園區建設，讓高雄煥然一新。	送請市政府研究辦理。	
10	黃柏霖	落實自由經濟示範區，帶動產業的連動發展。	送請市政府研究辦理。	
11	黃柏霖	豐富會場產業，充實經濟內涵。	送請市政府研究辦理。	
12	陳政聞	設立螺絲生產專區提昇產業競爭力。	送請市政府研究辦理。	
13	陳政聞	活化岡山文賢市場。	送請市政府研究辦理。	
14	張漢忠	改造鳳山區中華街觀光夜市景觀及街道擴大該市場之營運面積，期使增加客源帶動觀光產業。	送請市政府研究辦理。	
15	蘇炎城	未登記工廠輔導合法化能予以輔導，並爭取續辦臨時工廠登記。	送請市政府研究辦理。	
16	康裕成	公有市場整體營運策略未臻周全，建請研謀退場或營運輔導方案，以提升經營品質。	送請市政府研究辦理。	
17	康裕成	建請加強稽查加水站及持續督促自來水公司改善設備，以消弭市民之疑慮，維護市民飲用水安全。	送請市政府研究辦理。	

## 教育類

編號	提案人	案由	大會決議	備註
31	周鍾澐	請文化局及早規劃興建左營福山學區社區圖書分館。	送請市政府研究辦理。	
32	周鍾澐	請教育局即刻協調相關單位儘快訂定本市世運主場館敦親睦鄰的基本準則。	送請市政府研究辦理。	
33	周鍾澐	迅速辦理文府國中發包興建事項，儘早在明年度著手進行招生工作。	送請市政府研究辦理。	
34	黃淑美	研擬正興國中成立藝術才藝班之可能性。	送請市政府研究辦理。	
35	黃淑美	學校的課後輔導與課後照顧，教育局如何維護學生的受教權？	送請市政府研究辦理。	
36	黃淑美	電信業基地台管理辦法。	送請市政府研究辦理。	
37	黃柏霖	教育部應該實事求是，才能讓改革具體落實。	送請市政府研究辦理。	
38	黃柏霖	提升整體的環境，讓國片再展風華。	送請市政府研究辦理。	
39	黃柏霖	營造閱讀環境比什麼都重要。	送請市政府研究辦理。	
40	黃柏霖	強化駁二特區意涵，提升文創觀光產業。	送請市政府研究辦理。	
41	黃柏霖	我們要有自己的「黃色小鴨」。	送請市政府研究辦理。	
42	陳政聞	讓棒球激發城市光榮感。	送請市政府研究辦理。	
43	陳政聞	規劃漯底山廢棄軍營為文創基地。	送請市政府研究辦理。	

編號	提案人	案由	大會決議	備註
44	陳政聞	設置岡山牛肉麵暨眷村文物館。	送請市政府研究辦理。	
45	陳政聞	黃色小鴨在阿公店水庫展出。	送請市政府研究辦理。	
46	張漢忠	為教育無界與公平原則，建請將鳳山區過埤里全里國中學童納入『鳳翔國中』學區。	送請市政府研究辦理。	
47	李眉蓁	檢討校園安全（圍牆興建）政策，讓學童有安全讀書的環境。	送請市政府研究辦理。	
48	周玲奴	高雄市教育經費被人事費用嚴重排擠，建請教育局透過市區小校整併、多編列預算因應案。	送請市政府研究辦理。	
49	周玲奴	建請國小戶外教學、畢業旅行優先選擇在高雄地區舉辦案。	送請市政府研究辦理。	
50	林武忠	光榮碼頭設置代表高雄海洋意象的『十二生肖』。	送請市政府研究辦理。	
51	林武忠	光榮碼頭設置設立『高雄物產館』。	送請市政府研究辦理。	
52	林武忠	光榮碼頭設置設立「海景觀光夜市」。	送請市政府研究辦理。	
53	林武忠	光榮碼頭設置設立「戶外展演場地」。	送請市政府研究辦理。	
54	林武忠	「高雄市高級中等學校學生學籍管理要點第十八條（二）學生轉科以一次為限，其未修科目應自行補修」，有關轉科之規定請比照教育部之規定，修改為「學生轉科或學程之相關規定，由各校自訂之」。	送請市政府研究辦理。	
55	林武忠	教育局應多安排有關性別、品德和法治教育相關課程。	送請市政府研究辦理。	

編號	提案人	案由	大會決議	備註
56	蘇炎城	教育局以後辦理各項活動如何事前審慎規劃，撙節開銷。	送請市政府研究辦理。	
57	蘇炎城	10 月 16 日黑心油事件爆發，有關本市國中、國小學生食品安全衛生，教育局有何積極作為。	送請市政府研究辦理。	
58	蘇炎城	如何有效降低學生在校園霸凌、性騷擾、性霸凌發生。	送請市政府研究辦理。	
59	林瑩蓉	建請教育局訂定低碳能源教育政策，推動低碳能源教育教學，結合大學建置低碳能源教育推廣計畫，獎勵低碳能源教育推廣成果與研究發表，培育低碳能源教育的卓越學子。	送請市政府研究辦理。	
60	康裕成	全英文情境遊學體驗，尚能營造「自然開口說英語」的融入式教學，惟英語村管理維護、教學、學生學習效果仍有未臻周延，致有影響學習效果等情事，建請教育局加強管理。	送請市政府研究辦理。	
61	康裕成	國民中小學整併後校園閒置空間活化再利用及管理情形，雖獲教育部邀請進行活化優良案例分享，惟仍有遭占用、閒置及管理未盡妥適，致有影響活化效益，建請積極處理。	送請市政府研究辦理。	
62	康裕成	建請對於受輔（弱勢家庭）學生之學習狀況及各校訪視結果進行追蹤，以免影響受輔成效。	送請市政府研究辦理。	
63	康裕成	建請加強整修及管理維護轄管公有運動場，以免影響使用效益等。	送請市政府研究辦理。	

編號	提案人	案由	大會決議	備註
64	康裕成	建請加強國民中小學學生健康檢查品質管控、受檢異常就醫率及體適能檢測通過率等，以免影響檢驗品質等情事。	送請市政府研究辦理。	
65	陳玫娟	請市府爭取黃色小鴨到蓮池潭展示，以帶動蓮池潭周邊及左楠地區之觀光風潮，創造地方觀光效益產值。	送請市政府研究辦理。	
66	張漢忠	為培育與啓發優秀人才，推廣青少年從事正當運動，應撥款整修本市鳳西溜冰運動場地，及增設遮雨之設備。	送請市政府研究辦理。	
67	康裕成	技藝教育學程及生涯發展教育計畫之執行及經費核銷未盡周延，致影響訪視成效等情事，建請檢討改進。	送請市政府研究辦理。	

## 農林類

編號	提案人	案由	大會決議	備註
25	周鍾澐	積極澈底進行大右昌、莒光與亞洲城社區內重要道路（包括：右昌街、中泰街、和光街、樂群路、軍校路等）易積淹水路段排水改善工程。	送請市政府研究辦理。	
26	周鍾澐	請水利局馬上改建和光街 109 巷及加昌國小前樂群路段排水幹管為場鑄式的排水箱涵，期能澈底杜絕路面凹陷惡況。	送請市政府研究辦理。	
27	周鍾澐	儘速興建興中制水閘門的景觀便橋、清疏其河床淤泥並修護破損堤岸與階梯坡道等工程。	送請市政府研究辦理。	
28	黃淑美	南星計畫是否將重蹈過去興達港遊艇園區之惡夢？	送請市政府研究辦理。	
29	陳政聞	儘速推動岡山果菜市場遷建。	送請市政府研究辦理。	
30	陳政聞	拓展水產通路增進漁民收益。	送請市政府研究辦理。	
31	陳政聞	建請市府疏濬岡山 A 區滯洪池以發揮其功能。	送請市政府研究辦理。	
32	陳政聞	儘速改善岡山石螺潭地區淹水問題。	送請市政府研究辦理。	
33	伊斯坦大·貝雅夫·正福	建請高雄市政府農業局對桃源區拉庫斯二溪生態護魚計畫。103 年度新編 200 萬經費，確實讓執行中生態護魚計畫，打造大高雄後花園生態護魚計畫，超越阿里山達那伊谷願景。	送請市政府研究辦理。	

編號	提案人	案由	大會決議	備註
34	伊斯坦大·貝雅夫·正福	建請高雄市政府農業局對桃源區急需維修農路案，能擇日與本席會勘急需農路維修案。	送請市政府研究辦理。	
35	伊斯坦大·貝雅夫·正福	建請高雄市政府水利局能於 103 年編列預算修改善桃源區拉芙蘭里道路兩旁排水設施案。	送請市政府研究辦理。	
36	伊斯坦大·貝雅夫·正福	為維護原住民族行政區域內在地原住民及在地人傳統生活河床漂流木文化生活關係，政府相關單位應透過協商決議，允許行政局原住民族區特殊必要生活習慣，保障在地人撿拾漂流木。	送請市政府研究辦理。	
37	張漢忠	為順利推行本市污水家戶接管，宜完成施作示範區，以資鼓勵未施作之住戶。	送請市政府研究辦理。	
38	陳政娟	請市政府全面檢討因水溝蓋板之排水開孔不當，容易使用路人發生交通意外之情事，並應即改善危險路段，以確保用路人之安全。	送請市政府研究辦理。	
39	黃柏霖	落實整體流域治理，完備國土規劃思維。	送請市政府研究辦理。	
40	周玲奴	建請農業局以固定方式推廣「一日農業趣」等相關旅遊行程案。	送請市政府研究辦理。	
41	蘇炎城	請農業局趁勝追擊，盤點本市高附加價值的農產品，利用冷凍技術保留原味，行銷全球。	送請市政府研究辦理。	

編號	提案人	案由	大會決議	備註
42	蘇炎城	得月樓旁澄清湖自然溢出口處大雨來時，阻塞會造成濱山街淹水，建議做濕地公園減緩淹水問題，另建議檢討澄清湖休園時間，儘量開放讓運動的人有地方可去。	送請市政府研究辦理。	
43	蘇炎城	鳳山溪護堤工程造成鄰近住宅損鄰事件，請立即改善處理。	送請市政府研究辦理。	
44	蘇炎城	有效降低蔬果農藥殘留情形，以保障市民吃的安全。	送請市政府研究辦理。	
45	林瑩蓉	和光街 109 巷緊鄰莒光市場，其排水涵管老舊失修，應速予更新汰換，維護排水順暢及環境衛生。	送請市政府研究辦理。	
46	林瑩蓉	污水接管乃為大眾公共利益而設，建請訂定自治條例，依憲法第 23 條精神，規範施作路段若有二分之一以上住戶同意，應准許水利局進場施作，住戶同時有配合施作義務。	送請市政府研究辦理。	
47	林瑩蓉	建請曾子路 95 巷至孟子路 318 巷口路段之東側施設排水系統及排水溝，保障周邊民宅居家安全。	送請市政府研究辦理。	
48	康裕成	建請加強查處農地違規使用情形，以維護農地農用目標。	送請市政府研究辦理。	
49	張漢忠	為改善台八八線快速道路於鳳山區鳳頂路與過埤路之交流道車輛壅塞情況，建請將其疏解道路之過勇路中之水利溝渠壁鏟除與路面齊平並築蓋，以利行車安全與疏解流量。	送請市政府研究辦理。	



## 交通類

編號	提案人	案由	大會決議	備註
35	周鍾澂	立即進行規建楠梓橋頭大社到燕巢、大樹區域範圍內大學院校際間的輕軌巴士捷運工程。	送請市政府研究辦理。	
36	周鍾澂	迅速規建楠梓舊社區通往右昌方向的機慢車專用道工程。	送請市政府研究辦理。	
37	黃淑美	公車候車亭，如何更以人為本作為出發點？	送請市政府研究辦理。	
38	黃柏霖	珍惜每一分資源，營造更美好家園。	送請市政府研究辦理。	
39	陳政聞	提昇假日觀光公車承載率。	送請市政府研究辦理。	
40	連立堅	凹子底地區（農 16）部分停車格改為計時收費，請予以回復為計次收費。	送請市政府研究辦理。	
41	伊斯坦大·貝雅夫·正福	請交通部公路執行中寶來至勤和里間所有橋梁工程能配合布農族文化圖騰，設計顏色圖騰文化，強化為在地橋梁特色。	送請市政府研究辦理。	
42	伊斯坦大·貝雅夫·正福	請高雄市政府函文行政院交通部台 20 線勤和里東庄橋、復興里復興橋，能於 103 年年初能完成設計發包案。	送請市政府研究辦理。	
43	伊斯坦大·貝雅夫·正福	請交通部會同勤和里至復興里間鄉親進行勤和里至復興里間提升中級道路與永久道路路廊選項會勘案。	送請市政府研究辦理。	
44	周玲奴	建請市府在觀光景點設置免費無線網路案。	送請市政府研究辦理。	

編號	提案人	案由	大會決議	備註
45	周玲奴	建請市府各局處本於職權一起衝高具有小額消費功能後的一卡通發行星與消費額案。	送請市政府研究辦理。	
46	林武忠	公車處應該將欲移撥職工『舊制薪資結清或結存』。	送請市政府研究辦理。	
47	蘇炎城	大陸旅遊法實施後對整體高雄的觀光產業的影響評估與因應策略。	送請市政府研究辦理。	
48	蘇炎城	檢討如何降低交通事故，以避免車禍死亡發生。	送請市政府研究辦理。	
49	林瑩蓉	建請市府開放夜間十時至上午八時期間，公共停車格不收費，提供給民眾於夜間清晨更便利的停車空間，鼓勵民眾下班期間多到戶外休閒運動。	送請市政府研究辦理。	

## 保安類

編號	提案人	案由	大會決議	備註
22	周鍾濫	建請市府即刻規設新建援中港藍田新社區派出所工程案。	送請市政府研究辦理。	
23	黃淑美	酒駕與詐騙案件頻傳，對比台中市鐵腕的做法，高雄市未來如何做？	送請市政府研究辦理。	
24	黃淑美	少年隊實施之課後輔導計畫，應擴及高雄市全區。	送請市政府研究辦理。	
25	黃淑美	應澈底落實毒品防治計畫，根治青少年吸毒之問題。	送請市政府研究辦理。	
26	黃淑美	校園毒品問題日益惡化，警察局有無解決辦法？	送請市政府研究辦理。	
27	黃柏霖	改善都市熱島效應，還給民眾舒適環境。	送請市政府研究辦理。	
28	陳政聞	提昇岡山地區竊盜案破獲率。	送請市政府研究辦理。	
29	陳政聞	加強食安稽查。	送請市政府研究辦理。	
30	林武忠	成立「食品衛生處」。	送請市政府研究辦理。	
31	林武忠	成立「食品衛生警察」。	送請市政府研究辦理。	
32	林武忠	制定「高雄市食品安全自治條例」。	送請市政府研究辦理。	
33	林武忠	申請「食品衛生替代役」役男。	送請市政府研究辦理。	
34	林武忠	提高檢舉黑心食品「窩裡反獎金」。	送請市政府研究辦理。	
35	林武忠	「食品安全聯合稽查及取締小組」要持續性嚴格查核。	送請市政府研究辦理。	

編號	提案人	案由	大會決議	備註
36	林武忠	針對黑心商人重罰，並將罰金成立「食安基金」或者是轉作「健保基金」，用來照顧市民權益。	送請市政府研究辦理。	
37	林武忠	制定「高雄市食品安全標章」。	送請市政府研究辦理。	
38	林武忠	設立「污點商人」制度。	送請市政府研究辦理。	
39	周玲奴	建請市警局自行成立監視器維修小組案。	送請市政府研究辦理。	
40	蘇炎城	本市天然災害預警機制建置之情形如何？有無相關學術研究？	送請市政府研究辦理。	
41	蘇炎城	有關土壤污染之場址，環保局之防治措施如何？	送請市政府研究辦理。	
42	蘇炎城	建議協助高雄市資源回收業者及弱勢團體合法生存空間。	送請市政府研究辦理。	
43	蘇炎城	暑假前後期間，請消防局規劃加強岸際救援措施勤務。	送請市政府研究辦理。	
44	蘇炎城	加強查核阿公店溪、典寶溪、二仁溪等違規排放廢水情形。	送請市政府研究辦理。	
45	康裕成	建請評估中區資源回收廠是否關廠或轉型，以利都市發展，並維護市民健康。	送請市政府研究辦理。	
46	林宛蓉	建請市府制定「每周一為蔬食日」，以落實「少吃肉、多蔬果，天天 579」確保國人的健康。	送請市政府研究辦理。	

## 工務類

編號	提案人	案由	大會決議	備註
48	周鍾濇	請市府繼續積極爭取新建新台 17 線重大交通道路工程。	送請市政府研究辦理。	
49	周鍾濇	請工務局新工處儘早規建楠梓區東寧里新安街道路工程。	送請市政府研究辦理。	
50	周鍾濇	馬上進行德民路上木棉樹換植黃紅花風鈴木樹種工程案。	送請市政府研究辦理。	
51	周鍾濇	即刻規建惠豐里青農路 57 巷內電線電纜地下化工程案。	送請市政府研究辦理。	
52	周鍾濇	積極督促右昌忠義八巷連通忠義九巷拓寬工程早日完工案。	送請市政府研究辦理。	
53	周鍾濇	儘速規設開闢五常里興楠路 203 巷 92 弄道路打通工程案。	送請市政府研究辦理。	
54	周鍾濇	請工務局儘速協調地政局與水利局馬上澈底解決高雄市 31 期重劃區與原高雄縣霞海自辦重劃區榮佑路段中間銜接區域規設不理想而造成嚴重積水問題案。	送請市政府研究辦理。	
55	周鍾濇	儘速著手改善德新橋隔音牆防止噪音工程。	送請市政府研究辦理。	
56	周鍾濇	即早發包施作改善左楠地區主要道路路面柏油刨除封層工程。	送請市政府研究辦理。	
57	周鍾濇	即刻比照左營新社區 6 條通開發模式, 動支平均地權基金開闢高雄大學特區內的大學 15 街 87 巷與大學 20 街 168 巷道路工程。	送請市政府研究辦理。	
58	周鍾濇	儘早採用整體開發方案(區段徵收或專案重劃)來快速大量地闢建高雄大學特區與橋頭新市鎮之間尚未都市計畫區域的全方位興建。	送請市政府研究辦理。	

編號	提案人	案由	大會決議	備註
59	周鍾澐	儘快開闢楠梓區五常里內興盛街 47 巷 6 米計畫道路工程。	送請市政府研究辦理。	
60	周鍾澐	馬上進行關建惠豐里內 72 期重劃區內尚未開通的惠春街銜接德民路 12 米計畫道路工程。	送請市政府研究辦理。	
61	周鍾澐	請市府工務局養工處即刻核准水利局施作德民路(從外環西路至右昌森林公園路段)挖設家戶污水排放管路權案,俾利當地加昌里民早日有污水排放設施可用。	送請市政府研究辦理。	
62	黃淑美	高雄建設合宜住宅之可能性?	送請市政府研究辦理。	
63	黃淑美	租屋補貼名額是否能增加?	送請市政府研究辦理。	
64	黃淑美	乙種工業區有關規定混亂,有關單位應負起全責,避免民眾權益受損。	送請市政府研究辦理。	
65	黃淑美	為了城市的美觀和用路人的安全性,電桿、變電箱的地下化已勢在必行。	送請市政府研究辦理。	
66	黃淑美	解編公設保留地,高雄準備好了嗎?	送請市政府研究辦理。	
67	黃淑美	營建署制定公設保留地解編原則,是否影響民眾權益?	送請市政府研究辦理。	
68	黃柏霖	解編未徵收保留地,帶動都市全面發展。	送請市政府研究辦理。	
69	黃柏霖	設立食坑巷濕地公園,讓都市生態更加平衡。	送請市政府研究辦理。	
70	陳政聞	活化岡山眷村興建合宜住宅。	送請市政府研究辦理。	

編號	提案人	案由	大會決議	備註
71	陳政聞	增加開闢梓官區公園綠地。	送請市政府研究辦理。	
72	陳政聞	打造岡山社區自行車道。	送請市政府研究辦理。	
73	陳政聞	活化並妥善維護永安濕地公園。	送請市政府研究辦理。	
74	曾麗燕	建請市政府工務局養工處編列預算刨除重鋪。	送請市政府研究辦理。	
75	曾麗燕	工務局自行車道計畫，延長臨港線自行車道工程。	送請市政府研究辦理。	
76	曾麗燕	建請市政府工務局養工處編列預算刨除重鋪。	送請市政府研究辦理。	
77	洪秀錦	大寮區內湖段 1196 地號為公有土地，請變更為公園用地。	送請市政府研究辦理。	
78	韓賜村	東林東路與福興街交叉口『東林福德廟』及東林西路現有 19 米道路段，建請相關局處原地保留不要拆除。	送請市政府研究辦理。	
79	李雅靜	建請市府加強鳳山區鳳凌廣場周邊設施及人員之管理，提供安全方便供民眾休閒遊憩及運動之場所，並維護鳳山市區之景觀。	送請市政府研究辦理。	
80	黃天煌	建請儘速開闢大寮區中庄里自強街南段道路。	送請市政府研究辦理。	
81	伊斯坦大·貝雅夫·正福	建請高雄市政府積極協助桃源區、那瑪夏區、茂林區原鄉社區部落現有居住屋居住地地目變為建地案。	送請市政府研究辦理。	
82	張漢忠	解決鳳山區鳳仁路 110 巷靠近文龍東路積水問題。	送請市政府研究辦理。	

編號	提案人	案由	大會決議	備註
83	張漢忠	依市地重劃實施辦法第 56 條：開闢重劃區邊緣，鳳山區頂明路與過雄街等計畫道路於重劃後賸餘路段。	送請市政府研究辦理。	
84	張漢忠	暫緩或停止安裝現有之 LED 路燈。	送請市政府研究辦理。	
85	張漢忠	建請改造鳳山區文德里公兒（一）公園景觀。	送請市政府研究辦理。	
86	張漢忠	依據相關規定法條開闢鳳山區明頂段二處兒童公園，以促進地方發展。	送請市政府研究辦理。	
87	張漢忠	建議『衛武營自行車橋工程』向南延伸跨越三多路及輜汽路至新強公園。	送請市政府研究辦理。	
88	張漢忠	建請配合五甲公園開闢，於前鎮區第 75 期市地重劃工程，建立跨越前鎮河之路橋可直通前鎮區鎮海路之事宜。	送請市政府研究辦理。	
89	陳政娟	請市府儘速研議確保本市公寓大廈之電梯及機械停車位等升降設備之安全措施與機制，以確保市民居住安全與品質。	送請市政府研究辦理。	
90	李眉蓁	響應城市立體綠化，建請市政府鼓勵民間推廣，並且設立獎勵方式，激勵民間參與。	送請市政府研究辦理。	
91	李眉蓁	請市政府提出具體培養青年領袖策略，激勵青年人進入市政領導行列。	送請市政府研究辦理。	
92	徐榮廷	鳳山區樂園街與大東二路交接處（樂園街段）道路開闢乙案。	送請市政府研究辦理。	



編號	提案人	案由	大會決議	備註
93	洪秀錦	請政府鐵路地下化由鳳山大智陸橋延伸至九曲堂站以利地方發展。	送請市政府研究辦理。	
94	周玲奴	建請以實用為原則進行高雄市公園的改建、新建案。	送請市政府研究辦理。	
95	周玲奴	建請市府推動簡易都市更新案，以加速都更速度。	送請市政府研究辦理。	
96	蘇炎城	鳳山鐵路地下化工程如何確保施工期間不會有淹水的情形，以保障民眾的身家財產安全？	送請市政府研究辦理。	
97	蘇炎城	檢討公寓大廈的電梯安全，以保障市民住的安全。	送請市政府研究辦理。	
98	李長生	大智路 35-12 號前道路殘破不堪且無排水溝，凡遇下雨該地區到處積水，急待改善，請市府儘速派員勘查，修築道路及開闢水溝，以改善附近積水情況。	送請市政府研究辦理。	
99	李長生	中山路一段 91 巷 2 弄 2 號前水泥路面損壞多年未予整修，且其側邊未施作護欄，人車時常受傷及損壞，請市府儘速派員勘查，鋪修柏油路面及施作護欄，維護人車安全。	送請市政府研究辦理。	
100	林瑩蓉	建請新設左營地政事務所，因應左營區快速發展，人口激增之民眾需求。	送請市政府研究辦理。	
101	林瑩蓉	建請楠梓區益群橋更名為藍田橋。	送請市政府研究辦理。	

編號	提案人	案由	大會決議	備註
102	林瑩蓉	建請楠梓運動園區儘速完成整體規劃為低碳綠能園地，開放給市民運動休閒使用，並加強夜間照明，便利民眾夜間運動，綠地增設微型運動設施，提供民眾多元運動使用。	送請市政府研究辦理。	
103	林瑩蓉	建請楠梓運動園區自行車場跑道儘速完成維修，並使用國際賽事使用之安全跑道。	送請市政府研究辦理。	
104	林瑩蓉	建請打通自由二路 388 巷防火巷至辛亥路，保障周邊民宅居家安全。	送請市政府研究辦理。	
105	康裕成	都市計畫乙種工業區建築違法作為住宅使用，建請建立整體性之審核及管控措施。	送請市政府研究辦理。	
106	康裕成	建請加強推動道路平整方案之成效以提升道路品質，增進用路人行車安全。	送請市政府研究辦理。	
107	蔡昌達	請市府協助整建大寮區的最高峰—林仔內山（上平山）之登山步道與簡易設施，提供民眾基本的健步運動休閒需求。	送請市政府研究辦理。	
108	林芳如	請市府相關單位將大樹區水寮公園規劃增添民眾運動設施。	送請市政府研究辦理。	
109	陳慧文	建請市府徵收開闢鳳山區公兒 77 用地（大德公園）旁 4 米道路。	送請市政府研究辦理。	
110	陳慧文	鳳山區立德街（五甲一路至安寧街）道路打通工程，建請市府儘速完成開闢作業。	送請市政府研究辦理。	

編號	提案人	案由	大會決議	備註
111	陳慧文	建請新建橋梁自前鎮區中山四路跨越前鎮運河，並銜接都市計畫道路延伸至五甲公園止。	送請市政府研究辦理。	
112	陳慧文	建請打通鳳山區樂園街(和興街至大東二路)道路瓶頸。	送請市政府研究辦理。	
113	陳政娟	請市府儘速將左營區左營大路沿線之電桿纜線地下化並將路面全面刨除重鋪，以維市容觀瞻整潔及用路人行車安全。	送請市政府研究辦理。	
114	陳慧文	建請市府儘速擴寬鳳山區天興里大德街(大德街近五甲二路口處部分路段)。	送請市政府研究辦理。	
115	林宛蓉	少康營區離工業區太近被列為噪音污染防治區，建請少康營區公園綠地應提高為 12 公頃。	送請市政府研究辦理。	
116	張漢忠	建請開闢本市鳳山區光遠路 84 巷及大同街賸餘路段，以促進市中心發展。	送請市政府研究辦理。	
117	林瑩蓉	加宏路 191 巷 51 弄旁公有加昌段空地，建請開闢為公園綠地，與緊鄰之碉堡公園結合，打造加昌更寬闊的公園綠帶，提供民眾休憩運動。	送請市政府研究辦理。	

# 熱 門 話 題

## 如何促進學生的體能與健康前言

本會「高市議會 online」自 100 年 7 月創刊以來，深受本會同仁與市民朋友的喜愛，成為本議會與高雄市民重要的溝通平台，出刊內容多元成果豐碩已超過 30 期；103 年 1 月號第 31 期之熱門話題，以「如何促進學生的體能與健康」為探討主題。

健康是一切！體能與健康促進是國家競爭力之基礎，也是現代亙古不滅的鐵律；學生又是培養運動與健康習慣的關鍵時期，養成良好的運動健康習慣，對其一生身心健康有良好效益，如何促進高雄市學生的體能與健康刻不容緩。

高雄市自 1998 年配合教育部，就開始推行促進學生體適能的知能，養成學生規律運動習慣。然而台灣至今普遍存在升學主義掛帥，教育環境偏重升學，學生的體育課較國外學生少，健康體能觀念更是缺乏，導致學生體能與健康狀況遠遠落後鄰近國家。

綜觀我國近 10 年來推動之學生體能與健康相關政策，分析實務執行之績效後發現，中學生之體能與健康狀態並未因相關政策之推展而有所改善，究竟其根本的問題為何？以及政策推展方向是否尚有討論與改進之空間？

本期為了能針對問題核心，廣邀不同領域產、官、學的學者專家，由問題緣起到具體措施或策略提供真知卓見，其中主管本市體育與健康的教育局針對如何促進學生的體能與健康提出具體的理念與作法；本會議員站在監督與期許的角度，提出如何全方位打造學生體能與健康之健全學習環境，對家庭、學校與社會的期許令人感動；大學教授對國內外體育課不同課程介入、運動生理學角度健全學童身心發展及學生體能與健康政策方向，著墨甚深，期許之情流露於字裡行間；校長及營養師秉持著在教育現場所見所聞與核心問題，以學校為背景分享相關作法、運動銀行 1357、安心選、健康吃、樂活飲食、令人驕傲的高雄市學校營養午餐的用心，字字珠璣值得參考與借鏡。藉此衷心感謝陳粹鑾、林義迪議員、高雄市體育會朱文慶理事長、高雄師範大學蔡俊賢教授、屏東科技大學吳柏翰博士、長榮大學鄭勵君博士、高雄市教育局鄭局長新輝、獅湖國小楊光明校長、正興國小孔令蓉校長、獅甲國小陳鼎華校長、旗津國中營養師劉淑媛等撥冗惠賜鴻文，銘感腑內。

## 讓孩子的健康力扎根

高雄市政府教育局長 鄭新輝

### 壹、前言

台灣第一部空拍史詩片《看見台灣》，由堅持空拍台灣20年的攝影家齊柏林拍攝完成，這是台灣的故事，更是所有在這一塊土地上生長的台灣人民，或悲或喜的生活歷史。無論如何，這片土地，就是我們的家。「看見台灣」之所以有這麼大的感動，源自於許多人對這片土地的陌生。「看見台灣」是從空中鳥瞰，若是近距離「顯微台灣」，或許失序與破碎將更令人不忍卒睹。同樣的，台灣隨著物質文明、外來飲食文化移入，企業倫理與社會責任式微，不正確飲食型態與食安問題，也正在腐蝕我們的健康。飲食健康問題若缺乏長遠性的警覺與完整的照護體制，國人的健康也會如同「看見台灣」一般，逐漸的失序與遭受破壞。

隨著時代的進步與變遷，全球人類均面臨生活飲食型態的改變。美國肥胖盛行率快速增加有目共睹；國人對糖尿病的易感性也逐漸浮出檯面。近年來，國內糖尿病盛行率已快速攀升，而發生者年齡年輕化的現象也值得關切。從小培養學童健康的飲食型態，就可以減少高齡慢性疾病的發生與醫療浪費，因此如何培養學生健康的飲食知識與技能，建立良好的健康生活型態，也成為本市重要的教育政策之一。

### 貳、健康相關概念的定義

#### 一、健康

世界衛生組織（WHO）於1948年將健康定義為：「健康是身體的、心理的和社會的完全安適狀態，而不僅是沒有疾病或殘障發生而已。」，此定義將健康的概念由原本的身體與生理健康，擴充至心理、社會的健全與安適，更明確的否定過去對於健康只講求「無病」狀態之說法。1984年進一步將「健康」具體解釋為「係指個人或團體駕馭社會生活的能力，一方面它使得人們能夠實現自己的意願、滿足自己的需要，另一方面它使得人們能夠因應外界環境的變化」。

#### 二、健康體適能

體適能（Physical Fitness）可視為身體適應生活、活動與環

境（例如；溫度、氣候變化或病毒等因素）的綜合能力。健康體適能是身體適應能力，也是心臟、血管、肺臟與肌肉效率運作的能力，且能完成每天的活動而不至於過度勞累，且有足夠體能應付緊急狀況（林正常，1997）。

### 三、健康力

所謂健康力是指人的身體體質的強弱和個人的生活方式、方法及生存質量好壞的程度。因此，一個人能保持長期的健康狀態、抵禦外界各種感染與非感染因素對人們的身體、心理與精神損害的能力，即可稱之為"健康力"，而健康力模式也就涵蓋人類健康的基本能力需求，包括：身體、心理力、精神與社會能力。研究顯示：有效地保持個體健康力、發展個體健康力與家庭健康力，不僅可以抵禦慢性非感染性疾病的侵襲，也可以有效預防前期慢性非感染性疾病的發生、讓前期慢性非感染性疾病轉向良性方向、抵禦可能出現的併發症（KTD HEALTH，2013/11/29）。

### 四、健康促進學校

世界衛生組織（WHO）視「健康促進學校」（health-promoting school）為「一所學校能持續強化其能量，讓學校成為一個生活、學習與工作的健康場所」（引自陳毓璟，2001）。其主要核心理念包含下列兩個面向：

- （一）健康促進是要增進個人能力以控制其環境，增進健康：因此學校要讓學生能自我照顧、照顧他人、做決定，控制他們的生活及創造對身體有益的情境。
- （二）健康促進計畫是永續經營：因此要促進社會對健康的責任，增加對健康發展的投資，鞏固並擴展為追求健康而建立合作關係。

### 參、本市目前健康政策

本市於2010年加入「健康城市聯盟」後，積極參與健康公共政策的訂定與執行，希望藉由健康促進及建立健康的公共政策，達到全民健康之目標。在策略性計畫方面，以102年度而言，議會已至少舉行三場有關健康與飲食公聽會並引發大眾的關注。另議會教育委員會也相當關切國內不良油品事件，邀請衛生局與教育局共同查察民營午餐

廠商烹煮的作業與廠房設施，共同為學生健康把關。在跨部門行動方面，市政府各局處透過組成食品安全小組、登革熱防治小組等合作機制，定期集會並採取行動，以落實為市民健康把關的責任。在社區參與及革新方面，市府婦女權益促進委員會的成員，除學者專家外，並有人民團體代表，會議主題也包含各項健康議題之討論與改善措施。

因此在健康城市計畫的基礎上，教育局根據不同議題，擬定了相關計畫來落實學生的健康，期能提升學生的健康力。

## 一、健康議題

### (一) 健康促進學校

- 1、宣導與推動健康體位、視力保健、口腔衛生、菸害防制、性教育(含愛滋病防治)、正確用藥、防範藥物濫用及檳榔防制等相關議題。
- 2、實施教育部健康促進行動研究方案，擬訂計畫並執行研究方案，確實達到健康促進的效益。
- 3、辦理健康促進學校增能研習，藉由優質的新知與豐富的的分享交流，達到觀摩學習的機會。
- 4、辦理學校護理人員與訓導人員急救教育訓練等培訓課程，俾增強知能，為學生健康各項緊急救護，提供最適切的協助與處理。

### (二) 傳染病防治

- 1、辦理傳染病防治教育宣導，包括各種傳染病防治宣導研習與推動。
- 2、督導學校落實登革熱防治工作，落實「巡、倒、清」登革熱環境孳生源清除工作。

### (三) 學生健康檢查

- 1、辦理國中小學生健康檢查採購、執行與核銷業務。
- 2、辦理國中小學生健康檢查觀察員培訓及聯絡事宜。

## 二、飲食教育議題

透過 SWOT 分析，本市已訂定「102-104 學年度飲食教育中程計畫」，預計以 3 年時間，全面推動本市各國民中小學生的健康飲食教育。其策略主要包括：



- (一) 建置推動組織架構：成立「高雄市高級中等以下學校飲食教育推動委員會」、設置「高雄市飲食教育資源中心」及各校「飲食教育推動小組」。
- (二) 精實策略：強化廚房人員及設備功能，落實食品安全的目標。
- (三) 特色策略：落實食育課程實踐，發展本市食育課程特色。
- (四) 在地策略：結合環境教育，強化在地食材運用。
- (五) 整合策略：整合創意行銷資源，擴大執行效果。

### 三、體適能議題

#### (一) 體適能提升與推展

高雄市教育局自 101 年起提出體適能提升計畫，建立學生運動觀念，養成學生規律運動習慣，促進學校體育教學正常化及體育活動普及化，以增進學生身體質量，進而提升體適能。

#### (二) 改善體適能策略

- 1、強化體適能：各校利用可用時間，自行規劃有效的方法，針對學生的肌耐力、柔軟度、瞬發力與心肺耐力等四項體適能進行強化。
- 2、運動社團：請運動社團教師於暖身活動或課程中，將體適能融入其中。
- 3、體育課：教學上把握樂趣化教學原則，營造正面的學習氣氛，在適度的規劃下，依學生能力的不同給予指導，讓全班同學都能有參與活動的機會。
- 4、檢測時間：配合校內運動會時期前後做施測，儘量避免在天氣炎熱時施測。
- 5、教育局將持續辦理體適能健康講座暨體適能指導員培訓、體適能教學研習，提升教師教學能力。

### 肆、結語

教育是衡量國家競爭力的重要指標，也是重建社會價值體系與社會文化發展的原動力。面對國內被忽略的學童飲食健康問題，我們必須前瞻性的規劃與落實學生健康力扎根工作。但習慣的養成重在生活

實踐，因此，教育局期盼學校與家長能一起合作，務實的規劃各種有效的教學與實踐活動，從小養成學童健康的飲食習慣、強化學生的體適能、學會至少一項運動技能，以促進每一位孩子身心靈的健康。哲學家雨果說：「世間最寬闊的是海洋，比海洋還寬闊的是天空，比天空更寬闊的是心靈」。生命成功與否，關乎於心。教育若能用心看見未來，就可以看見希望。教育的未來與希望必須建立在國民有良好的健康基礎上。因此健康力與學生的學習力，是高雄教育同等重視與所要強力培養的基本能力，也希望所有的市民一起來重視與推動。

## 促進學童健康體位和體適能之作法—以正興國小為例

正興國小校長 孔令蓉

### 一、前言

相較臺灣鄰近的幾個國家，臺灣國小學童體位正常的比率比其他國家的學童差，根據 2012 年日本文部科學省公布國小學童肥胖的比率不超過 10%，反觀臺灣 2012 年陽明大學的研究發現，臺灣國小學童肥胖比率為 12.62%，而高雄市國小學童肥胖比率更達 13.90%，體位不良率更高達 47.50%，為全國體位不良後 10 名的縣市，這些數據都顯示高雄市國小學童體位需做立即改善，因為胖小孩不但兒時就易罹患高血脂、高血壓、氣喘，還比一般人更早罹糖尿病等慢性病，未來中風、心肌梗塞風險也會大幅提高。

無論是國內或國外學者多篇研究的證實，改善學童體位和體適能，從飲食和運動著手，因此本校為高雄市健康促進中心學校，從 99 學年度開始進行了 3 年的行動研究，並將成果至香港與泰國分享，期能從學校實際推動策略中，找出促進學童健康體位和體適能，最有效率運動和飲食之實際作法。

### 二、本校實際作法

#### (一) 學校行政措施

##### 1、飲食

##### (1) 提供新鮮水果餐食用

過去文獻和本校在 99 學年度行動研究發現，運動加上食用水果餐，在短時間內可以使體位不良學童得到改善，BMI 值下降，因此本校爭取教育部經費或社區資源，先提供學童在正餐前食用低熱量水果餐，並向家長宣導食用水果餐的好處，讓學生知覺水果餐對身體的益處。而此篇研究也獲得教育部評定為 10 個優良行動研究之一。

##### (2) 宣導並檢視學生健康早餐

本校在 100 學年度行動研究發送給實驗組學生每人一個早餐盒，透過辦理親子健康飲食的講座，教導學童及父

母如何準備健康早餐，並於晨光時間檢視學童所帶早餐，養成學生吃健康早餐的習慣。

(3) 打造師生全素食午餐的友善環境

過去本校吃素的師生，午餐是透過老師或學校行政單位訂購素食便當，午餐的製作流程和食材的品質，學校無法掌控，今(102)年在本校家長會副會長的贊助下，新購置一套素食的烹煮器具，另聘請一位廚工專門負責烹煮，盡可能採用天然食材，烹煮精緻素食營養午餐，提供本校吃素食的師生有一個安全營養的友善環境。

(4) 栽種在地食材，有機體驗，食用新鮮蔬菜

利用學校大門兩側綠化空間整地為菜園，以「我是田園小主人」為活動主題，提供學生體驗有機栽種蔬果，讓學生以洗米水澆菜，辣椒水除蟲，大豆渣施肥，讓師生體驗農事生活，瞭解有機蔬果的栽種及生長過程，進而珍惜食物、愛護環境。

## 2、運動

(1) 提供學生運動參與時間和機會

本校除規劃體適能公園、設計簡易體適能器材、設立班級加油站、體育器材隨手可取得，培養學生「一人一運動」的興趣，確實達到「運動普及化」的目的，以增加學生身體活動普遍率，藉以提升學生體適能水準。此外，提供課後運動性社團(熱舞、扯鈴、籃球等)或運動代表隊(籃球隊、桌球隊)等機會，鼓勵學生積極參與，亦可有效提升學校運動風氣，增加學生的身體活動次數，藉以改善學生體位。

(2) 定期進行學生體位和體適能檢測

定期進行體位、體適能檢測，測驗的結果除了自我比較，以瞭解個人目前的體位的標準和體適能的情形，教師應說明並簡易分析檢測數據，使學生能明瞭其所代表的意義。體位不良和體適能表現不理想者，校方能根據結果，設計體位改善和體適能提升計畫，並在事後4~6週追蹤評估學生體位和體適能的進步情形。

(3) 訂定學生體位和體適能獎章制度

為激勵學生從事體適能和健康促進行為之活動，可以明確訂定獎勵標準。利用公開場合表揚體位改善或體適能優異、進步之學童，增強運動和飲食習慣改善的成功經驗。

(4) 辦理多元的體育活動

每學期由體育組辦理多次『小而美』之體育活動，諸如像各學年的舞蹈表演會，運動社團的體育發表會，或是常態性的球類、大隊接力等班際體育競賽，以活絡學校的運動風氣，又可避免勞師動眾，增加師生參加的意願。

(5) 實施晨間運動與課間操

過去本校行動研究發現實施晨間運或課間操，對於學生體位的改善和體適能的提升頗有助益。因此在早上升旗後，或者是早上第 2、3 大節時間較長的課間休息時段，播放健身操音樂，花少許的時間，讓師生共同來活動，精神會更好。

(6) 配合榮譽制度設置投籃機

本校爭取社會資源補助款購置投籃機，配合榮譽制度，鼓勵學生在體位優良及各項表現上，努力爭取榮譽來兌換投籃券，利用晨光和下課時間免費使用投籃機。

(7) 開放學校運動場地與器材

過去多數研究發現運動場地的便利性，往往是影響個人從事運動的因素之一。因此，本校要盡可能營造滿足學生需求的運動環境，除了充實運動場地和器材之外，各班定點放置簡易運動器材(班級加油站)，採自由開放式的借用。

## (二) 健康與體育教學

1、課程設計增加學生身體活動量

在每週的體育課程活動上應多注意學生身體活動量，動態課程中較高強度活動與持續時間的適度搭配。

2、辦理午餐教育教學觀摩

本校上下學期各請 3 個學年老師，辦理午餐教育教學觀摩，以增進教師對於午餐暨營養教育正確知能，和培養學生建立正確的用餐態度和習慣。

### 3、健康教育課程設計融入生活技能

21 世紀的健康教育教學重點放於對學生生活影響的重要行為上，因此現在與未來健康教育的教學更值得教育學童如何應用與處理面對生活問題，當面臨問題時，能夠自我覺察、自我監控、批判思考、解決問題、做出適合的決定。

### 4、設計健康飲食的教案模組

健康飲食課程的融入教學，才是學童內化行為養成最重要因素，因此本校設計健康飲食教案模組，透過生動有趣教學，慢慢建立學生健康飲食的觀念和行為。而此教案本校榮獲 101 學年度教育局教案模組競賽的特優，教育部教案模組競賽的優良。

### 5、規劃課後健康飲食的課程

健康飲食習慣的養成貴在身體力行，特別需要做中學，所以在學校正式健康與體育課程實施結束後，教師可以規劃一些像『食物分類拼圖』與『食物熱量連連看』、『設計自己的晚餐』等生動活潑的闖關遊戲或課程，並設計出作業學習單，激發學生學習動機，體驗健康飲食的樂趣和好處，進而回家之後能培養出健康飲食的習慣，不吃高熱量的垃圾食物。

### 6、鼓勵學童與同儕一起運動

同儕的社會支持，對學童運動的行為有正面的影響，特別是其將邁入青少年時期的國小學童，有同儕一起陪伴運動，運動的意願會更加堅定和增強。

### 7、強調運動對身體的益處

過去研究發現適度運動對身體有益，所以要促使學童養成運動的習慣，健體教師有必要讓他們瞭解規律的運動和健康飲食對身心的好處，不但可以控制體重，更可保持愉快的心情。

## (三) 對家長的作法

### 1、積極宣導健康重要性

本校利用親職講座時間，邀請教育部中央輔導團張其洲輔導員

主講「運動改造大腦」，積極向家長以及學童說明，維持良好健康適能的重要性及其迫切性，並於現場提供進一步諮詢，以維護學童身體健康。

## 2、請求家長鼓勵及支持學童健康飲食和規律運動

家人的支持對學童健康飲食和運動行為的養成有正面的影響，尤其父母是子女的第一個老師，父母對子女的觀念、行為之建立，扮演極為重要角色，同時子女在家生活多年，父母就是子女平常模仿之主要對象，因此父母明確地對學童健康飲食和運動行為的支持，學童自然而然就會均衡飲食不偏食，不吃垃圾食物，喜歡運動。所以透過親師溝通的方式，請求家長支持和鼓勵學童健康飲食和規律運動，必能改善學童體位和提升其體適能。

## 三、結語

綜合過去文獻和研究促進學童健康體位或體適能，從運動和飲食兩個面向來著手，應為最直接和有效的方法。所以本校透過建置一個健康促進支持和持續性的環境，推動促進學童健康與體育教學、活動和實際作法，來協助體位不良的學童來改善自己的體位，因此在學校行政措施上，規劃體適能公園、設計簡易體適能器材、提供蔬果餐及素食餐食用等，來增加學童運動時間和養成健康飲食行為；在健體教學上，課程設計種植蔬菜水果花木，增加學生身體活動量和健康飲食行為的實踐；在親師合作上，積極宣導健康重要性，並尋求家長鼓勵及支持學童養成健康飲食的行為和規律運動的習慣。我們都期望正興每個孩子都能擁有健康的身心，才能在學校快樂有效率地學習，進而都能得到適性的發展；期盼本校一些資訊與實際作法，能提供各校促進學童健康體位和體適能的參考，一起為全市學童的健康攜手而努力。



利用學校閒置空間，孔令蓉校長與學生一起體驗在地食材種子的播種。



學校規劃體適能公園，讓學生利用晨光時間或下課時間可以運動。



## 如何促進學生的體能與健康 —推動運動銀行 1357 計畫—以後勁國小為例

獅湖國小校長 楊光明

### 壹、前言

兒福聯盟公布一份「2012 年台灣兒童運動狀況調查報告」，有高達九成學童覺得自己喜歡運動，但卻有七成學童每週運動不到 2 小時，值得注意的是，他們每週看電視的時間是校外運動時間的 7 倍以上；上網時間是運動時間的 5 倍以上！還有學童乾脆用玩 Wii 取代運動，因此有四成孩子，BMI 都不標準，國內兒童肥胖率，更高掛全球第 16 名，健康情形令人擔憂。

另外，依教育部的統計資料也顯示，本市 101 學年度國民中小學生肥胖比例高出全國平均值約 1.51%，不僅是都會區的小孩，偏鄉學校也存在著肥胖問題，因此在缺乏良好運動習慣及正確飲食的觀念之下，導致過重及肥胖比例過高，這是值得注意的地方。

再者，(99-100) 學年度高雄市各級學校體適能於全國各縣市之評比皆屬後段縣市，因此，除了注意學生的體位外，還應該培養良好的運動習慣，以增進每位學生的體能。

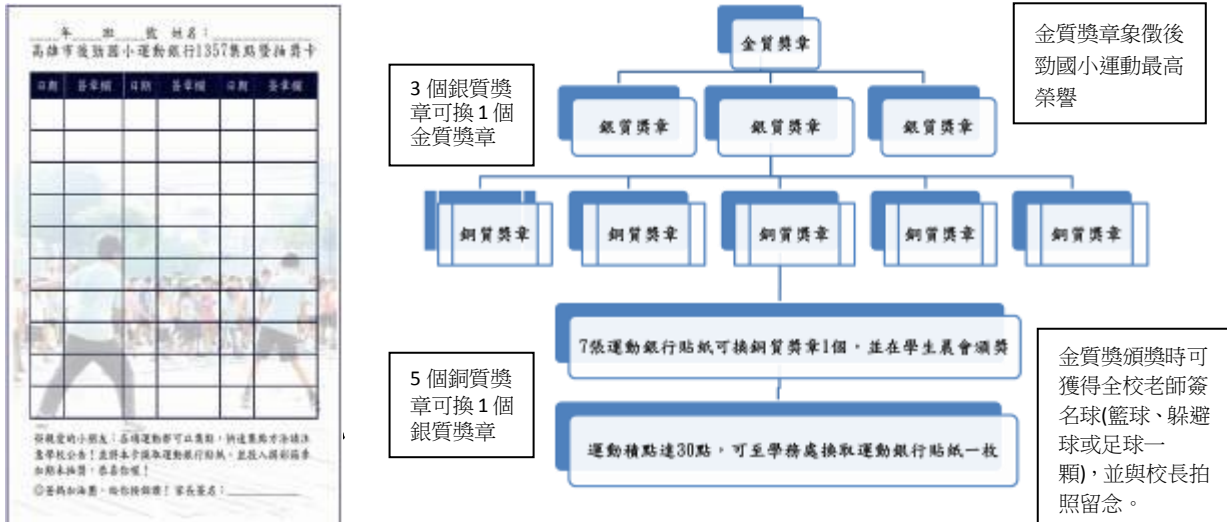
「運動改造大腦」與「聰明學習靠運動」兩本書皆提到，運動讓人產生多巴胺、血清素及正腎上腺素等，除了可以增進健康，更能夠有效學習，洪蘭教授更呼籲要讓孩子贏在體育課，而『零時體育計畫』—晨間運動，更是聰明學習靠運動的重要關鍵。

有鑑於此，個人於服務楠梓區後勁國小期間，乃率領學校團隊積極規劃推動運動銀行 1357 計畫，期能營造校園運動風氣，養成良好運動習慣，提升親師生體適能促進身心靈健康。

### 貳、運動銀行獎勵辦法：

- 一、每張卡有 30 格，集滿即可到學務處將卡片投入摸彩箱，於定期評量後參加摸彩活動。
- 二、每張卡滿 30 格可換一張健促貼紙。
- 三、集滿 7 格健促貼紙即可換本校健康促進「運動銀行—銅質紀念徽」一枚。

- 四、集滿 5 個銅質紀念徽可換「運動銀行—銀質紀念徽」一枚。
- 五、集滿 3 個銀質紀念徽可換「運動銀行—金質紀念徽」一枚。紀念獎章由校長於兒童朝會時公開頒發獎勵。



叁、對象及獎勵點數給點標準：

實施對象從幼兒園、一至六年級小朋友及全校教職員工。給點標準依據學生身心成長狀況，經各學年討論後訂定不同給點標準，茲以高年級為例給點標準如下：

高雄市楠梓區後勁國民小學運動銀行 1357 獎勵點數給點標準表（以高年級為例）

項目	給獎標準	審核者	備註
健身操-台客舞	經導師認證，認真跳且全程能完成的學生給 1 點	全校教職員	
跳繩	五年級每 500 下，六年級每 600 下給 1 點，雙人跳每 100 下給 1 點，多人跳每 50 下（含甩繩者）給 1 點	全校教職員	每日最多 5 點
跑步	全程跑步每 2 圈給 1 點	全校教職員	每日最多 5 點
身體 BMI	每學期量 2 次，每次檢查為「適中」者給 5 點。 BMI 體位定義：過輕-適中-過重-超重	班級導師	

身體 BMI 進步獎	比前 1 次量進步一階者，給 5 點。 BMI 體位定義：過輕-適中-過重-超重	班級導師	
視力	兩眼正常(0.9 以上)給 5 點。 需檢查者，有交矯治回條給 3 點	班 級 導 師、護士	
視力進步	視力比前 1 次進步 1 級給 3 點	班 級 導 師、護士	
牙齒	無齲齒給 5 點。需檢查者，有 交矯治回條給 3 點	班 級 導 師、護士	
午餐潔牙	每週午餐後潔牙，認真者給 1 點	班級導師	
午餐	每週不挑食認真者吃完者所 有食物給 1 點	班級導師	
走路上下學	每天自行走路者給 1 點(原有 的至 11 月底截止，可兌換至 12 月，亦可換成運動銀行)	全校教職 員、志工	
體適能	學期測驗 4 項同時皆通過給 20 點。每單項達金質給 10 點， 銀質給 7 點，銅質給 5 點。 體適能體位：加強-中等-銅牌 -銀牌-金牌	體育老師	
體適能進步獎	需加強者經補測通過者(中 等)，每項通過給 3 點，若進 步到金、銀、銅牌者可再給該 獎點數。 體適能體位：加強-中等-銅牌 -銀牌-金牌	體育老師	
游泳教學	游泳檢測結果：第 1 級給 3 點、第 2 級給 6 點，依此類推， 第 5 級給 15 點。	班級導師	
游泳教學	游泳每次有下水，每次給 1 點	班級導師	

#### 肆、預期效益




運動銀行 1357 計畫經一年來的推展，學生體適能通過率由 53% 提升至 63.58%，進步將近十個百分點；過重人數從 156 人降至 116 人，榮獲體適能獎章人數由 97 人增加至 155 人，並營造全校自發性運動風氣，成效卓著，值得肯定。




後勁國小全校體位比較分析表

100 學年度學生體位		體位判讀				
		過輕	適中	過重	超重	合計
總計	人數	112	466	156	157	891
	比率	12.6%	52.3%	17.5%	17.6%	100%

101 學年度學生體位		體位判讀				
		過輕	適中	過重	超重	合計
總計	人數	113	457	116	155	841
	比率	13.4%	54.3%	13.8%	18.4%	100%

後勁國小 4-6 年級體適能比較分析表

101 學年度 市立後勁國小 學生體適能獎章狀態						
	 金質	 銀質	 銅質	中等	待加強	無法評等
男(261)	16	7	56	93	87	2
女(223)	6	6	64	53	94	0
全(484)	22	13	120	146	181	2

100 學年度 市立後勁國小 全校學生體適能獎章狀態						
	 金質	 銀質	 銅質	中等	待加強	無法評等
男(277)	3	9	38	97	129	1
女(222)	1	7	39	66	108	1
全(499)	4	16	77	163	237	2

#### 伍、結語

體力等於競爭力，國小學童應從健康扎根、健康飲食及活力運動著手：每天至少運動 30 分鐘，每週至少規律運動 210 分鐘，避免孩子們習慣並長期處於靜態的活動，讓不愛運動的學生也加入運動的行列，提升整體學生的體適能。呼籲——早自習不如早運動、出去做運動取代進去寫功課，最終達成「快樂運動、活出健康」目標。

### 運動銀行獎章



校長與運動銀行抽得腳踏車的得獎小朋友六年級余同學合影。



兌換運動銀行貼紙



校長與超馬媽媽邱淑容、家長會張會長帶領小朋友一起跑操場。



家長會副會長張子爰醫師向老師分享「運動改造大腦」知識，並大力支持推行運動銀行。

## 如何促進學生的體能與健康 —安心選、健康吃、樂活飲食在高雄

獅甲國小校長 陳鼎華

### 一、前言

2010 年傑米·奧利佛 (Jamie Oliver) 曾說：家庭飲食文化的改變，改變了我們在傳遞食物及飲食文化的觀點與想法，過去的飲食文化是組成社會的核心關鍵，現在則因工作及生活型態的改變，我們失去了原有的平衡，破壞了原有社會的平衡，進而影響生活。世界衛生組織 (World Health Organization, 簡稱世衛組織) 第三屆總幹事馬勒 (Halfdan T. Mahler) 博士亦曾經指出：「兒童健康的投資，對於推動社會發展、提高生產力和改善身體素質，是一個直接的突破口。」因此學校供應午餐，不僅解決學生午餐問題，最重要在其教育的功能，師生共進午餐，經由教育指導過程中實施生活教育、營養教育、衛生教育、安全教育及環保教育，輔導學生建立正確的飲食知識，進而建立健康飲食的習慣與行為，同時將此觀念推廣到家庭與社區，營造健康的飲食文化。

然而，雖然學校積極辦理營養午餐，也輔導學生建立正確的飲食知識與習慣，但學童大部分的飲食行為大都發生在校園外，因此必須將學生家長及社區民眾列為宣導對象之一，全面性地推動健康飲食教育，才能讓學童在校或校外也能吃得安心、吃得健康。再者，本市家長普遍重視小孩的飲食與健康生活，但是台灣飲食文化逐漸西化，不僅提供高熱量、高脂肪或含糖飲料的商家林立，許多學童及其家長亦經常食用這些食物，因此，飲食與健康的議題仍需持續努力。

有鑑於近來發生多起食品安全相關的社會議題，讓人聞「食」色變，身為教育工作第一線的教育工作者，更應擔負起教育孩子及家長正確飲食觀念的責任，因此推動健康飲食教育計畫更是刻不容緩的工作。

### 二、目前本市飲食教育所面臨的困境

#### (一) 未能發展本市飲食教育推動策略

每日午餐因有學校營養師及相關單位的把關，並且落實午餐教育的實施，對於建立學童正確飲食觀念雖具有一定的功效，然而面

對社會大環境及家庭外食文化的盛行，這樣的教育功能亦顯得杯水車薪；依據 100 學年度相關資料顯示，本市國民中小學學生肥胖比例竟高於全國 2.19 %，若僅以午餐教育的宣導，顯然不足，因此若能自組研究小組或推動委員會，發現問題的根源，進而研擬發展適合本市學童的飲食教育策略，將有助於解決健康飲食教育的推動。

(二) 教師對於飲食教育的教學知能尚不足，並且缺乏激勵機制

教師是教學成敗的靈魂，更是集言教與身教於一身的專業人員，因此當面對家長及學生的意見高張，常以喜好為由，妄顧營養健康的需求，要求學校午餐增加肉類及飲品的供應，應能透由教育的過程予以導正。

(三) 廚房人員食品衛生安全知能不足及設備功能不彰，以致未能落實食品安全的目標

學校廚房工作人員對於食品安全作業規範、監廚人員對於食材品質的驗收及建立自主管理廚房的觀念均不足，無法於第一線做好食品安全的管控。

(四) 在地食材的運用未能普及

高雄市是全國五都中，唯一具有山、河、海、港的城市，我們擁有優勢的自然環境，依據農業局統計，本市農林牧業總產值達到 194 億元，這樣豐饒的產業，更是學校購置各類食材的良好管道，除能增加地方產業的興盛，更能減少食材運送所產生的碳足跡。

### 三、未來本市 102 學年度至 104 學年度推動飲食教育計畫

教育是衡量國家競爭力的重要指標，也是導引重塑價值體系和社會文化發展的原動力。教育局有鑑於學校實施飲食教育所面臨的困境，特於 102 年 6 月至 8 月召集相關科室及學校，研擬出 102 學年度至 104 學年度本市推展飲食教育中程計畫，並以「安全、健康、食在高雄」為計畫願景，臚列五項執行策略，期能達到推動飲食教育六大目標，分述如下：

(一) 建置推動組織架構

成立「高雄市高級中等以下學校飲食教育推動委員會」並設置「高雄市飲食教育資源中心」專責辦理全市高級中等以下學校飲食

教育推動相關事宜，並且責成各級學校設置「飲食教育推動小組」積極推動飲食教育。

(二) 強化廚房人員及設備功能，落實食品安全的目標

提升學校午餐廚房管理人員食品衛生安全教育，鼓勵學校配合衛生局政策，申請成為「自主管理廚房」，並整合本市相關資源，提供學校及家長多元的食品安全資訊來源，以廣泛推廣安全飲食的概念，進行學校食材控管等策略重點。

(三) 落實食育課程實踐，發展本市食育課程特色

強化學校營養午餐與相關活動之飲食教育功能及特色，整合健康與體育領域教師，並提升教師飲食教育課程規劃、撰寫在地食材教案及教學的專業能力，進而普及飲食教育宣導，提升家庭飲食教育知能。

(四) 結合環境教育，強化在地食材運用

教導親師生了解健康有機農業，維護健康永續環境，減少碳足跡，並且建構各級學校採購在地食材的管道。

(五) 整合創意行銷資源，擴大執行效果

與相關單位合作建立食品生產履歷，建置生產者與消費者之間信任機制，整合社會資源，辦理創意飲食教育活動，藉以提升學校教育功能，培養親師生正確飲食習慣。

#### 四、結語

面對層出不窮的飲食危機，如何安全選購、安心享受食物的好滋味，是每日飲食必須留意的重點。飲食教育問題，應該從小向兒童及其家長進行飲食知識教育，運用教育方法，教授營養知識及技能，樹立正確的飲食觀念，進而培養學生飲食禮儀，訓練衛生習慣，使之能在日常生活當中實踐正確的健康生活，以促進身心健康，並透過此項教育活動啟發社區家長關心飲食問題，使之能瞭解飲食與健康的關係。因此，我們希望透過推動飲食教育中程計畫的實施，讓孩童於國小階段就能夠養成良好的飲食習慣，並且建立正確的飲食觀念，提昇教師飲食教學知能的專業成長，強化學校教育服務效能，提升家庭教育功能，重視飲食教育到家服務的概念，深耕家庭正確飲食活動，並能兼具環境教育結合在地資源，發揮在地食材最大效能，除能提升本市經



濟發展，並落實環境教育，減少碳足跡，讓全體市民享有健康的生活環境。最後我們希望結合人力、物力及專業，發揮一加一大於二的服務效能，為培養學生正確飲食觀念及習慣，建立健康活力新港都而努力。

## 如何促進學生體能與健康—全方位打造健全學習環境

議員 陳粹鑾

越來越多的學子罹患過敏、近視，甚至出現高血壓、腎臟病等成人病。主因有二，一是學校本身注重靜態的教室學習；二是現在的食品成分已經過度摻雜化學、調味原料，使得兒童健康及體能狀況每下愈況。

有鑑於此，本文特別提出四項可供改進的方向如下：

### 一、改變唯學科成績是問的積習

現在的學生，數學很會算、公式很會背、運算能力強，但卻變得「生活失能」，嚴重者連買便當也不敢，從學校走路回家都會迷路。之所以造成這樣的原因在於，一方面學校教育和社會脫節，老師凡事以「求安全不出事情」為第一準則；另一方面許多孩子都變成「媽寶」，連找工作都要媽媽陪，所以必需分兩方面討論，以解決目前學生健康及體能不佳的問題。

首先，教師因目前實施的家長申訴制度，而造成過度防衛。凡事怕孩子受傷、擔心被家長責難。因此，為了保護工作權，往往採取最安全的靜態、室內課程，讓學生平安度過在校時間。

過度追求安全的心態使得學生動能被壓抑，在學校除了下課和體育課之外，只能乖乖的坐在教室上課。

另外，為了滿足現在台灣「唯成績是問」的升學主義，學生們只拼命加強學科、追求學歷及學習靜態才藝等，讓年輕學子更沒有運動時間，所以要加強學生體能和健康，第一個必需要改變的就是整個教育環境加諸於學生的課業及生活型態問題。

其次，家庭教育方面，因為「少子化」及「教育是一種服務」觀念的時代來臨，家長開始干涉孩子的教育，再加上目前的家長多屬民國六、七十年次，在打罵式的教育環境中成長，使得家長們對於老師始終抱持著一種仇視的心態，影響到對學校的信任。

這樣的惡性循環，使得老師也只能在求安全的狀況下讓學生「毫髮未傷」的往返學校，以降低與家長對立的可能性。

因此，要讓年輕學子在體能及健康上得到改進，第一個要解

決的問題就是健全教育環境及家長觀念問題。這是相當結構性的工程，但是一朝不解決，再怎麼良好的政策，都只會治標不治本的淪為形式化。

## 二、提升有機食品與營養午餐的結合

隨著黑心油品、肉品一一出現，曝露出現在學生是生活在黑心食品危機中的事實。如果連學校所提供的食品都不安全，又怎麼能保障學生的健康和身體？

高雄市較偏遠地區之農業已經開始朝有機種植發展，便利商店利用當地有機食材做為原料，學校也應該開始關心學童的食材來源。如果能夠和高雄市的農業區塊結合，鼓勵有機種植，並提供穩定採買價格，相信會有一個良性的互動。

國外也有校園開始讓孩子自給自足的種植有機蔬果，除了可以讓學生因參與植物成長過程而懂得愛惜食物之外，也能藉此提升體能，更重要的是能「食」的健康。

事實上，人類最基本的需求就是生存，但在都市生活之下，多半的學生太過習慣用貨幣去取得生存資源，跳過了以勞動換取食物的互動關係。

在這個講究食物與健康連結的時代，應將人類與食物的原始關係帶回教育體系，此舉不但能夠讓學生在健康、體能上有所改進，更能踏實的認同生活土地與生命成長之間的關係。

## 三、促進偏鄉和都市孩童的交流

在媒體建構及大眾的偏見之下，「偏鄉」被定位成是一個「落後、沒有資源」的區塊，許多團體甚至還在用募款、捐贈等方式救濟之，將生活在偏鄉的民眾定義為「弱勢」。但事實上，經濟上的不富裕並不代表生活的窮苦，這兩者無絕對關係。

就像不丹追求的是幸福國度而非 GDP 的數據一樣，偏鄉的民眾也許物質生活並不優沃，但卻擁有都市學童所沒有的元素。他們有一望無際的「後花園」，近視率低、身體健康，鮮少聽見偏鄉孩子因為過度肥胖而就診、減肥的事情。

許多大眾誤認為生活在偏鄉的孩子「沒有午餐吃」是一種「可

憐」、「需要拯救」的事；但現在越來越多的健康資訊指出，吃東西儘量以「非加工」、「少量」為原則，也就是健康的概念已經從「吃飽」變成「吃得健康」。都市裡也有許多人開始嘗試中午不吃飯、斷食…等等方式讓自己更健康。

無論偏鄉的孩子是否因為經濟因素而沒有午餐吃，他們比都市孩子健康、更加有動能卻是事實。所以代表「午餐」對現代人而言也不見得是生存的必需，或是健康的必要選項。我們應該把焦點鎖定在是否有「足夠的營養」概念上討論，才能客觀的建構孩童與食物之間的關連。

因此，讓都市的孩子能夠多和這些生活在不同區塊的孩子交流，是一件必要的事。讓都市孩子們多了解生活的「可能性」，也能擺脫都市空間不足，凡事靠爸媽的生活方式，讓孩子自己動手、流汗去探索生活的面貌。當都市孩子看見偏鄉孩子的健康、熱情及動能之後，他們也會了解生活在都市的不足之處，進而調整對生活的看法。

在這樣的交流之中，也能讓生活領域只在都市的老師和家長們了解，孩子們不是只有一種成長選擇，他們有權力去選擇自己喜歡的生活方式，進而改變本文所提及之結構性的觀念問題。

#### 四、教育界應敞開大門，讓學生多接觸健康和動能的可能性

根據科學研究，流汗能夠排出體內的有害金屬元素高於尿液排出的數十倍之多，所以要學童健康，就必需回歸原始的身體運動，多動、多流汗，就會多一些強壯的身體。

但誠如本文一開始所提的問題，目前教育界的根本問題不在於知識的內容或是科技的運用，而是教育者的心態。教育界長久以來關起門來創造了一個封閉的世界，現在和外界的互動是在一個互相對立的「不健康」情境中運作。教育界始終認為外界不懂教育，所以不該干涉教育也不想讓外界涉入，但社會的改變卻不斷躍進，也逼迫著教育界前進，對過去封閉的環境及教育者心態有相當大的衝擊。

面對外界的質疑，目前教育界就是用「防禦性」手法、消極的應對，長久下來就形成和外界越來越對立的仇視氛圍。

所謂的「防禦性」手法，就是以不讓家長抱怨為原則，說穿了就是提供一個花最少錢、最安全的學習環境。但這樣的做法往往犧牲了學生的健康與體能培養機會，什麼都要便宜的情況下，成本就會反映在學生的午餐和健康上；最安全的方法就是讓學生坐在教室，用靜態活動消耗掉時間。

改進學生體能的方式，教育界應該要真誠的與外界溝通，探詢學生接觸身、心、靈健康的可能性，拒絕用防禦心態，以及徒具形式的家長會來應付社會的變化。鼓勵學生多流汗、運動，也多保留一些活動的機會給孩子，自然能夠找回動能和健康。

## 從學校保健教育探討如何促進學生體能與健康

議員 林義迪

學校，對於學生的人生歷程而言，毫無疑問可以視為非常重要的「成長空間」(growth environment)；因為持平盱衡就學的生涯之中，每日包括課業學習與生活作息時間，至少有三分之一以上是在學校渡過，所以這種角色判讀堪稱中肯。正因學校與學生之間，畢具相輔相成、相得益彰的依存關係；相形之下，學校教育必須肩負維護學生健康的重責大任，定位為重要保健觀護場域，應該也極適切。

本質上，力求務實促進學生體能與健康的主要課題；站在學校立場，首先必須確定「健康教育」(healthy education)的核心指標，在於培育學生正確的健康知能，認清身體健康是維持生存活力的基本需求；進而徹底灌輸兩大觀念：「鍛鍊強壯體能是自己的權利」、「認真進行保健是自己的義務」，深入明瞭體能強健、長期保健以及為本身健康負責任的必要性與重要性，促使充分認知自己才是真正的「健康守護者」(The guardian of health)。這是一種努力指引學生個人維持或增進健康，而以自我「實現導向」(actualizing tendency)為基準的明確作法，期待能讓學生清楚認識自我生命價值，並且激發提升體能與加強保健的興趣與習慣。

平心而論，健康教育的基本信念及效應，其實是與「保健」(health protection)教育的範疇與功能等量齊觀；但是，之所以進一步強調保健教育的主要意義，則是著眼於嚴格督飭學校，必要善盡促進學生體能與健康的具體觀護與指導職責，精準闡明「健康促進」與「疾病預防」息息相關的正確概念、提供健康促進的有效資訊、確實增進身體健康與降低疾病風險、提升日常學習與生活的適應能力。影響所及，力行「體能保健」與「衛生保健」，正是兩相得利的重要遵循準則：

### 壹、推展「體能保健」的精確內涵

探討體能保健的前提，當然必須釐清何謂「體能活動」(physical activity)？依照一般醫學基本定義，是指藉由骨骼肌消耗能量所產生的身體動作，進而有益健康。至於「健康體能」或稱「體適能」(health related physical fitness)，則是注重提升身體機能組織的「優質化」，如柔軟性、肌腱與心肺耐力，以及運動需求的敏捷性、協調性、平衡性；不過，學校的

健康體能教育，未必等同運動型態的競技式體能，而是著重培養身心健康、預防各種疾病、增進生活學習效率、提升生活品質所需的體能；應該定位為「健康促進生活方式」的體能訓練活動。

關於「健康促進」的意義，「世界衛生組織」在 1995 年所提解釋：「促進人們增加控制與改善自我健康能力的過程」，顯見如何規律、有效的強化體能教育流程至為重要；這也正是為何將「健康體能」另作翻譯「體適能」，要特別加上一個「適」字的關鍵所在，足證體能教學必然有其力求保健的奉行要領。

因此，教育部才會慎重其事的訂定「督導學生身體活動及體能培訓原則」，主要內容綜括七項綱要：

- 一、「各別差異」原則：要求注意配合年齡、生理、心理發展及體能狀況、身體活動量、體能訓練方式。
- 二、「有效指導」原則：教師或教練從旁指導，應以傳授正確運動觀念、知識與技巧，以及促進體能、運動能力為其目標。
- 三、「適度負荷」原則：對於學生培訓或身體運動要求，不得超出個人活動體能負荷，因為過當造成傷害，活動時間不宜過長，並應主動評估學生身心狀況，給予適當運動強度與運動頻率。
- 四、「均衡發展」原則：運動訓練應包括提高心肺適能、柔軟度、肌力、瞬發力等健康體能要素。
- 五、「持續漸進」原則：養成持續性訓練，並依個人體能持續增加運動量。
- 六、「積極參與」原則：應讓學生正確理解訓練目標，認知自己在身體運動過程中的意義，進而積極主動參與。
- 七、「確保安全」原則：運動前應有暖身活動、運動過程選擇適當護具、運動後需做緩和活動，絕對避免疲勞、飽腹、空腹或是身體不適時候進行運動。

嚴謹觀照教育部所頒布的體能培訓原則，深入整合印證其中揭示的實施重點主旨，明顯含括：

- 一、訓練架構必須明確：應有清晰規劃與目標。
- 二、訓練流程按部就班：重視逐次調整與發揮體能耐力。
- 三、訓練標準因人而異：必須針對學程年齡、成長發育、性別特徵以及健康常識認知，加以妥當區分。

四、嚴防運動傷害風險：指引正確的體能活動保健知識，將可能造成傷害機率抑至最低。

事實上，促進健康體能對於任何學程的學生本身而言，均是充實生命活力極為重要的「健康相關生活品質」(Health-related quality of life)，只要透過學校實施正確的體能保健教育，展現持續性的配合學習熱忱，養成平日漸進培練強健體魄的良好習慣，絕對足以具備調適課業、生活甚至突發性壓力的身體因應能力；這就是積極貫徹「健康主義」(healthism)，裨益自我生存動力與樂趣的正面回應。

## 貳、落實「衛生保健」的具體措施

正視促進學生健康效益，落實「衛生教育」與體能保健並行不悖。放眼長期以來國人對於健康照護的觀點，多以「疾病醫療」為取向，但卻疏忽平日的養生及保健；其實 50% 以上的健康問題，肇因於生活型態與行為不當所致。所以，正本清源之道，基於培養新世代健康國民的宏觀教育目標，各級學校確立健全系統、積極主動指導學生建立健康衛生習慣，著實刻不容緩。

當然，衛生保健的內涵充滿專業知識，學校為求達到更高水平的教學內容，應該實踐「合理化執行」(Legitimizing practices) 準則，日常蒐集教材必須針對專案報告或是醫學研究，加以分析探討，制訂結合健康體能、公共衛生及醫療預防效益的學生健康計畫；才是盡責盡分、努力倡導衛生保健而與體能保健相互輝映的務實作法；換個角度評估，則在創造減低醫療浪費、提振生活朝氣的嶄新領域。

論及關注學生健康的具體衛生保健重要措施，至少可以臚列如下七項力行標竿：

- 一、確立學生「健康檔案」，學校屈於法律及道德良知嚴守保密前提，取得家長信任，委請定期如實填報學生病歷表，以供校方引為教學參考。
- 二、學校針對學生各種疾病症狀，委請家長或家庭醫師詳細說明適合參與何種體能活動，同步推展健康體能並減低傷害風險。
- 三、鼓勵學生積極參與包括衛生署在內之醫政機關，提供諸如視



- 力與口腔保健等健康服務。
- 四、定期舉辦與醫療、衛生保健及體能保健相關座談，落實灌輸學生健康概念並付諸行動。
  - 五、定期追蹤學生接種醫療疫苗情形，充分掌握身體健康實況。
  - 六、教導學生正確飲食習慣，並定期檢測學校供餐食材、環境與飲水衛生。
  - 七、指導學生配合體能活動，適當、適量補充營養；養成良好、規律生活作習，以及辨明自我情緒管理的重要性。

總而言之，推展「體能保健」與落實「衛生保健」，用於促進學生健康，既是異曲同工，也能一脈相通。學校的指導策略，靈活運用「SMART原則」，就是 Specific (特殊的，針對各別差異體質進行調適)；Measurable (可測量的，具備可塑性)；Achievable (可完成的)；Reasonable (合於常理的)；Time-table (有時間表)。終極目標則是戮力達到「健康 5 P」理想：Pen and paper (務實紀錄)；Potential development (發揮潛力)；Positive thinking (正確考量)；Perform immediately (立即執行)；Physical fitness (優質體能)。兢業克勤、勢在必行。

「讓體能強化」、「讓健康進化」、「讓身心淨化」、「讓生機活化」四大前瞻奮發志業；不僅是加強學生提昇體健知能、展現充沛生機的篤實政策導向，更是鼎力開創「全民健康體能新紀元」的蓬勃興革鴻圖。隨著社會結構與環境的急速變遷，汲汲追求全體國人臻於福和安康的生活願景，唯有倚賴政府、學校、社區、家庭、個人齊心協力，才可真正日新又新彰顯舉國生趣盎然的新生實力。事實上，人人皆需莊嚴面對健康生命的責任擔當；既是為己立命，應該同時秉持著「為生民立命」的堅韌毅力以及奔放活力，確信只要融合「趣味的寬宏」(Catholicity of taste) 氣度，熱情參與、創造，幸福就是超越時空、族群的庇護神祇，永伴相隨！

## 體育課不同課程介入對促進學生體能與健康之應用

國立高雄師範大學體育學系教授 蔡俊賢

### 摘要

本文之主要目的在於介紹有關利用學校體育課可考量不同介入活動或課程，用以針對有效促進學生健康與改善學生之健康特徵的可行實務及建議。這些介入方式伴隨著不同程度的正面效果，已被一些文獻之研究結果所支持。其中可能包括：身體活動量、學生在體育課的活動水準、體適能，血液數據、基本的動作技巧、心血管疾病危險因子、健康知識，骨骼質量及飲食習慣等。亦有一些國外文獻結果指出：體育課不同介入活動或課程對於降低肥胖、體脂肪百分比或身體質量指數之成效有限。無論如何，促進健康的生活型態是學校實施體育課所應扮演的重要角色。本文最後亦針對如何實施健康促進活動實務方面，嘗試提出一些考量因素及建議與啟示。

### 壹、前言

由於學生花費其大部份白天的時間在學校校園內，因此學校的體育課對於提高學生的身體活動來維持學生身心健康方面，提供一個獨特的管道。在這種情境中，學校的體育課被認為是對於促進孩童、青少年學生身體活動最可利用的手段，亦是推廣終身參與身體活動的關鍵工具 (Fairclough & Stratton, 2006)。從一些以學校為基礎的促進身體活動之介入活動文獻的研究結果發現中顯示：學校的體育課在提高學生身體活動比例方面，扮演一個重要的角色，主要聚焦於藉由修正性的體育課程來提高學生的身體活動，研究結果發現：有效改善在體育課中從事劇烈身體活動與能量消耗的時間 (Kahn 等人, 2002)。

另一方面，以學校體育課為基礎設計增加促進身體或與健康有關之介入活動，對於學生能維持健康的行為以及降低心血管疾病危險因子方面是有所助益的。Harris (2009) 建議：與健康相關的體育課課程對於諸如：生理上、臨床上、行為上、認知上及情意方面的不同測量結果，有正面之影響。學校體育課在學生健康促進所應扮演的角色近年來受到更多熱烈地討論，畢竟體育課教學情境本身即可能蘊含著擴展運動技巧、知識，以及幫助促進終身運動習慣養成的理解 (Penny & Jess, 2004)。體育課程在幫助學生獲得促進長期身體活動習慣所需之技巧方面，扮演重要的角色，因

此，體育課活動亦被視為是促進學生健康的關鍵策略(Steinbeck, 2001)。我國實施九年一貫課程政策將體育與健康視為七大學習領域之一，本文主要介紹有關有效促進學生健康之與健康有關的體育課介入活動，讓體育課課程能適度改變，對於促進學生動態的生活型態之體育課角色上，提供教學上與教育上原則的合理性。

## 貳、以學校為基礎與健康有關之體育課程介入方式與評估

以學校為基礎之促進身體體適能或健康介入活動的定義為：任何增加體育課的身體活動時間分配，以及增加體育課額外時間或課程（增加每週上體育課的次數或時間），或是一種修正過的體育課課程，除了一般體育規定的課程之外，再增加一些特殊的體育活動（例如：在體育課中增加身體活動的時間或強度、藉由增加或整合新的課程，改變體育課程活動內容。例如有氧或跳躍活動等高身體活動水準課程）。另外，多元組合之以學校為基礎的介入活動，則是整合體育課再加上一些室內基於健康體適能或健康教育方面的課程，例如：設計有關如何增加身體活動量、肥胖測量、體適能、健康知識、飲食、血液數據資訊，以及對於身體活動的態度及意圖方面課程。

以學校體育課為基礎的促進身體活動之介入活動，會因使用不同的原則及方法，要實際評估其實施成效，也可能需要不同的測量方式與結果評估。綜合可歸納下列的結果評估：學生在體育課內的身體活動程度；學校內外的身體活動程度；中度身體活動(MPA)、中度到劇烈的身體活動(MVPA)、劇烈身體活動(VPA)、體脂肪百分比、淨體重，身體質量指數(BMI)、骨骼礦物質及密度，血液數據(心血管危險因子)、心跳率(HR)、體適能、飲食，以及與健康體適能或健康促進有關的知識測驗等。

一些實證性研究結果指出：增加體育課的身體活動時間分配，或增加體育課額外時間或課程，對於學生的體適能指數及身體活動程度有正面效果(Alwis 等人, 2008; Kriemler 等人, 2010; Valdimarsson 等人, 2006)。並可能有效改善學生之體脂肪百分比、淨體重以及骨骼密度與血液數據，尤其是女學生(Kriemler 等人, 2010)。其次，透過一些教學或動作技能學習漸進課程之特別課程設計，特別是，著重於發展學生有關終身動態身體活動型態的知識、態度、技巧與行為的介入活動。對於學生的身體活動程度、在體育課中學生投入中度到劇烈的身體活動(MVPA)的時間與能量消耗、體適能指數、血壓、心跳率，以及基礎動作技巧方面，可能會有部

分的正面成效。另外，整合體育課，再加上一些室內基於健康體適能或健康教育方面的多元組合課程，則對於改善學生在體育課中的身體活動量、中度到劇烈的身體活動 (MVPA) 及能量消耗量、血液數據、健康體適能與心血管危險因子、健康知識及飲食情形與對於從事身體活動的態度及意願，有正面之影響。亦對於降低學生的皮脂厚、腰圍、身體質量指數，體脂肪百分比，亦可能有所功效 (Quiterio, 2013)。

綜而言之，以學校為基礎促進身體體適能或健康介入之活動，應考量不同學生的特性，以及所預定改善學生健康或體適能的心理、行為或認知方面之成果，來設計不同的身體活動介入方式。並藉由更客觀的測量工具與追蹤記錄等方式，提供相關身體活動介入方式與實施實務的評估，才能增進體育專業從業人員之課程設計知能。

### 參、實施體育課程體適能與健康身體活動之實務考量

有關體育課程實施促進體適能與健康身體活動實務方面的考量。Stratton (1996) 主張：學生在體育課中應該要有 50% 的時間從事中度到劇烈的身體活動 (MVPA)，也就是運動強度介於最大心跳數 50-70% 強度的身體活動量。對於在體育課中促進身體活動方面最適當。因此，建議體育教師應該要知道不同階段學生生理反應的個別差異情形，並據以調整設計能夠讓所有學生在體育課中體驗相類似的體適能活動量。此外，研究發現設計高身體活動量的體育課程並結合健康教育的相關課程之介入方式，更能有效的改善學童與健康因子有關生理結果。傳統上，許多體育課的課程設計大都是體適能取向，並藉由一些體適能檢測方式來評估學生的改善情形。如果考量以促進健康與樂趣化的活動方式，可嘗試建立避免使用過多的體適能檢測活動方式所帶來的負面效果，且有更多的上課時間讓學生了解身體活動設計目標，讓他們有更多涉入中度到劇烈身體活動的時間與機會。

值得一提的是，大多數之體育課程有關體適能與健康身體介入活動，皆包含認知方面的正面效果，例如：改善飲食習慣、提高與健康有關之知識，包括身體活動量、營養方式，以及其他與健康有關的行為維持，亦是透過以學校為基礎的身體活動介入課程，讓學生建立健康生活型態相關知識獲得的重要途徑。

另一個考量是學校行政或教育當局應有適當的政策或措施，支持並鼓勵教師對於實施體育課健康與體適能課程規劃，接受有關之特殊訓練。Tinning and Kirk (1991) 強調對於體育課健康與體適能課程實務專業發

展投資的重要性，更多教師具有這些專業課程設計之訓練，便可能有更多的動機及投入營造更多成功的促進健康相關的身體活動課程設計，實施於體育課之活動過程。亦能考量有關女學生及較低身體勝任能力的學生之動機、福祉 (well-being)、樂趣，以及參與者之知識與知覺勝任能力等。

此外，體育課應該被視為一門有計畫的介紹運動文化，而不是一個體適能的訓練的科目。Crum (1993) 質疑體育課應以幫助個人整體發展，或只是從事動作技能的教學而已。其主張健身運動、遊戲，以及競技運動項目比單純的從事身體活動，有更多的規則且是可以修正的。理想的體育課教學是需要好的系統化，以及必須在發展與健康與體適能課程之前，應該強調協助個人整體發展，而終身動態身體活動的生活型態則是體育課的統一目標。

Sallis and McKenzie (1991) 主張：體育課應該著重於終身身體活動生活型態的推廣，以維持學生在往後生命歷程中的健康。假如他們的體育課能夠讓他們體驗自我決定，及感覺對於本身的身體勝任能力有信心，年輕及青少年學生更會主動持續投入體適能與健康身體相關活動。既然，學生在習慣性的身體活動之中，知覺本身的勝任能力及樂趣，會強烈影響年輕人的身體活動參與。未來的體育課程設計便需要包含推廣一些廣泛範圍的不同計畫性身體活動設計，讓大部分的學生能知覺勝任能力及樂趣，並由有資格的教師監督下方能有所成效。同時，體育課課程應該須確認大部分的學生能有效地學習從事不同計畫性身體活動的技巧、獲得相當程度與健康與體適能相關的身體活動知識，進而支持他們自動自發維持終身動態生活型態的行為。而且，當學生獲得這些勝任能力的時候，也應該是當學生投入不同計畫性身體活動/運動時，與教師及同儕間皆發展出穩定的友善關係的氛圍。許多與健康與體適能相關的體育課程設計，令人詬病之一，是忽略社會文化因素，如何結合父母親的涉入、促進環境與組織的改變來支持身體活動量，及健康的飲食亦是考量的因素。

#### 肆、體育課健康與體適能相關課程實施之建議

涉及體育教育及身體活動方式之健康與體適能相關課程，要有效地計畫、實施，以及評量，需要不同的原則，並值得花費人力、物質，及時間的資源。針對實施的實務，本文嘗試提出以下的建議 (Quiterio, 2013)：

- 一、就課程型態而言，應該整合與健康教育有關的課程，實施於任何增加體育課的身體活動時間分配，以及增加體育課額外時間或課

程的體育課程。

- 二、任何增加體育課的身體活動時間分配，以及增加體育課額外時間或課程，應該規劃促進廣泛的身體活動範圍，以及教學策略，來培養學生個人技術的獲得以及在活動中之勝任能力知覺，因此，體育課應該朝向個人化及異質化，以包容最大限度的學生人數。並且教學的策略應該強調樂趣及身體活動相關知識的獲得。
- 三、體育課之健康與體適能相關課程應該以學校大多數學生為主體，宣導學校的任務與體育課的特殊性。
- 四、健康相關課程應該要以年齡較大的學生為主體，其身體活動的經驗，有助於加速學習有關維持終身身體活動生活型態的意義及過程方面的認知。
- 五、體育課之健康與體適能相關課程實施中，有關生理檢測或過於頻繁的體適能檢測活動應盡量避免。體育課程應該集中於教育目標，以及學生應該知道的個別健康與體適能相關課程，與整個身體活動的目標及健康相關的利益。
- 六、從事高程度的身體活動量是值得推薦的，然而學生感覺身體活動樂趣、知覺本身的勝任能力，是培養學生對於現在及未來從事健康與動態生活型態行為的自主性養成之重要考量因素。

## 伍、結論

由本文的敘述內容不難發現：體育課中組合包含體育課身體活動課程，加上健康教育與體適能相關課程的介入活動，可以促進學生的健康與體適能。體育教師及體育專業人員，應該致力於有效地計畫、實施，以及評量著重於學生於廣泛的身體活動範圍之勝任能力知覺，培養學生個人運動技術、健康相關知識獲得，以及終身身體活動生活型態之健康與體適能相關課程。教育部訂 2010 年為終身學習行動年，鼓勵國人養成終身學習、規律運動及行善習慣。為了讓國人有身體活動意識，養成運動習慣，進而提昇國人之體適能。體育課為學生獲得相關知識與技能的重要途徑，唯有精進方能看見成效。

## 參考資料

- Alwis, G. et al., (2008). A 2-year school-based exercise program in Pre-pubertal boys induces skeletal benefits in lumbar spine. *Acta Paediatr*, 97 (11). 1564-71.

- Crum, B. (1993) . Conventional thought and practice in physical education : Problemsof teaching for change. *Quest*, 45, 339-56.
- Fairclough, S. Stratton, G. ( 2006 ) . Improving health-enhancing physical activity in girls' physical education. *Health Educ Res*, 20 ( 4 ) , 448-57.
- Harris, K. C. (2009). Effect of school-based physical activity interventions on body mass index in children : A meta-analysis. *CMAJ*, 180 ( 7 ) , 719-26.
- Kahn, E. B. et al., ( 2002 ) . The effective of interventions to increase physical activity. A systematic review. *J Pre Med*, 22 ( 4 ) , 73-107.
- Kriemler, S. et al., ( 2010 ) . Effect of school based physical activities program ( KISS ) on fitness and adiposity in primary schoolchildren : Cluster-randomized controlled trial. *BMJ*, 340, 792-7.
- Penny, D. E. & Jess, M. ( 2004 ) . Physical education and physical active lives : A lifelong approach to curriculum development. *Sport Education & Society*, 90 ( 2 ) . 269-87.
- Quiterio, A. ( 2013 ) . School physical education : The effectiveness of health-related interventions and recommendations for health-promotion practice. *Health Education Journal*, 72, 716-732.
- Sallis, J. F. & McKenzie, T. L. ( 1991 ) . Physical education' s role in public health. *Res Q Exerc Sport*, 62 ( 2 ) , 124-37.
- Steinbeck, K. S. ( 2001 ) . The importance of physical activity in the prevention of overweight and obesity in childhood: A review and an opinion. *Obes Rev*, 2 ( 2 ) , 117-30.
- Tinning, R. & Kirk, D ( 1991 ) . *Daily physical education*. Collected papers on Based Physical Education in Australia. Geelong, Australia : Deakin University Press.
- Valdimarsson, O. et al., ( 2006 ) . Daily physical education in the school curriculum in Pre-pubertal girls during 1 year is followed by increase in bone mineral accrual and bone width. *Calcif Tissue Int*, 78 ( 2 ) . 65-71.

## 規律運動促進體適能—健全學童身心發展的重要關鍵

國立屏東科技大學助理教授 吳柏翰

世界衛生組織 (World Health Organization, WHO) 早已將肥胖列為獨立的慢性疾病，而造成肥胖的原因主要來自於坐式生活型態造成身體活動量不足及飲食不均衡等因素有關。台灣的肥胖率是目前全亞洲國家最高，男性成年人的肥胖率更是顯著，台灣人缺乏規律運動的比率亦為全亞洲之冠 (衛生署，2012)。而兒童肥胖問題在世界各地有與日俱增的趨勢，根據美國疾病管制局 (Center for Disease Control and Prevention, CDC) 調查，美國兒童約有 1/3 過重 (BMI>25) 或是肥胖 (BMI>30)，而目前台灣兒童肥胖的比率約為 1/4，肥胖或超重的兒童較正常體重者成為超重青少年的機率高達五倍，此外，根據研究近八成的青春期肥胖會逐步發展為成人肥胖。

造成肥胖的主因為不良的飲食習慣、身體活動量不足，美國政府針對兒童肥胖推動打擊兒童肥胖「Lets Move」計畫，並制定「兒童營養法」，希望藉由政策推動及立法來減緩兒童過胖問題。台灣政府推動國民體適能政策已行之有年，但目前台灣兒童肥胖率逐年增高的趨勢卻相當明顯，而 BMI 的增高也顯示出我國兒童體重過重或肥胖比率逐年上揚。WHO 指出，阻礙兒童規律身體活動的因素包括缺乏時間和動機、沒有足夠的指導和支持及缺乏安全場所，而學校在時間、指導與場所上具備重要的影響力，改善兒童肥胖問題應從學校做起。

兒童是培養運動習慣的關鍵時期，養成良好的運動習慣，對其一生身心健康有良好效益。在歐美先進國家，國中、小體育課每週平均約 180 分鐘，高中每週平均約 120 分鐘，根據『台灣學校體育統計年報』資料顯示，台灣國中、小及高中職體育課平均每週約 91.8、74.8 及 110 分鐘，相較歐美國家體育課時數明顯有落差，而在面對升學壓力下，體育課最容易被忽視，許多專業課程老師往往「一借不還」，但事實上，聰明學習靠運動，運動有益改善健康、提升智力與情緒，根據國外調查顯示，每天固定上體育課一小時的學童，學業成績比沒有固定上體育課的學童來得好。在芝加哥內帕維市 203 學區獨創的體育教學方式所發展出的「零時體育課計畫」(Zero Hour PE) 是由一群長期進行教育實驗，思想獨特的體育老師所推動的一項課程，首次於內帕維市中央高中 (Naperville Central High School) 執行，零時計畫實施的目的就在於確認晨間運動對提升孩子的閱



讀和其他學科能力是否有明顯效果？（零時指的是在還沒正式上課前，先請學生來學校進行中等強度的有氧運動，運動強度達最大心跳率或最大攝氧量的 70%），首批實驗的美國內帕維市 203 學區的 1 萬 9,000 名學生已被改造成全國最健康也最聰明的一群學生，一開始家長都反對，孩子本來就爬不起來上學，再去跑幾圈操場豈不一進教室就打瞌睡？結果發現正好相反，運動後，孩童身體裡的多巴胺（dopamine）增加，脾氣變好，課堂中吵鬧、打架的次數減少，老師不必一直管理秩序；血清素（serotonin）增加，記憶力提升，學習效果更高；正腎上腺素（norepinephrine）使孩童的專注力增加，上課更專心，學得好、記得快，學生的表現就提升，自信心與自尊心也隨之提升。此外，他們還做了另一個實驗，將學生最不喜歡的課，例如：數學，排在上午第 2 節或下午第 8 節，結果發現上午那組的學習效果達兩倍以上，原因在於上午第 2 節課運動後的神經傳導物質還停留大腦裡，但是到下午時已經消耗殆盡。這些數據讓美國的父母看到運動對孩子的學習及行為所帶來的幫助，就不在反對零時體育課，目前美國的各級學校正推動每天都要有一堂體育課。主要的原理是因為運動時，腦部會分泌多巴胺、血清素、正腎上腺素等化學物質，這些化學物質有如天然的利他能（Ritalin，一種治療注意力缺失過動症的藥物）能幫助提升專注力，增加身體耗氧量，促進血液循環，許多帶氧血紅素進入腦部，進而使人思考靈活，有效增進學習能力。

美國密西根大學運動研究所所長何內克指出「體育課是要給學生學習挑戰性環境，讓學生覺得有趣、好玩，並喜歡運動，而不是為了給他們挫折，這才是重點。」美國的體育課程融合競技與體育教學、健身體育教學、社會實用教學及學科聯繫教學等，從小學開始就有豐富的體育教學資源，到了大學後的體育課程更包羅萬象，除了足球、籃球、網球等常見項目外，學生們的喜好興趣幾乎都能滿足，例如：冥想課、野外求生課、馬術、美式足球、擊劍、拳擊等等，只有你想不到，沒有他們做不到。反觀國內體育課程，目前我國體育課時間、專業指導員及運動設施等均不足的情況下，兒童也隨著年紀增長，對體育課的興趣也逐漸降低，國高中體育老師經常面對的是一群不知為何非得運動流汗不可的青少年，或許是升學制度使得國人忽視體育課程的重要性，又或許在於體育教學的內涵缺乏難以引起學生強烈的內在動機。因此，要如何改善讓兒童能夠確實上到每一堂體育課並且「捨不得下課」，在學校習得帶得走的運動能力是值得我們深思探討。

## 高雄市學生體適能政策與健康促進策略之探討

長榮大學 助理教授鄭勵君<sup>1</sup>

健康是一切！體適能與健康是促進國家競爭力之基礎，規律的身體活動是增進健康體能的首要途徑，也是亙古不滅的定律；我國於1994年訂定學生體適能政策，至今已近二十年，讓我們一起回顧與探討努力的策略與成效。

1998年高雄市政府配合教育部，開始推行提升學生體適能的知能，養成學生規律運動習慣。然而當時台灣升學主義掛帥，教育環境偏重升學，學生的體育課較國外學生少，健康體適能觀念更是缺乏，時不我予導致學生體能與健康狀況遠遠落後鄰近國家（教育部1997年測量3,393所中小學2,903,764位學生體適能發現），高雄市學生體適能及肥胖狀況日下甚至敬陪末座！有鑑於此高雄市政府教育局乃訂定「高雄市提升學生體適能中程計畫」，以「學生體適能333向前走」為主軸，教育學生體適能知識、態度與行為；輔導學生1週至少運動3天，每天至少30分鐘，運動心跳達每分鐘130次左右；結合學生、學校及家長的力量共同營造有利的運動環境。一轉眼過十餘載，高雄市政府甚至高雄市議會都還汲汲營營於學生體適能與健康促進的推廣與檢討，可見該是探討方法與檢討成效的時候了！相對於歐美國家在體適能的重視方向較偏向於提高身體活動量、運動參與，由政府訂定政策和提供相關運動設施場地，而相關活動的推廣主要則是由民間組織負責可資借鏡。

首先策略一，須確立高雄市政府的體適能與健康促進政策，上下一心：

政策會影響學生身體活動量與規律運動習慣，進而提升體適能與健康狀況，是普世價值眾人皆曉。美國甚至在總統之下成立體適能推動委員會，認真的執行也有成效，國內外體適能政策的理念為鼓勵學生增加身體活動量，養成規律運動習慣，進而提升體適能與促進健康目標一致，並以多元的方式來推動，從初始的體適能333政策，其後的陽光健身計畫、運動人口倍增計畫及健康體位計畫，至目前的快活計畫，政策面向逐漸擴大策略多元，包括社會支持、改善運動環境與文化、科技運用、提升體適能知能與態度、社區介入、宣導教育、體適能獎章、國際交流、師資培育、教材編製、網路宣導和獎勵策略等，

<sup>1</sup> 鄭勵君：國立體育大學運動管理學博士；前高雄市政府教育局第五科科長；高雄市體適能運動委員會主任委員；長榮大學運動競技系專任助理教授。jjjeng@hotmail.com. 0937475889.

施致平、黃蕙娟(2010)研究發現，近10個年頭學生體適能政策，分析執行績效，中小學生在BMI值、坐姿體前彎、仰臥起坐、立定跳遠與心肺耐力成績均停滯不前，甚有退步落後之情形；顯現中小學生體適能之柔軟度、肌力與肌耐力、心肺適能均沒有顯著的進步。就單項項目國中男生1600公尺跑走，國中女生的仰臥起坐、立定跳遠及800公尺跑走均有明顯退步的現象。學生之體適能狀態並未因為體適能相關政策之推展而有所改善，勞民又傷財，誤將體適能檢測項目成為健康與體育課程與教材，有點可惜(陳全壽、劉宗翰、張振崗，2004)!讓我們一起回顧檢視到底健康體適能政策落實了多少?

策略二，家庭、學校與社會健康體適能促進大家一起來：

近十年體適能政策國際化，使體適能推動策略及方法與國際接軌，辦理許多國際體適能推展的研習會，也瞭解國際體適能發展趨勢與現況。反觀高雄市學生體適能推展策略，包括體適能常模建立、學生體適能網路護照、體適能列為國中和高中職升學參考依據、弱勢族群適應體育推廣，女性、身心障礙學生體適能相關教學、設備等提供配套，還有培養學童參與身體活動的行為及習慣，家庭扮演著重要角色，也是培養動態生活的重要推手，許多研究發現父母親的生活型態及對參與身體活動的支持程度，會大大影響青少年的行為及從事運動的意願及傾向(何忠鋒、胡雲雯、周資眾，2008；方進隆、黃泰諭，2010；施致平、蔡明河，2011；Chih-Chung Wang, Mao-Hsiung Huang, Yee-Pay Wang, 2012)。再者社會及環境因素，現今的過度西化社會環境使我們的學生傾向過著靜態生活，自動化的機械、活動時間、空間不足、便利化科技發展、升學主義及社區運動環境不足等，使得身體活動的機會大大減少，如何營造良好的體適能與健康促進環境人人有責!讓我們運動生活化從自身做起!

策略三，每年進行健康體適能與健康促進政策績效考核：

徒法不足以自行，再好的政策與執行策略，確任其束諸高閣，說一套做一套，陽奉陰違，任期慢性病年齡向下延伸而不顧!每個人都知一0學說，1是健康、其他的成就與財富若沒有健康支撐都屬枉然，可是主政者仍依然故我!建構學生體適能評估之指標(認知、態度、規律運動習慣以及體適能狀況)，以瞭解體適能政策推展之具體成效刻不容緩，校長與老師的年終考核與學生健康體適能良窳連結，年年

進行檢討修正，將可防患於未然。

策略四，求人不如求己，人人落實日常生活都是健康的每一天：

筆者是心血管疾病的高危險群（爸爸心肌梗塞過世），因為工作與學術專長研究的關係，於2005年出版健康管理與促進-健康長壽由運動開始一書分享大眾，且落實健康的每一天近二十年，遺傳疾病遠離我，提升免疫力健康自己掌控很少感冒。兒童與青少年正處於人類成長的關鍵期（critical period），兒童5-7歲及青少年13-15歲，晚上9點生理調息時間之前飲食須結束（含宵夜）；11時生長激素分泌最旺盛須上床（Frank L. Smoll & Ronald E. Smith, 1996），從早睡早起（睡眠時間6-8小時）開始，力行早晨起床睜眼即床上伸展2-3分鐘緩身床沿坐約2分鐘、漫步前往喝下新鮮白開水約500c. c. 洗滌腸胃、盥洗後例行早餐吃得好準備2-3蔬果（香蕉空腹吃）先進食再麥片主食，早上9點前一定做完體內環保（開始清新的每一天）、利用時間到健身房（學校可考慮依學生年齡籌設專屬青少年健身房，鍛鍊每一塊肌群尤其核心肌群）或戶外進行1個小時以上的全身伸展與主要運動（333運動）、三餐飲食務求營養均衡、利用週末至戶外踏青或玩風浪板；每年至少出國一趟紓解壓力。當然每個人工作及生活性質不同，但健康是一切的基礎相同，以長期經營身體保健，落實健康體適能與促進，不用擔心身體機能老化（25歲開始）的問題，與高雄市民分享，願高雄市真正的成為健康的海洋首都（鄭勵君，2005）！

總之，學生健康體適能與健康促進，政府、學界與民間相關團體多年來不知進行多少檢討與改進方案，政府與校方、家長與老師戮力推展，加上專家學者的研究與建議不知凡幾，成效不彰是您我目前的共識，當然除受政策與推展策略影響外，亦受許多外在因素影響，如營養、遺傳、文化與環境等，推展策略的持續性與支持程度也會左右成果，該是我們痛定思痛的關鍵時刻，讓我們一起來，養成運動習慣運動生活化，每天撥出時間333運動，力行everybody，everyday健康的每一天，定期健康檢查，終生奉行不悖吧！

## 引用文獻

- 方進隆、黃泰諭（2010）。我國學生體適能政策分析。中華體育季刊第25卷第3期。
- 何忠鋒、胡雲雯、周資眾（2008）。國中生課後補習對身體活動量與健康體適能的影響。運動教練科學第11期。

- 施致平、黃蕙娟 (2010)。回顧與展望：我國校園體適能推廣策略與其效益分析。中華體育季刊第25卷第2期。
- 施致平、蔡明河 (2011)。體適能政策推展現況與檢測成效分析。中華體育季刊第25卷第4期。
- 教育部 (1997)。我國體適能常模之建立。教育部體育司專案報告。
- 陳全壽、劉宗翰、張振崗 (2004)。我國體適能政策指標之建議。運動生理暨體能學報創刊號。
- 鄭勵君 (2005)。健康管理與促進-健康長壽由運動開始。高雄市,復文圖書出版社。
- Chih-Chung Wang, Mao-Hsiung Huang, Yee-Pay Wuang (2012). Improving Physical Fitness in Children with Down Syndrome. Journal of Taiwan Occupational Therapy Association.
- Frank L. Smoll & Ronald E. Smith (1996). Children and Youth in Sport- A Biopsychosocial Perspective. University of Washington, Brown and Benchmark.

## 促進健康體能

高雄市體育會理事長 朱文慶

### 前言

「健康體能」是一般人為了促進身心健康、預防各種疾病、增進工作效率、提升生活品質等目的所需的體能。健康體能較好的人在日常生活或工作中，從事體力性活動或運動皆有較佳的活力及適應能力，而不會輕易產生疲勞或力不從心的感覺。

根據相關的研究指出：台灣地區學生體能與過去相比有變差的趨勢，與美國、日本及大陸相比，也明顯落後。再者進入 21 世紀科技昌明的時代，由於科技進步，電腦普及與網路化後，致使坐式、靜態生活增加，身體活動機會相對減少，加上飲食不均衡，熱量攝取過剩，肥胖比例隨之增加，學生體能也日趨衰退，更不利日後慢性疾病之預防，進而影響國民健康。因此，如何促進身體健康、預防慢性疾病威脅、提高生活品質與減少國家財政負擔，已成為國際社會所關注的重要課題。

擁有健康的體能，便有充足體力來適應日常工作、生活或讀書，而健康的體能須靠規律運動來鍛鍊，因此在身體活動的機會越來越少，工作與生活壓力和休閒時間相對增加之際，每個人更感受到良好體能和規律運動的重要性。

本主題已有相當多的學者、專家發表相關研究，限於篇幅，筆者試從其中引用並彙整如后。

### 健康體能的要素

健康體能係指人的器官組織如心臟、肺臟、血管、肌肉等都能發揮正常功能，使身體具有勝任日常工作、享受休閒娛樂及應付突發狀況的能力。因此，健康體能有心肺耐力、肌力與肌耐力、柔軟度、身體組成等四要素：

#### 一、心肺耐力：

心肺耐力為健康體能四大要素中最重要的一項，它是身體氧氣供輸系統能力的優劣，涉及人體的心臟、肺臟、血管、血液等器官組織系統的機能，被視為健康體能中最重要指標。

#### 二、肌力與肌耐力：

「肌力」是指肌肉對抗阻力所產生的力量，「肌耐力」是指某部位的肌肉群在某一負荷下，從事反覆收縮時的持久能力，或是指肌肉群在維持某一個固定用力狀態的持續時間而言。

### 三、柔軟度：

柔軟度代表人體各個關節所能活動的最大範圍，較佳的柔軟度表示肢體軀幹在運動、彎曲、伸展、扭轉時都比較輕鬆自如，同時也可以使肌肉與韌帶受到較好的保護而免於因受力而受傷。

### 四、身體組成：

指體內脂肪所佔百分比，亦即身體肥胖度或身體脂肪堆積情形。

## 促進健康體能的方法

### 一、依據衛生福利部國民健康署的建議

#### (一) 運動的指引：可從三個部分切入

- 1、改善心肺耐力及身體組成的運動
- 2、增進肌力與肌耐力的運動
- 3、增進柔軟度的運動

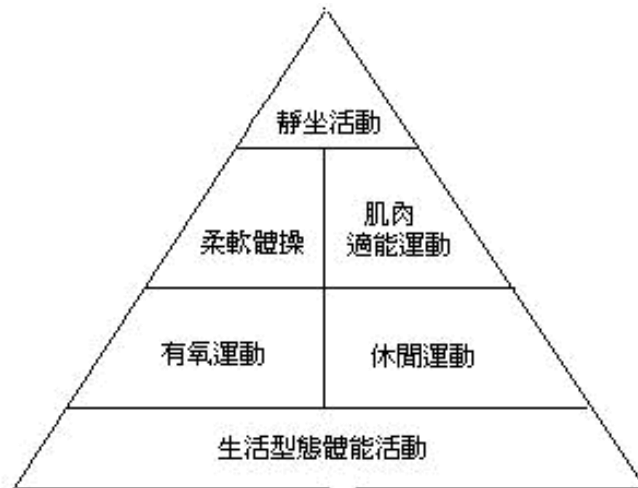
#### (二) 運動種類：分三項進行

- 1、改善心肺耐力與身體組成的運動種類
- 2、增進肌力與肌耐力的運動種類
- 3、促進柔軟度運動種類

(詳細細節可上衛生福利部國民健康署網站)

### 二、依據楊宜青醫師「體能活動金字塔」的建議

(資料取自：<http://health.osa.ncku.edu.tw/files/16-1067-7428.php>)



在日常生活中歸納出四級六類體能活動，其理想的分布是盡量減少第四級的靜態活動時間及次數，盡量增加第一級日常生活型態中的體能活動，其他第二、三級四類活動可視個人喜好、需要，依建議循序漸進。

第一級：生活型態的體能活動：

種類：走路、爬樓梯、園藝活動、做家事、騎單車等

次數：盡量每天／每週

強度：適度

時間：30 分鐘以上

第二級（左）：有氧運動：

種類：有氧舞蹈、慢跑、騎腳踏車、游泳、登山機、滑步機等

次數：3~6 天／每週

強度：適度~激烈

時間：20 分鐘以上

第二級（右）：休閒運動：

種類：桌球、網球、籃球、壘球、排球等

次數：3~6 天／每週

強度：適度~激烈

時間：20 分鐘以上

第三級（左）：柔軟體操：

種類：伸展運動等

次數：3~7 天／每週



強度：伸展至有緊拉感  
 時間：10-60 秒；1-3 組

第三級（右）：肌肉適能運動：  
 種類：重量訓練、仰臥起坐、伏地挺身等  
 次數：2~3 天／每週  
 強度：肌肉超負荷練習  
 時間：重複 8-12 次／組；1-3 組

第四級：靜態活動：  
 種類：坐辦公桌、看電視、打電動等  
 次數：盡量減少  
 強度：低  
 時間：盡量縮短

#### 促進健康體能之運動建議表

體能要素	運動種類	次數	時間
心肺耐力	跑步、快走、游泳、單車、舞蹈、跳繩、球類運動、傳統健身運動等等有氧運動	每週至少三次	每次至少 20 分鐘
肌力與肌耐力	重量訓練、仰臥起坐、引體向上、伏地挺身	每週至少二次	每次至少一至三回合
柔軟度	伸展操、傳統健身運動、體操.... 等	每週至少三次	每次肌肉伸展 20 至 30 秒
身體組成	有氧運動為主，重量訓練為輔	每週至少三次	每次至少 20 分鐘，每次至少一至三回合

資料取自：衛生福利部國民健康署

( <http://www.hpa.gov.tw/BHPNet/Web/HealthTopic/TopicArticle.aspx?No=201309140013&parentid=201309140010> )

## 有關校園營養午餐「食的安全與健康」之淺見

旗津國中營養師 劉淑媛

英國知名型男主廚奧利佛 (Jamie Oliver) 走訪英、美等國的中小學校園午餐，發現充斥著高糖、油炸與過度加工的食品。他語重心長地說出：「這可能是史上第一次，孩子會比父母早死的一代。」因為現代兒童飲食習慣不佳，英、美等國如此，台灣也差不多。對孩子來說，校園午餐不應只是一天當中重要的營養來源，更應是認識食物與健康的機會。讓每個學生瞭解什麼才是食物真正的原味，拒絕不健康的加工食品，擺脫營養不均衡所引發的肥胖與各種肥胖引起的慢性疾病，擺脫過多食品添加物對身體所引發的不良影響。然而目前午餐的現況，實施午餐問卷調查時，許多家長與師生用「肉排夠不夠大」、「有無炸雞腿」…等理由評斷校園午餐的價值，學生喜歡菜餚的排行榜前幾名不外乎「鹹酥雞」、「玉米濃湯」、「炸豬排」…等等。問卷上的滿意度往往會影響午餐菜單的設計，學校自辦式的午餐如此，委外廠商供應的午餐更是為迎合師生的口味而放鬆對營養的堅持。

身為一個校園營養師，我認為要提升學生的體能與健康，學校除了提供學生營養衛生的午餐，更應營造一個優質的健康飲食環境與氛圍。

### 一、營養均衡的午餐

1、均衡營養的菜單：營養來自於食物，而且是吃下去才能吸收到養分，所以營養師除秉持專業外，更須了解學生的喜好從中去調配每一餐菜單。每日的午餐菜單中除提適當的營養外，更富含其他健康飲食的觀念。

(1) 飲食指南作依據，均衡飲食六類足。

(2) 全穀根莖當主食，營養升級質更優。預防慢性疾病，全穀類優於精緻五穀，白米中加入 1/3 全穀類，可以減少代謝疾病、癌症等發生。

(3) 太鹹不吃少醃漬，低脂少炸少沾醬。烹調時不添加過多的調味料以控制鈉含量，少油炸以控制脂肪量。

(4) 含糖飲料應避免，多喝開水更健康。午餐附餐提供符合校園食品規範的飲品：牛乳、豆漿、優酪乳及 100% 果汁。

(5) 少葷多素少精緻，新鮮粗食少加工。以植物性食物為

優選擇，少用加工食品（如：調理肉排、麥克雞塊、黑輪…等等）。

(6) **當季在地好食材，多樣選食保健康。**當令食材品質好、營養價值高且價格便宜最適合食用。選擇在地食材不但新鮮，亦符合節能減碳之原則。

2、**衛生安全的午餐：**近來有關食品安全事件頻傳，從 CAS 肉品抗生素殘留超標、澱粉添加順丁烯二酸、到近日最熱門的食用油添加銅葉綠素事件…等等，無一不讓廚房工作人員心驚膽跳，更遑論學生、家長。因此學校除落實現場食材把關及烹調操作流程的衛生管理，更應公開食材來源相關訊息於學校網頁或午餐月刊中，讓家長放心。

## 二、優質的健康飲食環境的建立

### 1、結合健體及家政課程融入營養與食安的教學

「會被教養成什麼樣的人，就在於你有多少機會可以碰觸這些議題。」站在教育的角度，學校應該要提供一個健康的飲食環境，讓學生可以從生活中思考飲食的意義。校園營養師平常除設計菜單營養分析外，必須肩負廚房衛生安全督導的行政工作與跨校區域服務等，難以有充足的時間進行營養教育。2005 年日本制定〈食育基本法〉，推動全民健康飲食的觀念，並建立「營養教師」制度。營養教師除了同時肩負膳食供應和營養教育外，還能針對個別學童提供諮詢，走入社區推廣營養教育的理念。以台灣的現況而言，可結合健體及綜合領域課程融入營養與食品安全的教學。

### 2、班級用餐氛圍營造

高雄市學校從 101 學年度推廣打菜教育，提供各項菜色的建議取用份量，師生分食營養午餐時有所依循。用餐時可撥放音樂，老師指導同學依序、依建議份量取餐，避免偏食與浪費。

3、**各項的體驗活動—正確吃與攝取適當營養是很重要的事，一定要深植學童心中，而體驗是學習中最能讓學生印象深刻的方法。可透過闖關活動之遊戲方式建立學童正確的營養觀，更可透過戶外教學活動，如種菜體驗，在地食材市集體驗等**

活動。目前有關在地食材體驗的議題很熱門，但高雄市幅員廣大有山有水，城鄉、食物的產地及飲食文化的差異，應有多元的體驗方式。

校園營養午餐真的不單單只是提供一頓餐食而已，均衡營養一向是設計菜單時思考的首要，為的是提供學生健康飲食。但隨著愈來愈多食品被查出問題，不禁質疑：「我如何提供學生安全無虞的餐食？」。食安問題讓我了解到，除了營養均衡，「安全食材的來源」更是需要好好把關。

# 考 察 紀 要

## 許崑源議長率議員考察日月光污染事件



本會關切日月光公司違規排放廢水造成環境污染及後續處理情形，許崑源議長於 12 月 24 日率領蔡昌達副議長及林義迪、陳美雅、陳麗珍、周鍾濫、黃淑美、童燕珍、蕭永達、張漢忠、劉德林、李雅靜、徐榮延、陳粹鑾、蘇炎城、曾麗燕、曾俊傑、鍾盛有、陳明澤、蘇

琦莉、翁瑞珠、方信淵、林瑩蓉、陳玫娟、黃石龍、許慧玉、蔡金晏、吳益政、李順進等議員至日月光考察。許議長指出，日月光 K7 廠停工是全國所不樂見，除期盼日月光履行「每一滴廢水的排放都能符合環保規定」承諾外，同時不能影響員工及派遣工一分一毫的權益。

許議長指出，日月光對台灣及高雄的產業發展十分重要，市府團隊應善盡職責督促日月光排放污水務必符合環保規定，希望日月光能加油，並將環保做到 100 分。

許議長表示，日月光的污染錯在公司，不在於員工，不能因停工而影響員工的權益，日月光更應保障員工及派遣工的權益，議會也會要求市府以監督日月光的同一標準及規格對待每一家工廠，並嚴格把關，期盼市府不要和中央互踢皮球，他也為高雄加油。



針對日月光積極向市府爭取復工，蕭永達議員要求日月光照發員工全薪及不得解散派遣工，同時提高員工今（102）年的年終獎金，至少比照公務員 1.5 個月獎金；他也要求日月光承諾整治後勁溪並賠償因污染引起的農、漁業損失。



黃石龍議員則說，日月光造成後勁溪的污染十分嚴重，但除日月光之外，中油也是長期污染的禍首，希望市府對中油也嚴格把關，否則國營事業都不能符合環保要求，市府又如何要求民營公司遵守環保規定。

陸淑美議員針對日月光廢水酸鹼值及鎳含量提出質疑，市府早在10月1日現場稽查獲知日月光違規排放廢水，卻未予繼續追蹤。10月5日又查獲日月光違規海放，重大違規情節足以裁處停工，環保局卻拖到12月才要求日月光停工，根本未依法行政。她強調，中油、台塑及仁大工業區之廠商亦有污染後勁溪之虞，但市府卻長期稽查不力，建議市府成立跨局處專案小組，並邀請學者專家研究整治方案，整治經費則由污染者付費。

周鍾澂議員則說，市府環保把關的努力不足，對後勁溪水質稽查的次數自100年起大幅減少，而日月光絕不會是唯一污染後勁溪者，市府應加強稽查；他並認為日月光30年30億元的污染防治經費的提撥不具誠意，建議日月光成立基金，以利息挹注污染的改善經費。

海科大教授沈健全指出，日月光應承擔企業的社會責任，如果日月光有懺悔之意，應主動放棄行政訴訟；他並建議市府成立跨局處專案小組之外，議會也應成立專案監督小組，並要求市府對污染者施予懲罰性的罰款策略，促使廠商改善。



林瑩蓉議員則批評加工區未設置統一的廢水處理廠，任由各廠自行處理廢水，她相信不只日月光有污染行為，經濟部及加工區也應擔負起責任。

徐榮延議員則說，日月光以誤會來解釋污染，顯見未承認錯誤，日月光應承認錯誤並向全體市民致歉。



陳明澤議員則說，民進黨在大高雄執政 15 年卻迄今才發現污染，兩黨都有責任，市府如查獲日月光確實設有暗管排放廢水，理應無限期停工，希望日月光能做到百分之百沒有污染。

李順進議員也要求市府以同一標準及規格處理其他的污染事件，尤其是前鎮與小港的工業區，他支持市府以重罰來嚇阻惡性污染。

陳麗珍議員除要市府督促日月光改善污染情形，也應針對加工區及仁大、台塑等加強污染的稽查。

許慧玉議員認為，生態的維護不分政黨及區域，雖然感謝日月光創造高雄 2 萬個就業機會，但日月光也應負起企業責任推動綠色環保，維護全體市民的健康與安全。

童燕珍議員強調有看見日月光努力的誠意，希望日月光能彌補錯誤，維護自己的企業形象。

## 許慧玉議員打通仁武交通瓶頸 讓民眾走的更順暢



對仁武區未來發展充滿信心的許慧玉議員，接獲仁武區仁心路民眾陳情，仁心路旁鳳仁路上家具店林立，過去曾發生火警，因道路瓶頸延誤救火，雖經消防隊奮勇搶救，因家俱成品係易燃物，火勢一發不可收拾，業者損失慘重，居住在附近居民也提心吊膽。許議員接獲

陳情於去(102)年12月25日邀請交通局及新工處前往現場會勘。

許議員說，仁心路是灣內、烏林及考潭等三個里的主要聯外道路，但道路狹窄，成為交通瓶頸，由於車流量大，每當上、下班及上、放學交通尖峰時段，總是出現汽機車爭相搶道的危險情形，經常發生交通意外事故，住在仁心路居民希望能盡快改善，提升當地交通及居住品質。

許議員在會勘後表示，仁心路拓寬才能根本解決問題。仁心路總長2,627公尺，現寬6~12公尺，西段約934公尺位於澄清湖特定計劃區之農業區，非屬劃設都市計劃道路，但已納入『澄清湖特定區計畫(第三次通盤檢討)案』【草案】變更為15公尺寬之計畫道路，刻正於內政部都市計畫委員會審議中，許議員表示會緊盯改善進度。

## 許慧玉議員「抓漏」防災讓民眾好過年

勤跑基層，為民眾解決民瘼的許慧玉議員，近日接獲中圳橋周邊鄉親的陳情，中圳河河堤年久失修，遇雨成災，民宅和農作物損失嚴重，大家苦不堪言，特於 1 月 9 日邀請水利局及區公所人員共同現地會勘。



水利局以經費不足為由，推拖塘塞，但事有迫切，怎可因經費問題，作為藉口，市政府一定要及時籌措預算，否則再拖延下去，小患會變成大患，她要求市府絕不能再拖延了，一定要立即處理。

許議員指出，大社區中圳橋之二處易坍方路段，只要下大雨就會成為水災區。她實地會勘後，要求市府未雨綢繆，趁著非颱風季節趕快疏浚，不要讓水災再危害地方，否則雨季來臨了只能去勘災，民眾生命財產損失要找誰賠償？當地鄉親也如吞了「定心丸」，希望今年中圳不要再鬧水災，讓大家都過好年。

許議員表示，中圳溪是大社區內重要水系之一，過去每逢雨季就發生水災，尤其在大社區中圳橋至澄觀橋段的 1,200 公尺擋土牆與景觀護岸易坍方，希望以應急工程予以處理，其餘後段工程，則再檢討是否納入「易淹水地區整治計畫辦理」。

居住在中圳鄉親很欣慰許議員果斷的找出問題癥結，他們最大期待是今年雨季之前完成防災工程，解決長期困擾大社鄉親的水患問題。

# 活 動 傳 真

## 許議長代表本會向全體市民賀年

高雄市議會許崑源議長新春賀詞：

各位敬愛的高雄市民，大家好！大家新年快樂！

我是高雄市議長許崑源，迎接金馬年，崑源謹代表議會全體同仁向各位鄉親拜年，敬祝大家「馬年好運到，吉祥又如意」！

新的一年是建設高雄的關鍵年，崑源期盼高雄成為帶動台灣經濟起飛的「飛天馬」，在馬年「一飛沖天」，議會將持續督促市政，拼經濟，創造市民福祉。

議會將和市民站在一起，共同努力，提升高雄經濟力與競爭力，打造我們美好的城市與家園。

「歡歡喜喜迎馬年，萬事如意平安年」！崑源再一次祝福各位鄉親，身體健康，萬事如意，闔家平安！



## 許崑源議長促中油苓雅寮油庫還地於民

苓雅寮油庫土地住權自救委員會於 12 月 17 日向高雄市議會提出陳情，指出中油苓雅寮油庫廢棄後卻未依承諾還地於民。許崑源議長及黃昭順立法委員為地主主持公道，要求財政局、都發局及地政局為維護地主權益協助解套，並力促中油將苓西段 173 號土地還給地主。



中油為興建苓雅寮油庫於民國 52 年徵收民地，並向苓雅寮油庫之地主承諾，如油庫不使用，將會還地於民；但中油廢棄油庫後，未依承諾還地於地主。土地重劃後，中油捐出苓雅寮段 987、990、990-1 地號等三筆公共設施用地予市府，並保留苓西段 173 號建築用地。

苓雅寮油庫土地住權自救委員會指出，這件土地爭議案延宕 40 多年，中油在無法源依據情況下強徵民地，讓地主財產化為烏有，希望市府和中油要以當年徵收民地的「精神」來協助地主解套，維護地主的權益。

許議長說，中油當年徵收土地興建油庫的目的已經消滅，理應還地於民，包括財政局、都發局及地政局均應面對問題，為地主解套，將中油捐給市府的土地，研議能否以行政救濟措施還地於民。

針對中油尚未捐出的苓西段 173 號土地，許議長及黃立委協調中油進行研議，透過中油公司內部行政程序將苓西段 173 號土地還地於民，釋出土地提供行政救濟，以消滅地主 40 年的委屈。

許議長強調，苓雅寮油庫土地爭議案如依法辦理，根本無法解套，地主權益只能損失殆盡，但市府仍應研議可行辦法，克服行政困難，予以救濟，這才是市府應有的責任及義務。

## 洪秀錦議員走訪基層探民瘼做功德送溫暖

一向熱心助人的洪秀錦議員，在走訪基層時，發現弱勢家庭就想盡辦法予以幫助。

洪議員於1月2日結合在地善心社團一起慰問低收入戶，在歲末寒冬送給弱勢家庭一些溫暖，也祝福他們能過個好年。洪議員在慰問過程中發現一位陳姓女士生活困頓，這位住在林園區東林里居民原本就是林園區公所列案之第4類低收入戶，多年前與夫離異，含莘茹苦獨自撫養兩子成人。



陳女士家境十分清貧，長期租屋而居，日前其母因重病而不幸往生，其母生前由陳女士全力照料，加上父親及兄長亦體弱多病尚須專人照料，致使無法外出謀職，全家經濟僅靠其兩子四處打工或向親友借貸勉強度日。陳女士家境經濟極為困頓，日不敷出並飽受斷炊之苦，即使咬牙苦撐亦無法扛下如此重擔，全家生活陷入愁雲慘霧當中。



洪議員獲知此訊息後，主動接洽林園民眾服務社救助，並由該社將個案資料轉送社團法人台灣天慈同心會申請補助。日前洪議員在林園區諮詢委員周永月小姐及林園民眾服務社黃志立主任陪同下，到陳宅表示關懷並轉送社團法人台灣天慈同心會令慰問金，在嚴冬來臨前送暖以解燃眉之急。

洪議員也是來自清貧家庭，她對弱勢家庭很有同理心，也了解他們的需求，除鼓勵他們勇敢站起來外，也許結合更多社會資源，協助弱勢家庭子女就學如同是為國家培植國本。

## 鄭新助議員歲末寒冬送暖 發送白米給中低收入的單親家庭



「歲末寒冬送暖」。鄭新助議員於 103 年 1 月 4 日在高雄市三民區九如一路的服務處舉辦「2014 中低收入單親家庭愛心白米發送」的慈善公益活動，只要設籍高雄市三民區，且為高雄市政府社會局列冊有案的單親中低收入戶，都可以前往領取 20

台斤的白米一包，有 680 多戶受惠。

鄭議員說，油電雙漲，失業率又不斷攀升，很多弱勢族群連三餐都不繼，最近他發現不少前來求助者以單親家庭居多，因此今年才增加舉辦發送白米給單親中低收入戶的寒冬送暖活動，也當作送給這些弱勢族群一個農曆春節的紅包，他相信送一包白米比給現金更有意義，也更能實質幫助這些人。

這項活動從上午 10 時起開始發送，服務處工作人員一早就忙著把白米搬到服務處，連出售白米的米商也來義務幫忙，里民只要符合條件，就可以憑社會局所發的通知單、身分證及印章領取。他們對鄭議員的善舉都很感謝，一位里民一再向鄭議員稱謝說，雖然只是一包白米，但可以讓他一個月都不必擔心沒飯吃。

鄭議員表示，他最近才發送民生物資給中低收入戶，且不限三民區的里民。這次再加送白米給中低收入的單親家庭，向米商洽購白米時，米商獲悉他要濟助低收入戶後，深受感動而以成本價賣給他，讓他也很感謝米商的贊助，大家一起做善事，有錢出錢，有力出力，政府施政不及之處，他很願意與大家一起盡力來做。





## 許崑源議長強調「經濟發展不能分藍綠」

高雄市中小企業服務中心榮譽指導員協會在縣市合併之後難產，並恐



成為全國榮譽指導員大會的唯一「孤兒」；有 80 多名榮譽指導員因市府經發局刻意行政怠惰與瑕疵而喪失續任資格，經發局更欲以行政裁量權指派理事長一職，引發爭議。

高雄縣市順利完成合併，但原市與縣的中小企業榮譽指導員，即企業服務志工組

織合併，卻發生困難；為促成市與縣的中小企業榮譽指導員協會合併，依規定，有意續任榮譽指導員者應於去（102）年 9 月 30 日以前將續聘資料送交經發局進行審查，再由經濟部中小企業處複審，但經發局延宕 80 多名依規定送審的榮譽指導員資料，延長送審期限至 12 月底，並一一要求無意續任的指導員補齊資料送審。

由於市府經發局延宕續任指導員的送審資料，導致所有指導員均逾期送審，連合法依規定送審的 80 多名榮譽指導員也全數喪失續任資格，引發抗議，並於 1 月 8 日向許崑源議長提出陳情。

陳情的指導員表示，中小企業榮譽指導員是無給職的志工，大家一心為促進高雄經濟發展努力，但經發局在整併縣市兩會組織合併過程中出現明顯的政治操作，區分藍綠，製造對立，破壞團結，更嚴重影響高雄經濟的發展。

指導員指出，全台其他五都皆已順利遴聘榮譽指導員，只有高雄市經發局運用不當的行政裁量權，導致高雄市榮譽指導員喪失遴聘資格，並將缺席於全國榮譽指導員大會，成為全國榮譽指導員大會的唯一「孤兒」。

經發局長曾文生則強調，原縣市的兩個榮譽指導員組織一定要完成合併，讓所有榮譽指導員有機會參與組織，並發揮服務功能，促進高雄經濟的發展。但他坦承經發局的行政程序有所瑕疵，並說明經發局支持經濟去政治化的立場，絕不會有政治干預。

許議長則說，中小企業榮譽指導員組織長期以來是以透過選舉產生理事長，經發局不能以行政裁量權逕行改為指派方式，此舉將嚴重破壞公平性，尤其年底選舉將屆，經發局絕不能成為政治選舉的打手。

許議長表示，經發局長職位十分重要，肩負翻轉高雄經濟的重擔，發展經濟絕不能受政治干預，更不能有藍綠之分，也不應成為民進黨的打手，否則，高雄的經濟將會更「淒慘」。

## 高雄市議會頒獎鼓勵獲參訪心得寫作優選學生

本會定期大會會總質詢議程成為許多高、中職學生的公民教育的初體驗，議會網路月刊開放參訪學生投稿抒寫參訪心得，獲得熱烈的迴響，並一改過去透過媒體對民意殿堂產生的刻板印象，本會於1月22日頒獎鼓勵獲得參訪心得寫作優選的學生，並鼓勵莘莘學子在讀書之餘，也要關心民主政治的衍變。



本會連續二個會期開放議員市政總質詢時段提供學生進行公民教育的參訪，參觀議員總質詢的學生及團體已達 7、8,000 人，大部分的學生都是第一次踏入議會聆聽議員的現場質詢。為鼓勵學生透過議員問政關心攸關市民與城市建設的大小事，議會特別在網路月刊開闢「心得園地」，接受參訪學生投稿參訪心得，經過教育局的專業評審，選擇 10 篇優選作品，並進行頒獎鼓勵。

獲得優選獎的高雄女中學生宋積昀在作品中指出，第一次踏入象徵民主的議會發現竟沒有「叫罵聲」，反而是聆聽到議員擔負為民喉舌的用心質詢，並藉由參觀議會讓課本上的名詞得以從生活中真正體會，同時充分了解議會扮演監督政府與分權制衡的重要角色。

明誠中學的徐子傑的作品也獲得優選，他以議員質詢那瑪夏地區因 88 風災發生房屋遭破壞而衍生土地爭議為例，說明議員身為人民正義代言人的使命感，心得作品並強調每位議員雖有黨派立場，但都是盡心盡力爭取市民應該有的權益，同時監督政府施政和行政作為。

為鼓勵莘莘學子關切民主政治的議題，議會舉行公開的頒獎活動，由副秘書長吳修養親自頒獎。吳副秘書長表示，議會網路月刊「高市議會 Online」是全體市民了解議事運作及議會監督市政的重要園地，更希望藉由學生參訪活動，讓民主政治的種籽在學生身上萌芽，更促進台灣民主政治的進步。

獲獎學生包括高雄女中宋積昫、國立中山大學附屬國光中學呂宗翰、三民高中伍筱媛、文山高中王千由、林園高中朱辰方、高雄高商郭欣妮、中正高工吳冠儀、明誠中學徐子傑、樹德家商謝懿萱及高苑工商朱玉鈴等10位同學。

# 人 物 側 寫

## 吳利成議員一做公德減緩高楠公路肇事率



肇事率最高的高楠公路，曾被列為十大死亡路段之一，吳利成議員接到民眾陳情後，就劍及履及勘查，並找出問題癥結就是道路設計不當，導致大小車爭道之後果，加上標誌又不清楚，成為交通事故的主因，他會緊盯市政府交通局「做公德不要再害人了！」。

「錯誤的交通政策就是謀殺人命。」吳議員說，高楠公路在仁武區水管路口，每個月超過4件交通事故，肇事率之高，在原高雄縣時代就被列為十大死亡路段之一。在高楠公路與高鐵橋下道路或是水管路的十字路口，快車道車輛都是禁止右轉

的，所以不管是大型的貨車或自小客車，都會提前在快車道的缺口轉進慢車道，以利右轉。在上下班尖峰時段，遇上歸心似箭的機車騎士，大車、小車爭道，險象環生，如果不幸發生擦撞，輕者車毀人傷，重者性命不保。

吳議員分析，高楠公路快車道禁止右轉高鐵橋下道路，因切入口狹窄，導致汽、機車爭道；儘管警方在高楠公路上豎立不少「禁止右轉」警告標誌，但汽車駕駛人視若無睹，交通事故頻傳。如不久前才發生一起年輕市民遭砂石車撞擊死亡案例，這名年輕市民正準備結婚，未婚妻在案發現場悲傷得昏厥倒地，讓不少市民事後聞悉感到鼻酸。



快車道的汽車必須在前一個路口切入慢車道才能右轉，由於路口安全島的障礙物非常多，包括道路標誌、號誌、路燈桿等，影響汽車駕駛人視線，未注意到右方來車，造成汽車切入慢車道時危及機車駕駛人安全。加上標誌不清楚，汽車駕駛人不知道從那一個路口轉入，而慢車道的機車駕駛人也沒有得到預警，注意左方來車，就很容易發生車禍。水管路口今年

1 月到 10 月合計發生 39 件車禍，其中還有 1 件死亡車禍，令人憂心。

吳議員針對高鐵高架橫跨平面路段，夜間照明不足，已向工務局提出建言，改善照明設施。市政府交通局也有善意回應，允諾加強標誌、號誌的改善，至於快車道轉入慢車道造成危險，將延伸槽化線視線距離與交織點長度，增加行車安全。



## 郭建盟議員一捍衛市民權益修正不合理稅捐制度

高雄縣市合併後，地價稅累進起點降低，令許多市民未蒙縣市合併之利，荷包卻先縮水。郭建盟議員為市民權益發聲，強力要求市府向高市籍的立委反映，正視縣市差異的事實，向財政部爭取公平的稅賦機制。

郭議員指出，地價稅累進起點降低，令 1 萬 1,000 餘戶民眾的地價稅額增加，可謂尚未嚐到縣市合併升格的甜美果實，卻先增加支出負擔。

郭議員分析，高雄縣市合併前，地價稅的累進起點分別是 125 萬元、567 萬元；但是，縣市合併後，財政部今年卻將累進起點，取合併前的縣市累進起點相加之後的平均值，得出 307 萬元的起點。

這種表面式的平等作法，其實卻是無視現實狀況而訂出的齊頭式的平等。郭議員以那瑪夏及美術館園區的地價為例，兩者的地價豈止是相差十萬八千里，卻硬是把兩處地價放在同一天秤上去衡量，變成都是同一個累進起點，公平嗎？

郭議員堅定主張「稅賦就是要公平」，不公平的稅賦就如同是變相的剝削，是劫貧濟富，不符合社會公義原則。

郭議員也理性地說，雖然稅制是財政部訂定，市府也曾忠實反映地方實際狀況而未被採納，但市府不能因此就沈默接受。

他強調，不僅是高雄有此問題，台中、台南也有同樣情形，顯見是制度出了問題。距離下次稅賦調整的 105 年還有 3 年時間，應該全力向高雄市選出的立委反映此事，團結起來，一起為市民爭取合理的稅賦制度，落實公平正義原則。





## 許慧玉議員一盼多給員警愛的力量紓解工作壓力

出身基層，勤跑基層，對基層各界心聲瞭若指掌的許慧玉議員，尤其對基層員警「包山包海」的特別勤務抱不平！她認為員警工作壓力過大，才會導致許多員警身心俱疲，甚至健康亮起紅燈，曾有員警疑似因過勞導致中風癱瘓。她希望高階警官要適時關心員警工作負荷，休假時不以勤務為由召回員警，給予充分的時間休息，備勤時能讓員警回家吃晚餐，盡量的以戶籍地（住家）分發服勤，透過家庭愛的力量紓解工作壓力。



許議員關注基層員警超勤工作負荷太重的議題，言猶在耳，交通大隊派駐仁武烏松分隊車禍處理小組張姓警員就在工作地點休息室舉槍自盡，更讓她心痛。市警局表示，張姓警員於縣市合併前才調到仁武烏松分隊車禍處理小組，由於承接新的業務較不熟悉，經常倍感壓力，再加上未適度抒壓，導致走上絕路。

許議員特地到殯儀館為往生者上香致敬並慰問家屬，場面氣氛哀戚凝重，家屬對許議員專程來祭弔感到意外也由衷的感謝，讓她感觸良多，頻頻請家屬節哀。

許議員也在此鄭重呼籲大家一定要珍惜生命，若須諮詢或相關協助可撥生命線專線「1995」或張老師專線「1980」，千萬不要因一時衝動，而留下遺憾。同時許議員也會持續關心基層員警勤務、輪班狀況，以及是否有過勞之現象，避免遺憾再度發生！



許議員希望高階警官要多傾聽基層員警心聲，讓員警有表達意見的機會，讓員警對自己生活及工作的建議能反映到高層，碰到難以排解時請主管協助並幫忙同仁解決問題；另外如服勤所使用之裝備如：防彈衣、反光

背心、汽機車及手提電腦等應擇優選購，不容許採購偷工減料之裝備，因這些裝備關係到員警生命安全，馬虎不得。

許議員也要為基層員警爭取提高超勤津貼，並希望能簡化工作項目，不要讓基層員警的超時工作，讓員警能在勤務之餘有時間多與家人相處，創造優質的工作環境，達到雙贏的境界。

## 徐榮延議員－加強行銷鳳山區觀光產業



「拚經濟就要先拚觀光」。徐榮延議員指出，高雄縣市合併後很多產業「未蒙其利，先受其害」，原高雄縣好像完全消失了，市府在行銷高雄市時，往往獨漏原高雄縣，就連大陸觀光客來高雄，也多集中在市中心區，緊鄰的鳳山區是有很多古蹟、小吃等景點值得推銷，帶動地方的觀光產業。

徐議員設在鳳山區五甲路上的服務處，每天都有里民聚集泡茶聊天，也會向徐議員反映地方上的一些事務。有里民說，台

灣開放大陸同胞來台觀光旅遊後，台灣的人情味讓他們深受感動，但鳳山區很少遇到觀光的陸客，大部分都集中在高雄市中心，比較少到郊區觀光，懷疑市府缺乏行銷，讓陸客不知道還有很多地方值得參觀。



自今(102)年10月1日大陸實施「旅遊法」後，零團費、低團費及購物團等大陸旅遊團已大減，但相對的自由行陸客大幅度成長，台灣各地都爭相行銷在地的特色，以吸引陸客前來觀光消費，據觀光局的遊客調查，陸客除了喜歡台北市，現在也熱愛到各地鄉下旅遊，過去陸客最熱門的日月潭、阿里山，已不再是自由行陸客的最愛，因為自由行有更多的選擇。

徐議員指出，鳳山有捷運抵達，交通便利，又是座古城，能參觀的古蹟不少，像東便門、東便橋、龍山寺、打鐵老街…等等，以及具現代化的大東文化藝術中心，從營區兌變的衛武營藝術文化中心，甚至鄰近湖光山色的澄清湖、充滿古典建築的高雄圓山大飯店，都是值得介紹，即連自由行遊客最愛夜市，鳳山地區也有，如同市區般物美價廉，一樣好吃。

徐議員希望地方執政者能「一視同仁」，不要讓原高雄縣的市民有低人一等的感覺，地方的公共建設更應平衡發展，更不要再有政治上或選票上的考量，鳳山區緊鄰高雄市中心，為什麼一直發展不起來，反觀台北市，四周鄰近的鄉鎮市，即使沒有被合併，也能沾其光受惠，帶動發展，讓地方繁榮進步。



## 林富寶議員一認為解決旗山區停車問題為當務之急



「不解決停車問題無法改善交通」。長期關心旗山發展的林富寶議員，樂見這幾年旗山地區旅遊觀光休閒人口倍數成長，人潮也帶來錢潮，帶動地方各種產業的發展，但交通阻塞及停車不易的問題，也讓遊客敗興而歸，造成民怨，如無法改善這些問題，遊客不願再來，觀光的榮景恐怕也只是短暫的。

台 20 線南橫公路往台東的道路，從 88 風災後，中斷了 4 年多，使遊客無法再往東行，大部分都停留在旗山、美濃地區，只有少數遊客會前往六龜、甲仙地區，因而使旗山、美濃地區的遊客大增。去 (102) 年春節期間，旗山估計就湧入超過 30 萬的遊客，可說「塞爆」旗山的大街小巷，尤其是延平一路、中山路及華中街等老街，以及旗山車站一帶寸步難行。

前往旗山地區因有國道 10 號，交通非常便利，但因沒有大眾運輸如鐵路，客運班車也有限，遊客前往旗山觀光以自行開車居多，只是旗山是個古老城鎮，原本道路就狹窄，也沒有閒置的土地可以規劃開闢公共設施如停車場，因此一下湧入那麼多的車輛，根本無法容納，停車位一位難求，而違規停車造成交通更混亂。



林議員說，很多遊客乘興而來卻是敗興而歸，皆因為停車不便或違規停車遭取締所造成的不愉快，下次旅遊不會再選擇旗山。因此改善交通，首要之務就是要儘快解決停車的問題，林議員向市府爭取 500 萬經費，並拜託邱立委議瑩協助用地取得，並委託旗山區公所執行，在旗山溪的高灘地開闢停車場，可望在今年春節前完工啟用，估計可提供 300 個停車位，雖無法完全解決停車問題，但至少可疏解一些車輛。

「延伸休閒區域也可分散遊客」。林議員發現遊客來到旗山，幾乎都



集中在老街及旗山車站一帶，但旗山地區範圍廣大，橫跨旗山溪的地景橋已完工，上面有景觀步道，也是旗山的美麗地標之一，毗鄰重建的旗山橋，如果能再增加夜間照明或燈飾將更吸引人，此外旗山溪對岸的旗山觀光糖廠，也都是值得一遊的景點，停車更方便，遊客多

走走有益健康。

## 曾俊傑議員一及早規劃鐵路沿線陸橋與地下道去留

「高雄鐵路地下化後，沿線陸橋與地下道如何處理」？曾俊傑議員指出，鐵路地下化工程正加緊趕工，雖距完工還有 4、5 年的時程，但穿越或跨越沿線的地下道或陸橋，未來是保留或拆除，應及早規劃，不要讓這些路段經常交通大打結，一旦發生意外事故，交通更是大亂。

高雄鐵路地下化後，北起左營區中華路陸橋、鼓山區九如路陸橋、三民區的中華路地下道、自立陸橋、博愛路高架橋、民族陸橋、大順陸橋、自強陸橋、鳳山區的青年路地下道、經武陸橋，是保留原狀還是要拆除，雖經多次討論但並未定案，沿線的居民多贊成拆除，可改善交通及生活品質。



曾議員認為，這些地下道或陸橋是拆亦是保留，都各有利弊，拆除後道路寬度將達到 30 至 50 公尺，對往來交通會更順暢，兩旁的土地勢必更有利用價值，但也有駕駛人認為陸橋反而可以舒解壅擠的交通，如民族陸橋橫跨建國路，如果恢復平面的十字路口，反而更會造成交通阻塞問題。

成交通阻塞問題。

「應及早評估並規劃」。曾議員說，不能等鐵路地下化全部完工後才決定去留，這些地下道及陸橋平常就是交通瓶頸，一旦有交通事故就大打結，如 11 月 14 日早上，中華路地下道北端的限高架，又遭超高的貨車撞斷，除機車外，來往車輛全都改道行駛自立陸橋，造成附近路段嚴重大塞車，又適逢上班上學



交通尖鋒時段，不少人遲到抱怨連連。

高雄鐵路地下化從左營到鳳山，全長約 18.2 公里，預定最快至 107 年才能完工，屆時將改善因鐵路把高雄市「一分為二」的「前驛」「後驛」，使未來發展將不再有所差別，因此地下道及陸橋的去留，除廣納沿線居民的意見，市府應及早進行規劃，也可縮減未來施工時的交通黑暗期。



## 莊啟旺議員一期望高雄世界貿易展覽會議中心 帶動地方產業



「是美麗的建築地標，也要發揮會展功能」。莊啟旺議員說，高雄世界貿易展覽會議中心，造價高達 30 餘億元，占地廣達 4 公頃，工程進度順利，預計 102 年底完工啟用。流線型的建築外觀已成為高雄市另一個耀眼的地標，但也期望這座採挑高建築的展場，能有效利用，積極招商，更能帶動遊艇等本土產業的再升級。

高雄世界貿易展覽會議中心位處成功二路旁，在高雄市規劃的「亞洲新灣區」內，周邊還有國際觀光飯店、百貨公司、購物商場，且緊臨高雄港，距高雄國際機場及高雄捷運站都不遠，未來還有輕軌，

交通非常方便。

莊議員說，高雄世貿中心建築採挑高設計，最高達 27 公尺，主要是



可以讓泊靠在高雄港的大型遊艇方便進入會場展示，也是因應在地的遊艇產業需要而設計。此外也適合較大型的機具設備在此展出，與台北的南港展覽中心性質有所區隔，期望強化會展的功能，為高雄帶來更大的商機。

高雄世界貿易中心設計創新獨特，地面層以上係鋼骨結構，外覆玻璃及鋁複合板，最引人注目的是其波浪型外觀，晝、夜分別呈現不同的景觀，與高雄港相呼應，極具意象，而不是只有美麗的「外表」，室內外規劃多達 1,500 個攤位，還規劃 20 人至 2,000 人的會議室 17 間，已取得 7 項綠建築指標的候選證書，



也是國內第一件取得智慧建築的會展中心。

「一年高達 40 億元以上的產值」。莊議員指出，世貿中心需要專業管理人才，雖是委外經營，但仍希望中央與地方合作共同推動高雄世貿中心，積極招商，使其成為全亞洲甚至全球的重要展場，預定明年 5 月首場展覽活動將登場，主題是最能代表高雄在地產業的遊艇展，相信能吸引世界各國知名的富商企業前來參觀採購，讓高雄躍上世界舞台發光發亮。

## 陳明澤議員一籲速建立食安機制

新北市女嬰「緬緬」喝到毒奶粉致死疑雲真相大白，這段期間造成社會人心動盪不安，消費者及廠商都成了受害者。陳明澤議員再度呼籲市府應儘速制定法規，為民眾權益把關。

陳議員多次疾呼市府重視食安問題並制定高雄市的食品安全法規。從女嬰「緬緬」事件看見兩件事，一是女嬰家屬在第一時間未將奶粉送政府機關檢驗，顯示對政府不具信心，這是近年來一連串食安事件累積下來的民怨，人民已對政府失去信心。二是，食藥署在奶粉檢出沒有問題後，仍不敢還業者清白，竟然表示暫時不要食用，彷彿政府機構對自身的檢驗能力也無信心，對於正派經營的商家的商譽打擊甚鉅。



陳議員說，進口奶粉商的總公司在高雄，全國各地有 70 家分店，稱得上是在地的優良企業，遭遇該事件，未能獲得公部門及時的奧援及公平對待，有違公平、公義之道，政府無能力保護守法的商家，令人寒心。

反觀，近年來一連串食安事件中的黑心食品業者，滿口謊言，詐騙、愚弄消費者，政府懼於業者的財大氣粗，未見迅速處置，直至民怨沸騰，才遲遲有具體作為。

陳議員說：「中央不敢做，不願意做的事，我們地方來做」，他建議市府，儘速制定屬於高雄市的自治法規，主動出擊檢驗食品安全、落實食安檢驗的員額編制、訂出嚴格懲處辦法、針對不肖商家採取斷水斷電吊照重罰等機制，另適時公開表揚優良廠商，鼓勵自律並協助建立品牌形象，讓消費者能有所依循。

陳議員語重心長地說，台灣美食的國際知名度，是許多觀光客慕名而來的重要動機，一連串的黑心食品風暴重創美食王國的美譽及形象，政府應痛定思痛，採取有效的斷然措施，亡羊補牢仍為時未晚，才能化危機為轉機，走出食安風暴找到一線生機。

## 蕭永達議員一控訴日月光集團是黑心企業



高雄市環保局稽查人員日前巡查後勁溪時，意外發現疑有工廠排放廢水造成嚴重污染，經追查來源為經濟部楠梓加工出口區內日月光公司 K7 廠所排放含鎳等重金屬廢水後，隨即開出 60 萬元罰單。

蕭永達議員為替市民討回公道，於 102 年 12 月 11 日早上邀請鄭新助、林瑩蓉、翁瑞珠等議員，以及楠梓地區里長、市府環保、水利、農業、勞工、衛生等局處官員、農田水利會代表，在議會召開「黑心企業日月光 立即勒令停工」記者會，共同譴責日月光為黑心企業，除要求環保局馬上勒令停工外，還揚言將發動大規模

抗爭活動包圍廠區。

蕭議員表示，高雄市政府花了 37 億元整治後勁溪，今傳出日月光集團排放強酸污水污染後勁溪，危及農田，環保局以違反水污染法處罰 60 萬元確實太少，應要求日月光賠償 37 億元，負起市府整治後勁溪失敗的責任，否則就勒令立即停工；日月光集團於 1984 年在高雄成立，2012 年張虔生兄弟擁



有資產合計 18 億元美金，是富比世排名第十四位的富豪，今 (102) 年增為 32 億 5,000 萬元，排名躍升為第十名，一年內財產暴增 435 億元台幣，卻沒有盡到回饋社會的義務，不僅在高雄污染土地，更大量雇用派遣工，壓低員工的薪資結構，導致經濟成長的果實被企業管理階層剝奪，無法扮演高雄產業發展的火車頭；更可惡的是，日月光董事長張虔生在高雄創業、台灣發跡，如今竟加入新加坡籍，證明日月光集團是黑心企業，不知感恩回饋，只會污染台灣環境和剝削台灣勞工。



記者會結束後，蕭議員隨即和鄭議員到高雄地檢署，按鈴及遞狀控告日月光公司張董事長涉嫌觸犯刑法第一九〇條之一的流放毒物罪，危害民眾生命安全。

蕭議員表示，日月光公司 K7 廠所排放的廢水違規超標，尤其含有重金屬「鎳」更毒，這些廢水偷排入高雄市後勁溪，污染地下水源被農民和養殖業者抽水使用，危害民眾的健康甚鉅，希望檢察官撤查嚴辦。

## 陳政聞議員—捍衛環保稽查人員與受害民眾權益



環保署長沈世宏日前召集環保督察大隊與政風等相關單位開會，決議將日月光公司污染案送交廉政署調查，調查稽查人員有無涉及風紀問題。陳政聞議員挺身為高雄市政府環保局捍衛公道，抨擊環保署此舉如同把逮捕小偷的人移送法辦，將嚴重打擊第一線環保稽查人員士氣。

日月光排放廢水污染後勁溪事件，造成土地的生態浩劫，農漁業的權益也受到關注；梓官區蚵子寮漁港知名的觀光假日魚市，週休兩天的假日，人潮明顯減少，觀光魚市的魚販、攤商的營業更是大受衝擊，生意明顯減少三成以上，魚販和攤商抱怨受到日月光污染後勁溪的影響，導致消費者不敢上門買魚。

觀光魚市攤販公會曾向陳議員陳情表示，日月光排放有毒廢水污染後勁溪，也讓梓官區蚵子寮的觀光魚市生意受到嚴重影響，攤商和魚販的生計都受到衝擊，只能把眼淚往肚裡吞。

陳議員實地走訪蚵子寮漁港觀光魚市，聽取魚販和攤商心聲，不少魚販和攤商業者都當著陳議員的面抱怨，希望能幫魚販和攤商爭取權益；陳議員乃帶領支持者到楠梓加工區日月光廠區拉白布條抗議，要求日月光出面說明及還給蚵子寮漁港、魚市攤販公道。

陳議員表示，針對日月光排放廢水污染後勁溪案，高雄市政府將追討1億1,000萬元的不當得利；海洋局已於第一時間會同正修科技大學到梓官區，針對養殖漁業部分，進行魚塭及後勁溪出海口水質抽樣檢驗工作，檢驗結果尚無異常，消費者可安心選購蚵仔寮漁港觀光魚市的新鮮魚貨。



陳議員強調，對於魚販和攤商連日來的營業下滑，他支持公會向日月光提出賠償，也會盡最大努力協助漁民、魚販、攤商爭取權益。

## 陳政娟議員一以慈母心看食安與環保

2013 年近尾聲了，回顧這一年，台灣社會充滿著不安，尤其是食品安全及環保問題，這也是陳政娟議員從政以來，始終關注，不曾懈怠的問政核心。她也以一個母親的心情來檢視問題，並提供建言給市府作為施政、決策的參考。

平時忙於為民服務的陳議員，一定會抽空與家人相聚，下廚煮幾道好菜與家人共享是最快樂的時光。但是，食安問題爆發後，下廚不再是件快樂的事，反而變成另類壓力。

陳議員也有憂心家人健康的婆婆媽媽般心情：「吃什麼才安心？」、「還有什麼可以吃？」

陳議員說，從政以來，一直強力監督市府要負起為市民把關的重責大任。一連串食安事件爆發後，她認為，現行的法規顯然無法約束不肖業者鑽漏洞、造假的惡劣行徑。

陳議員主張，市府應儘速制定屬於高雄市管制食品安全自治條例，除重罰追究業者的責任外，並充裕食品安全稽查人力，讓不肖業者無可趁之機。同時，訂定屬於高雄市特有的食品安全標章，一來可為市民食安把關，其次，也可為高雄市的農特產品加分，提升市場競爭力。

另外，在環保問題方面，高雄市幾乎集全國的重工業、石化業及科技代工業於一身，先天的環保體質不良。但是，也不可否認，這些產業創造了許多就業機會，為這座全台最大的工業城帶來人氣及經濟。

過去，為追求經濟發展而犧牲環保，讓孕育高雄的河川被汙染，山嶺蒙塵，如今，高雄已走到積極悔過反省改善或繼續沈淪的十字路口。

陳議員認為，環保絕對要做，但如何兼顧經濟發展與人民生計，需要各界齊心思考腦力激盪，為下一代尋找一條美麗的康莊大道。





## 陳麗珍議員一感嘆後勁溪長期污染何時才恢復原貌



位在原高雄市轄最北、最短的一條界河，成為三不管的地帶，長期飽受人為的蹂躪，早已變成五彩的溪流，魚蝦絕跡甚至連附近的農作物，也遭受重金屬之污染。如今因日月光偷排廢水而引起全台的矚目。

針對後勁溪受污染議題，陳麗珍議員感嘆表示，環保團體歷年來曾多次提出探討，上游係由仁武獅龍溪、大社楠梓坑溪等二溪匯流為後勁溪，沿岸設有各種大、小型高污染工廠，如仁大、中油、台塑及加工區等廠區，每日所排放的工業廢水，勢必流進後勁溪排入大海。

受到地理環境的影響，高雄縣市未合併前，如同前鎮河一般，上游屬於原高雄縣轄區，一旦發現河水受到污染時，行政單位就互踢皮球，造成力有未逮，給予廠商不少排污機會。其實原高雄市政府已十分重視，自 2002 年起就規劃後勁溪，不惜砸下鉅額經費，進行該條溪流的整治工作。除先完成河道兩岸清新健康的風貌外，更設置全國首創的「楠梓污水下水道系統 BOT 案」，為縣市間的後勁溪、典寶溪的永續環境規劃出具前瞻性的方案。但自楠梓污水處理廠完工啟用後，就爭議不斷引起議會關切，並將全案送至司法單位調查。

後勁溪於 98 年起就陸續展開防污、防洪、綠美化等方面的整治。當時的水工處分三期，將沿岸道路闢建為自行車道，由益群橋至翠屏國中，可銜接後勁溪自行車道，耗資 1,380 萬元，其中 460 萬元由營建署補助，當時對外強調係由市府團隊共同努力，打造了後勁溪的自然生態環境，讓遊客享受優質生活空間。可是後勁溪的河水仍無法清澈如往昔，起因就是執法分藍綠，取締污染未能貫徹所致。

陳議員認為，政府花錢進行整治，應重視且嚴格稽查工廠任意排放廢水，讓河水清澈，給鄉親一個真正清新的環境，希望藉由這次日月光事件，能完全杜絕偷排污水，徹底改善後勁溪的水質，名副其實的重視大眾生活環境。

## 李眉蓁議員－亞太城市高峰會後的省思

高雄市政府於兩年前費盡不少心思，至澳大利亞布里斯本市爭取 2013 年亞太城市高峰會，在高雄市舉辦。如今已如期完成這項難得的會議，針對城市間的互動、經濟發展等議題，在會中決定新的里程碑。李眉蓁議員深感市府不能心存「事過境遷」，只是一場盛大活動結束了，那就令市民感覺浪費公帑及時間而已。

李議員指出，在這次會議中，所揭櫫的理念就是綠色會展將打造城市環境美化，閉幕式中陳菊市長與全體會員簽訂高雄宣言，且有六項承諾，包括優化城市管理、培育青年領袖、支持有天賦青年進入市政領導行列。

過去高雄市一直是重工業城市，深烙外人的印象中，環境維護真的達到國際的標準嗎？空氣的污濁、溪流的水質及生活空間美化等方面，是否依舊無法予人清新的感受。

李議員認為，由於高雄地處熱帶地區，每年夏季天氣炎熱令人難以活動，為求減緩熱島效應，應全面改善居住環境的景觀，除了由市府加強進行立體綠化示範，必須廣泛的選擇公務部門的辦公處所，加強綠化美化工程，同時鼓勵民間推廣，並訂定獎勵辦法積極鼓勵舊房舍進行屋頂綠植，增加覆蓋面積。

其次在培養青年領袖方面，全面讓青年人有出頭天，且有不少就業機會發展他們所學。尤其在志工培訓方面，更是未來都市服務的動力，若是市府早日訂定獎勵規則，讓各社團已設立的志工團體，可以加強國際交流彼此學習，從服務中享受服務的價值及幸福感。



## 伊斯坦大·貝雅夫·正福議員—為南橫公路早日通車 請命又陳情



「公路總局開出的支票一再跳票」。伊斯坦大·貝雅夫·正福議員說，台20線南橫公路原訂103年農曆春節前全線通車，可以從高雄開車直達台東，但顯然這張支票又跳票了，日前他更在南橫公路上「堵人」陳情，請求中央政府重視桃源區居民的權益。

伊斯坦大·貝雅夫·正福議員日前在南橫公路上，向前來視察南橫公路道路、橋梁重建工程的行政院重建會執行長陳振川陳情，他向陳執行長說，公路總局一直不重視南橫公路的重建工程，沒有使用莫拉克風災的特別預算重建，而是用一般預算。尤其是勤和到復興這一段受災最嚴重，但公路總局

用「削山便道」這個名稱也很不妥，實在很難聽。

「居民只是要一條安全回家的路」。伊斯坦大·貝雅夫·正福議員說，公路總局編列5,000萬元修建南橫公路「路廊」，但莫拉克風災的結餘款還有好幾千億元，為什麼不能好好規劃一條永久性又安全的道路呢？因為河床臨時便道都只是應急，一遇汛期雨季，一定被沖毀，又要花錢去重新修建，有意義嗎？



伊斯坦大·貝雅夫·正福議員說，公路總局在102年11月曾宣布，南橫公路在103年1月農曆春節前可以開放小型車全線通車，但後來又宣布，因為遇到幾次豪雨，埡口附近的台東段路基嚴重流失，要延到103年3月才能開放通車，但仍全力重建，這期間已完成了11件工程。



行政院重建會也指出，為了打通南橫公路，公路總局申請動用特

別預算預備金 5 億 7,800 萬元，辦理高雄段梅山口到台東段向陽共 15 件的重建工程；但伊斯坦大·貝雅夫·正福議員要求勤和到復興這一段也應該重視，不能以河床便道代替永久性的道路，對桃源區的居民來說不公平。建議公路局至 103 年起分三年逐年編列預算，完成勤和至復興里間復建永久道路案。

## 連立堅議員一魄力解決鼓山淹水沈疴

10年前711水災後，市府曾委託成功大學研究水患之原因，結論認定台泥廠區若闢建滯洪池將有助解決鼓山水患。因台泥無意開發而導致滯洪池之興建延宕了20年，無人能處理此棘手問題，鑑此連立堅議員展現魄力成功解決此沉疴。

連議員於100年7月22日召開記者會要求台泥加速開發，否則市府就應徵收滯洪池用地。而後連議員不僅於議會質詢不下20次，更於前(101)年8月10日發函要求立刻徵收滯洪池用地，倘因延宕而發生水患，相關官員將一律送辦，迫使市府積極處理台泥開發案。雖然台泥一度提出計畫，但又反悔撤案，令所有人都不看好此事能成功。連議員仍堅持不懈，繼續監督市府處理，於101年10月19日第4次定期大會都委會部門質詢時要求市府以徵收手段處理，獲得都委會主任委員劉世芳副市長承諾在該年年底若無進度，願意用徵收的方式處理。

去(102)年初協商未果後，市府便火速啟動都市計畫，於同年5月24日通過都計變更，將台泥廠區最菁華地段變更為公園兼滯洪池用地，台泥公司意識到若不立刻提出新案，將造成巨大損失，隨即火速提出新的都市計畫，高雄市都市計畫委員會於6月28日審議通過。市府無償取得滯洪池用地，未來建置完成後將可解決中北鼓山地區，包括內惟、岩仔等地區水患沉疴。

此成果不僅移走這塊阻擋鼓山、鹽埕發展的絆腳石，更令中北鼓山地區居民免於水患之苦，台泥因而取得龐大的開發利益，市府也能節省徵收滯洪池用地之鉅額費用，是四方皆贏的方案。



## 唐惠美議員—認真捍衛原住民 生存尊嚴與權益的正義使者



原住民族雖然人口較少、地處偏鄉；所幸，積極捍衛原民生存尊嚴與權益的唐惠美議員，躋身議壇以來一貫秉持嚴謹問政立場，嚴正督飭市府原民政策，尤需落實「人少，福祉不能少」、「偏鄉，建設不偏廢」的唯一導向，多元、長遠、深入推展利濟原民整體建設。豪氣才情不讓鬚眉，所以贏得「正義使者」的讚譽。

唐議員為了那瑪夏區的「那卡那富族」推動正名，情義相挺的凜然身影，眾多市民記憶猶新。針對由行政院原住民委員會主導發放，包括「生產型」與「消費型」的「微型經濟活動貸款」，自始要求市府原民會承辦審理過程，務必依法、合理、順情，提供最公平、公正及眷顧原民生計的實質內容。以上所舉事證，即可彰顯戮力維護尊嚴、爭取權益的具體作法，堪稱兼籌並顧，期待兩全其美。

至於關切原鄉建設發展，更可視為唐議員長期強調的問政指標。譬如早在一年多前，鑑於茂林區 132 線道路係聯結茂林、萬山、多納地區的主要幹道，然而入夜一片幽暗危及交通安全，因此力促市府先於行車危險路段增設路燈，進而力倡「光耀原民」興革方案。此外，明察秋毫的告誡行政機關，重視原民生機不應只是落陷舉辦表相的表演窠臼，必須善用天然資源，例如扎實推廣茂林區的「三黑」產業：紫斑蝶、黑米、岩雕，並從整合茂林、萬山、多納地區的農產、水利、觀光角度，行銷特產與溫泉，才是真正的長遠之計。另在監督工程方面，舉凡：茂林區「多納國小」新建校舍與「多納橋」、「得樂日嘎橋」興工，莫不竭盡心力。

唐議員奠立的問政口碑之中，用心傳承原民文化與提升教育品質，明顯值得推崇。實證之一，力促「多納國小」完成新建校舍，不但提升原民學童的現代化學習成果，而且提供部落原民終身學習空間；實證之二，鼓勵求真求知，對於僅有 42 名學生與 8 名教師的「茂林國中」，能在科學與藝文教育競賽表現優秀，具有正面效應；實證之三，長期關注原住民母語

教學，為族群文化薪傳不餘遺力。

好山與好水的勝景欲求長留，應該是全體高雄市民兢兢業業的共識。唐議員毅然肩負捍衛原民生存尊嚴與權益的艱鉅使命，其實也正扛起讓靈山秀水返璞歸真的重責大任。或許，凡所努力與抱負，基於個人期許尚未心滿意足；不過，一切作為與實績，著實已讓選民絕對心服口服；誠如宋朝大儒朱熹所言：「千葩萬蕊爭紅紫，誰識乾坤造化心。」唐議員雖屬政壇新秀，但是秉持「為原民立命」的剴切真心，加上憑藉出眾的智慧與才識，塑就辛勤堅貞的問政形象，繼續創造新局，必然指日可待！

## 林義迪議員－義展問政豪情努力革新 迪啟服務真情齊力迎新

迎新春，賀新歲；林義迪議員由衷誠摯祝福全體市民萬象更新、煥然一新！



林議員身為民意代表，始終恪守務必盡心盡力、義無反顧的自我明確定位；所以，面對新年、發下新願，信誓旦旦的堅稱：必將「義不容辭，展現除舊佈新的監督市政豪情；迪啟宏圖，持續奮進求新的服務選民真情。」正是問政勇於擔當、與民攜手同心的篤實承諾。只要印證既往實績，深信絕非徒託空言值得肯定。

事實顯示，林議員長期以來針對旗山地區的水源保護問題極為關注；眾所周知的實例包括：旗山區大林里農地回填廢爐渣，以及甲仙區擬設預拌混凝土廠，可能造成污染水源的負面效應，多次實地會勘並深入了解民意反映與業者立場，再三權衡利弊得失，要求需以確保環境生態引為主要考量。另外，積極推動農產觀光行銷；在大高雄市合併之前的旗山鎮長任內，就曾舉辦「樂活旗山單車、香蕉遊」，活絡旗山商圈觀光價值，並與「高雄餐飲學院」合作研製香蕉蛋糕，成為炙手可熱的伴手禮，許多市民迄今仍然讚不絕口。而為顧及農產運輸機能，數度建言應即拓寬台 21 線「寶來沿線」，讓甲仙區的芋頭與梅子等農作順暢產銷。

關切維護歷史建築，也是林議員力倡弘揚觀光資源的重點議題；因此，曾經費心修護民國初年興建的「旗山火車站」；對於目前市府列為修護要項的「旗山碾米廠」、「美濃警察分駐所」以及「美濃廣善堂」的宣講堂、文昌殿、圍牆，則是悉心監督規劃與作業流程，要求「還舊貌、啟新象」；顯見問政內涵果真細膩。

林議員長久關懷弱勢、賑濟貧戶，偕同慈善團體走遍選區之內九個行政區，「博愛濟眾」的仁德風範，市民有目共睹更是有口皆碑。至於鼎力支持佛教「正德慈善基金會」在旗山地區籌建癌症醫院；本質上，這種發揮愛心與良心的行徑，明確彰顯自身標榜的問政「五心」：「用心」、「貼心」、



「耐心」、「關心」、「盡心」，而與正德慈善機構宣達的五大志業：「慈善」、「文化」、「教育」、「醫療」、「制喪」，可謂相得益彰；譬如力爭在旗山增設殯儀館，即屬明證。因此，備受社會肯定。

佛家禪宗強調：「莫空口說，不修此行，非我弟子。」這是五祖弘忍禪師的道法。綜觀林議員的歷來的問政言行、實績，恆常以居心慈惠為本、以實踐濟民為念、以合情入理為用，穩健踏實、精益求精；當真不曾信口開河，當然絕對信實不欺。平心而論，林議員的見識與作為，既以誠信精闢著稱；那麼，將落實「除舊佈新」與「推陳出新」乃至「煥然一新」，當仁不讓引為迎春納福的嶄新願景；誠屬眾望所歸！

## 鄭新助議員－「助人為快樂之本」 將很多小愛化為大愛

「去請鄭議員幫忙」。鄭新助議員指出，他服務鄉親選民經常是來者不拒，很多連沒錢吃飯、搭車都要找他幫忙，已經習以為常，最近協助處理一件令他感到鼻酸的事，一名里民知道自己不久人世，竟在「遺言」中交代家屬，一旦他走了就去找鄭議員協助後事，說明社會角落中還有很多需要我們伸出援手幫忙的對象。

鄭議員表示，連往生後都還要請他協助善後並不多見，他與對方並不認識，很多個案都是從社會局等單位轉過來，還有求助的案件是經人介紹，指定要找他處理，他都會樂意受理。他也發現很多求助個案要找他協助，是因為大家都知道他是現任的市議員也在做善事。他雖能力有限，但還是很少婉拒求助案件。

鄭議員身為民意代表，在忙於議會審議預算、質詢等相關工作之餘，也被市民尊稱為慈善家，幾乎每天都在從事社會慈善事業。他說各種物價都在飆漲，但他每天中午仍持續供應免費便當給需要的人，有人現在連吃頓飯都有問題，他質疑政府社會福利工作到底有沒有真正落實到弱勢族群。

鄭議員說，除了服務處每天中午有供應免費的便當外，為了方便更多需要幫助的人，他甚至還有「特約」的小吃店，沒錢吃飯的人可以先去吃，他一段時間就去找老闆結帳。還有一些人聲稱沒有錢買車票，會就近到高雄火車站轄區的長明派出所求助，派出所員警會把電話轉過來，他也是請員警先代墊幫對方買張車票讓他搭車回家，他再去付錢。



「來者不拒」。鄭議員說，服務處受理民眾的請託，很多是遊民身分，還有剛出獄找不到工作或家庭發生變故者，甚至還有人跑來要向他借錢，他只能儘其所能去協助，為了能持續這些慈善救濟的工作，在他主持的電台節目中，也會透露這些訊息，感謝很多的聽眾及企業團體獲悉後也能共襄盛舉，讓他更有能力去幫助更多的人。

## 韓賜村議員一為漁民爭取權益 中芸漁港辦公室完工啟用



「林園地區的漁民不必再兩地奔波」。韓賜村議員為林園地區的漁民爭取更便民的措施，經兩年積極爭取設立的中芸漁港辦公室，終於完工啟用，漁民不必為了一些瑣碎或申請案件，舟車往返市區的行政中心，讓偏遠地區市民覺得縣市合併後，行政效力也提高了。

韓議員指出，過去林園區漁民洽公，需遠至鳳山區的行政中心，非常不方便。縣市合併後，漁民感嘆並沒有因此而獲得改善，漁民一直希望能就近在中芸漁港設辦公室，他積極向市政府海洋局爭取，並請市政府指派人員進駐，方便漁民洽公。

「這是一項具體的便民措施」。韓議員表示，漁船要出海作業，出港前都要辦理相關申請案件，審查合格後也要在期限內通知漁民領件，過去要兩頭跑，就近設立辦公室後，部分簡易案件可以隨到隨辦，並兼具管理漁港設施及環境功能，讓漁港提升效能與保持新風貌。

韓議員指出，原設臨時辦公室係暫借海巡署的中芸安檢所合署辦公，獲得農委會漁業署同意補助經費，在中芸漁港公園內，新建專屬辦公室，占地約 73 坪，總工程費 818 萬元，去 (102) 年 11 月完工啟用，地址為林園區漁港路 2 號，辦公時間，星期一至星期五每天上午 8:30 到下午 5:

00。中芸漁港辦公室成立不僅提供養殖漁業與捕撈漁業多元化業務服務，尤其在辦公室的檢疫站功能不僅能業者提早檢驗魚病問題，同時提高育成率。辦公室亦能在第一時間宣導流行病，讓業者可以提早預防及對症下藥。並在新的資訊技術與法規，皆能在最短時間讓業者與漁民熟知。



「中芸漁港是南高雄重要漁港之一」。韓議員指出，中芸漁港雖只是利用中芸溪河道構築，但因位處中芸溪出海口處，漁船進出方便，而主要漁船是小型拖網船和漁民俗稱的「三腳虎仔」船，冬季還有以捕鰻苗為主的小型船和漁民俗稱為「櫓鰻」的動力管筏，是南高雄最大的「現撈仔」漁港早市。



韓議員說，林園區因地處較偏遠，不論在交通便利性及公共設施建設，他都非常重視，全力為市民爭取應有的同等福利，有很多市民世世代代都從事漁業，除近海漁業外，養殖業也是重要的地方產業，他勤走基層，瞭解漁民的需求力爭到底。

## 林芳如議員—「芳」采迎新大道行 「如」實問政宏願興



「萬花敢向雪中出，一樹獨先天下春。」引自元朝詩人楊維禎的詠梅名句；林芳如議員酷愛其中的蘊意，直覺剛強、貞潔與耐經風霜考驗的本質，如同自身立志從政以來的堅毅風骨。尤其，迎接新歲之際，坦然回首前塵；嚴謹省視3年來問政實績；自信始終堅決秉持積極回饋社會的責任感，依循一貫堅守的三大指標：「扮演興革推手」、「務實關懷弱勢」、「恢宏市政願景」，兢兢業業、盡力而為。

客觀回顧林議員的問政內涵；踏實、磊落、關愛、誠懇，應該足以視為議壇新秀造就新象、博得市民良好評價的重要善緣。

因此，陸續提出包括：縮小城鄉差距、建立精緻農業、調適土地政策、強化金融環境、健全地方制度，以及防範職業災害、抑低失業現況、照護老弱婦幼…等等，既求興利除弊，又要為民紓困的正確議題，明顯在於營謀全民福祉，換句話說，「民利之所向，就是努力之所向」；如此責無旁貸的舒展抱負，自能善盡利濟民生、監督市政的「推手」角色。

林議員歷來的問政實績洋洋灑灑，信手拈來即有案例詳加印證。以近期重視市府開發「仁武產業園區」，為求增進產業用地、吸引台商回流，在未來國道10號與國道7號交會處，規劃130公頃土地，依照相關法令正在辦理公告，徵求公、民營事業進行開發與申設作業為證，強烈要求承辦機關務必公平、公正。而對目前由大樹區公所申請、行政院農委會查核中的重組「大樹休閒農業區」方案，則是密切注意申辦內容與流程是否達到預期目標。至於已經發包動工、斥資5,100餘萬元、全長7公里的烏松區水管路至大樹區瓦厝街等5座橋梁配合道路拓寬工程，嚴密監督能否在今(103)年如期通車。正是注重觀察、落實督導的最佳寫照。

其實，「扎根鄉土」與「傳遞愛心」，也是林議員備受市民讚賞的優秀政績。譬如長期深入小學倡導在地發展教育理念，說故事、談民俗，和樂融融。爭取在大樹區龍目國小增設「玩具夢想館」，則是致力營造寓教於

樂的學習環境，開啟孩童學習潛能。關照仁武區收容棄養兒童的私立「小天使家園」，一樣不遺餘力。

清朝詩僧「八指頭陀」也有詠梅：「紅梅大豔綠梅嬌，鬪韻爭妍寄興遙；應是白梅甘冷淡，獨吟微月向溪橋。」林議員問政特質何其酷似，多元議題呈現的義利之辨與興革之舉，猶如紅梅、綠梅、白梅各有高雅的芳華與風味。儘管矢志盡其在我的議事歷練過程中，難免遭遇春寒料峭；然而，對於肯為全民謀求政經願景、汲汲營營和衷共濟的林議員來說，終究具備「一樹獨先天下春」的雍容與氣魄，必定更能彰顯啟綻新機的泱泱風範！

## 翁瑞珠議員—積極縝密專業監督市政 平實親和專心服務選民



「議題內涵實事求是」、「服務品質有條有理」，這是許多關注翁瑞珠議員問政形象的市民，經由長期細心觀察與實際接觸所下的評語。基於客觀立場進一步論斷，可以中肯認定：兼具積極縝密的專業監督毅力，以及平實親和的專心服務能力；因此塑就讓選民耳目一新的從政風格。對於一介政壇新秀而言，非常難得。

事實上，翁議員率先倡言關切新住民問題的前瞻立論，確實曾讓不少關懷族群融合政策導向的市民嘖嘖稱奇。不過，所謂的「奇」，並非視為標新立異，而是定位為政界「奇葩」；因為，外籍聯姻現況存在

既久，能由初登議壇的新人切中肯綮的點出施政要務，專業監督市政的能耐昭然若揭。至於平時服務選民的態度與內容，笑容可掬、言語懇切、面面俱到，實例不勝枚舉，親和專心可見一斑。

翁議員問政展現「語意剴切」、「語重心長」、「語帶針砭」特質；議題完全攸關市政興革與紓解民瘼。以明察高市現有 4 座資源回收廠售電給台電，每度僅 1.84 元，相較台電向子公司及其它電廠收購價格每度 3 至 4 元，明顯偏低極不合理，要求市府盡力協調為證；細膩用心一覽無遺。而對海岸線防溺救災實況也甚表重視，譬如鑑於梓官海岸防坡堤，彌陀區濱海遊樂區海域、永安區「路竹泳訓站」附近海灘及永安區「永新漁港」北側海灘，夏季戲水溺斃事件頻傳，要求消防局加強救災演練，提升保護能力；也可印證平日為求防患未然保護市民安全，如何煞費苦心。

正因縝密專業監督市政，翁議員更加練就追蹤工程進度的韌性。針對預定今（103）年 4 月完工，面積達 42 公頃為求提升排水防洪功能的「典寶溪 B 區滯洪池」工程；以及預定今年 6 月完工，斥資 1 億 1,000 多萬元的橋頭典寶溪「中崎橋」改建工程；一直注意市府施工是否有所延宕。另外，重視捷運岡山路竹延伸線，現階段優先推動延伸至岡山火車站的規劃進度，再三督飭市府務必整體考量包括大崗山、路竹、湖內等地區 35 萬



市民的未來交通需求，按照既定方案如期運作。

翁議員以「專業」與「專心」兼容並蓄，創造別具一格的問政品質；或者，更可看成是「別具慧眼」的問政視野，據以確立的問政實績。畢竟，要在千頭萬緒的市政要項與紛雜繁瑣的服務案件之中，既能明察秋毫又能明智處事，的確需要具備高度的耐力與實力。台灣有句諺語說得貼切：「人情留一線，日後好相見。」翁議員的問政內涵完全膾炙其中精義；因為監督議題不離人情義理，所以一切指標總能取精用宏；由於服務精神不悖人情世故，因此一切作為總能取信於人。民意自然好評連連，樂見優秀民代迭創佳績！

## 黃天煌議員一積極爭取新建大寮中興里活動中心

大寮區中興里居民多，但現有的活動中心空間狹窄形成很不對稱的資源分配比率，黃天煌議員全力爭取新建中興里新活動中心，方便居民使用。

黃議員指出，中興社區有輝煌的記錄，居民對於社區經營相當用心，志工們更是視高齡者如親人，大家都以住在中興里為榮。居民彼此互相照顧社區內長輩，對身心障礙者也是倍加關愛。熱心的志工對行動不便者悉心照顧，愛心不落人後，中興里民愛鄉土的表現，獲得內政部評比為甲等社區的榮耀，絕非浪得虛名。

黃議員曾任大寮鄉長，對地方民瘼之了解比一般人感受更深刻。中興里民多達 8,000 多人，凝聚力強，平常各項活動多，苦無適當聚會場所，現有的聚會場所里民活動中心老舊，內部又狹窄只能容納 50 人小型聚會，而且二樓以上即是民房，區公所產權只占三分之一，另外最大困擾是未來也可能面臨土地分割等問題，因此另覓地點新建活動中心是刻不容緩。他建議市府利用大寮區水源段 685 地號土地闢建新的活動中心，提供社區民眾使用。但這塊地所有權雖然是屬市府所有，卻為農業用地，若要興建活動中心，應想辦法解決，他建議市府變更為公共設施用地。

黃議員堅持中興里在新活動中心還沒有建造之前，對里內身心障礙朋友與高齡者需要照顧者，他要求市府由社會局、民政局及都市發展局等相關單位協助瞭解，並評估變更都市計畫、興建活動中心的可行性，給予民眾更好的活動空間。



## 蘇炎城議員一爭取自行車橋延伸衛武營公園 點亮最美的空中廊道

矢志為鳳山增亮點的蘇炎城議員，爭取市府規劃第三座自行車橋從中正技擊館至中正高中，再延伸到衛武營都會公園，以徹底解決中正交流道周邊交通。

蘇議員實地勘察高雄市第一座已興建完成的自行車橋—翠華橋，這是高雄目前最美的空中廊道，接著凱旋四路自行車橋也落成啟用，第三座就落腳在中正技擊館，蘇議員認為中正技擊館與鳳山區自由路交通流量大，也是銜接國道1號交通樞紐，當地交叉路口多，旁邊又有捷運車站。平時大貨車、拖板車相當多，行人穿越馬路時險象環生，為帶給行人與單車騎士更安全的道路空間，他建議連絡只隔著一條國道中山高速公路的中正技擊館和衛武營都會公園，對提昇觀光效益很可觀。



技擊館和衛武營公園以自行車道連結，讓港都自行車道路網更加完整，通車後，自行車愛好者和行人跨越中山高速公路時更加安全、舒適，背包客亦可作深度旅遊，全新體驗港都鐵馬踩風行。



蘇議員估算從中正技擊館延伸到衛武營都會公園所需經費是3億多元，可以向中央爭取補助。為了體貼高齡者、孩童與行動不便者，並在中正路兩端設置兩座無障礙升降機，讓大家都能輕鬆於橋上漫步，提升自行車橋的效益。



蘇議員描繪這座高雄最美的空中廊道的遠景，除了周邊景觀綠美化外，中央塔還同時撐起下層的

自行車道及頂層的花園，像是個瞭望台，可以看見衛武營之美，也帶來不同的視覺景緻。傍晚時分，柔美的陽光，讓衛武營公園染上泛泛金黃，又是一個新的世界。空閒時來這座新夯景點，從技擊館到衛武營景觀橋，慢慢瀏覽這流線造型設計的行人與自行車橋，無論是三五好友或是親子同行，這裡是不錯的休閒地點。

蘇議員認為第三座自行車橋是未來鳳山市區的新門面，他將全力以赴爭取延伸到衛武營公園。

## 劉德林議員一要求市府全面美化老舊眷村

致力推動老舊眷村改建的劉德林議員，他不時去訪查眷村，發現鳳山慈暉新村、海光社區周邊及道路出現大量廢棄物，惡臭不堪影響環境。劉議員馬上通知市府環保局處理，劉議員更要求市府美綠化老舊眷村為綠地，讓民眾多些綠地空間過好年。

劉議員很關心眷村住戶的生活品質，當他獲知慈暉新村、海光社區髒亂無人聞問時很火大，除現場會勘外，更痛批環保局束手無策，放任垃圾危害地方環境及百姓健康。

劉議員表示，垃圾亂丟的現象已經持續近一個月，地方數度向環保局反映，他也多次到場關心了解，但是情況反而更加惡化，垃圾還在持續增加中，簡直已經到了髒亂不堪的地步，公權力難道已經睡著了？難道這是所謂「進步城市」的象徵？

劉議員戳破市府所謂的「幸福城市」說法，他表示，市府推動垃圾不落地多年，逐漸建立起民眾不亂丟垃圾的習慣，讓市容維持整潔，高雄市歷經多年努力，建立所謂的「幸福城市」。最近市府更大肆吹噓高雄市是「宜居城市」，但是這次慈暉新村、海光社區周邊及道路出現大量廢棄物，垃圾不落地「破功」，環境髒亂的程度令人無法認同。

環保局清潔隊在接獲劉議員反映之後，已經派遣清潔車到現場準備清運，地方民眾也希望環保局儘速完成清運。

鳳山眷村改建陸續推動，包括慈暉新村與海光社區等眷村民眾也陸續搬離，不少房舍已經空出來，劉議員希望空間要隨時清理，不能讓少數不守法及沒有公德心的民眾，把垃圾直接往路邊丟，慈暉新村附近道路滿布垃圾，大型家具廢棄物



也充斥海光社區，嚴重影響社區環境以及民眾觀瞻，隨著天氣轉熱，環境衛生堪憂。

劉議員除了要求清理髒亂老舊眷村外，他要求再美綠化空地，把老舊軍眷村「點石成金」為新的綠地空間。

## 李長生議員一力挺田寮鄉親要求市府 編足災害準備金護家園

李長生議員堅持災害準備金要編足，是依法有據，與市府毫不妥協。去（102）年市府未編足預算，致使受災損壞之工程都沒有重建，李議員不忍見飽受災害摧毀家園的田寮鄉親投訴無門，他帶領田寮區 10 位里長和 200 多位鄉親向市府抗議，李議員說田寮鄉親訴求很簡單就是請市府編足災害準備金，儘速修復田寮區受到天災毀損的道路。

「還是過去卡好。」李議員說出田寮鄉親對原高雄縣感受比較好的心聲。田寮鄉親當初認為高雄縣市合併後，新的市政府預算變多，屆時絕對會把田寮地區建設得更好，所以大家充滿期待；然而事與願違，合併之後，原高雄縣民幾乎都非常失望，爭取基層建設規定變嚴，過去原高雄縣政府可以發包的產業道路、擋土牆及村里道路等，目前很多工程都沒有發包施工，原高雄縣民感到很無奈。

李議員比較現在市政府和原高雄縣政府對災難處理的不同。過去高雄縣政府有照規定編列災害準備金達到總預算 1%，當颱風、洪水災害發生時，災害準備金即使用罄，中央也會無限度撥款補助，直到災區重建完成。現在的高雄市政府，因為災害準備金編列不足，致使很多災損工程無法進行，連前（101）年的都還沒重建，山區的民眾叫苦連天。

李議員要求編列災害準備金是依法有據，他翻開「中央對各級地方政府重大天然災害救災經費處理辦法」，第 3 條規定：「各級地方政府應依下列規定，於年度預算中編列一定數額或比率之災害準備金或相同性質之經費」。其中第



一款：「直轄市政府及準用直轄市規定之縣之縣政府：編列之災害準備金（含相同性質之經費）不得低於當年度總預算歲出預算總額百分之一」。

許崑源議長也全力支持李議員和田寮鄉親的訴求，並要求市府要編足災害準備金，為田寮鄉親解決天災毀損的產業道路等問題。



## 張豐藤議員－「新左營美楠梓」再興文化 推展觀光商機

提出「新左營，美楠梓」新思維的張豐藤議員指出，左楠文化歷史需要保存再興，應將地方耆老故事彙集整編，帶動更多觀光商機。

舉凡高鐵左營站、巨蛋及世運主場館等重要地標，又如德民橋、益群橋、右昌森林公園、後勁海專東側農業區及楠梓二小段都市更新等重大建設，帶動左楠地區人口遽增。全國第一大里就在左營區的福山里，全市里民人口數最多的前2、3、4名也都在左楠地區。

張議員指出，左營舊城是大高雄唯一的國家一級文化古蹟。最經典的「雙城古道」，如能在舊城東門起點建立地標，循線到終點鳳山新城，清楚標示每一段落歷史文化故事，並打造專用自行車道，讓在地或外來遊客輕鬆一日遊，造訪古道活動，瞭解高雄，玩味高雄，不僅可促進文化再興保存，亦可帶動更多商機。

再者，舊城大小龜山天然美景及護城河歷經數百年，從明朝鄭成功到日據時期，一直被不同統治者視為最優越天然地理要塞，許多遷移史事應可琢磨出來。另如現在蓮池潭周邊著名的啟明堂、慈雲宮及興隆淨寺等寺廟的前身都發源於大小龜山。

張議員表示，日據時期，日本人為建造軍港，運輸便利，開闢現在的勝利路，將似烏龜頭型的小龜山及身軀的大龜山，猶如被斬斷龜頭般一分为二。耆老闡述，就地理風水而言是一大禁忌。張議員建議在大小龜山斷頭處，透過木棧道或拱橋連結，讓烏龜「復活」。



## 黃淑美議員一肯定高雄引進黃色小鴨行銷宜居城市

在第 1 屆第 6 次定期大會市政總質詢中肯定陳菊市長施政的黃淑美議員表示，高雄市正密切與國際接軌，包含舉辦世界性賽事與活動，如世界烈酒大賽、世界運動舞蹈大賽、剛閉幕的亞太高峰會，以及在光榮碼頭展出的黃色小鴨，都可以讓人明顯感覺到高雄在積極扭轉過去工業城市的刻板印象，並加入許多軟性的文化素養與海洋氣息，也讓國外媒體不約而同認為高雄正展現高度企圖心，不僅在各項軟、硬體的實力大幅提升，更是轉型為永續及宜居城市的傑出範例。



黃議員肯定陳市長率先引進黃色小鴨行銷高雄的作為，因為黃色小鴨代表愛與和平，是每個人小時候的共同回憶。她說，去（102）年陳市長在香港宣傳旅展時，巧遇小鴨的設計者霍夫曼（Florentijn Hofman），因此確定了小鴨落腳高雄的計畫。

民調也顯示，陳市長的施政滿意度已超過 70%，黃議員期許陳市長要更加努力，在政策方面，許多中央所訂定的政策未必符合地方需求，因此地方縣市政府都會制定符合地方的自治條例。

黃議員針對近日台中市首創制定的酒駕加重處罰自治條例表示讚許。她指出，台中市政府提出「台中市酒駕防制自治條例」，屆時酒駕罰款兩倍起跳；同車乘客若未勸阻、縱容酒駕，連坐處罰一萬元，成為全國首創的加重酒駕罰則。她建議高雄市政府警察局也可視目前狀況研擬相關政策。

## 林武忠議員—宣揚正德「常律法師」宏願



台灣號稱「美食王國」，但是近幾年來陸續爆發黑心食品案，已經快變成「黑心王國」。林武忠議員有感而發的指出，現今社會黑心的商人太多，善心的好人太少，並以「常律法師」興建癌症醫院幫助貧窮弱勢為例，希望大眾能效法「常律法師」心存善念、多做善事的精神，讓社會更溫暖祥和。

林議員指出，台灣現有 GMP 及 CAS 等 16 個政府認證標章，但卻有 11 個陸續被驗出含有禁藥產品標示不實，認證標章如同虛設，黑心食品充斥，已讓消費者無所依循，食安信心已崩盤，台灣幾成黑心食品王國，政府應責無旁貸為食品把關，教導民眾如何辨識

才能食得安心。

林議員特別關心視障者食的安全，目前台灣地區的食品包裝大部分是將成份、添加物等標示在外包裝，視障者不易辨識，目前台灣又身陷黑心食品風暴中，連明眼人都無法分辨食品好壞，那視障者更將無所適從，因此提出幾點建議，例如在民生必需品設點字、改善購物軟硬體環境等，希望也能夠保障視障者食的安全。

相較於黑心商人為了蠅頭小利而製造黑心商品，常律法師之精神更值得嘉許，林議員利用定期大會市政總質詢時，特別在議事殿堂播放正德「常律法師」興建癌症醫院的慈悲大願影片，期勉市府團隊和市民應秉持「存善念、作善事」的心，一同為社會盡一份心力。

## 周玲奴議員一籲市府與市民為一卡通 衝高發卡量與消費量



中央已同意高雄市成立票證公司，讓高雄捷運一卡通具備小額消費功能，周玲奴議員強調，市府各單位與市民都應努力為一卡通衝高發卡量與消費量，才能讓一卡通急起直追，達到「北悠遊」、「南一卡」平分秋色的局面。

周議員曾於2010年5月召開記者會，疾呼一卡通要有電子錢包小額消費功能，但高雄市交通票證一卡通，遲遲無法整合，也不具有小額消費功能，因此悠遊卡趁機南下搶攻市場。

小額消費可在卡片最高儲值 10,000 元，每筆消費 1,000 元以內，一天不得超過 3,000 元。不過小額消費規模驚人，據統計，四大超商年營業額 2,200 億元，全聯 650 億元，麥當勞、摩斯、肯德基及漢堡王等 250 到 300 億元，屈臣氏 160 億元，汽、機車加油市場 780 億元，這些小額消費一年超過 4,000 億元！目前北捷悠遊卡已具小額消費功能，但包括一卡通、icash 與 ETC 都要搶攻這市場。

周議員強調，一卡通市府可應用在小額消費的有交通局的停車收費、經發局的大型夜市及一般商店消費、衛生局的醫院診所收費、教育局的數位學生證與體育活動門票、文化局的文化演出門票、社會局的老人福利卡和老人年金可直接匯入、農業局的高雄物產館消費、民政局的相關規費收入、觀光局的動物園門票收入…等等。

她說，悠遊卡小額消費預計年營收 156 億元，每天交易 60 到 70 萬筆，每筆平均 70 元，不僅能讓悠遊卡公司轉虧為盈。也寄望一卡通能對高捷公司營運有所幫助。

## 陳信瑜議員—主張照顧弱勢以興建合宜住宅 解決新草衙問題

高雄市政府財政局制訂「新草衙地區土地處理自治條例」草案，因未能落實照顧弱勢，被議會決議擱置。陳信瑜議員關心在地發展，主張市府應在新草衙規劃興建合宜住宅，並採就地讓售方式，讓新草衙居民優先承購，才能真正照顧到弱勢者。

陳議員說，新草衙地區認購比率僅約三成，其餘七成仍屬於「占用戶」，也就是所謂的新草衙住民。

她強調，市府提出認購土地的自治條例，根本無法解決新草衙住民的土地問題。主因是受限於都市更新條例規定，住民未認購土地前，無權參與都更；這些住民多屬經濟弱勢，即使市府讓售被占有的市有土地，大部分居民也無財力購買。

又縱使居民有能力購入市有土地成為合法土地所有權人，其原有坐落於土地上的建物仍屬違建，對於其不動產的使用收益並無任何助益，降低該區居民購買意願。而即使住民有財力，亦有意願購買土地，但土地移轉後，僅土地所有權人由市府變更為私人，對於改善生活環境並無助益，尚須透過民間自行整合進行合建或都更，但新草衙土地的整合困難度高，且已購買土地的居民亦未必有能力或有意願參與都更。

陳議員認為，市府可提出保障自身權益的行政契約、預告登記及設定抵押方式，並主導實施都市更新，將被住戶所占用的市有土地所有權無償移轉予占有人，使其取得合法土地所有權人之地位，才能提高新草衙住戶參與都更的整合意願。



# 公 聽 會

## 高雄財政永續發展公聽會

高雄市財政預算赤字攀高，已達 2,077 億多元，市民每人平均負債 8



萬 3,400 元，若再不設法撥亂反正，如此惡性循環下可用在資本門的經費縮減，高雄市政建設就全停滯，如何提出具體作為達到永續發展目標。本會於 12 月 19 日舉辦「高雄財政永續發展」公聽會，由黃柏霖、徐榮延、陳粹鑾議員共同主持，邀請學者與會。

樹德科技大學吳建德副教授表示，成為永續發展的城市，不能冀望土地炒作，因為購屋者只求安居，不會以住屋去營生，而靠房地產牟利者卻是少數。市府投下鉅資興建大型建物後，缺乏管理及營運觀念，造成經濟成本效益不彰，形成浪費，若是無能管理、營運，就不如委外經營，反而減少市庫開支。反觀新加坡由專責單位管理，將活動排得滿滿的，盈餘不少。



高雄大學張永明教授強調，打破公共交通營運瓶頸，就是要以市民便利程度來思考，設置交通路網才是培養客源具體作法。如高雄大學新生報到時，父母一再反對學生騎機車，但到了期末考之際，學生就以無機車就如無腳一樣，要求家長買機車，讓政府花下鉅資興建的高雄捷運就少了這批學生客源。

義守大學李建興副教授指出，目前市府最大隱憂就是「寅吃卯糧」，直接影響施政品質。受到收入不敷支出影響，減少公共投資。政府的最大功能就是「逆風而行」，景氣差就要擴大公共建設支出，帶動民間投資意願，如今未見政府作出任何動作。目前政府缺乏來自動態調整能力，以新加坡為例，在 8 年前，發現至該地旅遊時間，平均是 4 天 3 夜改成 3 天 2

夜後，令政府十分緊張，將原先禁賭的政策予以開放，爭取遊客駐足平均為5天4夜，比香港多了1.3倍。

高雄師範大學劉廷揚教授表示，名人彼得·杜拉克曾說，人不僅做事而已，是做對的事。市府曾大力投入自行車道的開闢，但未見自由車經濟在高雄成型。所以一位市政領導者，要有視野才能讓執行者有聚焦。市府的建設與推動吻合度是什麼？在亞洲新灣區將興建流行音樂中心，五月天是高雄代言人，他們群組可否到高雄編曲，可以在高雄生根？目前陸客至高雄旅行是大宗，可是計程車卻聯合漲價，市府有關心此事嗎？這些陸客還會再來嗎？他強調，建設是好的，但與發展目標有否結合！



徐議員表示，目前市府的財政觀念就是債多不愁，反正任期屆滿就一走了之。市府財政專案小組，可曾考慮將所有經營不善的公共場列出，逐一開放民營化減少市庫負擔，目前唯一處理模式就賣地，未見任何高明之處。

陳議員表示，市府宜加強量入為出機制，以免造成預算赤字愈來愈大，高雄捷運乏人搭乘，可否考慮改變高雄人生活習慣。官員心態上，對如何改善舉債未見具體措施，只能走一步算一步，延宕而已。

黃議員最後強調，解決財政問題不是一蹴可及的事，但是如何將預算收支平衡，逐步償還借貸數額，因為市府積欠債款已達2,300多億元，還未包括基金、高捷、公車的虧損部分，一年負擔利息28億元，若將這筆利息省下，就可充作資本門開支，就是朝向正面的作法。



## 「寅吃卯糧—高雄市財政健全精進方案」公聽會

高雄市高額負債已造成財政緊縮，影響市府編列資本門建設能力，無法帶動民間投資意願，惡性循環下促成就業人口明顯下降，前景令人堪虞。本會於 12 月 20 日舉辦「寅吃卯糧—高雄市財政健全精進方案」公聽會，由李雅靜議員主持，邀請 5 位財金學者與會。



義守大學李建興副教授指出，高雄市政府盡力改善財政狀況，但努力方向是否對的，面對全世界的經濟環境，一旦美國 QE 將提早退場，造成利息上揚 2%，屆時市府利息支出就要 50 多億元，提高 3% 就會高達 70 多億元，這是令人憂心的。迄今未見市府提出精進方案，更有效率將財務掌控得更好，就是要有專責副市長，進行有目標、有方法、有獎懲的財務系統的管考。

屏東教育大學李銘義副教授表示，在精進方案上，如何建立財政警示燈以利警示作用，可依財務構面、學習成長、風險指示等項目展開作業，警示燈機制建立，可以委託學界進行定期考評。在內部管理作業程序，不只是將預算刪減而已，至少可將市民滿意度及執行面納入考核為主，一旦預算執行未達 65% 時，在明年預算編列時支出項目就不能給予 100% 經費。



實踐大學黃玉珂助理教授指出，台北捷運搭乘率明顯比高雄為高，交通局就可以找出旅客不搭乘原因，然後進行修正讓高捷早日營運正常化。促進地方產業發展可以提高就業人口，在招商方面是一大有利層面，在先天上、政策上、條件上均可加以檢討，必須在規劃上有所創新，並要突破舊有法規限制，

提出誘因，才會吸引廠商願意到高雄投資。

台南應用科技大學熊正一教授在會中就宣佈，他願意擔任市府財務系統的警示燈規劃作業義工，進行每季的統計報表定期公布。目前高雄不能再讓人口減少，商機會隨著人口的減少而流失，爭取中央補助性計畫，已愈來愈困難，一些經常門不是自己想要的，造成本末倒置做白工還要應付做帳、報告。現在中央政府已臨「沒錢」的窘境，以致一些政策性的計畫，無法推出。



中山大學政治經濟學系辛翠玲教授表示，目前已面臨無錢年代，受到教育



部執行 500 億元獎勵，以致國立大學在常態分配經費已減政府所有的資源就是「人」，其次是公信力，市府曾推出碳稅，受法規不一致限制而未獲中央同意，但在「綠色城市」標章認證上，可以發揮莫大效益，因為台灣在環保方面，在東亞華人社會中，仍居被肯定的地位，可以在文創方面多鼓勵南部大學

生參與，市府多提供他們創作的環境。

李議員強調，從 95 年至 101 年高雄市之財政赤字與資本性支出呈反向關係，這表示高雄市財政赤字已經排擠了資本性支出；她也發現，隨著高雄市舉債增加，公共建設執行之效率也較差，其中，資本門支出也都降低；換言之，負債越多地方政府之公共建設執行成效將較差在高雄已經發生。

## 「既成農路、既成產業道路之認定問題」公聽會



高雄縣市合併後，鄉間早期供作採收運輸的農路，往往被建商蒐購後，就圍住不准外人經過，引起不少糾紛，但官員認定又不一致，衍生不少問題，協商時更令民代備加困擾。本會於 12 月 27 日舉辦「既成農路、既成產業道路之認定問題」公聽會，由鍾盛有及林芳如議員主持，邀請市府官員與會，建議必須進行會勘，若屬大家共同使用道路，就當負起維管責任。

農業局李世瑜科長表示，有關既成道路認定依據大法官第 400 號的解釋令，明文規定具備三要件，首先須為不特定之公眾通行所必要，其次為土地所有權人並無阻止之情事，最後是須經歷之年代久外遠（廿年）從未曾中斷。

工務局陳獻策課長卻認為，道路種類應有不同用途，受到不同法律規範，若依大法官的解釋，農路產業既成道路，基本上並不符合不特定的條件，所以要由農委會農路資訊管理系統去認定。

法制局楊展嘉編審表示，農路雖無既成之名，係具有運補功能、多年來免費提供使用，兼具雙重功能的既成道路，在進行會勘協商時，可參考工務局所公布市有道路管理自治條例第六條：既成道路依公用地役關係繼續供道路使用者，土地所有人不得有違反公眾通行目的之妨礙道路通行行為，主管機關或目的事業主管機關並



得為必要之改善及養護。若協商不成而進行訴訟時，再作技巧性的協助。

林議員表示，既然農路需由法律來認定，市府可以制定有關農業道路自治條例，明定條文予以界定，尤其這些鄉間道路一向由市府負擔經費進行維護，怎能憑空消失，區公所曾參與作業，可否納入會勘鑑定工作？另隨著合併後農地買賣利潤甚佳，過去一坪只有 6 萬元，如今烏松大華地段，已漲到 60 萬元。尤其擋土牆、農路的認定更是事關價差，令人眼紅，連累烏松區大竹里長被殺的命案。

鍾議員指出，由於農路認定未能獲得政府官員的一致作業標準，以致建商購得鄉間農地後，將過去可供農民耕作出入的農路圍住，引起不少糾紛，請議員出面協商，卻因官員互推責任，以致懸而未決令他們十分困擾。希望藉由這次公聽會，建議市府能擬訂出周全作業標準，讓區公所人員有所遵循，將相關足以佐證的文件，如航照圖、電錶及地方耆老等事先備妥，讓既成產業道路可以照常通行，保障農民們既有權益不會受損。

## 「成立樂齡人力銀行之推動可行性及配套措施」 公聽會

隨著高齡化社會來臨，有關退休人員的照顧及輔導，將是未來市政重大工作之一，希望市府及早規劃成立「樂齡人力銀行」，並結合民間、宗教資源及經驗等促成長輩的經驗可以傳承、持續發光。本會於12月30日舉辦「成立樂齡人力銀行之推動可行性及配套措施」公聽會，由李雅靜議員主持，邀請學者、專家與會。



義守大學李樑堅副教授指出，市府必須先確立「退而有用」的觀念，尊重長者，並鼓勵他們走出來，協助他們再度投入社會，不但可以減緩體能的衰退，彌補新舊銜接時的不足，並非排擠年輕人的工作機會。基本原則上，先考慮他們的身體健康、補充勞動、家庭觀感、職涯規劃四大方向。由於年長者的耐性較高，可以從事醫院照顧、超商服務，尤其在照顧老人工作方面，可以讓健康老人照顧臥病老人，在溝通上比較容易。市府宜進行各局處之聯繫統合，服務長者他們不會太計較酬勞，但可採補貼獎勵，給予他們「樂齡護照」表揚、「免費體檢」優惠等方式辦理。



樹德科技大學顏世慧副教授表示，年長者退休之後，延用的現象已是世界趨勢。設立樂齡人力銀行，必須進行個別經營、資源掌握等方面處理，但中、低學歷者若要再出來服務，在實際面上較困難，因有家庭經濟壓力，反而軍公教人員有充裕的退休俸，在經濟上不虞欠缺，建立人才資訊宜跨越地區，獎勵方式不必限於金錢，但要有足夠的誘因才具有吸引力。

屏東教育大學李銘義副教授表示，

目前依市府的工作報告，在經費、人才上已不是問題，祇是在政策、制度上尚未銜接起來，若能建立學習人才庫、儲存給付方面，早日訂定規範，就可以創設「樂齡人力銀行」的機制。



輔英科技大學周忠信助理教授建議，少子化日益嚴重，不妨仿照新竹的鼓勵生育措施，將生育率提高才是釜底抽薪的辦法。但市府在整合機制上仍待加強，在建立人力銀行時，有關人才資料庫方式，要在事前進行專長鑑定，讓他們不只學習也是服務，能力不足時就進行輔導，給予職前訓練建立自信。獎勵時不必限於金錢，不妨回饋醫療照顧時數，抵付學雜費，同時在投入服務時，也應為他們辦理保險。

長榮大學孫振明博士表示，如何活化退休長者，在心態上不能看輕，反而是運用他們的智慧、經驗，得以傳承下去。一般人俗稱高齡者的功能限於三好加一好：顧孫子、倒垃圾、看家、最後死好。目前機關規定65歲退休，他們體能仍十分健壯，如何鼓勵再走出來，讓他們樂齡、樂於生活，建立核心價值，樂於參加社會關懷，早日讓樂齡人力銀行實踐，市府官員也是積公德。



李議員指出，曾至鳳山松鶴樓老人公寓參訪，發現這些高齡者體力甚佳，仍打扮得十分漂亮，而且都是身懷絕技，可惜無法走出中心，為社區、學校、社團繼續傳承他們經驗、技藝及故事，真是社會上一大損失，若是市府有接受申請、規劃，可以讓他們傳授難得的寶貴經驗，實是樂人利己的一大助人之事。

## 「高雄市治安維護」公聽會



高雄市刑案發生數在五都中居高不下，去(102)年上半年，暴力犯罪中以搶奪案 85 件，占 59.86% 最多，強盜案有 19 件占 13.38%，令人感覺治安維護工作仍待加強。本會於 103 年 1 月 7 日舉辦「高雄市治安維護」公聽會，由議員黃柏霖、陳麗珍及徐榮延等共同主持，

邀請學者專家與會。

高雄大學楊鈞池副教授建議，正值新年之際，高雄市政府警察局應印製文宣月曆，不但可以強化民眾防火、防騙的意識，又能讓社會大眾對警政工作有所瞭解。目前各地警察局莫不以安裝監視系統作為防治犯罪及辦案依據，但是對後續維修工作卻不重視，以致發生重大刑案或交通事故時，在調閱查看時常出現空白情形，期望警方針對犯罪熱點，除錄影外，應加強佈署警力達到預防之效。

樹德科技大學吳建德副教授指出，歹徒犯案與客觀的經濟景氣有關聯性，但警察辦案手法採用栽贓、抹黑等方式，造成外界觀感不佳，警察局勢必要加強內部考核予以防範。警方辦案仰賴監視器等科技系統無可厚非，但在有限的財力及人力之下，不妨鼓勵民眾參與，成立類似「全民柯南」的網站，並透過各地超商協助，強化監視外拉的效益，達到全民協助治安效果。



屏東教育大學李銘義副教授表示，警方應針對犯罪地區進行海量資料統計，進而安排巡邏勤務。雖然一家被偷但對全家人而言，就會產生不安全感，自然會對警方的問卷調查有所反

應。他建議，警方所作的問卷內容，可交由學術界進行探討、研究，呈現不同現象數據，有關監視器的安裝攸關隱私權問題，涉及層面太複雜，可另專案討論。

高雄市立空中大學張宗隆講師表示，調閱監視系統畫面，模糊不清，看得十分吃力，是解析度不夠或是其他因素？一般發生車禍時，向附近民間調閱監視錄影帶時，均以壞了作為搪塞，警方宜作宣導可以方便受害人調閱。

高雄大學廖義銘副教授指出，搬遷到高雄定居已有12年，被偷了多次但均有破案，失竊的東西也找回，對警方辦案效力予以肯定。身為社區大樓的安全委員及在校園內的教學中，對協助警方查毒深具信心，面對警力、裝備不足受財政影響之際，如何鼓勵全民參與、社區管理的法條訂定，應刻不容緩。



陳議員表示，校園安全及毒品防範應加強執行，以免對社會產生重大影響。市警局執行「清樓」，讓大樓恢復正常化的作法，值得肯定。監視器的建置十分重要，尤其路上不明的意外，需要調閱錄影帶查清楚以免徒增當事人疑慮。

黃議員強調，面對財政日益困窘之下，縱使再多的警力投入，也是無濟於事，如何讓城市更安全，希望全民一起參與治安維護。

徐議員指出，要多吸取外國經驗，讓見警率提高，一旦發生刑案時，如加拿大就派出大批警車儘速趕至現場，可以對歹徒產生嚇阻作用。而加強社區治安維護，將是日後必走的方向，同時要鼓勵全民投入，可以彌補警力不足之處，共同打造安定環境，讓大家可以生活在安全、無懼的都市中。



## 「日月光污染與後勁河流域工業污染處置」公聽會



本會針對日月光半導體封裝大廠 K7 廠復工審查與監督、後勁溪污染整頓計畫、海洋放流的影響等三個議題，於 103 年 1 月 7 日舉行「日月光污染與後勁河流域工業污染處置」公聽會，由議員蕭永達、黃石龍及吳益政等共同主持，邀請專家學者、

環保團體、漁會及水利會等與會。

國立中山大學邱花妹助理教授說，日月光明明犯錯，董事長竟去拜會市長，還火速提出復工要求，賺了那麼多的錢，又拿政府的補助，卻讓全高雄市民來承擔環境污染的後果，希望未來放流水處理能力，至少應提升到環保署 2011 年 12 月 1 日最新公告的「晶圓製造及半導體製造業放流水標準」。

東方設計學院陳啟中副教授指出，政府單位有沒有辦法檢測稽查這些企業所排放的廢水，從源頭來防堵污染，不應等排放後造成了污染再來取締，應事先加強稽查監控功能。

國立高雄海洋科技大學林啟燦教授表示，企業非法排放廢水怕什麼？罰不怕就關，還可以用查稅手段反制，也希望學術單位不只為政府服務，也要為民服務，扮演公正的第三方，為社會伸張正義。

國立高雄師範大學徐永源教授說，像日月光污染事件如果發生在美國、加拿大，絕對是罰不完，也不會讓這種企業繼續存在的，他們非常重視環保問題，發展經濟所賺的錢，對環境造成的破壞是無法彌補。工業技術進步，政府檢測技術永遠趕不上，這是制度使然。

國立高雄海洋科技大學黃春蘭副教授



說，她也是後勁溪污染事件的受害者，除了服務單位就在後勁溪旁，也長期食用附近漁港所販售的漁獲。西部沿海污染嚴重，從水樣、底泥、魚體的檢測就可發現。

地球公民基金會執行長李根政指出，自 2006 年開始關切後勁溪污染的問題，排入後勁溪的廢水一天就高達 900 公噸，期間發現台塑仁武廠地下水超標，中油 3 年被查到偷排廢水高達 55 次，針對最近日月光污染事件，怎麼復工？後勁溪的污染問題，企業該負起責任，政府要有明確的政策，未來要怎麼做？本公聽會市政府指派與會的層級也太低，一定要給市民一個交待。



黃石龍議員指出，日月光事件政府要負很大的責任，污染那麼嚴重，政府為什麼縱容？地方里長、民意代表沒有公權力，接到居民陳情，只能再向環保局反映，這次就因環保局重視才會讓社會大眾關注日月光的污染事件，長久以來「出賣環境」賺錢，過去大家都只是擔心經濟問題，對環保並不重視，才會造成今天的後果。

吳益政議員表示，日月光污染事件不是意外，事後也未表現負責的態度，更不應申請訴願，甚至所產生的廢水加水後才送化驗，高雄市有獎勵投資，沒想到獲得最多補助 200 萬元的是日月光，雖增加市民就業機會，但環境污染卻付出慘痛的代價；日月光未來不論是海放、陸放，都應符合要求標準，要全過關才能排放廢水，他也認為除國防機密，政府應該把企業的相關資訊公開化，尤其是與人民環境有關的問題。



周鍾濫議員指出，感謝出席的學者專家很有道德勇氣，因為日月光汙染事件被稱為是一件大到不敢辦的案件，有人說會造成社會恐慌及經濟動盪，他希望司法單位也能有道德勇氣，不要打混，要給市民一個公道。

蕭永達議員說，日月光一年營業額高達 2,200 億元，董事長個人財產超過 500 億元，是全高雄市最有錢的人，但日月光卻是一個血汗工廠，還拿政府的補助，卻排放廢水汙染高雄市的農漁業，汙染後果全給市民承擔，還要由公家買單，成果卻是少數人所獨享。

工廠企業排放有毒的廢水最怕什麼？市政府只有行政法，一張罰單最高 60 萬元，2 年也只開出 6 張，如今罰款加勒令停工，但還是沒有嚇阻作用，他認為應以違反刑法的「流放毒物罪」移送司法機構偵辦，把負責人「關」起來才能達到嚇阻作用。

## 「高雄市推廣簡易型都市更新」公聽會

讓老舊都市再獲新生，藉由都市更新換血重建經濟生命力，將是未來大都會區必走的路，雖各地環境有所差異，但能讓改變過程中，去弊存利創造眾贏的局面。本會於103年1月8日舉辦「高雄市推廣簡易型都市更新」公聽會，由議員周玲奴、陳政聞主持，邀請專家、學者與會。



高雄大學曾梓峰副教授指出，為都市景觀再造，歐美國家早於50年代就著手進行都更，但過程十分慘烈。德國在第二次世界大戰後，需要急速整建，鼓勵民間直接參與，政府採不給錢而以退稅補助，廣植中型營建商，在不涉及產權變更下，由民眾自行進行房屋外部「拉皮」工程，內部結構不動只更新日常民生器物，值得台灣借鏡作為老舊社區的更新。但都更進行中，針對資本循環效益，先要掌握清楚才是所有建設推動的動力。



義守大學吳文彥助理教授強調，辦理簡易型都更，先要將條件、聚焦兩大要素確定，如台北市國父紀念館附近四層樓的公寓建築物更新，所有權人尋找建商合建，結果就十分成功。高雄市應集中某一區塊找出具有都市能量，如美麗島站附近，進行全面性的更新，或是高捷沿線公有地，找有財力的建設

公司進行都更。甚至採美、日方式置入性開發，如同牙齒治療需要美白、拔掉、修補的，就直接予以施工。大原則就是符合地方脈動，先視地區定位是什麼？就給予適當資源，採不同方式辦理，不是全用大型拆除整建。

都市更新學會林資雄理事長強調，高雄市長期受地政業務傷害很深，以致資源分散，不是有空地就辦重劃，不能將全市土地全部開發。因南部地價低廉，建商在高雄市辦理都市更新無利潤可言，在台北拆掉1,000坪房子，若蓋1萬坪房屋，建商可回收3,000坪獲利在20至30%，但在高雄地主要求分得6、7,000坪，還要求車位、室內面積不能縮小，加上拆建期間的租屋補貼，讓建商無利可圖、卻步難行。



陳政聞議員表示，岡山眷村改建與都更精神相同，如大鵬九村由低密度住宅變成高密度，讓年輕人可以較便宜的價錢買自己的住宅，應是一大創舉。基於鼓勵在地產業立場，除可減免地價稅外，同時限定建材要先用高雄生產的，才予以獎勵，讓本地產業優先取得供應權。

李雅靜議員表示，高雄縣市已合併3年，地方鄉親一直希望都市景觀再現，讓商機帶動都市繁榮，可是因容積率偏低，都市更新令人感覺一再畫大餅之嫌，希望都發局早日提出具體計畫，活化都市亮點。

周玲奴議員強調，因台北文林及苗栗大埔案，引發不少話題，但不論正、負面，針對都會區內的舊部落、老社區的重建需求，日益增強下，市府能重新審視，放寬都更辦理過程自主性，更新效益更高、執行速度更快，才是大家之福。

## 「高雄海洋文化與流行音樂中心興建及營運規劃」公聽會

中央補助 50 億元，市府在高雄港 13 號碼頭興建的海洋文化與流行音



樂中心，將陸續動工之際，相關營營運籌備措施進行是否就緒。本會於 1 月 10 日舉辦「高雄海洋文化與流行音樂中心興建及營運規劃」公聽會，由議員黃柏霖、陳粹鑾共同主持，邀請學者、專家與會。

大仁科技大學林爵士副教授指出，香港年輕人搭機

來台，參加恆春墾丁春吶流行音樂活動，由他們的眼神中所透露出的期待，深信未來高雄流行音樂中心完成後，是否能吸引他們駐足高雄，相關交通動線、語言、路標等配套設施，需要完整妥善規劃。尤其面對衛武營藝術中心、大東文化藝術中心及駁二等文化廊帶，如何加以整合、競合以吸引人潮。



高雄餐旅大學劉維群副教授認為，針對音樂中心首先探討定位及定調問題，海洋文化與流行音樂中心，宜先將「流行」拿掉，才能與傳統音樂有所區隔，否則一場戶外春吶何必耗資 50 億元興建建築物。其次在促進觀光發展方面，未見相關行程的規劃，應與郵輪、遊艇、旅行業結合。早在 2010 年黃柏霖議員曾舉辦音樂中心公聽會，但迄今尚未動工延宕太長，顯示毫無競爭力。

屏東教育大學李銘義副教授強調，市府未提出營運計畫及相關素材、方向，如何讓與會者有所參考而提供具體意見。這次紙風車劇團至岡山演出，是買票進場但錢從何處來？完全要靠集體捐贈，所以日後音樂中心的營運，就是來自學校、企業、政府及藝術團體等多方面力量，進行連結模式才能支撐下去。從海上觀看岸邊、陸

上景物，有關海上接駁巴士也應先籌設，至於未來在人事、創意、成本、流程等風險應作仔細評估。

高雄餐旅大學吳英偉副教授表示，由於高雄港辦理入、出境手續太繁瑣，令遊艇業者及旅客深感十分不友善。高雄如要自遊艇製造業蛻變成遊覽、觀光的休閒聖地，應改善經營環境，同時讓中、北部等地區的企業，願意前來高雄進駐，究意能量有多少？需重新營造如雪梨的音樂廳，尤其在夜間景點上，不妨以三D音樂光雕秀，成為長駐型的節目。



高雄師範大學譚大純教授指出，正值邵逸夫過世之際，令人感覺高雄音樂中心，可否像香港邵氏劇場一樣，成為演藝人才的培植基地，期待硬體建設更完善，對相關文化推動具加分作用。但是傳統音樂與正統音樂相結合不必太期待，尤其校園內有不少非正式的樂團，他們在漢神、巨蛋戶外表演，至少也有些能量。早期台灣有校園名歌、香港有許冠傑等人就唱出自己的歌，由此可否讓高雄推出勞工之歌等方面

的本土作曲，將高雄特色呈現出來，讓高雄特定音樂紮根。目前最令人擔心的是市府各單位各司其職，但不知如何擔任總司令？

黃議員強調，曾於4年前舉辦公聽會，邀請學者專家與會，當時因選址問題未獲共識，才延宕了2年之久。有關營運內容希望會後先由研考會提供外，他也會向文化局索取資料讓學者能充分研究，屆時可用來探討規劃作業，才能在執行時發揮完善之效。希望不再出現大型蚊子館，且在財政日益困窘下，如何發揮有限經費創造更多的就業資源。

陳議員也指出，市府爭取數十億元的經費，先後完成世運主場館、自行車專用車道，但發現不符經濟效益，按照過去的作法，想要發展運動先耗資鉅款興建體育場、要唱歌就蓋音樂中心、要讀書就建置圖書總館，未將錢花在刀口上，成為大批蚊子館，對納稅人而言是無法交待的。