

「中華郵政樂齡運動」活動辦法

一、活動目的：鼓勵銀髮族保戶參與社會活動，拓展人際關係，提升自我健康管理觀念，達到「樂活忘齡」的效果，並透過性別友善之全齡化無障礙服務，打造活躍的樂齡生活。

二、活動說明：

(一) 辦理單位：南投郵局。

(二) 活動日期：112年5月19日(星期五)上午10點至12點。

(三) 活動地點：竹山遊憩公園。

(四) 參加對象：年滿65歲之郵政壽險要保人或被保險人及其陪伴同行者，或身心障礙、行動不便者，並鼓勵老、中、青三代共同參與。

(五) 參加人數：100人。

(六) 活動主題：「樂活動一動」，踏青、趣味遊戲。

(七) 活動內容：

1、本局工作人員穿著識別服裝，並於活動地點設置報到處(辦理報到及領取紀念品等事宜)及放置關東旗，以利參加者清楚識別為郵局舉辦之樂齡活動。

2、現場設置闖關活動，如健康步道、槌球、套圈圈等。活動尾聲有摸彩活動。

三、注意事項：

(一) 本局應維護本活動順暢與安全，營造適合長者的環境，配合政府防疫政策，並為參加者辦理公共意外保險。

(二) 活動中應避免商業行為，於活動現場設置醫護人員及補水站，以維安全。