

全民動起來

—運動人口倍增計畫

文・行政院體育委員會

▼ 5月5日臺灣自行車日，吸引許多民眾參與。(攝影/林嘉欣)



讓不會運動的人學會運動，讓會運動的人規律運動，是推展全民運動的重要目的，也是本會6年來，實施運動人口倍增計畫的重要理念。運動人口倍增計畫是希望能增進國民運動健身觀念，養成人人運動、時時運動、處處運動之健康、快樂的生活型態。

本計畫內容包括理念宣導、人力招訓、活動推展等3部分，採取職能分工模式，由本會扮演「職能領航」角色，將創意、整合、執行工作授予地方政府發揮，同時聘請25名輔導委員加強輔導組織功能，充分溝通宣導、落實績效評鑑，以確保計畫執行方向並達成提倡國民運動風氣，倍增運動參與人口，提升國民生命品質之目的。

計畫執行成效

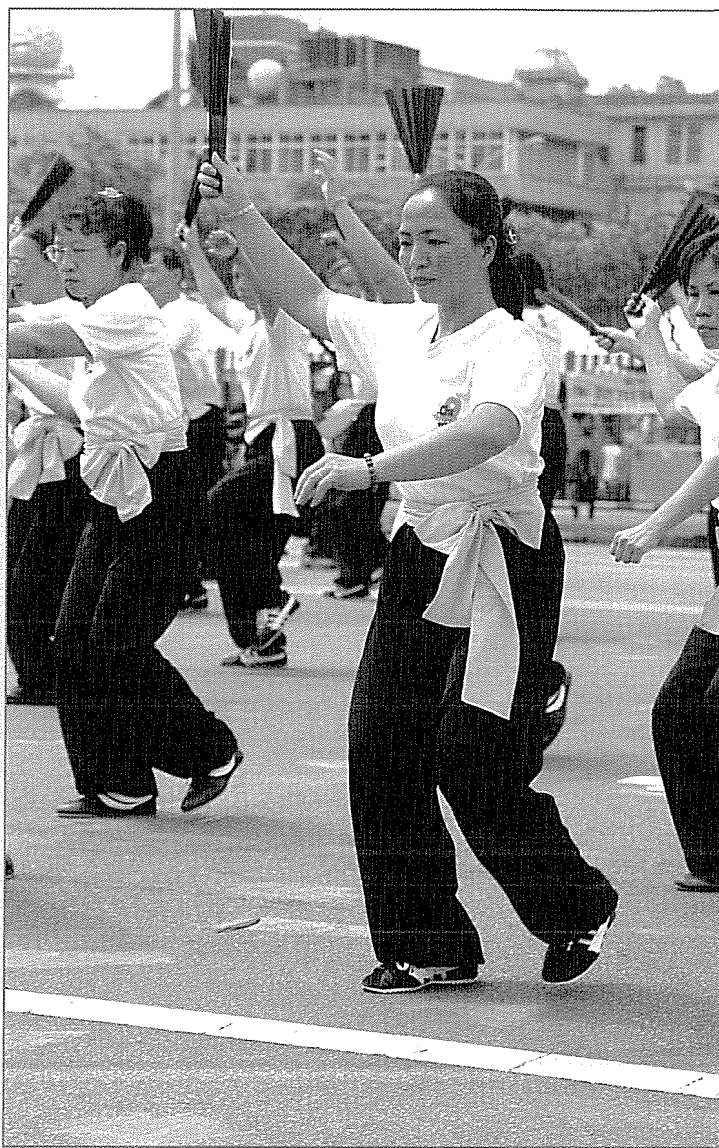
一、91年至96年新增規律運動人口

本會自91年起，與各縣市政府共同辦理親子、青少年、銀髮族、婦女、身心障礙、原住民及綜合性等各項體能休閒活動，培養民眾養成規律運動習慣，並以每年能夠增加50萬規律運動人口，6年新增300萬規律運動人口為總指標。

據各縣市政府、大專院校及民間團體所報資料統計，91年新增規律運動人口41萬679人，92年新增規律運動人口67萬1,240人，93年新增規律運動人口51萬1,200人，94年新增規律運動人口56萬8,605人，95年新增規律運動人口58萬9,875人，總計91年至95年新增規律運動人口為275萬1,599人。今(96)年度為能誘發更多社區民眾參與休閒運動，爰加強推展臺灣自行車日(5月5日)、全民健走日(11月11日)、社區少年足球與身心障礙者休閒活動，增進民眾參與運動之興趣，截至9月底止，新增規律運動人口27萬9,968人，已突破6年新增300萬規律運動人口之總目標。

二、運動城市排行榜

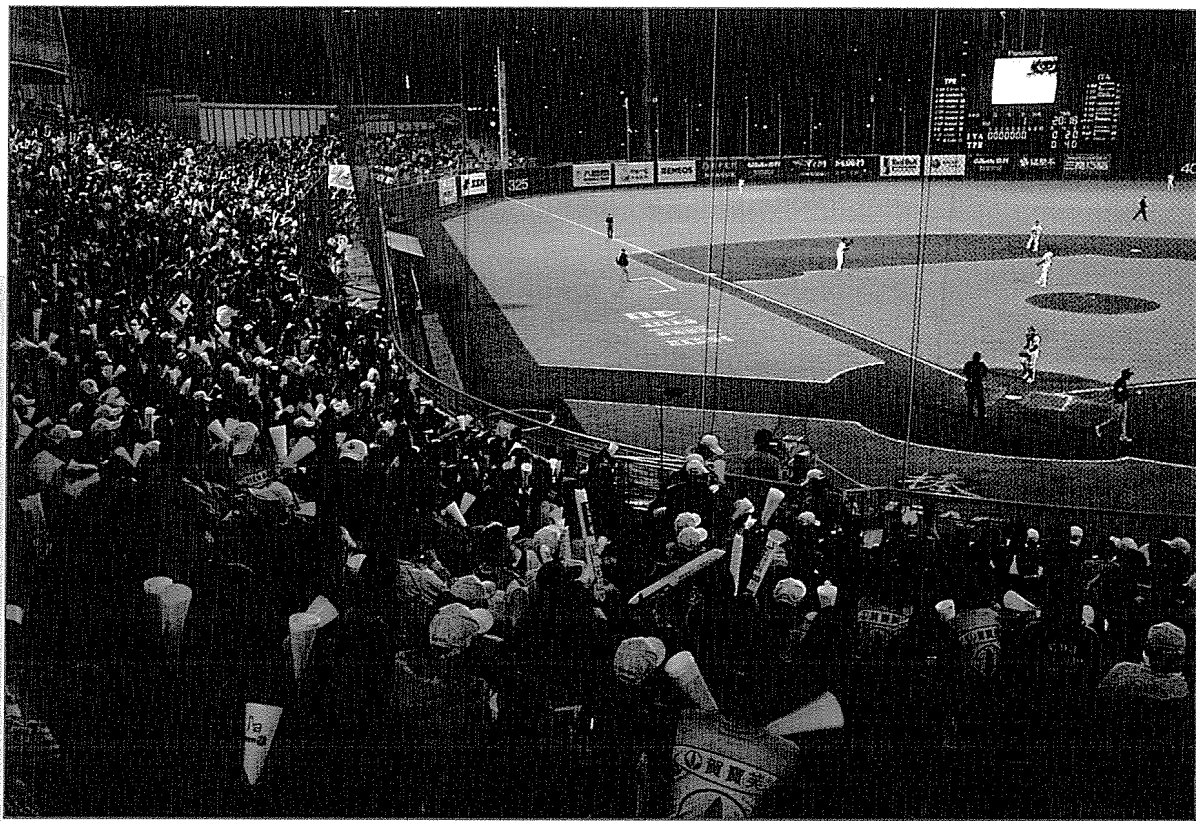
為能瞭解國民規律運動參與情形，本會自92年起，每年委託民間企業辦理運動城市排行榜調查，92年康健雜誌針對全國20歲以上民眾進行電話調查，成功樣本數為1萬255份，結果顯示規律運動人口占12.8%。93年康健雜誌針對全國18歲以上民眾進行電話調查，成功樣本數為1萬255份，結果顯示規律運動人口占13.14%。94年東森民調針對全國18歲以上民眾進行電話調查，成功樣本數為1萬5,060份，結果顯示規律運動人口占15.5%。95年年代民調針對全國18歲以上民眾進行電話調查，成功樣本數為1萬5,005份，結果顯示規律運動人口占18.8%，依歷年調查顯示，規律運動人口比例逐年提升。



▲ 在各界的倡導下，規律運動人口已逐年遞增。(攝影/Peter)

三、招募運動志工

歷年運動志工招募及培訓由25縣市辦理，每年度預期招募2,000名運動志工，其中運動服務志工以協助縣市辦理活動、運動場館場地巡視、場地諮詢及活動宣導等服務為主，另運動指導志工從事指導社區民眾各項體能休閒活動及推動志願服務等相關工作。



▲ 2007年世界盃棒球賽吸引許多觀眾前往觀賞。(攝影/陳俊合)

根據統計，91年招募4,899名運動志工，92年招募2,293名運動志工，93年招募2,910名運動志工，94年招募3,385名運動志工，95年招募4,015名運動志工，96年截至9月底止，招募運動志工1,770名，總計91年迄今，全國運動志工總人數已達1萬9,272人。

四、大專青年社區運動指導員培訓成果

為配合台灣健康社區六星計畫，本會自94年起，結合國內大專院校體育運動相關系所，共同推動社區休閒運動，並讓大專校院學生有「學以致用」之機會，以熱誠積極參與社區民眾運動指導服務行列，豐富學生理論與實務經驗。94年計培育844名運動指導員，95年計培育649名運動指導員參與運動指導服務，兩年總計培育運動指導員1,493名。

結語

運動人口倍增計畫推展6年來，每年均聘請25名輔導委員協助各縣市政府執行計畫，發掘並適時反應基層困難與問題，鼓勵各縣市政府、社區、學校及各單項運動協會尋求企業贊助，結合社會資源辦理各項休閒運動，提升運動風氣，讓更多民眾實際參與運動，養成運動融入生活中之習慣，真正落實「運動生活化」之理想。

本計畫將於今(96)年底劃下句點，未來全民運動之推展將以營造健康身心為核心，除「延續擴增運動參與人口」外，也以「提升觀賞性運動人口」為工作重點。善用運動行銷策略，鼓勵民眾欣賞職業運動及參與業餘運動，進而喜好運動、投入運動、熱愛運動，做為提升身心健康積極手段，並以運動休閒人口質量提升、運動健身俱樂部普及成長、運動休閒產業蓬勃成長為目標。