

**新竹市 113 學年度健康促進視力保健議題
「我 EYE 視力・EYE 設計」海報設計實施計畫**

壹、依據：依據新竹市 113 學年度「健康促進學校」實施計畫辦理。

貳、目的：

- 一、為推廣視力保健的重要性，鼓勵學生多利用下課時間及課餘時間到戶外活動或欣賞大自然及校園美景，透過活動設計，提醒學生增加戶外活動的時間並減少 3C 產品的使用，達到視力保健的目標。
- 二、期望能強化學生愛眼的知識，並內化為自主管理的能力。

參、辦理單位：

- 一、主辦單位：新竹市政府。
- 二、承辦單位：新竹市北區民富國民小學。

肆、參加對象：本市國民中小學學生。

伍、實施方式：

- 一、海報創作主題二擇一。

（一）【護眼密碼】：853240。

1. [8]：睡滿 8 小時。
2. [5]：天天 5 蔬果。
3. [3]：坐姿 3 直角。
4. [2]：戶外 2 小時。
5. [4]：避免 4 光害。
6. [0]：3010 護眼原則。

（二）【護眼行動】：用眼 3010、戶外活動 120、3C 小於 1、定期就醫追蹤。

1. [用眼 3010]：中斷近距離用眼，休息時間鼓勵走出戶外，而非閉眼休息。
2. [戶外活動 120]：累積戶外活動 120 分鐘，並戴太陽眼鏡或帽子保護眼睛。
3. [3C 小於 1]：使用 3C 產品要注意環境照明，且每天不超過 1 小時。
4. [定期就醫追蹤]：每半年要定期就醫檢查。

二、作品送件規格：

- （一）4K 圖畫紙，紙張材質不限，直式橫式皆可，以彩色平面繪圖呈現。
- （二）每人限送一件參賽作品，且作品以一位作者、一位指導老師為限，正面不得出現學校名稱及作者姓名，背面請妥善浮貼報名表（如附件）。

三、獎勵辦法：

（一）依主題和學制，共分四組。

【護眼密碼】國中組、國小組。

【護眼行動】國中組、國小組。

（二）優秀作品將頒發獎金（圖書禮券）及獎狀。

第一名：各組取 1 名，獎金 1000 元（圖書禮券），獎狀乙幀。

第二名：各組取 1 名，獎金 800 元（圖書禮券），獎狀乙幀。

第三名：各組取 1 名，獎金 500 元（圖書禮券），獎狀乙幀。

佳作：各組取 3 名，獎金 200 元（圖書禮券），獎狀乙幀。

四、評選標準：遴聘兩位專家進行評選，內容佔 50%、美術設計佔 30%、創意佔 20%。

五、注意事項：

- (一) 請各校承辦人員進行校內初選後，於 114 年 3 月 7 日（五）前，以交換櫃、郵寄或親自遞交等方式，送件給民富國小學務處環教組長。
- (二) 優良作品請依主題分開送件，各校參賽件數限制如下：
1. 小型學校(國小 20 班以下，國中 15 班以下)：至少 1 件，至多 2 件。
 2. 中型學校(國小 21-40 班以下，國中 16-30 班)：至少 1 件，至多 4 件。
 3. 大型學校(國小 41 班以上，國中 31 班以上)：至少 1 件，至多 6 件。
- (三) 參賽作品為個人創作，需具原創性，不得有抄襲、侵權、翻譯及改寫之情形，且以未曾參賽(展)或發表、出版者為限，否則不予核可，並須自負法律責任。
- (四) 作品之著作使用權歸主辦單位所有，主辦單位享有刪改、重製等權利，不另致酬及通知。
- (五) 主辦學校保留解釋及修訂的權利，並對活動結果擁有最終決定權，以上活動辦法如有疑問，請聯繫民富國小環教組長廖老師，電話：03-5222102 轉 828。

陸、活動期程表：

日 期	內 容
民國 114 年 3 月 7 日（五）前	繳交優秀作品
民國 114 年 3 月底前	公布得獎名單
民國 114 年 4 月	未獲獎之參賽作品辦理退件（放交換櫃） 公告簽領教師指導獎狀、得獎者獎金（圖書禮券）與獎狀

柒、指導學生得獎之指導教師，請各校於成績公布後，依「新竹市教育專業人員獎懲規定」予以敘獎，同一指導教師指導不同學生參賽得獎，請擇其中最優名次敘獎，不得重覆敘獎。

捌、經費來源：113 學年度健促視力保健中心學校計畫經費。

玖、本計畫經核定後實施，修正時亦同。

新竹市 113 學年度健康促進
「我 EYE 視力・EYE 設計」海報創作報名表&切結授權書

就讀學校		參加組別	【護眼密碼】 ☐ 國中組 ☐ 國小組 【護眼行動】 ☐ 國中組 ☐ 國小組
作者姓名		指導老師	老師（限填一位）
作品名稱			

智慧財產切結書暨參賽作品授權書

本人參加新竹市政府主辦之健康促進「視力保健」藝文創作比賽，作品皆為我本人的創作，並無剽竊他人作品之疑慮。若有抄襲等事實，得由主辦單位取消參賽及得獎資格，並收回所得獎狀及獎金（圖書禮券），本人無任何異議，放棄先訴抗辯權。

參賽作品之原稿（含手稿及數位檔）授權新竹市政府所有，主辦單位得以各種方式、永久且不限地區，行使一切重製及公開展示之權利，僅此聲明。

立書人（參賽學生）：_____（親自簽名）

身分證字號：

出生年月日：_____年_____月_____日

授權人（家長/監護人）：_____（親自簽名）

中 華 民 國 1 1 4 年 _____ 月 _____ 日

【請黏貼於作品背面右下角區】