

臺北市推展社區全民運動現況

臺北市政府社會局

一、前言

「社區發展」是「民生主義現階段社會政策」加強社會福利措施增進人民生活實施方針」項目之一，在「現階段社會建設綱領」中明訂「全面推動社區發展，鼓勵區內人民，以自動、自發、自治精神，貢獻人力、財力、物力配合地方行政措施，以改善其生活環境與生活方式。」而社區精神倫理建設，為社區發展三大主要工作之一，旨在透過社區居民、兒童、青少年、婦女、老人等各種訓練與活動，充實社區居民的生活內容，提高社區居民的生活品質，以改善其生活方式，達成端正社會風氣，重建國民道德之目的。

推展「社區全民運動」為開拓社區精神倫理建設重要工作項目之一，經由「人人運動，時時運動，處處運動」來增進人際關係，循融融洽洽、高高興興的活動來促進凝聚力與向心力。從而達成市長建設臺北市為有朝氣、有秩序、有禮貌，且具有中華傳統文化並融和現代科技發展之國際都市。

二、現況

(一)依據：臺北市推展社區全民

運動五年計畫。

(二)目的：為加強社區居民各項正當的體育及康樂活動，充實社區居民生活內容，增進社區居民身心健康，以達強身、強種、強國之目的。

(三)方式：由區公所社會(經)課，負責輔導社區理事會組織社區全民運動推行委員會，視社區條件及需要，策定計畫，負責推動。以達人人運動，時時運動，處處運動之目標。

(四)內容：視社區需要與條件，各社區得就左列項目擇要辦理之：

- ①簡易活動——如慢跑、健步、健身操、土風舞、太極拳、羽毛球等。
 - ②野外及康樂活動——如郊遊、登山、露營、健行、參加童軍活動及各類遊戲以及趣味競賽等康樂活動。
 - ③競賽活動——如球類、田徑、體操、游泳、柔道、拳擊等活動。
 - ④民俗體育活動——如拳術、兵器、跳繩、踢毽子、放風箏、舞龍、舞獅、高蹺、划船等富有地方性之活動。
- (五)成果：推展本市社區全民運動，自六十七年於大安區成功社區試辦以來，迄至目前為止，已發展到八十八個社區在作有組織、有計畫的推展。並帶動其他社區普遍仿效響應。參加民衆極為踴躍，證之社團、機構假日舉辦之慢跑、登山等活動，參與民衆，動輒萬計，廣受歡迎，不難由是而見，而早晚晨昏，社區居民在學校、公園、山坡、綠地、廣場等處參與各種活動者，亦不下數十萬人之多，對健全民衆體魄，促進人際親睦、改善社會風氣貢獻良多。

三、結語

社區全民運動與休閒活動，是政府改進民衆生活品質，決定推展的一項措施。而此一政策能否貫徹，有賴社區居民在體認之餘，是否自動、自發、唯有遵奉「人人運動、時時運動、處處運動」的目標，持之以恆，日積月累，才能蔚為風尚。其成效推行，就個人言是氣朗神清，容神煥發，就社會言是移風易俗，端正風氣，而綜融所得乃是培養活力，激勵銳力，堅定毅力，從活動中培養風格，從交往中擴大胸襟，健全個體，凝聚羣體；關懷別人，愛護國家都可循此以達。

四、實 施

臺北市社區全民運動觀摩大會，十月廿日下午在南港國小舉行，計有一百五十六個社區七千餘人參加，場面非常盛大，市府祕書長馬鎮方也應邀到場致詞。

大會由南港區社區發展委員會委員蔡耀春主持，他指出，希望藉由這項運動大會，能促進社區居民「人人運動，時時運動，處處運動」。

大會宣布開始後，首先由十六個區組成的代表隊，以整齊的步伐繞場通過司令臺，接著會旗進場，大會施放和平鴿、升五彩氣球，為開幕典禮帶入高潮。

表演節目內容豐富，計有舞龍、舞獅、土風舞、太極拳、韻律操、外丹功、扯鈴、跳繩、踢毽子、風箏等，由各社區三千九百餘人代表參加，大會在每項表演節目後，均發給獎牌以資鼓勵。

競賽項目則分團體和趣味競賽兩種，有拔河、踏板傳球、滾輪過關、輸水接力和同心協力等，由各社區各派代表一至二人參加，雖然來自不同社區，但在此項競賽中，每人都充分發揮團體合作精神，大會也都發給獎杯及獎品。

除了表演及競賽外，大會亦提供了民俗文物技藝作品和全民運動資料及活動圖片，供民衆觀賞。