

115 年宜蘭縣環保志（義）工群英會 活動簡章

壹、辦理目的

藉由志工共同參與活動凝聚向心力外，同時能在輕鬆的遊戲過程中，讓志工學習環境知識、寓教於樂，將本縣所推動的環保理念傳達於環保志工心中，並透過交流以凝聚向心力，增進彼此感情，有助日後志願服務勤務之推動。

貳、辦理單位

- 一、指導單位：環境部
- 二、主辦單位：宜蘭縣政府環境保護局
- 三、承辦單位：睿勝專案教育有限公司
- 四、協辦單位：宜蘭縣立體育場、宜蘭縣各鄉（鎮、市）公所、宜蘭縣環境教育設施場所

參、活動時間及地點

- 一、日期：115 年 7 月 19 日（日）上午 8 時至中午 12 時
- 二、地點：宜蘭縣立體育館（宜蘭縣宜蘭市中山路一段 755 號，如附件一）

肆、報名資格

- 一、宜蘭縣各鄉（鎮、市）公所環保志（義）工、環境教育設施場所志工、環教志工或水環境巡守隊志工皆可報名參加，每位志工僅能擇一隊伍進行報名，分述如下：
 - （一）各鄉（鎮、市）公所環保志（義）工：由志工自行組隊，向各所屬公所報名參加，各公所每一競賽項目至多提報 1 隊，不可重複提報，亦即每公所最多可報名 4 隊（4 項競賽各 1 隊）。
 - （二）環境教育設施場所志工：由志工自行組隊，向所屬環境教育設施場所報名參加，每場所至多提報 1 隊，且每隊僅限參加 1 項競賽。
 - （三）環教志工、水環境巡守隊志工：由志工自行組隊，向環保局承辦人員報名，由承辦人員統一彙整。環境教育志工、水環境巡守隊志工至多各可提報 1 隊，且每隊僅限參加 1 項競賽。
- 二、各競賽項目人數及年齡規定如下表所示。

| 項次 | 項目 | 報名人數 (含替補人員) | 參賽人數 | 每組需 ≥40 歲人數 |
|----|--------|-----------------|------|-------------|
| 1 | 資源灌籃高手 | 20 | 15 | 12 |
| 2 | 清掃接力賽 | 15 | 10 | 8 |
| 3 | 袋袋箱傳 | 15 | 10 | 8 |
| 4 | 環保同心傳 | 20 | 15 | 12 |

- 三、參賽者須為宜蘭縣各鄉（鎮、市）公所、環境教育設施場所及環保局所屬之環保志（義）工，且為鼓勵參與，每人至多可報名 1 項競賽，不得重複參加。
- 四、各項競賽須至少 8 成以上為民國 75 年 10 月 31 日（含）前出生，以身分證明文件之出生日期為認證（例：參賽人數 15 人，需至少 12 人 ≥40 歲；10 人競賽至少 8 人 ≥40 歲）。

伍、報名方式

- 一、活動報名表如附件二（填寫方式詳見附件二說明）。
- 二、由各公所/單位判定參賽者資格後，彙整參賽人員資料及報名表函送環保局。倘若同一項目有超過可提報隊數報名，由各公所/單位逕行辦理遴選、選拔，推派代表隊報名。
- 三、每隊應推派 1 名隊長（隊長須為隊員之一）作為活動資訊連絡窗口，並加入 115 年宜蘭縣環保志（義）工群英會隊長群組，以迅速掌握競賽資訊。



圖、115 年宜蘭縣環保志（義）工群英會隊長群組 QR code

- 四、本次活動由各公所/單位環保志工業務主管及承辦人、領隊統籌報名事宜。請各公所/單位於 115 年 6 月 22 日（星期一）前將報名表函送環保局，並將電子檔（可編輯檔案）E-mail 至 ruisheng2026@gmail.com 信箱，傳送之後請以電話確認是否傳送成功，競賽當日將以報名表進行相關檢錄工作。
- 五、對於活動內容有任何疑問，可電洽睿勝專案教育有限公司林先生（02）77420448 分機 21 或環保局綜合計畫科林先生（03）9907755 分機 156、徐小姐（03）9907755 分機 154。

陸、活動流程

本次活動競賽項目有資源灌籃高手、清掃接力賽、袋袋箱傳、環保同心傳等 4 個項目，活動流程如表 2 所示。

表 2 115 年宜蘭縣環保志（義）工群英會活動流程

| 活動時間 | 活動流程 | 內容 |
|-------------|------------|--------------|
| 08:00~08:40 | 報到 | 入場/報到（檢核身分證） |
| 08:40~08:50 | 主持人開場、介紹貴賓 | 主持人：DK |
| 08:50~09:00 | 開場表演 | |
| 09:00~09:05 | 代理縣長致詞 | |
| 09:05~09:10 | 貴賓致詞 | |
| 09:10~09:15 | 志（義）工宣誓及合照 | |
| 09:15~09:20 | 暖身操 | |
| 09:20~09:25 | 媒體聯訪 | |
| 09:25~10:00 | 競賽時間 | 競賽一：資源灌籃高手 |
| 10:00~10:40 | | 競賽二：清掃接力賽 |
| 10:40~11:10 | | 競賽三：袋袋箱傳 |
| 11:10~11:40 | | 競賽四：環保同心傳 |
| 11:40~12:00 | 頒獎 | |

| 活動時間 | 活動流程 | 內容 |
|--------|------|----|
| 12:00~ | 快樂賦歸 | |

註：活動時間將視當日活動進行狀況機動調整。

柒、比賽規則及內容

- 一、賽制說明，各競賽項目規則說明如附件三。
 - (一)「資源灌籃高手」：採單階段競賽，採計分制，分數最高者獲勝；取前 3 名。
 - (二)「清掃接力賽」：採單階段競賽，採計分制，分數最高者獲勝；取前 3 名。
 - (三)「袋袋箱傳」：採單階段競賽，採計分制，分數最高者獲勝；取前 3 名。
 - (四)「環保同心傳」：採單階段競賽，採計分制，分數最高者獲勝；取前 3 名。
- 二、隊長會議：暫定於 115 年 6 月 30 日（星期二）於本局會議室召開，後續將於隊長群組再行通知。會議內容將抽籤各項競賽賽道順序、說明競賽規則及相關注意事項。未參加會議者由主辦單位代為抽籤，且對會議決議事項不得異議。
- 三、請秉持運動家精神，不論是否得名，都需要依照遊戲規則完成任務，若中途放棄遊戲，則該隊該項競賽以零分計算。
- 四、各競賽項目檢錄參賽者名單為報名該項目之選手，競賽日報到前請務必確認參賽者個人資格及隊伍資格並請配合主辦單位查驗，若發現有違反參賽資格之情形，最重可取消單項競賽資格。
- 五、各競賽項目之參賽者需貼上棒次序號牌，以利辨識。
- 六、競賽結果由主辦單位裁判為最終裁決，參賽者如自行提供競賽攝錄影像提出異議，因拍攝角度差異及清晰度皆有辨識上之疑慮，主辦單位不受理此類異議。
- 七、主辦單位保留活動及競賽項目相關內容變更與解釋權，所有訊息以宜蘭縣環境保護局官網作為公告方式。報名參加活動之參賽隊伍視同承認本規定之效力。如有未盡事宜，得由主辦單位修正並公布之。

捌、競賽獎勵

- 一、為鼓勵本縣志（義）工參賽，凡報名參賽者，每位隊員皆可獲得參加獎 1 份。
- 二、每項競賽前 3 名優勝隊伍，分別各得獎金（等值禮券）4,000 元、3,000 元、2,000 元，如表 3 所示。
- 三、各競賽項目第 1 名之隊伍，將代表宜蘭縣參加 115 年全國環保志（義）工群英會全國賽；若該項目有並列名次情形，依據各競賽內容說明進行 PK 賽進行排序。

表 3 115 年宜蘭縣環保志（義）工群英會地方初賽競賽獎勵方案

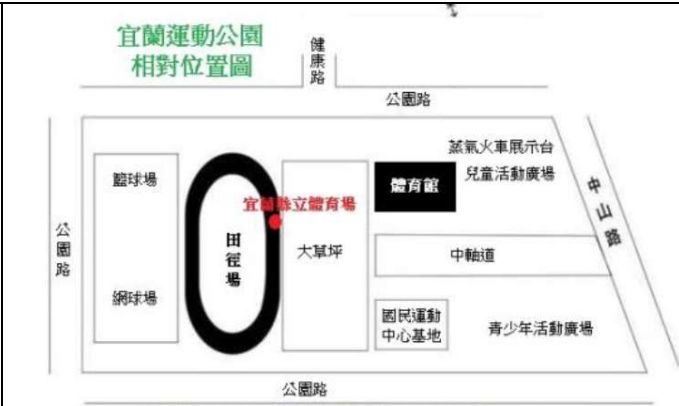
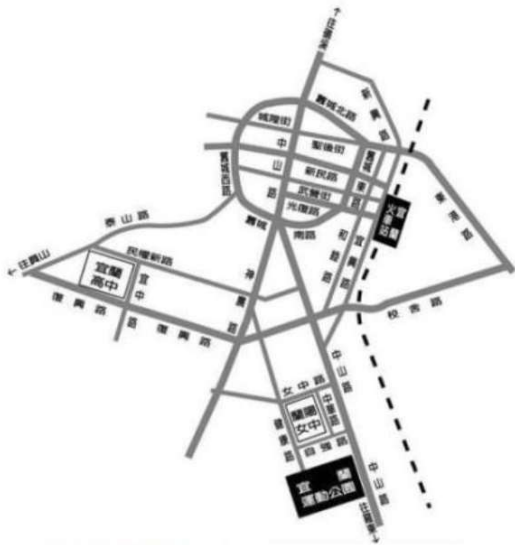
| 項次 | 項目 | 名次 | 獎金（等值禮券） |
|----|--------|-------|----------|
| 一 | 資源灌籃高手 | 第 1 名 | 4,000 |
| | | 第 2 名 | 3,000 |
| | | 第 3 名 | 2,000 |
| 二 | 清掃接力賽 | 第 1 名 | 4,000 |
| | | 第 2 名 | 3,000 |
| | | 第 3 名 | 2,000 |
| 三 | 袋袋箱傳 | 第 1 名 | 4,000 |
| | | 第 2 名 | 3,000 |
| | | 第 3 名 | 2,000 |
| 四 | 環保同心傳 | 第 1 名 | 4,000 |
| | | 第 2 名 | 3,000 |

| 項次 | 項目 | 名次 | 獎金 (等值禮券) |
|----|----|-------|-----------|
| | | 第 3 名 | 2,000 |
| 合計 | | | 36,000 |

附件一、宜蘭縣立體育館位置圖說明

- 一、地址：宜蘭市中山路一段 755 號（位於中山路及公園路交叉口）
- 二、電話：03-9254034
- 三、交通資訊

| | |
|----------------------------|--|
| <p>搭乘火車</p> | <ul style="list-style-type: none"> ●從台北方向南下：搭乘北迴鐵路對號快車或普通車於宜蘭火車站下車，利用國光客運或葛瑪蘭客運「鄉鎮市區免費巴士【772】新生國小－宜蘭縣政府」路線抵達宜蘭運動公園。 ●從花蓮方向北上：搭乘北迴鐵路對號快車或普通車於羅東火車站下車，利用國光客運抵達宜蘭運動公園站。 |
| <p>搭乘客運</p> | <p>可搭乘首都客運（於市府轉運站上車）及葛瑪蘭客運（可於板橋轉運站、台北轉運站及捷運科技大樓站上車）宜蘭直達車於宜蘭轉運站下車，再轉搭葛瑪蘭客運「【772】新生國小－宜蘭縣政府」至宜蘭運動公園站下車。相關乘車資訊可查詢：宜蘭勁好行幸福交通網。</p> |
| <p>駕駛汽車 (從台北方向南下：)</p> | <ul style="list-style-type: none"> ●基隆濱海公路（台 2 線）→頭城→接台九省道→礁溪→宜蘭→宜蘭運動公園。 ●南港→接國道五號→宜蘭交流道→國道五號側車道（191 甲）→宜蘭市縣民大道（宜蘭聯絡道 B）→宜蘭市中山路→宜蘭運動公園。 |
| <p>駕駛汽車 (從花蓮方向北上：)</p> | <ul style="list-style-type: none"> ●花蓮蘇花公路（台 9 線）→蘇澳交流道→接國道五號→宜蘭交流道→宜蘭市縣民大道（宜蘭聯絡道 B）→宜蘭運動公園。 ●羅東→羅東交流道→接國道五號→宜蘭交流道→宜蘭運動公園。 |



可掃描下方 QRcode 連結體育場位置圖網頁：



附件二、宜蘭縣環保志(義)工群英會初賽報名表

| | | | | |
|---------------------------------|----|--------------------------------|-------|---|
| 報名單位 | | | | |
| 承辦人姓名 | | 承辦人電話 | | |
| <input type="checkbox"/> 資源灌籃高手 | | <input type="checkbox"/> 清掃接力賽 | | <input type="checkbox"/> 環保同心傳 |
| 隊長姓名 | | 隊長電話 | | |
| 編號 | 姓名 | 出生年月日 | 身分證字號 | 飲食 |
| 1 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 2 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 3 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 4 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 5 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 6 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 7 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 8 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 9 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 10 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 11 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 12 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 13 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 14 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 15 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 16 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 17 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 18 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 19 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |
| 20 | | | | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 |

◎報名表不敷填寫，請自行影印，資料請填寫完整。

◎隊長須為隊員之一，作為活動資訊連絡窗口。

◎編號 16 至 20 為競賽項目「資源灌籃高手」與「環保同心傳」需填寫。

備註：

1. 競賽一、四最多報名 20 人（含替補人員），惟參賽人數為 15 人；競賽 2、3 最多報名 15 人（含替補人員），惟參賽人數為 10 人，如下表

115 年宜蘭縣環保志（義）工群英會參賽人數規定

| 項目 | 報名人數 (含替補人員) | 參賽人數 | 每組需 ≥40 歲人數 |
|------------|-----------------|------|-------------|
| (一) 資源灌籃高手 | 20 | 15 | 12 |
| (二) 清掃接力賽 | 15 | 10 | 8 |
| (三) 袋袋箱傳 | 15 | 10 | 8 |
| (四) 環保同心傳 | 20 | 15 | 12 |

2. 對於活動內容有任何疑問，可電洽睿勝專案教育有限公司林先生（02）77420448 分機 21 或環保局綜合計畫科林先生（03）9907755 分機 156、徐小姐（03）9907755 分機 154。

附件三、競賽項目內容

競賽項目一：資源灌籃高手

| 競賽項目一：資源灌籃高手 | | |
|--------------|---|--|
| 參賽人數 | 每隊 15 人 (至少 12 人 ≥ 40 歲) | |
| 競賽說明 | <ol style="list-style-type: none"> 採單階段競賽，限題 30 題，答題時間限時 60 秒、投球時間 30 秒。 參賽隊伍需排出 1-15 棒次站立於預備區，競賽時以接力賽方式依序進行答題。 競賽開始，第 1 棒須至答題線答題並同時抽題、並限時 60 秒內完成答題，答對即可獲得三顆球之投球資格，凡答題正確具投球資格者皆須於 20 秒內投擲完畢，第 1 棒完成投球後即可更換下一棒，以此類推。 30 題結束後，各隊停止動作，裁判開始計算分數。 | |
| 注意事項 | <ol style="list-style-type: none"> 答案牌高舉過肩視為選定答案，不可再次更換選擇，否則答題無效。 投球位置距離洗衣籃 2.5 公尺，球需投進自身賽道之洗衣籃方能獲得分數，如投至其他賽道之洗衣籃則不算分。 參賽者答題時間限制 60 秒、投球時間限制 30 秒，逾時視同放棄答題權及投球權，投球完成後，即可返回起始線更換下一棒。 | |
| 評分方式 | <ol style="list-style-type: none"> 計分賽，答題及投擲結束後開始計算籃中之球數，1 顆球獲得 1 分，依總分取前 3 名。 PK 賽：若前 3 名有兩隊同分情形，則派 1 名代表加賽 5 題，每題答題時間限時 60 秒、投球時間 30 秒。每答對 1 題獲得 3 球投球機會，一顆球獲得 1 分，答完 5 題後統計進球數，分數高者優勝，如有同分則進行第二次加賽，以此類推，直到選出前 3 名順序。 投球位置距離洗衣籃 2.5 公尺。 | |
| | | |

競賽項目二：清掃接力賽

| 競賽項目二：清掃接力賽 | |
|-------------|---|
| 參賽人數 | 每隊 10 人 (至少 8 人 ≥ 40 歲) |
| 競賽說明 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 採單階段競賽，比賽時間 10 分鐘。 2. 參賽隊伍需排出 1-10 棒次站立於預備區，競賽時以接力賽方式進行。 3. 競賽開始，兩隊第 1 棒手持掃把，沿著賽道掃著空寶特瓶過終點線後，手持掃把、寶特瓶返回起始線接力區，將掃把、寶特瓶傳遞給第 2 棒，依此類推，隨著棒次接力，身上裝備也須完整接力給接續棒次的隊友，第 10 棒需穿戴好所有裝備並將寶特瓶掃進終點的計分籃。 4. 每一棒次須穿著或攜帶的物品如下：第 1 棒：掃把；第 2 棒：斗笠；第 3 棒：反光背心；第 4 棒：手套；第 5 棒：毛巾；第 6 棒：斜背包；第 7 棒：垃圾袋；第 8 棒：垃圾夾；第 9 棒：防護眼鏡；第 10 棒：袖套。 5. 競賽時間到或第 10 棒皆抵達終點將寶特瓶以掃把掃至計分籃中則競賽結束，裁判開始計算分數；如競賽時間到未完成交接或寶特瓶未掃進計分籃內，則須停止動作，該棒次物品不計分。 |
| 注意事項 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 接棒物品由主辦方提供，賽前由關主將所有接棒物品、裝備發給每隊各棒次，請務必檢查物品是否完好，如競賽結束物品毀損則無法獲得該項分數。 2. 接力區距離起始線 2 公尺，前一棒次出發，下一棒次即可進入接力區穿戴物品，非於接力區不得穿戴物品；棒次接力時，須於接力區與下一棒次進行物品交接且其他棒次隊友不得協助穿戴。 3. 每一棒次皆須以掃把掃著空寶特瓶過終點線，不得以其他方式進行接力。 4. 每一棒次皆須確實穿著或攜帶物品，不可運用道具裝載或全部手持物品，如：不能將垃圾袋放進斜背包內、不得手持防護眼鏡等。 5. 因第一棒次掃把為必要之競賽物品，如競賽過程掃把掉落不扣分，拾起後方可繼續完成競賽；其餘身上所穿戴之任一物品掉落，將由賽道裁判收回，不予計分。 6. 更換棒次時物品未接力成功，下一棒次仍不得遞補該物品。 7. 掃除寶特瓶過程如越線（與鄰近賽道之分隔線），則扣 1 分。 |
| 評分方式 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 計分賽，由裁判檢視最後一棒身上裝備，每項裝備可獲得 1 分，依總分取前 3 名。 2. PK 賽：若前 3 名有兩隊同分情形，同分隊伍各派 3 名代表，於終點線後放置洗衣籃，人員距離籃子 2.5 公尺處，各棒次 30 秒內投擲 6 個空寶特瓶，一個 1 分，瓶數加總，依分數高低排序，若有同分則加賽一輪，直到選出前 3 名順序。 |

賽道總長8公尺

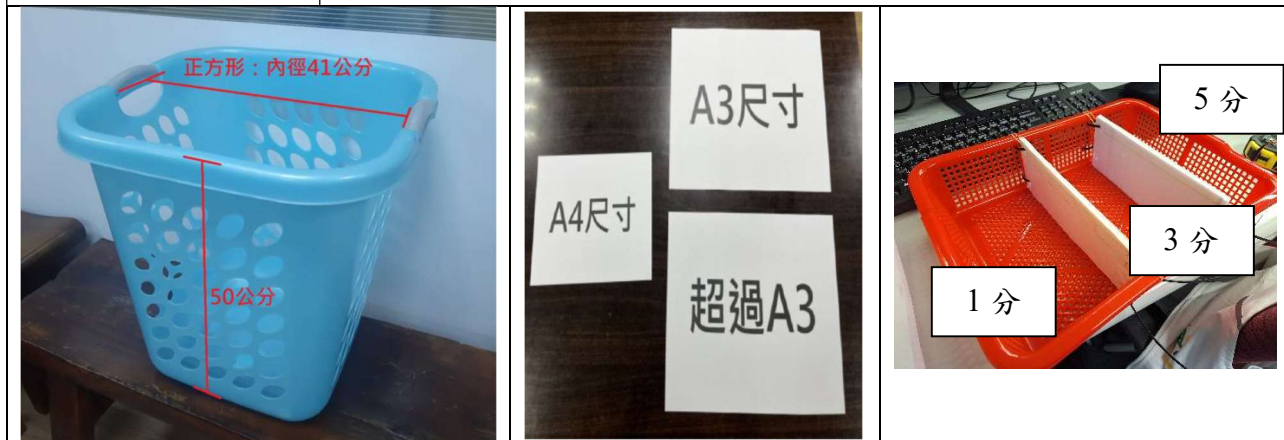


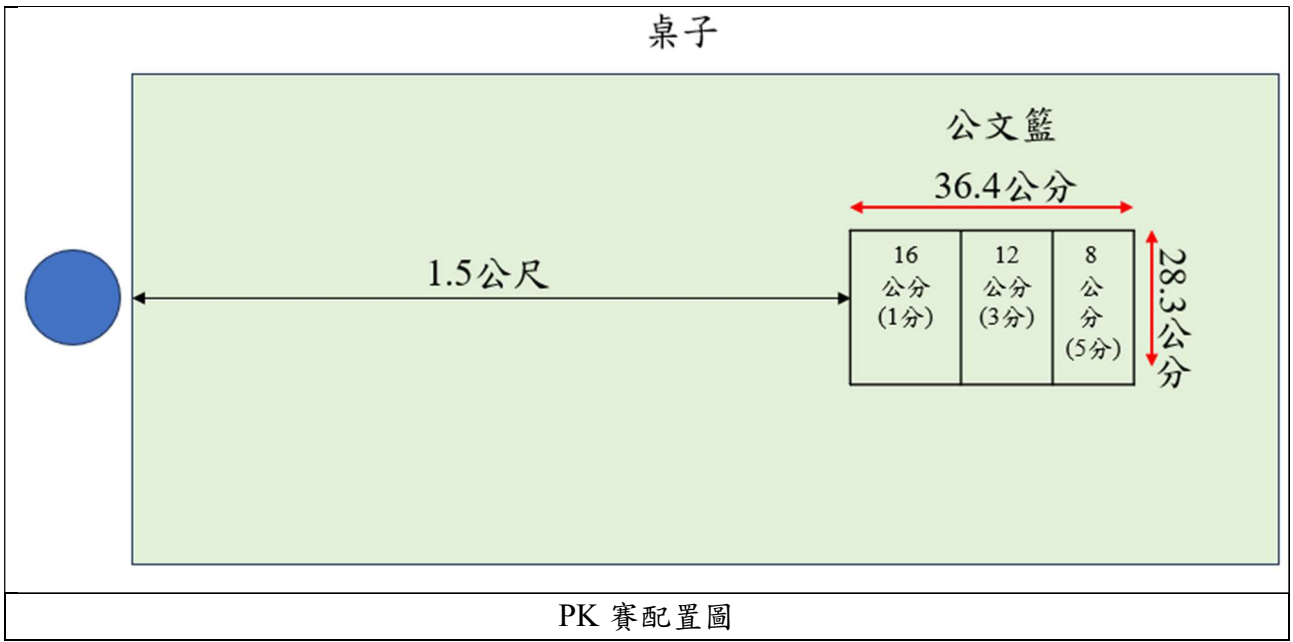
■ 每一棒次物品圖示

| | | | | |
|---|---|---|--|---|
|  |  |  |  |  |
| 第一棒：掃把 | 第二棒：反光斗笠 | 第三棒：反光背心 | 第四棒：手套 | 第五棒：毛巾 |
|  |  |  |  |  |
| 第六棒：斜背包 | 第七棒：垃圾袋 | 第八棒：垃圾夾 | 第九棒：防護眼鏡 | 第十棒：袖套 |


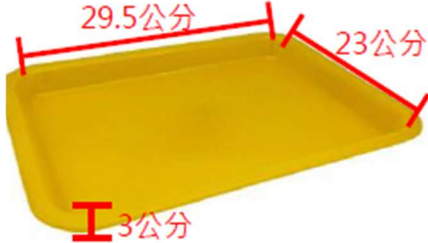
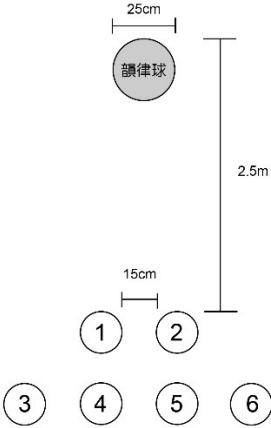
競賽項目三：袋袋箱傳

| 競賽項目三：袋袋箱傳 | |
|------------|---|
| 參賽人數 | 每隊 10 人（至少 8 人≥ 40 歲） |
| 競賽說明 | <ol style="list-style-type: none"> 採單階段競賽。 參賽隊伍排出棒次站立於預備區，競賽開始第 1 棒須一同至終點線，由關主統一計時，限時 30 秒將回收環保袋分類。 終點線洗衣籃內放有未分類的回收環保袋（紙袋）50 個，參賽者須於時間內將回收環保袋分類，共分為「小袋-A4 尺寸」、「中袋-A3 尺寸」、「大袋-超過 A3 尺寸」，正確分類一個回收環保袋即可獲得 1 分，時間到裁判計算分數後，即可返回起始線，更換下 1 棒，以此類推。 10 棒輪完後停止動作，裁判開始計算分數將每棒次分數加總。 |
| 注意事項 | <ol style="list-style-type: none"> 時間到須馬上停止動作，超過時間分類之回收環保袋不予計分。 尺寸標準為單邊超過規格則進入下一尺寸。 分類錯誤之回收環保袋不予計分。 |
| 評分方式 | <ol style="list-style-type: none"> 計分賽，依總分取前 3 名。 PK 賽：同分隊伍各派 3 名代表，於終點線後放置長桌，距離隊員 1.5 公尺處放置公文籃（約 36.4×28.3×7.7cm，型號 380），籃子依 16、12、8 公分隔成三個空間，依距離隊員近到遠的分數依序定為 1、3、5 分，每隊代表輪流站立於終點線處，隊員各部位不可倚靠桌子，每人 6 顆乒乓球（直徑 4 公分，重量 2.7 克），於 30 秒內全部丟出，球須至少觸桌一次，積分加總，依分數高低排序，直到選出前 3 名順序。 |





競賽項目四：環保同心傳

| 競賽項目四：環保同心傳 | |
|--|--|
| 參賽人數 | 每隊 15 人 (至少 12 人 ≥ 40 歲) |
| 競賽說明 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 競賽共限時 10 分鐘 2. 每隊 15 人排成一列，第一棒站立於終點線，其他隊員依序排列，間距為 1 公尺。 3. 每位隊員手持塑膠盤 (如下圖)，工作人員將 1 顆韻律球 (直徑 25 公分) 放在第一棒之塑膠盤上。 4. 主持人宣布開始後，將韻律球以塑膠盤依序傳遞至最後一位隊員來回一趟，傳遞一位隊員可獲得 1 分。 5. 距離終點線 2.5 公尺處擺 6 支空寶特瓶 (前二後四)，每支左右前後外緣間距 15 公分，當韻律球傳遞回第一棒時，該員在終點線前於 30 秒內滾出韻律球一次，倒 1 支算 1 分，依分數排序名次。 |
| 注意事項 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 韻律球須完整依序傳遞每位隊員，不得拋擲或跨過傳遞，違規扣 1 分。 2. 若比賽過程中該棒次隊員韻律球掉落地面，則不算分，並從下一棒次隊員繼續傳遞。 3. 不可凹折塑膠盤，或以任何形式使塑膠盤變形。 4. 每參賽隊伍需注意安全，避免推擠或過度拉扯。 |
| 評分方式 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 計分賽，依總分取前 3 名。 2. PK 賽：距離終點線 2.5 公尺處地上放置 6 支寶特瓶，同分隊伍派 3 名代表各於 30 秒內滾出一次韻律球，倒 1 支算 1 分，3 名隊員擊倒瓶數加總，依分數高低排序。 |
| <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>韻律球直徑 25 公分 重量約 100 克</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>29.5 公分 23 公分 3 公分</p> </div> </div> | |
|  <p>25cm 韻律球 2.5m 15cm 1 2 3 4 5 6</p> | |