

出國報告（出國類別：開會）

**國際健康促進基金網絡(INHPF)
執行長會議及工作坊**

INHPF CEO Meeting and Workshop

服務機關：衛生福利部國民健康署

姓名職稱：王怡人主任秘書、胡怡君科長

派赴國家：澳洲墨爾本

出國期間：112年3月18日-112年3月24日

報告日期：112年6月12日

（本項經費由菸品健康福利捐支應）

摘要

國際健康促進基金會網絡（The International Network of Health Promotion Foundations, INHPF）是一個國際性組織，成立於 1999 年，成員包括來自歐洲、北美、南美、非洲、亞洲和大洋洲的健康促進機構或基金會，其使命是推動全球健康促進行動的發展和實行，以及透過各國分享實務策略、經驗和知識等交流，強化落實健康促進的理念和實踐，共同合作和學習以致力於改善全球健康。

本次是由INHPF的執行長 Dr. Sandro Demaio邀請各會員國共同參與執行長會議及工作坊，目的是期望在今年11月正式的健康促進年會之前，能彼此瞭解各國關心之健康促進議題，並進行深度的學習及交流。會議及工作坊安排討論議題豐富且多元化，3日的行程，內容包括高階會議、專題演講、協作工作坊、區域夥伴合作機構分享以及官方代表之討論，另，由於韓國對於台灣的健康促進政策表達興趣，因此，特別於晚間空檔安排一場雙邊會談，針對菸害、慢性疾病防治、社區健康站佈建及財政等議題進行分享交流。

目錄

摘要.....	1
壹、 目的.....	3
貳、 過程.....	4
參、 會議重點摘要.....	5
一、 3月20日高階會議 High level meetings at VicHealth.....	5
二、 3月21工作坊及夥伴會議 Collaboration workshops and partner meetings.....	8
三、 3月22工作坊及夥伴會議 Collaboration workshops and partner meetings....	18
肆、 心得與建議.....	22
附件一 研討會議程.....	24
附件二 各國出席代表名單	27

壹、目的

- 一、 分享及交流我國在健康促進議題的政策與成果。
- 二、 了解各國健康促進的現況及行動方案，做為我國推動健康促進議題之參考。
- 三、 參與工作坊學習健康促進之領導技巧及策略，運用有效且實用的方式提高推動成效。
- 四、 透過澳洲維多利亞地區夥伴機構合作方式之分享，深入了解健康促進跨領域的夥伴合作模式的運作。
- 五、 透過高階會議的交流建立國際友好關係，延續未來合作之可行性。

貳、過程

日期	行程
3/18 (六)	臺灣桃園機場啟程
3/19 (日)	抵達澳洲墨爾本
3/20(一)	<ol style="list-style-type: none">1. 高階會議及工作坊於澳洲墨爾本維多利亞健康促進基金會舉行2. 下午移動至維多利亞區域
3/21(二)	<ol style="list-style-type: none">1. 健康促進工作坊2. 高階會議3. 維多利亞區域夥伴關係機構分享交流4. 專題演講
3/22(三)	<ol style="list-style-type: none">1. 健康促進專題演講及工作坊2. 結束行程返回墨爾本
3/23(四)	澳洲墨爾本啟程
3/24(五)	抵達臺灣桃園機場

參、會議重點

一、3月20日(一)高階會議 **High level meetings at VicHealth**

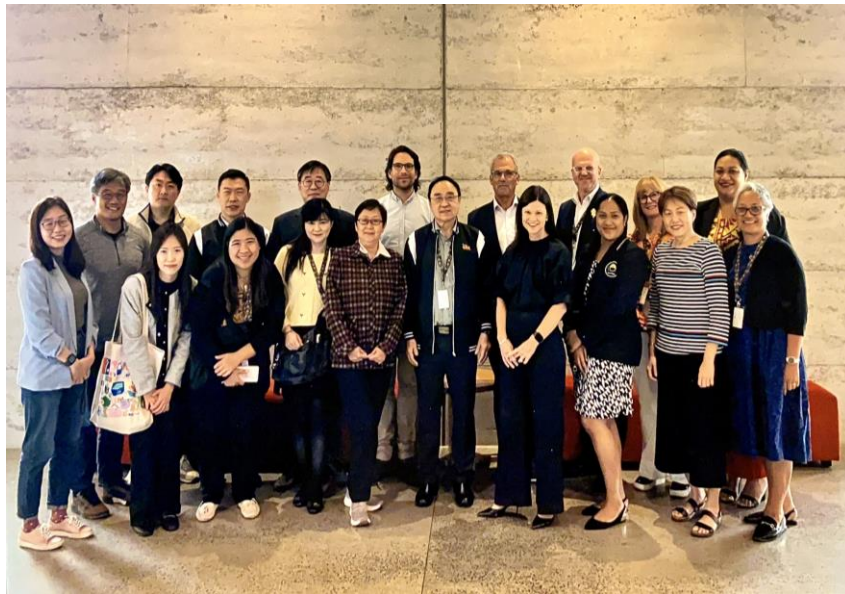
(一) 開幕及 **VicHealth 正式歡迎會(Official welcome and introductions)**

本次會議由維多利亞健康促進基金會 (The Victorian Health Promotion Foundation, VicHealth) 主辦，VicHealth 是一個位於澳大利亞維多利亞州由政府成立並負責管理的機構，成立於 1987 年，總部位於墨爾本，VicHealth 透過資助健康促進項目、開展研究和培訓、制定政策建議等方式，致力於推廣民眾健康促進策略，減少不健康行為，改善環境和社會條件，該機構與政府和非政府組織、學術機構、醫療保健機構和業界合作，結合合作夥伴關係來推廣健康生活，以共同實現健康促進目標。

開幕式及歡迎會由 **Dr. Sandro Demaio** 主持開幕式，首先誠摯歡迎一共六個國家(包括台灣、澳洲、韓國、泰國、新加坡、東加)9 個機構或組織參與這次會議及工作坊，並介紹 **VicHealth** 組織的工作包括菸害防制、減少酗酒、促進健康飲食、提高身體活動、促進心理健康、減少暴力和促進社交包容性等，其目標為創造一個健康、公平和可持續的社會，為居民提供更好的健康和福祉，**Dr. Demaio** 並說明 3 日活動內容，期待透過 3 日的會議及交流，能夠彼此分享經驗及策略。

接著由泰國健康促進基金會(Health Promotion Foundation) **Dr. Supreda Adulyanon** 介紹 **INHPF** 的沿革及貢獻，重點包括自 1999 年成立為全球健康促進發展組織平台，2005 年推動成立了國際健康促進基金會 (International Union for Health Promotion and Education, **IUHPE**)，進一步加強了全球健康促進領域的組織合作，2010 年與世界衛生組織 (World Health Organization, **WHO**) 合作舉辦了世界健康促進大會，推動全球健康促進事務的發展，並技術協助越南及寮國等成立菸害防制基金會(**The Tobacco Control Foundation**)，2015 年 **INHPF** 支持了聯合國可持續發展目標 (United Nations Sustainable Development Goals, **UN SDGs**) 中的健康促進目標的制定和實施，為全球健康事業的可持續發展做

出了貢獻，2020 年在全球新冠疫情爆發期間，積極推動全球健康促進措施的實施，提高全球公眾對健康的重視和識能，為疫情防控制作出了貢獻。Dr. Adulyanon 並預告了 2023 年 INHPF 的年會將由 TaiHealth 在曼谷舉辦，預計辦理的時間為 2023.10.31-11.4 或是 2023.11.7-11.11，預計規劃召開年會、CEO meeting、專題演講及討論以及參訪行程，預計辦理 5 日。



參與會員國成員合照

(VicHealth, Healthway, SingaporeHealth, ThaiHealth, TangaHealth, KHealth, Wellbeing SA, Health and Welling Queensland, Taiwan Health Promotion)



國民健康署主任秘書王怡人及胡怡君科長感謝主辦單位
VicHealth CEO, Dr. Sandro Demaio

(二) 圓桌會議(Roundtable with key health public health stakeholders)

圓桌會議由 Dr. Sandro Demaio 主持並開場引言，並先邀請 VicHealth 不同部門之年輕管理者 Mr. Padam Chirmuley、Ms. Sarah Loh 以及 BecAhern 針對「健康促進的機會與挑戰 Opportunities and challenges for health promotion」進行議題討論及分享，重點如下：

1. 推動健康促進的機會：(1) 科技進步的契機：隨著科技的發展，現代醫學提供更多的健康資訊和健康監控工具，如智能手機應用程序和利用可穿戴技術等裝置監測健康狀況，可透過這些健康數據可以幫助人們了解自己的健康狀況及監測生活型態，(2) 大數據的應用：隨著數據運用多元發展，服務提供者或政策制定者可以從大量的健康數據中分析學習，獲取更深入的演繹，以提供新的健康趨勢或方法，(3) 社交媒體之普及：社交媒體已經成為一個強大的健康促進工具，透過社交媒體可以分享健康經驗、獲取健康知識，並且得到社區的支持與參與健康促進活動，甚至成為另一個大數據資料庫結合 AI，提供個人化資訊，(4) 國際合作的效益：健康促進為全球議題，許多國家和國際組織開始合作，以促進知識和資源的共享，並且提供更多的資源和支持。

2. 現今健康促進面臨的挑戰：(1) 健康不平等：由於城鄉差距和資源不足地區仍然存在著健康不平等的狀況，仍有地區或民眾無法獲取基本的健康保健服務而導致健康問題進一步惡化，以及(2) 慢性疾病之盛行：慢性疾病已經成為全球性的問題，對人們的健康和生活品質造成嚴重影響，需更加著力於慢性疾病危險因子防治策略，包括營養和飲食問題、運動不足及精神健康問題，

各國代表也分享近年來各國在健康促進策略上的成效與困境，部分國家認為財務預算是執行健康促進的困境之一，許多國家健康促進的預算部分由政府預算支出，大部分是需仰賴企業、基金會、慈善機構和個人的捐款和贊助，尤其在慢性病防治上，依各國保險制度包括公共醫療保險和私人醫療保險等經費支持，來改善民眾生活品質。會中許多國家認為台灣全民健保的高覆蓋率值得推崇，並對於疾病管理計畫有興趣，因此本署王怡人主秘針對代謝症候群防

治計畫及糖尿病(DM)、腎臟病(CKD)及末期腎臟病前期 (Pre-ESRD) 等照護計畫進行分享。各國除表達對台灣健康促進成效的讚許，亦針對台灣政府對於健康促進的挹注及預算來源感興趣，因為大部分國家都是由政府下成立理事會來整合健康促進相關組織團體共同研議政策及推動，台灣則是由中央政府直接擬定政策及編列預算，因此更容易落實及發揮成效，也顯現台灣對於健康促進的重視。

在分享近年相關策略，本署王主秘特別分享了台灣在活躍老化、癌症篩檢及菸害防制的作為，引起很多國家之共鳴，值得一提的是新加坡針對菸品及酒品策略是比較嚴格的，全新加坡除了有標記可抽菸的地方否則全面禁菸，罰款及菸價都非常高。晚上 10 點 30 分至隔日上午 7 點，零售商禁止販售酒精飲料，公眾亦不得在公共場合飲酒，只有餐飲業經申請是可以販賣的。隨著各國文化不同而擬訂不同的策略，都有其可參考學習之處，新加坡及韓國特別表達希望能有機會至台灣參訪。



本署主任秘書王怡人於圓桌會議中分享台灣在健康促進的策略及成效

二、3 月 21(二) 協作工作坊及夥伴會議 Collaboration workshops and partner meetings

(一) Early morning health promotion activity

一早 7:30 由 VicHealth 團隊帶領各國代表一起參與健康促進活動，由飯店沿海

邊約 1 個小時步行，沿路介紹 Torquay 的特色及環境保護措施，也讓大家的感情交流更進步，成功的建立有好的國民外交。



(二)健康促進推動模式和健康促進領導力的工作坊-第一階段

(Workshop run on operating models for health promotion, and leadership in health promotion–Part I)

工作坊係由墨爾本大學人口與全球健康學院 Professor Rob Moodie and 維多利亞健康促進基金會執行長 Dr. Sandro Demaio 擔任主持人，第一階段主題針對健康促進領導者能力及技巧進行實作及演練，Professor Moodie 說明健康促進領導力和團隊技能(The Health promotion leadership and team skills)，這些能力項目如下：

1. 願景和決策能力(vision and decisions)：健康促進領導者需要具備制定願景和決策能力，能夠為團隊制定明確的目標和計劃，並能夠在複雜的情況下冷靜分析做出明智的決定，並確保團隊達成目標。
2. 溝通能力(communication)：明確及清楚的表達能力，能夠有效地傳達訊息，並與團隊成員進行積極的互動和溝通。更重要的是能具備與利益相關者進行溝通及說服力，以共同倡議推進健康促進策略。
3. 團隊管理能力(managing people)：包括衝突管理、工作績效管理、監測及指導以及整合能力，要能夠促進成員合作，以確保團隊達成目標。此外，建立良好的團隊文化和氛圍，才能提高團隊凝聚力和效率。
4. 技能(Technical capacity)：領導者需要具備豐富的專業知識和技能，包括健康教育、健康促進策略、行為改變理論、統計分析等方面的知識。此外，需要隨時更新的健康促進技術和趨勢，以確保團隊能夠跟上時代的步伐。
5. 情緒智商 (Emotional intelligence)：具備良好情商能力，能夠有效地管理情緒，對內與團隊成員建立良好的關係，要有同理心及提供激勵作法，對於成員問題適時回應，自我意識及立場明確，並做好時間管理。對外運用良好人際關係，建立網絡共同合作以達事半功倍。

另 Prof. Moodie 提出 **GROW-S model**，是一種有效的教練技巧(coaching)，主要可幫助教練協助受訓者設定目標、評估現況、探索選擇、確定行動方向以及提供支持的模式，包括 **Goal**-問自己希望得到甚麼結果，**Reality**-目前發生的現況為何，**Option**-我能做些甚麼，**Will**-未來可延續的做法，**Supper**-需要那些幫助，詳述如下：

1. **Goal** (目標) - 教練與學員共同確定想要實現的目標，並確保目標具體、可衡量、適切、具有挑戰性且與其價值觀相符。
2. **Reality** (現況) - 評估目前的狀況，包括現有資源和限制，以及優勢和挑戰，確認現況與目標的差距及影響。

3.Options（選擇）-擴大選擇空間，評估每個選擇的利弊並選擇最佳方案，發掘達成目標的選擇以及可行的行動方案。

4.Will（意願）- 確定有足夠的意願和動力去實現行動計劃，建立行動意向並確定實現目標的時間表。

5.Support（支持）-提供必要的支持和資源以實現目標。

實作演練的進行，由 Prof. Moodie 請參與成員完成健康促進領導力和團隊技能的自我評估表，並輪流分享自己的優勢以及最不足的技能，然後每 3 人一組，每半小時換組，由不同的國家針對不足的能力項目提供建議作法，最後總結分享，隨時張開眼睛去看、張口去說、用耳傾聽，利用良好的溝通技巧及技能解決問題，一個好的領導者不是只是給予(give)而是指導(tech)，適時反饋可以教學相長，獲得更大的效益。



本署主任秘書王怡人於參與分組討論

(三) 健康促進推動模式和健康促進領導力的工作坊-第二階段(Workshop run on operating models for health promotion, and leadership in health promotion–Part II)

第二階段主題針對健康促進推動衝突管理之技能進行實作及演練，Prof. Moodie 說明造成組織衝突的情況，包括文化差異導致對事情的看法和做法不同、組織內部的成員對於組織目標和方向不一致時、資源分配不公平或不均

時、權力分配不均、領導風格過於強勢或不當引發的不滿和反抗、成員的利益相互衝突時等 6 種狀況，因此，他提到由 Kenneth W. Thomas 和 Ralph H. Kilmann 發表的 Thomas Kilmann model，說明如下：

1. 競爭 (Competing)：通常用於解決緊急情況，或者當必須維護自己的權益時，個人採取強勢、堅決的立場，不考慮他人的需求及利益。
2. 合作 (Collaborating)：用於解決雙方都能獲得好處的情況，或者當需要建立關係時，採取共同協商、共同解決問題的方式，尋求雙贏的解決方案。
3. 妥協 (Compromising)：用於雙方都有些許得失的情況，或者需要在短時間內解決問題時，採取妥協、讓步的方式，達成一個雙方都能接受的結果。
4. 避免 (Avoiding)：個人避免直接處理問題避免衝突升級，可能通過推遲解決、轉移話題等方式來避免衝突。
5. 包容 (Accommodating)：個人傾向於迎合對方，當別人的利益比自己更重要，為了維護關係和合作而做出一些自我犧牲。

實作演練的進行，每 3 人一組選擇一種衝突的情況進行角色扮演，一位扮演衝突者，一位扮演主管利用技巧解決衝突，另一位進行評價，3 人輪流互換角色後再換組。過程非常有趣，隨著文化的不同可發現成員選擇解決衝突的方式及技巧不盡相同，藉由彼此評論分享在未來工作實務上必有所助益。

(四) 主管代表工作會議(Working Lunch for INHPF CEOs)

午餐會議由維多利亞健康促進基金會執行長 Dr. Demaio 主持，主要針對近來重視的菸害防治議題及高齡健康進行分享，本署王怡人主任秘書特別分享台灣菸害防制法修法並於 2 日後上路，其中對於台灣電子菸全面禁止的議題，各會員都非常推崇，因為多數國家尚未完全禁止，仍對於電子菸是否可作為戒菸的工具進行討論。在澳洲未經醫生處方買賣電子煙或任何含有尼古丁的液體都是非法的，18 歲以下的人出售電子煙或用於電子煙的液體（即使不含尼古

丁)是違法的。新加坡已禁止電子煙吸食及販售，但表示實際執行困難，因邊境控管不易，且電子菸不像香菸有味道，無法訓練海關搜查犬漁港埠執行查驗，若於行李或包裹夾帶不易查出，因此即使是新加坡執法嚴格之國家，仍無法避免年輕人使用電子菸。本署王主秘回應修法禁止電子菸已經邁進一大步，我們會參考包括新加坡在內之其他國家經驗，落實執行，於往後 1-2 年 INHPF 的會議中分享成果。

在健康老化之議題上，本署分享台灣辦理長者整合性照護(Integrated Care for Older People, ICOPE)計畫的成效，各國代表對於 ICOPE 的作法皆不清楚，韓國及新加坡表示長者健康通常由政府部門訂定策略，目前在國內沒有執行。新加坡代表表示希望有機會可至台灣進行參訪學習，進一步了解 ICOPE 計畫的執行框架及流程。

(五) 專題分享：以夥伴關係推動健康促進的新策略

1. 地方議會/維多利亞州地方政府(Local Council/VLGP)

(1)首先由 Golden Plain Shire(澳大利亞維多利亞州地方政府地區)主管說明澳洲相關的法規，包括於 2008 年發布《公共衛生和福利法》，特別加入 S.26(2)(ba)有關家庭暴力的條文，以及發展健康檔案制定。2020 年發布《兩性平等法》，2017 年《氣候變遷法》及 2019-2023 年維多利亞州公共衛生和福利計畫。根據這些法規，維多利亞州的地方政府透過與不同的組織和機構建立夥伴關係，開展各種健康促進活動，以提高社區的健康。這些夥伴關係包括當地醫院、健康組織、學校、社區團體和非政府組織等合作，共同制定和實施各種健康計劃和活動。夥伴關係可促進不同組織和機構之間的合作和溝通，形成更加緊密的社區聯繫，推動健康促進策略能夠降低醫療費用和社會成本，提高社區的整體福利和生活品質。

(2)Quit Victoria 的 Director Matthew Scanlon 分享在地菸害防制規定及成效，Quit Victoria 是澳洲政府建立的非營利組織，主要工作為菸害防治

政策、教育及戒菸服務，Director Scanlon 首先說明澳洲吸菸率為 21%，而維多利亞州在 Quit Victoria 的努力下為 17%，惟電子煙使用者中購買含尼古丁有害產品佔 73%，由於電子煙使用者有 3 倍風險成為菸草使用者，加上青少年吸食電子菸人數約來越多，今年(112)優先針對一次性電子菸全面禁止，並停止進口非處方電子煙，並限制電子煙中的尼古丁含量。

澳洲菸害防制策略與台灣做法很類似，藉由立法及數位行銷等方式推動，例如：無菸立法，包括保護旁觀者免受二手菸害、保障高密度居住環境的居民)、禁止菸草廣告和行銷(媒體串流服務、音樂影片、電玩、社群媒體)、菸品包裝圖形健康警示(快速更改警告圖形和標示)及整合多媒體「反吸菸」宣傳，另外，透過加強宣導教育、不斷提高稅收、限制室內吸煙、加強戒菸服務等方面進行。

2. 休閒網絡 (Leisure Networks)

由 Leisure Networks 的 Manager Brooke Connolly 進行分享，Leisure Networks 總部位於維多利亞州南吉朗，由地方政府、非營利組織、社區中心等機構支持和管理，是一個以促進社交、休閒和文化活動為主的社區組織，其目標是推廣及提供各種形式的休閒活動和健身運動，讓人們可以從中獲得身心愉悅和健康，增強社區凝聚力。Leisure Networks 透過與當地的運動和文化團體或組織合作，取得資金和設施支持，以利開展各個年齡層的健康促進活動，例如瑜伽、普拉提、舞蹈、步行、音樂、藝術、手工藝和自行車騎行等。針對青少年特別規劃身心健康和社交能力，包括健身訓練、烹飪班、藝術工作室和音樂工作室等，特別結合澳洲推崇的本土活動，像是衝浪文化，透過衝浪俱樂部、學校、社區和衝浪運動員合作，提供各種衝浪項目、比賽和培訓，當然也致力於環保和可持續發展，以保護和維護海灘和海洋環境的美麗和資源。

3. 食品合作夥伴(Food partner)

Common Ground Project 是澳洲的再生農場和社區空間，主要透過食物和農業來強化人與人之間的聯繫，期望將再生農業的原則應用於耕種和食品生產，創建一個可持續和健康的農業生態系統。再生農業是一種注重生態系統的農業方式，高度重視土壤健康並注意水的管理、肥料使用，以永續方式而不是破壞或耗盡資源的耕作方法。這個計畫旨在透過教育和培訓，提高人們對食品生產和永續性環境問題的認識，為當地社區創建一個可持續的食品系統。執行的方式為結合社區、農場和社會企業，提供促進在地種植及食品安全共通的平台，舉辦社區集會、農場之旅、環保講座、環境工作坊、綠色市場和志願者活動等，透過學習成長、烹飪技術、知識分享和社區合作以進行賦權和倡導。另，關注當地農業和食品產業的發展，鼓勵社區成員支持本地農民和小型農場，推廣有機種植和健康飲食，為本地農民提供市場和銷售機會。

4. 結合在地藝術團體重置/共同影響模型及藝術(A local arts org in ‘the collective’ on future reset/co-impact models and arts for health)

澳洲的藝術團體與在地社群合作，透過藝術創作和文化活動來重新塑造、改變或提升社區形象、價值觀和生活環境。因此，維多利亞的相關組織會舉辦工作坊、講座和社區活動，聆聽社區的聲音和需求，作為美化環境之依據、以改善地區形象和環境品質。另外，由於藝術被視為一種強大的表達方式，能夠引起觀眾的共鳴並激發對社會議題的關注，透過藝術作品、表演和文化活動來傳遞和展示原住民的傳統知識、故事和價值觀，亦有助於保護原住民文化遺產，同時促進文化交流和理解。

(六) 與韓國雙邊會談

針對台灣及韓國在健康促進策略及未來合作之方向進行交流，由 **K Health**

執行長 Dr. Hyunjang Cho 等 3 位及本署王主秘等 2 位出席。韓國之健康促進機構與台灣類似，都由政府負責健康促進相關政策規劃、協調及執行。會談主題首先針對預算來源分享，兩國健康促進計劃除政府預算外，都有來自菸捐的挹注，但 K Health 亦接受私人和非營利組織的捐款用於支持健康宣導、社區健康項目或健康促進的研究等。近年韓國政府積極推營養政策，在韓國保健福祉部（Ministry of Health and Welfare）下設有獨立的營養政策部門，也積極於社區成立營養推廣中心，提供營養援助和膳食計畫，提供健康膳食給需要關懷的人群，如老年人、殘障人士和低收入家庭。透過社區機構或設施提供膳食服務，確保弱勢群體獲得均衡的飲食，支持和改善弱勢群體的膳食狀況。本署王主任秘書也分享台灣自 107 年起由各縣市衛生局成立「社區營養推廣中心」，有專業營養師將提供「在地居民營養問題分析」、「社區營養照護人員培訓」、「社區營養教育」、「營養風險篩檢」、「健康餐飲輔導」等服務。

另外，韓國提及目前慢性疾病盛行率偏高，希望進一步了解台灣代謝症候群防治計畫，本署分享台灣透過國健署與健保署合作推動「代謝症候群防治計畫」，針對 20 至 64 歲的民眾，如透過健康檢查發現有代謝症候群，可由基層院所醫師評估其慢性病風險因子，並依照個人化的健康管理需求提供飲食、運動、體重控制、戒菸戒檳、三高管理等健康指導，並由醫師和病人共同設定改善目標。Dr. Cho 表示希望有機會能夠來台灣進一步的了解及交流。

最後，韓國特別針對疫情之下，對於視訊運用於健康促進的可行性提出討論，Dr. Cho 指出韓國視訊仍以醫療服務為主，用於健康促進策略並不普遍，現開始試辦用遠距配合 AI 進行的專業營養指導以及戒菸諮詢等服務，希望蒐集各國作法以利未來進行視訊健康促進規畫。本署回應目前台灣之視訊以應用於偏遠地區為主，未來會研議其可行性。

(七) 晚宴專題演講

Geelong and other local Mayors from nearby LGAs VLGP LGAs, MPs including LPHU Director, Deakin VC

晚間與維多利亞地方的官員及夥伴關係機構代表進行晚宴，除表達對各國歡迎外，也分享地方政府及相關機構對於健康促進政策之支持，會中辦理專題演講，由 VLGP 代表說明維多利亞策略健康促進策略成效及有賴於幾個因素，包括，

1. 具包容性：無論其種族、性別、性傾向、身體狀況等，在健康促進方案的設計和實施中考慮到不同人群的需求和權益，並提供相應的支持和資源。
2. 鼓勵社區參與：社區參與是健康促進的重要基石，透過參與幫助當地居民確定需求和期望，並設計相應的健康促進方案。社區參與可以透過與社區組織的合作、居民參與決策等方式實踐。
3. 促進多元合作：透過組織和個人的合作，包括醫療機構、學校、社區組織、政府，建立夥伴關係及目標共識的基礎上，共同推動健康促進策略。
4. 具備文化適應性：健康促進需要考慮到不同文化背景下的差異，以確保促進活動的有效性和永續性，包括對當地文化和信仰的尊重和理解，並通過彈性和靈活的方式來設計健康促進方案。
5. 充足的資源投入：資源的投入包括財政、人力、技術等，並於推動健康促進策略上有效管理和分配。



晚宴專題演講由 Dr. Sandro Demaio 主持，維多利亞地方的官員及夥伴關係機構代表與參與國家代表充分交流

三、3 月 22(三) 協作工作坊及夥伴會議 Collaboration workshops and partner meetings

(一) 兒童肥胖、兒童和青少年、數位行銷、兒童和孕產婦主題會議-第一階段 主題會議 Session with Deakin University on child obesity, children and young people, digital marketing, child and maternal – Part 1

由 Professor Steven Allender 針對兒童肥胖(child obesity)議題進行演講，Steven Allender 為澳大利亞迪肯大學(Deakin University)公共衛生教授和全球肥胖中心(Global Obesity Centre, GLOBE)主任，目前主導 Geelong Ovens Murray Region (GOMR) Healthy Eating and Active Living (HEAL)的計劃，他分享為了減少維多利亞州西南部地區的肥胖和慢性疾病發病率，透過收集和分析地區內居民的健康資料(如：身體測量指標-身高、體重、BMI、營養攝入量、運動量)、評估當地飲食和運動習慣，建立健康促進計畫，並定期監測和評估計畫效果。具體措施包括：

1. 推動健康飲食：提供營養知識和食品選擇指南，推廣當地農產品和健康食品，鼓勵居民從當地市場購買當季新鮮的蔬菜和水果，舉辦烹飪示範、營養講座、食品安全培訓等活動。
2. 鼓勵適度運動：提供多種活動，如騎自行車、徒步旅行、游泳和健身等，鼓勵居民積極參與。此外，還舉辦各種健康教育講座和健康檢查等。
3. 維持健康體重：透過諮詢提供個人化的體重控制計劃，包括定期體重監測和飲食和運動指導等。還推廣減少坐姿時間，鼓勵居民站立、行走和活動。
4. 促進心理健康：提供心理健康支持和諮詢服務，鼓勵社交活動和社區參與，幫助居民建立支持系統和增加社交網絡。

另，Allender 教授提到肥胖對兒童身體和心理健康影響甚鉅，因此，Allender 教授也主導了一套兒童肥胖預防計劃，包括改善營養、促進身體活動和建立健康的社區環境等，Allender 教授說明預防兒童肥胖計畫需由社區、學

校和家庭三方面進行介入措施，以促進孩子們的健康飲食和積極運動習慣，如，社區面：透過在社區中推廣健康飲食和積極運動，舉辦活動、推廣家庭烹飪健康食物、提供運動和健身建議等。學校面：學校是孩子們成長和發展的重要場所，因此，規劃學校推廣及提供健康食物和飲料，並鼓勵學生參加體育課程、課後運動和健身活動等。家庭面：提供家庭烹飪健康食物的建議和技巧，鼓勵家長和孩子們一起準備食物，一起運動建立健康的生活習慣。

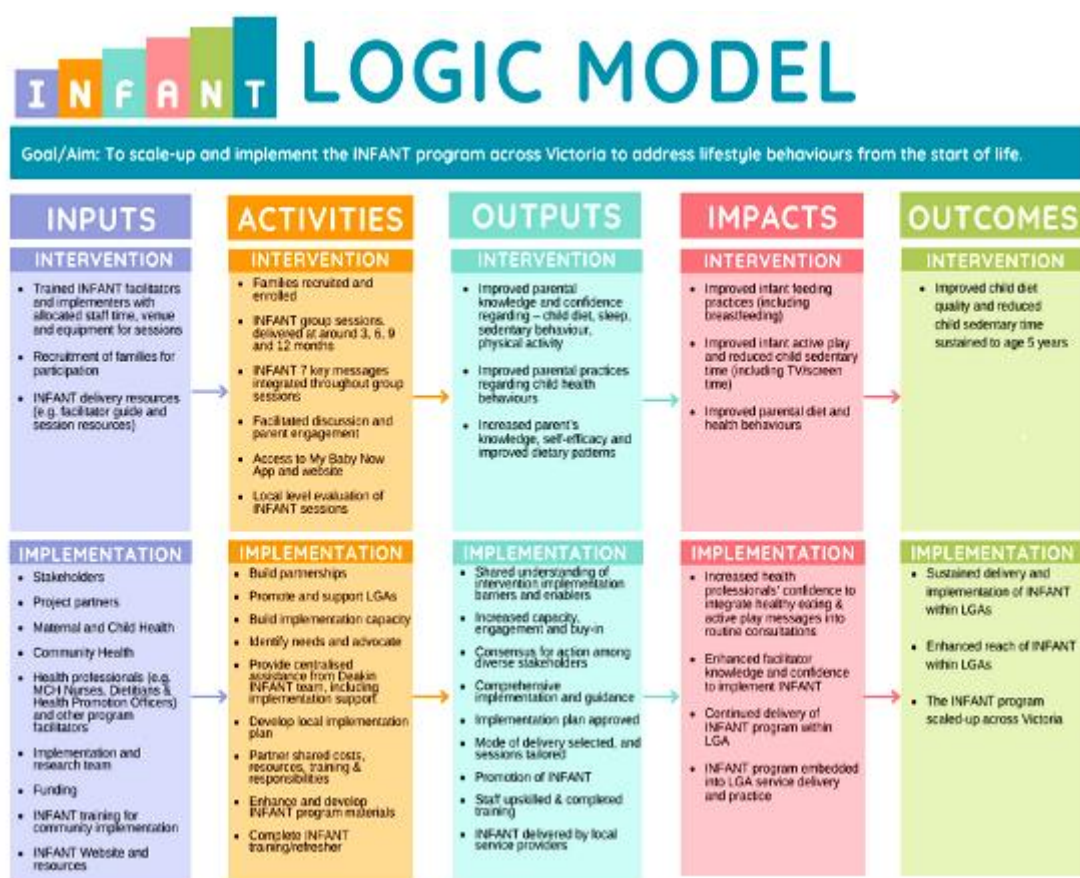
各國也分享兒童肥胖的策略，本署分享兒童肥胖相關策略，例如：透過健康促進學校推廣我的餐盤、每日戶外活動 60 分鐘，另發展健康促進幼兒園的創新模式，透過制定健康政策、改善(師生)健康技能和行為、結合家長和社區資源 3 方面進行介入策略。韓國及新加坡也分享對於兒童食品廣告的限制，包括禁止在兒童節目中播放高糖、高脂、高鈉的食品廣告，禁止使用過度吸引兒童注意力的形象和音效，如卡通人物、明星代言不健康食品，並限制相關食品廣告的曝光量。

(二) 兒童肥胖、兒童和青少年、數位行銷、兒童和孕產婦主題會議-第一階段 主題會議 Session with Deakin University on child obesity, children and young people, digital marketing, child and maternal – Part 1

由 Professor Karen Campbell 說明母嬰健康相關策略，Prof. Campbell 是為澳大利亞迪肯大學(Deakin University)身體活動與營養研究所 (Institute for Physical Activity and Nutrition Research, IPAN) 的公衛及營養學教授，她分享 InFANT Program(Infant Feeding and Active Play Nutrition Trial)，這計畫於 2008 間由政府資助在澳大利亞進行隨機抽樣研究，涵蓋維多利亞州 14 個地方政府區域的 542 個家庭中進行，目前在已廣泛實施和使用，並一直持續至今。

InFANT Program 的發展及研究證明，寶寶的生命早期階段，即出生後 1000 天內為健康發展之關鍵時期，因此，促進寶寶的健康飲食、身體活動及正常的成長體重，對日後的健康狀況將產生重大影響，計畫內容強調了家庭和社區的重要性，透過母嬰護理人員提供家庭的營養和身體活動教育計劃、環境介入、

健康促進和個別化建議，並提供資源支持。A INFANT logic model 包括輸入、活動、產出、影響和成果等五個部分的模式(如下圖)。輸入是指計劃所需的資源和材料，包括人力、財務和物質資源。活動是指實施計劃所需要進行的具體步驟和活動。產出則是指活動的中間成果，如培訓參與父母的數量及知識提升、行為改變等，影響為了解導致產出的影響因素，及最後 INFANT 計劃帶來的長期成果，如改善幼兒的健康、營養狀況和生活方式等。



(二) 閉幕與總結 Wrap up

2023年國際健康促進基金網絡(INHPF)執行長會議及工作坊閉幕時由Dr. Dr. Sandro Demaio主持，除感謝各國3日的參與外，並享各國經驗了解大家關注的議題，將作為2023年11月正式會議時規劃的參考，並再次提醒2023年INHPF的年會將由TaiHealth在曼谷舉辦，屆時歡迎大家出席參與，為3日的活動畫下美好的句點。

肆、心得及建議

- 一、 健康促進的概念廣泛，因此每個國家健康促進機構的責任廣狹不同，以澳洲來說，健康促進不涉個人預防保健服務，而是以社區整合為基礎，用系統的方法(system approach)來分析及解決問題，因此在策略運用上，可動員社區所有資源。例如健康飲食，澳洲維多利亞省 Vic Health 以省政府及聯邦政府衛生部提供之經費，訂定計畫後結合社區中所有夥伴機構，包括農民、超商、餐廳、學校及媒體等，共同推動健康飲食，然後進行研究及長期追蹤，評估成效以對政府負責。
- 二、 健康促進應鼓勵並強化 NGO 的力量，發揮 stakeholder 的力量，結合政府與基層服務的資源，共同學習、分享及規劃，以提升社區服務利能力及效益。
- 三、 數位行銷為主要趨勢，比傳統行銷的傳播速度快，成本較低，但有其風險必須事先預防規劃，一旦錯誤訊息很容易被吸收，尤其像是菸品或是高糖食品對於兒童及年輕族群而言。
- 四、 健康促進推動是各國越來越重視的政策。很多國家有興趣台灣作法，而我們在預防保健上真的很努力。例如：很多國家的成人預防保健項目不比台灣多，如要四癌篩檢要加費用，他們認為預防保健應該是民眾自己的責任。當然，財政狀況與投資也是影響策略的重要關鍵。
- 五、 過去台灣健康促進策略以渥太華架構為主，但在其他國家如澳洲針對 GROW S Model 能更實務解決問題，從 Goal-問自己希望得到甚麼結果，Reality-目前發生的現況為何，Option-我能做些甚麼，Will-未來可延續的做法，Supper-需要那些幫助。未來在推動健康促進策略可利用 GROW S Model 提升效益。
- 六、 隨著電視及社群媒體的蓬勃發展，食物廣告越來越多，如何規劃廣告減少危險因子暴露於兒童及年輕族群。可利用圖文、時下流行的通路軟體，如遊戲或短影音等適合目標族群的通路以提升效益。
- 七、 新加坡保健促進局表示今年 7 月份其 CEO 鄭春鴻先生應邀來台，於 APACPH 工作坊擔任講者，該局期能拜訪本署，並請本署安排地方政府或社區據點實地參訪，以瞭解健康促進工作地方如何整合。該局有興趣主題包括 1.傳統醫藥如

何運用於預防保健或健康促進，例如：Covid-19 期間是否以中藥作為保健用途；
2. 社區如何整合推動健康促進工作。基於友好及交流學習的立場，將後續協助安排。

八、多數與會國家尚未禁止電子煙，因其是否可作為戒菸的工具尚未有定論。其中只有新加坡已禁止，但該國保健促進局表示邊境控管不易。本署分享台灣已修法全面禁止電子煙，執行經驗未來可與其他會員國分享。

九、韓國發展遠距健康促進方案，包括營養指導及諮詢、戒菸衛教等，我國亦可研議視訊應用於在健康促進之可行性。

十、工作坊中午安排 working lunch，晚餐間也安排 official speech，清晨還有 healthy activity，流程雖緊湊，仍活動豐富多元，可作為本署辦理國際活動之參考。

INHPF CEO Meeting and Workshop

Program

Event name	INHPF CEO Meeting and Workshop
Date	19 to 22 March 2023
Locations	Courtyard by Marriott, 20 Batman Street, West Melbourne VicHealth, 2/355 Spencer Street, West Melbourne RACV Torquay, 1 Great Ocean Road, Torquay
Attendees	KHealth Singapore Health Promotion Board Taiwan Health Promotion ThaiHealth Tonga Health Healthway Queensland Health and Wellbeing Wellbeing SA VicHealth

Day 1 – Sunday 19 March 2023

Arrive in Melbourne and stay overnight at Courtyard by Marriott – 50 Batman Street, West Melbourne

Day 2 – Monday 20 March 2023

Welcome and meetings at VicHealth and travel to RACV Torquay

Timing	Item	Presenter	Notes
8.45am	Meet VicHealth representative at Courtyard by Marriott and walk to VicHealth Offices	All delegates	
9.00am	Welcome to VicHealth and introductions and breakfast	All delegates	At VicHealth office
9.45am	Official welcome	Sandro Demaio	At VicHealth office
10.30am	Roundtable with health public health stakeholders	All delegates	At VicHealth office
11.30am	Collaboration time - Opportunity to meet with other Foundations and Victorian Health Promotion sector organisations (including working lunch)	All delegates	At VicHealth office
Depart Melbourne to travel to Torquay, Victoria 2.00pm			
2.00pm	Travel to RACV Torquay	All delegates	Travel by coach
4.30pm	Arrive at RACV Torquay and check-in	All delegates	
5.30pm	Welcome to Country / Smoking Ceremony, followed by welcome drinks	All delegates	
6.30pm	BBQ Dinner	All delegates	
End of day			

Day 3 – Tuesday 21 March 2023

Collaboration workshops and partner meetings

Timing	Item	Presenter	Notes
9.00am	Overview of the day	Sandro Demaio	RACV Torquay
9.15am	Workshop run by Rob Moodie (and Sandro) on operating models for health promotion, and leadership in health promotion – Part 1	Professor Rob Moodie and Sandro Demaio	RACV Torquay
Morning tea 15 mins			
11.00am	Workshop run by Rob Moodie (and Sandro) on operating models for health promotion, and leadership in health promotion – Part 2	All delegates	RACV Torquay
Working Lunch for INHPF CEOs Lunch and networking for other delegates 12.30 – 2.00pm			
2.00pm	Partnerships roadshow 4 local partners come and present 'ways of working' and ways of partnering, outlining the new ways of partnership for VicHealth: <ul style="list-style-type: none"> • Local Council/VLGP – Golden Plains Shire • Leisure Networks • Surfing Victoria • Food partner – Common Ground • Western Edge - future reset/co-impact models and arts for health 	Sandro	RACV Torquay
4.00pm	Networking social time	All delegates	RACV Torquay
6.00pm	Official dinner with keynote, Geelong and other local Mayors from nearby LGAs VLGP LGAs, including LPHU Directors	All delegates	RACV Torquay
End of day			

Day 4 – Wednesday 22 March 2023

Collaboration workshops and partner meetings

Timing	Item	Presenter	Notes
Early morning	Stand up paddle Board experience, golf or beach walk and sunrise view of Great Ocean Road <i>with coffee</i>	All	RACV Torquay
9.15am	Overview of the day	Sandro Demaio	RACV Torquay
9.30am	Session with Deakin University on child obesity, children and young people, digital marketing, child and maternal including INFANT, GLOBE etc – Part 1 1. “Systems approaches to obesity” with Professor Steve Allender 2. “INFANT and early years health promotion” with Associate Professor Rachel Laws	All delegates	RACV Torquay
Morning tea (15 mins)			
11.00am	Session with Deakin University on child obesity, children and young people, digital marketing, child and maternal including INFANT, GLOBE etc – Part 2 3. “Regulating big food in the era of big data” with Associate Professor Kathryn Backholer	All delegates	RACV Torquay
Lunch/roundtable on ‘frontiers in tobacco control’ with Cancer Council Victoria and Quit Victoria (12.00-1.30pm)			
2.00pm	Wrap up and farewell	Sandro	RACV Torquay
2.30pm	Travel back to Melbourne Airport or accommodation	All delegates	
End of day			

附件二 各國出席代表名單

INHPF CEO meeting and workshop Delegate list

Name	Surname	Organisation
Sandro	Demaio	VicHealth
Kris	Cooney	VicHealth
Jo	Hillas	VicHealth
Julia	Knapton	Healthway
Ling	Chew	Singapore Health Promotion Board
Wearn Haw	Tan	Singapore Health Promotion Board
Marilyn	Su	Singapore Health Promotion Board
Supreda	Adulyanon	ThaiHealth
Phongsak	Thongratana	ThaiHealth
Sininard	Wangdee	ThaiHealth
Ofeina	Filimoehala	Tonga Health
Sioana	Fili	Tonga Health
Karen	Fukofuka	Tonga Health
Elizabeth	Yi-Ren Wang	Taiwan Health Promotion
Yi-Chun	Hu	Taiwan Health Promotion
Hyunjang	Cho	KHealth
Donhyung	Lee	KHealth
Hyejin	Lee	KHealth
Robyn	Littlewood	Health and Wellbeing Queensland
Mark	Tuohy	Health and Wellbeing Queensland
Katina	D'Onise	Wellbeing SA
Laurianne	Reinsborough	Wellbeing SA