

2021 全國銀髮創意能力競賽簡章

主辦單位:中臺科技大學老人照顧系、財團法人佳醫健康基金會

【活動說明】

- 一、活動日期:2021 年 4 月 28 日(星期三)
- 二、活動地點:中臺科技大學 保健大樓
- 三、聯絡方式: (04)22391647#6251 劉小姐
#6255 彭老師

【參賽主題】

一、 創意餐食能力

參賽者請以「銀髮族便當-容易咬軟質食」料理為主軸，結合創意、美味設計〔含主食(飯)、主菜、副菜、青菜、湯、水果〕之作品。

二、銀髮快閃活力健康操

參賽隊伍自行選擇具民族風之音樂之曲目(播放使用音樂曲目應先取得著作財產人之同意或授權)，適合有氧節奏之健康操舞蹈音樂(可運用現成或自行創作)，音樂全長至少 5 分鐘，以 6 分鐘為上限。舞步需具節奏性、重複性、運動強度及簡單易學等特性。

【競賽項目】

一、 創意餐食能力

通過初審之組別進行現場實作競賽(含發表)。

二、 銀髮快閃活力健康操

通過初審之組別將邀專家依影片內容與現場帶動再次評比。

【參賽資格】

一、 創意餐食能力

1. 學生組:參賽者須為高(中)職或銀髮族相關學系大專校院在籍學生。高(中)職組係指高中、高職及五專一至三年級學生。
2. 社會組:目前擔任營養師或參與老人備餐之社會工作者。
3. 各隊參賽人數
學生組:2 至 4 人，須有一位指導教師。
社會組:2 人為限。

二、 銀髮快閃活力健康操

關懷據點組:符合衛生福利部社會及家庭署立案之社區照顧關懷據點。

參賽人數

- 1)長者 65 歲以上，原住民身分以 55 歲以上，每隊組隊人數 10-15 人。

2)每隊可有參與競賽活動或為協助的青年志工(實際參與表演人數以3人為上限)。

【報名方式】

一、 詳細簡章請至中臺科技大學老人照顧系網頁 <http://de.ctust.edu.tw/bin/home.php>

二、 初賽報名繳交資料:

1. 創意餐食能力

1)參賽報名表(詳附件一)。

2)參賽作品說明(詳附件二)。

3)參賽切結書(詳附件四)，複賽參賽者須於報到時繳交切結書正本。

請依規定之制式表格製作並於報名時一併提供 Office Word 及 PDF 二種檔案，不接受現場報名、傳真及郵局投遞收件。

2. 銀髮快閃活力健康操

1)參賽報名表(詳附件三)。

2)參賽作品光碟片三片。

3)參賽切結書正本(詳附件四)。

請依規定之制式表格製作並交付郵局投遞以完成報名。

三、 報名資料寄送網址: Q0105@ctust.edu.tw，信件主旨請註明「2021 全國銀髮創意能力競賽」並請在資料寄送後與主辦單位確認(04-22391647 轉 6251 劉小姐)。

四、 報名截止時間:2021 年 3 月 31 日(星期三)下午四點。

※備註：如遇 COVID-19 疫情影響，將因應政府疫情控管措施，創意餐食複審將改用解說影片錄製方式進行，屆時將以本系網頁公告通知。

【參賽規則】

一、 創意餐食能力

1. 第一階段—初審：

主辦單位於截止收件後進行書面申請文件評審，評選出各組(社會組、學生組)前七名隊伍進入第二階段料理實作複賽。

評審結果預定於民國 2021 年 4 月 13 日(星期二)公布於中臺科技大學老人照顧系網頁，並以公文發函方式通知獲選隊伍。

2. 第二階段—現場實作及發表：

1)現場實作競賽:於 2021 年 4 月 28 日(星期三)

學生組及社會組於 8:30 於中臺科技大學烹飪教室進行。每份料理需準備一人份量進行展示與 8 份試食(試食份量以可以分辨出味道及口感即可)。

請於開始實作時間前一小時完成報到(學生組:學生證;社會組:身分證)與食材、用物等檢測之相關程序。

- 2)發表:參賽者須在展台作品旁以口頭方式說明其參賽作品之創作理念、製作方法及感想，並在規定時間內回答評審委員之提問。

二、銀髮快閃活力健康操

1. 第一階段：

參賽隊伍需先行剪輯 5 分鐘以上，6 分鐘以內之影片參加初審。

- 1)音樂曲目：由參賽隊伍自行選擇具民族風之音樂，節奏適合有氧健康操舞蹈之音樂(可運用現成或自行創作)，音樂全長至少 5 分鐘，以 6 分鐘為上限。
- 2)舞步標準：符合有氧健康之概念，舞步需具節奏性、重複性、運動強度及簡單易學等特性。
- 3)播放使用音樂曲目應先取得著作財產人之同意或授權。
通過初審之組別將委請專家進行複審。

2. 第二階段-現場實作及發表：

邀請遴選優異隊伍現場展演。

三、評審人員：主辦單位邀請相關領域之專家學者，擔任初審及複審評審委員。

【競賽評分標準】

一、創意餐食能力

1. 初賽評分標準:創意與實用 25%、食材選擇 30%、整體觀感 15%、成本控制 30%(50 元(含)以內/餐)。
2. 複賽評分標準：菜餚口感 30%、食材搭配 25%、食品衛生 5%、外觀及整體佈置 15%、作品說明與回應 5%、成本控制與食材應用 20%。

現場實作規定：

- 1)比賽時間：參賽者需於 90 分鐘內完成，比賽時間終了，經主辦單位提示仍未停止動作者，扣總分 3 分(時間終了前 5 分鐘主辦單位將提醒參賽者剩餘時間)。
- 2)會場提供設施：快速爐灶兩口爐、砧板 1 個、蒸籠 1 組、鍋鏟、湯勺、漏勺各 1 隻、炒鍋 1 式。其餘用物各組須自備，如食材、器皿、盤子等相關工具等。
- 3)所有原物料進場前，須經主辦單位檢查驗證(若有需要可事先清洗)，須與書面審核資料相符。
- 4)參賽者指甲須剪短且清潔須穿著圍裙並戴乾淨的帽子或髮罩(請自備)。
- 5)比賽前 20 分鐘選手請就實作烹飪位置，聆聽評審說明比賽注意事項，遲到者扣總分 5 分。
- 6)作品擺盤、展示規定：
 - a. 每份料理需準備一人份量進行展示與 8 份試食(試食份量以可以分辨出味道及口感即可)。
 - b. 評審品嚐餐具由選手自備，需以符合食品衛生管理法且非一次性之環保餐具。

- c. 展示之便當容器由主辦單位統一提供(水果如需擺盤，容器請自備)。
 - d. 餐具所陳內容，不得出現不可食用之裝飾物品。
 - e. 參賽者可視需要製作食譜解說卡，並置放於作品旁供評審委員參閱。
- 7) 參賽者請於評分完全結束後半小時內完成工作環境打掃與撤場，並經現場協助人員確認後方可離場。擅行撤場者及未完成撤場工作者，酌予扣分。

二、銀髮快閃活力健康操

- 1. 初賽評分標準: 符合參賽條件者，影帶人數未符合參賽規定取消參賽資格。
- 2. 複賽評分標準: 長者安全 10%、團隊精神 40%、主題特色 35%、銀髮參與 15%。

注意事項：

- 1) 參賽隊伍之競賽分數，依各評審委員評分總和計算。
- 2) 快閃演出人員應以各位報名表件所列之人員為主。

【證書與獎項】

一、 參賽證書：

完成複賽之參賽者均可獲頒參加證書一份。

二、 名次與獎狀：

1. 創意餐食能力

各組將取特優一組、優等一組及佳作二組。

學生組有由參加活動之長輩進行評分後選出之特別獎一組。

特優組將頒發獎金 5,000 元及獎狀乙紙

優等組將頒發獎金 3,000 元及獎狀乙紙

佳作組將頒發獎金 1,000 元及獎狀乙紙

特別獎(學生組由參加活動之長輩進行評分後選出)將頒發獎金 1,000 元及獎狀乙紙

2. 銀髮快閃活力健康操

取特優一組、優等一組及佳作二組。

特優組將頒發獎金 5,000 元及獎狀乙紙

優等組將頒發獎金 3,000 元及獎狀乙紙

佳作組將頒發獎金 1,500 元及獎狀乙紙

【其他競賽相關規定】

一、 參賽者繳交之相關資料均不退還，請自留備份。

二、 第一階段審查錄取之參賽者於進行複賽時需與報名比賽時相同，否則以棄權論。

三、 主辦單位有權現場實況拍攝或拍照，以作為存檔或資料參考之用。

四、 主辦單位概不負責保管比賽隊伍所攜帶之器具與個人財務等之責。

- 五、參賽者保證參賽作品之內容（含食譜、解說卡、料理、照片、播放使用音樂曲目）均未侵害他人之著作權或其他權利，若因使用參賽作品之內容而侵害他人之權利，以致主辦單位無法使用或受他人追訴（包括但不限於保全、訴訟或其他法律程序），參賽者應協助主辦單位解決因此所產生之各種問題，及賠償主辦單位因此所受之一切損失，包括但不限於裁判費、合理律師費、主管機關處罰及對第三人之損害賠償責任等情形。如發生前述情形致主辦單位無法使用參賽作品之內容時，主辦單位有權拒絕該名參賽者參賽。
- 六、參賽作品之內容（含食譜、解說卡、料理、照片）之著作權及其他智慧財產權均屬主辦單位所有，主辦單位得為各種使用方式（包括但不限於重製、編輯、改作、保存、傳輸…等），參賽者保證參賽者本人及組員均不得向主辦單位及使用單位主張著作權及其他智慧財產權，參賽者亦承諾不得將參賽作品之內容銷售、使用予第三人或作其他用途。參賽者如有違反本條之約定者，應賠償主辦單位因此所受之一切損失（包括但不限於裁判費、合理律師費等）。
- 七、主辦單位得視需要修改相關辦法，並公告於競賽網站，參賽團隊不得以未知悉為理由提出異議。

「2021 全國銀髮創意能力競賽」 創意餐食能力活動報名表

組別：☐社會組 ☐學生組

參賽團隊名稱			
團隊代表人姓名		性別	☐ 男 ☐ 女
團隊代表人連絡電話		E-mail	
老師姓名(社會組免填)		連絡電話	
團隊組員姓名 1		團隊組員姓名 2	
團隊組員姓名 3		團隊組員姓名 4	
團隊總人數			
通訊地址			
作品名稱			
隊伍簡介			
設計理念			
設計目標			
※注意事項： 一、未滿 20 歲之參賽者需有其父母或法定監護人同意文件。 二、欄位不足請自行延伸表單填寫，所有資料請一併寄出。 三、報名相關表單請至主辦單位網頁下載：http://de.ctust.edu.tw/bin/home.php 四、報名日期：即日起至 110 年 3 月 31 日（三）下午 4 時止。 五、報名方式：完成以下各項文件： 1. 「報名表」。 2. 「參賽作品說明」。 3. 「參賽切結書」。 以上資料傳送至 Q0105@ctust.edu.tw，完成前述程序始得參與競賽。			

如表格不敷使用，請自行延伸

附件二

參賽作品說明

報名組別: ☐ 社會組 ☐ 學生組

隊伍名稱:

作品名稱:

食譜名稱 1.

食材名稱	使用量 (1 人份)	營養成分				成本
		蛋白質	脂質	醣類	熱量	
總計						
製備流程						
成品照片(.jpg 檔)						

若表格不敷使用，可自行增加欄位

附件三

「2021 全國銀髮創意能力競賽」
銀髮快閃活力健康操活動報名表

參賽團隊名稱			
團隊代表人姓名		性別	☐ 男 ☐ 女
團隊代表人連絡電話		E-mail	
團隊組員姓名 1		團隊組員姓名 2	
團隊組員姓名 3		團隊組員姓名 4	
團隊組員姓名 5		團隊組員姓名 6	
團隊組員姓名 7		團隊組員姓名 8	
團隊組員姓名 9		團隊組員姓名 10	
團隊組員姓名 11		團隊組員姓名 12	
團隊組員姓名 13		團隊組員姓名 14	
團隊組員姓名 15		團隊總人數	
通訊地址			
作品名稱			
隊伍簡介			
設計理念			
設計目標			

※注意事項：

- 一、參與競賽活動或為協助的青年志工者須以*加註。
- 二、欄位不足請自行延伸表單填寫，所有資料請一併寄出。
- 三、報名相關表單請至主辦單位網頁下載：<http://de.ctust.edu.tw/bin/home.php>
- 四、報名日期：即日起至 110 年 3 月 31 日（三）下午 4 時止。
- 五、報名方式：完成以下各項文件：
 1. 「報名表」。
 2. 「參賽作品光碟片」三片。
 3. 「參賽切結書」。
 以上資料請於 3 月 31 日交付郵局投遞以完成報名(以郵搓為憑)。

附件四

2021 全國銀髮創意能力競賽切結書

本隊伍_____、_____、_____報名參加中臺科技大學老人照顧系主辦之『2021 全國銀髮創意能力競賽』，保證已確實了解競賽相關規定並願意遵守主辦單位之評審之相關內容，並承諾：

- 一、參賽者應尊重評審委員的專業評審決議，對評審結果不得有異議。
- 二、所有參賽作品及相關資料恕不退件。
- 三、所有參賽作品於競賽結果之後，請勿參與其他公開場合之料理競賽活動，日後若經查明「立書人」等之作品確係一稿多投時，立書人等將喪失得獎資格，不得異議。
- 四、主辦單位有權現場實況拍攝或拍照，以作為存檔或資料參考之用。相關資料並得以在基於非營利性質之教學或學習下，得不限時間與地域之參考與使用。
- 五、參賽者保證參賽作品之內容（含食譜、解說卡、料理、照片、播放使用音樂曲目）均未侵害他人之著作權或其他權利，若因使用參賽作品之內容而侵害他人之權利，以致主辦單位無法使用或受他人追訴（包括但不限於保全、訴訟或其他法律程序），參賽者應協助主辦單位解決因此所產生之各種問題，及賠償主辦單位因此所受之一切損失，包括但不限於裁判費、合理律師費、主管機關處罰及對第三人之損害賠償責任等情形。
- 六、如發生前述情形致主辦單位無法使用參賽作品之內容時，主辦單位有權拒絕該名參賽者參賽。參賽作品之內容（含食譜、解說卡、料理、照片）之著作權及其他智慧財產權均屬主辦單位所有，主辦單位得為各種使用方式（包括但不限於重製、編輯、改作、保存、傳輸…等），參賽者保證參賽者本人及組員均不得向主辦單位及使用單位主張著作權及其他智慧財產權，參賽者亦承諾不得將參賽作品之內容銷售、使用予第三人或作其他用途。參賽者如有違反本條之約定者，應賠償主辦單位因此所受之一切損失（包括但不限於裁判費、合理律師費等）。
- 七、以上個人資料，皆用於競賽行政作業，並遵守個資法相關規定

此 致

中臺科技大學

受告知人暨立同意書人（團隊所有人員）

姓 名：_____（請親簽）

學校名稱：

中 華 民 國 1 1 0 年 月 日