



國立臺北護理健康大學

National Taipei University of Nursing and Health Sciences

2026 全國全人健康「創意卡牌設計」競賽

競賽簡章

國立臺北護理健康大學 人類發展與健康學院

中華民國一一五年七月二十一日

2026 全國全人健康創意卡牌設計競賽活動辦法

壹、活動宗旨

本競賽旨在落實「教學創新精進」之精神，引導學生走出傳統課堂的被動學習。競賽要求學生發揮跨界思考，將身心健康相關專業知識，透過設計思維（Design Thinking）與遊戲化（Gamification）機制，「文創轉譯」為具備高度互動性之新世代遊戲卡牌。本競賽亦著重培育學生具備「專業知識轉譯力」、「數位微教學傳播力」等出社會後課堂外學不到的核心軟實力。

貳、辦理單位

一、指導單位：教育部

二、主辦單位：國立臺北護理健康大學 人類發展與健康學院

三、計畫執行：高等教育深耕計畫之教學創新精進

參、參加對象

參賽對象為全國公私立大專校院在校生(大學、碩士、五專四年級以上及二專)，2至5人一組為限，每人僅限參加一組，參加隊伍皆需設一名組長，作為聯絡人；各組須至少一名在校教師指導，不列入參賽人數中。

肆、競賽主題與規格

本競賽以「**全人健康(Holistic Health/Holistic Development)**」為核心，參賽隊伍須結合人類發展與健康相關專業知識，針對特定目標族群（如：幼兒、青少年、高齡者）之身心健康需求，設計具備互動性、教育性與趣味性之「遊戲卡牌」。主題方向可包含但不限於：高齡活躍老化、幼兒發展引導、心理健康促進、生命教育與悲傷輔導、精準運動推廣、營養與慢性病預防等。

一、 卡牌設計與規格

- 卡牌數量： 1 張通用牌背 + 16 至 24 張正面卡牌。

- 卡片尺寸：成品裁切尺寸為 6.3 cm × 8.8 cm，解析度 300 dpi（關鍵文字與圖案請維持在 5.9 cm × 8.4 cm 之安全區內）。
- 檔案格式：請製作為 PDF 格式原始檔，供大會後續評選與優秀作品印製使用。

一、Google Sites 線上展架網頁

參賽團隊須建立一個 Google Sites 網站作為作品展架，網頁內容須依序呈現以下三大區塊：

1. 卡牌展示區：將整套卡牌圖檔依「由左至右、由上至下」之邏輯清晰排列呈現。
2. 卡牌玩法與影音演示：

卡牌規則說明：以精準直觀為原則，註明建議人數、獲勝條件、核心玩法步驟，以及在宣導現場（如社區或學校）如何與民眾互動。

影音演示（1 至 3 分鐘）：請團隊親自配音或現身演示（可採「卡牌開箱」或「玩法導覽」風格），重點呈現設計亮點與身心健康宣導價值。影片請上傳至 YouTube 後內嵌於網頁中。

（💡 註：影片中的卡牌允許以 A4 紙列印裁剪或手繪草稿打樣拍攝，評審著重於設計巧思，不對手工精緻度扣分。）

3. 作品理念與製作說明：

設計理念（至少 200 字）：說明目標受眾、欲解決的身心健康議題與預期效益。

設計說明（至少 150 字）：說明卡牌圖文亮點、素材引用出處（無則填「無」）。

AI 使用說明：若有使用生成式 AI（如協助文案或繪圖），請註明工具、用途與指令 Prompt（無則填「無」）。

伍、競賽方式與文件說明

本競賽採「單一階段線上綜合評選」制，整體流程分為「線上報名」、「成果交件」與「獲獎團隊原始檔繳交」三步驟，參賽團隊須於規定期程內完成以下程序：

➤ 第一階段：線上報名與資格審查（即日起至 10 月 02 日截止）

參賽團隊須於截止日前完成線上報名表單填寫，送出即完成初步申請。經大會完成資格與主題審查（約 3-5 個工作天）後，將以 E-mail 寄發電子版「線上報名資訊證明 PDF」並附上專屬「**參賽組別編號**」，此編號為後續交件之核心識別碼寄至隊長信箱。

【報名與審查流程細則】 團隊填表時須如實填寫指導老師名單與預計參賽之主題，並勾選同意競賽法規。大會將於團隊送出表單後 3-5 個工作天內完成資格核對，並將電子版「線上報名資訊證明 PDF」與「組別編號」寄至隊長信箱。**第二階段成果交件均須嚴格以此編號標示**，未依規定標示者大會得不予受理。

➤ 第二階段：成果交件與規格檢核（10 月 30 日 23:59 前截止）

參賽團隊無須郵寄實體作品。通過第一階段資格審查並取得「組別編號」之團隊，請於截止日前完成【雲端檔案上傳】與【第二階段表單確認】：

一、雲端檔案上傳（法律文件與印刷原始檔） 請參賽團隊自行建置 Google 雲端硬碟資料夾，將資料夾名稱設定為：「**【組別編號】作品名稱**」（例：A001_健康卡牌大冒險），並請務必確認共用權限開啟為「知道連結者皆可檢視」。請於資料夾內整理並上傳以下成果檔案（所有上傳檔名前方請一律冠上組別編號，例：A001_參賽聲明書）：

- ✓ 紙本親簽法律文件（合併為一個 PDF 檔）：請自行下載大會指定文件並列印，經團隊成員與指導老師**親筆正楷簽名**後掃描（或清晰拍照），合併為一個 PDF 檔上傳至雲端。包含：「指導老師同意書」、「參賽聲明書」與「個資蒐集告知函暨切結書」。
- ✓ 實體印刷規格原始檔案（PDF 檔）：請上傳符合前述卡牌規格之原始檔，包含 16 至 24 張正面卡牌與 1 張通用牌背（規格須達 6.3cm x 8.8cm，300dpi，PDF 檔），供大會後續實體印製使用。

二、Google 第二階段表單確認（完成交件之最終依據）

檔案上傳完成後，團隊須填寫「第二階段線上表單」，填寫並回報以下資訊：

- ✓ 基本資訊與組別編號：填入第一階段發放之專屬組別編號（例：A001）。
- ✓ 【Google 雲端資料夾分享連結】：貼上已放置上述完整成果檔案之團隊雲端資料夾連結。
- ✓ 【Google Sites 線上展架網頁連結】：填入符合前述「肆、競賽主題與規格」三大區塊規範之網頁連結，並將網頁之「共同編輯權限」授權予大會官方帳號（hdhhesp@gmail.com）。

陸、競賽期程

程序	時間	備註
報名	即日起至 115 年 10 月 02 日(五)截止	1. 填寫表單：至線上表單填寫團隊、指導老師資訊及預計的卡牌主題。 2. 資格審查：送出後 3-5 個工作天內，大會將進行資格核對。 3. 獲取編號：審核通過後，至隊長信箱領取專屬「參賽組別編號」（此編號為後續所有文件的唯一識別碼）。
作品收件	115 年 10 月 30 日(五) 23:59 前截止	1. 程序一(雲端資料夾上傳)：檔名前方加上編號，上傳「紙本親簽法律文件 PDF」與「卡牌設計原始檔（16-24 張正面+1 牌背）」。 2. 程序二(Google 表單確認)：填寫表單回報編號，並提供雲端資料夾連結與 Google Sites 線上展架網頁連結。 ⚠ 無須郵寄實體作品，雙重程序皆須在截止前完成。
結果公告	115 年 11 月 09 日(一)	1. 評審團進行線上綜合評選。 2. 獲獎名單將正式公告於大會官方平台，並發送 E-mail 通知得獎團隊。
頒獎典禮	115 年 12 月 18 日(五)	1. 預計於國立臺北護理健康大學學思樓 F515 觀頤講堂舉行現場頒獎典禮。 2. 現場頒發分組與特別獎勵禮物卡及得獎獎狀。

柒、審查評分標準

評分大項	配分占比	審查重點與評分細項
健康教育知識轉譯	40%	核心知識之正確性、公信力來源，以及內容與設定宣導對象之契合度。
卡牌視覺美感	30%	卡牌整體視覺風格之創意性、吸睛度、色彩搭配與印刷安全區域規範。
卡牌功能設計	30%	卡牌之結構功能巧思、版面檢索便利性，與雙向互動問答等實用功能。

捌、競賽獎勵辦法

本競賽獎項如下：

(一)本競賽採單一階段審查，由評審團依據作品與影片進行綜合評選，總計選拔 30 隊優秀隊伍，各隊均頒予電子獎狀。

(二)前述 30 隊優秀隊伍中，前 15 隊除電子獎狀外，另加碼頒發禮物卡、實體獎狀夾，其中前 6 名隊伍另加碼實體卡牌乙份，獎項配置如下：

- (1) 金獎 1 隊，頒發面額 10,000 元等值禮物卡 + 實體卡牌乙份。
- (2) 銀獎 1 隊，頒發面額 5,000 元等值禮物卡 + 實體卡牌乙份。
- (3) 銅獎 1 隊，頒發面額 4,000 元等值禮物卡 + 實體卡牌乙份。
- (4) 優等 3 隊，頒發面額 2,000 元等值禮物卡 + 實體卡牌乙份。
- (5) 佳作 9 隊，頒發面額 1,000 元等值禮物卡。

(6) 最佳網頁設計獎 1 隊，頒發面額 2,000 元等值禮物卡。

(7) 最佳影片解說獎 1 隊，頒發面額 2,000 元等值禮物卡。

*上述獎項，主辦單位可視參賽組數調整。

*上述獎狀皆為每組一張。

*此競賽不發參賽證明，如需參賽證明者請於報名時截圖。

玖、參賽注意事項與規範

一、**作品原創與智慧財產權**：參賽作品須為團隊之原始創作（惟引用既有遊戲機制與規則概念進行之改編創新不在此限），每組限參賽一件且未曾獲獎。作品內若引用他人文獻資料、圖片或音樂素材，均須取得合法授權或確認無版權爭議，**不得僅以註明出處替代合法授權**。凡涉抄襲或侵權者，主辦單位得逕行取消獲獎資格並追回禮物卡與獎狀，法律責任由參賽團隊自行承擔。

- 二、**設計內容與法規遵循**：作品內容應符合身心健康促進與預防保健範疇。嚴禁涉及醫療診斷、治療行為、侵入性處置或宣稱醫療效能（例如：文案不得出現「治療」、「根治」、「療效」等字眼）。若作品經查證違反相關衛生法令，主辦單位得逕行取消參賽與獲獎資格。
- 三、**作品與肖像授權**：主辦單位對參賽作品與活動現場拍攝之肖像、影像，擁有基於教育或公益推廣之刪改、宣製、重製及公開展示等無償使用權利。
- 四、**領獎與稅法規範**：
獲獎團隊領獎時，須配合出示身分證明文件、簽收單及全體團隊成員之有效在學證明以供查驗。若經核對有資格不符者，**主辦單位有權取消該團隊獲獎資格與禮物卡發放，並得依成績順序進行遞補**。得獎禮物卡之分配由隊員自行決定；依中華民國稅法規定，年度獲獎總額超過 NT\$ 1,000 元者須依法申報所得，外國學生若於 115 年度在臺居留未滿 183 天，須依給付總額扣取 20% 稅款。
- 五、**資料確認與個資**：參賽資料一經繳交即不得抽換或要求退件。報名即視為同意本簡章各項規定及個資蒐集。主辦單位保留活動辦法修改、變更及最終決定權。

拾、聯絡方式

- 聯絡窗口：國立臺北護理健康大學人康學院 林小姐
- 信箱：8ruyan@ntunhs.edu.tw
- 地址：112 台北市北投區明德路 365 號
- 電話：02-2822-7101#7004

2026 全國全人健康『創意卡牌設計』競賽個資蒐集告知函暨切結書

本團隊成員_____ (姓名)

已詳閱「2026 全國全人健康『創意卡牌設計』競賽」活動辦法及相關規定，
並同意及切結遵守以下條款：

一、主辦單位因辦理本次競賽及後續獎項申報業務之需求，須蒐集參賽團隊成員之姓名、電話、地址、電子郵件、身分證字號（或護照號碼）等個人資料（如報名表及領獎收據所列）。主辦單位將於雙方合作關係存續期間及法定保存期限內，於中華民國境內進行必要之聯繫、得獎名單公告與稅務申報。其蒐集、處理及利用均受到《個人資料保護法》及相關法令之規範。參賽者報名即視為同意本簡章各項個資蒐集。

二、本團隊保證參賽作品（包含網頁、卡牌圖文、影音等）確為團隊之原始創作（惟引用既有遊戲機制與規則概念進行之改編創新不在此限），每組限參賽一件且未曾於其他競賽獲獎。作品內若引用他人文獻資料、圖片或音樂素材，均已取得合法授權或確認無版權爭議，絕無僅以註明出處替代合法授權之情事。凡涉抄襲、仿冒或侵權者，主辦單位得逕行取消獲獎資格並追回禮物卡與獎狀，所有法律責任由參賽團隊自行承擔，與主辦單位無涉。

三、本團隊保證參賽作品之文字與內容均符合身心健康促進與預防保健範疇。嚴禁涉及醫療診斷、治療行為、侵入性處置或宣稱醫療效能（例如：文案絕不出現「治療」、「根治」、「療效」等字眼）。若作品經查證違反相關衛生法令，主辦單位得逕行取消參賽與獲獎資格。

四、本團隊全體成員同意主辦單位對本參賽作品（包含相關之聲音、影像、文字、圖畫、網頁內容）與活動現場拍攝之肖像、影像，擁有基於教育或公益推廣之刪改、宣製、重製、出版、發行及公開展示等無償使用之權利。

五、獲獎團隊得獎禮物卡之分配由隊員自行決定。本團隊知悉並同意依中華民國稅法規定，年度獲獎總額超過 NT\$ 1,000 元者須依法申報所得；外國學生若於 115 年度在臺居留未滿 183 天，須依給付總額扣取 20% 稅款。領獎時本團隊成員須配合出示身分證明文件與簽收。參賽資料一經繳交即不得要求抽換或退件。

立書人簽章：（參賽團隊每人需「親自簽名」）

中 華 民 國 115 年 _____ 月 _____ 日

2026 全國全人健康『創意卡牌設計』競賽 參賽聲明書

系所及班級：_____

團隊名稱及作品名稱：_____

本團隊為參加「2026 全國全人健康『創意卡牌設計』競賽」(以下稱本競賽)，同意擔保下列事項，以作為取得參賽資格之依據：

- 一、本團隊參賽作品及參賽過程如有一稿多投、抄襲、剽竊、其他違反法令侵害他人權益之情事或違反本競賽規則所列之規定者，主辦單位得取消參賽及得獎資格，亦同意繳回獲得之獎金及獎狀，如有致損害於主辦單位、執行單位或其他任何第三人行為，將由本團隊自負相關法律及賠償責任，概與主辦及協辦單位無關。
- 二、本團隊同意將參與競賽活動所提供之競賽資料內容，如Google Sites 線上展架網頁、卡牌視覺圖檔、示範影音作品等，提供予主辦單位進行基於教育或公益推廣之刪改、宣製、重製、網路傳播及公開展示等各式形式之保存及轉載，並不得請求任何有價報酬。
- 三、若參賽網頁內容或玩法演示影片中之畫面涉及非團隊成員，本團隊確認已取得其拍攝與公開同意，或已進行模糊化等隱私保護處理。
- 四、本團隊保證作品內的所有素材(包含卡牌插圖、文案、影片、影片配樂、圖片、文字等)，均為原始創作或已經取得合法授權(例如：使用無版權音樂庫)。我們確認沒有侵犯他人的著作權，若因亂用素材導致法律糾紛，本團隊願意自行承擔所有相關法律及賠償責任。

此致

主辦單位：國立臺北護理健康大學人類發展與健康學院

授權 團隊 成員	姓名 (請清楚填寫或繕打)	簽名 (須由本人親筆簽名)

中 華 民 國 115 年 _____ 月 _____ 日

2026 全國全人健康「創意卡牌設計」競賽 指導老師同意書

本競賽以「**全人健康(Holistic Health / Holistic Development)**」為核心，參賽隊伍須結合人類發展與健康相關專業知識，針對特定目標族群（如：幼兒、青少年、高齡者）之身心健康需求，設計具備互動性、教育性與趣味性之「遊戲卡牌」。主題方向可包含但不限於：高齡活躍老化、幼兒發展引導、心理健康促進、生命教育與悲傷輔導、精準運動推廣、營養與慢性病預防等。

一、參賽團隊基本資料

團隊名稱：		參賽作品名稱：	
學校：		系所／年級：	
隊長姓名：			
隊員姓名：			

二、指導老師資料

指導老師姓名：		服務單位／系所：	
指導老師電話：		指導老師 E-mail：	

三、同意聲明

本人同意擔任上述參賽團隊之指導老師，協助指導其參加國立臺北護理健康大學人類發展與健康學院主辦之「2026 全國全人健康『創意卡牌設計』競賽」，並確認以下事項：

1. **【指導職責】** 本人將於競賽期間提供該團隊在主題方向之確認、卡牌教具之設計邏輯、及展示影片製作上之專業諮詢與指導。
2. **【內容審核與專業倫理】** 本人已審閱該團隊之參賽內容，確認其方案聚焦於「健康促進」、與「預防保健」範疇；內容絕無涉及醫療診斷、治療行為、侵入性處置，亦未宣稱具備療效，符合相關專業法規與倫理界線。
3. **【誠信與智慧財產權把關】** 本人將督導學生恪守競賽誠信與原始創作原則。參賽作品之圖文素材均確認具備合法授權或無版權爭議，無抄襲、仿冒或侵害他人智慧財產權之情事。
4. **【個資與授權】** 本人理解並同意參賽資料一經繳交即不得抽換。報名即視為同意簡章之個資蒐集，並同意主辦單位得將指導之團隊作品及指導老師姓名，用於本競賽基於教育或公益推廣之刪改、宣製、重製、出版及公開展示等非營利目的之使用。

此致

主辦單位：國立臺北護理健康大學 人類發展與健康學院

指導老師簽章：_____（請親筆簽名）

中 華 民 國 115 年 _____ 月 _____ 日

