

# 邁向健康 四鄉五島大健行北竿場活力開走

## 沿途海景相伴，共享戶外運動樂趣 完成路線兌換紀念品，鄉親直呼「太值得了」

【記者鄭禮頤報導】由連江縣體育會主辦的15年連江縣「邁向健康」四鄉五島大健行，北竿春季場於24日登場，不少鄉親一早前往塘岐運動場集合參加，沿著北竿街道及海岸線健走，趁著假日走出戶外活動筋骨。

活動一開始，現場民眾先一起跟著音樂跳暖身操，舒展筋骨、活動身體後再正式出發。健行路線自塘岐運動場出發，行經復興路、怡園、中山路、塘后道，至后澳村口折返後，再經水部尚書公廟返回終點。天氣還算不錯，雖然一早天空陰陰的，但仍吸引不少親子及民眾一起參與，健行途中太陽也一度露臉，大家一邊走、一邊聊天，現場相當熱鬧，體育會理事長曹爾章也一起走完全程。

不少參加民眾表示，平時比較少有機會長時間步行，透過健走不但能流汗、動一動，也能順便放鬆心情。活動結束後，民眾憑蓋滿兩個印章可以領取兌換券外還有紀念品可拿，也有民眾笑說，「除了健身外，還有紀念品可以拿，真的太好了」，讓大家走完全程後都覺得很值得。



連江縣體育會24日舉辦「四鄉五島大健行」北竿春季場，不少鄉親一早到塘岐運動場集合參加，沿著北竿街道健走運動，眾人熱血走完全程。(圖/文：鄭禮頤)

### 論社

## 公私協力做好馬祖旅遊安全

近年馬祖觀光發展快速成長，並已逐漸建立獨特的島嶼觀光品牌，馬祖在推廣觀光、吸引遊客的同時，也必須重視「旅遊安全」課題。建立友善安全的旅遊環境，馬祖觀光發展這條路才能走得長久。

沒有安全，就沒有旅遊，安全是所

有旅遊發展的前提與基礎。確保馬祖景點安全是我們的責任，馬祖公部門應持續落實安全管理措施，包括設置多語警示牌、感應式低光害照明、防溜步道、危險區域圍欄與緊急通報系統等。景點安全每一個細節，

我們必須要以最高標準進行巡查與維護，任何危險因子都不能輕忽，多一分警覺，就能少一分風險，這是一項必須要穩紮穩打的旅遊安全基本功。

日本海岸與港邊，常設置急救三寶，包括救生圈、拋繩袋及自動體外心臟電擊器(AED)，並明確標示位置與使用方式。馬祖海岸迷人，卻也隱藏可能風險，馬祖海岸應適切配置急救難關設備器材，並落實設備管理、維護、檢修與緊急時刻發揮最大功能，爭取寶貴救援時間。

此外，近年有不少旅客來馬追藍眼淚，追淚是夜間活動，又是在海岸邊，風險會比其他行程更高，搜救工作也更困難，一個失足滑落，將會造成一輩子的遺憾。公部門可建立「安全賞派推薦路線」，整合適合觀光賞藍眼淚、且安全性較高的地點與路線，引導旅客前往相對安全區域，避免遊客自行摸索探索危險海岸，讓遊客在安全地點、以安全方式進行夜間追淚。

旅遊安全不能只靠政府單方面努力，更需要公私協力共同參與。在日

本，民宿業者與在地導覽員被視為觀光安全的第一道防線，日本法律與公會規範要求，帶領遊客進入特定危險區域的導覽員，必須具備初級急救執照與風險應變能力。馬祖的民宿業者與導覽員，是接觸遊客的第一線，公部門應持續強化第一線旅遊業者人員的安全管理意識與緊急應變能力，

透過引導，讓觀光客避免可能危險。透過公私協力，旅遊業者不只是提供住宿與導遊服務，更能成為旅客安全的重要守護者。

觀光發展不能只追求人數成長，更必須重視旅客安全與永續品質。一次重大的意外，不僅對遊客家庭造成無法挽回的傷痛，更會對馬祖旅遊觀光形象、馬祖旅遊安全，需要公私協力共同營造與維持，讓每一位來到馬祖的旅客，都能快樂登島、平安離島。

【記者鄭禮頤報導】連江縣體育會舉辦15年運動i台灣2.0連江縣桌球社區聯誼賽，於23、24日在塘岐國小禮堂登場，吸引不少桌球愛好者參與，大家透過比賽切磋球技，也一同感受桌球運動樂趣。

本次賽事分為趣味競賽組、學生組個人單打賽，以及公開組個人單打與雙打賽。其中23日率先舉辦公開組個人單打及個人雙打賽，賽事過程緊張又刺激，尤其雙打賽競爭激烈，多組選手實力接近，比賽過程相當精彩。

成績公布如下：  
趣味競賽組：  
第一名陳燦輝。第二名陳如敏。第三名陳其光、宋承燕。  
學生組個人單打賽：  
第一名劉致權。第二名陳潤青。第三名陳茂霖、周嫻嫻。  
公開組個人單打賽：  
第一名曹榕全。第二名詹漢魁。第三名陳志國、邱若童。

公開組個人雙打賽：  
第一名曹榕全、詹漢魁。第二名吳朝政、施馬齊。第三名楊法藝、宋陳睿及尹昌榮、陳志國。

另外，馬祖防衛指揮部指揮官尹昌榮中將首次報名參與公開組雙打賽，並獲得第三名成績。他笑說，第一次報名參加活動就拿到第三名，真的出乎意料之外。

體育會表示，希望透過桌球聯誼賽鼓勵民眾培養運動習慣，在運動中增進交流，也讓運動逐漸融入日常生活。

15年運動i台灣2.0連江縣桌球社區聯誼賽北竿場近日於塘岐國小禮堂舉辦，各組選手在場上互相切磋交流，展現運動熱情。(圖/文：鄭禮頤)

## 以球會友 桌球社區聯誼賽北竿熱鬧揮拍

## 公開組競爭激烈 曹榕全單、雙奪冠、指揮官尹昌榮首度拿下雙打季軍

## 第一屆曹榕全、詹漢魁。第二名吳朝政、施馬齊。第三名楊法藝、宋陳睿及尹昌榮、陳志國。

## 連江縣環境資源局日前於介壽老人活動中心舉辦15年連江縣臺美生態學校推廣說明會。(圖：環資局)

## 打造永續校園 環資局舉辦臺美生態學校說明會

【本報訊】連江縣環境資源局日前舉辦15年連江縣臺美生態學校推廣說明會，吸引眾多關心環境教育的社區民眾及學生家長熱情參與，現場互動踴躍，藉由活動分享享永續校園理念。

說明會邀請臺北市立大學教授徐榮榮擔任講師，針對「臺美生態學校推動緣起與認證制度」及「環境教育經驗分享」進行專題講座。徐教授以深入淺出的方式，介紹臺美生態學校(Eco-School)認證制度的七大執行步驟與十二項環境課程，並結合實際案例分享，說明如何透過學生主導行動團隊，結合校園特色與在地資源，逐步

建立具永續發展精神的校園環境。在綜合討論階段，與會民眾踴躍提問，針對認證制度如何融入校本課程、社區資源整合與推動方式等議題，與講師進行熱烈交流，現場討論氣氛十分熱烈。

環資局表示，推動臺美生態學校認證，不僅有助於打造綠色永續校園，更能將環境教育理念向下扎根，進一步延伸至社區生活，建立人與環境共生共好的永續家園。未來也將持續提供相關輔導與資源，協助有意申請認證的學校順利推動相關工作，攜手提升連江縣整體環境教育能量。

【本報訊】財政部北區國稅局表示，114年度綜合所得稅結算申報原至5月31日止，但因5月31日適逢週日，因此順延一天至6月1日，方便民眾辦理申報。為落實簡政便民，民眾可選擇不受時間與地點限制的線上繳稅方式，既省時又省力。

國稅局說明，民眾繳納114年度綜合所得稅結算申報自繳稅額的管道十分多元：

一、臨櫃繳納：可自行列印繳款書至代收稅款金融機構(郵局不代收)或至統一、全家、萊爾富、來來、自行列印繳款書後另行繳納稅款，卻

新臺幣3萬元以下)以現金繳納。  
二、轉帳繳納：利用自動櫃員機(ATM)或委託代收進行轉帳繳納。  
三、線上繳稅：包含晶片金融卡、信用卡、活期(儲蓄)存款帳戶，或以行動裝置掃描繳款書上的QR-Code，連結至「網路繳稅服務網」進行線上繳稅。  
四、指指定：使用「行動支付」或「電子支付帳戶」進行繳稅。  
五、國稅局提醒，根據往年經驗，部分民眾在進行網路申報時，未採用申報系統提供之轉帳或線上繳稅方式，於稅局將竭誠提供諮詢服務。

忘記執行最後的「申報上傳」步驟。北區國稅局統計該轄區113年度此類漏未上傳的案件計有1,051件，因此，特別提醒利用網路申報的民眾務必完成「申報上傳」，並確認系統是否有回傳「完成申報」訊息，或至「財政部電子申報繳稅服務網」查詢申報結果，避免日後需補辦申報的困擾。

國稅局呼籲，國稅局不會以通訊軟體(如Line)、簡訊或電子郵件提供繳稅連結請民眾繳納稅款，請務必提高警覺。如仍有不明之處，歡迎利用免費服務電話0800-000321洽詢，國稅局將竭誠提供諮詢服務。

【本報訊】財政部北區國稅局表示，114年度綜合所得稅結算申報原至5月31日止，但因5月31日適逢週日，因此順延一天至6月1日，方便民眾辦理申報。為落實簡政便民，民眾可選擇不受時間與地點限制的線上繳稅方式，既省時又省力。

國稅局說明，民眾繳納114年度綜合所得稅結算申報自繳稅額的管道十分多元：

一、臨櫃繳納：可自行列印繳款書至代收稅款金融機構(郵局不代收)或至統一、全家、萊爾富、來來、自行列印繳款書後另行繳納稅款，卻

【本報訊】連江縣環境資源局日前於介壽老人活動中心舉辦15年連江縣臺美生態學校推廣說明會，吸引眾多關心環境教育的社區民眾及學生家長熱情參與，現場互動踴躍，藉由活動分享享永續校園理念。

說明會邀請臺北市立大學教授徐榮榮擔任講師，針對「臺美生態學校推動緣起與認證制度」及「環境教育經驗分享」進行專題講座。徐教授以深入淺出的方式，介紹臺美生態學校(Eco-School)認證制度的七大執行步驟與十二項環境課程，並結合實際案例分享，說明如何透過學生主導行動團隊，結合校園特色與在地資源，逐步