



2009/7月號 No.12
產業新蘭陽·生活新故鄉

◎出版單位：宜蘭縣政府 ◎發行人：呂國華 ◎地址：260宜蘭縣宜蘭市縣政北路1號 ◎電話：(03)925-1000 ◎網址：http://www.e-land.gov.tw

各版提要 A版 2009蘭雨節7月11日開幕，串連山河海近悅遠來，開幕兩天湧入十萬名遊客。	B版 縣長率團參訪香港旅展，成功行銷宜蘭。客輪首度泊靠蘇澳港，大陸客暢遊寶島和蘭雨節，對岸來宜蘭消費零距離。	C版 宜蘭台北坐火車36分鐘，縣府啟動北宜直線鐵路推動小組。親水公園至森林公園舊河道觀光啓航。	D版 獎勵青年返鄉創業，13位鄉親開店美夢成真。3039健康久久免費巡迴健檢。
---	--	---	---

2009蘭雨節再創高峰 開幕兩天破10萬人潮

串連山河海、推陳出新的2009蘭雨節七月十一日開幕，頭兩天遊客人數就超過10萬人，大家投入青山綠水的懷抱裡，個個樂翻天，連馬英九總統都讚美說：景色美到不行！

縣長呂國華在開幕時表示，蘭雨節去年首度推出，入園數即高達89萬人，帶來13億元觀光效益，今年規劃更多更好玩的活動，將創造更大的旅遊商機；感謝張建榮議長和議會的支持，讓今年的蘭雨節能順利如期舉辦。

他說，為讓全縣各鄉鎮都充滿商機，蘭雨節特別在冬山河、武荖坑、頭城外澳各設一個園區，以便為最多的縣民帶來最大的觀光收益。

呂縣長指出，去年和今年全球景氣都不好，但宜蘭的住宿、餐飲等業績，卻逆勢持續成長，縣府會更努力招商、辦活動，為鄉親打造更好的就業、生活環境；歡迎各地遊客來蘭雨節消暑、歡樂一夏，祝福大家快樂、健康。

張議長表示，非常歡迎親民愛民的馬總統蒞臨；不管童玩節或蘭雨節，縣府每年暑假都辦大型活動，帶動旅遊落實觀光立縣，呂國華縣長尤其用心，將蘭雨節辦得有聲有色，謹代表縣議會表示肯定，祝福他連任成功，明年繼續主持蘭雨節。

馬總統：童玩節轉型成功 蘭雨節景色美到不行！

馬總統指出，四個月前綠博開幕，讓他眼睛為之一亮，這回蘭雨節登場，在縣府精心規劃下，景色美到不行，年初的台灣燈會，也是讓人驚艷不已，如今的宜蘭真的不一樣。

又表示，國道五將台北和宜蘭緊緊結合，太平山、冬山河等景點，都可作一日

遊，不缺遊客，加上縣府團隊的用心，辦活動都盛況空前，去年蘭雨節初試啼聲，就帶來89萬遊客、創造13億商機，成功地將童玩節轉型為蘭雨節，近悅遠來，難能可貴。

馬總統讚美呂縣長勤政、執行力強又有國際觀。他說，中央推動的六項重大方向，如觀光、綠能、生物科技等，宜蘭縣至少就佔了兩項，必可創造繁榮、高品味的宜蘭。

頭城外澳園區 陸海空讓您玩到抓狂

去年蘭雨節吸引超過89萬人次入園，成功打響第一炮，今年的活動推陳出新，比去年更好玩，分為武荖坑、冬山河、頭城外澳三大園區，場地呼應宜蘭的水自山巒匯聚，經河流回歸大海，勾勒出宜蘭山、河、海的獨特風情，展現蘭陽平原之美與人文風華。

三大園區各有不同的特色和玩法，近年來竄紅的頭城外澳海灘，有衝浪、飛行傘等新潮活動，還有比基尼女郎穿梭沙灘，是年輕族群很夯的去處，也是熱愛戶外活動者的天堂；縣府打出「南墾丁、北頭城」，吸引北部遊客免費就近體驗陸海空

的清涼。

外澳園區還推出一系列的活動：七月十八、十九日安排陽光活力美少女選拔，擔任活動微笑大使；八月八、九日烏石夏至音樂節，沙灘派對等可狂歡到天明，剛好迎接蘭陽名勝「龜山朝日」；八月十五日有浪漫婚禮，還有啤酒大賽等。

鹽陽、沙灘、啤酒、海洋、俊男美女，享受夏日音樂饗宴，不用出國，到外澳就玩瘋了。

武荖坑冒險園區 一道彩虹萬分驚喜

園區內以彩虹為意象，處處可見彩虹椅、彩虹拱門，色彩繽紛，水域遊戲有迷霧水道、跳跳水床、水迷宮、躍動水舞台、四面水歌、狂風暴雨、兒童滑梯、迷彩通道，還有刺激、尖叫指數破表的空飄船、飄速滑水道，歡迎「膽大包天」的來場驚喜大體驗。

水質清澈見底的野溪FUN足區有：碰碰船、水戰船、彩虹噴泉、SPA爽、雙人

船、野溪甜甜圈、野溪兩相好、雨樂叮、夏雨BUBU車，還設了十五座造型涼亭，可以邊用餐邊在清涼的溪水裡泡腳。

埃及迴旋舞樂團、非洲象牙海岸鼓舞樂團、四川青城長嘴壺功夫茶藝表演團、蘭陽舞蹈團等中外知名團隊也進駐演出。

冬山夢幻星河園區 越夜越迷人

白天玩遍沙灘陽光、野溪山林之後，千萬別錯過冬山河的星光樂園，有夜間遊河、魔法森林、光環環、大河之戀、星空漫步等超值體驗，在滿天星斗、微風吹拂中，還可欣賞享譽國際的大陸吳橋雜技團、韓國亂打秀、菲律賓劇團及全台唯一的水舞音樂城堡秀。

每周五、六晚上九時五十分，特地安排煙火秀，以低、中、高各色高空煙火搭配施放，形成三度空間，玩累了，在冬山河園區草地上或坐或躺，看水舞音樂城堡秀、欣賞煙火秀，都是最浪漫、終生難忘的夏夜。

7/11-8/23 蘭雨節玩透透

蘭雨節備有入園接駁車，詳情請上蘭雨節活動官方網站查詢。
活動網址
<http://rain.festival.e-land.gov.tw>

名稱	地點	開園時間	門票	備註
冒險山林	武荖坑風景區	9:00-18:00	100元(宜蘭縣民50元)	
夢幻星河	冬山河親水公園	9:00-22:00	100元(宜蘭縣民50元)	17:00以前免費
活力海洋	頭城海洋園區	9:00-18:00	免費	



▲馬總統(中)呂國華縣長(右)張建榮議長(左)共同主持蘭雨節開幕典禮。



▲冬山河夢幻星河區燦爛的煙火秀，綻放出蘭陽的美麗夜色。

縣長率團參訪香港旅展 進軍國際成功行銷宜蘭

觀光、旅館、民宿、休閒農業滿載而歸

繼去年首創豐碩成果之後，縣長呂國華六月再率團參加2009香港旅展，計有縣觀光協會、縣旅館商業同業公會、宜蘭鄉村民俗協會及休閒農業業者約40人參展是香港旅展台灣代表團中參展者最多的縣市，更是最受矚目的一支隊伍。

參訪團業者表示，此行參與旅展收益甚多，縣府還安排縣內業者與港澳業者直接進行雙向交流，成功達到實質合作效益，預計今年下半年將有具體成果展現。

在陸委會香港事務局、澳門辦事處及行政院新聞局的協助下，呂國華縣長等人接受TVB、上海文廣電視台（中國第二大電視台）、鳳凰衛視、亞洲衛視、澳亞衛視、福建東南電視台、廣東電視台、亞洲週刊、中央通訊社等中、港、澳電視媒體專訪，成功行銷宜蘭。

呂縣長用心介紹宜蘭的旅遊觀光資源，透過港中澳三地主要媒體的報導，吸引更多香港、澳門、中國等地遊客到台灣旅遊，並優先選擇留在宜蘭過夜，體驗深度旅遊，感受蘭陽的好山好水好人情，進一步強化宜蘭在國際市場的優質旅遊品牌。

好山水好風情好感動

偶像劇的勝地在宜蘭

縣府參與今年香港旅展，係以「追尋觀光新天堂～宜蘭·偶像劇拍攝勝地」為主題，搭配旅遊產品介紹，藉目前當紅的

偶像劇，讓港中澳媒體對宜蘭更為青睞。

呂縣長指出，台灣偶像劇在港澳、新加坡等東南亞地區很熱門，對宜蘭觀光及城市行銷有助力，所以這回縣府製作的行銷摺頁，主打「偶像劇拍攝—宜蘭」，把在宜蘭取景的多部偶像劇標註在地圖上，如「命中注定我愛你」、「無敵珊寶妹」、「敗犬女王」、「王子變青蛙」等。

縣府希望藉此吸引年輕族群和觀光客到宜蘭「追星」，來趟偶像劇場景巡禮，置身偶像劇的夢幻場景中，尋找劇中動人情境和感動，並積極接洽港澳旅行社，規劃探訪宜蘭偶像劇的套裝旅遊行程，帶動縣內的觀光景點及周邊產業。

參展團還安排蘭陽戲劇團出訪，在旅遊發布會及香港旅展展場中表演，將充滿宜蘭原味的人文藝術推向國際，讓台灣的民間傳統戲曲展現華人眼前，獲媒體和貴賓如雷掌聲。

除了人文、自然風情，縣府還準備宜蘭茶、宜蘭餅，在宜蘭旅遊記者會及台灣旅遊發布會現場，供港中澳媒體、旅行同業品嚐，行銷宜蘭農特產品與伴手禮，甚受各界好評。

縣府團隊去年參加2008年香港旅展，大力行銷宜蘭的好山好水與自然美景，讓宜蘭之美深植港澳民眾心中。

觀光局香港辦事處主任王春寶表示，

今年與去年同期相較，赴宜蘭旅遊的遊客成長了一倍多，舒適旅遊型態，得到港澳遊客的肯定與讚美，宜蘭縣府透過旅展，成功行銷蘭陽的風土人情和好山好水，成果顯著。

大家來賺港幣和人民幣！ 鄉親啊，您準備好了沒？

縣府工商旅遊處長游文祥表示，去年六月首度參加香港旅展，下半年港澳遊客來宜蘭人數成長了二到三成，今年上半年成長一倍，約有四萬人；港澳人士最喜歡的台灣城市中，宜蘭排名第五，以後將安排專車，直接從機場載遊客到宜蘭，擴大宜蘭在香港的旅遊市場。

縣觀光協會理事長應光偉說，宜蘭參訪團有四十人，聲勢最浩大，迴響熱烈；蘭陽戲劇團也去行銷宜蘭文化，更造成轟動，香港兩家知名旅行社已規劃「港宜旅遊團」，足證縣府的觀光政策走對了方向，業界會全力配合。

縣旅館商業同業公會理事長林茂昌表示，參加香港旅展的官員，只有呂縣長從頭陪到結束，最為用心，也順利打入香港旅遊市場。

縣鄉村民俗發展協會理事長林錫欽說，香港人嚮往宜蘭鄉村田野生活，好山好水很有賣點，這回縣長領軍跨海行銷，收穫很多。

▼2009年6月9日 自由時報 B5 宜蘭焦點

縣長赴香港行銷觀光 偶像劇加持

【本報記者王宜倫報導】縣長呂國華率領由觀光協會、旅館商業同業公會、宜蘭鄉村民俗協會及休閒農業業者組成的參訪團，日前赴香港參加2009年香港旅展，展開為期三天的行銷活動。

參訪團在旅展期間，除了向港澳遊客介紹宜蘭的好山好水、好風情、好人情，更特別推出「偶像劇拍攝勝地」系列摺頁，吸引港澳遊客到宜蘭旅遊。摺頁上標註了多部在宜蘭取景的偶像劇，如《命中注定我愛你》、《無敵珊寶妹》、《敗犬女王》、《王子變青蛙》等。

此外，參訪團還安排了蘭陽戲劇團的演出，讓港澳遊客親身體驗宜蘭的民間傳統戲曲藝術。參展業者也展示了宜蘭的農特產品和伴手禮，受到港澳遊客的喜愛。

縣長呂國華在參展期間，與港澳旅遊業者進行了廣泛交流，探討了加強兩岸旅遊合作的可能性。他表示，宜蘭將進一步加大行銷力度，吸引更多港澳遊客到宜蘭旅遊。

開啓宜蘭 海路觀光大門 歷史性的一刻！

海洋拉拉輪直航蘇澳連搶兩個第一 318位浙江遊客暢遊寶島和蘭雨節

兩年多來縣府團隊不時到香港、大陸打拚，努力行銷宜蘭的好山好水，揮汗耕耘的人，終於歡笑收割。

台中港籍兩千噸客輪海洋拉拉號，七月七日載來318位浙江的貴賓和遊客，不但帶來龐大的觀光商機，更創下兩岸第一艘直航客輪，及蘇澳港首航客輪的兩個第一，真是三喜臨門。



▲大陸浙江省台州市觀光團7月7日搭乘海洋拉拉號抵宜蘭，是蘇澳港首度有可輪從大陸直航。

由浙江省台州市副市長葉阿東率隊的觀光團，七日早上搭客輪，經九個半小時、橫渡台灣海峽，直接由台州開到蘇澳港，上岸後獲縣長呂國華、立委林建榮、蘇澳鎮長林騰煌等人的熱烈歡迎，並頻頻予迎賓小朋友所演出的舞龍舞獅、泰雅族傳統歌舞如雷掌聲，熱情洋溢賓主俱歡。

縣府出力拚兩岸客輪首度直航 大陸觀光客來宜蘭消費零距離

在碼頭的歡迎會上，呂縣長致詞表示，這是歷史性的一刻，蘇澳港開港以來，一直以貨運為主，這回大陸台州的三百多位貴賓直航蘇澳，對雙方都是難得的經驗，更是好的開始。

又說，宜蘭有溫泉、冷泉、民宿、休閒農場和五星級飯店，在大陸的名氣雖然比阿里山稍微陌生一點，但好山好水和濃郁的人情味，絕對不輸寶島其他地方；經努力跨海行銷，已踏出成功的第一步，縣府會更加打拚，規劃常態行程，引導深度旅遊，吸引更多大陸遊客來宜蘭、停留更久，促進交流和觀光商機。

葉副市長說，順利直航來台，衷心感謝尊敬的呂縣長等人的邀請和協助；一路踏浪而來，愉快萬分，清晨由台州出航時，旭日初升萬丈光芒，傍晚進蘇

澳港，一輪明月高掛，鑼鼓喧天，無限風光，實在太興奮、太感動了！

他表示，台州第二批要在蘭雨節演出的團隊即將到達，其他觀光團也會陸續來宜蘭；台州和宜蘭一樣，都是文化淵源流長、物產豐富、山水秀麗之地，歡迎大家光臨台州。

林建榮立委表示，為行銷宜蘭、促進觀光，呂國華縣長和縣府團隊用心良苦，經常到北京、上海、香港，努力招商、參訪旅展，如今證明效果很大、很好。

港務分局長王坤池說，蘇澳港開港26年來，首度有客輪進港，而且還是第一艘兩岸直航的客輪，雙喜臨門，感謝來自大陸的貴賓，最要感謝呂國華縣長的用心和努力，讓原本門可羅雀的蘇澳港客運業務，變得門庭若市，相信今後會有更多的客輪、郵輪接踵而來。

宜蘭 ↔ 台北48公里 坐火車只要36分鐘

縣府啟動北宜直線鐵路推動小組

「搭火車到台北，只要36分鐘。」宜蘭人的未來不是夢！

為避免鄉親、遊客逢假日在雪山隧道飽受塞車之苦，宜蘭縣政府啟動「北宜直線鐵路推動小組」，六月底召開專案會議。縣長呂國華指示：隨時掌握進度，每個月開一次會，加速推動，希望把十年的工期再縮短。

北宜直線鐵路工程範圍：南港頭城段新闢下坑口之雙線鐵路，其中1號隧道長18.6公里、2號隧道長15.5公里；頭城礁溪段依92年行政院專案會議，採高架興建，並將礁溪站東移約810公尺。直線鐵路全長48公里，完成後宜蘭至台北的行程時間約36分鐘。

催生現代版「丟丟銅」 八月底重新規劃

廿一世紀新版「丟丟銅」的計畫期程是，全部工期約10年，整體規劃約3年、南港頭城段隧道工程約7年；頭城礁溪段（含礁溪站東移）約4年，概估總經費約339.42億元。

交通部鐵路改建工程局表示，今年已編列1150萬，將北宜直線鐵路替代路線方案或原宜蘭線鐵路改善案，併案為「台鐵

宜蘭線及北迴線提速改善方案，八月底發包重新規劃，且本案將納入總統指示的東部鐵路快捷化計畫中評估考量。

馬總統很重視 五大效益報您知

北宜直線鐵路效益評估：

- 一、宜蘭台北間自強號行車只要36分，可有效疏解雪隧車流104年即飽和之情形。
- 二、構建東部快捷鐵路，舒緩東部公路（國道5號、台2濱海公路、台9蘇花公路與花東縱谷公路、台11花東海岸公路）的交通負荷，平衡東西部國土發展，吸引自小客車使用者轉搭鐵路，降低空氣污染與碳排放量，達成節能減碳之目標。
- 三、頭城與礁溪鐵路高架可消除平交道，提升鐵路行車安全，並有利於當地土地縫合與開發。
- 四、原有縱貫線（南港-八堵）與宜蘭線鐵路（八堵-頭城），可轉型提升為通勤鐵路與觀光鐵路。
- 五、結合蘭陽平原鐵路高架案，提升鐵路運轉效益與安全，以達成構建東部鐵路快捷骨幹之目標。

中央支持 縣府用心拚 鄉鎮長樂觀其成

鐵工局在專案會議中指出，雪隧順利開通後已化解長隧道工程疑慮，而目前雪隧每逢假日就塞車，是推展直線鐵路的好時機，建議縣府可將本案切割成南港頭城段與頭城礁溪段，後者經費較少較易爭取，並預先作財務規劃。

林建榮立委服務處人員說，委員相當關心，將在立法院交通委員會中持續關注推動，並請地方政府密切配合辦理。

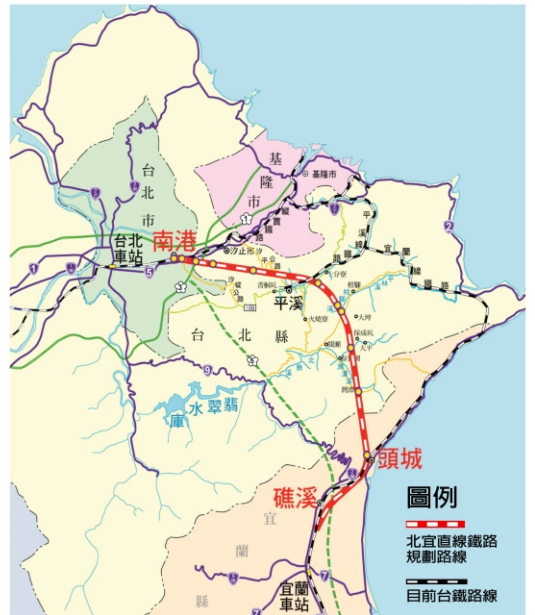
礁溪鄉長林政盛說，本鄉期待已久，原有鐵路妨礙限制市區發展範圍，鐵路東移並高架可擴大本鄉發展腹地；本案應提高推動位階，並請交通部參與。

頭城鎮長陳淑暖表示，頭城發展迫切需要本案，總統也相當支持，建議頭城礁溪高架段先行施作，

並請鐵工局提供路線資料，以利地方配合。

呂縣長指出，現在唯有開闢北宜直線鐵路，才有辦法解決雪隧塞車之苦，中央已重新規劃，地方該配合的都市計畫、路廊預留等工作，也要趕快動起來，早日讓宜蘭對外交通邁入嶄新的里程碑。

▲北宜直線鐵路規劃路線圖



冬山河親水公園至森林公園舊河道觀光航線啓航

遊客搭船逛冬山老街 店家商機滾滾來

冬山河舊河道觀光航線啟航了！6月30日上午，縣長呂國華、冬山鄉長張秋明和許多遊客，分別乘坐電動小船和水上巴士，在沿岸鑼鼓震天中，船隊緩緩由冬山河親水公園艇庫碼頭出發，抵達森林公園，再循舊河道駛進冬山市區並上岸探街，受到鄉親敲鑼打鼓、舞獅、放鞭炮等熱烈歡迎。

雪隧通車以來，觀光旅遊人潮明顯增加，縣府藉由冬山河兩岸優質景觀及自然田野風貌，加速拓展水、陸域遊憩活動，並擴大水域營運範圍，新闢冬山河親水公園至森林公園(上游)與舊河道電動小船營運航線，經一番努力，終於成功啟航。

呂縣長表示，這是歷史性的一刻，很高興看到冬山河觀光航線，由親水公園延長到冬山舊街和森林公園，將冬山河變成一條旅遊河川，更結合兩岸的休閒農業和民宿大本營，以水陸並進方式拓展觀光商機。

他說，冬山河觀光航道，往上游可直達舊街，下游將由目前的傳藝中心，延長

到河口的大閘門、濱海公園；陸路方面的自行車道，也愈來愈多愈完整，騎單車是最夯的交通工具和運動。結合水陸、串連觀光航線和景點，將遊客拉到舊街形象商圈，商機滾滾來，令人無限期待。

冬山河觀光起飛 鄉親就要賺大錢了！

張鄉長表示，舊河道航線的啟航，比過年更高興，為冬山河的起飛作了見證，這是嶄新又美好的開始，冬山和五結的鄉親就要賺大錢了；航道和兩岸的風光，處處景點，美不勝收，還有老街美食、農特產伴手禮，歡迎大家光臨。

五結鄉代理鄉長黃界華說，冬山河舊河道與蘭陽溪南岸的自行車道結合，蘭陽河川之美盡呈眼底，還可到海口觀賞日出美景、大閘門風光，觀光前途無量。

蘇澳港務分局長王坤池指出，航線的許可是由港務單位審核的，為了嚴格督導冬山河航道的安全，分局人員找了很多麻煩，也勘查許多趟，使航道更安全、水上

巴士的設施更周全，讓遊客的安全更有保障；這是很有創意的航線，沿途景觀自然又美麗，相信一定可發揮近悅遠來的觀光效益。

冬山老街店家林康偉表示，聽老一輩說，光復前，載人和運稻穀等農作物的木船，循冬山河來回冬山和利澤簡，水路很熱鬧，後來被陸路取代，才逐漸沒落、消失，如今恢復觀光航運，讓冬山河重現生機，擴展生活機能、帶來遊客和商機，大

家都很興奮。

冬山河遊船票價：親水公園碼頭—傳藝中心碼頭單程50元、冬山河親水公園經森林公園至舊河道單程120元、冬山河親水公園至舊河道單程100元、冬山河親水公園至森林公園單程90元。年滿65歲或身心障礙、身高110公分以下者，半價優惠。

冬山舊河道及森林公園等新航道，營運初期採預約制，洽詢電話：03-9600013。



▲冬山河新航線啟航，帶動老街商機。

天上掉下來的禮物

獎勵青年返鄉創業 首批核發700餘萬元 13位鄉親喜獲甘霖 回老家開店美夢成真

「感謝縣府圓了我30年的創業夢」，原本開車賣麵包的陳賜健，獲縣府獎勵補助，在宜蘭市南館市場斜對面開了「正好麵包店」，六月喜氣洋洋開張，他在鞭炮聲中，興奮地向到場祝賀的呂國華縣長暢談心聲，感激之情溢於言表。

「這真是天上掉下來的禮物！」在宜蘭市校舍路開設「沛妍經典美體店」的徐萍，更是歡天喜地，感謝縣府推一把，讓她的創業美夢成真。

為鼓勵縣籍青年返鄉創業，讓工商在地化、行銷國際化，縣府訂定「協助宜蘭青年返鄉創業」計畫，於97年度及98年度共計編列新台幣1,190萬元經費，作為縣籍青年創業補助金，鼓勵遊子返鄉開創事業。

事業大展鴻圖 享天倫樂盡孝道

呂縣長表示，除了資金的協助，在經營策略理念、管理等方面，縣府還來請專家持續輔導，希望返鄉創業的青年都能順利經營，在事業上大展鴻圖，且可回宜蘭老家就近照顧年邁的雙親。

「協助宜蘭青年返鄉創業」計畫，自97年10月23日實施，至今年六月間，首批申請16件，其中13家獲審查通過補助，分別是：食品、飲料、餐飲業3家、醫療器材2家、服飾用品販售業2家及其他行業6家；目前還有十餘件送審中，申請相當踴躍。

經審查通過之13申請人，總創業投資金額約為新台幣2,400萬元，獲縣府補助，預估第一年的總營業額可達9,500萬元，創業補助金710萬元。13店家穩健經營後。

金額約為新台幣2,400萬元，獲縣府補助，預估第一年的總營業額可達9,500萬元，創業補助金710萬元。13店家穩健經營後。

縣府拉一把 返鄉圓創業夢

宜蘭麵包店老闆 獲第一筆補助金84萬 請吃拿手蛋糕 還提供開幕優惠



【記者吳淑姿／宜蘭報導】宜蘭縣政府鼓勵青年返鄉創業，首批核發補助金700餘萬元，13位鄉親喜獲甘霖，回老家開店美夢成真。宜蘭縣政府為鼓勵青年返鄉創業，特設「青年返鄉創業補助金」，首批核發補助金700餘萬元，13位鄉親喜獲甘霖，回老家開店美夢成真。

全國首創3039健康久久 巡迴各鄉鎮市免費健康檢查 提早十年幫鄉親顧身體 宜蘭人福氣啦！

30到39歲的縣民朋友請注意，事業要拚，身體嘛要顧！

縣府結合公所、衛生所，在縣內各鄉鎮推出免費健康檢查巡迴列車，凡30到39歲的鄉親，都可享受這項價值約三千元的健檢，還可跨鄉鎮受檢，並贈送優質米等伴手禮；健康無價，千萬不要讓您的權益睡著了。

縣衛生局表示，健保只提供40歲以上國民的健康檢查，而30到39歲是人生中最重要的階段，家庭和事業剛起步，健康的維護非常重要，縣府為提早照護鄉親的健康，去年推出全國首創的「3039健康久久」，受到鄉親熱情支持，共有近九千人接受這項免費的健康檢查服務。

因迴響熱烈、意義重大又溫馨，今年持續推出「3039健康久久」健康檢查活動，只要是55至68年次，設籍宜蘭縣的鄉親，都可以享受價值新台幣2千到3千元優質快速的免費健檢。

檢查內容包含：B型肝炎表面抗原檢查、C型肝炎病毒抗體、SGOT、SGPT、血糖、膽固醇、三酸甘油酯、高密度脂蛋白、尿酸、肌酸酐、胸部X光、子宮頸抹片檢查及心理衛生量表與飲食運動診斷。

3039健檢各場次 服務對象不分鄉鎮 「小富人回娘家」 追蹤複查動感心

為方便鄉親，3039免費健檢，在縣內十二鄉鎮各安排一到兩個場次，時間從六月到十一月（如附表），只要去年未接受檢查的青壯縣民，都可享受這項服務，而且不受設籍鄉鎮之限制，也就是說，甲鄉鎮的縣民，也歡迎到在乙鄉鎮辦的活動去檢查。

衛生局再於6月底，辦理「小富人回娘家」千人減重計畫，邀請去年參加「3039健檢」，具有代謝性症候群高危險群的1,498位鄉親，回娘家免費複查。

2009年6月6日 自由時報 B5 宜蘭焦點

3039健康久久 健康檢查活動場次表

日期	日期	主辦單位	電話
6/7	順安國小	冬山鄉衛生所	959-4772
6/20	礁溪國中	礁溪鄉衛生所	988-2908
7/4	中興國小	五結鄉衛生所	950-1564
7/18	員山鄉體育館	員山鄉衛生所	922-1575
7/26	頭城國小展覽廳	頭城鎮衛生所	977-1034
8/1	蘇澳國小	蘇澳鎮衛生所	996-2158
8/15	中道中學大禮堂	壯圍鄉衛生所	938-5503
8/30	國華國中	羅東鎮公所	954-2321
9/5	大洲國小	三星鄉衛生所	989-2227
9/19	頭城鎮衛生所	頭城鎮衛生所	977-1034
10/10	羅東鎮衛生所	羅東鎮衛生所	954-2321
10/17	四季村衛生室	大同鄉衛生所	980-1175
10/31	南澳鄉衛生所	南澳鄉衛生所	998-1019
11/14	宜蘭縣立體育館	宜蘭市衛生所	932-2362

◆10/31南澳衛生所場次時間為上午6點至10點，其餘場次均為上午7點至11點。

健康久久 邀你一起來健檢

【記者吳淑姿／宜蘭報導】宜蘭縣政府為鼓勵青年返鄉創業，特設「青年返鄉創業補助金」，首批核發補助金700餘萬元，13位鄉親喜獲甘霖，回老家開店美夢成真。



▲3039巡迴各鄉鎮市免費健康檢查

複查的項目包含：腰圍、血壓、血糖、高密度脂蛋白膽固醇、三酸甘油酯、肝功能、尿酸、肌酸酐等檢查。

活動中特地邀請國立陽明大學臨床社區護理研究所劉影梅博士，協助個案輕鬆減重，遠離糖尿病及心血管疾病；劉博士是專研減重14年的專家，為鄉親打造量身

訂做的健康指導。縣府也將安排完成受訓的社區健康天使，繼續守護鄉親的健康。

「3039」等免費健康檢查資訊，歡迎上衛生局網站<http://www.ilshb.gov.tw>查詢，聯絡電話：03-9322634分機220。宜蘭縣政府祝大家：身體健康、事業成功、家庭美滿幸福！

好康報你知 勿失良機

縣內國中中小學生 暑期游泳免錢

為減少小朋友到野溪、海邊戲水發生危險，縣府決定今年暑假開放宜蘭和羅東運動公園的游泳池，免費讓縣內的國中小學生進場。

宜蘭及羅東運動公園游泳池採收費制，學生票廿元，開放時間上午五時到十時半、下午二時到晚上十時；縣府決定暑假期間開放給本縣中小學生免費使用，只要持學生證、身分證、健保卡或戶籍謄本等

任何一種證件，就可免費進場。

縣教育處表示，依統計，縣內中小學生有56.5%不會游泳，今年特地辦理「提升學生游泳能力」計畫，希望將會游泳的學生比率提高到6成。

上網勾選縣政100 好禮相送又可抽大獎

各位鄉親，想關心、了解地方嗎？想共同繪製宜蘭美麗的藍圖嗎？想當縣政達

人嗎？想捧回五萬元獎金嗎？請參加「縣政100」宜蘭縣十大縣政網路票選活動。

活動日期即日起至2009年八月十日，八月十七日召開記者會，公布十大縣政票選結果並公開抽獎。
主辦單位：宜蘭縣政府，票選活動網址：<http://www.e-land.gov.tw>（或）<http://100.e-land.gov.tw>

凡上網勾選的縣民，都可獲郵寄精美紀念品，還可參加抽獎，幸運兒有三位：金牌獎五萬元、銀牌獎三萬元、銅牌獎一萬元及愛心獎（聯合勸募禮券五百元）兩百名。

精采一整年熱力吸客 活動預告歡迎闔家光臨

- ※頭城搶孤8/20到9/18在烏石港
 - ※宜蘭情人節8/26到8/29在羅東運動公園
 - ※9月宜蘭亞洲織人節標賽
 - ※10月國慶晚會在宜蘭
 - ※10月中正盃全國溜冰錦標賽
 - ※11月亞洲盃暨青盃划船錦標賽在冬山河
 - ※12月冬戀宜蘭溫泉季在礁溪湯圍溝公園
- 歡迎鄉親和各地嘉賓光臨！