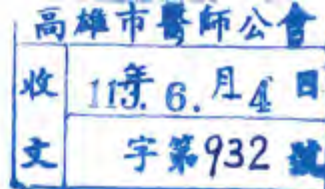


正本

發文方式：郵寄

檔號：

保存年限：



## 高雄市政府衛生局 函

地址：802212高雄市苓雅區凱旋二路132之1號  
承辦單位：健康管理科  
承辦人：孫佩芳  
電話：07-7134000#5103  
傳真：07-7225594  
電子信箱：pfsun@kcg.gov.tw

80681

高雄市前金區市中一路225號4樓

受文者：社團法人高雄市醫師公會

發文日期：中華民國113年5月30日

發文字號：高市衛健字第11335959601號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：響應影片拍攝提醒事項

主旨：檢送國民健康署「居家血壓722主題舞蹈」影片上傳活動說明，惠請轉知貴會會員共同響應，詳如說明段，請查照。

說明：

- 一、依據衛生福利部國民健康署113年5月27日國健慢病字第1130660385號函辦理。
- 二、依該署國民營養健康調查報告顯示，18歲以上高血壓盛行率為26.8%，且因高血壓性疾病死亡率逐年上升，爰該署持續推廣高血壓防治，建議18歲以上民眾每年至少要在家量一次血壓，並搭配722原則（連續7天、早晚2回、每回2次），若7天血壓平均值超過正常標準值120/80mmHg，建議積極調整健康生活習慣，如仍未改善，民眾可於就醫時提供722血壓值給醫師參考，並依專業建議進行血壓自我管理。
- 三、為加強民眾及醫界對居家血壓722的重視，該署規劃722量血壓等系列活動，屆時將廣邀醫療院所、名人網紅及NGO團體共同響應，擴大宣傳效益。
- 四、惠請協助轉知「居家血壓722主題舞蹈」社群響應影片上傳活動，活動說明重點如下：
  - (一)社群響應影片拍攝提醒事項如附件1，並請於113年7月12日（五）前提供響應影片予該署，該署將結合宣導計畫及

合作通路進行傳播，提高曝光量。

(二)參與單位亦可於113年7月22日（一）該署安心亞高血壓防治宣導影片發布記者會後，將自行拍攝之舞蹈影片上傳至各單位自媒體平台響應，擴大宣導效益，並請優先必載關鍵字包括#單位名#722在家量血壓。

(三)舞蹈教學帶、歌曲音檔及安心亞高血壓防治宣導影片（僅供舞蹈教學使用，公播權為該署所有，使用前需經該署同意）供參考，請自行至Google雲端連結下載使用：<https://drive.google.com/drive/folders/1EBd70tXmgvwKXPu2jAYU7VzwnQncQGmh?usp=sharing>。

五、請將響應影片寄至本案聯繫窗口（檔案過大可提供雲端連結），楊蘊慈行銷副理doris.yang@ua.com.tw，電話：02-2627-8806分機712；或廖家慧行銷副理mandy.liao@ua.com.tw，電話：02-2627-8806分機703，如未收到確認收件信，再請來電告知。

正本：社團法人高雄市醫師公會、社團法人高雄縣醫師公會、高雄市護理師護士公會、新高雄護理師護士公會

副本：

# 局長黃志中

抄：1. 連刊網站 FB APP

2. 速報知會員

3. 備查

康維敬 6/4/2024

高雄市醫師公會  
理事長朱光興

6/4/2024

# 【居家血壓 722 主題舞蹈】社群響應影片拍攝提醒事項

## 一、 尺寸建議 ( 建議橫式、直式皆拍攝 ):

1. 直式影片 1080 x 1920 px ( 9 : 16 ) ( 因應 IG Reels 及本案活動網頁規格 )
2. 橫式影片 1920 x 1080 px ( 16 : 9 )

## 二、 直式影片構圖注意事項 :

1. 畫面尺寸 - Reels 在主畫面顯示時，長寬比例會變更為 1080 x 1350 px ( 4 : 5 )，重要畫面需要集中在正中央，上及下約畫面 1/5 的部分勿放置重要資訊。請看右圖：



2. 畫面構圖 - Reels 的下方會顯示帳號及 Reels 文字，而右方會有愛心、留言及分享等按鈕，要避免在影片下方右方放置重要資訊。請看下圖：



### 三、 響應影片拍攝 FAQ :

1. 影片必載 Hashtag-「#單位名」、「#722 在家量血壓」。
2. 參與人數 - 直式影片畫面構圖考量，以畫面可容納即可。
3. 服裝建議 - 具一致性即可，例：統一上半身服裝顏色。鞋子以舒適為原則。
4. 口號建議 - 可於舞蹈尾聲呼喊標語，不建議過長。例：\_\_\_\_\_(單位名)揪您「居家量血壓 722GO 健康」、「你量血壓了嗎？跟我一起 722 在家量」。

### 四、 響應影片拍攝完成後續步驟：

影片拍攝完成歡迎於 7 月 22 日本署安心亞高血壓防治宣導影片發布記者會後上架於單位自媒體，協助推廣居家測量血壓 722 原則。另可提前提供予國民健康署及承辦廠商聯繫窗口，以利將影片上架至國健署官方 Youtube、Instagram 及活動專區，協助各單位多元通路推播，增加 722 主題舞曝光率及觀看數，期引起民眾關注及話題。

### 五、 本案響應活動提供之附件清單：

序	檔案 / 用途	檔名
1.	722 主題舞音檔 (可於拍攝時現場播放，或事後後製剪輯加入)	【722 健康舞】歌曲母帶
2.	舞蹈影片完整版	722 健康舞_舞蹈老師版
3.	舞蹈教學帶 (女版動作)	722 健康舞_女版舞蹈教學帶
4.	舞蹈教學帶 (男版動作)	722 健康舞_男版舞蹈教學帶
5.	722 主題舞蹈影片_安心亞版，僅供舞蹈教學使用，公播權為國民健康署所有，使用前須經本署同意。	居家血壓 722 主題舞蹈影片_安心亞版(僅供舞蹈教學使用，公播權為國健署所有，使用前須經本署同意，為加密檔案，如有需要請洽各衛生局)

**備註：以上檔案敬請保密勿散佈、外流至非邀約響應單位團體**

### 六、 承辦廠商 聯廣廣告-聯繫窗口

1. 聯廣廣告行銷副理 楊蘊慈 Doris-  
Mail : [doris.yang@ua.com.tw](mailto:doris.yang@ua.com.tw) ; 電話 : 02-2627-8806 #712
2. 聯廣廣告行銷副理 廖家慧 Mandy-  
Mail : [mandy.liao@ua.com.tw](mailto:mandy.liao@ua.com.tw) ; 電話 : 02-2627-8806 #703