

國際智慧健康城市案例：美國費城。

2010年費城市政府公共衛生局(department of public health)推出「菸害控制」與「營養與運動」計畫，2012年後延續並擴大菸害、飲食和運動三大主題，推出前後總共長達六年的 Get Healthy Philly 計畫，於2015年結束。在執行計畫前，費城為全美不良健康行為最嚴重的城市。Get Healthy Philly 計畫中較亮眼的子項為健康市場網絡，透過 Philly Food Bucks 健康買菜券和都市更新計畫，不僅增加了費城銷售健康食材的據點，也正面刺激了費城消費者採購健康食品的意願。另外2015年開始的 HYPE 健康小領袖從校園著手，讓學生從校園組織健康計畫規劃與執行能力，並提供高峰會和專家資源協助小領袖順利執行校園的健康計畫。(圖十四)



圖十四、107年6月20日會議簡報

費城市府認為是不健康行為是一種從社會文化來的惡性循環。因為貧窮，因此容易有不健康行為，然後就會衍生慢性病。在2010

年執行計畫前，費城的健康在全美城市裡是惡名昭彰的，全市有 66% 的成人和 40% 的小孩有肥胖的問題，同時也是全美糖尿病和心臟病盛行率第二高的城市，吸菸人口比例最高的城市。

Get Health Philly 是一個龐大的行動計畫，從健康市場網路、中式餐廳鈉減量、健康下午茶、HYPE 生活領袖計畫、提高菸捐與糖捐等。

首先健康菜市場網絡是一個配合美國農業部 Healthy Corner Stores Network 計畫的項目，在 2010 年啟動時，費城全市有 630 個店家加入，在加入之前，這些店家是幾乎不販售健康食物(如牛奶、水果、蔬菜、全穀)的。但這個計畫提供這些店家冷藏設備、行銷訓練和廣宣品，讓參與的店家在門可以張貼市府認證的健康食品供應標章。最有趣的地方在於推出健康買菜券(Philly Food Bucks)，只要在指定的健康市場消費 5 元，就提供 2 元的健康買菜券可用於下次的健康食物採購。從 2010 年至 2012 年總共發出 6 萬多張的健康買菜券，其中有 75% 的健康買菜券被實際用掉，產生的健康食物消費量成長了 3 倍多。

其次是建立費城的食物供應標準，例如指定了 9 個實作場域實作健身活動訓練，並在 88 家公立健康中心推出健康下午茶給低收入戶。另一個方式是建立美國辦公大樓的販賣機健康標準。要求販賣機上必須有 2/3 的商品是 100% 的果汁或零卡飲料，而且這些較健康的飲料必須在販賣機上直接標準卡路里量，而且容量最大只能是 12 oz。在零食方面，每包必須在 250 卡以下、每包飽合脂肪必需在 3g 以下，而脂肪必須在 7g 以下、每份的鈉含量在 230mg 以下。

第二個活動是 HYPE 健康小領袖計畫。要在 2015 年培養 100 所中小學裡培養 1000 名的健康領袖。這項計畫由 GFK 贊助，申請

學生與計畫督導員討論，在學校裡招募團隊成員，並以三個策略協助提案者建立團隊，並製作海報。一開始並不直接執行活動，而是調查學校裡的環境，然後再召開委員會議，訂出計畫的目標。HYPER 會提供這些文件的標準樣版方便這些健康小領袖操作。執行活動大約是組織都市農場、鼓勵健康餐食活動等，可分為餐食、生活、食、食物環境和防菸害。HYPER 會在期末選出楷模，被選出來的學生領袖可以免費參加高峰會(HYPER 的夏令營)，這領導的經驗對未來入學亦有助益，因此提高學生參與的意願。