

全民運動 樂活健康

提倡後備軍人運動 堅實後備動員能量

文・圖 | 編輯室



▲連江縣後備軍人組隊參加縣府公益羽球比賽。



▲花蓮縣指揮部參加太魯閣國家公園健走活動。

健康的國民是國家的最大資產，國民體能是國力的具體象徵，也是形成國家競爭力的關鍵因素，所謂「國家安全，人人有責」，現代戰爭與國防事務，絕非僅以武力對抗，更應將軍力、民力融合為一、統合運用，做為國土安全整體實力的穩固後盾。

馬英九總統自上任以來，政府在體育政策上除積極培育具有競爭力的選手，另方面亦以全民運動為目標。而全民運動推展成功與否的重要關鍵，除鼓勵國人養成規律運動習慣外，地方政府亦積極籌辦區域性、全國性及國際性活動，並藉由人與人間口語資訊交流、宣傳及推廣等作為，



▲吳志揚縣長與參賽選手合影。



▲臺北市後備軍人路跑隊參與阿甘杯路跑嘉年華，林晉章議員(橘衣者)亦到場加油、打氣。



▲臺北市後備指揮部指揮官盧上校(中)身體力行，帶動部內官兵及後備軍人一同參與路跑活動。



▲新竹後備指揮部指揮官吳上校(中)頒發獎座予游泳比賽績優人員。



▲彰化縣伸港鄉運動會。



▲雲林縣斗六市春季盃游泳競賽。



▲南投縣游泳比賽後備軍人組隊參加。



▲雲林縣麥寮鄉後備軍人隊熱情參加運動會。



▲彰化縣和美鎮後備軍人輔導中心運動風氣不落人後。



▲雲林縣後備軍人羽球隊爭取佳績，響應全民運動政策。



▲彰化縣員林鎮後備軍人輔導中心參加健行活動。



▲雲林縣後備軍人隊參加游泳比賽。



▲彰化縣後備軍人參加八卦山健走活動。



▲成功嶺萬人健走鳴槍儀式。



▲臺中市大肚區輔導中心輔導幹部健走活動。

讓活動可以聚集人潮，吸引國內、外媒體報導，進而提高全民運動的曝光度，同時提供社會健康活動之舞臺，增強國人參與運動意識，提升國人參與活動意願。

《曾胡治兵語錄》中提及，「練一日得一日之力，練一人得一人之力」，即指充沛的體力必須持恆漸進，如同戰技訓練，須反覆不斷磨練，絕無絲毫取巧空間。的確，體育運動自古迄今日漸普遍，這不僅是國人日常之休閒活動，更是保持身體健康最佳的方法，從「體力就是國力」的角度來看，更多國人喜愛運動，自然是國家之福，熱愛運動的馬總統亦曾表示，他很喜歡運動，也鼓勵大家一起來運動，因為運動有益健康，一個真正健康的國家，一定是一個運動發達的國家。

因此，為響應政府推廣全民運動風氣，提倡「體力就是國力，強國必先強身」及「運動國家才是健康國家」的政策理念，本部結合政府推展全民運動理念，以全民國防教育為基礎，鼓勵後



▲屏東縣後備指揮部指揮官陳上校(左二)帶領牡丹鄉輔導中心幹部級單位同仁參與牡丹鄉路跑活動。



▲屏東縣後備指揮部參與牡丹鄉輕騎遊牡丹賞野薑花活動。



▲指揮官王中將一同參與高雄市鼓山區後備軍人推廣全民運動風氣活動。



▲高雄市苓雅區後備軍人發起登山健行活動。

備軍人及其眷屬參與體育活動，進而帶動群起效應，提倡全民運動風氣，也更凝聚後備軍人向心力，進而發揚團結合作的精神。

同時，除了倡導後備軍人自我運動理念之外，亦鼓勵後備軍人及其眷屬踴躍參與各單位自發性或地方的體育盛事，例如：輔導後備軍人及其眷屬組隊參加各項運動活動(如路跑、健行、騎自行車、登山等)，並主動協調縣、市政府及



▲屏東縣後備指揮部指揮官陳上校(左)帶領同仁健康路跑。



▲臺南市輔導中心幹部致力推動後備軍人運動風氣。



▲屏東縣後備指揮部新園輔導中心至鵝鑾鼻健行踏青合影留念。



▲臺東縣關山鎮後備軍人參加路跑活動。



▲南部地區後備軍人慶祝102年九三軍人節千人健行活動。



▲臺南市後備軍人馬拉松長跑隊參加星光馬拉松活動。



▲臺南市後備軍人萬人路跑景況。

公民營事業單位，配合辦理後備軍人運動會及其他體育有關活動，提升全民運動風氣，落實政府「運動強國」的政策，以推展「樂在運動、活得健康」之理念。

健康的國軍是國家最大資產，國軍體能是國家競爭力的基石，而後備軍人維持良好的體能，更是提供國軍最佳後盾的保證，欲使後備軍人擁有良好的體能，倡導運動理念是提升後備軍人健康與體能最好的方式。目前世界先進國家紛紛將國軍的健康與體能視為該國國軍的素質及競爭力的重要依據，身為國軍一份子的後備軍人，當然不能例外，倡導後備軍人運動理念，進而強健體魄、提升國軍實力，實乃培養國軍實力，展現國家競爭優勢的重要指標。

如今，在這股全民運動的風潮中，全體官兵皆應體認體力即國力，而且運動有益身體健康，更須藉由運動奠定戰訓基礎，擁有良好體能、強健體魄，才能如質、如實推動各項戰訓工作，厚植國防實力。



▲大樹區後備軍人參加鐵馬自由行活動。



▲屏東縣後備指揮部指揮官陳上校(右五)帶領牡丹鄉輔導中心幹部潘旭鴻(右四)、許文龍(右三)、郭志成及部內同仁(左五)參與牡丹鄉路跑活動。