



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa Especial de Macau
體育局
Instituto do Desporto

關於立法會陳孝永議員書面質詢的答覆

遵照行政長官指示，經徵詢衛生局、教育及青年發展局、市政署的意見，本人對立法會2026年8月13日第1027/GSG/SAAL/2026號函轉來陳孝永議員於2026年7月28日提出，行政長官辦公室於2026年8月14日收到之書面質詢，答覆如下：

特區政府積極對接國家關於全民健身方面的戰略規劃，自2026年1月起，文化局、體育局、衛生局共同推出“健康加油站”，並聯同多個社團恆常深入社區設立服務站點，提供“文化滋養、科學運動、健康資訊”一站式整合服務，促進居民身心健康，共建“健康社區”。其中，體育局安排“健身指導員”為居民提供個人化的專業健身建議，推廣正確的運動觀念，協助居民掌握安全、有效的運動方式，逐步建立規律運動習慣。未來，體育局亦計劃以部分社區中心為試點，安排健康指導員提供科學運動指導，協助居民瞭解及掌握適合自身的運動方式。與此同時，將繼續聯同其他政府部門及民間社團，推廣各類社區健體活動，營造良好的全民運動氛圍。

衛生局亦通過舉辦“營動全城”減重挑戰賽及“健康生活方式大賽”等活動，鼓勵居民建立規律運動習慣。居民可透過“一戶通”“我的健康”內的“體重管理”功能，結合自身數據計算每日所需熱量，了解食物熱量及相應運動時間，提升自我健康管理能力。

針對有醫療需求的居民，衛生中心亦開設“體重管理工作坊”，由專業醫療團隊為其評估肥胖原因，檢視慢性疾病管理情況，並設計適合的運動方案及制定個人化飲食建議。另外，衛生局正研究推出向居民提供個人化運動建議的計劃，滿足不同群體的健康和運動需求，落實“醫防融合”的施政目標。



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa Especial de Macau
體育局
Instituto do Desporto

此外，體育局十分重視大眾體育的普及和發展，認真落實“發展大眾體育活動、強健市民體魄”的工作目標。持續透過舉辦“大眾體育健身興趣班”及其他各類主題的大眾體育活動，並與民間社團合作，推動大眾體育資源下沉社區，開展多元化的康體活動，廣泛照顧不同年齡層與社群的運動需要。2026年預計舉辦超過100項大眾體育活動，持續豐富居民的運動選擇，並為居民創造更多便利的運動條件。

同時，體育局透過每五年一度的“澳門市民體質監測計劃”，掌握不同年齡層居民的體質狀況及變化，為推動全民健身及完善相關服務提供科學依據。未來將持續運用體質監測結果，因應不同群體的體質特點及運動需要，逐步構建以大眾體育普及、加強健康預防及臨床干預、強化校園健康、完善長者服務，以及提供學術支撐為重點的跨部門聯動體質提升體系。未來，將因應科技發展及居民健身需求，推進人工智能賦能全民健身發展，優化體質測評及運動健身指導，持續提升居民體質水平，助力建設幸福澳門。

為了滿足居民對休憩設施及體育空間的殷切需求，結合各區人口結構、休憩空間面積等因素，以優化整合為原則，豐富本澳全民健身的配套。去年市政署已完成台山中街休憩區優化工程，於兒童遊樂區配置了高架探索走道，並優化成人健身區設施。現正計劃重整花地瑪教會街休憩區，將引入新型聯動式健身設施；建造南岸海濱綠廊二期三區工程，設有專線單車道及步行系統的濱海立體休憩空間，區內規劃了多功能廣場、兒童遊樂場、親子腳踏車場、健身設施區等；而計劃建造的黑沙青少年活動體驗營將設有歷奇塔、攀岩牆、高空滑索、空中網陣、兒童四輪車、山地自行車場、滑板場、野戰遊戲場、水上歷奇等項目，打造多元化體能訓練空間。市政署會積極配合本澳城市發展總體規劃，在條件許可下設置無障礙及多元化的康體設施。



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa Especial de Macau
體育局
Instituto do Desporto

體育局亦因地制宜，以多功能形式設計和興建體育設施。現正興建中的新城A區A9地段體育設施大樓，將會設置為多用途綜合體育中心，配置不同類型的體育項目，讓居民進行多元化的運動，善用有限的土地及空間資源。

此外，特區政府釋出三幅規劃作體育設施用途的臨時用地，將設置足球場、跑步徑、羽毛球場、匹克球場、籃球場及戶外健身設施等，為本澳居民提供更多體育空間。

體育局透過與社會合作，邀請學校和社團等將其體育設施加入“公共體育設施網絡”，在適當時段開放予居民使用。同時，教育及青年發展局協調具條件的學校，鼓勵其於非上課時間開放體育場地供大眾使用。未來，體育局亦會持續發掘及邀請其他具備條件的單位加入“公共體育設施網絡”，進一步善用現有體育資源，為居民提供更多體育運動的場地選擇。

代局長

李詩靈