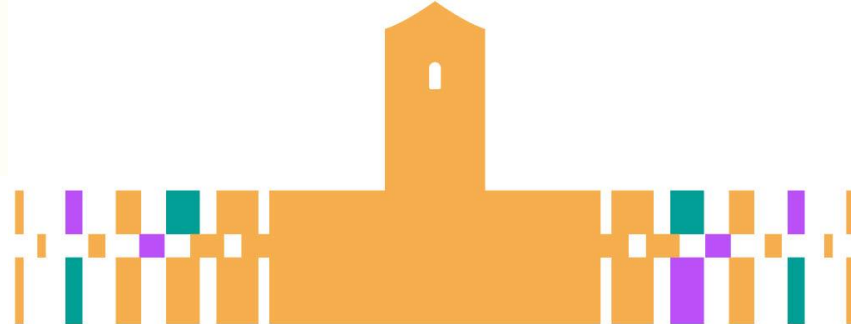




健康台灣推動委員會

HEALTHY TAIWAN PROMOTION COMMITTEE

健康幣政策推動規劃

衛生福利部

115年8月27日

打造健康台灣國政願景

健康台灣論壇

打造台灣成為健康幸福的國家

十大建言+1倡議

倡議一健康台灣深耕計畫

1. 健康促進及慢性病預防

2. 優化兒童醫療及健康照護

3. 強化民眾心理健康支持

4. 強化國家癌症防治計畫

5. 強化原住民族健康服務

6. 醫療與長照銜接

7. 安寧療護

8. 確保健保永續經營

9. 醫療人員工作環境

10. 智慧醫療結合健康照護

健康行為 × 健康幣 × 健康回饋



讓健康變得有價值，讓預防保健成為日常



目標
2030年

國人
不健康餘命
10% -> **8%**

癌症/三高
標準死亡率
下降1/3

健康幣政策 緣起

-慢性病+癌症 雙重負擔，政策須從「治療」往前延伸至「預防」-

慢性病負擔沉重



10大死因中有
7項為慢性病



85%
≥65歲長者至少
罹患**1**項慢性病



60% 健康取決於
生活習慣與行為

癌症負擔 不容忽視



癌症連續**44**年
居十大死因之首



2023年

每**3**分**48**秒
有**1**人罹癌



2023年

新發生癌症人數
13.8萬人

三高相關疾病醫療支出 **1,779** 億元 2024年

	急性腎衰竭及慢性腎病	602.4億
	糖尿病	442.0億
	高血壓性疾病	265.9億
	缺血性心臟病	238.1億
	腦血管疾病	230.5億

前10大癌症的醫療支出 **1,567** 億元 2023年

1	肺癌	286.9億
2	乳癌	241.2億
3	大腸癌	172.7億
4	肝癌	141.3億
5	口腔癌	111.8億
其他 癌		347.6億

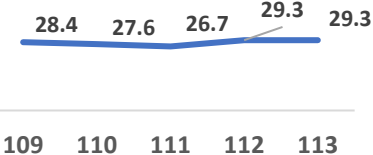
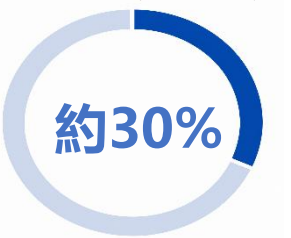
公費篩檢率持平 瓶頸待突破

-提高篩檢率，有助早期發現與把握治療黃金期-

成人健康檢查



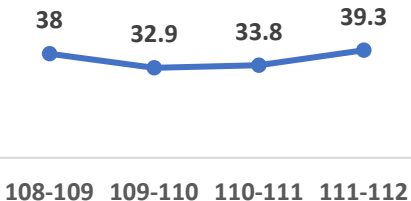
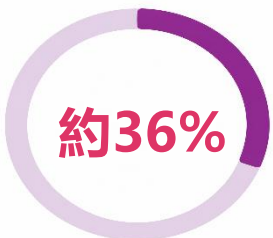
- ▶ 30至39歲 1次/5年
- ▶ 40至64歲 1次/3年
- ▶ 65歲以上 1次/年



乳癌篩檢



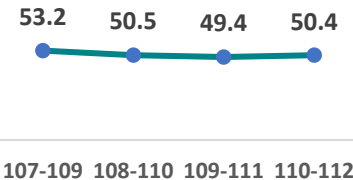
- ▶ 40歲至74歲女性
- ▶ 1次/2年



子宮頸癌篩檢



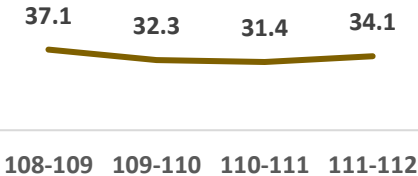
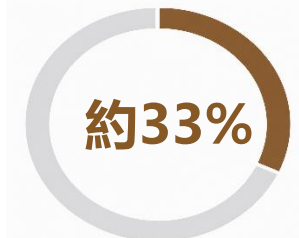
- ▶ 25歲至29歲 1次/3年
- ▶ 30歲以上 1次/1年



大腸癌篩檢



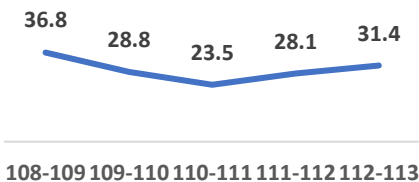
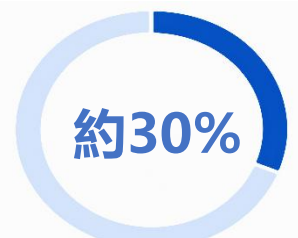
- ▶ 45至74歲及40至44歲具大腸癌家族史，1次/2年



口腔癌篩檢



- ▶ 30歲以上有嚼檳榔或吸菸習慣
- ▶ 1次/2年



篩檢率趨勢分析

篩檢面臨的關鍵挑戰



健康識能不足

覺得沒有問題，不需要檢查



時間與便利性

工作忙碌，流程繁瑣



誘因不足

缺乏參與誘因及動機



害怕與抗拒

害怕結果、檢查不適或尷尬



資訊不足

不了解重要性或檢查方法

借鏡國際經驗「遊戲化(gamification)」設計改變健康行為

-新加坡經驗及成效-

醫療照護轉向預防保健



Healthy 365



固定家庭醫師



個人健康計畫



預防保健服務



數位工具



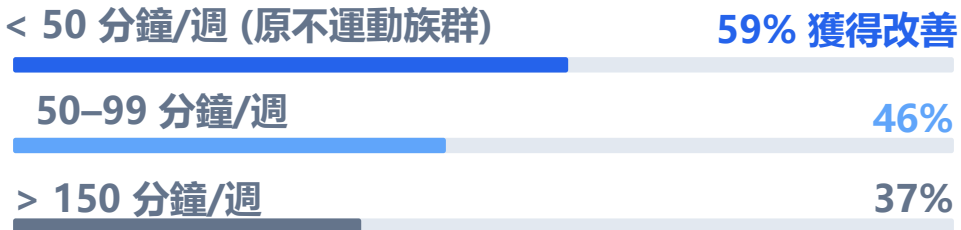
健康誘因

做健康行為賺取Healthpoints

步數、運動、睡眠、購買較健康食物、完成健康任務等→換取禮券、交通券等獎勵

成效一：身體活動明顯提升

中高強度運動(MVPA)改善率：



在所有改善的參與者中，
每週運動時間中位數增加 **+135分鐘**

成效二：帶動購買較健康商品

每月購買「較健康選擇商品」的使用,增加 **34%**



月均購買人數_(2025年)

59.8 萬人
+34% 成長



月均購買件數_(2025年)

795 萬件
+24.6 成長

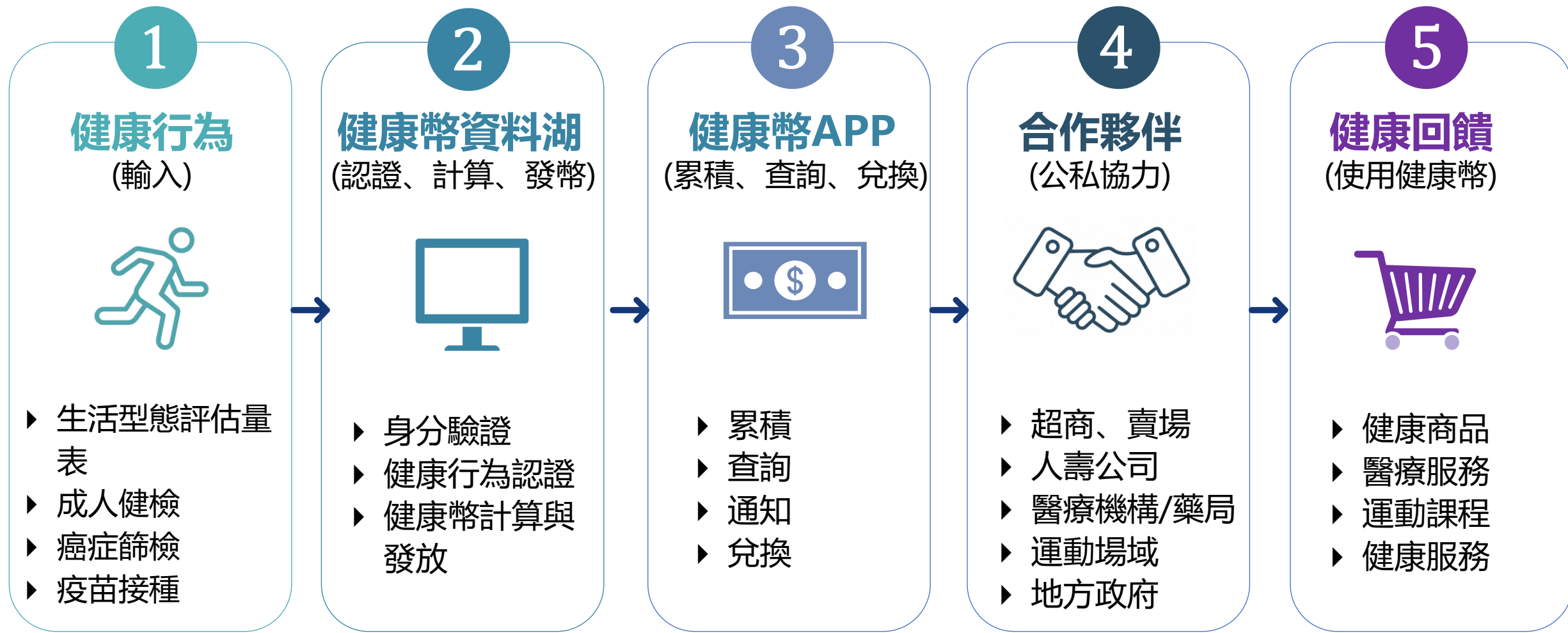
基礎年2023年

健康幣 政策目標



健康幣系統架構

-串聯健康資料、公私協力及健康回饋，打造全民健康促進生態系-



以健康行為為核心，結合數位科技與公私協力，形成健康促進正向循環。

健康行為轉譯「健康幣」

-以獎勵機制鼓勵健康行為，讓健康行為成為日常-

第一階段

有做就有幣
一次性/單點行為獎勵

涵蓋項目：

- 1.完成生活型態評估量表
- 2.公費成人健檢
- 3.公費癌症篩檢
- 4.公/自費疫苗接種
(流感、新冠、肺鏈)



第二階段

達標再獎勵
持續性/習慣養成獎勵

涵蓋項目：

- 1.身體活動紀錄
- 2.自費健康檢查/勞工健檢
- 3.長者健康整合式評估
(ICOPE)
- 4.慢性病控制良好(血壓/血糖
/血脂)

健康行為轉譯「健康幣」

-首創以價值為中心的健康幣-

以健康效益定價，NNI (Number Needed to Incentivize) 衡量誘因成效，健康效益越高，健康幣值越高



參與對象：年齡滿18歲以上

最低兌換門檻為**1,000**幣(含首次註冊及問卷)

項目		幣值
成人預防保健服務		800
B、C型肝炎篩檢		800
公費癌症篩檢	乳癌篩檢	1,000
	大腸癌篩檢	900(鏡檢1,350)
	子宮頸癌篩檢	900
	口腔癌篩檢	1,000
	肺癌篩檢	1,000
疫苗接種	流感疫苗	450
	新冠疫苗	900
	肺炎鏈球菌疫苗	600
首次利用健康存摺登入健康幣專區		200
生活型態評估量表		100



前兩年效期期間，預估每人最多可累積健康幣

	40歲以下		40-65歲		65歲以上	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性
具風險因子	5,500/ 3,700	7,300/ 4,600	9,500	11,000	10,350	13,150
無風險因子	4,500/ 3,700	6,300/ 4,600	7,500	9,000	8,350	11,150

註：風險因子包括具抽菸史、嚼檳榔、癌症家族史

健康幣如何使用？



王小姐的健康行動日記

王小姐(42歲, 上班族)平日工作忙碌, 但重視健康



健康幣 如何累積及使用

1

下載
健保快易通App



2

健康存摺首頁點選
“健康幣”



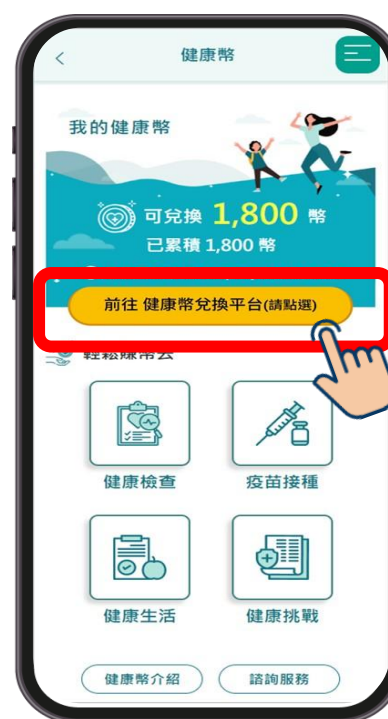
3

民眾**首次**進入
健康幣專區



4

顯示
“健康幣專區” 內容



5

跳轉Health GO App
兌換健康幣



健保快易通App

Health GO App

健康幣 App 兌換平台

- ▶ **健康行為激勵：**健康幣商品兌換、健康任務挑戰
- ▶ **身體活動與飲食資料：**掌控個人健康、疾病預防
- ▶ **個人健康行為風險預警：**健康促進行為資訊推播

功能介紹與應用

三大紀錄

完整記錄運動、飲食與健康數據，建立專屬於自己的健康生活軌跡。

Health Connect

串接健康裝置與運動數據，自動同步步數與活動紀錄，打造更便利的健康管理體驗。

科學算病館

透過健康數據與科學分析，快速掌握身體狀況，提前發現潛在健康風險。

健康幣兌換

把健康變成日常回饋，落實健康生活管理，兌換多元好禮與優惠。

健康任務

透過每日任務與活動挑戰，培養健康習慣，讓每一步努力都能被看見。

目標管理

設定個人健康目標，追蹤達成進度，陪伴自己一步步養成更好的生活節奏。



公私協力 兌換結合通路

-制定協作規定 逐步擴展民間參與-

- ▶ 初期以全國性通路之企業優先合作。
- ▶ 與合作企業共同簽署協作書，議定合作方式及內容

企業集團(如超商、量販、壽險業者)



超商及量販業者

- ▶ 兌換健康概念食品
- ▶ 通路多，範圍廣及方便兌換



壽險業者

- ▶ 串聯外溢保單與健康促進服務
- ▶ 享受更多元的健康服務

提供便利，多元的兌換服務

地方政府



大力推動政策宣導

- ▶ 多元管道宣導健康幣與兌換通路
- ▶ 提升民眾知曉度與使用意願



協助在地推廣

- ▶ 結合在地活動，社區與醫療資源
- ▶ 擴大通路使用率與參與率

提升民眾參與，擴大健康幣效益

健康幣 激勵機制規劃

-三層次激勵架構-

	基礎層	推廣層	衝刺層
激勵方式	長期穩定累幣	抽獎摸彩	政策加碼
目的	持續健康行為累積健康幣，建立健康習慣	結合抽獎，提高民眾參與熱度	配合國家重大健康政策，提供期間限定健康幣加碼
頻率	常態化	定期辦理	機動辦理
效果	持續參與	擴大參與	快速動員

降低數位落差

-以四大配套措施，縮短高齡及偏鄉數位落差-



眷屬協助

- ▶ 健康存摺管理
- ▶ 親友協助零距離



實體服務

- ▶ 衛生所、社區據點、藥局
- ▶ 支援手把手教學服務



友善操作

- ▶ 提供圖像化介面設計
- ▶ 優化流程，讓兌換流程更直觀、簡易



數位教學

- ▶ 提供簡易操作手冊
- ▶ 提供教學影片，提升數位能力

未來 更多合作夥伴 兌換通路更多元

更多健康行為，換來更多健康回饋

1 身體活動紀錄



透過穿戴裝置或
App紀錄步數

2 自費健康檢查/ 勞工健檢



上傳自費健檢或勞工
健檢資料

3 長者健康整合 式評估(ICOPE)



長者完成ICOPE評估

4 慢性病控制良好(血 壓/血糖/血脂)



慢性病控制達標

兌換擴及醫療、運動、健康商品或服務等

1 醫療



1.插健保卡即可兌換(不須開啟App)
2.院所直接提供健康服務

2 運動



折抵運動場館、課程相關相關費用

3 健康商品/服務



兌換符合健康標示的食品
或健康促進服務

健康幣政策 預期效益

-以正向誘因，引導健康行為，打造健康台灣-

01 全民更健康

培養健康習慣，提升健康餘命

- ▶ 提高預防保健利用率
- ▶ 養成規律運動及健康飲食習慣
- ▶ 健康管理融入生活

02 健保更永續

預防勝於治療，降低醫療負擔

- ▶ 提高發現潛在疾病
- ▶ 降低三高及慢性病發生
- ▶ 漸少醫療支出，提升健保永續

03 社會共創共好

公私協力，共同打造健康台灣

- ▶ 導入企業ESG資源投入健康促進
- ▶ 建立全民參與健康的新模式
- ▶ 政府、企業、民眾共創健康價值

健康幣不是一次性獎勵，而是引導全民養成健康新生活，打造健康台灣的重要機制

健康幣 關鍵指標



健康幣參與

	現況(基礎值)	2027年 階段性目標	2030年
▶ 健保快易通App下載人次	3144萬人次	3458萬人次	3521萬人次
▶ Health GO App下載人次	2,000人次	120萬人次	360萬人次

預防保健覆蓋

▶ 完成生活型態評估量表	8.4萬人	65萬人	258萬人
▶ 成人預防保健	234萬人	246萬人	285萬人
▶ B、C型肝炎篩檢(終身1次)	540萬人	620萬人	800萬人
▶ 癌症篩檢服務	605萬人次	607萬人次	775萬人次
▶ 流感疫苗當季接種人次	498萬人次	528萬人次	553萬人次
▶ 新冠疫苗當季接種人次	172萬人次	192萬人次	202萬人次
▶ 肺炎鏈球菌疫苗完整接種人次	175萬人次	215萬人次	250萬人次

—健康行為・累積健康幣・健康好生活—

健康幣

10月
正式上線!

做健康行為就能累積健康幣, 換好物、享健康!



健康行為



累積健康幣



兌換好物



享受健康



~~一起累積健康, 打造更健康的台灣~~



健康台灣推動委員會

HEALTHY TAIWAN PROMOTION COMMITTEE

**打造“健康台灣”
全民共同參與健康轉型**