



「人事服務電子報」(簡稱人事 e 報)，內容涵蓋、教職員喜訊、每月知新、法令宣導、人事動態、環保節能、生活知識、各類活動訊息等。各單位如有須同仁瞭解事項，都可透過本報轉知，本報為溝通之橋樑，每月透過電子郵件傳送全體同仁參考，如有任何訊息，歡迎來信提供及指教。(來信信箱：mmh@nfu.edu.tw)

## 壹、教職員喜訊

- 一、祝賀本室同仁朱思貞小姐 100 年 1 月 29 日于歸誌喜。
- 二、本校教學發展中心李世宏組員 100 年 1 月 17 日榮陞教務處專員。
- 三、本校學務處生輔組黃光瑞辦事員 100 年 1 月 17 日榮陞學務處課指組組員。

## 貳、每月知新

- 一、為關心公教人員身體健康，秉預防重於治療之觀念，人事行政局公務人員住宅及福利委員會經邀請專家學者，依照公教同仁工作屬性，設計適合之健檢項目，辦理「2010~2011 健康 99—全國公教特惠健檢」，有意參加本案健檢之本校同仁，除可利用各特約院所之專線電話預約健檢外，並可利用住福會公務福利 e 化平台網站(網址 <http://eserver.hwc.gov.tw>，以下簡稱 e 平台)之健康管理專區線上健檢預約系統，由特約院所提供預約健檢服務；或可連結各該院所網站預約。請攜帶現職服務證或退休證明或撫卹金證書或眷屬關係證明文件前往。相關醫療院所宣傳品，放至於行政大樓一樓櫃檯供本校同仁索取參考。
- 二、「全國軍公教人員子女教育補助申請暨稽核系統」99 學年度第 2 學期申請資料報送時程，請本校同仁自 100 年 2 月 14 日上午 9:00 起至 100 年 3 月 1 日下午 17:00 於本校子女教育補助系統線上申請並將子女教育補助費申請表依限送至人事室辦理。
- 三、依據身心障礙者權益保障法第 38 條規定，各級政府機關、公立學校及公營事業機構員工總人數在三十四人以上者，進用具有就業能力之身心障礙者人數，不得低於員工總人數百分之三……，又依身心障礙者權益保障法施行細則第 16 條規定進用身心障礙者人數未達本法第三十八條第一項、第二項所定標準之機關(構)，應於每月十日前，向所在地直轄市、縣(市)勞工主管機關設立之身心障礙者就業基金，繳納上月之差額補助費……，爰此，各單位如有需要甄聘人員時請優先進用身心障礙人士，避免造成本校因身心障礙人數不足額而遭罰款事宜。

各級政府機關、公立學校及公營事業機構員工總人數在三十四人以上者，進用具有就業能力之身心障礙者人數，不得低於員工總人數百分之三。

私立學校、團體及民營事業機構員工總人數在六十七人以上者，進用具有就業能力之身心障礙者人數，不得低於員工總人數百分之一，且不得少於一人。

前二項各級政府機關、公、私立學校、團體及公、民營事業機構為進用身心障礙者義務機關(構)；其員工總人數及進用身心障礙者人數之計算方式，以

各義務機關（構）每月一日參加勞保、公保人數為準；第一項義務機關（構）員工員額經核定為員額凍結或列為出缺不補者，不計入員工總人數。

前項身心障礙員工之月領薪資未達勞動基準法按月計酬之基本工資數額者，不計入進用身心障礙者人數及員工總人數。但從事部分工時工作，其月領薪資達勞動基準法按月計酬之基本工資數額二分之一以上者，進用二人得以一人計入身心障礙者人數及員工總人數。

辦理庇護性就業服務之單位進用庇護性就業之身心障礙者，不計入進用身心障礙者人數及員工總人數。

依第一項、第二項規定進用重度以上身心障礙者，每進用一人以二人核計。警政、消防、關務、國防、海巡、法務及航空站等單位定額進用總人數之計算範圍，得於本法施行細則另定之。（身心障礙者權益保護法第 38 條）

**四、**教育部為協助大學校院及教師落實各類經費支用及核銷作業規定，爰製作「大學校院及教師辦理計畫經費核銷重要規定事項及作業釋疑」乙份，其中對於用人經費相關規定，摘錄部分規定供教師參考：

- (一) 依國科會規定，助理人員分三類—專任助理、兼任助理及臨時工；兼任助理分三級—講師、助教級、研究生（含碩士班、博士班）及大專學生。如因研究計畫需要，擬變更助理人員之類（級）別時，得由主持人循執行機構行政程序簽准後辦理。
  - (二) 依國科會及衛生署規定，助理人員之約用應由計畫主持人循執行機構行政程序簽報核准後約用之。
  - (三) 在職或在學人員不得擔任計畫專任助理人員；已擔任專任或兼任助理人員，不得再擔任臨時工。
  - (四) 依國科會規定，臨時工係按日或按時支給臨時工資，同一天或同一時間不得同時具領 2 件計畫之臨時工資，否則即有重覆支領工資之情形，如經發現，即予以剔除。
  - (五) 專、兼任助理人員之工作酬金、臨時工之工資及專任助理人員僱主負擔部分之勞工保險、全民健康保險，應由國科會專題研究計畫業務費項下列支。兼任助理人員僱主負擔部分之勞工保險、全民健康保險，請由其任職機構負擔。另臨時工其僱主負擔之勞、健保費，得由計畫項下管理費列支。
- 五、**本校定於 100 年 2 月 23 日(星期三)下午 2 時至 4 時假本校綜一館 9 樓國際會議廳辦理「性別主流化」專題演講，特邀請國立中正大學法律學系鄭津津教授前來擔任講座，請同仁踴躍報名參加。
- 六、**本校定於 100 年 3 月 2 日(星期三)下午 2 時至 4 時假本校行政大樓 6 樓第一會議室辦理「公文處理實務講習」，由本校人事室鍾主任擔任講座，與同仁分享公務上常見之公文寫作問題及公文語意表達方式，藉此課程建立同仁正確之公文書寫觀念，提升整體文書處理品質，請同仁踴躍報名參加。
- 七、**本校 100 年度薦送(申請)教師進修研究案，請各單位依規定程序辦理，並請各學院將「學院教評會會議紀錄」、「各系科推薦進修研究人員優先順序名冊」連同相關表件，於 100 年 3 月 15 日(星期二)前送至人事室彙辦。

八、本校 100 年度薦送(申請)職技人員進修研究案，請各單位將推薦人員資料填具推薦書，並經各處、室、系(科)務會議通過後，於 100 年 3 月 15 日(星期二)前送至人事室彙辦。

### 參、法規訂定或修正

- 一、本校各系(所、中心、室)擬聘他校專任教師、他機關公務人員擔任兼任教師者，請於系(所、中心、室)教評會審議通過後，即可先行逕自發函(由系所主管決行即可，免會人事室)徵詢該任職單位同意，以維護該師權益。(本校 100 年 1 月 5 日虎科大人字第 10023000160 號函)
- 二、本校 100 學年度第 1 學期專任教師徵聘啟事自 100 年 2 月 1 日起公告至 2 月 28 日止，詳細內容請參閱本校網站。(本校 100 年 1 月 31 日虎科大人字第 10023000560 號函)
- 三、有關職前年資提敘之服務成績優良認定之原則如下：(一)由原服務機關出具服務成績優良證明文件。(二)每年考核成績，為乙等以上或 80 分以上，為服務成績優良。(三)無考核但每年均有晉級者，視為服務成績優良。(四)均無法提供證明者，經三級教評會審議其職前服務期間之研究能力佳、研究成果優良者，亦可認定為服務成績優良。(五)其他提供相關服務資料或獲獎證明並於申請表敘述，經三級教評會審議通過，亦可認定其服務成績優良。(本校 100 年 2 月 1 日虎科大人字第 10023000620 號函)
- 五、本校兼任教師徵聘啟事，如擬聘具業界經驗資格者，請註明係尤佳或必要，如列為必要條件，其須具業界時間多久亦請一併列出，俾使審核事項更具體。(本校 100 年 1 月 28 日虎科大人字第 10023000760 號函)
- 六、配合公務人員退休法、撫卹法修正，「公務人員退休撫卹基金撥補繳費用辦法」已於 100 年 1 月 1 日同步施行，上開條文已刊載本室網頁。
- 七、配合公務人員退休法修正，「公務人員資遣給與辦法」已於民國 100 年 1 月 1 日廢止。
- 八、「學校退休教職員公保養老給付金額優惠存款要點」，業經教育部於中華民國 100 年 1 月 27 日以臺人(三)字第 1000004243B 號令廢止。(100 年 1 月 28 日虎科大人字第 10000005890 號函轉)
- 九、「公立學校退休教職員一次退休金及養老給付優惠存款辦法」，業經教育部於民國 100 年 2 月 1 日臺參字第 0000020448B 號令發布施行。(100 年 2 月 15 日虎科大人字第 10000007990 號函轉)

### 肆、人事法令宣導

#### 一、試、任(聘)免、敘薪、兼職：

- (一)教育部為推動節能減紙，自本(100)年 2 月 1 日起審定通過專科以上學校

教師資格者，該部僅檢發證書將不再提供證書封套。(教育部 100 年 1 月 17 日臺學審字第 1000008393 號函)

- (二) 本校各系(所、中心、室)辦理聘任兼任教師作業時，如發現應徵者其本職工作係為國科會博士後研究員者，請勿聘任，以符國科會函示：「講座及客座人員來台從事內容均應明確載明於申請書之延攬事由中，否則不得於申請機構或其他單位兼任教學及其他工作。至博士後研究人員其本職即為從事研究，不得兼任任何其他教學及工作」之規定。(本校 100 年 1 月 24 日虎科大人字第 10023000510 號函轉行政院國家科學委員會 100 年 1 月 10 日臺綜一字第 1000003187 號函)

## 二、考績考核、訓練進修、差勤管理、國民旅遊卡：

- (一) 教師利用部分辦公時間進修，每人每週「公假」時數最高 8 小時為限，不宜再以事假或休假或加班補休方式從事進修活動。(100 年 1 月 27 日虎科大人字第 10000005290 號函轉)
- (二) 性別工作平等法第 15 條及第 20 條修正條文業奉總統於中華民國 100 年 1 月 5 日以華總一義字第 09900358591 號令公布施行，自 100 年 1 月 7 日生效，詳見總統府網站 [hyyp://www.president.gov.tw](http://www.president.gov.tw) 公報系統查詢。(100 年 1 月 24 日虎科大人字第 10000004230 號函)。

## 三、待遇福利、退休撫卹、公保健保、文康活動：

- (一) 基於資訊安全考量，行政院人事行政局「公務人員個人資料校對網站」，即日起只保留以自然人憑證方式登入，取消以生日、初任本機關實際到職日及驗證碼之登入方式。(教育部 100 年 1 月 11 日臺人(三)字第 1000002533 號函)。
- (二) 公務人員配合公務借調至其他公務機關任職，且占該機關職缺並依公務人員俸給法令支薪者，其留職停薪期間繳付退撫基金費用規定，自民國 100 年 1 月 1 日起，應依公務人員退休法施行細則第 19 條第 3 項「公務人員配合公務辦理留職停薪，借調至其他公務機關，占該機關職缺並依公務人員俸給法令支薪者，應按銓敘審定之官職等級，自借調之日起，於借調機關比照本法第 14 條第 4 項規定之撥繳比例，按月繳付退撫基金費用，始得併計其任職年資。第 47 條規定：「本細則自中華民國 100 年 1 月 1 日施行。」準此，前開借調留職停薪者，如於 100 年 1 月 1 日以後始回職復薪者，應依上述新修訂之規定辦理退撫基金繳納事宜；惟已於 99 年 12 月 31 日以前回職復薪者，仍應照公務人員退休撫卹基金管理條例施行細則第 12 條規定，於回職復薪時，全額一次補繳留職停薪期間之基金費用本息，始得併計公務人員退休年資。(教育部 100 年 1 月 14 日臺人(三)字第 1000002323 號函)。
- (三) 銓敘部令，94 年 3 月 8 日以前轉任或初任公務人員，且具 89 年 2 月 2 日以後服補充兵役軍事訓練，尚未完成補繳退撫基金費用者，補繳其服補充兵役軍事訓練及大專集訓年資之退撫基金費用規定：各相關機關應確實清查是類人員並通知相關人員於本令釋發布之日起三個月內，檢具載明曾受軍事訓練天數之補充兵證書及折合役期天數之大專集訓證書，以初任公務人員時審定

俸點為算標準，申請補繳退撫基金費用；申請補繳退撫基金費用者若逾3個月期限始提出申請時，應依公務人員退休撫卹基金管理委員會88年4月29日88台管業一字第0115540號函規定，另加計利息。但逾5年者，不得再行申請補繳。(教育部100年1月24日臺人(三)字第1000002955號函)

- (四) 公務人員退休撫卹基金管理委員會函，有關該會與第一商業銀行、合作金庫銀行合作辦理之「參加退撫基金人員指定(結婚、生育、急難及子女出國留學等)用途貸款」，延長申請期限至100年12月31日止。(教育部100年2月9日臺人(三)字第1000014209號函)
- (五) 銓敘部令釋關於擇(兼)領月退休金之退休公務人員於民國100年1月1日以後，再任公務人員退休法第23條第1項第2款或第3款之未支領報酬職務，無須停止領受月退休金，有關「未支領報酬」之認定要件一案，如下說明：  
 1. 相關法令或組織章程明定該項職務為無給職，均屬之。  
 2. 退休人員自願選擇不支領俸給(報酬)或受僱用雙方協定不支領工作報酬者，應出具切結書或協定之證明文件，且不得以其他各項名目(例如：出席費、生活津貼)支領費用，變相獲取報酬。但因職務所需且依法得覈實支領之交通費，不在此限。  
 3. 查學校教職員退休條例修正草案業經行政院於99年5月14日送請立法院審議中，教育人員得否比照辦理，尚須俟立法院審議結果而定。(教育部100年1月24日臺人(三)字第1000005540號)

## 伍、本校人事異動

異動情形	服務單位	職稱	姓名	生效日期	備註
新進	工程學院機械與電腦輔助工程系	助理教授	蘇義中	100.02.01	
新進	工程學院機械與電腦輔助工程系	助理教授	鄭芳松	100.02.01	
到職	教務處	專員	李世宏	100.01.17	
到職	學務處課指組	組員	黃光瑞	100.01.17	
到職	綜合教務組	約用助理員	沈清華	100.01.01	
到職	生物科技系	約用助理員	吳慧鈴	100.01.03	
到職	圖書館	約用助理員	曾儀婷	100.01.17	
到職	教學發展中心	約用助理員	鄭雅純	100.01.19	
離職	綜合教務組	專案助理	沈清華	100.01.01	
離職	生物科技系	計畫專任助理	吳慧鈴	100.01.01	
離職	生物科技系	計畫專任助理	孫慧慈	100.01.01	
離職	電算中心	DOC計畫專案助理	陳瑩恬	100.01.01	
離職	電算中心	DOC計畫專案助理	洪添福	100.01.01	
離職	電算中心	DOC計畫專案助理	李羿穎	100.01.06	
到職	電算中心	DOC計畫專案助理	余梓樵	100.01.01	
退休	通識教育中心	副教授	林翠芬	100.02.01	
退休	動力機械系	講師	廖年逢	100.02.01	
退休	自動化工系	講師	蔡銘焜	100.02.01	

## 陸、環保、節能、減碳、樂活：

### 認識健康體能

#### 一、「健康體能」的由來

民眾也許感到很疑惑，以往聽過「體適能」，現又有「健康體能」，二者究竟有何不同呢？「體適能」(Physical fitness) 是國內體育界沿用已久的名詞，事實上包含兩大類，一為「與運動競技有關的體適能」(Sport-related fitness)，另一為「與健康有關的體適能」(Health-related fitness)，與民眾健康有關的體適能，因此稱之為「健康體能」。

#### 二、「健康體能」的涵意

所謂「健康體能」是指人的器官組織如心臟、肺臟、血管、肌肉等都能發揮正常功能，而使身體具有勝任日常工作、享受休閒娛樂及應付突發狀況的能力。人的體能狀況可經由測量得知，且可利用規律活動或運動來改進，期待國民均有健康的體能及適當的體能，因此將成年人評估健康體能的方法，並提出適當的運動建議。

#### 三、健康體能的四大要素

##### (一) 心肺耐力

為健康體能四大要素中最重要的一項，其所涉及的範圍包括：心臟、肺臟、血管及血液等器官組織系統的機能。運動生理學家和醫學研究者都已一致證實心血管循環耐力是體能評量的最重要指標。

##### (二) 肌力與肌耐力

肌耐力經常被人誤以為是肌肉力量，其實肌肉力量代表的是某一部位的肌肉或肌群一次能發揮的最大力量，而肌肉耐力則是某一部位肌肉或肌群在從事反覆收縮動作時的一種持久能力；或是指有關的肌肉維持某一固定用力狀態持久的時間而言。肌力與肌耐力的訓練可以使肌肉纖維變粗，除了增加本身所能發出的力量外，也增強肌肉的耐久能力。身體任何大小的動作都是靠著肌肉牽引骨骼而完成的，肌肉本身若無法發出適當的力量，有些動作會顯得相當吃力或無法完成，也容易產生肌肉疲勞。很多成年人患有下背部疼痛，身體肌力不足是主要的原因之一。

##### (三) 柔軟度

這種能力代表的是人體的關節可以活動的最大範圍。而真正影響柔軟度的因素除了骨骼本身的結構外，還有肌肉、肌腱、韌帶、軟骨組織等。較佳的身體柔軟度表示肢體軀幹在運動、彎曲、伸展、扭轉時都比較輕鬆自如，同時也可以使肌肉與韌帶受到較好的保護而免於因受力而受傷。

##### (四) 身體組成(身體脂肪百分比)

從健康的觀點，肥胖是威脅生命的高危險因子，與心臟病、高血壓、膽囊疾病、糖尿病、肺活量減少、高脂血症及骨骼關節的疾病都有很密切的相關。因此身體脂肪百分比也是評估健康體能的重要項目，隨著文明的進步和生活水準的提昇，人類身體活動的機會減少，而熱量攝取常超越身體所需，使肥胖日漸增加。因此，要保持身體適當的脂肪百分比，除了需要均衡飲食外，更需要加強運動，藉以燃燒脂肪消耗身體過剩熱量，同時亦是達成體重控制的良好方法。

#### 四、體能與健康的關係

現代社會以機器取代人力，因此一般工作與日常生活只需要普通的體能即可勝任，那麼，為什麼要提倡健康體能呢？事實上，一個人的體能狀況與生活品質和健康有密切的關係。體能的衰退對個人有雙重影響，第一、年紀愈大，如果體能很差，常不足以應付日常活動之所需，因而無法獨立生活，生活品質低落，第二、體能衰退與缺乏運動息息相關，而缺乏運動又是危害健康的重要危險因子。

一般人的心肺耐力(以最大攝氧量代表)，自 25 歲以後，每年約減少 1%，因此到了 75 歲時，心肺耐力可能只有年輕時的一半。此外，體脂肪由青年到中年迅速增加，肌肉量由中年至老年則迅速減少。而缺乏運動者與經常運動者比較，罹患冠狀動脈心臟病的機會增加 1.5 至 2.4 倍，發生糖尿病的機會增加 2 至 4 倍，得到大腸癌的機會則增加 2 至 5 倍，據估計如果全民均從事適當運動，人口中因上述疾病而死亡的人可以減少三分之一。此外，缺乏運動與高血壓、高脂血、骨質疏鬆都有密切關係。推廣健康體能活動有兩個好處，對個人而言，可提昇個人對自我體能狀況及適當運動重要性的認知，進而培養規律運動的習慣，以促進個人的健康體能，提高生活品質，並減少因缺乏運動而產生之退化性或慢性疾病的發生，延長健康的壽命。對社會而言，可有效提昇全民身體活動量，以促進國民健康體能狀況，進而提昇國家競爭力，節省醫療支出，減少中高年齡人口對社會及家庭的負擔。

(資料來源：

[http://www.bhp.doh.gov.tw/BHPnet/Portal/Them\\_Show.aspx?Subject=200712250028&Class=2&No=200712250164](http://www.bhp.doh.gov.tw/BHPnet/Portal/Them_Show.aspx?Subject=200712250028&Class=2&No=200712250164))

**柒、人文素養：**

### ☆何謂性別主流化

根據聯合國經濟暨社會理事會(ECOSOC)的定義，「性別主流化」強調在各領域各層面的所有政策及計畫中，融入性別觀點之重要性，以降低不平等現象，將性別觀點主流化，並評估男、女在各種領域與層面的各種行動、立法、政策或方案的過程。性別主流化被視為一種策略，將女性與男性所關心的事與經驗特別標出，並成為所有政治、經濟與社會層面各類的政策與方案，在設計、執行、監督與評估中不可或缺的部分。因此，將達成男、女平等的受益。