



101年01月

國立虎尾科技大學人事室編印

「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

恭賀本校管理學院企業管理系鄧誠中老師, 奉 教育部核定自 100 年 02 月 01 日起升等為教授。

## 貳、每月知新

- 一、本校 101 年新春聯歡會訂於 101 年 1 月 16 日(星期一)中午十二時整(十一時三十分入座)假本校四期教學大樓前舉行, 會中舉行歡送 101 年 2 月 1 日退休人員致贈紀念品、節目表演及摸彩活動, 並備有自助餐點, 敬邀全校同仁踴躍前往參加。(100 年 12 月 12 日虎科大人字第 10023007240 號函)。
- 二、為配合全國軍公教人員子女教育補助系統 100 學年第 2 學期之申請, 本校預支子女教育補助系統線上申請訂於 101 年 1 月 9 日(星期一)上午 9 時至 2 月 3 日(星期五)下午 5 時提供同仁申請。
  - (一) 為減少作業流程, 提高行政效率, 就讀大學子女或繳學費超過 1 萬元以上同仁才申請預支, 而就讀國中、小學或申請金額少於 1 萬元者勿申請預支。
  - (二) 線上申請方式: 本校網頁→使用者入口→教職員工→行政資訊→子女教育補助系統。線上申請填寫完後, 請逕送本校人事室彙辦。
  - (三) 另本校非預借線上系統開放日期將訂於 101 年 2 月 20 日上午 9 時開放, 並於 101 年 3 月 9 日下午五時關閉, 煩請本校非預借同仁屆時上網申請。
- 三、為迎接嶄新的一年並祈求新的來年風調雨順、國泰民安, 本室與本校電機系特於新春前夕〔101 年 1 月 13 日上午 9 時至 11 時 30 分〕假本校電機館一樓辦理新春揮毫「迎福年、贈春聯」活動, 邀請書法名家現場揮毫並免費贈予全校師生名家春聯。
- 四、本校 101 學年度第 1 學期文理學院休閒遊憩系專任教師徵聘啟事, 公告至 101 年 2 月 29 日。(本校 101 年 1 月 5 日虎科大人第 10123000170 號函)
- 五、有關本校專任教師聘約第 8 點修正草案建議表, 如有意見, 請於 101 年 1 月 31 日(星期二)前將「修正建議表」擲送人事室, 俾憑彙整後提校務會議審議。(本校 101 年 1 月 3 日虎科大人第 10123000070 號函)
- 六、教育人員任用條例第 31 條修正條文業經 總統於 100 年 11 月 30 日公布施行, 教師法第 14 條條文亦配合修正並經立法院於同年 12 月 14 日三讀通過, 本

校各聘任單位於人員進用前，請依說明確實查詢有無不得任用之情事。該函說明事項略以如下：

- 「二、以教育人員任用條例第 31 條及教師法第 14 條修正條文均明定「曾犯性侵害犯罪防治法第二條第一項所定之罪，經判刑確定」、「知悉服務學校發生疑似校園性侵害事件，未依性別平等教育法規定通報，致再度發生校園性侵害事件；或偽造、變造、湮滅或隱匿他人所犯校園性侵害事件之證據，經有關機關查證屬實」，不得為教育人員及教師之規定，及增訂被告為教育人員之性侵害刑事案件，其主管教育行政機關或所屬學校得於偵查或審判中，聲請司法機關提供案件相關資訊，並通知其偵查、裁判結果。
- 三、教育部為避免各校誤聘具有教育人員任用條例第 31 條不得聘任情事者為教師，業於 97 年 8 月建置完成全國不適任教師查詢系統（網址 <http://unfitinfo.moe.gov.tw/>），本校各聘任單位於辦理新聘教師作業時，「新聘教師申請表」請務必先會人事室查詢是否為該系統列管通報人員。
- 四、另為維護校園安全，本校各單位於僱用專職、兼職人員或召募志願服務人員時，請依內政部訂定之「性侵害犯罪被害人登記報到及查閱辦法」第 12 條：「各級公私立學校、幼稚園、托兒所、兒童及少年福利機構因僱用專職、兼職人員或召募志願服務人員認有必要時，得向目的事業主管機關申請核轉所在地直轄市、縣(市)主管機關查閱應徵者或應從事服務者有無性侵害犯罪被害人登記資料。」規定，查閱應徵者或應從事服務者有無性侵害犯罪被害人登記資料。（本校 100 年 10 月 28 日虎科大人第 10000081880 號函）」
- 七、重申有關各系、所（中心、室）如聘任他校專任教師為本校兼任教師作業程序簡化，各系、所（中心、室）已簽准兼任教師聘任員額後，如聘任他校專任教師為本校兼任教師，可免經公告甄審作業，得逕提三級教師評審委員會審議，並應於系教師評審委員會通過後，先行發函（由系所主管決行）徵詢擬聘教師服務學校同意，以提升行政效率，維護該師權益。

## 參、人事法令宣導

### 一、考試、任（聘）免、敘薪、兼職：

- （一）考試院 100 年 12 月 6 日考臺組壹一字第 10000100991 號令修正發布之「專門職業及技術人員高等考試營養師考試規則」第 4 條、第 5 條修正條文及「專門職業及技術人員高等考試營養師考試實習認定基準」案。（100 年 12 月 19 日虎科大人字第 10000081240 號函）
- （二）應特種考試交通事業公路人員考試員級考試技術類汽車工程科考試及格人員得適用機械工程職系案。（100 年 12 月 22 日虎科大人字第 10000082110 號函）
- （三）行政院人事行政局函以，為提倡節能減碳政策，辦理公開徵選時，建請於

公告時註明未獲通知面試或錄取之應徵者如需返還書面應徵資料，可附回郵信封俾利郵寄字樣，以落實環保政策案。(100年12月22日虎科大人字第10000082150號函)

- (四) 考試院100年12月19日考臺組壹一字第10000104931號令修正發布之「專門職業及技術人員高等考試心理師考試規則」部分條文案。(100年12月29日虎科大人字第10000083530號函)
- (五) 因應大法官會議四六二號解釋文，專科以上學校辦理教師升等評審應注意事項，名稱並修正為「專科以上學校教師評審委員會辦理教師資格審查注意事項」，經教育部101年1月5日以臺學審字第1000236129C號令修正發布。(本校101年1月9日虎科大人第10100001100號函)
- (六) 教育部函以修正複審使用之「教師資格審查履歷表」為甲乙兩式，教育部為符合個人資料保護法之規定，嗣後報部複審之教師資格審查履歷表將區分為甲、乙兩式。甲式維持現有格式，供部審查用；乙式則供送外審委員審查用，不顯示送審人之個人資料(包括：送審人之身分證字號、性別、出生年月日、聯絡資訊、照片、送審人簽章、證書字號、學術專長代碼及由送審學校填寫部分)。該表格電子檔並已建置於教育部學術審議委員會之大專教師送審通報系統。另本校申請升等教師請勿將教師資格審查履歷表與送審著作一併裝訂，俾利未來報教育部複審作業。該教育部修正複審使用之「教師資格審查履歷表」甲乙兩式自100學年度第2學期(101年2月1日起)起適用。(本校100年12月29日虎科大人第10000083430號函)

## 二、考績考核、訓練進修、差勤管理、國民旅遊卡：

- (一) 春節放假期間自101年1月21日(星期六)起至101年1月29日(星期日)止，101年1月30日(星期一)正式上班，請本校行政人員依規定正常上下班，並依照規定上下班時間刷卡，是日未能到班者，請依規定於事前完成請假手續，若未請假亦未到班者，以曠職論。
- (二) 「中華民國101年政府機關辦公日曆表」業經行政院人事行政局公佈於該局網站(<http://www.cpa.gov.tw>)，亦刊登於本校人事室網頁「最新消息」項下，請同仁自行上網下載參考。(100年10月7日虎科大人字第10000063650號函)
- (三) 國立鳳凰谷鳥園開放預約參觀，參觀時間達2小時以上者，該園將發給終身學習時數3小時，請同仁多加利用。(101年1月5日虎科大人字第10100000760號函)
- (四) 「全國公教員工網路購書優惠方案」101年續由新絲路網路書店承作，期間自101年1月1日至12月31日，請同仁自由參考運用。(101年1月3日虎科大人字第10100000020號函)

## 三、待遇福利、退休撫卹、公保健保、文康活動：

- (一)內政部公告 100 年度合宜住宅承購資格證明受理申請，期間自 100 年 12 月 23 日起至 101 年 12 月 31 日止(或至合宜住宅銷售完畢止)，請 查照轉知。
1. 依教育部 100 年 12 月 9 日臺人(三)字第 1000221772 號層轉內政部 100 年 11 月 29 日台內營字第 1000810031 號函辦理。
  2. 內政部辦理之合宜住宅承購，所屬同仁如符合資格並有相關需求者，可填寫申請書並備妥相關文件，親送或以掛號郵寄至戶籍所在地之直轄市、縣(市)主管機關。
  3. 申請書及相關規定可至內政部營建署網站(網址：<http://www.cpami.gov.tw>)下載或就近向直轄市、縣(市)政府主管機關免費索取。(100 年 12 月 13 日虎科大人字第 10000079470 號函)。
- (二)「人事服務網」自即日起增加「公務人員履歷表個人簡要自述」登打功能。
1. 依行政院人事行政局 100 年 11 月 28 日局資字第 1000059714 號書函辦理。
  2. 初任公職人員之人事資料至行政院人事行政局之隔日起，初任人員應至「人事服務網」之「個人簡要自述」系統，登打個人簡要自述。
  3. 初任公職人員可透過人事服務網(網址：<http://ecpa.cpa.gov.tw>)登入，依序點選【應用系統】、【B. 人事資料服務】、【B5A：個人簡要自述】之連結即可進入。(100 年 12 月 7 日教育部臺人處字第 1000216701 號函)。
- (三)行政院勞工委員會 100 年 12 月 26 日勞保 1 字第 1000140491 號修正「勞工保險局辦理一百零一年勞工保險被保險人紓困貸款」公告影本及委託銀行(土地銀行)國內營業據點資料各 1 份，可至本校公文系統或人事室網頁查詢。(虎尾科技大學 101 年 1 月 3 日虎科大人字第 10000083790 號函)。
- (四)檢送「三軍總醫院等醫院辦理中央各機關學校簡任第十職等或相當職等以上主管人員全身健康檢查收費標準等相關資料一覽表」，請 查照並轉知。(教育部 101 年 1 月 5 日臺人(三)字第 1000240559 號書函。)
- (五)「國民住宅出售出租對象家庭收入標準」業經行政院於 100 年 12 月 30 日以院臺建字第 1000110473 號令發布，請 查照。(教育部 101 年 1 月 5 日臺人(三)字第 1010002109 號書函)。
- (六)有關公務人員退休撫卹基金管理委員會與第一商業銀行、合作金庫商業銀行合作辦理之「參加退撫基金人員指定用途貸款」，延長申請期限至 101 年 12 月 31 日止，請查照。(教育部 101 年 1 月 6 日臺人(三)字第 1000241329 號書函辦理)。
- (七)行政院函修正「各機關學校公教員工地域加給表」，並自 100 年 12 月 7 日生效一案。
1. 依據教育部 100 年 12 月 14 日臺人(三)字第 1000223773 號函轉行政院 100 年 12 月 7 日院授人給字第 10000607801 號函辦理。

2. 旨揭修正係刪除該加給表備考八有關「原『戰地加給』已納入地域加給離島地區第四級內支給。」之規定。(100年12月15日虎科大人字第10000080500號函)

#### 肆、本校人事異動

異動情形	服務單位	職稱	姓名	生效日期	備註
離職	體育室	約用雇員	黃伊萱	100.12.01	
離職	服務學習組	約用雇員	李淑芳	100.12.13	
到職	飛機系	技佐	許吉宏	100.12.22	考試分發
退休	通識教育中心	副教授	張瑞興	101.02.01	
退休	機械與電腦輔助工程系	教授	林燦榮	101.02.01	
退休	機械設計系	副教授	廖文輝	101.02.01	
退休	機械與電腦輔助工程系	副教授	林維新	101.02.01	
退休	材料科學與工程系	助理教授	許禎祥	101.02.01	
離職	企業管理系	計畫專任助理	廖文瑄	100.12.01	
到職	自動化工程系	計畫專任助理	陳億鍊	100.12.07	
到職	自動化工程系	計畫專任助理	蔡嘉恒	100.12.07	
到職	動力機械工程系	計畫專任助理	吳韶舫	100.12.09	
離職	生物科技系	計畫專任助理	王信富	100.12.10	
離職	生物科技系	計畫專任助理	邱鈴驊	100.12.10	
離職	企業管理系	計畫專任助理	許佳娟	100.12.16	
離職	企業管理系	計畫專任助理	林宛億	100.12.16	
離職	企業管理系	計畫專任助理	謝佳潔	100.12.16	
到職	電子工程系	計畫專任助理	吳東龍	100.12.20	
離職	生物科技系	計畫專任助理	陳彥蓉	100.12.30	
兼任	通識教育中心	主任	莊美芳	101.02.01	
免兼	通識教育中心	主任	方惠真	101.02.01	
升等	管理學院企業管理系	教授	鄧誠中	100.02.01	100.12.30核定

## 伍、健康專欄

### 認識生食 健康不打折

隨著飲食習慣的西化，販賣生食的商店林立，生菜沙拉、精力湯等已蔚為風尚，不僅注重養生的長者，連許多年輕人都開始追隨生食的脚步，不過生食真的有益身體健康嗎？究竟是養生還是迷思？亦或是商人為了賺錢的噱頭而已？

#### 認識生食

生食飲食的觀念，是源於美國安·威格摩爾（Ann Wigmore）博士，由於安博士長期患有嚴重的關節炎、偏頭痛等疾病，靠著生食而痊癒，於是在美國波士頓成立「自然生食健康中心」，吸引許多病人前往學習，期盼也藉由相同的方法，脫離病痛，於是生食的概念散佈到各國。現在普遍流行於上班族之間，混合水果、蔬菜、芽菜、堅果以及海藻類的強力營養湯（又稱精力湯），也是安博士所研發，是一種稱為「無病強身、有病治病」功效的生命增補劑。

生食最初的做法，是以完全不經烹煮的蔬菜、水果、種子、堅果類等食物為主，完整保留食物中的酵素及營養，雖然也有魚蝦等醃製生食，但是以植物性食物為主，蛋白質的重要攝取來源是豆類，但是含有豆類皂素的扁豆、荷蘭豆、黃豆、四季豆，屬於有毒物質，不宜生吃，否則可能會引起腹瀉或腸胃發炎。

#### 藉由生食攝取更多蔬果養分

生食飲食最大的優點，就是可以藉此攝取更多的蔬果養分，改變國人蔬果攝取不足的問題；而且蔬果一旦經過加熱，便容易流失含量最豐富的原始營養素及酵素，藉著生食可保留維他命C、蛋白質，或是水溶性的維生素B群及葉酸。

肥胖向來是國人非常傷腦筋的問題，未經烹煮的新鮮蔬果體積較大，吃進肚子裡，較具飽足感，也因此會吃得少，攝取的熱量相對就低，而達到瘦身效果，這就是常聽到的「生食瘦身法」。此外，蔬果富含鉀元素，可降低血壓，而其豐富的纖維質，則可促進排便順暢、降低膽固醇、延緩血糖的升高及預防大腸癌。

不僅如此，由於國人喜歡的飲食習慣通常是湯湯水水，生食可避免烹煮過程中，加入許多對身體不健康的油、鹽、醬等人工調味品，減少身體的負擔。

#### 安全食材不易取得

雖然生食有不少優點，但也必須認識其缺點，以免吃下肚危害健康。

由於生食熱量較低，完全生食者容易發生熱量不足的問題，尤其體重原本就過輕的人，更要注意，例如女性太瘦，便可能會發生經期不規則等問題。而且食物未經烹煮，口味比較

差，原本食慾較差的人，便難以下嚥，也因此有慢性疾病，例如腎臟病、痛風等患者，或者是孕婦、兒童，都不適合完全生食，有可能會造成營養不足或疾病惡化。

如果採用生食，必須注意食材的來源及清洗、製程等衛生問題，畢竟安全衛生無虞的生食食材取得不易，即使是有機農場，也很難保證完全無污染，因為隨著土壤、空氣、風、地下水或下雨而來的農藥、重金屬、染料及廢料等各種汙染，都有可能污染有機蔬果。殘留在蔬果上面的蟲卵、微生物與農藥，無法藉由烹煮過程殺死，以及利用高熱破壞農藥化學結構，一但吃下肚，就有可能會農藥中毒或腸道傳染病，建議食用前多清洗幾次。

此外，由於蔬菜的纖維比較粗，患有十二指腸潰瘍、胃發炎或是腸胃敏感者，最好避免生食蔬菜。

### 適時補充營養

完全生食者較易發生營養不均衡的問題，例如維他命 B12、B2，大多存在動物性食物中，所以全生食者容易缺乏，建議可以每天吃一顆健素糖，或者早上吃加了維他命 B12 的玉米脆片來補充；而維他命 B2 的缺乏，則要多喝牛奶、豆類以及乳製品。

因來自動物性食物的鐵質較好吸收，所以全生食者也容易缺乏鐵質，可以多吃菠菜、萵菜、紅鳳菜、青江菜等；此外，多吃富含維他命 C 的食物，例如柑橘類、芭樂、奇異果，會讓植物性鐵質更好吸收。

而藏在肝臟、肉類、蛋、海鮮等食品中的鋅，也是全生食者也很容易缺乏的營養素，可以多吃五穀雜糧、小麥胚芽、燕麥片、南瓜籽等來補充。

全生食者會攝取很多的纖維、植酸及草酸，這些成分會降低鈣質的吸收，因而骨質密度低，促成骨質疏鬆症。因此，可吃蛋、牛奶或多食用植物性的黑芝麻糊、深綠色蔬菜、豆製品等食物來補充。（文章出處：全民健康保險雙月刊第 93 期。

（資料來源：

<http://health99.doh.gov.tw/Article/ArticleDetail.aspx?TopIcNo=718&DS=1-life>）