



「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: personel@nfu.edu.tw)

壹、每月新知

- 一、本校擬辦理材料科學與工程系機械工程職系委任第 5 職等或薦任第 6 職等至薦任第 7 職等技士職缺校內陞任, 請具資格人員踴躍參加。(本校 105 年 9 月 10 日虎科大人字第 10523005670 號書函)。
- 二、有關本(105)年 9 月 28 日(三) 孔子誕辰紀念日, 本校適用勞動基準法之約用人員、專案助理(含教學卓越計畫人員、典範科技大學計畫人員、中區教學資源中心計畫人員及創新自造教育計畫人員)、資源教室輔導人員及專業輔導人員, 於 9 月 28 日(三)應放假一天。
- 三、為選拔本校績優職員並獎勵職技人員特殊優良表現, 請各單位(一級單位)於 105 年 9 月 23 日(星期五)前推薦所屬績優職員參加甄選。(105 年 8 月 25 日虎科大人字第 10523005420 號書函)。

貳、法規訂定或修正

- 一、本校約用人員管理辦法修訂案經 105 年 8 月 16 日 105 學年度第 1 次校務基金管理委員會會議審議通過。(105 年 9 月 10 日虎科大人字第 10523005630 號書函)
- 二、檢送修正通過之本校「校務基金自籌收入得支給人事費支應原則」一份, 請查照轉知。(105 年 9 月 19 日虎科大人字第 10523005690 號書函)

參、人事法令宣導

一、考績考核、訓練進修、差勤管理、國民旅遊卡：

- (一) 有關職員因忘帶職員證、遺失或損壞者, 其出勤刷卡簽到退及借用臨時卡事宜, 請依「職員補簽到退暨臨時卡借用申請注意事項」辦理。(本校 105 年 9 月 14 日虎科大人字第 10523005560 號書函)
- (二) 有關教師子女就讀之幼兒園於國定假日停課, 教師得否依性別工作平等法相關規定請家庭照顧假一案, 詳如說明。(105 年 9 月 13 日虎科大人字第 10500095310 號書函)
- (三) 關於同性伴侶得否適用性別工作平等法第 20 條家庭照顧假規定疑義。(105

年 9 月 19 日虎科大人字第 10500096030 號書函)

- (四) 檢送「因應各級學校依勞動基準法進用人員於 105 年 9 月 28 日教師節放假 Q&A」一份。(105 年 9 月 19 日虎科大人字第 10500097270 號書函)

二、待遇福利、退休撫卹、公保健保、文康活動：

- (一) 臺灣銀行公教保險部已建置完成「公教人員保險網路作業 e 系統」被保險人網路作業功能，請參加公教人員保險的同仁踴躍使用該作業系統查詢個人公保資料或試算各項給付。(105 年 8 月 30 日虎科大人字第 10500008972 號書函)

肆、人事動態

異動情形	服務單位	職稱	姓名	生效日期	備註
職務變更	飛機工程系	助理員	呂莞文	105.08.29	原人事室臨時人員
復職	電算中心	助理員	謝蕙如	105.09.01	原育嬰留職停薪人員
到職	環保及安全衛生中心	技術員	周亭汝	105.09.19	
到職	電算中心	研究組員	林廷容	105.09.01	
到職	自動化工程系	研究副工程師	黃永全	105.09.06	
到職	自動化工程系	研究副工程師	林建安	105.09.08	
離職	學務處生活輔導組	專案助理	林宸甄	105.09.08	
離職	電算中心	助理員	林廷容	105.09.01	
離職	人事室	事務員	陳春樺	105.09.13	
離職	進修推廣部	助理員	洪霽蓉	105.09.10	
離職	秘書室	助理員	王雯君	105.09.14	
離職	車輛工程系	研究組員	曾彬恭	105.09.01	

伍、宣導資料：生活常識

柚子全身都是寶！柚子皮去污除臭、防蚊超好用

發布日期：2016/09/13



柚子全身都是寶！ 柚子皮去污除臭、防蚊超好用

【早安健康／久石文化總編輯陳文龍撰文、林昕潔整理編輯】記得小時候，厝旁的小路上就有一棵柚子樹，所以從小就知道柚子長什麼樣子。

香港稱柚子為「碌柚」，台灣叫「文旦」，是柑橘類品種最大顆的。《漳州府志》：「柚最佳者曰文旦，出長泰縣，色白，味清香，風韻耐人。」台灣的文旦應是從移植過來，盛產於秋天，已成中秋節送禮之名物。

《日華子本草》稱柚子「氣味酸寒無毒，主治消食解酒毒，治飲酒人口氣，去腸胃中惡氣，療妊婦不思食、口淡。」意思是柚子性寒，能幫助腸胃蠕動，解酒毒、治口臭、除脹氣、治療孕婦厭食、口淡。根據研究，柚子肉富含維生素、有機酸與礦物質，其中維生素含量比檸檬還要多。柚子果肉熱量高，整顆熱量高達 500-600 大卡，不宜多食。

柚子皮也可製作成零食也可入菜，也富含天然精油成分，可提煉成香味劑和化妝品。柚皮風乾就可驅蚊，泡在酒精一周，就能當防蚊液。

韓國人則把柚子連皮帶肉做成柚子茶，變成韓國一大知名特產。

柚子葉也有用處，傳說柚葉洗澡可以除霉氣、行好運。一般出獄的人回到

家會先在門口跨過火爐（象徵跨越霉運），並以柚葉沾水灑在身上，象徵去晦氣。

柚子是好物，果肉、果皮和葉子都是寶，身心靈都照顧到！

每年中秋節，家裡總有吃不完的柚子，吃剩的柚子皮只能拿來當帽子戴嗎？其實柚子皮的營養價值可不亞於果肉呢！柚子綠皮中的油脂，經提煉後萃取出精油，不但具有天然的柚子清香，還有許多療效，對於頭髮及皮膚都有保養功效；白色如海綿的部分，則能夠防蟲、除臭，不妨將吃剩的柚子皮簡單加工一番，用在家務中，讓家中充滿柚香芬芳吧！

柚子屬於芸香科柑橘屬，和柑橘、檸檬是近親，柑橘類水果的果皮中含有豐富的柑橘油，具有很強的除膠、除油、脫脂的能力，因此常被使用於各種清潔劑中，許多市面上的清潔洗劑都會添加柑橘油，現在只要利用手邊剩下的柚子皮，我們也能自己製作天然的清潔劑囉！

果皮去汙

柑橘類水果的表皮富含油脂，將這些果皮擠出一點柑橘油後直接用來擦拭桌上的髒污，不但能輕鬆去除污漬，還能讓桌面像上了一層保護油一般光潔如新，不鏽鋼製的水槽也可以用乾柚子皮清潔。

不過，由於柑橘類水果中含有檸檬酸，要避免用於大理石或金屬表面，因為檸檬酸會將大理石溶解，或是使金屬生鏽；此外，也要注意不要與氯系製品混用，否則會產生有毒的氯氣，造成危險。

天然除臭

將剝下的柚皮放在冰箱的角落，即可幫冰箱除臭；將果皮放在鍋子裡煮或放在烤箱中烤，也可以消除難聞的氣味。

除了直接用來擦拭或除臭，經過簡單加工，柚子皮也可以製成蚊香或防蚊水，避免蚊蟲靠近；或是將其中的柚皮油製成洗碗精、清潔劑等，用途更廣泛！

柚皮蚊香

材料：柚子皮、白鐵線

步驟：

1. 將柚子皮白色與綠色部分分離
2. 將柚子皮白色部分切成長條狀
3. 放在陽光下曬乾（約一週）

曬乾後的白色柚子皮，即可當作蚊香燃燒。如果需要懸掛在門口或窗口，可以用白鐵線拗成 S 型，一端串起柚子皮，另一端可以掛在門把、窗框等。

※若綠皮部分沒有切掉，蚊香不易完全燃燒

若在空曠的地方，可以將柚皮（白色、綠色部分）剪成小塊（約 1 公分*1 公分），曬乾後放入鐵製濾網中，也可以再以白鐵線製成的掛鉤懸掛。若希望能燒久一些，可以將鋁箔紙捲成筒狀放入濾網中央，鋁箔紙筒和濾網間放入曬乾的柚皮塊，便可以延長約 1/3 的燃燒時間。

※用濾網裝的蚊香因通風良好，風大時火勢也將加大。

柚子皮清潔劑

材料：柚子、玻璃瓶、藥用酒精（95 度）、椰子油起泡劑、清水

步驟：

1. 將柚子皮綠色和白色部分分離
2. 將柚子皮綠色部分切成小段
3. 將綠色柚子皮放入玻璃瓶中，並倒入酒精至蓋過柚子皮
4. 保存一週後，將柚子水倒出使用
5. 加入 3 倍的清水
6. 加入 3/4 的椰子油起泡劑
7. 攪拌後可分裝到容器中
8. 完成帶有柚子清香的清潔劑！

【延伸閱讀】

[柚子皮別丟 還可以做成柚子醬、柚子茶、柚子湯](#)

[柳丁檸檬皮別丟！2 步驟簡單做天然清潔劑](#)

[柚子皮加熱，變身天然芳香劑](#)

[柚子皮內的柑橘油去汙力超強](#)

[中秋烤肉的 20 個健康小撇步](#)

資料來源：

《全圖解 105 種小蘇打+檸檬酸的無毒輕掃除》／世界文化社／三采、《無敵輕鬆去汙 365》
／麥浩斯編輯部／麥浩斯頂樓菜園
路徑位置：【早安健康】<https://www.everydayhealth.com.tw/article/10430>