

人事e報

國立清華大學 第 11101 期

National
Tsing Hua
University

人事法令宣導

□ 考試、任免、敘薪、兼職

編號	主旨/重點摘錄	發文字號	發文機關
1	教育部函復同意本校所報調整組織規程第32條修正條文溯自111年1月5日生效案。	111.01.18 臺教高(一)字第 1110005111號	教育部
2	教育部核定本校組織規程第8條、第13條、第16條、第18條、第37條與第56條修正條文，並自111年2月1日起生效。	111.01.10 臺教高(一)字第 1100175473號	教育部

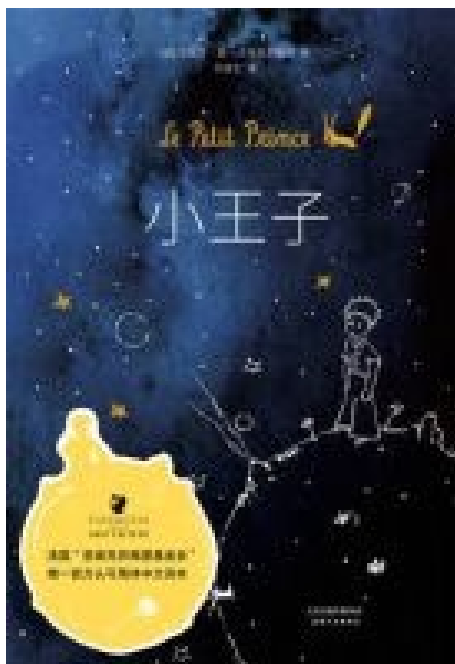
□ 考績考核、訓練進修、差勤管理

編號	主旨/重點摘錄	發文字號	發文機關
1	育嬰留職停薪實施辦法」第2條、第9條業經勞動部於111年1月18日以勞動條4字第1110140031號令修正發布，檢送發布令影本(含修正條文)1份，請轉知。	111.01.21 臺教人(三)字第 1110007700號	教育部
2	檢送勞動部有關性別工作平等法第15條第4項產檢假及第5項陪產假規定之解釋令如附件。	111.01.21 臺教人(一)字第 1110007617號	教育部
3	「性別工作平等法施行細則」第7條陪產檢及陪產假、第9條育嬰留職停社會保險、第15條，業經勞動部於中華民國111年1月18日以勞動條4字第1110140034號令修正發布。	111.01.22 臺教人(一)字第 1110007705號	教育部

□ 其他

編號	主旨/重點摘錄	發文字號	發文機關
1	教育部函送公益信託星雲大師教育基金辦理「2022第十屆星雲教育獎」遴選辦法及海報，請本校協助轉發並鼓勵所屬教師踴躍參加。	111.01.10 臺教師(三)字第 1110000407A號	教育部

影視經典語錄



狐狸說：“對我來說,你只是個小男孩,就像其他成千上萬個小男孩一樣沒有什麼兩樣。我不需要你。你也不需要我。對你來說,我也隻是一隻狐狸,和其他成千上萬的狐狸沒有什麼不同。但是,如果你馴養了我,我們就會彼此需要。對我來說,你就是我的世界裏獨一無二的了;我對您來說,也是你的世界的唯一。

《小王子》

英文佳句

Great works are performed not by strength, but by perseverance.

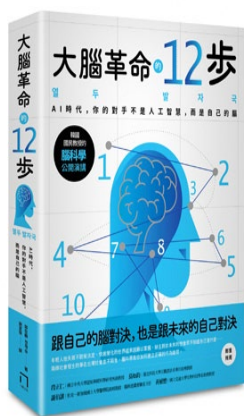
-Samuel Johnson, British writer and critic

完成偉大的事業不在於體力，而在於堅韌不拔的毅力。

-英國作家和評論家 詹森. S.-

公務人員專書閱讀每月一書推薦

□ 111年01月份



作者：鄭在勝

譯者：謝宜倫

分類：科普

出版社：八旗文化

出版日期：2020/01/02

腦科學家鄭在勝開宗明義說道：大多數人在小時候都曾經充滿好奇心，一旦進入學校後，為了應付忙碌的日常生活，我們會選擇專注於手邊的工作，以用腦最少的方式度過時間，我們「受好奇心驅使並決定自行解開疑惑的經歷」明顯變少。而本書是從他過去十年演講中精選最受好評的十二場講座重新編寫而成，書中充滿腦科學的智慧與鑑識，對於努力尋找更好未來和選擇的年輕人，提供了很大的幫助。

績優選拔人員

本校111年度績優職技選拔當選人員

編號	單位	職稱/姓名	備註
1	人事室三組	王秀娥組長	
2	總務處採購組	吳宇穎專員	
3	計算機與通訊中心 校務資訊組	呂若愚程式設計師	推薦教育部
4	教務處招生策略中心	李宜曄組員	
5	總務處駐衛警察隊	汪家齊隊員	
6	主計室四組	林宜均組長	
7	電機資訊學院 電機工程學系	林喆祥技士	
8	秘書處議事及法規組	邱雪蘭組長	推薦教育部
9	圖書館典閱組	邱雅暖組長	
10	學生事務處生活輔導組	郭郁智專員	
11	學生事務處綜合學務組	陳昭蓉技士	
12	總務處經營管理組	陳琴惠組長	
13	生命科學院	劉又禎助理員	
14	總務處營繕組	謝志杰技士	

◎當選名單依姓名筆畫排序

本校111年度績優約用當選名單

編號	單位	職稱/姓名
1	科技管理學院	王天生技術助理
2	工學院材料科學工程學系	王姝雅技術助理
3	總務處經營管理組	王珊富行政助理
4	學生事務處課外活動組	王憶綾行政助理
5	人事室三組	古小玫副管理師
6	教務處招生策略中心	江姮臻行政助理
7	原子科學院工程與系統科學系	何孟軒技術助理
8	教務處教學發展中心	吳孟芬助理工程師
9	總務處營繕組	李文博技術助理
10	計算機與通訊中心網路系統組	李廷潮行政助理
11	生命科學院	林益洲副工程師
12	秘書處綜合業務組	林毓綺行政助理
13	理學院物理學系	林錦言技術助理
14	環境保護暨安全衛生中心	邱駿琦技術助理

◎當選名單依姓名筆畫排序

編號	單位	職稱/姓名
15	學生事務處生活輔導組	高天慶行政助理
16	計算機與通訊中心校務資訊組	張君天技術助理
17	總務處駐衛警察隊	張國修行政助理
18	秘書處財務規劃室	黃淑婷行政助理
19	師資培育中心實習輔導組	黃慧珊行政助理
20	電機資訊學院電機工程學系	葉律廷行政助理
21	全球事務處全球研究合作組	詹慧楨副管理師
22	人文社會學院外國語文學系	劉美君行政助理
23	工學院奈米工程與微系統 研究所	鄭憶璇行政助理
24	電機資訊學院資訊工程學系	濮惠蓉助理管理師
25	竹師教育學院	藍翊慈行政助理

◎當選名單依姓名筆畫排序

本校111年度績優工友當選名單

編號	單位	姓名
1	總務處事務組	何烘淦先生
2	主計室	黃雪珠小姐

◎當選名單依姓名筆畫排序



恭喜以上當選人員

蔥、薑、蒜、洋蔥如何保存？挑選、清洗、切法一次看，家裡永遠不缺辛香料



圖片來源 / Shutterstock

料理要美味，少不了提味的辛香料。辛香料含有硫化物，具有抗氧化的功效，只要一點點，就能增加肉類食物的美味，減少調味料的使用量。食安達人譚敦慈建議，辛香料以少量購買、新鮮為原則，以免產生發芽、發霉等問題。

青蔥

蔥含有機硫化物（硫化丙烯）成分，是特殊氣味的來源，具有抗氧化功效。

如何挑選：

- 外觀整棵結實。
- 莖葉無腐爛為宜。
- 蔥綠是新鮮翠綠。
- 蔥白的質地細緻。
- 蔥根水分飽滿。

如何清洗：

- 1.先將青蔥的頭、尾切掉。
- 2.接著用水沖洗2、3次。
- 3.然後跟要煮的蔬菜一起放進盆子裡，以細小、流動的水溢流12分鐘清洗。

如何保存：

- 1.青蔥洗淨後先切成蔥珠。
- 2.用手或勺子捏成一球一球。
- 3.然後放進保鮮盒裡保存。可以用烘焙紙正反摺然後每一隔層放一次的量，放保鮮盒冷凍。也可以冰在冷凍庫，要用時拿一球出來，非常方便好用。

安心料理法：食用或料理前，最好用湯勺或網篩裝蔥珠放入滾水中燙一下，盡量避免生食。在國外曾發生青蔥生吃傳染A型肝炎事件，所以我們家都不生吃。



薑

如何挑選：

- 表皮乾皺，呈土黃色。
- 外觀沒有發霉、沒有黑斑者。
- 肥大堅實、有重量感。

薑長芽勿選購

薑長芽雖然沒有毒性，但代表保存情況可能不好、不夠新鮮。若薑有腐爛會產生黃樟素，不要使用。

如何保存：

在水龍頭下，以軟毛刷邊刷、邊沖洗乾淨。

薑洗乾淨之後，整塊的薑則以鋁箔紙包起來，再放冰箱保存。鋁箔紙可重複使用、不要浪費。

也可以先切片，接著放入保鮮盒中置入冰箱冷藏。

若是切絲，可抓成一小撮一小撮，放入保鮮盒中再冷凍。也可以用烘焙紙隔層。

老薑水分少，若無切口，可以放置在通風處保存。



大蒜

如何挑選：

- 沒有發芽。
- 沒有蟲蛀、霉斑。
- 乾燥、無水氣者。
- 結實、無乾皺。
- 大蒜容易發芽生長，建議購買的量勿太大，一次購買量以一週為原則，吃完了再買新鮮的，室溫保存就好，要烹調前再洗、切。

如何清洗：

- 1.大蒜先在水龍頭下，以水流沖洗2、3次。
- 2.大蒜先以菜刀稍微輕壓，然後剝去外皮。
- 3.去皮的大蒜最後再用水沖洗乾淨即可。



辣椒

如何挑選：

- 表面有光澤、無外傷。
- 沒有發霉。
- 蒂頭呈現綠色的，較為新鮮。
- 外表光滑、飽滿。辣度較溫和，如果只是想在料理時增色，可選擇表皮較光滑的辣椒。

如何保存：

- 1.辣椒用紙巾先包好，然後放入冰箱冷藏，放入冰箱冷藏雖然會乾縮，但辣度不減，可延長保存期。
- 2.辣椒在低溫貯存時容易產生寒害，建議少量購買用完再補。
- 3.也可以把辣椒洗淨、烤成辣椒乾保存，或加入橄欖油保存。



橄欖油辣椒保存法：

- 1.先將辣椒洗乾淨，放入烤箱烘乾、脫水。
- 2.接著把辣椒切碎，之後跟橄欖油一起放進玻璃罐，最後放入冰箱冷藏。建議一週內吃完。



洋蔥

洋蔥有助抗氧化，遇熱後所含的硫化物會揮發，用來煮湯帶有一股清香甘甜味。滷肉加熱時可放入洋蔥、蔥、薑、蒜（份量不拘）等一起加熱，有助抗氧化，且增加甜味以減少調味料的使用。

如何挑選：

- 沒有長芽、沒有氣根。
- 有辛香氣味。
- 球體完整、沒有損傷或裂開。
- 外表保護膜完整。
- 沒有腐爛者。
- 球莖水分飽滿、頂端無凹陷。

如何保存：

- 1.先用鋁箔紙把洋蔥包好。
 - 2.把包好的洋蔥放入冰箱蔬果冷藏室保存。用鋁箔紙包好可避光，能保存更久。也可用不要的絲襪，放一球洋蔥打一個結，掛在通風處，每次需要時剪下一個。
 - 3.要用時先用水將洋蔥外表的髒污沖洗乾淨。
 - 4.一層層將洋蔥外層的薄膜剝下。
 - 5.最後剝完皮的洋蔥再以清水沖洗乾淨即可。
- 洋蔥的鱗片如果變軟，呈灰黃色，且按壓時有軟軟的觸感，表示已經壞掉了

咖哩粉

咖哩非常下飯，是我們家餐桌常見的「開胃料理」。咖哩含有薑黃素等成分，能護肝又抗癌，建議大家不妨多吃。



咖哩有分咖哩粉和咖哩塊，咖哩塊的油脂含量偏高。做咖哩料理時，我都會以咖哩粉來替代咖哩塊，同時加入辛香料、香料葉（如：迷迭香、薄荷葉等）、辣椒或薑黃等材料，就很夠味。

如何挑選：

- 以小包裝為主，才不會因很久沒吃完而過了保鮮時間。

如何保存：

- 可以將已經開封的咖哩粉裝進玻璃罐裡密封，再放入冰箱冷藏保存即可。

（本文節錄自《[譚敦慈的安心生活全圖典](#)》，作者為長庚毒物實驗室兼任護理師譚敦慈。由三采授權康健雜誌原文轉載，圖文經編輯並增訂小標。）

本校近期新簽特約商店

行業別	店家資訊	優惠內容
食	AirKiss (文興店) 地址: 302新竹縣竹北市文興路二段96號 連絡電話: 03-5500099 合約到期日: 1111231	出示相關證件，享以下優惠： 1.白蘭氏系列除外，全部9.5折(現場購買)。 2.白蘭氏系列除外，外送滿NT\$1,200，享9折優惠。 備註: 校友、學生亦適用



特約商店陸續簽約中，歡迎推薦優良商家!

信箱 person@my.nthu.edu.tw

網址 <http://person.site.nthu.edu.tw/?Lang=zh-tw>

